

Striedanie polôh!

Bábätko noste v rôznych polohách

- Na ramene, na boku, raz vpravo, raz vľavo, s chrbátikom opretým o vaše brucho...
 - V polohe na brušku alebo na boku.
-
- Bábätko si pri kŕmení z fľaše uložte raz na jednu, raz na druhú ruku, tak ako pri dojčení.
 - Po kŕmení nechajte bábätko odgrnúť raz na ľavom, raz na pravom ramene.

Prestávky na brušku!

- Bdelé bábätko pravidelne ukladajte na bruško
- Ľahnite si oproti nemu, rozprávajte sa s ním alebo mu zaspievajte našu pesničku.
- Počas prebaľovania položte bábätko na chvíľu na bruško, napríklad aby ste mu pozapínali gombíky vzadu na oblečení.

Šance na pohyb!

- Položte bábätko na stabilnú podložku, na uterák na zemi alebo na plachtu vonku na tráve.
- Vedľa hlavy bábätka ukladajte hračku striedavo raz vľavo a raz vpravo.

Šance na pohyb!

- Obmedzte čas strávený v autosedačke, kočiari, ležadle... Doprajte bábätku priestor na pohyb.
- Položte bábätko na chrbát. Hrajte sa s nôžkami na bicy-bicy-bicykel!