

Fiches pratiques de portage

Les techniques les plus courantes :
croisé simple, sur la hanche, sur le dos

Cet ebook vous est offert gratuitement par [MonEcharpe](#). Il est libre des droits de diffusion, c'est-à-dire que vous pouvez le distribuer à votre tour, à condition qu'il reste gratuit et que vous n'en modifiez pas le contenu.

Le croisé simple

Paru en janvier 2004 dans *Enfant Magazine*
sous le titre « Le portage corps à corps »



Pliez l'écharpe en deux pour trouver le milieu et placez-la comme une ceinture autour de votre taille en ramenant les deux pans croisés sur le devant.



Prenez dans chacune de vos mains un bout de tissu que vous tendez devant vous. Croisez l'écharpe sur votre torse, et disposez chaque pan sur chacune de vos épaules.



Croisez les deux pans à nouveau dans votre dos et ramenez là encore chaque morceau de tissu sur la taille.



Nouez un double nœud bien solide sur votre ventre. Et voilà, vous voyez ce n'est pas compliqué, vous n'avez plus qu'à installer votre bébé.



Dès la naissance, votre nourrisson va adorer être bercé. Tendez bien le tissu autour de lui. Confortable dans ce cocon douillet, il s'assoupira, les battements de votre cœur en guise de berceuse.



Votre bébé grandit... installez-le dans cette croix, face à vous, ses jambes bien écartées. Tendez le tissu pour envelopper son dos. S'il s'endort, tirez un pan par-dessus sa tête pour la maintenir.

Sur la hanche

Paru en février 2004 dans *Enfant Magazine*
sous le titre « Le portage ethnique »



Un nœud pour commencer

Pliez l'écharpe en deux, posez le milieu sur votre épaule. Veillez à ne pas torsader le tissu. Faites un nœud légèrement au-dessus de votre hanche.



Côté pile

Faites coulisser le nœud jusque dans votre dos. Si les deux pans de tissu sont trop longs et traînent au sol, faites un autre nœud pour éviter de trébucher.



Bien ajusté

Vérifiez l'écartement du tissu contre votre buste. Pour que votre bébé ne glisse pas, il faut suffisamment le serrer. L'écharpe prend la forme du bébé et se détend.



Bébé collé-serré

Glissez votre bébé par le dessus dans l'écharpe. Ajustez le tissu autour de son petit derrière et dans son dos pour bien l'envelopper.



Epaule confortable

Votre épaule supporte le poids de votre bébé. Pour ne pas la comprimer, rabattez sur l'écharpe le pan de tissu posé contre votre cou.

En route

Votre bébé bien calé a ses jambes écartées, l'une dans le dos, l'autre sur votre estomac. Ce portage est idéal pour lui faire découvrir le monde à votre hauteur.

Il est possible de positionner le noeud juste devant l'épaule, si par exemple vous éprouvez une gêne à ce qu'il soit dans le dos.

Ce nouage est aussi utilisé pour porter en berceau : allongez-y votre bébé, sa tête du côté de votre épaule. Le noeud doit alors être dans le dos.

En sac à dos

Paru en mars 2004 dans *Enfant Magazine*
sous le titre « Le portage sur le dos »



Bien enveloppé

Placez l'écharpe sur un fauteuil. Installez votre bébé bien au milieu du tissu. Asseyez-vous devant lui et écartez-lui les jambes. Placez chaque pan de tissu sur vos épaules et retenez-les d'une main. Le tissu doit couvrir votre enfant des épaules jusqu'aux genoux.



A califourchon

Debout, ou assise pour plus de sécurité, penchez-vous un peu en avant et soutenez votre bébé sous les fesses de votre main libre. Au début, faites appel au papa. Montez votre enfant assez haut sur votre dos. Vérifiez que ses jambes sont bien écartées afin qu'il ne glisse pas.



Bretelles enroulées

Prenez soin de bien tirer les bords supérieurs et inférieurs des pans de l'écharpe. Ils maintiennent votre bébé bien en place. Enroulez les bouts vers l'intérieur pour former des bretelles.



Bien sanglée

Vous pouvez croiser les deux pans de tissu sur votre torse ou les passer en arrière comme les bretelles d'un sac à dos. La première méthode est plus couvrante, donc plus sécurisante pour débiter.



Le croisé antiglisse

Croisez les bouts de l'écharpe sous les fesses de votre tout-petit. Puis, revenez en passant sous ses jambes écartées. Terminez par un nœud sur votre ventre.



Bonne balade

Ce portage est idéal pour les petites promenades. Bien maintenu, votre enfant tourne sa tête de chaque côté et profite pleinement du paysage bien au chaud contre vous.

Cet ebook vous est offert gratuitement par [MonEcharpe](#). Il est libre des droits de diffusion, c'est-à-dire que vous pouvez le distribuer à votre tour, à condition qu'il reste gratuit et que vous n'en modifiez pas le contenu.