

## **Těhotenství a porod**

- 20 Vzpřímené pozice porodu pomáhají
- 24 Vše kolem břicha

## **První rok**

- 28 Pomoc! Moje dítě chce spát jen na bříšku
- 32 Proč je dnes tak těžké přivádět na svět děti?
- 36 Máma přijde hned!

## **Život s dítětem**

- 8 Jóga v miminkovském podání
- 18 Rodičovství nastavilo zrcadlo mému nitru  
Rozhovor s nakladatelkou Marií Chřibkovou Noe
- 34 Mám dítě, ale nejsem šťastná (O mateřské depresi)
- 42 K předčítání: Na nákupu
- 44 Jiné děti, jiné mravy! Když jsou u vás  
na návštěvě cizí děti
- 48 Hry a zábava
- 50 Pravda a mýty o Montessori  
– Neodmítejme věci dřív, než je prozkoumáme
- 54 Klidná a pohodová snídaně  
– Opravdu chci tak moc?

## **Zdraví a krása**

- 70 Pro zářivější pleť

## **Wellness**

- 58 Použití pupečnickové krve u cukrovky I. typu
- 62 Když je ucpaný nosík
- 65 Zdravé zuby od počátku

## **Rubriky**

- 3 Naše děti
- 6 Editorial
- 7 Blahopřejeme
- 14 Rodina plus
- 41 Předplatné s dárkem od firmy Chicco  
pro všechny předplatitele
- 73 Kosmetické tipy
- 74 Recepty pro celou rodinu: Podzimní příprava
- 77 Tipy do domácnosti
- 80 Zdravá výživa & eko-domácnost
- 82 Předplatné časopisu Rodiče