



## 1% TO BARDZO DUŻO!



**D**o końca kwietnia trzeba złożyć PIT. My zawsze robimy to w ostatniej chwili. I zawsze oddajemy nasz rodzinny 1% na Fundację Przyjaciółka. Dlaczego? Z kilku powodów.

**1** Znam ludzi, którzy pracują w tej Fundacji. Są uczciwi i skupieni na sensownym pomaganiu.

**2** Fundacja Przyjaciółka od 15 lat pomaga dzieciom. Od kiedy zostałam mamą, przekazuję mój 1% na pomoc właśnie dzieciom. Jakby w podziękowaniu za to, że moje są zdrowe...

Bo wszystkie maluchy powinny mieć dobre dzieciństwo.

**3** Fundacja zawsze informuje darczyńców, na co przekazuje zebrane z 1% pieniądze. Tym razem zbierają na protezę dla Amelki, która straciła nogę w wypadku, potrącił ją motocykl. Dziewczynka potrzebuje dobrej protezy (trzeba będzie ją zmieniać, bo Amelka rośnie).

Zatem jeśli nie macie pomysłu, nie jesteście pewni, komu przekazać swój 1% – pomóżcie Amelce i innym podopiecznym Fundacji Przyjaciółka.

**WPISZ W SWOIM ROZLICZENIU PIT: KRS 000074781**

(Jeśli zaznaczysz zgodę na przekazanie danych osobowych, Fundacja poinformuje cię, na co dokładnie wyda twój 1%)

*Magda Kłiwkowska*

mama Jagody i Kacpra, redaktorka naczelna

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

### TEMAT MIESIĄCA

**6 HIT „MAMO, TO JA” 2014** Najlepsze produkty dla dzieci.

### NIEMOWLĘ

**24 TRIKI, KTÓRE UŁATWIĄ KAPIEL**

Czasem wystarczy mała zmiana, by w łazience zagościł spokój.

**26 ZADBAJ O PĘPUSZEK** Jak go pielęgnować, by szybko się zagoił?

### NASI SPECJALIŚCI RADZĄ NA STRONACH:

**42 ZAPYTAJ POŁOŻNĄ**  
Odpowiada Bożena Cieślak-Osiek ze Szpitala Klinicznego WUM.

**52 ZAPYTAJ PSYCHOLOGA**  
O rozwoju i psychice dzieci mówi Beata Chrzanowska.

**62 ZAPYTAJ PEDIATRĘ**  
Na pytania odpowiada prof. Piotr Jurkowski, szef Kliniki Pediatrii Uniwersytetu Warmińsko-Mazurskiego.

**72 ZAPYTAJ DIETETYKA**  
Podpowiada mgr inż. Małgorzata Strucińska z IMiD.

**28 KOSMETYKI NA POCZĄTEK**

Jakie są najbezpieczniejsze?

**30 NA ZIARNKU GROCHU**

Podpowiadamy, jak zapewnić wygodę śpiącemu bobasowi.

**32 MAMA NA DIECIE** Dieta dla mamy oeska uczulonego na mleko.

**34 DOBRE MLEKO DLA ALERGIKA**

Radzimy, jaką mieszanką karmić małego alergika.

**36 GDY CZAS SIĘ POŻEGNAĆ**

Jak sprawić, by dziecko rozstało się z butelką bez łez?

**38 12 RZECZY, KTÓRE ROZWIJAJĄ INTELEKT NIEMOWLAKA**

Dzięki nim twój malec jest coraz mądrzejszy!

**40 CO DAJE DZIECKU PŁYWANIE?**

Tłumaczymy, dlaczego warto chodzić na basen z niemowlakiem.

**f POLUB NAS NA FACEBOOKU**

Spotkasz tu ([www.facebook.com/Mamotoja](http://www.facebook.com/Mamotoja)) inne mamy, które dzielą się swoim doświadczeniem. Znajdziesz linki do fajnych stron i tekstów. I jeszcze konkursy :)

## KONKURS

### URZĄDZIMY POKÓJ TWOJEGO DZIECKA!

WYŚLIJ SMS  
O TREŚCI ZESTAW.2  
NA 72022



SMS: ZESTAW.2

### Porządek i Bezpieczeństwo

- Przewijak z organizatorem
- Pojemnik na zabawki
- Pojemnik siatkowy na zabawki
- Zestaw zabezpieczający gniazdko, szuflady, narożniki



Koszt jednego SMSa 2,46 zł brutto.  
Konkurs trwa do 15.05.2015 r.  
Organizator konkursu: RMS sp. z o. o.  
Regulamin konkursu na [wap.rms.net.pl](http://wap.rms.net.pl)



## BARDZO TANIO LUB Z HITOWYMI FILMAMI NA DVD!

- 1,50 ZŁ KOSZTUJE „MAMO, TO JA” BEZ DODATKÓW
- 8,99 ZŁ ZAPŁACISZ ZA MAGAZYN Z FILMEM NA DVD „KUMBA”
- 29,99 ZŁ TO CENA ZA GAZETĘ Z KSIĄŻECZKĄ I DVD „PSZCZOŁKA MAJA. FILM”

### MAŁE DZIECKO

- 44 SKĄD SIĘ BIORĄ BAŁAGANIARZE?**  
Naucz trzymania porządku.
- 46 WIOSNĄ NIE MA NAS W DOMU**  
O czym warto pamiętać, wybierając się z malcem na spacer?
- 50 LITERKI TO NIE WSZYSTKO** Czego powinno nauczyć się dziecko, by radziło sobie w świecie pełnym wyzwań?

### ZDROWIE

- 54 O SERCE DZIECKA TRZEBA DBAĆ**  
Rozmowa z kardiologiem.
- 58 KICHAJ NA PORĘ ROKU**  
Jak pomóc alergikowi?
- 60 PŁACZE, BO MA KOLKĘ**  
Podpowiadamy, co robić.

### KUCHNIA DLA NAJMŁODSZYCH

- 64 ZUPA TO PODSTAWA** To od niej najlepiej zacząć rozszerzanie diety.
- 68 TORT Z MASKOTKĄ I... SERCEM**  
Ważne, by był naprawdę wspaniały!

### ŚWIAT MAMY

- 76 DIETA NA START** To, co jesz w czasie ciąży, wpłynie na całe życie dziecka.
- 80 CZEKAJĄC NA ANTOSIA** Opowieść Marty Chorzempy.
- 82 4 SPOSOBY NA...** kurtkę ramoneskę.
- 84 POSŁUCHAJ SIEBIE**, skorzystaj z własnych rad.
- 88 ZAWÓD: MAMA** Rozmowa z Joanną Gorzelińską, czyli jak ona to robi?
- 90 STAWIAM NA INTUICJĘ** Ada Fijał o macierzyństwie.
- 96 PRZYCHODZI BABA DO...** ginekologa.

### ŚWIAT TATY

- 102 JEDZIEMY NA MAJÓWKĘ**  
Radzimy, jak się do niej przygotować.

### JAK CO MIESIĄC

- 48 KSIĄŻKI DOBRE NA WSZYSTKO**
- 105 BASIA I FRANEK**  
Niepublikowane opowiadanie.
- 106 CZAS Z DZIECKIEM**  
Połączcie literki.

## CZYTAJ I... OGLĄDAJ FILMY!

Teraz, czytając „Mamo, To Ja”, możesz jednocześnie oglądać filmy, które dla Ciebie wybraliśmy! Przeczytaj instrukcję i... zobacz dużo więcej!

**TAP2C**

www.tap2c.com



VIDEO



AUDIO



GALERIA



Pobierz darmową aplikację Tap2C z AppStore lub Google Play.



Zeskanuj aplikacją Tap2C okładkę.



Poszukuj ilustracji oznaczonych znakami przedstawionymi powyżej z użyciem telefonu.



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.

**Mamo to ja**

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 Napierala  
DYREKTORKA ZARZĄDZAJĄCA: Alicja Modzelewska  
ZASTĘPCZYNI DYREKTORKI ZARZĄDZAJĄCE:

Izabela Bochenek-Strauss  
CZŁONKINI ZARZĄDU: Ewa Redel-Bydlowska  
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-Wisniewska – Dyrektorka  
Agnieszka Około-Kulak, tel. 22 58 42 241  
Sara Strużyna, tel. 22 58 42 264  
BIURO REKLAMY „MAMO, TO JA”:

Krystyna Kurmanowska – Dyrektorka, tel. 22 58 42 262  
Joanna Skorupska-Matejczuk – Menadżerka Sprzedaży  
Platformy Parentingowej, tel. 22 58 42 257  
Iwona Chmielewska-Borkowska, tel. 22 58 42 303  
Katarzyna Przybyłowska, 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); e-mail: bok@edipresse.pl

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.