

Obsah

JÁ JSEM FAKT MÁMA

Kdo jsme	13
Už je to tady	15
Aby bylo šestinedělí, musí být porod	18
První minuty	20
V porodnici	21

VŠUDE BLBĚ, DOMA NEJHŮŘ

Sladkohořkej návrat domů	27
Nic není, jak bejvávalo	28
Všechno je jinak	33
Co jsem vlastně celý ty dny dělala?	34
Režim padnul	37
Samota	41
Šestinedělí z pohledu odborníka	44
Organizace pro podporu mateřství	48
Příběh šestinedělí: Ester Bezděk	51

VŠECHNY MOJE STAROSTI

Co se to s náma děje	59
Socky mě dostaly	62
Hra jménem spánek	64
Pláč	68
Věda jménem kojení	71
Transport miminka	74
Příběh šestinedělí: Kateřina Carda Kosmatová	77

NAD MOJE SÍLY

Ženský, proč jste mi nic neřekly?	83
Vysoká škola mateřství	87
Mámy superhrdinky	94
Strava v šestinedělí	98
Příběh šestinedělí: Veronika Bernard	103

POČKEJ, AŽ...

Rady rodičů	109
Počkej, až...	112
To za nás nebylo	114
Jak to sakra dělali naši předci?	119
Pocit konstantního štěstí	130
Sbohem, holčičko	133
Příběh šestinedělí: Sandra Silná	137

VŠECHNO BUDE DOBRÝ, SLIBUJU!

A co mě teda zachránilo?	143
Jak si to šestinedělí víc užít?	145
Šestinedělí netrvá věčně	153
Příběh šestinedělí: Zuzana Štefanides	159
Cílová rovinka	162