

!3 BabyBeweging-2-1 حملةVertalingen campagne:

تغيير وضعيات الطفل!

احملي طفلك الرضيع مع تغيير طرق حمله

- فوق الكتف، على الورك، مرة على الناحية اليمنى، مرة على الناحية اليسرى، مرة ظهره على بطنك...
- في وضعية الاستلقاء على بطنه أو على جانبه.

• ضعي طفلك مرة على الذراع الأيمن ومرة على الذراع الأيسر بالتناوب عند إعطائه زجاجة الرضاعة، تمامًا كما تفعلين عند الرضاعة الطبيعية.

• بعد الرضاعة، ضعي طفلك على الكتف الأيمن والكتف الأيسر بالتناوب من أجل التجشؤ.

الاستلقاء على البطن من حين لآخر!

- ضعي طفلك المُستيقظ على بطنه بانتظام
- استلقي على الجانب المقابل لطفلك وتحدثي معه أو غني له أغنيتنا.
- ضعي طفلك على بطنه أثناء الاعتناء به، على سبيل المثال لعلق أزرار الملابس الموجودة في الخلف.

خيارات لحركة طفلك!

- ضعي طفلك على بساط متين أو على قطعة قماش على الأرض أو على ملاءة بالخارج على العشب.
- ضعي لعبة على يمين ويسار رأس طفلك بالتناوب .

خيارات لحركة طفلك!

- قللي من وقت الجلوس في مقعد السيارة وعربة الأطفال، وقللي أوقات الاسترخاء التام... امنحي طفلك مساحة للتحرك.
- ضعي طفلك على ظهره. اجعليه يقاد حركات قيادة الدراجة بساقيه مرات ومرات!