



**TYM
KOLOREM
ZAZNACZYLIŚMY
DLA WAS
TEMATY
Z OKŁADKI**

20

RATUNKU! ONO CIĄGLE

PŁACZE... Nie zawsze potrafimy od razu odpowiedzieć na pytanie, dlaczego dziecko leży, krzyczy czy marudzi. Dlatego warto przeczytać rady innych mam.

TO JEST TEMAT!

6 TO BĘDĄ UDANE ŚWIĘTA!

Bez niepotrzebnych nerwów i wielkiego zmęczenia.

CIĄŻA I PORÓD

- 10 ŻEGNAJ, STRESIE!** Dlaczego warto dbać o nastrój w ciąży? I przede wszystkim, jak to robić? Ruszamy z akcją Szczęśliwa ciąża z „Mamo, To Ja”.

- 12 CO MUSISZ WIEDZIEĆ O USG**
To badanie jest obowiązkowe dla wszystkich przyszłych mam.
- 14 KONIECZNE CIĘCIE** Kiedy (i jak) wykonuje się cesarkę.

NIEMOWLĘ

- 18 URODZONY PRZED CZASEM**
Jak dbać o wcześniaka.
- 20 RATUNKU! ONO CIĄGLE PŁACZE...** Mamy podpowiadają, co osuszyło łzy ich dzieci.
- 24 PIERWSZE CHWILE** Pomóż noworodkowi pokochać świat :)
- 26 SKĄD SIĘ BIORĄ KŁOPOTY ZE SKÓRĄ?** I jak im zaradzić?
- 28 WITAMINA NIE Z TEJ ZIEMI**
Sprawdź, o jaką chodzi.
- 30 LEKI NA CZAS KARMIENIA**
Chora karmiąca mama nie jest zdana wyłącznie na mleko z miodem i malinowy sok.
- 32 BUTELKA NA WIRUSY** Małec na mieszance nie musi chorować.

- 37 DLA MAŁYCH KUCHCIKÓW**
Kuchenne akcesoria dla najmłodszych.

ZDROWIE

- 38 CHROŃ DZIECKO PRZED SMOGIEM** Jest bardzo groźny dla zdrowia maluszka.
- 40 PRZEĞOŃ WIRUSY** Rady na katar, kaszel, gorączkę i ból gardła.
- 42 ANTYBIOTYK NA POMOC** Co musisz o nim wiedzieć?

RODZINA

- 44 POMOCY, ZARAZ WYBUCHNĘ!**
Jak radzić sobie z napięciem i dużą nerwowością?
- 48 PREZENTÓW CZAS** Oto butik z prezentami dla dziecka, mamy i taty. Niech się stanie dobrą inspiracją przed świętami.
- 52 NA WZMOCNIENIE** Przepisy na dania, które pomogą zachować dziecku zdrowie w zimne dni.

MAŁE DZIECKO

- 34 DZIECKO, MÓJ CIĘŃ** O trudnej sztuce niezależności.
- 36 MALUCH W KUCHNI** Sprawdź, dlaczego warto, by twoje dziecko często tam zaglądało.

JAK CO MIESIĄC

- 55 PRODUCENCI POLECAJĄ** Nowości rynkowe
- 58 POCZYTAJMY** Bajki
- 59 SONDA FB I INSTA** Dokończ zdanie: „Mój wymarzony prezent to...”.



28 WITAMINA NIE Z TEJ ZIEMI Jest dziecku absolutnie niezbędna do zdrowia i życia. A nie zawsze łatwo ją znaleźć. Koniecznie sprawdź!