



CZYTAJ I... OGLĄDAJ FILMY!

Teraz czytając „Mamo, To Ja”, możesz jednocześnie oglądać filmy, które dla Ciebie wybraliśmy! Prawie jak w gazetach z książek o Harry'm Potterze :) Przeczytaj instrukcję i... zobacz dużo więcej!

TAP2C
www.tap2c.com



VIDEO



AUDIO



GALERIA



1 Pobierz darmową aplikację **Tap2C** z AppStore lub Google Play.



2 Zeskanuj aplikacją **Tap2C** okładkę.



3 Poszukuj ilustracji oznaczonych znakami przedstawionymi powyżej z użyciem telefonu.



4 Gdy na ekranie telefonu pojawi się odpowiedni symbol, naciśnij go, by zobaczyć więcej!

Aplikacja **Tap2C** wymaga dostępu do Internetu za pomocą sieci 3G, 4G lub WiFi. Prędkość pobierania danych może się wahać w zależności od siły sygnału. Operator komórkowy może naliczać dodatkowe opłaty za przesyłanie danych.

W TYM NUMERZE: *O ciąży, porodzie, małym dziecku – najwięcej, najlepiej, najciekawiej*

NASI SPECJALIŚCI RADZĄ NA STRONACH:

- 28 ZAPYTAJ POŁOŻNĄ**
Odpowiada Bożena Cieślak-Osik ze Szpitala Klinicznego Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego.
- 38 ZAPYTAJ PSYCHOLOGA**
O rozwoju i psychice dzieci mówi Beata Chrzanowska.
- 50 ZAPYTAJ PEDIATRĘ**
Na pytania odpowiada prof. Piotr Jurkowski, szef Kliniki Pediatrii Uniwersytetu Warmińsko-Mazurskiego.
- 58 ZAPYTAJ DIETETYKA**
Podpowiada mgr inż. Małgorzata Strucińska z Instytutu Matki i Dziecka.

NIEMOWLĘ

- 6 OPOWIEŚCI WIGILIJNE** Święta to magiczny czas, choć ta magia nie musi mieć nic wspólnego z wizją, jaką serwują nam filmy rodzinne albo reklamy, którymi rok w rok rączy nas telewizja. Ważne, by umieć ją dostrzec! Potrafiły to nasze bohaterki.
- 14 CZY NIE JE ZA MAŁO?** Jak sprawdzić, czy maluszek karmiony piersią je wystarczająco i nie jest głodny?
- 16 CO ZA DUŻO, TO NIE ZDROWO** Jakich błędów unikać, by podając dziecku mleko modyfikowane, sprawić, by jadło tyle, ile trzeba?

KONKURS

Wybraliśmy
jedną z
nagród

o które czytelnicy
w 2014 roku, grały
najchętniej!



HIT.5

krzeselko do karmienia
z 5-cio stopniową regulacją
wysokości i łatwo zmywalną
powierzchnią!

Wyślij **SMS**
o treści **HIT.5**
na **72022**

Koszt SMS: **2,46** zł brutto

Na SMSy czekamy do 15.01.2015

Organizator konkursu: RMS sp. z o. o.

Regulamin konkursu na wap.rms.net.pl



**BARDZO TANIO
LUB Z KSIĄŻECZKA**
„MAMO, TO JA” MOŻESZ W TYM
MIESIACU KUPIĆ SUPERTANIO,
BO ZA 1,50 ZŁ, ALBO ZA 9,99 ZŁ
Z FILMEM NA DVD „TUPOT MAŁYCH
STÓP 2” LUB ZA 29,99 ZŁ
Z KSIĄŻECZKA I FILMEM NA DVD
„RATUJMY MIKOŁAJA”

20 ZASADY ZIMOWYCH SPACERÓW

To, że na dworze trzaska mroź, nie znaczy, że nie warto wyjść z maluchem na spacer. Sprawdź, jak się do niego przygotować.

22 NA KANGURKA Czyli o specjalnym

noszeniu dziecka (zwłaszcza wcześniaka), które wspomaga jego rozwój.

26 6 PYTAŃ O ROZSTANIE DZIECKA

ZE SMOCZKIEM Ssanie smoczka uspokaja, pomaga zasnąć, pociesza. Przychodzi jednak czas, gdy staje się kłopotem. Jak odzwyczaić malca od smoka?

MAŁE DZIECKO

30 BAWMY SIĘ W KARNAWALE

Ściągą, która pomoże ci przygotować imprezę dla najmłodszych.

32 KOMU AUTKO, KOMU LAŁE?

Rozmawiamy z psycholożką m.in. o tym, jakie zabawki powinno mieć małe dziecko.

34 PYTANIA O ROZWÓJ: DRUGI ROK

ŻYCIA – CIĄG DALSZY Co może cię zainteresować w drugim roku życia dziecka? Na pewno to, że trzeba mieć je ciągle na oku.

ZDROWIE

40 CO DAĆ NA GORĄCZKĘ? Choć jest

znakiem, że układ odpornościowy sprawnie pracuje, to zawsze budzi niepokój. Kiedy i jak ją obniżyć?

42 CHRRRRYPY Nie jest chorobą,

tylko objawem. Jak pomóc dziecku, gdy chrypi?

44 DO PRZYCHODNI CZY DO

SZPITALA? Ok. 70 proc. wizyt na szpitalnym oddziale ratunkowym jest niepotrzebnych. Radzimy, kiedy jechać z malcem na pogotowie, a kiedy iść do przychodni.

46 POMYŚLÓW

NA GRANIE NIE ZABRAKNIE Przed nami kolejny finał Wielkiej Orkiestry Pomocy Świątecznej. O fenomenie Orkiestry rozmawiamy z Jerzym Owsikiem.

48 CO NAPRAWDĘ POMAGA

Czyli o tym, co można zrobić, by wzmocnić odporność dziecka.

KUCHNIA DLA NAJMŁODSZYCH

52 SMAKOSZ PRZY WIGILIJNYM

STOLE Niewiele potraw z bożonarodzeniowego stołu nadaje się dla dziecka, dlatego warto przygotować choć jedną potrawę specjalnie dla niego.

54 DIETA DLA EINSTEINA

Jakich składników nie powinno zabraknąć w diecie malca, by jego mózg pracował sprawnie?

56 SERY I SERKI Które są najlepsze

dla smyka, a których lepiej mu nie podawać?

ŚWIAT MAMY

62 WIELKA PIĄTKA Tych składników

nie powinno zabraknąć w jadłospisie przyszłej mamy.

66 MOJE SZCZĘŚCIE Historia

naszej czytelniczki.

68 4 SPOSOBY NA... świąteczny strój,

nie tylko w stylu glamour.

70 CZY MOŻNA MASOWAĆ BRZUCH

W CIAŻY? Można, ale trzeba wiedzieć jak.

72 GDY SKÓRA SWĘDZI...

Warto ją odpowiednio pielęgnować, choć nie tylko.

74 EGZAMIN Z ŻYCIA

Rozmawiamy z Alicją Janosz.

ŚWIAT TATY

78 WYCHOWAJ DZIECKO TAK, BY NIKT PRZEZ NIE NIE PŁAKAŁ

Przeczytaj, jak to zrobić.

JAK CO MIESIĄC

82 5 RZECZY, KTÓRE
WARTO WIEDZIEĆ
O BUTELCE
ANTYKOLKOWEJ

Kolejny zwycięzca konkursu Hit „Mamo, To Ja – Najlepsze dla Dziecka 2013”.



Mama

ADRES REDAKCJI:

ul. Wiejska 19, 00-480 Warszawa
TEL. 22 584 23 35

REDAKTORKA NACZELNA: Magda Klimkowska

SEKRETARZ REDAKCJI:

Tatiana Audycka-Szatrawska

REDAKTORKI: Joanna Karwat, Sylwia Niemczyk,

Katarzyna Pinkosz, Beata Turska

GRAFICZKI: Beata Walczak (dyrektorka artystyczna),

Alicja Rottfeld

FOTOEDYTORKA: Aneta Muszyńska



EDIPRESSE

WYDAWCA: EDIPRESSE POLSKA

ul. Wiejska 19, 00-480 Warszawa
tel. 22 584 22 00, faks: 22 584 22 01
e-mail: info@edipresse.pl

PREZES ZARZĄDU: Zbigniew Napierała

DYREKTORKA ZARZĄDZAJĄCA: Alicja Modzelewska

ZASTĘPCZYNI DYREKTORKI ZARZĄDZAJĄCEJ:

Izabela Bochenek-Strauss

CZŁONKINI ZARZĄDU: Ewa Redel-Bydłowska

DYREKTOR FINANSOWY: Paweł Satkowski

DYREKTORKA WYDAWNICZA: Agnieszka Smit

DYREKTORZY ARTYSTYCZNI WYDAWNICTWA:

Elżbieta Żochowska, Marek Knap

DYREKTORKA WYDAWNICZA KOLEKCJI I PROJEKTÓW

SPECJALNYCH: Małgorzata Franke

DYREKTORKA BIURA REKLAMY: Agnieszka Bieniek

Z-CZYNI DYREKTORKI BIURA REKLAMY:

Mariola Chlebicka-Zienkiewicz

DYREKTORKA SPRZEDAŻY KORPORACYJNEJ:

Małgorzata Perzanowska

PROMOCJA: Joanna Sokołowska – Dyrektorka

Agnieszka Około-Kułak, tel. 22 58 42 241

Sara Strużyńska, tel. 22 58 42 264

BIURO REKLAMY „MAMO, TO JA”:

Krystyna Kurmanowska – Dyrektorka, tel. 22 58 42 262

Joanna Skorpowska-Matejczuk – Menadżerka Sprzedaży

Platformy Parentingowej, tel. 22 58 42 257

Iwona Chmielewska-Borkowska, tel. 22 58 42 303

Emilia Golebiowska, tel. 22 58 42 150

Elżbieta Odija, tel. 22 58 42 256

Magdalena Turczyk, tel. 22 58 42 495

Anna Saskowska – Koordynatorka Techniczna

tel. 22 58 42 163

DYREKTOR DYSTRYBUCJI: Piotr Lech

PRODUKCJA: Danuta Kamińska – Dyrektorka

REDAKCJA TECHNICZNA: Renata Stańczyk

tel. 22 584 22 23

DRUK: RR Donnelley Europe

PRENUMERATA WYDAWNICZA

INFORMACJE, ZAMÓWIENIA, REKLAMACJE

(BIURO OBSŁUGI KLIENTA

I PRENUMERATY): tel. 22 584 22 22 (pn.–pt. w godz.

8–17); faks: 22 584 22 32; e-mail: bok@edipresse.pl

PRENUMERATA KRAJOWA PRZEZ POCZTĘ

POLSKA: przedpłaty na II kwartał 2015 przyjmują urzędy pocztowe do 5.03.2015 r. Przedpłaty przyjmują urzędy pocztowe w terminach podanych na stronie www.poczta-polska.pl w zakładce Dla Ciebie/Prenumerata Prasy.

Odwiedź: babyonline.pl



Redakcja nie odpowiada za treść reklam i ogłoszeń. UWAGA! Redakcja nie zwraca zdjęć. Ich nadesłanie jest równoznaczne ze zgodą na publikację. Dalsze rozpowszechnianie tekstów i zdjęć opublikowanych w „Mamo, To Ja” w całości lub w części wymaga uprzedniej zgody wydawcy pisma.