

Obsah srpen 2015



22

Bolí vás záda, otékají vám nohy? Víme, co vám uleví.

Na úvod

- 8 Píšete nám
- 10 Inspirace na srpen
- 14 VIP rozhovor: Nikola Márová

Těhotenství

- 20 Léto, jak má být
- 22 Co bolí, to přebolí
- 26 Těhotenský deník 3. díl
- 28 Těhotenské paragrafy
- 29 Ať se i táta zaučí
- 30 **Jezte zdravě hravě!**
- 34 Břícho jako módní doplněk
- 36 Cestování 2v1
- 38 Ženské otázky – poradna
- 40 Chci epidurál
- 42 Zabaleno do porodnice
- 44 Rodila jsem v taxíku

Miminko

- 46 Mimi tipy na srpen
- 48 **1. měsíc s miminkem**
- 52 Nahlédněte otci do hlavy
- 54 Pěkně tlustoučké?
- 56 Nechat se vést intuicí
- 58 Vše o kojení
- 60 **Odsávání dovoleno**
- 62 Mléční pomocníci
- 64 **8 signálů, že je dítě zdravé**
- 68 Fotosoutěž
- 70 Pozor na to, co spolkně
- 71 Čím je nakrmit – poradna
- 72 **(Ne)nechte ho vyplakat**

Téma měsíce

- 76 Matkou ve 40

Batole

- 82 Napružení námořníci
- 84 „Sed' a mlč“ nefunguje
- 86 Co je mu, doktore?
- 87 Hrajte si
- 88 Tablet, nebo tkaničky?

Větší děti

- 90 Školka budiž pochválena

Čas pro vás

- 92 Srpnové lásky
- 94 Krásná hned teď
- 96 Hurá na pláž!
- 98 Módemáma
- 102 Den volna
- 105 Buďte fit
- 106 V kondici po porodu

Rodina

- 109 Rodinná poradna
- 110 Jedeme do Slovinska
- 114 Zmrzlinové pamlsky
- 118 Kultura v srpnu
- 124 Horoskop
- 126 Miničtení pro děti
- 130 Otec nakonec

42

V tašce do porodnice by nemělo chybět...



52

Co se honí hlavou novopečenému tátovi?