

Vertalingen campagne: 1-2-3 Lëvizja e foshnjës!

Qëndrime të ndryshme!

Mbajeni foshnjën tuaj në mënyra të ndryshme

- Mbi shpatull, në hip, një herë në të djathtë, një herë në të majtë, me shpinën e tij kundër barkut tuaj...
 - Në pozicion barkut ose në pozicion anësorë.
-
- Ndryshoni pozicion kur i jepni shishen fëmijës, një herë në njërin krah, një herë në tjetrin. Ashtu siç bëni kur e ushqeni me gji.
 - Pas ushqimit, vendosni foshnjën tuaj mbi shpatullën e majtë ose të djathtë për një gogësitje.

Momente shtrirjesh në stomak!

- Vendoseni foshnjën tuaj të zgjuar rregullisht në stomak (bark).
- Shtrihuni përtej foshnjës tuaj, bisedoni me të ose këndoni këngën tonë.
- Vendoseni foshnjën tuaj në stomak kur jeni duke u kujdesur për të, për shembull për të mbyll butonat e rrobave në pjesën e prapme.

Mundësitë për të lëvizur!

Vendoseni foshnjën tuaj në një shtrojë të fortë, në një leckë në tokë ose në një çarçaf jashtë në bar.

Vendosni një lodër majtas ose djathtas afër kokës së foshnjës suaj.

Mundësitë për të lëvizur!

Kufizoni kohën në sediljen e makinës, buggy, stolin e relax...Jepni mundësinë që foshnja të lëviz.

Shtrijeni foshnjën në shpinë. Bëni lëvizje ciklizmit me këmbët e tija ose të saja!