



Już niedługo słupek rtęci powędruje w dół, a my wyciągniemy z szaf zimowe buty i płaszcze. Jednak na razie jeszcze korzystamy z polskiej złotej jesieni. Natomiast w deszczowe to pora na zacieśnianie więzi rodzinnych w domowym zaciszu podczas wspólnych zabaw z dzieckiem. Ich idealnym pomysłodawcą może być tato – pierwszy wzór i bohater dla małego człowieka.

Gdy zbliża się grudzień, starsze dzieci zaczynają z zapałem pisać listy do Mikołaja. Także i my z niecierpliwością oczekujemy na tego sympatycznego jegomościa i staramy się podpowiedzieć mu, co w tym roku mógłby podarować naszym maluszkom. Przygotowaliśmy dla Was również szereg praktycznych porad dotyczących czasu przed porodem i po nim. Dowiedziecie się, jak właściwie sporządzić plan porodu, jakie zabiegi podczas niego mogą być wykonywane, czego możecie się spodziewać podczas połogu, a także jak poradzić sobie z nie zawsze łatwymi początkami laktacji. Znajdziecie też wyczerpujący opis rodzajów mleka modyfikowanego.

W tym numerze przedstawiamy fotorelację z ostatnich w tym roku, rekordowych warsztatów z cyklu „Spotkania z DOBRĄ MAMĄ”, które odbyły się w październiku w Rzeszowie. Życzymy Wam więc miłej lektury, przyjemnych chwil spędzonych w rodzinnym gronie oraz... wspaniałych prezentów dla grzecznych dzieci i rodziców ;)