

# OBSAH

Úvod .....	7
------------	---

## 1 PLÁNOVÁNÍ RODIČOVSTVÍ A OBDOBÍ TĚHOTENSTVÍ

Plánování rodiny .....	9
------------------------	---

Období těhotenství .....	11
--------------------------	----

Praktická příprava na příchod miminka .....	14
---	----

### ZE ZKUŠENOSTÍ RODIČŮ SE ZRAKOVÝM POSTIŽENÍM

CO HODNOTÍTE JAKO NEJTĚŽŠÍ PŘI ZVLÁDÁNÍ RODIČOVSKÝCH ÚLOH V POROVNÁNÍ S TÍM, JAK TO ASI MAJÍ VIDÍCÍ RODIČE? .....	17
--	----

CÍTLA JSTE V OBDOBÍ TĚHOTENSTVÍ ROZDÍL V PŘÍSTUPU LÉKAŘŮ (OPROTI PŘÍSTUPU K VIDÍCÍM MATKÁM)? CO VÁM VADILO A CO BY VÁM NAOPAK POMOHLA? .....	18
--	----

## 2 NEVIDOMÁ MAMINKA V PORODNICI

Porodnice, porodní asistentky a doly .....	19
--	----

Jak nejlépe pomoci nevidomé mamince .....	22
---	----

### ZE ZKUŠENOSTÍ RODIČŮ SE ZRAKOVÝM POSTIŽENÍM

JAK K VÁM PŘISTUPOVALI ZDRAVOTNÍCI V DOBĚ PORODU A PŘI PRVOTNÍM NÁCVIKU PÉČE O DÍTĚ? .....	24
---	----

## 3 PÉČE O KOJENCE DO 1 ROKU

Alternativní postupy při péči o kojence .....	25
---	----

Vývoj kojence, zdraví a nemoc .....	37
-------------------------------------	----

Kojenec a vodící pes .....	40
----------------------------	----

ZE ZKUŠENOSTÍ RODIČŮ SE ZRAKOVÝM POSTIŽENÍM JAKÉ ALTERNATIVNÍ POSTUPY, KOMPENZAČNÍ POMŮCKY NEBO SLUŽBY JSTE PŘI PÉČI O DÍTĚ VYUŽILI? .....	42
JAK JSTE ŘEŠILI PŘESUNY/CESTOVÁNÍ S MALÝM DÍTĚTEM A BÍLOU HOLÍ, PŘÍPADNĚ VODICÍM PSEM? .....	43
BYLA VAŠE KOMUNIKACE S KOJENCEM V NĚČEM JINÁ, NEŽ JE TOMU U VIDÍCÍCH RODIČŮ? .....	44
 <b>4 PÉČE O BATOLE OD 1 ROKU DO 3 LET</b>	
Batole doma. ....	45
Batole na procházce .....	47
Vývoj batolete a jak jej podpořit .....	50
 ZE ZKUŠENOSTÍ RODIČŮ SE ZRAKOVÝM POSTIŽENÍM	
JAK JSTE ZAJISTILI BEZPEČNOST POHYBUJÍCÍHO SE DÍTĚTE? .....	57
SETKALI JSTE SE JAKO NEVIDOMÍ RODIČE S PŘEDSUDKY? CO BYSTE VZKÁZALI TĚM, KTEŘÍ ZASTÁVAJÍ NÁZOR, ŽE BY LIDÉ SE ZRAKOVÝM POSTIŽENÍM NEMĚLI MÍT DĚTI? .....	58
CO BYSTE VZKÁZALI JINÝM NEVIDOMÝM RODIČŮM NEBO TĚM, KTEŘÍ RODIČOVSTVÍ PLÁNUJÍ? .....	59
NĚKOLIK NÁMĚTŮ PRO VIDÍCÍ ČTENÁŘE. ....	59
ROZHOVOR: Zuzana a Petr. ....	60
ROZHOVOR: Milena a Jaroslav. ....	67
ROZHOVOR: Pavla a Michal .....	77
ROZHOVOR: Kateřina a Ondřej .....	87
SLOVNÍČEK VYBRANÝCH POUŽITÝCH POJMŮ. ....	96