



Z ALERGIĄ MOŻNA WYGRAĆ!

Moja pierwsza córka miała alergię na białko mleka krowiego. Zanim jednak została postawiona diagnoza, spędziłam mnóstwo godzin z płaczącą Weroniką na ręku. Miała kolki, swędzącą wysypkę, kiepsko przybierała na wadze. Problemy się skończyły, kiedy podałam preparat mlekozastępczy. Poczułam ogromną ulgę.

Z drugą córeczką było inaczej. Myślałam, że jej się upiekło, bo w pierwszym roku życia była niemowlakiem wzorcowym. Niestety wraz z rozszerzaniem diety pojawiła się wysypka. Pamiętam skórę Zuzi – szorstką, pełną miejsc rozdrapanych aż do krwi! Diagnoza? Uczulenie na ryby, miód, kakao i niektóre dodatki do żywności. A więc dieta, na szczęście nie bardzo trudna, bo przecież te składniki dość łatwo wykluczyć z jadłospisu. No i lekarstwa, także sterydy. Dzięki temu objawy alergii z biegiem czasu ustąpiły. Ale Zuzia nadal musi uważać, bo okazało się, że „po drodze” uczuliła się również na grzyby, pleśń i sierść niektórych zwierząt domowych. Na szczęście badania nad alergią trwają i przynoszą coraz to lepsze rozwiązania. Dlatego gorąco zachęcam do przeczytania najnowszych informacji na ten temat (6. strona). Daję nadzieję, że z alergią naprawdę można wygrać!

Aleksandra Szulc

W TYM NUMERZE:

TEMAT MIESIĄCA

6 DA SIĘ WYGRAĆ Z ALERGIĄ
Obecnie uczulone dziecko nie jest skazane na branie leków, które mają skutki uboczne. Alergię leczy się nowocześnie i to tak, że choroba ustępuje całkowicie.

NIEMOWLĘ

12 NA PLAŻY, W PARKU, W LESIE
We wszystkich tych miejscach możesz spokojnie karmić maluszka piersią. Podpowiadamy, jak się do tego przygotować.

6 Tym symbolem wyróżniliśmy tematy z naszej okładki.

14 OBIAD NA DWORZE Latem możesz nakarmić bobasa mlekiem modyfikowanym także na spacerze. Ale musisz przestrzegać kilku zasad.

16 ALFABET LATA Jak pielęgnować dziecko podczas upałów? Na co zwracać uwagę, by uniknęło słonecznych oparzeń i... nie rozchorowało się z powodu morskich kąpeli? Koniecznie przeczytaj!

20 KIEDY BRZUSZEK BOLI WIECZORAMI To najpewniej przyczyną jest kolka. Wiemy, jak szybko się jej pozbyć.

NASZ PLANER OGARNIA TWÓJ ŚWIAT :)

Już teraz możesz kupić planer rodzinny, który obejmuje okres od czerwca 2017 do maja 2018 r. Umożliwia zapisanie zajęć całej rodziny na każdy miesiąc. Zaznaczyliśmy w nim ważne rodzinne święta – nie tylko Dzień Matki, Ojca, Babci, ale też Dzień Przylatania czy Karmienia Piersią. Planer zawiera także sezonowe porady dotyczące pielęgnacji najmłodszych oraz praktyczną ściągę, jak dobrze zaplanować dzień z dzieckiem.

f POLUB NAS NA FACEBOOKU
www.facebook.com/Mamotaja

SUPER KONKURS TWOJE DZIECKO NA OKŁADCE!



CO MOŻNA WYGRAĆ?

- ❁ zdjęcie na okładce „Mamo, To Ja”
 - ❁ gwiazdorską gaźę, czyli 1000 zł
 - ❁ portfolio w wersji elektronicznej
 - ❁ pobyt w ekskluzywnym hotelu
 - ❁ zestaw ubranek
- przygotowany na sesję

Szczegóły na www.okladka.mamotaja.pl

W każdym numerze „Mamo, To Ja” podajemy nowy kod, żebyś co miesiąc mogła zwiększyć szansę swojego dziecka na wygraną w konkursie. Kod na ten miesiąc to Dziecko.07 – wpiszesz go na stronie internetowej konkursu. Kod ważny jest od 8 czerwca do 6 lipca 2017 r.

Przyjmując do wiadomości, że dane osobowe uczestników konkursu będą przetwarzane przez Edipresse Polska SA z siedzibą w Warszawie, ul. Wiejska 19, w celu realizacji umowy przystąpienia do konkursu i jego prawidłowego przeprowadzenia lub marketingu własnych produktów lub usług organizatora konkursu. Gwarantujemy prawo wglądu do danych osobowych oraz ich poprawiania, jak również żądania zaprzestania przetwarzania danych w celach marketingowych. Podanie danych jest dobrowolne. Dane osobowe nie będą udostępniane innym podmiotom. Przesłanie zdjęcia dziecka na konkurs oznacza udostępnienie tego zdjęcia do publicznego wglądu na stronie www.okladka.mamotaja.pl. Regulamin dostępny na www.okladka.mamotaja.pl



Z FILMEM DLA DZIECI „RECHOTEK”

TYLKO TERAZ „MAMO, TO JA” MOŻESZ KUPIĆ ZA 0,99 ZŁ ALBO ZA

8,99 ZŁ – ALE ZA TO Z KSIĄŻECZKĄ Z DVD „RECHOTEK”

- 22 KOLCE DA SIĘ ZAPOBIEC** Lepiej zapobiegać niż leczyć, prawda? Zamiast więc czekać na kolejny ból brzuszka, zrób wszystko, by do niego nie dopuścić.
- 24 IDĄ ZĄBKI, IDĄ...** Rozwiewamy wątpliwości na temat ząbkowania. Uwaga! Obalamy także kilka mitów z nim związanych.
- 28 9 PYTAŃ O KĄPIEL MALUSZKA** Wszystko o tym, jak sprawić, by pluskanie w wodzie było dla niemowlęcia bezpieczne, zdrowe i przyjemne.
- 30 DLACZEGO PŁACZE? SPRAWDŹ!** Gdy nauczysz się rozróżniać rodzaje płaczu swojego maluszka, o wiele szybciej ukoisz jego łzy.
- 34 ZABAWY WSPOMAGAJĄCE ROZWÓJ SŁUCHU** Są także doskonałym wstępem do nauki mowy.
- 36 ZAPYTAJ POŁOŻNĄ** Jak pielęgnować niemowlę, radzi Bożena Cieślak-Osiek ze Szpitala Klinicznego WUM w Warszawie.

MAŁE DZIECKO

- 38 ZABAWĄ POKONAJ PROBLEMY** Są takie zabawy, które ośmielają nieśmiałka, temperują pobudliwego malucha, uczą dobrych zachowań małego łobuziaka. Przeczytaj i baw się z dzieckiem w wakacje.
- 42 ROWER DO BIEGANIA I NIE TYLKO** Kiedy czas kupić dziecku rower? Jaki model wybrać i co robić, by maluch zapalił się do nauki?

ZDROWIE

- 44 APTECZKA NA LATO** Sprawdź, co powinno się w niej znaleźć, by nic nie zaskoczyło was podczas urlopu.
- 46 ZAPYTAJ PEDIATRĘ** Dr Leszek Olchowik, pediatra, odpowiada na ważne pytania o zdrowie dzieci.

KUCHNIA DLA NAJMŁODSZYCH

- 48 KUCHNIA KOLORU MALIN** Korzystaj z sezonowych polskich owoców i rób dla dziecka zdrowe, super pyszne dania.
- 50 7 BŁĘDÓW, KTÓRYCH NIE WARTO POPEŁNIAĆ** Chodzi oczywiście o błędy żywieniowe. Sprawdź, czy udaje ci się ich uniknąć.
- 54 ZAPYTAJ DIETETYKA** Na pytania o dziecięcą dietę odpowiada Małgorzata Strucińska, specjalista żywienia, dietetyk.

ŚWIAT MAMY

- 58 CIĄŻA W CENTRUM UWAGI** Jesteś w ciąży? Koniecznie dbaj o siebie! Dzięki temu ty i twoje dziecko będziecie zdrowi.
- 62 ARCYWAŻNA TORBA** Praktyczna lista niezbędnych rzeczy na porodówkę. Warto je skompletować wcześniej.
- 64 NIE LUBIĘ SZTYWNYCH ZASAD** Zapytałśmy Joannę Jaskótkę, autorkę bloga „Matka tylko jedna” m.in. o kryzysy w związku.
- 66 TRYB WAKACYJNY** Jeśli nie wiesz, jaki strój plażowy będzie modny w tym sezonie, koniecznie zajrzyj na te strony. Znajdziesz podpowiedzi, czego szukać w sklepach.

ŚWIAT TATY

- 70 AUTO TRON** Czyli... fotelik samochodowy dla niemowlaka. Musi być przede wszystkim bezpieczny!

JAK CO MIESIĄC

- 74 BAJKI BASI I FRANKA** Opowiadanie dla dziecka, które pomoże mu zasnąć.

WEJDŹ NA NASZ SERWIS
babyonline.pl

Mama

ADRES REDAKCJI:
ul. Wiejska 19, 00-480 Warszawa
TEL. 22 584 23 35

REDAKTOR NACZELNA
MULTIMEDIALNEJ PLATFORMY PARENTINGOWEJ:

Izabela Bielecka-Gnaś

ZASTĘPCZYNIĘ REDAKTOR NACZELNEJ:

DS. PRASY Aleksandra Sokalska

DS. ONLINE Sylwia Niemczyk

REDAKTORKI: Małgorzata Mazurek-Wódz,

Katarzyna Pinkosz, Katarzyna Imiołek

GRAFICY: Beata Walczak (dyrektorka artystyczna),

Alicja Rotfeld, Grażyna Łuszczynska

FOTODYTORKA: Aneta Muszyńska


EDIPRESSE
POLSKA

WYDAWCA: EDIPRESSE POLSKA
ul. Wiejska 19, 00-480 Warszawa
tel. 22 584 22 00, faks: 22 584 22 01
e-mail: info@edipresse.pl

DYREKTORKA GENERALNA:

Alicja Modzelewska-Warec

CZŁONKINIE ZARZĄDU:

Izabela Bochenek-Strauss, Ewa Redel-Bydłowska

DYREKTOR FINANSOWY:

Paweł Satkowski

DYREKTORKA WYDAWNICZA:

Agnieszka Smit

DYREKTORZY ARTYSTYCZNI WYDAWNICTWA:

Elżbieta Żochowska, Marek Knap

DYREKTORKA WYDAWNICZA KOLEKCJI

I PROJEKTÓW SPECJALNYCH:

Małgorzata Franke

DYREKTORKA BIURA REKLAMY:

Agnieszka Bieniek

Z-CZYNI DYREKTORKI BIURA REKLAMY:

Mariola Chlebicka-Zienkiewicz

DYREKTORKA SPRZEDAŻY KORPORACYJNEJ:

Małgorzata Perzanowska

PROMOCJA: Joanna Sokolowska-Wiśniewska (dyrektorka),

Agnieszka Około-Kulak, tel. 22 58 42 241,

Sara Strużyna, tel. 22 58 42 264

BIURO REKLAMY MULTIMEDIALNEJ PLATFORMY
PARENTINGOWEJ

Joanna Skorupska-Matejczuk (dyrektorka) tel. 22 58 42 257
Specjalistki ds. reklamy:

Katarzyna Przybyłowska, tel. 22 58 42 150

Elżbieta Odjia, tel. 22 58 42 256

Magdalena Turczyk, tel. 22 58 42 495

Małgorzata Ortiz, tel. 22 58 42 303

Anna Saskowska – koordynatorka techniczna,

tel. 22 58 42 163

DYREKTOR DYSTRYBUCJI:

Piotr Lech

DYREKTORKA PRODUKCJI:

Danuta Kamińska

REDAKCJA TECHNICZNA:

Renata Stańczyk, tel. 22 584 22 23

DRUK: LSC Communications Europe

PRENUMERATA WYDAWNICZA, INFORMACJE, ZAMÓWIENIA,

REKLAMACJE: tel. 22 584 22 22

(pn.–pt. w godz. 8–17); e-mail: bok@edipresse.pl

