

Obsah červen 2013

Užijte si léto **10**
v indiánském stylu

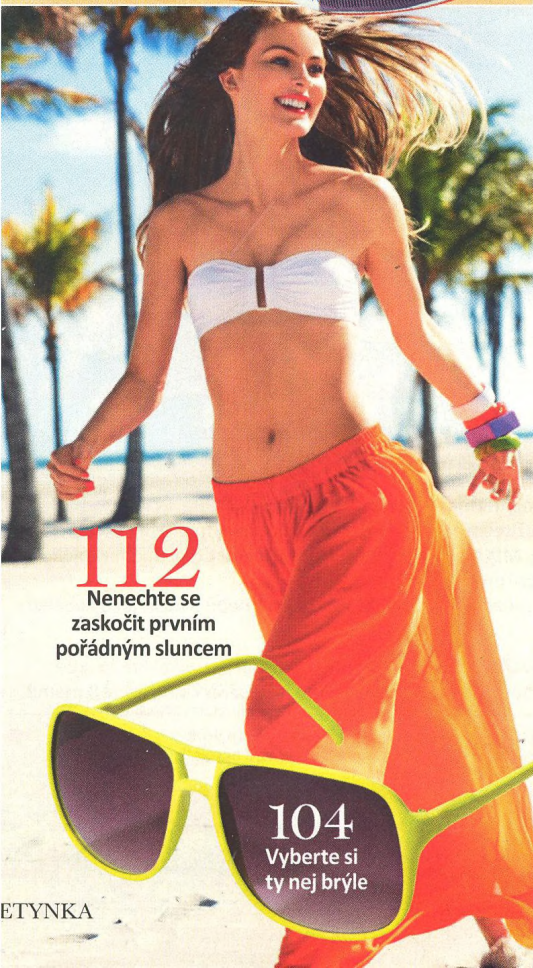


28

Kvalitní podprsenka vám zvedne i sebevědomí

92

Co teď nejvíc potřebují malé parádnice?



112

Nenechte se zaskočit prvním pořádným sluncem

104

Vyberte si ty nejbrýle



Na úvod

- 6 Píšete nám
- 10 Inspirujte se v červnu
- 14 **VIP rozhovor:**
Kateřina Emmons

Téma měsíce

- 18 **K čemu jsou tátové**

Těhotenství

- 22 Těhotenství a křečovky
- 24 Operace v bříšku
- 28 Nenechte svá prsa klesat
- 30 Styl
- 32 Tipy pro vás
- 34 K čemu je dobré mateřství
- 36 Cvičení po porodu
- 38 **(Ne)mám chuť na sex**
- 41 Poradna gynekologa
- 42 Pupík roku
- 44 Výživa v těhotenství

Miminko

- 48 První úsměv
- 50 Boj o každý pohyb
- 54 Když se neprobudí
- 58 Laktační poradna
- 60 Jsem osobnost
- 64 Zvrací, nebo ublinkává?
- 66 Poradna zdravé výživy
- 68 Tipy pro péči o miminko
- 70 Porodní příběhy
- 72 Jmenuje se
- 74 Fotosoutěž

Batole

- 76 Špína útočí
- 78 Výchova fackami
- 80 Malý šikula
- 82 Přehled:
Co potřebujete k vodě

- 84 **Hry na cesty**

- 86 Poradna pediatra
- 88 Áčková žloutenka

Předškolák

- 92 Tipy pro předškoláky
- 94 10 chyb ve výchově
- 96 Co dělat, když potkáte rasismus?

Školák

- 98 Tábor ve městě
- 100 Zvládněte neúspěch

Krása

- 104 Přátelské letní trio
- 106 Proměna čtenářky
- 108 Projekt Máma roku
- 110 Nohy na léto
- 112 Opalování
- 114 Kosmetické novinky na červen

Rodina

- 116 Projekt mimi & mami
- 118 Zvládněte sourozenecké bitky
- 121 Rodinné vaření
- 124 Co děláte pro své zdraví
- 126 Dekor: 5x pampelišky
- 128 Cestování:
Kolín nad Rýnem
- 132 Psychologická poradna
- 134 Zmrzliny
- 136 Koutek pro děti
Úkoly a říkanky
- 140 Kam vyrazit v červnu
- 142 Horoskop
- 145 Křížovka
- 146 Otec na konec:
Otázky pro Ivana Panova