

TĚHOTENSTVÍ A POROD

- 18 Pohoda i v létě
- 22 Jsem opravdu těhotná?

PRVNÍ ROK

- 30 **Šestinedělí:** Když zmizí břicho
- 24 Aby byl začátek dobrý
- 27 Ta věc se štěstím

ŽIVOT S DÍTĚTEM

- 6 Druhé dítě je na cestě
- 33 Jaroslav Herden rodinám: Hudební hodinky pro táty a maminky
- 34 Cestování s dětmi
- 36 **Výživa:** Vzhůru k rodinnému stolu
- 38 **Přirozená výchova:**
Jak sebevědomé chceme mít své děti

53 ZDRAVÉ DÍTĚ OD 0 DO 14 LET

ZDRAVÍ A KRÁSA

- 44 **Snídaně:** Dobrý start do nového dne
- 46 Wellness pro nejmenší
- 52 Opalování s rozvahou
- 59 Mykózy – nepříjemné, ale léčitelné
- 62 Vlasy a nehty umí pozlobit

14 INFOSERVIS

- 66 Tiráž



VOŇAVÁ A ZDRAVÁ

Pokožka miminka potřebuje asi rok, aby si zvykla na svět. Ukážeme vám, jak ji správně ošetřovat. Čtěte na straně 46.

RUBRIKY

- 3 Naše děti
- 41 Kultura – Výchova – Životní styl
- 65 Kosmetika
- 68 **Společné stolování:**
Snídaně v trávě
- 71 Recepty do sbírky
- 74 Předplatné časopisu Rodiče
Měsíčně losujeme výherce zvlhčovače vzduchu a dalších praktických dáreků pro vaše děťátko.