

Obsah

TĚHOTENSTVÍ

- 6 **Příchod miminka už se blíží**
Jak se připravit na porod

NARODILO SE

- 10 **První minuty po porodu**
Apgar skóre
- 12 **Konečně jsme spolu**
72 hodin v porodnici
- 18 **Kojení**
Desetkrát o správné technice
- 20 **Prvních šest neděl**
Náročné období po porodu

PRŮVODCE

- 24 **První rok dítěte krok za krokem**
Co všechno už miminko umí



12

CHVÍLE ZÁZRAKŮ

Narodilo se vám miminko. Jste unavená, ale nesmírně šťastná...



31

HRAČKY vybírejte podle věku dítěte. Měly by být bezpečné a měly by miminko nejen bavit, ale i rozvíjet jeho dovednosti



25

POKOJÍČEK

by měl být oázou klidu a bezpečí.

Pečlivě volte materiály, z nichž je zařízení dětského koutku vyrobeno, doplňky, ale třeba i barvy povlečení či stěn. Vše na dětátko působí

24

Průvodce
Během 1. roku prochází miminko zásadním vývojem. Kolem 6. měsíce si začíná sedat, ve 12 měsících chodí. Ale protože každé dítě je jiné, jedno zvládá některé dovednosti dříve, jiné zase o něco později



SPÁNEK

50 Spi, děťátko, spi
Rituály pomáhají

ZDRAVÍ

54 Miminko je nemocné...
Nejčastější zdravotní problémy

HYGIENA

64 Aby bylo voňavé a zdravé
Koupání, přebalování

66 Masáže miminka
Význam doteků

RODINA

68 Vše se podřídí drobečkovi
S rodičovstvím nastává čas velkých změn

VÝŽIVA

70 Mléko, příkrmy a kašičky
Zdravý jídelníček

CVIČENÍ

78 Buďte fit s miminkem
Společné cvičení

PARAGRAFY

80 Paragrafy na mateřské
Nač mají rodiče nárok

HOROSKOP

82 Jaké bude vaše dítě?
Znamení zvěrokruhu



20 ŠESTINEDĚLÍ Konečně je rodina pohromadě. Novopečená maminka potřebuje hodně odpočívat, aby se zotavila

Vydává: Burda Praha spol. s r.o.
Managing Directors:
A. Teutsch, B. Picker

betynka SPECIÁL

Šéfredaktorka/Výtvarná ředitelka: P. Fundová Vedoucí redaktorka: R. Rothová Redakce:
V. Adamcová, D. Baňhlová, B. Dražanová a tým externích lékařů a specialistů Grafická úprava:
J. Pačovičová, J. Pospíšilová Tajemnice redakce: L. Večeřová Výrobní oddělení: J. Tomásek - ředitel,
A. Vaníčková Adresa nakladatelství, redakce a inzerce: Uruguayská 17, 120 00 Praha 2,
telefon: 296 521 111, 221 589 111, fax: 222 522 648, e-mail: betynka@burda.cz
Inzerce: M. Jelínková - ředitelka, P. Vondráčková - Group Advertising Director, tel.: 221 589 223
Repro: Semata sp. z o.o. Tisk: Slovenská Grafia, a.s. Registrační číslo: MK ČR 8400 Rozšiřují:
Společnosti holdingu PNS, a.s., Mediaprint & Kapa, Mediaprint & Kapa Bratislava a soukromí
distributoři Distribuce: P. Tomšů - ředitel Předplatné ČR: Burda Praha spol. s r.o., fax: 296 521 247,
e-mail: distribuce@burda.cz Předplatné SR: Magnet-Press Slovakia s.r.o., P. O. Box 169,
830 00 Bratislava, tel.: 67 20 19 31-33, E-mail: predplatne@press.sk. Redakci
nevýžádané rukopisy, fotografie a kresby se nevracejí. Redakce neručí za obsah inzerce.
Publikování nebo šíření jakéhokoliv materiálu z časopisu bez písemného souhlasu
Burda Praha spol. s r.o. je zakázáno. ISSN 1212-0480

Hubert
Burda
Media