

LISTÁRNA

- 6 Máma nesmí mít dovolenou
(Patronka Betynky Zdeňka Žádníková-Volencová)
- 8 Dopisy
- 10 www.mojebetynka.cz
- 12 Fotosoutěž o 20 cen Johnson's baby
- 14 Kudy z nudy v únoru

TĚHOTENSTVÍ

- 16 Mateřský instinkt versus vědomosti
- 18 Druhé dítě do roka a do dne
- 24 Kdy jste spolu naposled spali?
- 28 Pssst, počurávám se...
- 30 Léčivé kuličky
- 32 Rizikové čekání na zázrak
- 36 Gravid jóga. Gravi... Co?
- 38 Co jíte vy, jí i miminko
- 42 Těhotenská story paní Bedřišky
- 44 Zimě navzdory aneb Tipy pro nastávající maminku
- 46 Poradna gynekologie

POROD

- 48 Porodnice v Olomouci
- 50 „Nastřihování“

MIMINKO

- 52 Stát se mámou po pětatřicítce...
- 56 Všechno je jinak! Lukášův první rok
aneb S Betynkou v patách (1. měsíc)
- 60 Když ouško zlobí
- 63 Velký kojící speciál
- 68 Miminko narozené 29. února
- 70 Zábavná mini mimi jóga
- 72 Výživa prvního roku
- 73 Příkrmy (konec 6. měsíce)
- 74 Co potřebuje miminko každý den...
- 75 Zlé kvasinky? Kšá... (Zdravé dítě)

36

Těhotná
a cvičit?
Zacvičte si
s námi gra-
vid jógu



38

Život
s mimi-
nem si žádá
i pečlivější
výběr toho,
co jíte...



56

První měsíc
života malého
Lukáška –
s Betynkou
v zádech



63

Jak na kojení vám
poradíme v na-
šem speciálu



BATOLE

- 76 Maminka se vrátí
- 79 Ta povaha, ta podoba!
- 84 Obrýlené starosti
- 86 Od očaře k optikovi
- 88 Šéfe, mám nemocné dítě
- 90 Z deníku matky: Matýsek
- 92 Pár důležitostí ze života batolete
- 93 Obyčejná pusa? (Zdravé dítě)

PŘEDŠKOLÁK

- 94 Lenka, nebo máma... A není to jedno?
- 96 Velký věkový rozdíl mezi sourozenci
- 100 Maminko, mně se zdál ošklivý sen!
- 104 Kocour Matyáš
- 108 Tipy pro předškoláky
- 109 Jako vyměněné... (Zdravé dítě)

ŠKOLÁK

- 110 Jednička z člověčiny
- 114 Cvičení s tátou
- 116 A ještě jednou fúrie
- 118 Víte, co si myslí děti o naší práci?
- 120 Tipy pro školáky
- 121 Poradna pediatra

V RODINĚ

- 122 Jak na krizi? Umět se i v průšvihů zasmát!
- 126 Chůva z Filipín není nevzdělaná šmudla
- 130 Opravdové hrdinky
- 132 5 tipů, co s „nedojedky“
- 134 Mlsání povoleno
- 136 Cestování
- 140 Horoskop
- 142 Bezplatná inzerce
- 144 Křížovka
- 146 Příště

86

Jak vybrat
mrňousovi
brýle?
Poradíme vám



100

Když útočí noční
múry a zlé sny –
Jak na ně?



114

Když se do cvičení
zapojí tatínek
– je to radost



118

Víte, co si
myslí vaše
dítě o vaší
práci?



122

S úsměvem na
rtech i finanční
krizi navzdory.
Jde to vůbec?

