

OBSAH:

- I. MODRÉ TRENÝRKY A SKVRNY NA KALHOTÁCH / 13
- II. MÁMINA PRVNÍ MENSTRUACE / 19
- III. ČTVERO ROČNÍCH OBDOBÍ, A NE OD VIVALDIHO / 26
- IV. KDYŽ NEVÍŠ, GOOGLUJ! / 33
- V. JARO JE KONEČNĚ TADY / 38
- VI. JEŠTĚ TO NENÍ VIDĚT, ALE UŽ TO JE?! / 42
- VII. LÉTO, HURÁ DO PLAVEK! / 46
- VIII. PREMENSTUAČNÍ MATIKÁŘKA, POSTRACH TŘÍDY / 54
- IX. A JE TO TADY! / 62
- X. ČERVENÁ KNIHOVNA NEBO PŘEDNÁŠKA Z PŘÍRODOPISU? / 69
- XI. JSME S TEBOU, ŽENO SÁRO! / 79
- XII. JEZDÍ MENSTRUACE NA BRUSLÍCH? / 83
- XIII. TO DIVNÉ SLOVO ANTIKONCEPCE / 93
- XIV. ČERVENÁ ŘEKA / 100
- SHRNUTÍ: CYKICKÉ FÁZE / 103
- SÁŘINA CYKICKÁ MAPA / 113
- DALŠÍ KNIHY A ZDROJE PRO MÁMY, TÁTY I DCERY / 116