



UWAGA!!!

**baby
online.pl**

PRASA CZY INTERNET?

Kiedy miałam siedem lat, już wiedziałam, że chcę zostać dziennikarką. Byłam przed maturą, gdy wydrukowano mój pierwszy artykuł w ogólnopolskiej gazecie.

W „Mamo, To Ja” pracuję już 11 lat. Kocham gazety, magazyny, szelest i dotyk papieru. I jego zapach!

Ale kiedy nie jestem pewna, czy wysypka na klatce piersiowej Jagódki to szkarlatyna, biorę telefon (nazywany smartfonem) i szukam informacji w sieci. Uwielbiam kontakt z Mamami na Facebooku, prowadzę bloga.

Kocham internet, korzystam z niego często, trudno bez niego żyć.

Myślę, że podobnie jest z Wami. Z badań, które ostatnio zrobiliśmy, wynika, że młode mamy bardzo często szukają informacji

o wychowaniu i zdrowiu dziecka w internecie. Ale też słabo oceniają to, co mogą w nim znaleźć. Mówią, że są to mało wiarygodne informacje.

I tu mam dla was niespodziankę. **Polecam wiarygodny, robiony przez dziennikarki oraz specjalistów z „Mamo, To Ja”, zupełnie odnowiony serwis Babyonline.pl!** Przyjazny, ekspercki. **Znajdziecie tam tylko sprawdzone informacje. Namawiam do polubienia Babyonline.pl, do polubienia nas na FB.** Mam jednak nadzieję, że za miesiąc kupicie też „Mamo To Ja”. Może chcecie, by Wasze dziecko było na okładce pisma? Takich przyjemności w internecie nie ma... :) O konkursie na str. 73.

Magda Kliukowska

#redaktorka #naczelnia,
współtworzy #babyonline.pl,
#mama Jagody i Kacpra

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

NIEMOWLĘ

8 CZAS WIELKIEGO PRZEŁOMU

Jak czuje się dziecko, które ledwo co przyszło na świat? Pewnie tak, jak ty, gdybyś nagle znalazła się na innej

planecie. Wszystkiego musi się nauczyć: oddychać, jeść, poruszać się... Zmiany zachodzą w całym ciele.

14 WSPARCIE DLA MAMY

Choć trudno ci w to wierzyć, to większość problemów z karmieniem piersią jest przejściowa i można im zaradzić.

16 GDZIE PO POMOC

Nawet butelkowna mama może mieć problemy z karmieniem. Jakie i gdzie możesz szukać pomocy?

18 KARMIENIE NOCĄ

Czyli kolejny odcinek cyklu „Butelka pełna mleka”. Wspieramy mamy, które z różnych przyczyn muszą podawać swoim maluszkom mleko modyfikowane.

NASI SPECJALIŚCI RADZĄ NA STRONACH:

34 ZAPYTAJ POŁOŻNĄ

Odpowiada
Bożena Cieślak-Osiek.

42 ZAPYTAJ PSYCHOLOGA

O rozwoju i psychice dzieci opowiada
Beata Chrzanowska.

54 ZAPYTAJ PEDIATRĘ

Na każde pytanie o zdrowie odpowiada
prof. Piotr Jurkowski z Kliniki
Pediatrii Uniwersytetu
Warmińskiego-Mazurskiego.

64 ZAPYTAJ DIETETYKA

Jak zdrowo żywić dziecko: wyjaśnia
mgr inż. Małgorzata Strucińska
z Instytutu Matki i Dziecka.

82 ZAPYTAJ GINEKOLOGA

O ciąży opowiada dr Renata Jaczyńska
z Instytutu Matki i Dziecka.



**POLUB NAS
NA FACEBOOKU**

Spotkasz tu (Facebook.com/Mamotoja) inne mamy, które dziel się swoim doświadczeniem. Znajdziesz linki do fajnych stron i tekstów.

I jeszcze konkursy :) Zapraszamy!

Wybierz nagrodę i zgłoś się!

**Wyślij SMS
pod numer
72075**

w treści wpisując kod podany przy
wybranej nagrodzie!

zestaw kosmetyków
SMS: **MAKEUP**



komplet pościeli
SMS: **POSCIEL**



Konkurs trwa do 30 czerwca 2014 roku.

Koszt SMSa: **2,46** zł

Regulamin dostępny na waprms.net.pl
Organizatorem konkursu jest RMS Sp. z o.o.



BARDZO TANIO LUB Z HITEM FILMOWYM!

„MAMO, TO JA” MOŻESZ W TYM MIESIACU
KUPIĆ SUPERTANIO, BO ZA 1,20 ZŁ,
ALBO ZA 8,99 ZŁ Z KSIĄŻECZKĄ I FILMEM
NA DVD „WYSPA DINOZAURA 2”!

- 22 NAJWAŻNIEJSZE DLA SKÓRY**
Narodziny to rewolucja dla malca (i dla jego skóry). Przed chwilą otaczały go wody płodowe, teraz ma kontakt z powietrzem, wodą i ubrankami. Jak dbać o noworodka?
- 24 KUPKA PROBLEMÓW** Cóż, zawartość pieluszki niemowlaka może czasem szokować.
- 26 CZWARTY MIESIĄC. PYTANIA O ROZWÓJ** Co już umie twój bobas?
- 28 MITY O WSPÓLNYM SPANIU** Jest szkodliwe czy nie? Odczytasz się od spania z rodzicami, czy nie?
- 30 SPRAWDZAMY PODGRZEWACZE BUTELEK** Mama testuje dla mam i poleca najlepsze.

MAŁE DZIECKO

- 36 MIESZKAĆ Z MARUDĄ** Jak wytrzymać z jęczącym dzieckiem?
- 38 KOCHAM KĄPIEL** Mamy radzą mamom, co można zrobić, by kąpiel była przyjemnością, a nie udręką.

ZDROWIE

- 44 LECZYMY ALERGIĘ POKARMOWĄ**
Jak to zrobić najlepiej – pytamy pediatrę alergologa, który od 30 lat leczy dzieci z tego schorzenia.
- 48 POKONAJ ANEMIE** Malec jest błydy, mało aktywny, nie chce jeść, często choruje? Przyczyną może być anemia.
- 50 6 RZECZY, KTÓRE WARTO WIEDZIEĆ O BUTELCE ANTYKOLKOWEJ**
Prezentujemy kolejnego zwycięzcę naszego corocznego konkursu „Hit – Najlepsze Dla Dziecka”.

- 52 JAK WZMOCNIĆ PO ZIMIE**
Są sposoby, by poprawić odporność dziecka.

KUCHNIA DLA NAJMŁODSZYCH

- 56 NA CZAS CHOROWANIA** Jeśli malec jest chory i nie chce jeść, nie zmuszaj go do tego. Plus przepisy na dania, które pomogą mu wrócić do zdrowia.
- 60 7 RAD NA ROZSZERZANIE DIETY**
Co zrobić, by podawanie nowych dań przebiegło gładko?
- 62 WAPNIA NASZEGO POWSZEDNIEGO**
Polskie maluchy mają ogromne niedobory wapnia. Sprawdź, czemu jest tak ważny w diecie dziecka.

ŚWIAT MAMY

- 68 WIĘZY KRWI** Czy rzeczywiście w żyłach dziecka płynie krew mamy lub taty? Dlaczego czasem z jej powodu dochodzi do konfliktu?
- 70 CZAS NIESPODZIANEK** Wzruszająca historia Beaty, którą wszystko dziwiło, gdy spodziewała się dziecka.
- 72 4 SPOSOBY NA WIOSENNY PŁASZCZ** Bądź modna w ciąży: gdy idziesz do pracy, na spacer, na kolację.
- 74 WRZUCIŁAM NA LUZ** Dorota Gardias m.in. o karmieniu piersią.
- 76 WIECZOROWĄ PORĄ** Ubiierz się jak... aktorka Kamilla Baar.
- 78 SPRAWY SKÓRY** Dermatolożka tłumaczy, czym różnią się dermokosmetyki od tych normalnych.
- 80 PRZYCHODZI BABA DO LEKARZA**
Dlaczego warto chodzić raz w roku do ginekologa?

ŚWIAT TATY

- 86 KOCHAM, LUBIĘ, SZANUJĘ**
Jak okazywać szacunek dziecku? Radzi psycholożka.

JAK CO MIESIĄC

- 40 KSIĄŻKI DOBRE NA WSZYSTKO**
Czyta i poleca Tatiana Audycka-Szatrawska.
- 88 NOWOŚCI** Producenci zachwalają.
- 90 DINOZAUZ Z ZIARENEM** Zrób to z dzieckiem.

MamaJa

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 Rotfeld
FOTOEDYTORKA: Aneta Muszyńska

EDIPRESSE
POLSKA

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
DYREKTOR ZARZĄDZAJĄCA: Alicja Modzelewska
ZASTĘPCA DYREKTOR ZARZĄDZAJĄCEJ:
Izabela Bochenek-Strauss
CZŁONEK ZARZĄDU: Ewa Redel-Bydłowska
DYREKTOR FINANSOWY: Paweł Satkowski
DYREKTOR WYDAWNICZA: Agnieszka Smit
DYREKTORZY ARTYSTYCZNI WYDAWNICTWA:
Elżbieta Zochowska, Marek Knap
DYREKTOR WYDAWNICZA KOLEKCJI I PROJEKTÓW
SPECJALNYCH: Małgorzata Franke
DYREKTOR BIURA REKLAMY: Agnieszka Bieniek
Z-CA DYREKTORA BIURA REKLAMY:
Mariola Chlebicka-Zienkiewicz
DYREKTOR SPRZEDAŻY KORPORACYJNEJ:
Małgorzata Perzanowska
PROMOCJA: Agnieszka Około-Kulak – Dyrektor
Anna Bukowska-Wróbel, tel. 22 58 42 265
BIURO REKLAMY „MAMO, TO JA”:
Krystyna Kurmanowska – Dyrektor, tel. 22 58 42 262
Małgorzata Rola – Kierownik Projektu, tel. 22 58 42 163
Joanna Matejczuk – Menadżer Sprzedaży Platformy
Parentingowej, tel. 22 58 42 257
Iwona Chmielewska-Borkowska, tel. 22 58 42 303
Izabela Łuczak, tel. 22 58 42 258
Elżbieta Odjia, tel. 22 58 42 256
Karolina Łajkowska, tel. 22 58 42 445
Dorota Pągowska, tel. 22 58 42 277
Emilia Gołębiowska, tel. 22 58 42 150
Anna Saskowska – Koordynator techniczny
tel. 22 58 42 163
DYREKTOR DYSTRYBUCJI: Piotr Lech
PRODUKCJA: Danuta Kamińska – Dyrektor
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
POLSKĄ:** przedpłaty na III kwartał 2014 przyjmują
urzędy pocztowe do 25.05.2014 r. Przedpłaty przy-
mują urzędy pocztowe w terminach podanych
na stronie www.poczta-polska.pl w zakładce Dla
Ciebie/Prenumerata Prasy.

Odwiędz: babyonline.pl
pbc

Redakcja nie odpowiada za treść reklam i ogłoszeń.
UWAGA! Redakcja nie zwraca zdjęć. Ich nadanie
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.

