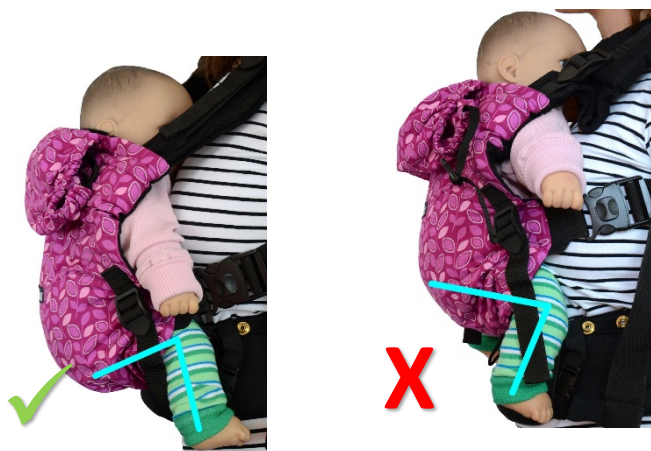


# NASTAVENÍ NOSÍTKA KIBI – NOŠENÍ VPŘEDU NA BŘIŠE

1. Zádovou opěrku zužte pomocí patentků na potřebnou velikost (záleží na délce nožiček děťátka) a stáhněte šňůrku pro stažení přebytečné volné látky.
2. Stáhněte popruhy po stranách zádové opěrky, které slouží k přizvednutí kolínek a vytvoření větší kapsy pro zadeček malého miminka (kolínka by měla být výš než zadeček – pozice M). Lépe se stahují předem bez dítěte (popruhy jsou v úhlu, navíc s popruhy se snáz manipuluje bez zatížení vahou dítěte). Při nošení je pak můžete vždy dle potřeby povolit, aby neškrtily miminku nohy. Jak dítě roste, tak tyto popruhy budete jednorázově po delším čase povolovat. U tříletých dětí už bývají stažené minimálně nebo vůbec.
3. Bederní pás zapněte v nejužším místě v pase a utáhněte. Měl by být zapnutý rovně, neměl by být vpředu níž než vzadu. (Malá miminka se obecně doporučuje nosit výš, aby bylo možné je snadno políbit na hlavičku. Samozřejmě jak dítě roste, tak ho usazujeme níž a níž, abychom viděli na cestu.)
4. Miminko usazujte zadečkem kolmo k vrchní části bederního pásu – dosáhnete tak podsazení, kdy dítě bude sedět v kapse zádové opěrky, bude zadečkem přisedat bederní pás k vašemu břichu a bude mít zakulacená zádička. (Toto je důležité u malých dětí, kde dochází k vývoji zakřivení páteře. U velkých dětí již není tak velké podsazení jako u miminek potřeba, proto se i kapsa, do níž dítě usazujeme postupně zmenšuje.)
5. Snižte výšku zádové opěrky dle potřeby. Když jsou miminka malá, tak na břicho máte o zádové opěrce dobrý přehled a není nutné ji zajišťovat. Později, když už vyndávají ručičky ven z nosítka a začnou se do zádové opěrky zapírat (miminka, která už sama sedí), nebo nosíte na zádech, kde nemáte tak dobrý přehled, je dobré zajistit výšku zádové opěrky karabinkami, aby se neposouvala níž, než je potřeba.
6. Zkontrolujte, zda miminko nemá ručičky uvízlé pod boční sponou. Ramenní popruhy ve sponách pod rukama zatím jen lehce přitáhněte. Nosítka se tak po stranách zpevní.
7. Zapněte hrudní pásek. Hrudní pásek se dá posouvat výš a níž, mějte ho tedy v pozici, která je vám příjemná (nemusí vás tlačit do krku). Při těžší váze pomáhá mít hrudní pásek zapnutý v nižší pozici a ramenní popruhy mít dostatečně stažené k sobě, díky tomu se váha dítěte lépe rozloží (opět platí, že vám to musí být příjemné, neměli byste se cítit přiškrceně). Po dotažení ramenních popruhů se posune hrudní pásek ještě trochu níž, tam, kde je potřeba. Pro jeho snadné rozepnutí pak stačí povolit popruhy pod rukama a hrudní pásek se posune spolu s ramenním popruhem nahoru, kde ho již jednoduše rozepnete.
8. Ramenní popruhy u hlavy miminka mějte povolené. Přitáhněte nejprve popruhy pod rukama ve sponě se zámečkem a polstrování se posune na vaše ramena a záda, kde bude poskytovat největší oporu. Pokud jsou popruhy u hlavy dítěte stále volné, je možné je dotáhnout ve sponě u hlavy miminka. Pro co největší pohodlí si můžete ještě pomoci a rukama popruhy na vašich ramenou a zádech poupravit/posunout tak, aby vás nikde netlačily, neřezaly a v případě potřeby je ještě trochu dotáhnout.

9. V případě, že jste při nastavování ramenních popruhů přišli o původní podsazení a miminko již nepřisedá bederní pás k vašemu břichu, ale sedí na bederním pásu (bederní pás je při pohledu do zrcadla celý vidět), přidržte miminko na chvíli výš a druhou rukou bederní pás vsuňte mezi zadeček miminka a vaše břicho, poté ho utáhněte a miminko spustíte do vytvořené kapsy ze zádové opěrky.
10. Než si budete usazováním miminka jistí, proveďte kontrolu v zrcadle ze předu i z boku. Nožičky by měly být v pozici M (kolínka výš než zadeček, látka zádové opěrky by měla sahat od kolínka ke kolínku a končit v podkolenní jamce). Pokud je miminko zvědavé, zapírá se a kouká kolem sebe, nemějte strach, že nevidíte typicky zakulacená zádíčka. Jakmile se dítě uvolní a položí hlavu na vaše prsa, schoulí se do zádové opěrky a zádíčka se zakulatí.



11. Pokud při kontrole zjistíte, že je dítě nakloněné na jednu stranu, je potřeba většího podsazení nebo třeba rozhrnutí zádové opěrky více do stran, jednoduše povytáhněte zádovou opěrku přes hlavu miminka (aby měla hlavička oporu), lehce povolte boční popruhy pod rukama (ve sponě se zámečkem) a v mírném předklonu vsuňte ruce k miminku do nosítka a jeho pozici či látku opěrky upravte dle potřeby. Popruhy pak zase dotáhněte a zádovou opěrku snižte. Pokud je to potřeba, můžete ještě chytit zadeček miminka v kapse opěrky a vsunout bederní pás více mezi zadeček dítěte a vaše břicho a pevně ho dotáhnout.

Ať se dobře nosí!