

# Spis treści

W tym numerze:



44

33 sposoby na dziecięce lęki. Sprawdź, jak pomóc malcowi wygrać z potworem spod łóżka czy polubić lekarza.

## EDUKACJA

- 12 COŚ Z NICZEGO...** Czyli jak pobudzać kreatywność malucha.
- 14 MAM TRZY LATKA, TRZY I PÓŁ...** Co maluszek w tym wieku powinien umieć, a na co jest jeszcze za wcześnie?

## RAPORT

- 16 ZĄBKI NA MEDAL** Najważniejsze informacje o leczeniu mleczaków oraz raport specjalny o próchnicy przedszkolaków w Polsce.

## ZDROWIE

- 28 TAKIE BUTY!** Praktyczny poradnik, jak dobrać odpowiednie buciki do różnych aktywności dziecka. Aby małe stópkę zdrowo rosły!
- 30 MALUCH Z ŻELAZA** Z anemią można sobie poradzić!

## ŻYWIENIE

- 32 KULINARNA KONTRABANDA** Sposoby na przemycanie zdrowych produktów do diety wybrednego smyka.
- 34 BUŁKA Z MASŁEM?** Rodzaje pieczywa. Smaczne, zdrowe i nie tylko dla dzieci.

## PSYCHOLOGIA

- 36 DZIECI LUBIĄ MISIE** Wszystko o pluszowych ulubieńcach przedszkolaków.
- 38 TATA NA MEDAL** Garść porad i wskazówek, jak stać się ojcem roku mimo wielu obowiązków, a małej ilości czasu dla dziecka.

## JUNIOR

- 40 WAŻNE CHWILE** Wspólne wieczory trącą nudą? Zobacz, co można zrobić, by stały się dla was miłą przygodą.
- 41 W CO SIĘ BAWIMY?** Butik z inspirującymi akcesoriami.
- 42 DOROTA ZAWADZKA: JA SAM, JA SAM!** Psycholożka wyjaśnia zawiłości rodzicielstwa. W tym numerze podpowiada, jak wspierać dziecko w jego dążeniu do samodzielności.

## KALINOWE CZYTANIE

- 48 KSIĄŻKI, KTÓRE POMOĞĄ ZADBAĆ O SIEBIE.** Kalinka wraz z mamą polecają nowości książkowe. Tym razem motywem przewodnim jest szukanie wewnętrznej siły do pokonania stresów i własnej nieśmiałości.

21

6 STRON

WAŻNY TEMAT:

**METODY WYCHOWAWCZE**



Trendy, które warto znać.

- **W DYSCIPLINIE CZY BEZSTRESOWO** Jak znaleźć złoty środek?
- **STYLE RODZICIELSKIE** Zobacz, czy widzisz tu swój? Może warto go zmodyfikować?
- **6 SPOSOBÓW NA TRUDNE EMOCJE** Poradnik rodzica.

## Przedszkolak

Adres redakcji:  
ul. Wiejska 19 00-480 Warszawa,  
tel. 22 584 23 35  
przedszkolak@edipresse.pl

REDAKTORKA NACZELNA  
MULTIMEDIALNEJ PLATFORMY  
PARENTINGOWEJ  
Aleksandra Sokalska

REDAKTORKA PROWADZĄCA  
Katarzyna Imiołek

REDAKCJA:  
Katarzyna Imiołek  
Małgorzata Wódcz

STUDIO GRAFICZNE:  
Elena Grikurova-Wojnowska  
Anna Kořacz

Wydawca: EDIPRESSE POLSKA  
ul. Wiejska 19  
00-480 Warszawa  
tel. 22 584 22 00  
office@edipresse.pl

EDIPRESSE  
POLSKA

DYREKTOR GENERALNY  
- CZŁONEK ZARZĄDU  
Alicja Modzelewska-Warec  
CZŁONKOWIE ZARZĄDU  
Izabela Bochenek-Strauss  
Agnieszka Wicher-Szczesna  
Maciej Klepacki

DYREKTOR ZARZĄDZAJĄCA MULTIMEDIALNEJ  
PLATFORMY  
PARENTINGOWEJ:  
Agnieszka Wicher-Szczesna  
DYREKTOR ARTYSTYCZNY  
Marek Knap

DYREKTOR STRATEGII I SPRZEDAŻY  
KORPORACYJNEJ  
Małgorzata Perzanowska  
DZIAŁ REKLAMY MULTIMEDIALNEJ  
PLATFORMY PARENTINGOWEJ  
Joanna Skorupska-Matejczuk (dyrektor)  
Elżbieta Odiya, Magdalena Turczyk  
Justyna Rzeniewicz  
Paulina Sajda-Kaczyńska  
Anna Saskowska (koordynator techniczny)  
DZIAŁ MARKETINGU  
Joanna Sokołowska (dyrektor)  
Agnieszka Około-Kuřak  
Sara Strużyna  
DZIAŁ DYSTRYBUCJI Piotr Lech  
DZIAŁ PRODUKCJI Krzysztof Kraszewski  
BIURO OBSŁUGI KLIENTA  
tel. (22) 584 22 22 (pn.-pt., godz. 8.00-17.00),  
bok@edipresse.pl  
DRUK: Quad/Graphics Europe

ODWIEDZ SERWIS: **Mamota.pl**