

Obsah květen 2014



40

Zpestřete si mateřskou dobrovolnictvím

10

Poradíme, s jakými doplňky vyniknete

42

Víme, co vám bude v těhotenství slušet

74

Budte pohodová máma, a budete mít pohodové dítě

Na úvod

- 6 Píšete nám
- 10 Inspirace na květen
- 12 VIP rozhovor:**
Irena Máchová

Téma měsíce

- 16 Jaká jste máma?**

Těhotenství

- 20 Seriál o těhotenství (9. měsíc)
- 22 Fejeton redaktorky Terezy
- 24 Kondiční chůze
- 26 Jizvy po porodu
- 30 Těhotenské flíčky & spol.
- 32 První vs. druhé těhotenství
- 34 Poradna gynekologa
- 36 S kým se připravit na porod?**
- 39 Tipy pro těhotné
- 40 Zpestřete si mateřskou dobrovolnictvím
- 42 Móda pro těhotné

Miminko

- 44 Jak se vrátit ke kojení
- 48 Bydlet ve městě, nebo na vesnici?**
- 52 Poradna zdravé výživy
- 54 Když se špatně sráží krev
- 56 Laktační poradna
- 58 Kdy ho přestěhovat do vlastního pokoje**
- 62 Co musíte mít v dětském kočárku
- 64 Přehled odsávaček

- 66 Mateřský dotazník
- 68 Tipy pro miminka
- 70 Vaše porodní příběhy
- 72 Fotosoutěž

Batole

- 74 Pohodová máma
- 77 Poradna pediatra
- 78 Jmenuje se...
- 79 Štípancová sezona začíná
- 82 Ne a ne!
- 84 Horečka je spojenec
- 86 Dojímejte se
- 90 Nakrmte mozek

Předškolák

- 92 Strach v ordinaci
- 94 Seriál o mýtech ve výchově: Důslednost nade vše (2. díl)
- 96 Tipy pro předškoláky

Krása

- 98 Pletky & knoflíky
- 100 Proměna čtenářky
- 102 Tipy na zeštíhlení
- 104 Květnové novinky

Rodina

- 106 Co dělají šťastné páry
- 108 Psychologická poradna
- 110 Výlety za zvířátky
- 113 Tipy pro rodinu
- 114 Miničtení pro děti
- 116 Tipy pro zdraví
- 118 Máma roku
- 120 Tipy na čtení
- 122 Kam vyrazit v květnu
- 124 Horoskop
- 130 Otec na konec: Igor Chmela