

Dragen - Wikkkelgekruisde draagwijze met een geweven doek

Wikkkelgekruisde draagwijze met een geweven doek (Front Wrap Cross Carry, FWCC)

Stap 1: Voorbereiden van de doek

- Houd de doek voor je, in het midden van de lengte, met de armen op heup breedte.
- Krop de doek op als een harmonica tot halverwege de stof.
- Breng je armen naar achteren en maak een 'knijper' van je duim en wijsvinger, zodat je het andere doekdeel van je andere hand kunt overnemen.



- Kruis de doekdelen op je rug en breng je armen naar voren toe.



Dragen - Wikkkelgekruisde draagwijze met een geweven doek

- Houd de bovenranden van de doek vast.
- Plaats je ellebogen aan de voorkant van de doeken en breng ze over je schouders heen.
- Drapeer de doekdelen netjes over je schouders.



- Controleer of de doekdelen niet zijn gedraaid op je rug.
- Test dit door aan het doekdeel te trekken aan de kant van je nek en aan het doekdeel aan de kant van je oksel (zoals je je rug droogt met een handdoek).
- Controleer met je vuist in het buideltje of je genoeg ruimte hebt voor jouw baby, soms moet je de doeken op je schouders iets aantrekken of juist laten vieren om ruimte te creëren.



Dragen - Wikkkelgekruisde draagwijze met een geweven doek

Stap 2: Kind in de doek knopen

- Klem beide doekdelen onder je oksels zodat je jouw kindje kunt pakken.
- Houd je kindje tegen je aan, een beetje over je schouder (boertje laten).
- Schuif je kindje voorzichtig op je borst en begeleid de beentjes de buidel in. Als het lukt leg je de armen omhoog.
- Spreid de beentjes rustig tijdens het zakken tot zo ver jouw kindje dit toe laat (met de knieën ter hoogte van de heupen).
- Laat jouw kindje 'zitten' op de rand van de stof zodat je een diepe zit creëert. Als je je kindje een kusje kunt geven op het hoofd, dan zit je qua hoogte goed.



- Ga met je duim in de rand van de stof en ga over het ruggetje van jouw kind met de stof naar boven toe, helemaal tot over het hoofdje tot aan de wenkbrauwen van jouw kindje.
- Sla de stof weer terug tot de nek. Je kunt de plooien er een beetje uit wrijven naar beneden en naar boven. Als het goed is, is de verdeling nu 1/3 onder de rug, 1/3 op de rug en 1/3 over het hoofdje heen.



Dragen - Wikkkelgekruisde draagwijze met een gewezen doek

- Maak een buideltje van de doek door de stof onder de billen tussen jou en jouw kindje in te stoppen. De voetjes moeten uitsteken en de stof moet van knieholte tot knieholte zitten.



Stap 3: Het aanspannen van de doek

- Begin met de doekbaan die onder op jouw rug zit en trek aan de kant van jouw schouder de doek strak.
- Houd de doek op spanning en trek aan het middelste deel van de doek. Je voelt dat de doek zich aan de tegenovergestelde kant bij het beentje strakker komt te zitten. Hoe verder naar achteren je op je rug trekt, hoe makkelijker je kunt trekken.

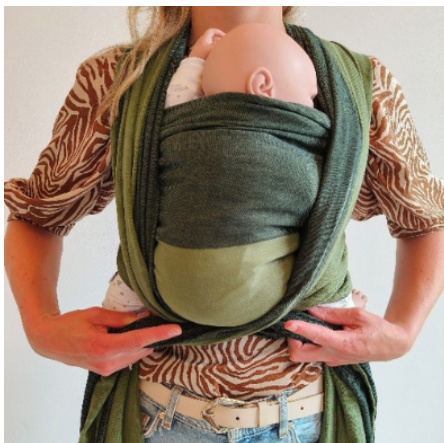


Dragen - Wikkkelgekruisde draagwijze met een geweven doek

- Houd spanning op de doek waarmee je klaar bent en houd deze onder de billen van jouw kindje vast.
- Trek de andere kant net zo aan, als het ware baan voor baan, tot je bij je nek bent
- Breng nu je armen omhoog. Dit voelt misschien spannend, omdat je je kindje loslaat, maar omdat je spanning op je doek hebt kan jouw kindje niet vallen. Je kunt je armen een beetje heen en weer bewegen om de doek lekker over jouw schouders heen te trekken. Als je te los hebt gespannen kun je ze een beetje aantrekken, als je ze te strak hebt gespannen kun je ze een beetje laten vieren.



- Breng de doeken terug over je schouders naar voren langs jouw kindje tot onder de billen. Kruis de doek nu één keer onder de billen van jouw kindje, zo ver mogelijk tegen jouw buik aan.
- Breng nu de doek naar achteren, onder de voetjes van jouw kindje.



Dragen - Wikkkelgekruisde draagwijze met een geweven doek

(optioneel)

- Als jouw kindje heel klein is kun je de doek draaien tot onder de billen, zoals op de foto. Zo creëer je meer steun aan de zijkanten van het lichaam.
- Je kunt de doek onder de billen meerdere keren draaien, zodat je steun kunt geven aan jouw heupen.



- Knoop de doek op je rug of aan de zijkant van je heup. Doe dit door links over rechts en rechts over links te knopen (platte knoop).



Dragen - Wikkkelgekruisde draagwijze met een geweven doek

Stap 4: Neksteun geven

- Om extra steun aan de nek te geven, kun je een opgerold spugdoekje of washandje in de overige stof van de doek bij de nek rollen.



- Licht jouw kindje met zijn neus tegen jou aan kun je het hoofdje draaien naar één kant.



Dragen - Wikkkelgekruisde draagwijze met een geweven doek

Stap 5: Schouderbanden aanpassen

- Je kunt als je dat fijn vindt de doekdelen die over jouw schouders lopen verbreden. Je trekt de buitenste rand van de doek over je schouder naar beneden en vouwt hem weer terug. Zo verdeel je de druk over je schouders.



Dragen - Wikkkelgekruisde draagwijze met een geweven doek

Stap 6: Je kindje uit de doek halen

- Om je kindje snel en veilig uit de doek te halen haal je één arm door een van de banden heen (zoals bij een rugtas). Je creëert direct ruimte. Je pakt je kindje over en doet hetzelfde bij de andere band.
- Je kunt nu de doek naar beneden halen en je kindje uit de buidel tillen.

