

DOPISY ČTENÁŘŮ

- 4 Pište, odpovíme vám

TĚHOTENSTVÍ

- 8 Jak se připravit na porod
12 Těhotenská poradna
14 Sychravé předjaří bříšku nesvědčí
16 Co vám může lékař předepsat
17 Zázraky z bříška zrozené

POROD

- 18 Ideální pánev?

PO PORODU

- 22 Pomoc lidí, nezvládám to!

MIMINKO

- 26 Poradna je společenská událost
28 Co může škodit mléku
30 Máslo, či margarín? (Výživa 1. roku)
32 Poznáváme spolu okolní svět
34 Sladký spánek našich malých
37 Špatně hýbe ručičkou (Zdravé dítě)

BATOLE

- 40 Plané neštovice úporně svědí
42 Máte také rozjívěné děti?
44 Perličky našich nejmenších
45 Močová infekce (Zdravé dítě)

PŘEDŠKOLÁK

- 46 Pojede do ozdravovny?
49 Skolióza předškoláků (Zdravé dítě)



58

Jsou tu Velikonoce



8
Jak se
připravit
na porod

K domácí
masáži
toho není
moc třeba.
Stačit vám
budou
kartáček
a lufa



64
Budeme
krásné?

PÉČE O DÍTĚ

- 50 Je celý táta, nebo je víc po mamince?
54 Velké přípravy dětského pokoje
56 Vyberte si mouku (Stravování)
58 Jsou tu Velikonoce
62 Co si počít s dítětem, když se vzteká (Pediatr)

ŽIVOT V RODINĚ

- 64 Budeme krásné? (Fit)
68 S kým teď cvičí Olga Šípková (Rozhovor)
70 Rodino, hurá ven!
74 Paseme koníčky (Cvičení)

PARTNERSKÉ VZTAHY

- 76 Kosmetické novinky
78 Je holčička, nebo prima ženská?



76 Kosmetické
novinky

- 82 Soutěž o nejroztomilejší
fotku s Johnson's baby
84 Bezplatná inzerce

MEDICÍNA

- 86 Proč vás tak bolí dutiny?

HRÁTKY PRO DĚTI

- 88 Hádej, co to je?

JÍDELNÍČEK

- 93 Zdravé pochutnání

BETYNKA INFORMUJE

- 96 S knížkou je nám dobře

TIP NA ZAJÍMAVÉ ČTENÍ

ROZHOVOR

- 68 Tentokrát s Olgou Šípkovou



68
Rozhovor

Po narození dítěte zůstala ve formě. Poradí, jak na to! Jaký měla vrcholová sportovkyně porod?