

## COMMENT PORTER AVEC DES BANDEAUX ? :

Aucun nœud ! Juste deux bandeaux de tissu qui passent autour des épaules du porteur, se croisent et peuvent permettre de porter bébé de la naissance à 3-4 ans : en berceau comme dans un hamac, devant à la verticale et jambes écartées, puis assis sur la hanche. Pas de portage dans le dos possible, mais un système **rapide et économique, surtout pour des jumeaux.**

Malgré les idées reçues, un enfant ne risque pas de s'étouffer dans un porte-bébé. L'air circule autour de lui et tous les bébés du monde, même ceux des régions froides, très couverts, ont toujours survécus depuis la nuit des temps contre le corps de leurs parents. Au contraire, vous le sentirez mieux respirer, bouger ou s'assoupir ; ce qui est beaucoup plus rassurant. Pas de caprices non plus : « nos enfants ne s'habituent pas à être portés, ils sont fait pour être portés ». Vous répondez à un besoin physiologique.

### ● Le berceau en hamac :

Avec un seul bandeau glissé autour du cou et du bras, bébé pourra se lover en boule contre le corps de sa mère pour téter ou pour s'endormir entre les bras de son père. Utilisable de la naissance à plusieurs mois, cette position servira surtout pour un portage court d'une ou deux heures car tout le poids de l'enfant repose sur une seule épaule. C'est pourquoi il est important de régulièrement changer de côté.

Bien installer l'enfant au milieu du hamac, fesses en premier et tête au creux de l'épaule juste en dessous des arrêts-cordons et des élastiques pour le réglage.



Enfiler le bandeau autour d'une épaule et placer les arrêts-cordons à hauteur de votre cou. Installer bébé sur l'épaule opposée à votre porte-bébé.

Le faire glisser à l'intérieur du hamac, un pan contre votre cœur, en soutenant ses fesses puis son dos.

Le faire entrer complètement dans le hamac, sa tête assez haute dans le creux de votre épaule, ses jambes repliées autour de votre corps, en position fœtale.

Resserrer les arrêts-cordons si besoin et c'est parti pour un gros câlin, une bonne tétée ou une petite sieste...

## • Le croisé devant :

En utilisant deux bandeaux sur chaque épaule, vous pourrez glisser bébé à la verticale les pieds des deux côtés de la croix pour partir en ballade ou vaquer à vos occupations les mains libres. C'est la position avec les bandeaux où le poids du bébé est le mieux réparti (utilisable de la naissance à 4 ou 6-8 mois en fonction de la taille). Dès que sa tête dépassera la hauteur du menton, il vaudra mieux passer au portage sur la hanche avec un seul bandeau ou mieux dans le dos avec une écharpe de portage ou un porte-bébé chinois. En effet, **il est déconseillé de porter un bébé face au monde**, ou alors peu de temps, afin de lui éviter une sur-stimulation sensorielle et surtout une surexcitation motrice dans une position non physiologique.



Installer les deux bandeaux sur vos deux épaules, les élastiques et arrêts-cordons assez haut près de votre cou.

Poser bébé sur une de vos épaules et écarter les deux pans du bas qui forment une croix pour glisser une jambe de chaque côté.

Pencher le à gauche pour mettre la jambe droite, puis à droite pour la jambe gauche ou vice et versa.

Bien écarter chaque pan de ses fesses à ses genoux en ouvrant celui du dessous avant celui du dessus.



Ouvrir largement jusqu'aux épaules de bébé ou sa tête pour l'envelopper dedans et l'asseoir en soulevant ses genoux pour faire basculer son bassin.

Régler la tension avec les arrêts-cordons pour le rapprocher de vous, si besoin.

Bien déployer chaque pan sur vos épaules et dans votre dos, avant de les replier avec des voltes pour pouvoir être plus à l'aise.

Et vous voilà parti pour de belles ballades ou endormir bébé tranquillement au rythme de vos pas.

## ● Sur la hanche :

Pratique pour un portage rapide qui permet d'installer un petit comme un plus grand très facilement sur la hanche tout en gardant les mains libres. Les élastiques et les arrêts-cordon régleront la tension au niveau des épaules pour rapprocher l'enfant du corps du porteur et le sécuriser.

C'est la meilleure position pour prévenir la dysplasie des hanches et autres malformations susceptibles d'entraver ou de retarder l'apprentissage de la marche. Au contraire, le fait de porter de temps à autre votre bambin (même de 3 ou 4 ans) de cette façon, ne pourra que renforcer son sentiment de confiance et donc d'autonomie plus tard. C'est lui en fait qui décidera les moments où il sentira avoir besoin d'un îlot reposant ou s'il est prêt au contraire à partir à l'aventure !



Enfiler un bandeau autour de votre épaule (en changeant de temps en temps), puis démarrer comme pour le berceau mais en laissant bébé à la verticale cette fois.

Laisser ses jambes ressortir et l'asseoir de chaque côté de vos hanches. Pour un plus petit, vous pouvez aussi lui laisser les jambes dans le hamac, bien écartées.

Régler la tension des élastiques avec les arrêts-cordons pour le rapprocher de vous, si besoin.

Remonter ensuite le pan sur votre épaule en faisant une ou deux volte(s), afin de la libérer et d'être plus à l'aise. Pour l'enlever, sortir simplement l'enfant par en haut ou par en bas – Rapide !

## • Portage des jumeaux :

**Les bandeaux sont actuellement le système le plus pratique qui existe pour le portage des jumeaux** : par exemple, dès la naissance en portant les deux bébés ensemble en berceau dans deux porte-bébés séparés, puis un enfant sur chaque hanche ou encore couplé, avec une écharpe ou un porte-bébé chinois pour en glisser un rapidement devant puis installer l'autre dans le dos.

Cela permet d'ailleurs de mieux répartir le poids des deux enfants. Même si le portage en duo est plus souvent un portage d'urgence lorsque un des parents se retrouve seul à s'occuper de deux bébés en même temps. Pour les ballades en couple, il est préférable et plus confortable pour la mère d'en porter un, pendant que le père porte l'autre – soit devant, soit dans le dos, ou couplé avec une simple poussette canne qui facilitera les déplacements de toute la famille. Car, le portage des jumeaux est avant tout le moyen de déplacement le plus économique et le moins encombrant qui soit.

**Alors, pourquoi se compliquer la vie !**



Photos réalisées en 2009 avec Stéphanie KELLER enceinte d'Aurore (8 mois).