

## Seriál

### 8 Jak se stáváme rodiči – Od představ k realitě

4.díl: „Maminko,  
dej mi knedlíček!“  
Výživa po prvním roce



## Těhotenství a porod

- 40 První pomoc v šestinedělí
- 22 Když hladina cukru  
v těhotenství stoupá
- 24 Jak je to s domácími porody?  
Rozhovor s právníčkou
- 26 Císařský řez – záchrana  
nebo komplikace?

## První rok

- 30 Úspěšné kojení přispívá  
k prosperitě všech členů  
rodiny
- 32 Péče o ústní dutinu začíná  
hned po narození 2.
- 36 Za chvíli jsem u tebe,  
miláčku!

## Život s dítětem

- 20 Výsledky průzkumu  
Mámy a práce
- 37 Dozrál čas na druhé dítě?
- 44 Aby nás rodičovství  
také těšilo

## Výchova

- 48 Proti vzdoru pomůže skřítek
- 50 Nehádejte se o špenát!

## Rodiče radí

- 56 Těhotná do sauny?
- 57 Jak uložit miminko
- 58 Léto – čas pískovišť!
- 59 Posilujte dětem imunitu  
na jaře
- 60 Očkovací kalendář

- 64 Čtyři mýty o senné rýmě
- 65 Grafomotorika
- 66 Pes, kočka, dítě...

## Zdraví a krása

- 52 Ach jo, ta únava...!
- 67 Hubněte, zn. „bez námahy“
- 69 Dejte dětem zdravý příklad
- 70 Opalování: Je to paráda,  
modré nebe a hřejivé  
sluníčko...

## Rubriky

- 3 Naše děti
- 5 Dárek pro nové předplatitele
- 6 Editoriál
- 16 Rodina plus
- 22 Vše kolem břicha
- 29 Novinky pro miminka
- 30 První rok
- 49 Hry a zábava
- 54 Zdravé tipy
- 73 Kosmetické tipy
- 76 Recepty: Kufátko  
pro každého!
- 79 Tipy do domácnosti
- 80 Jak si předplatit náš časopis
- 82 Aktuální