

# obsah

- 11 Úvod
- 12 Výchova jako životní koloběh
- 18 Proč být ve výchově důsledná  
**SABINA LAURINOVÁ**
- 26 Změny, které přináší mateřství  
**LAĎKA NĚRGEŠOVÁ**
- 34 Příprava na druhého potomka  
**ALICE BENDO VÁ**
- 42 Náročné období prvního roku  
**EVA DECASTELO**
- 50 Dvojnásobné radosti i starosti  
**MÍŠA MAURERO VÁ**
- 58 Po porodu zpátky do formy  
**GÁBINA PARTYŠOVÁ**
- 66 Maminkou v cizí zemi  
**TEREZA MÁTLOVÁ**
- 74 Výchova bez táty  
**LIBUŠKA VOJTKOVÁ**
- 82 Život se starším partnerem  
**PAVLÍNA HODKOVÁ**
- 90 Maminkou v pozdějším věku  
**BÁRA BASIKOVÁ**

- 98 Jak zkrotit malého rebela  
JANA ADAMCOVÁ
- 106 Mámou na plný úvazek  
NICOL LENERTO VÁ
- 114 Když se z holčičky stává slečna  
MARKÉTA HRUBEŠOVÁ
- 122 Jak zvládnout začátek školy  
BARBARA NESVADBOVÁ
- 130 Větší věkový rozdíl mezi dětmi  
KARLA MRÁČKOVÁ
- 138 Pevná rodinná pouta  
ADÉLA GONDÍKOVÁ
- 146 To nejlepší pro zdraví dětí  
ZDEŇKA ŽÁDNÍKOVÁ
- 154 Jak skloubit práci a mateřství  
MAHULENA BOČANOVÁ
- 162 Jak neztrácet optimismus  
LINDA FINKOVÁ
- 170 Výchova ve smíšených rodinách  
KLÁRA DOLEŽALOVÁ
- 178 Jak a proč se stát pěstounem  
LUCIE BENEŠOVÁ
- 186 Výchova ve střídavé péči  
BÁRA SRNCOVÁ
- 194 Jak se vyrovnat s nemocí dítěte  
KATEŘINA KORNOVÁ
- 202 Proč děti motivovat ke sportu  
OLGA ŠÍPKOVÁ
- 210 Jak žije vegetariánská rodina  
NELA BOUDO VÁ