

Vertalingen campagne: 1-2-3 Bebek Hareketi başlasın!

Bebeđinizi tutma biçimlerinizi deđiřtirin!

Bebeđinizi farklı şekillerde taşıyın.

- Omuz üzerinde, kalça üzerinde, bir sağ tarafta, bir sol tarafta, sırtı karnınızın üzerine gelecek şekilde...
  - Bebeđiniz yüz üstü veya yan tarafı üzerine yatacak řekilde...
- 
- Bebeđinizi biberonla beslerken, tıpkı emzirirken olduğu gibi, dönüşümlü olarak bir kolunuzdan diğerine alın.
  - Bebeđinizi besledikten sonra, geğirmesi için dönüşümlü olarak sol ve sağ omzunun üzerine alın.

Yüz üstü uzanma molaları verin!

- Bebeđinizi uyanıkken düzenli olarak yüz üstü yatırın.
- Siz de bebeğinizin karşısına uzanın, bebeğinizle konuşun veya ona şarkı söyleyin.
- Emzirirken, örneğin kıyafetlerinin arkasındaki düğmeleri iliklemek için bebeğinizi yüz üstü olarak yatırın.

Harekete imkan verin!

- Bebeđinizi sert bir mat, yerdeki bir örtü ya da dışarıda, çimen üzerindeki bir çarşaf üzerine yatırın.
- Bebeđinizin başının yanına, dönüşümlü olarak sol ve sağ tarafına bir oyuncak koyun.

Harekete imkan verin!

- Araçtaki bebek koltuğu ve bebek arabasında geçirdiği süreyi sınırlayın. Gevşeyin. Bebeđinize hareket etmesi için vakit tanıyın.
- Bebeđinizi sırt üstü yatırın. Bacaklarından tutarak bisiklet pedalı çevirme hareketleri yapın!