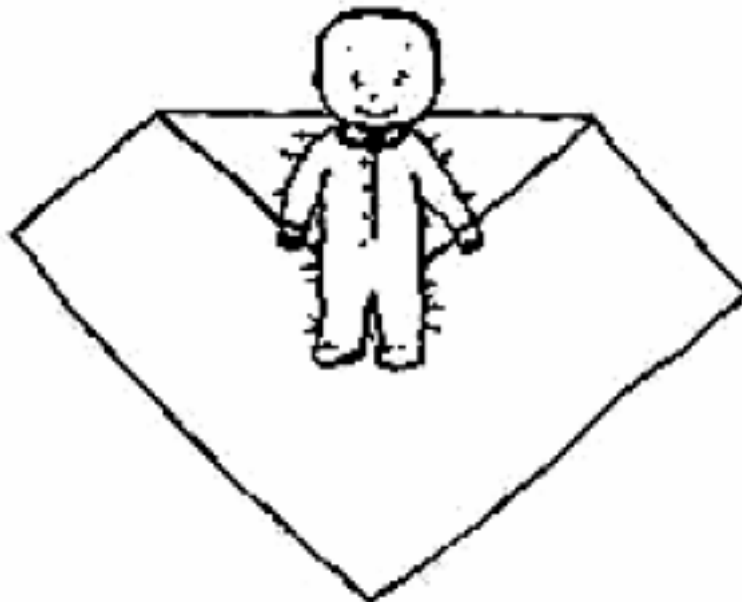


INBAKEREN

Er zijn net zoveel manieren om baby's in te bakeren, dan er manieren zijn om servetten te vouwen. Maar er is maar een manier de beste manier. Ze wordt ook wel de "DUDU" manier genoemd. (spreek je uit als DOE DOE) Het staat voor Down - Up - Down - Up (wat vrij vertaald betekent van beneden naar boven en weer van beneden naar boven).

Maak je klaar voor het inbakeren



(Om het onder de knie te krijgen is het beter om het inbakeren te leren op een pop of bij je baby op een moment dat hij of zijn lekker rustig is)

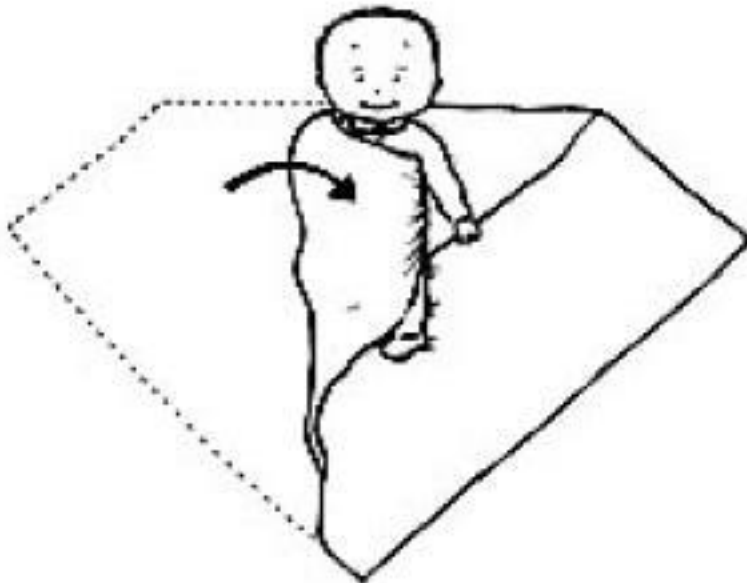
- 1) Leg de deken op je bed in de vorm van een diamant (zie afbeelding)
- 2) Vouw de bovenste punt van de deken om tot het midden van de deken
- 3) Leg je baby op de deken met het nekje op de rand van de vouw die je net gemaakt hebt.
- 4) Houdt de rechterarm van je baby strak tegen het lijfje. Als je baby protesteert, heb geduld, het armpje zal vanzelf tegen het lijfje blijven als je het een paar keer voorzichtig op het plekje terugbrengt.

Nu kunnen we met de wikkelen beginnen op de “DUDU”manier

1) **D**own (beneden)

Net zoals inbakeren de hoeksteen is van kalmeren, is de eerste **D**own de hoeksteen van het inbakeren. Dit moet goed gebeuren anders zal de wikkel los raken.

Houd het rechter armpje van je baby recht tegen het lijfje. Pak de deken ongeveer 10cm links van haar rechter schouder. En trek het strak **D**own (naar beneden) en schuin over het lijfje. Het moet op het begin van een V-hals lijken van T-shirt.



Instoppen Terwijl je de deken strak over het lijfje houdt, zorg je dat de rest van het gevouwen deel onder de billen en onderrug gelegd worden. Nu zorg je dat de wikkel vast komt te zitten.

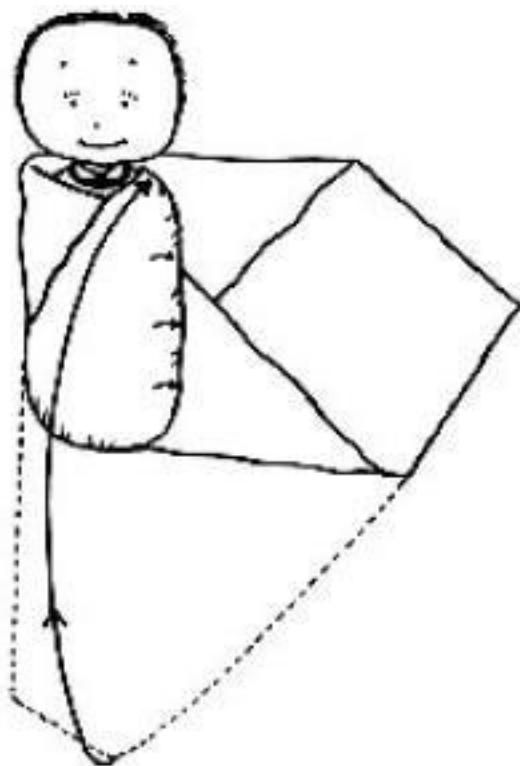
Stevig Terwijl je stevig de deken tegen de linker zijde van het heupje houdt, pak je de punt van de deken. Trek het nu strak over het lijfje (Het moet “aangenaam” stevig zitten voor je baby) en zorg dat alle speling voor het armpje weg is. Anders zal je baby zich los maken uit de wikkel.

Na het eerste **stevig instoppen** moet het rechterarmpje strak naast het lijfje worden geplaatst en mag het niet vrij kunnen bewegen, zelfs niet als je het dekentje nu loslaat.

Niet schrikken of twijfelen als je kind het nu op een huilen zet als je de deken wat strakker aantrekt. Je doet haar geen pijn! Het huilen komt omdat je baby zelf de controle kwijt is, en ze nog niet kunnen beseffen dat ze enkele seconden verwijderd is van een heerlijk gevoel van geborgenheid.

2) Up (naar boven)

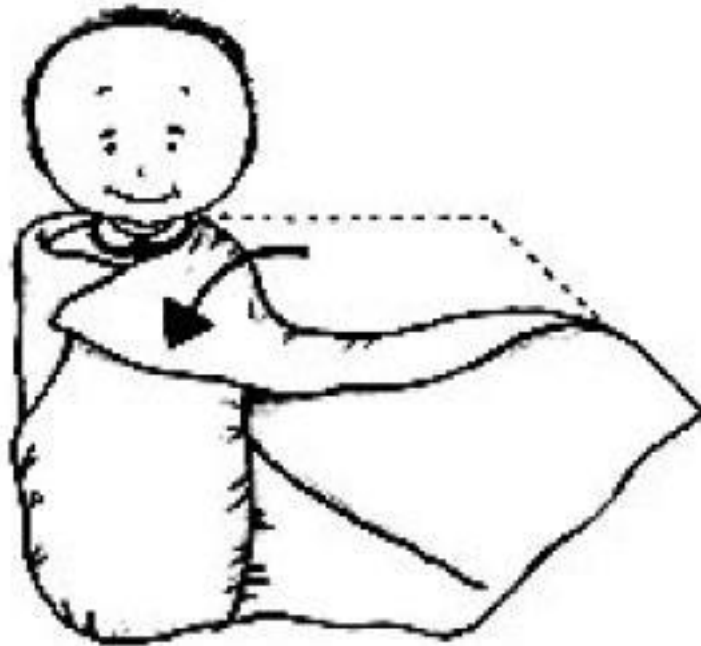
Nou, breng het linkerarmpje tegen het lijfje en pak de onderste punt van de deken en breng deze recht naar boven zodat het armpje ingestopt is. Zorg dat de punt over de linkerschouder van de baby komt. Dit hoeft je niet strak te trekken omdat het heupje en de beentjes van je baby vrij moet kunnen bewegen. Het maakt ook niet uit als de beentjes gebogen zijn. Als de armen maar **recht tegen het lijfje zijn**.



Instoppen terwijl je het linker armpje tegen het lijfje houdt leg je de punt van de deken onder de hele linker arm met je rechter hand. Houdt daarbij de linker arm van je baby strak tegen het lijfje.

Stevig terwijl je linker hand het rechterarmpje naar beneden houdt gebruik je je rechterhand om de deken aan de rechterkant bij de punt te pakken en trek het strak om de de baby. Hierbij moet weer alle speling bij de armen verwijnen.

- 3) **Down:** Pak nu weer ongeveer 10 cm rechts van het linker schouderdje de deken en trek het strak over de schouder. Let daarbij op de je de deken maar een beetje over de schouder trekt. Het grootste deel blijft van de baby liggen.



Vasthouden Houdt nu met je linkerhand het laatste deel van wat je net over de borst van je baby hebt gelegd vast.

- 4) **Up**

Terwijl je linkerhand het deel, dat nu over de borst van je baby ligt, stevig vasthoudt, pakt je rechterhand het laatste vrije deel van de deken en trekt het strak naar rechts.

Overkant Trek het deel nu strak over je baby naar de andere zijde van het heupje en wikkel het om je kind alsof je een riem aantrekt. Dit gaat nu strak over de armpjes.

Stevig De finishing touch van de DUDU inbakering is dat je de “riem die je net aangelegd hebt” strak aantrekt en alle speling voor de armen weghaalt. Dit voorkomt dat je baby de wikkel kan openen.

Terwijl je kind nu haar armen stevig ingebakerd heeft kan het nog steeds de heupen en benen vrij bewegen.



k
by