

# Obsah

Úvod .....	5
Historie .....	7
Jedna paní povídala aneb předsudky, pověry a jejich vymýcení.....	16
Úvahy o pozitivích a negativích šátkování.....	31
Jaký mají názor odborníci, děti a šátkující maminky .....	37
Pohled dítěte .....	37
Pohled maminek .....	37
Pohled odborníků .....	41
Jaké děti nosíme na těle?.....	52
Co dítě opravdu potřebuje? .....	56

## Praktická část

Jednadvacet důvodů proč nosit dítě v šátku .....	73
Šátek či nosítko? .....	76
Jaký šátek vybrat pro vaše miminko?.....	81
Obecné rady .....	81
Materiály .....	83
Barvy.....	85
Délky .....	87
Jak šátek vázat? .....	89
Zakončení úvazů - ambulantní uzel.....	93
Kříž s kapsou a jeho užití .....	96
Kříž s kapsou - postup vázání .....	98
Kříž s kapsou v použití kolébky pro novorozence .....	101
Kříž s kapsou v použití pro polohu tváří v tvář .....	107
Kříž s kapsou v použití úvazu buddha.....	111
Jednoduché a rychlé úvazy na jedno rameno.....	114
Postup uvázání na jedno rameno .....	115
Varianta kolébka .....	118
Varianta posed na bok (koník).....	121

Úvazy na záda .....	123
Batoň na záda.....	124
Tibeťan .....	128
Můj příběh .....	130
Zdroje informací.....	133

