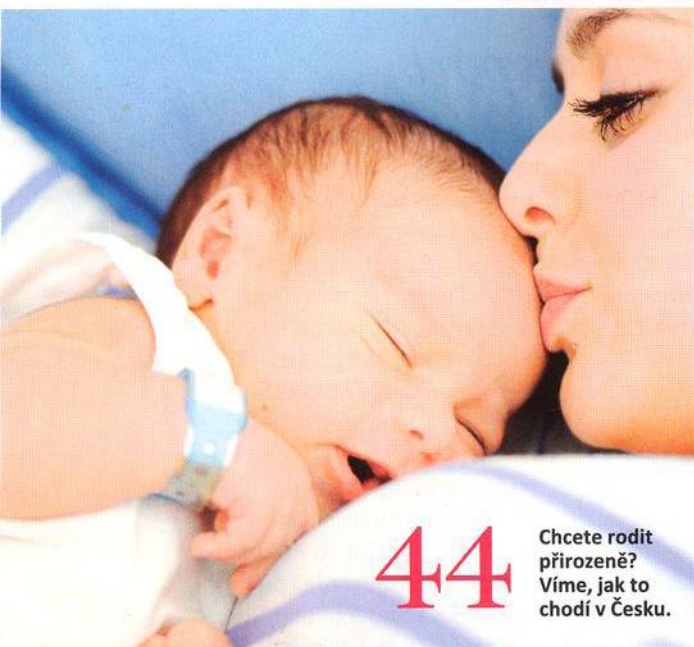


Obsah březien 2016



44 Chcete rodit přirozeně? Víme, jak to chodí v Česku.

48

Jak co nejrychleji zabalit miminko nebo svačinu...



82

Nejlákavější hračkou pro batole je mobil?!?



Na úvod

- 8 Píšete nám
- 12 Inspirace na březien
- 14 VIP rozhovor: Jana Bernášková

Těhotenství

- 20 Nejen pro těhulky
- 22 Předtěhotenský detox
- 24 Ženské otázky
- 26 **Těhotenský deník 1. díl**
- 28 Nepotřebujete namasírovat?
- 30 Co se to děje... Krvácím!
- 32 **Jarní vánek ve vašem těhušatníku**
- 34 **(Před)porodní strachy**
- 38 **Muž u porodu – podpora, nebo komplikace?**
- 42 **Pomůcky k porodu**
- 44 **Přirozený porod po Česku**

Miminko

- 48 Nákupy pro mimi
- 50 Z těhudeníku do šestinedělí – lůžky v bordelu
- 52 Vše o kojení
- 54 **Jak na poporodní poranění?**
- 56 **Kdy se zase vyspím?!**
- 58 **Dieta a kojení – jde to dohromady?**
- 61 Pojistěte zdraví miminka

- 62 Březien – do vany vlezem
- 64 Fotosoutěž
- 66 Když mateřské mléko nestačí
- 69 Čím je nakrmit?

Téma měsíce

- 70 **Tohle je moje tělo po porodu**

Batole

- 76 Jarní minišatník: Nové úlovky
- 78 **První pomoc, když nechce zeleninu**
- 80 Malý agresor
- 82 **Batole na mobilu...**
- 85 Co je mu, doktore?
- 86 **Zkroťte hračky**

Čas pro vás

- 91 Jarní vábení
- 92 Světlo ve tváři
- 94 Chce to detox
- 96 **Moje máma blogerka**
- 102 Pravidla o sexu po porodu

Rodina

- 105 Rodinné otazníky
- 106 **Rodino, jedeme na výlet**
- 109 Jak vybrat rodinný vůz
- 110 Ryba, rybka, rybička
- 114 Matky dirigentky
- 116 Kultura v březnu
- 122 Horoskop
- 124 Miničtení pro děti
- 130 Fejeton Jana Smetany