

TĚHOTENSTVÍ**JÍME ZA DVA, ČI NE?** Jak je to s váhou v těhotenství 8

Především klid (Těhotenská poradna) 12

ČAS POHODY Druhý trimestr 14**POROD**

Jak vypadá porod 18

PO PORODU**MINUTY, HODINY A DNY** První chvíle s miminkem 22**MIMINKO****VŠECHNO LÍTÁ ...** Pohybové dovednosti 26

Pomůcky pro maminky 28

A paní zima je tu (Jak oblékat miminka) 30

Hladový pláč (Výživa 1. roku) 32

Zdravé dítě: Křeče novorozenců 34

BATOLE

Jde to po dobrém? 36

Zdravé dítě: Cystická fibróza 40

PŘEDŠKOLÁK

Kdy do školy 42

Zdravé dítě: Zánět slepého střeva 45

PÉČE O DÍTĚ**POSVÁTNÁ JE LÁSKA MATEŘSKÁ** Vztah matky k dítěti 46

Zimní rodinné radovánky 50

Zvyšujeme kondici (Zdravé stravování) 54

S dítětem v nemocnici? (Právo) 57

ŽIVOT V RODINĚ**POHYBOVÉ VLOHY** Každý se nenarodí lyžařem 60

Hrajte si a cvičte (Cvičení) 64

Pohodlné vaření (Útulné bydlení) 66

PARTNERSKÉ VZTAHY

Ideální otec? 70

Co nás čeká v lednu? (Rozpočet) 74

HRÁTKY PRO DĚTI A MAMINKY 76**MEDICÍNA**

Proč nepřichází? 80

BETYNKA INFORMUJE

Co přináší zima 82

JÍDELNÍČEK 85