

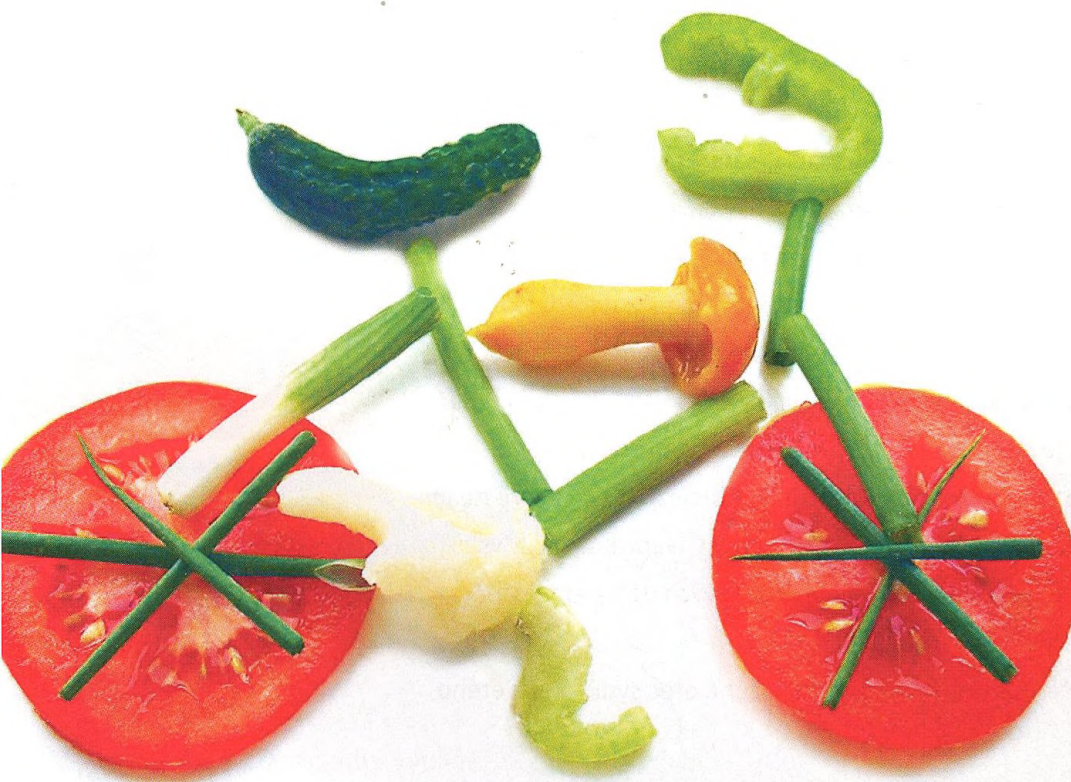
# Obsah

Leden 2011



**52** Vidět svět na vlastní oči? To není pro každé miminko samozřejmost...

**30** Dozvěděla jste se, že budete „dvojčecí“ mámou? Přečtěte si naše rady!



**92** Víte, jak si nevykrmit tloušťka? Když má dítě dost, nenuťte ho za každou cenu dojídat. A dodržujte spolu s ním 5 základních pravidel!

## Úvodní strany

- 6 Dopisy
- 8 Lednové tipy
- 10** Fotosoutěž o 20 balíčků s potřebami pro miminka Mam
- 12 Baby roku 2010

## Téma měsíce

- 14 Co vás v Betynce zaujalo v roce 2010
- 16** Plánování mateřství versus příroda

## Snažilky

- 18 Nedaří se vám otěhotnět... a vykládáte to každému...?

## Těhotenství

- 20 Mateřství: zlatý čas pověr
- 24 Nechce se mi na mateřskou...
- 26 Když teď marodíte za dva
- 30 Čekáte miminko... A jsou dvě!
- 32 Řádění v bříšku
- 34** Pochlubte se a vyhrajte! (Soutěž o Pupík roku 2010 je ve finále)
- 36 Něco pro duši i tělo
- 38 Poradna gynekologa

## Porod

- 40** Nečekaný porod „císařem“
- 44 Vaše příběhy

## Miminko

- 46 Pusťte tátu k miminku!
- 50 Vlákno jako lék
- 52 Když miminko špatně vidí...
- 55 Recepty pro miminko
- 56 Chytří pomocníci
- 58** Vývoj ve dvou... je to honička!
- 60 Pro zdraví i dobrý pocit za sebe
- 62 Co dopřát miminku?
- 64 Výživa 1. roku
- 65 Zdravé dítě

## Batole

- 66 Ať si chvíli hraje samo!
- 68 8 tipů na hry, aby mělo šikovné ruce

# + EXTRA příloha *betty*

- 70 Aby mámino ochranné křídlo hřálo, ale nedusilo...
- 74 Fotosoutěž o 13 cen Lamaze
- 76 **Boule nebo něco horšího?**
- 78 Pro mrně i pro mámu
- 80 Zdravé dítě

## Dvojčata a trojčata

- 82 Jste permanentně unavení?
- 84 Kdo a kde pohlídá trojčata?

## Ze života Betyanky

- 86 Mikulášská v Hard Rock Cafe...

## Předškolák

- 88 **Nechce se mu do školky...**
- 92 Jak nevykrmit tlouštíka?
- 96 Když levačka není „na levačku“
- 99 5 povolených vět, když děti zlobí
- 100 Betyanka dětem
- 102 Donesl Ježíšek dítěti pejska?
- 103 Co to do nich vjelo?
- 104 Když je hraní učením
- 106 Zdravé dítě

## Školák

- 108 **Umíte vyléčit telemánii?**
- 110 Nejde o život, ale o známky
- 112 „Velký“ svět školáků
- 114 Poradna pediatra

## V rodině

- 116 Předsevzetí, které stojí za to
- 118 Knížky pro děti...
- 120 Kdy pustit dítě ven bez dohledu
- 122 Vaříme s dětmi odmala
- 124 Aby byla na horách zábava!
- 126 Horoskop
- 130 Křížovka
- 132 Bezplatná inzerce

# betynka betty

Čtení pro mámy o rodině a vztazích

SPECIÁLNÍ PŘÍLOHA BETYNKY

- » Móda
- » Psychologie
- » Interview
- » Medicína



## KALHOTY na každé pozadí

Stačí vědět, který střih  
nám skutečně sedí  
str. 22-25

## O penězích trochu jinak...

Psycholog vzkazuje:  
finance jsou důležité,  
ale sebeúcta na nich  
nestojí str. 18-21

## Konečně pryč S „KNÍRKEM“

Kosmetická drobnost,  
která otravuje brunetky  
str. 14-15

## 7 otázek „na tělo“ pro Gábinu Partyšovou

## Jak se žije s nálepkou zlatokopky

## Supermanky?

Úspěšné ženy s rodinou  
a kdo jim pomáhá... str. 26-27

POZOR: I letos hledáme dítě na obálku

# Obsah Leden 2011



**8** Lež má dlouhý frňák, ale pravda v nepravou chvíli také není nic moc



**22** Nákup kalhot, když víme, jaký nám sedí stříh, už není trauma

## 6 věcí, které muži vědí o ženách:

1. ...
2. ...
3. ...
4. ...
5. ...

**6.** Ženy mají prsa...

**28** Když se sejdou minimálně dvě ženy, vždycky končí hovor aspoň na chvíli u toho, jak jsou muži „jiní“. Máme je rádi a... s humorem

- 2** Editorial + obsah
- 4** Co o sobě víte?  
Test: Děláte si se vším hlavu?
- 6** 7 otázek na tělo...  
pro Gábinu Partyšovou  
Jedna z nich zní:  
„Jak se žije s nálepkou zlatokopky?“
- 8** Vztahy  
Chvála lži (v pravou chvíli)  
Pravdomluvnost za každou cenu svědčí o mizerné sociální inteligenci
- 10** Rozhovor s...  
Roman Šmucler:  
„Klinikou dceru nestraším“
- 13** Naše vztahy úhlem statistiky  
Naštěstí život není matematika
- 14** Kosmetický problém  
Jak se zbavit chloupků nad horním rtem
- 16** Žena a medicína  
Vetřelci v puse: Afty
- 18** Psychologie  
Ty proklaté peníze potřebujeme, ale...  
S odborníkem na duše i finance Alešem Kalinou o tom, jak si udržet v komerčním světě sebeúctu
- 22** Móda  
Kalhoty pro váš zadeček  
Neexistuje špatné pozadí, ale výběr špatného střihu
- 26** Matky v české realitě  
Na odpověď máte minutu... tentokrát s autorkami loutkového filmu Fimfárum, režisérkou Kristinou Dufkovou a výtvarnicí Denisou Abrahámovou-Grimmovou
- 28** S nadhledem  
O mužích (jak jinak) vesele