

feedo®

Časopis pro lehčí život maminkám

JARO/2017
WWW.FEEDO.CZ

Za hranice

• francouzská výchova • první moře
s miminkem • Češky provdané do světa •

„UKAŽ, JAK JEZDÍŠ“

NEJBEZPEČNĚJŠÍ
ODRÁŽEDLA: VYZKOUŠENO!

EXTRA
PORCE
KREATIVITY
PEXESO,
POHLEDY,
RITUÁLY

DOMÁCÍ
POHODA

s Ivetou Vítovou
a její roztomilou
dcerkou



EARLY CARE SYSTEM

Konstrukční systém plenek vyvinutý pro novorozence a kojence do hmotnosti zhruba 6 kg. Systém se soustředí zejména na vlastnosti zohledňující maximální nároky na jemnost, měkkost a prevenci vzniku vyrážek či podráždění citlivé pokožky.



360° COMFORT SYSTEM

Ve vývojové fázi, kdy se dítě začíná přetáčet, lézt až konečně vstane a samo chodí, zajišťují plenky nejen suchou pokožku (což je jejich primární vlastnost), ale také musí umožňovat maximální svobodu pohybu. Systém elastických prvků spolu s anatomicky tvarovaným absorpčním jádrem definují plenky velmi pohodlné, funkční a zároveň minimálně omezující pohyblivost dítěte.



Klíčové vlastnosti:



TECHNOLOGIE AIR FLOW

Prodyšnost plenky zajišťuje přístup čerstvého vzduchu k pokožce dítěte, zabraňuje opruzení a minimalizuje riziko podráždění.



VRSTVA EXTRA SOFT

Super měkká vnější vrstva plenky poskytuje pocit výjimečné měkkosti a pohodlí.



PREMIUM DRY

Speciální embosovaná netkaná textilie urychluje distribuci a absorpci tekutiny a umocňuje pocit sucha.



INDIKÁTOR VLHKOSTI

Indikátor vlhkosti pomáhá zajistit, aby pokožka dítěte byla vždy v suchu. Indikátor změnou barvy naznačuje rodičům, kdy je potřeba plenku vyměnit.

Klíčové vlastnosti:



TECHNOLOGIE AIR FLOW

Prodyšnost plenky zajišťuje přístup čerstvého vzduchu k pokožce dítěte, zabraňuje opruzení a minimalizuje riziko podráždění.



FLEXI FIT

Systém elastických prvků – široký pás spolu s širokými elastickými suchými zipy umožňuje maximální svobodu pohybu.



QUICK DRY

Speciální netkaná textilie urychluje distribuci vlhkosti po celé délce plenky a poskytuje tím jedinečný pocit sucha.



ANATOMICAL CORE

Anatomicky tvarované absorpční jádro perfektně sedí v rozkroku.

DĚTSKÉ JEDNORÁZOVÉ PLENKY HAPPY V NOVÉM



Kvetoucí koupel žlutá,
BLOOMINGBATH,
990 Kč



JDEME za hranice

Přebalovací
taška Yellow,
OILILY,
3794 Kč



Dudlík Classic,
latex, NUK,
49 Kč



Autosedačka Glider Fit,
AVIONAUT, 3499 Kč

Lahev Snoopy,
NUK, 249 Kč



Box na svačinu,
LEGO, 239 Kč



Tahací žirafa,
BINO, 449 Kč



Plenkové kalhotky,
BOBOLIDER,
142 Kč

Vozítko Twist Car,
SUN BABY, 1299 Kč



Když slyšíte „za hranice“, co se vám vybaví? Pro Feedo to bylo vydávání vlastního časopisu, který jen v tom nejpozitivnějším ukazuje, že i e-shop dovede jít za hranice. Že nejsme jen tím, kdo vám posílá hračky a plenky, ale jsme službou. Jako jediní v Česku vydáváme vlastní časopis v takovém rozsahu a jsme moc šťastní, že vás, naše čtenáře, zimní pilotní číslo bavilo. I to nás utvrdilo v tom, že j(e)deme správnou cestou a vrhli jsme se do jeho vydávání naplno. Chceme vás čtením dostat „za hranice“ všedních dnů, abyste si odpočinuli a pobavili jste se.

Právě slovní spojení „za hranice“ jsme si vybrali jako téma tohoto čísla. Představíme vám maminky, které se odstěhovaly z rodné země, ukážeme vám ideální destinaci pro první let s miminkem do tepla, otestovali jsme za vás odrážedla, která vaše potomky zase posunou do jiného pohybového „levelu“ – už to nejsou jen malí chodci, ale velcí dobrodruzi, kteří to umí pořádně rozjet. Ukažte jim, že svět je velký a rozhodně se nevyplatí zůstat před hranicí. Stejně jako jsme to dokázali my. Vítejte ve světě Feedo, které opravdu umí ulehčit život maminkám!

MMA

Michaela Červená
ambasadorka projektu,
bloggerka Babybistro.cz

NÁSLEDUJTE FEEDO!



@feedo



feedo_cz



Feedo.cz



Feedocz



„Někdy vyrábíme třeba maličkosti kamarádům do školky.“



Máma LÉKAŘKA

Pediatřička Michala Kněžková má dvě děti, úspěšný blog www.mklife.cz a vede navíc semináře pro Feedo.cz.



„Na jednu stranu mě mrzí, že už nemám doma miminka, ale teď můžeme podnikat víc věcí.“



„Jsem ráda, když mě holky pustí do svých her...“



- Chci být mámou na plný úvazek. Jsem typický Rak, takže rodina je pro mě nejdůležitější. Po rodičovské se vrátím k medicíně a budu se snažit vracet úsměvy malým marodům jako dětská lékařka.

- Ve fyzické kondici mě drží asi pravidelné běhání, v psychické blogování.

- S druhým místem v anketě MAMA-blog roku začaly přicházet zajímavé nabídky a senzační projekty, třeba semináře pro Feedo První pomoc maminkám. Snažím se maminkám po celé republice předat své znalosti a zkušenosti.

- Ideální víkend? Dlouhé ráno v posteli, kde mě manžel nechá dospát, probuzení dětmi s jejich oblíbeným „Doblé láno Míšánku“ a pak hurá z města.

- Naše dny jsou hlavně o rituálech. Podle mě jsou důležité a děti drží v jistotě. Nejoblíbenější jsou ty večerní, kdy čteme knížky a pak se společně obejmeme. Každý večer nás holky objímají se slovy „já tě omačkáám“ a tohle si užívám úplně nejvíc. Snad nás budou mačkat ještě hodně dlouho.

- Doma neustále frčí knihy a kostky, ale já mám ráda hry, které vznikají, aniž byste je plánovali.

- Na Feedo nejraději vybírám hezké dřevěné hračky, miluji vše od PlanToys. Nejčastěji však objednávám drogerii, mně bez auta ušetří síly i čas.

- Moje sny? Těším se, až budou holky větší, unesou svou malou krosnu a dovolené se promění z válečků na cestovatelské. Největším cílem je asi udržet si spokojenost, kterou mám právě teď.

Autor: Michala Kněžková. Fotografie: rodinný archiv a archiv firem. Všechny produkty jsou k dostání na Feedo.cz/Kido.cz.

Vyzkoušejte novinky

Dětské podložky 60x60cm (30 ks), BELLA HAPPY, 329 Kč



6x Rýžová kaše s lesními plody 190g, RUDOLFS, 390 Kč

Dřevěný nábytek do domečku pro panenky, BIGJIGS, 829 Kč



„Naučila jsem se relaxovat s dětmi - za dveřmi!“

VÝJIMEČNÍ



Fashion story s námi nafotila **Iveta Vítová Lutovská**, známá moderátorka z TV Nova a maminka tříleté Anetky, která fotografování měla „za odměnu“. Užili jsme si jejich proměny v domácí pohodářky, které vám spolu s produkty z outletu a bazárku Kiido.cz ukáží, jak si i víkendovou pohodu užít stylově. Líčila a česala neméně stylová Natálka Hostačná, maminka tříletého chlapečka.



(NE)OBYČEJNÉ PŘÍBĚHY

Milume nahlížet do života (ne)obyčejným rodinám. **Co myslíte, že dělá žena na fotografii?** Pracuje jako manažerka, maminka na plný úvazek, starostka, nebo kadeřnice? Je to dítě jejího bratra, nebo má tři dcery? Vždycky podobnou hru hrajeme na dovolené – vymyslíme si, co dělá rodina u vedlejšího stolu, odkud jsou a kvůli čemu se hádají. Většinou náš fiktivní příběh zůstane nerozklíčovaný, ale s Feedo časopisem hru dohrajeme do konce. Na straně 34 se o téhle ženě dozvíte všechno. Bavte se!



VYHRAJTE!

JSME ZVĚDAVÍ, JAK ČTETE NÁŠ FEEDO ČASOPIS A JAK SI VAŠE DĚTI UŽÍVAJÍ DĚTSKOU PŘÍLOHU! **UKAŽTE NÁM TO A VYHRAJTE.**

STAČÍ NASDÍLET VAŠI FOTKU NA FACEBOOKU

A OZNAČIT NÁS @FEEDO.CZ NEBO NA INSTAGRAMU

POD #FEEDOCASOPIS OD @FEEDO_CZ. ROVNOU OSMI

VYBRANÝM PAK POŠLEME **MAXI BALÍK PLENEK BELLA HAPPY.**

inzerce

Hamánek®

péče v každé lžičce



Vyvážená strava dětí v prvních měsících ovlivňuje zdraví dítěte po celý další život.

Svým maličkým chceme dát to nejlepší.

Pro příkrmy Hamánek proto vybíráme nejkvalitnější zeleninu a ovoce od prověřených zemědělců a maso z kontrolovaných chovů. A navíc, abychom zajistili správné a vyvážené složení jednotlivých receptur, spolupracujeme s pediatry a odborníky na výživu dětí.

S každou lžičkou Hamánka tak Vaše děťátko získává to nejcennější z přírody a Vy si můžete být jistá, že mu dáváte s maximální péčí to nejlepší pro zdravý růst a vývoj.

BEZ
PŘIDANÉ
SOLI

VITAMIN
C

BEZ
PŘIDANÉHO
CUKRU

NOVINKA
PRO
PRVNÍ POKUSY
S PŘÍKRMY



www.hamanek.cz

OBSAH

JARO/2017



14

VIP novinky pro všechny
stylové maminky
a jejich děti.



55

Jarní radovánky. Užijte si je i díky velké dětské příloze!

12



MIMINKA I TI VĚTŠÍ

10 PLNÝ KALENDAŘ

Spoustu tipů na podzimní i vánoční akce, z nichž budou děti nadšené.

12 ROZKVETLÉ NOVINKY

16 BEAUTY SERVIS

Váháte, čím na jaře zpestřit svou kosmetickou skříňku? Tyhle tipy jsou ideální pro všechny maminky milující zkrášlování.

18 PRVNÍ SOUSTO

Výbavička pro miminko, které si užívá své první příkrmy.

20 ODRÁŽEDLA

Otestovali jsme první vozítka, která si zaslouží každé šikovné batole.

22 JAK VYBRAT CHŮVIČKU

MAMINKY

26 ZA HRANICE

Příběhy maminek a jejich dětí, které žijí za hranicemi. Na ostrovech Kanárských i Britských i za velkou louží.

30 STROLLERING

Zacvičte si i se svým dítětem.

32 JSOU TŘI NOVÉ DVĚ?

Proč si čím dál více rodin pořizuje tři děti místo obvyklých dvou?

35 ZNÁMÉ TVÁŘE

Jak prožívají těhotenství, porod i mateřství. Prozrazeno!

36 VÝCHOVA DĚTÍ PO FRANCOUZSKU

38 TOHLE O RŮSTU (ASI) NEVÍTE

Zajímavosti o růstu miminek i kojenců, které si budete už vždycky pamatovat.

Novinky pro
nejkrásnější
jaro vašeho
života!

RODINA

40 DOMÁCÍ POHODA

Pohodová atmosféra o jednom líném sobotním dopoledni. Jak si ji uživá modelka Iveta Vítová-Lutovská se svou dcerou? Inspirujte se.

46 TRENDY VE VÝŽIVĚ

Co hlásaly naše babičky a co si myslí výživáři.

50 PRVNÍ DOVOLENÁ K MOŘI

Zkuste Kanárské ostrovy!

52 HOROSKOP PRO CELOU RODINU

FEEDO – časopis. Čtvrtletník. Vydává My Media, s.r.o., Plaská 622/3, 150 00 Praha 5, IČO: 29015901, DIČ CZ29015901. Své náměty a připomínky pište na redakce@feedo.cz. Jestliže máte zájem o inzerci, pište na inzerce@feedo.cz. Periodikum je registrováno na Ministerstvu kultury ČR: E 22680. **Project manager:** Štěpán Jandl. **Ambasadorka projektu:** Michaela Červená. **Obsahová spolupráce za Feedo:** Tereza Cerhová. **Autorky textů:** Anna Dvořáková, Lucie Formáčková, Barbora Šmídová, Michala Kněžková. **Dále spolupracovali:** Tereza Červinková (foto), Alice Nehybová (styling), Natálie Hostačná (make-up and hair stylist), Michal Protivanský (foto), Blanka Vojáčková (horoskop), Eva Lipinová, Petra Solcová, Mariana Andrášová (dětská příloha). **Grafika:** Zbyněk a Daniela Marešovi, Jiří Hoření. **Tisk:** Graspo Zlín.

MIMINKO *v bezpečí*

KOČÁREK. AŽ JE STÁLE VÁŠ

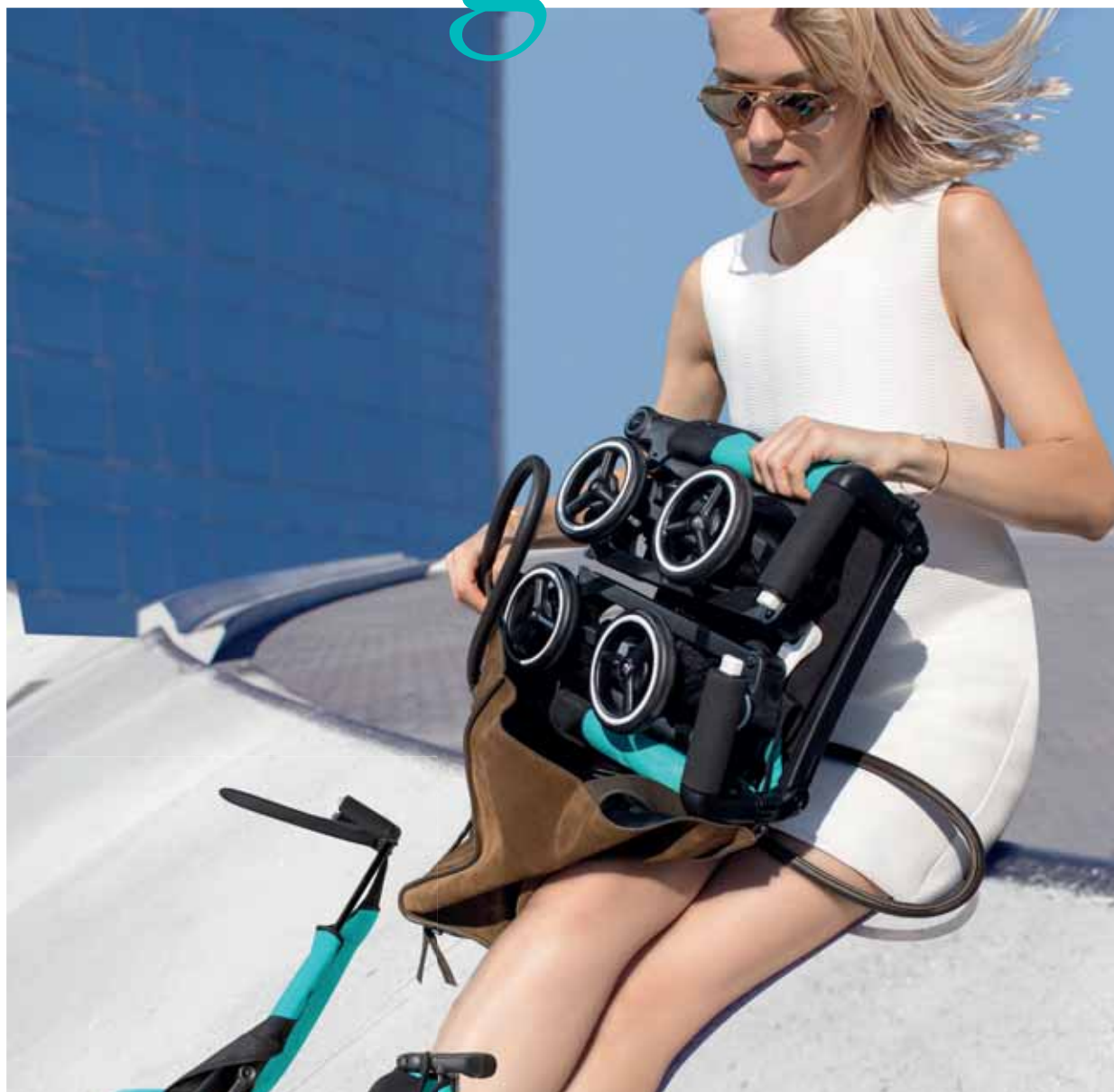
Věděli jste, že se v posledních letech množí krádeže kočárků? Tady je pár způsobů, jak jim zabránit. Na kočárek si poříďte zámek a vždycky ho použijte, i v kočárkárně. Důsledně zamykejte vchodové dveře. K pediatrovi je možná lepší vzít si nosítko nebo šátek. Věděli jste, že si kočárek můžete i pojistit? Další praktické informace o všem důležitém najdete na blog.feedo.cz.



VÍTEJTE! NA DALŠÍCH STRÁNKÁCH VÁM PŘEDSTAVÍME VŠECHNY UŽITEČNÉ MALIČKOSTI, KTERÉ POTŘEBUJETE VY I VAŠE MIMINKO – AŽ UŽ SE CHYSTÁ NA SVÉ PRVNÍ SOUSTO, NEBO ODRÁŽEDLO. DOZVÍTE SE, JAK VYBRAT CHŮVIČKU I KAM VYRAZIT NA JARNÍ VÝLETY.

BABY *design*

Vychutnejte si bonbonky z produktové bonboniery aneb představujeme vám nejnovější hity (nejen) z naší nabídky, na kterých si opravdu smlsnete.



Nejmenší kočárek

Tipněte si: jaké jsou rozměry nejkompaktnějšího kočárku na světě? 30 x 18 x 35 cm! Díky těmto neuvěřitelným rozměrům, samozřejmě ve složeném stavu, si **GB Pockit** vysloužil zápis do Guinnessovy knihy rekordů.

Hlavně bezpečně

Kiddy představuje **nové modely autosedaček** 2017. Ještě bezpečnější, ještě pohodlnější, ještě krásnější!



*Naplnit,
sníst,
naplnit...*

Vaše děťátko spořádá klidně denně dvě přesnídávky na jedno „vycucnutí“? Pak určitě přivítáte omyvatelné **kapsičky Papoo od Petite Mars**. Mají obsah 150 ml, snadno a opakovatelně je naplníte třeba domácím příkrmem. Hodí se i pro zmrazení nebo mytí v myčce. Samozřejmě jsou bez BPS, PVC a ftalátů.

Stylové „vajíčko“

V rodině Feedo kočárků se konečně ocitla značka **Egg. Stylové kočárky** v nadčasových barevných kombinacích, ve kterých bude vaše miminko hvězdou (i na Instagramu). Kromě kultovního „vajíčkového“ tvaru a vzhledu zaujme také polstrováním, perfektním skládáním a technologií „tru-ride“ v kolech, díky které nikdy nebudete mít defekt.



Multifunkční teploměr

Stále jste nepřekonali období chřipek? Raději ještě pořídte **čelní bezkontaktní teploměr NC 150** od Micro-life (1 071 Kč). Je nejen šetrný a hygienický, ale vyniká i dalšími vlastnostmi, jako je alarm horečky, osvětlený displej, zvuková signalizace s možností vypnutí nebo datum a čas měření. Navíc má paměť na 30 měření, takže budete mít vývoj teploty pod kontrolou.



Křupání SE SLEVOU

Poctivá čokoláda, vanilka a jahody. Zní to spíš jako dezert za odměnu než jako doporučení od výživového specialisty. Jenže právě tyhle dobroty ještě spolu s kokosovými lupínky, sušenou moruší a superpotravinou chia semínky najdete v nové mixitácké směsi s názvem **Skutečně zdravý mix**. Ten sestavila specialista na výživu Margit Slimáková a 5 korun z každého prodaného tubusu putuje na podporu iniciativy Skutečně zdravá škola. Feedo rodiče navíc mohou nakoupit na Mixitu s 5% slevou, pokud zadají na konci jakékoliv objednávky kód feedo34xycy.



Nové nosítko

Tohle nosítko přesvědčí i tatínka. Je to nejen ergonomický, ale i stylový kousek od francouzské značky. Najdete ho na Feedu pod **Je Port Mon Bebe**.

Nové kojenecké mléko

Milujete výrobky, které se pyšní německou kvalitou? I my! Proto exkluzivně v Česku jen my na Feedo.cz nabízíme **kojenecké mléko Formila plus**, vyvinuté předními odborníky na výživu. Obsahuje vše, co dítě potřebuje pro svůj přirozený vývoj:

- ✓ vitamín D pro zdravý růst a vývoj kostí
- ✓ jód pro normální funkci štítné žlázy
- ✓ železo podporuje vývoj mozku a posiluje imunitní systém
- ✓ kyselina listová podporuje tvorbu nových buněk, dělení buněk a krvetvorbu
- ✓ prebiotika GOS/FOS
- ✓ podporuje zdravou střevní flóru





Kdy jste naposledy celá rodina vyrazila na animovaný film? A o baletu?

Dřevěné autíčko se setrvačником, BINO, 139 Kč

Plný DÍAŘ

Matějská pouť, Velikonoce ve skanzenu, hledání pokladů či divadlo s oblíbenými hrdiny – na jaře se rozhodně nudit nebudete!

BŘEZEN

1. BŘEZNA

Na jaře nesmíte vynechat tradiční, letos už 54. Matějskou pouť na pražském Výstavišti! Děti se pobaví na horské dráze, centrifuze, ve strašidelném zámku, domě smíchu, u střelnici, na kolotočích nebo lochnesce. Atrakce jsou připraveny i pro ty nejmenší.
www.matejskapout.cz

2. BŘEZNA

Pohádka pro děti i dospělé Bratři Lvi srdce rozkrývá dětský přístupným způsobem náročná témata, ale také ukazuje, co je v životě důležité a proti čemu bojovat.
www.divadloloparka.cz

3. BŘEZNA

Nejen děti okouzlí animovaný snímek Balerína, který vypráví příběh holčičky Félicie, které se s pomocí kamaráda Victora podaří uprchnout ze sirotčince a vydá se na dlouhou cestu do Paříže za svým snem.

10. BŘEZNA

Nenechte si ujít představení s písničkami na motivy kultovního maďarského animovaného seriálu Smolíkovii! Proslulou maďarskou rodinku můžete poprvé vidět v divadle Studia Dva.
www.studiodva.cz

15. BŘEZNA

Je nebojácný, chytrý a vynalézáví! Ferda Mravenec – práce

všeho druhu! Vydejte se s dětmi do divadla Hybernie na muzikál plný hudby a líbivého tance.
www.hybernia.eu

16. DUBNA

Už jste někdy zažili Velikonoce na hradě? Na Helfštýně si pro vás přichystali divadelní den pro děti i dospělé, hradní kejkle a samozřejmě ukázky různých řemesel a velikonočních technik.
www.helfstyn.cz

17. BŘEZNA

Procházku noční Plzní můžete zažít v každé roční době, ale atmosféru festivalu světa pouze jednou za rok. Tentokrát videomappingem a světelnými instalacemi ožijí budovy v centru města a nedaleké čtvrti Roudná.
www.plzen.eu

19. BŘEZNA

Zvířátka a loupežníci aneb o Jankovi a jeho zvířátkách je veselá pohádka bratří Grimmů plná písniček. Získala už mnoho mezinárodních ocenění a teď k vám zavítala do ostravského Domu kultury.
www.dkmoas.cz

20. BŘEZNA

Výstava v Nové budově Národního muzea láká na velkou Retrohernu. Děti si vyzkoušejí nejružnější rodinné aktivity minulosti a rodiče určitě potěší sbírka retro hraček. Končí až na konci dubna.
www.nm.cz

26. BŘEZNA

Zámek Nelahozeves se probudí



Plánujete přenocovat v Praze? Vyzkoušejte stylové apartmány v centru hlavního města, odkud budete mít všude blízko, přesto pořád za příznivou cenu. Více na <https://gorgeous-prague-rooms.com/>

ze zimního spánku a oficiálně zahájí sezonu! Těšit se můžete na prohlídky zámku s průvodci v dobových kostýmech a chybět nebudou ani dětské prohlídky, při kterých se proměníte v pravé šlechtice.

www.zameknelahozeves.cz

26. BŘEZNA

Oblíbený Michal Nesvadba zahraje ve velkém sále Městské knihovny Praha. Tentokrát rozvine hru s barevnými samolepicími páskami, ze kterých vyrábí jednoduché i realistické předměty. Nebo jídlo – však jde o program Michal k snídani.

www.ticketpro.cz

DUBEN

4. DUBNA

Plzeňáci by si neměli nechat ujít kurz vázání knih. Děti si můžou vyrobit svůj vlastní sešit formátu A6 s deskami z okrasných papírů či plátna.

www.informuji.cz

5. DUBNA

Muzeum Karla Zemana představuje celoživotní dílo světově uznávaného filmového tvůrce a rovněž filmové triky, kterými proslavil českou kinematografii 20. století.

www.muzeumkarlazemana.cz

8. DUBNA

Užijte si s dětmi Velikonoce ve skanzenu Strážnice a poznejte zvyky ze Slovácka a poznejte zvyky ze Slovácka od počátku postního období do Velikonoc, jako je vynášení smrtky, pletení velikonočních pomlázek, malování kraslic či šlaháčka.

www.skanzenstraznice.cz

8. DUBNA

Jarní trhy aneb velikonoční inspirace je tradiční dobřichovická akce, na kterou můžete vyrazit už týden před

Velikonocemi, od 11 hodin se můžete těšit i na malý farmářský trh.

www.dobrichovice.cz

9. DUBNA

Oblíbený skřítek Fíha a jeho pohádkoví kamarádi zavítají do Prostějova a provedou děti všemi ročními obdobími. Zazpívají si společně nejznámější hity a zatancují na nejoblíbenější fíhových písničky.

www.fihatralala.sk

11. DUBNA

Komorní výstava loutek v hornickém domku je zaměřena na drahocenné šaty, blyštivé šperky, urozený původ a krásnou tvář, zkrátka na princezny. Kochat se můžete až do listopadu v Hornickém muzeu v Příbrami pod názvem Princezna a drak.

www.muzeum-pribram.cz

15. DUBNA

Průvod masek a další bohatý program si nenechte ujít v samotném centru lyžařského letoviště Špindlerův Mlýn. Vezměte celou rodinu a spojte Velikonoční veselí s (letošním posledním) pobytem na horách!

www.mestospindleruvmlyn.cz

17. DUBNA

Vyšlápněte si k chatě Slaměnka na Dolní Moravě – a to na sněžnicích. Samozřejmě si je na tuhle unikátní akci můžete jen vypůjčit. Na konci vás čeká občerstvení u krbu.

www.dolnimorava.cz

28. DUBNA

Kdo by neměl rád komiksové postavičky z kresleného seriálu Čtyřlístek! S Pindou, Bobíkem, Myšpulínem a Fífkou se můžete vydat i na naučnou stezku kolem Blatáku.

www.muzeum.mksdoksyz

inzerce

FRANCE LAIT®

Tradice kvality již od roku 1958

Kojenecká a dětská mléčná výživa



- Vysoká kvalita
- Výborná chuť
- Dostupná cena

Dr. HOJ®



BABY



ZAPAR-HOJ

VETRO-HOJ

VAPO-HOJ

PRSIA-HOJ

Tradiční krém pro ošetření podrážděné a opružené kůže s konopným olejem

Tradiční masť pro jemnou masáž břicha s kokosovým olejem

Tradiční balzám – obklad na hrudník s meruňkovým olejem

Hojivý balzám na jemnou masáž prsou a citlivé popraskané prsní bradavky

Jarní KVĚTINOVÁ REVOLUCE

Kdo by nemiloval nádherně rozkvetlou přírodu? Teď pro vás máme skvělou zprávu – letos na jaře jsou květiny, rostliny a vše přírodní v módě! Květinový motiv si můžete dopřát na všemožných doplňcích.

Skládací květina,
YOOKIDOO,
699 Kč

Tělový olej
Mandlové
květy,
KNEIPP,
100 ml



Krém na ruce Aroma
Ritual, hrozny s limetkou,
DERMACOL, 100 ml, 59 Kč



Provlékání na louce,
VILAC, 346 Kč



Kvetoucí koupel žlutá,
BLOOMINGBATH,
990 Kč





Dřevěné puzzle – květinová princezna, VILAC, 347 Kč



Dřevěná motorická hračka – Nasazování barevných květin, BIGJIGS, 392 Kč



Skládací puzzle květina s tvary, PLAYGRO, 329 Kč



Kočárek Snap 4 Flowers, limitovaná edice, VALCO BABY, 6 299 Kč

Vlhčené ubrousky Bourbonská růže, 15 ks, SMILE DAILY, 17,30 Kč



Látková plena AIO Stay Dry, BAMBOOLIK, 439 Kč

inzerce

Persil a Silan

Protože dětská pokožka si zaslouží tu nejlepší péči

S přírodním mýdlem a vůní mandlového mléka



Vyzkoušejte Persil a Silan Sensitive! Nyní za speciální cenu -30 %

30% sleva na celé portfolio Persil a Silan

Kód: PERSILAN30 – platí při nákupu na Feedo.cz

Platnost kódu: 20. 2. – 12. 3. 2017

VIP. *servis*

Dospěláci mají Maledivy a limuzíny, miminka si představují první ligu takhle. Nechte je (ve své náručí) nastoupit do premium class.



Trio žirafy Sophie – žirafa Sophie, kousátko a klíčenka, VULLI, 999 Kč



Kosmetická taška, natural puntík, BEBE-JOU, 549 Kč



Melaminová jídelní sada Party Boy, BABYMOOV, 1 099 Kč



Spací vak Navy, ERGOPOUCH, 2 790 Kč



Jídelní židlička Nu Zaaz – carbon, NUNA, 6 899 Kč



Úložný box hedgehog, 3SPROUTS, 839 Kč



Šidítko silikonové dynamické Retro, 2 ks – modrá, LOVI, 154 Kč

Kočárek Day, JOOLZ, 28 850 Kč



Osvěžovač vzduchu, barevný, BEURER, 1 099 Kč



JAKÉ HRAČKY pro nejmenší?

Dřevo, nebo plast? Věčné dilema rodičů, kteří vybírají hračku pro svou ratolest. Zeptali jsme se dvou odborníků se spoustou zkušeností jak s dětmi, tak materiály.



PHDR. MGR. MAREK VRANÝ,
pedagog, organizuje zájmové kroužky
pro děti Kroužky.cz:

„Pokud přihlídneme k častým kritériím pro výběr hraček pro děti, což je zdravotní nezávadnost a trvanlivost, za mě určitě vedou hračky dřevěné.

Rovněž mnohem více rozvíjejí kreativitu a představivost, a to už u nejmenších dětí. Dřevo je tradiční, trvanlivý a nezávadný přírodní materiál, dřevěné hračky jsou ekologické, nejsou ošetřované žádnými škodlivými látkami a jsou prostě z mého pohledu hezčí. A zůstávají takové i po letech. I proto se často dědí z generace na generaci.

Rovněž změna teplot a slunce působí na dřevo mnohem méně než na plast. Trochu problém je s deštěm a vlhkem, ale z mých zkušeností je dřevo ve srovnání s plastem (aspoň tedy z toho, ze kterého se hračky většinou vyrábějí) trvanlivější i v tomto ohledu.

A pokud je pro někoho zásadním kritériem hygiena, tam také nevidím problém, opláchnout dřevo je stejně snadné jako opláchnout plast.“



PHDR. JAN BEER, speciální pedagog,
ředitel středoškolského učiliště,
kde se zabývají výrobou a obráběním materiálů:

„Pokroku se nelze bránit – stejně jako dnes už nepoužíváme psací stroje, ale výkonné počítačové sestavy, i dětem bychom měli dopřát výhody moderního materiálu, tedy plastu. Předností plastových hraček bývá často nižší cena, jsou také lehké, takže bezpečné, dobře se čistí a v neposlední řadě jsou trvanlivé – po skončení jejich role v životě dítěte se mohou rychle přesunout dál a dělat radost v jiné rodině. To ošoupané dřevěné kostky dokážou jen málokdy.

Ani o zdraví dětí se nemusejí rodiče obávat, na evropském trhu se prodávají pouze zdravotně nezávadné plastové hračky. Dohlíží na to řada orgánů pro kontrolu trhu, které používají systém včasného varování, jež zamezí dalšímu prodeji zboží, pokud se výjimečně objeví nějaký výrobek, který by neprošel testy.

Rád bych také zmínil, že dřevo na rozdíl od plastu neustále pracuje a je náchylnější k mechanickému poškození. Pokud se rozsypané kostky při převozu, doma si může dítě například zadřít třísku. Dřevo také podléhá přirozeným vlivům prostředí, i když je ošetřeno. Jde o krásný materiál, ale já fandím moderním plastům.“

NA RŮŽÍCH *ustláno*

Věděli jste, že na Feedo nakoupíte i dámskou kosmetiku? Nechte se inspirovat přípravky v růžových tónech, které podtrhnou vaši jarní krásu.





Produkty zleva a po řádcích směrem dolů:

- * Rychlá pomoc pro hebké nohy: **Pohotová dámská holítko Blue II (5+2 ks), GILLETTE, 99 Kč**
- * Speciální edice pro dokonalé rty: **Balzám na rty NEON Edition 4,8 g, LABELLO, info o ceně na Feedo.cz**
- * Bohatý krém pro každodenní péči o velmi suchou a zrohovatělou kůži na chodidlech: **Ochranný krém na nohy 85 ml, INDULONA, 55 Kč**
- * Pro těhotné i kojící maminky, napomáhá zmírnit bolest a otoky, zabraňuje vzniku strií a zklidňuje podráždění bradavek: **Přírodní krém na ňadra pro maminky 250 ml, HRISTINA, 205 Kč**
- * Depilátor chloupků pro obličej a oblast bikin: **Sensitive Precision elektrický zastříhovač, VEET, info o ceně na Feedo.cz**
- * Vaše rty si zaslouží jemný přípravek, který jim dodá hebkost: **Balzám na rty Soft Rosé 4,8 g, LABELLO, 55 Kč**
- * První multifunkční péče pro citlivou a reaktivní pleť se sklonem k zarudnutí či pleť s rosaceou: **Sensibio AR BB krém pro citlivou pleť SPF 30 Light 40 ml, BIODERMA, 449 Kč**
- * Ideální na promazávání a zeštíhlení problematických partií po porodu: **Enja Zeštíhlující gel na břicho 150 ml, DERMACOL, 269 Kč**
- * Speciální kompozice pro citlivou, normální, až suchou pokožku, jemně čistí tvář a oblast očí: **Sensibio H2O micelární voda pro citlivou pleť 500 ml, BIODERMA, 499 Kč**
- * Rychlá pedikúra i manikúra díky třem vyměnitelným pilníkům: **Velvet Smooth Elektrický pilník na nehty – růžový, SCHOLL, 1 099 Kč**
- * Chrání dětskou citlivou pokožku před vysušováním během koupání a mytí, obsahuje z 1/3 zvláčňující mléko: **Jemný mycí gel (400 ml), JOHNSON'S BABY, 99,90 Kč**
- * Speciální šampon s kofeinem a ginkgo bilobou neobsahuje mýdlo, přidaná barviva ani alkalické složky: **Šampon proti vypadávání vlasů, 200 ml, SEBAMED, 199 Kč**
- * S mandlovým olejem a měsíčkem lékařským jednoduše a snadno odličíte pleť a zbavíte ji nečistot: **Zklidňující pleťová voda pro péči o pleť 200 ml, NIVEA, 129 Kč**

Autor: Michaela Červená, fotografie: Michal Protiřivský. Produkce: Isabela Nováková a Michaela Červená. Všechny produkty jsou k dostání na Feedo.cz.

inzerce

olympτολ představuje



Bezpečné baby kostky

Seznamte se s kostkami Clemmy.

- italský výrobek s 40letou tradicí
- testováno pro děti od 6 měsíců
- příjemné na omak i kousání
- měkká elastická guma s lehkou vanilkovou vůní
- naprosto bezpečné
- omyvatelné i v myčce

UNIKÁTNÍ
TECHNOLOGIE



PRVNÍ *sousto*

Konečně! Vaše miminko si začíná užívat první příkrmy. Naservírujte mu je stylově.



1. Svačínový box Želva, New Take Away!, OOPS, 499 Kč

Krásně barevné 3D svačínové boxy od známé značky Oops ze Švýcarska – na výběr z pěti motivů. Pohodlná konstrukce se otevírá pomocí širokého zipu v horní části boxu.

Izolace boxu pomáhá skvěle ochránit svačinu a udrží ji déle čerstvou.

2. Láhev se sportovním pítkem, Hello Fox, SUAVINEX, 269 Kč

Láhev o objemu 360 ml je vyrobena v EU, bez BPA a klinicky testovaná. Uspadňuje přechod z kojenecké láhve

na pití z hrníčku či sklenice. Láhev se sportovním pítkem (doporučená od 18 měsíců) je vhodná na cesty i domů, obsah se díky snadno uzavíratelnému sportovnímu pítku nevytlévá.

3. Bryndák měkký Soft – zelený, BABYBJÖRN, 255 Kč

Měkký bryndák BabyBjörn je ergonomicky navržený, zachytává drobečky, jednoduše se oplachuje. Límeček je ozdobený měkkými kuličkami – „korálky“ a má nastavitelné zapínání, což umožňuje, abyste tento bryndák mohli používat dlouho, i když vaše dítě rychle roste.

4. Lžička na krmení Explora, součást setu, který obsahuje 4 ks, TOMMEE TIPPEE, 129 Kč

Lžičky se širokou rukojetí i zakončením jsou vhodné do myčky, neobsahují bisfenol a jsou ideální pro první pokusy dítěte o vlastní krmení. V setu jsou čtyři barvy.

5. Dětský příbor Rytíř, LABEL TOUR, 416 Kč

Sada obsahuje lžici, vidličku a nůž z nerezové oceli s plastovými držátky. Jsou vhodné i do myčky, nevhodné do mikrovlnné trouby. Francouzský design.

6. Talířek Bamboo Apple, PACIFIC BABY, 199 Kč

Nádobí je vyrobeno z přírodního bambusu, rostlinného škrobu a potravinářského barviva, 100% recyklovatelné. Pevné, odolné a trvanlivé, z velké části vyrobeno ručně – každý kus je originál. Lze mýt v horním koší myčky. Uvnitř misky je příkrm HiPP a lžička TOMMEE TIPPEE.

8. Modro-zelená krmící síťka na ovoce, MUNCHKIN, 129 Kč

Krmící síťka slouží k bezpečnému podávání nejen čerstvého ovoce, ale také zeleniny, měkkých sýrů nebo pečiva. Je vhodná zejména při přechodu z tekuté stravy na pevnou. Eliminuje riziko zadušení dítěte kousky nedůkladně rozkousané potravy. Kroužek se strukturovaným povrchem se snadno drží i tou nejmenší ručičkou. Díky šikovnému uzavíracímu systému potraviny bezpečně uzavřete, takže nemohou vypadnout.

9. Příbor set 4 ks – Oranžový/Tyrkysový, BABYBJÖRN, 359 Kč

Pro napíchnutí prvních soust!

Lžička i vidlička jsou navrženy tak, aby pomohly dětem snáze se učit jíst samy. Mají krátké rukojeti. Spodek rukojeti zabraňuje tomu, aby dětská ručka sklouzla příliš nízkou na lžičce. Lze mýt v myčce. Neobsahuje PVC, BPA, ftaláty, kadmium, olovo, brom ani chlor. Na naší fotografii je vyobrazena pouze tyrkysová součást setu.

10. Mušelínová plena 70x70 Stars, GLOOP, 229 Kč

Plenky od portugalské značky Gloop jsou velmi univerzální a můžete je využít až na utření dětské pusinky, ke krmení, nebo k zavínování. Mušelínové plenky jsou vyrobeny ze 100% čisté organické vlny mušelínu. Jde o jednu z nečistších, nejjednodušších, nešetrnějších a dle našeho názoru nejdokonalejších tkanin na světě. Prodyšná, pohodlná a bezpečná pro dítě, odolná a měkká, jemná a silná.

PŘÍKRMY:

11. BIO s meruňkami (125 g) – ovocný příkrm od 4. měsíce, HIPP, 35 Kč

Meruňkový příkrm má vysoký obsah vlákniny, která podporuje střevní peristaltiku a trávení. Aby u miminka nedocházelo k překyselení žaludku, je při výrobě uměle snižován obsah ovocných kyselin.

12. BIO První dýně (125 g) – zeleninový příkrm, HIPP, 35 Kč (v misce, obal není vyobrazen)

Zeleninový příkrm je v BIO kvalitě a přirozeně bezlepkový. Je vhodný i pro děti ohrožené alergií. Je jednodruhový, a proto je vhodný pro začátek stravování vašeho miminka tuhou stravou. Obsahuje výživné látky a aktivní složky, které napomáhají zdravému vývoji dítěte.

13. BIO Brambory se špenátem a se smetanou (125 g) – zeleninový příkrm, HIPP, 35 Kč

Zeleninový příkrm v BIO kvalitě je přirozeně bezlepkový. Zelenina obsahuje minerální látky a stopové prvky. Vhodné od ukončeného 4. měsíce věku dítěte, bez přídavku soli.

HiPP

Pro to nejcennější v životě.

Na každé
lžičce záleží



Nic lepšího svému dítěti
dát nemůžete...

- ✓ bez přídavku soli¹⁾
- ✓ bez přídavku cukru²⁾
- ✓ bez barviv a konzervačních látek³⁾
- ✓ s omega-3, které jsou důležité pro správný vývoj mozku a nervových buněk

1) obsah soli je dán obsahem sodíku v surovinách. 2) Obsahuje přirozeně se vyskytující cukry. 3) Dle zákona. Věnujte pozornost vyvážené stravě Vašeho dítěte. Potravina pro zvláštní výživu.



Zdravé mlsání

- ✓ bez přídavku cukru²⁾
- ✓ bez aromat, barviv a konzervačních látek³⁾
- ✓ v BIO kvalitě



První JÍZDA

S výběrem odrážedla se pojí řada otázek: jaký tvar či velikost v nepřeborné nabídce pořídit? Jsou vhodnější dřevěné, nebo plastové? Všechny jsme poctivě vyzkoušeli.

Odrážedla jsou už několik let velkým hitem a není divu – děti bývají ze svého prvního vozítka skutečně nadšené! Navíc se díky němu naučí držet rovnováhu či odhadovat vzdálenosti, a je tak ideálním startem, než dítka přesedlá na tříkolku a pak skutečné kolo nebo větší odrá-

žedlo. Než se však pustíte do nákupu, je třeba zaměřit se na pár podstatných věcí.

Hlavní roli samozřejmě hraje bezpečnost a kvalita. Odrážedlo nesmí mít žádné ostré hrany, mělo by být odolné, pevné, ale zároveň lehké, aby s ním akční potomek nemusel bojovat víc, než je

nutné, a hlavně si ho mohl sám přenášet.

Také sedátko musí být dostatečně nízko, aby dítě mohlo odrážedlo bezpečně ovládat a dosáhnout na zem celými chodidly (ne pouze špičkami nohou!). U větších odrážedel bývají sedátka nastavitelná, my jsme se zaměřili na ty první, které se hodí třeba hned k prvnímu narozeninám.

Neméně důležitý je materiál. Na trhu dnes najdeme odrážedla dřevěná, plastová či kovová a všechna mají své pro i proti. Ta z kovu například bývají skutečně pevná s dobrými jízdními vlastnostmi, plastová jsou zase lehká a za příznivější cenu, dřevěná jsou pak pevná, stylová a vhodná i do interiérů. Každopádně před první jízdou venku ho vždycky raději otestujte doma, zaměřte se na to, aby z něj dítě nepřepadávalo a hlídejte, aby nepřelítlo přes říditka.

Nezapomeňte potomkovi pořídit helmu a dostatečně stylové doplňky, aby mu to na první jarní vyjíždě slušelo.

DESIGN PRO NEJMENŠÍ

Stylové dřevěné odrážedlo mě okamžitě okouzlo designem. Je ovšem také kvalitní (vyrobené z voňavého bukového dřeva) a stabilní. Má čtyři kola, říditka a nechybí zadní opěrátka, což je šikovná vychytávka, která zneumožňuje našemu prckovi sklouznutí ze sedátka.

Co jsem osobně velice ocenila, jsou gumové pneumatiky, které zajišťují tichou jízdu i po starých parketách a navíc je chrání před poškrábáním! Dřevěné odrážedlo Žirafa, SCRATCH, 2 699 Kč



CHYTRÝ SKÚTR

Od tohoto odrážedla se náš 16měsíční špunt nedokáže odtrhnout. Nejen že ho řídí a získává tak motorické dovednosti, zároveň se na něm i učí! Na odrážedle jsou umístěna čtyři tlačítka k aktivaci jako otočný klíč k nastartování. Tři úrovně naučí dítka hrát si, objevovat a obsahuje více než 50 písniček, melodií a vět! Škoda že nejde víc navolit hlasitost.

Smart stages mluvicí scooter, FISHER-PRICE, 1 699 Kč



ODOLNÉ ZA SKVĚLOU CENU

Musím hned přiznat, že tohle odrážedlo nás zaujalo cenou. Patří k základním, a tak se hodí třeba jako druhé vozítko na chalupu. Má čtyři kolečka pro lepší stabilitu i bezpečnost, plast je kvalitní, odolný, přesto velmi lehoučký, takže i náš 18měsíční chlapeček krásně zvládá otáčení či přenášení z jedné místnosti do druhé.

Odstřikovač FLIPPI, BIG, 399 Kč



PRO MALÉ ZÁVODNÍKY

S designovým autíčkem se zabavíme jak doma, tak i venku, zatímco já jsem ocenila elegantní sportovní design, pevnou konstrukci a stabilní kola na kovové nápravě, naše dítka bylo nadšené hlavně z otočného volantu s klaksonem. O zábavu se postarala i sada samolepek a teď už nás čeká jen přikoupit přívěs...

Odrážedlo WILDEE, BRUMEE, 1 099 Kč





IDEÁLNÍ NA CESTY

Růžové retro odrážedlo s ovladatelnými říditky se stalo nepostradatelným pomocníkem na našich rodinných procházkách i dovolené! Úložný prostor má alespoň trochu místa, takže Barča převáží všechny svoje sponky a nesmysly pořád s sebou. Já jsem ocenila, že ho můžu hodit přes rameno, když už ji to na procházce přestane bavit. A nemohu nezmínit gumová kolečka, která umožňují výborné jízdní vlastnosti na kterémkoliv povrchu.

Odrážedlo s kufříkem,
SKOOT, 1 599 Kč



POHODLNÉ S OPĚRKOU

Odrážedlo z kvalitního plastu a s vtipným motivem telefonu se stalo perfektní hračkou pro naše aktivní dvojčata. Děti se mohou pohodlně a bezpečně opřít o opěrku, a co je vážně skvělé – sedátko je otevírací a pod ním šikový úložný prostor na hračky či svačiny! Jenže děti jsou dvě a odrážedlo jen jedno. Takže co myslíte?

Odrážedlo telefon,
HM STUDIO, 799 Kč



CHODÍTKO I ODRÁŽEDLO

Tygřík je pomocník k nezaplacení, je to totiž chodítko a odrážedlo v jednom! Jakmile byla naše Adélka připravena k jízdě, chodítko jsme snadno změnili na vozítko a o další zábavu bylo postaráno. Pravda, chvíli jí trvalo, než se s ním naučila. Při chůzi, jízdě či plácnutí do hlavičky tygra je odměnou množství zvuků a hudby. Odrážedlo pomáhá rozvíjet motoriku, ale Adélku víc baví jezdit.

Odrážedlo Tygr 2v1,
FISHER-PRICE, 1 799 Kč



LEHKÉ A BEZPEČNÉ

Výhodou je, že Pukyilino můžeme využívat doma i venku. Je určeno právě pro ty nejmenší a naše roční holčička si tak může užít radost z pohybu opravdu dosyta. Jen mám pocit, že z něj velmi brzy vyrostla a bylo jí zakrátko malé. Odstrkovadlo je koncipováno tak, aby děti, které udělaly své první krůčky, mohly vyzkoušet a rozvíjet své další schopnosti – nasedání, sesedání, odrážení a řízení. Děti tak cvičí počáteční řízení a pohyby nohou. Zaujala mě i německá kvalita.

Pukyilino, PUKY, 1 190 Kč



Osobní HLÍDAČ

Na trhu je dnes obrovský výběr chůviček, ale jak se v nich vyznat, když se rozhodnete nějakou zakoupit?

ANALOGOVÉ CHŮVIČKY

jsou vhodnější do méně obydlených oblastí. Signál lépe prochází skrz překážky (zdi, sloupy, stromy apod.), ale jsou nevhodné např. do panelových domů, protože jejich signál může být často rušen. Oproti tomu u digitálních chůviček je rušení výrazně nižší, jen mohou mít horší dosah skrz překážky.

Nejoblíbenější jsou **AUDIO CHŮVIČKY** – pro jejich využití, což je primárně přenos zvuku, ale také pro příznivou cenu a množství funkcí. Pohlíďte si dosah, větší se hodí, pokud máte velký dům nebo zahradu. Výrobci nejčastěji udávají vzdálenost měřenou na volném prostranství.

DĚTSKÁ JEDNOTKA, která někdy bývá i přenosná, může být doplněna o noční světýlko, přehrávač ukolébavek, teploměr i vlhkoměr. Nebo o indikátor pohybu.



SVĚTELNÁ FUNKCE se hodí, pokud se pohybujete v hlučnějším prostředí, nebo se například sprchujete. Praktické je nastavení hlasitosti přeneseného zvuku.

VIDEO CHŮVIČKY patří mezi dražší záležitosti, můžete však zkontrolovat každý znepokojivý zvuk. U většiny chůviček můžete mít video spuštěné neustále, nebo jen při pohybu nebo zapnutí.

OBOUSTRANNÝ PŘENOS ZVUKU? K dítěti můžete mluvit přes rodičovskou jednotku, aniž byste k němu museli hned běžet.

Digitální chůvička SCD580, AVENT, 4 499 Kč
Šířování dat, úspora energie ECO max, promítání nočního světla s hvězdami.

Výběrem typu chůvičky ale nekonečíte, v popiscích se setkáte s **PŘENOSEM SIGNÁLU** „analogovým“ a „digitálním“. I tyto pojmy by ve vašem výběru měly brát důležitou roli.



Digital video auto chůvička BBM 7030, BAYBY, 3 999 Kč *

S přísavkami na sklo, kamera s širokým úhlem záběru, LCD barevný displej.



Chůvička Premium Care Digital Green 2015, BABYMOOV, 3 590 Kč

Dosah až 1 400m uvnitř, 3 typy alarmu, noční světlo s nastavením intenzity.



Digitální video chůvička MBP 36 S, MOTOROLA, 4 599 Kč*

Kamera s nočním viděním a zoomem, možnost připojení více kamer, LCD displej.



Chůvička Neo 200, REER, 869 Kč

ECO mód, spona na opasek, 2 kanály pro optimální přenos hlasu proti rušení.



Chůvička digitální BabyTalker 3600 NEMO, TOPCOM, 2 199 Kč

S funkcí NEMO (No Emission Mode), ukolébavky, časovač (na krmení či léky).

NOVINKA

ARIEL baby

síla hebkosti



Využijte slevu **50 Kč** na Ariel Baby
40 PD až do 31. března 2017.
Stačí při nákupu na Feedo.cz zadat kód
pro CZ: **AR105K** a pro SK: **AR105K**.
Slevu nelze kombinovat s jinou akční
nabídkou na Ariel Baby.



maminky NEJLEPŠÍ



Věděli jste, že v Americe tolik populární Baby Shower se rozmáhá i v Česku? Pokud se vaše kamarádka pyšní těhotenským bříškem, uspořádejte jí tuhle přátelskou akci na oslavu její přeměny matky v ženu. Drobnosti pro ni i pro miminko seženete na Feedo.cz, nebo se s kamarádkami složte na jeden velký dárek. Darujte jí také pořádnou porci rad, nebo ji odkažte na www.jaknamaterstvi.cz, které funguje jako encyklopedie pro maminky.

PŘEMÝŠLELA JSTE NĚKDY O TOM, JAK BY SE VÁM ŽILO V ZAHRANIČÍ? MOŽNÁ SE NA TO PŘIPRAVUJETE A SVOU DCERU JSTE PRO JISTOTU POJMENOVALI SUSANE MÍSTO ZUZANA, NEBO JSTE SE PŘESUNULA JEŠTĚ DŘÍV, NEŽ JSTE SI POTOMKY POŘÍDILI. A TEĎ MÁTE DOKONCE TŘI. O VŠECH RODINNÝCH ETUDÁCH ČTĚTE NA NÁSLEDUJÍCÍCH STRÁNKÁCH V SEKCI „MAMINKY“.



FEEDO NEWS

Novinky nejen z Feedo, ale i samu sebe představí obchodní ředitelka Feedo, stále dobře naladěná Eva Nemčková!

„Zpívání mě dobře naladí“

Obchodní ředitelka **Eva Nemčková** (42 let) pracuje ve Feedo už 3 roky. Je maminkou dvou dospívajících dcer, Paulíny a Kristíny. „Obě naplňují můj život pozitivní energií a dobrou náladou, navzdory tomu, že starší z nich je na invalidním vozíku,“ svěřuje se Eva. Ve svém životě se řídí heslem, že všechno je relativní a je třeba neřešit minulost, prožívat současnost a těšit se na budoucnost. Třeba i na nový den v práci. Jak probíhá?

„Každé ráno se cítím jako taxikář, rozvážím svoje děti do školy, cesta mi zabere téměř hodinu a půl! V autě si krátím čas hlasitým zpěvem (moje vystoupení začíná až po vysazení dětí) a to vždy nastartuje dobrou náladu. Někdy ovšem celý čas protelefonuji (ano, s handsfree).

Hned po příchodu do práce zkontroluji prodeje z předchozího dne a podívám se na Feedo.cz, Feedo.sk a Feedo.pl – ideálně z pohledu zákazníka. Nastavení promočních akcí řeším s oddělením Trade Marketingu. S Produktovým oddělením se věnuji zařazení novinek do Feedo porfolia. Pořád musím komunikovat s Obchodním týmem ohledně všech detailů prodeje.

Další část pracovního dne se řídí kalendářem a naplánovanými schůzkami s dodavateli, lidmi z mého týmu nebo setkáními z jiných oddělení. Je zážrak, když mám den bez schůzky. S kolegy hledáme denně řešení, jak zlepšit služby Feedo a stát se nejlepší volbou pro nákupy maminek. Už nejsme jen e-shop, ale služba. Hledám inspiraci v zahraničí i u naší konkurence (pšššt) a „vrtám“ do všeho a všech (smích).

Můj den nekončí odchodem z práce. Vyvednu dceru a jedeme domů na večeři, kterou nejčastěji připravuje mladší dcera Kristína. Vaření miluje a už teď vaří jako zkušená kuchařka. Ostatně, mrkněte sami na její stránky madebykristina.cz.

Ještě večer si stáhnou e-mail a připravím poznámky na druhý den v práci, abych věděla, co mě čeká.“

„OBCHODNÍCI, HURÁ NA VELETRH“

Kde čerpáme inspiraci? Samozřejmě i na veletrzích. Každý rok se za Feedo zúčastňujeme hned několika z nich, nemohli jsme chybět v lednu třeba v Hongkongu na největší výstavě dětského zboží a v Norimberku (v únoru). Obchodníci aktivně hledají nové značky, aby Feedo uspokojilo opravdu každého zákazníka. „Mezi hračkami letí drony. Líbil se nám elektrický kočárek či luxusní značka Kiwi s autosedačkami z kůže, Daichi má autosedačky z eko bavlny. Zajímavostí byly plenky, které monitorují přes čidla a smartphone, zda je dítě počurané,“ dodává Evin kolega Michal Valent.

NOVÉ STRÁNKY PAMPERS

Spustili jsme novou stránku pampers.feedo.cz, kde najdete detailní informace o výrobcích Pampers a dozvíte se více o Pampers Premium Programe. Určitě vám web pomůže ujasnit rozdíly mezi jednotlivými variantami Pampers plenek. Mimochodem, v nabídce máme nové, větší balení, které vystačí opravdu na celý měsíc.

TO MUSÍTE ZKUSIT!

Do sortimentu jsme zařadili spoustu skvělých značek a produktů. Třeba kvalitní výživu Rudolfs, potřeby na holení značky Gillette, rozšířili jsme sortiment pracích prostředků a aviváží. O praní dětského prádla čtete více na straně 54. Novinkou jsou kočárky Egg i nejmenší kočárek na světě GB (nakoukněte na stranu 8).



LEGO® PĚKNĚ PŘEHLEDNĚ

KTERÉ DÍTĚ BY NEMILOVALO LEGO®? VYTVOŘILI JSME NOVÉ STRÁNKY WWW.FEEDO.CZ/LEGO/ S VYHLEDÁVÁNÍM PODLE VĚKU NEBO POHLAVÍ DÍTĚTE I PODLE KOLEKCÍ. OD KOSTIČEK PRO NEJMENŠÍ AŽ PO LEGO® NEXO KNIGHTS™ PRO NADŠENÉ ŠKOLÁKY.

ROZŠÍŘILI JSME FEEDO KOLEKCI!

Celou si prohlédněte na www.feedo.cz/velke-akce/feedo-kolekce/, nejpovedenější kousky omrkněte tady:



Dětské body KRAB (modrá), vel. 62, FEEDO, 149 Kč



Bryndáček růžová sova, FEEDO, 59 Kč



Klíčenka s vyměnitelnou fotografií, FEEDO, 19 Kč

Vdaly se DO CIZINY

Narodily se a vyrostly v Česku, pak ale poznaly svého osudového muže. A odešly s ním žít do ciziny. Jak se vychovávají děti v Anglii, New Yorku nebo na ostrovech věčného jara? A co tam našim maminkám chybí?

Odvaha. To je slovo, které charakterizuje naše hrdinky, dvě Češky a jednu Polku. Mimochodem, věděli jste, že Feedo v Polsku funguje také? Všechny tři se rozhodly dobrovolně jít žít za hranice, a to do zemí vzdálených několik hodin letu od svých rodin. Jak to zvládají? Co pozitivního vidí na životě mimo svou „rodnou hroudu“? Jak přistupují k výživě i výchově tamní obyvatelé? Jak se jim nakupuje v cizím jazyce? Přečtěte si naše příběhy.

Zuzanna: Děti na „Kanárech“ až přehnaně chrání

„Výchova dětí tady na Kanárských ostrovech je úplně jiná než u mě doma v Polsku. Tam mají děti víc svobody. To tady rodiče každý den doprovázejí a vyzvedávají ze školy i 11leté děti. Zdejší matky mi připadají až moc ochranitelské, a nejen co se týče malých dětí a miminek... Docela mě

také překvapilo, že každá novorozená holčička tady dostane náušnice, vlastně hned v porodnici. Já kolikrát dcerku Olivii (1 rok) obléknu celou do růžové a stejně si ji pletou s klukem, prostě jen proto, že nemá náušnice.

Navíc tu není tak dobrá zdravotní péče, v Polsku je například zcela stan-

dardní ultrazvuk hlavy a kyčlí, tady je to v podstatě nemožné, ani když jdete do soukromé ordinace. Osobně mi připadají zastaralá i doporučení týkající se výživy, rozhodně nemají nic společného s tím, co hlásá Světová zdravotnická organizace. Když moje tchyně před pár měsíci viděla, jak Olivia jí kuskus se zeleninou, stejné jídlo, jako jsme měli my, málem dostala infarkt. Tady se dětem dělají kašičky nejmíň do roka.

Jakákoliv maličkost v počasí (trošku fouká, moc svítí slunce, lehounce prší) znamená, že rodiče s dětmi nejdou ven. V létě potkáte rodiny s malými dětmi snad jen v obchodních centrech.

Mateřská tu trvá jen 16 týdnů, ale já si nedovedla představit, že odejdu od tak malého miminka, tak jsem před porodem odešla ze zaměstnání. Další práci jsem si našla, až když bylo Olivii 7,5 měsíce. Pracuji teď jako recepční v hotelu. Naštěstí máme skvělou polskou au-pair, která se o Olivii stará. Skloubit práci a mateřství je opravdu těžké. Nemůžete si tu například vzít volno, když je dítě nemocné. Další zvláštnost? Když má dítě po 3. narozeninách ve školce „čůrací“ nehodu, zavolají vám a musíte ho přijet převléknout, učitelky to dělat nesmějí.

Snažím se s Olivii strávit co nejvíc času, když nejsem v práci. Miluje hraní si v písku a plazení se mělkou vodou, tak se snažím dostat na pobřeží vždy,





Lahvička First Choice, NUK, info o ceně na Feedo.cz

když je pěkně. Doma si pak čteme knížky nebo prohlížíme obrázky. Není jednoduché jít do práce, když víte, že vaše děťátko je doma a učí se tolik nových věcí každý den. A vy u toho nejste...

Ale život tady na Fuerteventuře má i plno pozitiv. Třeba ani v zimě nemusím Olivii navlékat do spousty oblečení, stačí jedna lehká bunda...

V současné době si nedovedu představit, že bychom žili někde jinde. Rok předtím, než jsem potkala svého muže Gerarda, jsem tu strávila tři měsíce. Netušila jsem, že ještě dostanu šanci se sem vrátit. Manžela jsem potkala v květnu 2012, kdy jsem pracovala jako průvodkyně. Měla jsem klienty v jednom 5hvězdičkovém hotelu a Gerardo zde pracoval jako recepční. Pozval mě na kafe a o pár

týdnů později už jsme spolu bydleli. Naštěstí jsem i po skončení smlouvy dostala možnost strávit tu další tři sezony, takže jsem se naučila dobře španělsky a našla si práci. Od začátku jsem věděla, že Gerardo Kanárské ostrovy miluje a chtěl by tu žít do konce života. A já to tu také miluji. I když mi samozřejmě moje polská rodina moc chybí.

S rodiči jsem často v kontaktu a jednou za pár měsíců mi také posílají obrovské krabice se vším, co si objednáme. Miluji totiž nákupy přes internet, ale moc společností sem zboží neposílá, a když, tak si účtují hodně poplatků. I když patříme k EU, jde o zvláštní obchodní zónu. Balíkem od rodičů sem doputovalo plno knih, hraček, oblečení i věcí pro děti a třeba i kočárek."

O Kanárských ostrovech si přečtěte ještě více v rubrice CESTOVÁNÍ na straně 50.

Rybářská loďka, LEGO® City, 599 Kč



Veronika (32): V Anglii už zůstaneme



„Když vidím Britky, jak ke svým dětem přistupují, zarazí mě, jak v podstatě úplně ignorují správný motorický vývoj. Miminka se tu posazují, přitahují do sedu, stávají... Přitom děti by ke všemu měly dospět samy. Nejspíš je to tím, že tady to nikdo neví, nejružnější sedátka tu jsou doporučovaná už od 4 měsíců. Taký mě vždycky překvapí, že mnoho dětí i v mrazech, včetně malých miminek, nenosí čepičky, přestože rodiče jsou zachumlaní.

Další rozdíl je samozřejmě mateřská dovolená. Tady trvá jen devět měsíců, další tři vám musí zaměstnavatel držet místo, ale to už je žena doma zadarmo. Jesle jsou sice schopné brát děti od 6 týdnů, ale s tím jsem se sama nesetkala. Funguje to tu nicméně trochu jinak, o děti se tu stará mnohem víc dospělých. Já jsem se

do práce vrátila po prvních narozeninách starší dcery Saffron (2,5), ale jen na tři dny v týdnu. Zpočátku roku jsem z toho byla hodně smutná, ale nakonec to bylo dobře. Správný balanc mezi dvěma světy! V práci jsem si odpočinula a přišla na jiné myšlenky. Nejde ani tak o seberealizaci, ale o občasnou pauzu od vaření, praní, krmení, uspávání... Saff to má navíc ve školce moc ráda a prospívá jí to, takže tam chodí i teď, když jsem ještě doma s mladší Scarlette (8 měsíců).

Těhotenství tady berou jako normální součást života, proto je zdejší péče jiná než v Česku, kde mi připadá hodně klinická. Britové razí heslo, že pokud něco není pokazené, nepotřebuje to spravovat. Všechno je, jak má? Tak se vídáte jen s midwife, porodní asistentkou, a to každé 4 týdny. Změří vám tlak, poslechne ozvy a zeptá se, jak se cítíte. Samozřejmě pokud se objeví jakékoliv potíže, čekají vás kontroly v nemocnici, ultrazvuky, odběry...

Chtěla jsem co nepřírozeňší porod, vybrala si porodní dům. Nakonec jsem však kvůli zdravotnímu stavu musela do porodnice. První porod nebyl podle



Ovečka SAM šedá – tréninkový budík s nočním světlem, ZAZU, 1 199 Kč



mých představ a měla jsem z něj šrámy na duši, ale to nebylo dané tím, že jsem rodila v Británii, ale situací a komplikacemi. Podruhé jsem měla rodit do vody, ale opět to kvůli zdraví skončilo jinak. I když mi porod museli vyvolat, bylo to všechno nakonec jako za odměnu. Rodila jsem rychle a jak jsem chtěla já, nenechala jsem si do toho kecat.

Jsem dost rázná i v otázce výchovy. Víím, co pro své děti chci, a za tím si jdu. Snažím se být kontaktním rodičem. Obě dcery nosím, spíme spolu v jedné posteli a naše děti jsou součástí našeho světa, vždy byly a budou. Neodkládáme je na hlídání... Jsou naše. Myslím si, že od dětí dostaneme to, co jim dáme. Pokud jim dáme lásku a respekt, to samé pak dají ony nám.

Můj přístup k výchově se od toho manželova tolik neliší, a když už, tak ne kvůli našim národnostem, ale kvůli tomu, jaké jsme měli dětství. Theo, můj muž, je druhý nejmladší ze šesti dětí a někdy je to znát. Přejde mi někdy „nedomazlený“, dlouho mu trvalo naučit si hrát, prostě se stát dítětem. Saffron mu ale ukázala cestu a on se po ní vydal.

S Theem to nebyla láska na první pohled, i proto jsem věděla, že tenhle vztah bude jiný. Nebyl jako kluci, se kterými jsem chodila dřív, to mi na něm imponovalo. Potkali jsme se na cestě z baru, asi ve 4 ráno. Hledali s kamarádem podnik, kde by se mohli najít, a já s kamarádkou jsme je tam doprovodily. Několik měsíců jsme pak spolu randili – to už je historie.

Kde budeme žít, jsme vlastně nikdy řešit nemuseli. I když... Theo je z Irska a tam já nechci. Nejen kvůli počasí, ale i kvůli tomu, že tam nejsou přímé lety z Ostravy. Pocházím totiž z Valašska. Teď jsme navíc v polovině cesty mezi oběma rodinami. Jednu dobu jsme o stěhování do Prahy přemýšleli, jenže v Česku už bychom si neudrželi životní úroveň, jakou máme teď. A před necelým rokem jsme koupili náš vysněný dům, takže se otázka stěhování definitivně uzavřela. Zůstaneme na anglickém venkově, i když tu okolo nic moc není. Ale to mi nevádí. Jsem ráda za nákupy po internetu. Objednávám tak všechno – jídlo, oblečení, dárky... V obchodě jsem nebyla už ani nepamatuji a nechybí mi to.

Snad jediné minus na tom, že žijeme v Británii, je to, že nemám maminku hned za rohem a nemůže u nás být tak často. Pozitiva převažují. Děti budou rozumět dvěma jazykům bez zvláštního snažení. I když čeština bude vždy druhý jazyk. Mluvíím na holky jen česky, a i když starší rozumí, odpovídá mi zpátky v angličtině. Pokaždé ji opravím, teď už se tedy snaží opakovat česká slova. Určitě jednou bude mluvit skvěle!“





Anna (37): Amíka jsem potkala v Lucerně



„V únoru je to dvanáct let, co jsem se s Jordanem seznámila. Bylo mi 25, bylo to v Praze, v Lucerně na osmdesátkách. Tedy přesně na tom místě, kde si řeknete, že najdete svého budoucího manžela a otce dětí (smích). Nicméně jsem mu dala svoje mladá, krásná léta, tak jen ať si zkusí za pár let najít nějakou mladší...“

Už od začátku jsme věděli, že chceme cestovat. Netušili jsme, co bude. USA přišly na řadu až ve chvíli, kdy jsme věděli, že spolu chceme zůstat. Tehdy jsme si řekli, proč to nezkusit. Já tam nikdy předtím nebyla, navíc Jordan už v Česku žil a zkusil to. Byla řada zase na mně a přestěhovala jsem se do New Yorku. Jednou bychom ale určitě chtěli zkusit žít i v ČR. Už jen proto, aby syn Jesse poznal svou druhou domovinu. Ještě tu nikdy nebyl, přesto ho provází na každém kroku.

Rozdílů oproti Česku je v „Big Apple“ plno. Tady třeba neexistuje, aby dal někdo na veřejnosti dítěti na zadek. To se pak ozvou i lidé okolo a klidně rodiči pěkně sdělí, co si myslí. Dává se tu velký důraz na chválení, v některých případech je to až přehnané. Hodně se podporuje samostatnost. A zmínit musím taky neexistující mateřskou. A tím myslím opravdu



absolutní nulu, nic, ani od zaměstnavatele, ani od státu. Není to uzákoněné, je jediný zákon z roku 1992 nebo 1993, který říká, že firmy se 70 a více zaměstnanci vám musí 12 týdnů držet místo. Teď je tu cítit velký tlak na změnu a některé firmy zavádějí tříměsíční placenou mateřskou, ale jde to celkově pomalu. Školky tu přijímají děti už od 3 měsíců. Nám ale pomáhala moje maminka, byla s Jessem doma do jeho 2,5 let. Loni v září pak začal chodit do školky.

A vlastně ještě jeden rozdíl mezi ČR a Amerikou si uvědomuji. Děti se tady v zimě málo oblékají. To já Jesse navlékám jako pumpu, protože někde vzadu v hlavě pořád slyším „nesed' na tý zemi“, „stáhni si to

triko“, „vem si ponožky“.

Doma se kvůli výchově nijak nedohadujeme. S mým Amíkem se shodujeme ve všem. Víím, že by absolutně nesnesl, kdybych třeba Jesse fyzicky trestala, ale to bych nesnesla ani já z jeho strany. Mimochodem, sledovat náš život můžete na blogu www.mama-zavodou.blogspot.com. Jako dvojjazyčná rodina nejsme v New Yorku žádnou raritou, je to tu naprosto běžné a nikdo se nepozastavuje nad tím, že si s kamarádkou povídám anglicky a pak se otočím a promluvíím na syna česky. Podle mě je bilingvní výchova snad to nejlepší, co dětem můžeme dát. Jen doma je to někdy veselé, když se třeba Amík snaží mluvit česky.

V naší čtvrti sice máme obchod na každém rohu, ale i tak hodně nakupujeme přes internet. V Americe je to perfektně vymyšlené a propracované. Není problém zboží vrátit, většinou se ani neplatí poštovné, a pokud se něco ztratí, což se stává tak jednou za dva roky, dostanete peníze zpátky. Hračky a další potřeby pro děti nakupujeme v normálních obchodech. Ale když byl Jesse miminko, objednávala jsem přes internet pořád plenky, doručili je hned do druhého dne.“



Nočník, OK BABY, 299 Kč

BEZ *výmluv*



Posilujte zadeček a stehna: zaujměte široký stoj rozkročný, tzv. demi plié, v této pozici můžete držet miminko v náruči a pohupovat se s ním dolů a nahoru nebo ze strany na stranu.

Zapomeňte na výmluvy, že s dítětem se nedá cvičit. Strollering, cvičení pro maminky s dětmi, vás přesvědčí, že to naopak může být zábava.



Posilujte paže: zaujměte široký stoj rozkročný, s výdechem stáhněte břicho a pomalu zvedejte miminko nahoru. V mírném pohupování a za pravidleného dýchání zkuste miminko udržet ve výšce.



Posilujte celé tělo: opřete se o špičky a o dlaně nebo předloktí, zpevněte se, s výdechem přenášejte váhu z nohy na nohu.



Posilujte zadeček a stehna: klekněte si, podepřete se o předloktí nebo o dlaně a s výdechem zanožujte.

Posilujte zadeček: položte se na bok, zpevněte se a s výdechem zvedejte jednu nohu, poté vystřídejte na druhou stranu.



Posilujte tricepsy a záda: zaujměte široký stoj rozkročný, pokrčte kolena, zpevněte břicho a rovně se předkloněte, s výdechem rukama zvedněte miminko kousek nad hlavu.



Posilujte paže: zaujměte široký stoj rozkročný, pokrčte kolena, zpevněte břicho a s výdechem přitáhněte ruce s miminkem k tělu.

Posilujte celé tělo: zpevněte břicho a pomalu zvedněte nohy i ruce ze země, vydržte a pravidelně dýchejte.



ZÁVODY KOČÁRKŮ

Užijte si zábavu a trochu pohybu spolu se stovkami dalších rodin. V neděli 23. dubna odstartují v desítkách měst v Česku, na Slovensku i v Polsku šesté strolleringové závody – závody ve sportovní chůzi s kočárkem. Více na www.zavodykocarku.cz



VŠE, CO MUSÍTE VĚDĚT

Kdy a proč vznikla myšlenka Strolleringu®?

Cvičení vymyslela Edita Berková, kterou nudily jen obyčejné procházky s kočárkem. Přemýšlela, jak je zkombinovat s posilovacími cviky a dát si do těla.

Jaké pozitivní účinky má Strollering® pro maminku a jaké pro dítětko?

Cítit se lépe, vypadat lépe a být celkově spokojenější! Maminka může navázat kontakty, také jde miminku příkladem a ukazuje mu, že sport patří do každodenní činnosti. Především však jde o cvičení na čerstvém vzduchu, jehož základem je sportovní chůze s kočárkem, která se kombinuje s kardio cviky a posilovacími cviky problematických partií maminek po porodu.

Kdy po porodu začít?

Rozhodně respektujeme šestinedělí, břišní svaly by měly být posilovány dokonce až po čtyřech pěti měsících po porodu. Záleží však na konkrétní mamince.

Jakým způsobem samotné cvičení probíhá?

Lekce jsou zpravidla sestavené do několika bloků – protažení/zahřátí, sportovní chůze s kardio cviky (např. lyže, což je chůze s co nejdelšími kroky), posilovací cviky problematických partií (např. výpady vpřed/vzad nebo v bok) nebo partií, které si to vyžadují. Na závěr lekce probíhá uvolnění svalů a celková relaxace těla. Finální podobu lekce vždy určuje samotná lektorka. Některá preferuje taneční prvky, jiná spíše posilovací...

Jak se Strollering® rozvíjí?

Stává se normálním a vyhledávaným sportem, cvičíme v mnoha městech a dokonce i v Polsku nebo na Slovensku, navíc už může být řeč i o In-line nebo Dance Strolleringu®, kvůli zimě

jsme připravili i indoor variantu cvičení.

Chodí k vám i tatínci?

Jasně! Dokonce máme i tatínky mezi lektory.

JSOU TŘI *nové dvě?*

Možná jste si toho všimli... Zatímco dřív naprostá většina rodičů vedla za ruce dvě děti, dnes velmi často potkáte rodiny pětičlenné, tedy se třemi potomky. Čím to je?



„Nikdy jsem přesný počet dětí neplánovala. Přišly tři, tak máme tři,“ směje se Lucie Nachtigallová, bloggerka, autorka knihy Deník facebookové matky a máma desetiletých dvojčat Viktorky a Františka a osmileté Bětky. A stejně tak to má Jitka Jiříčková, maminka 4letého Vojty, 2letého Josíčka a půlroční Kačenky. Třetí těhotenství u ní bylo zcela neplánované, „ale když už přišlo, řekli jsme si, že dobře. Teď jsme pochopitelně šťastní, že Kačku máme,“ vypráví.

„Máme svoje priority“

Když o pětičlenné rodině chvíli přemýšlíte, možná vás napadne, jak je to celé nepraktické. Zkuste nacpat do auta tři autosedačky nebo k jídelnímu stolu tři židličky... A co třeba takové rodinné vstupné či levnější dovolené, v naprosté většině případů jde o kombinaci 2 dospělí a 2 děti. Obě oslovené maminky se však shodují, že zas tak hrozné to není. A řešení se vždycky najde.

„Museli jsme koupit takové auto, kam se vejdou tři děti, dva kočáry a pes, a po-

sléze bylo potřeba zvětšit bydlení. Ale buď kupujete značkové oblečení, luxusní hračky a špičkovou kosmetiku, nebo vám stačí obyčejná trička, tepláky od Vietnamce, Nivea a pobyt venku a pak můžete investovat do většího auta. Všechno je otázkou priorit a zdravého selského rozumu,“ popisuje Lucie Nachtigallová.

A Jitka dodává, že skulinky se najdou i v zákoně, což málokdo ví – třeba neexistuje povinnost mít všechny děti v autosedačce. „Ze zákona může sedět dítě

starší tři let pouze na podsedáku v autě, kde by jinak měly být tři autosedačky, ale nevejdou se tam – takže záleží spíš na rodičích, zda jim to přijde bezpečné,“ vysvětluje. Takže i když si s příchodem dcerky nový vůz pořídili, bylo důvodem spíš stáří původního než cokoliv jiného.

Věc přežití

Když mají popsat, jak se tři děti podepisují na chodu rodiny, zmiňuje Jitka naprostou nutnost dokonalého plánování. „Plánuju prakticky všechno od vaření, přípravy oblečení, úklidu... Neexistuje, aby když vezu Vojtu do školky spolu s dalšími dvěma dětmi, nebylo všechno připravené večer předem - oblečení pro všechny, batůžek do školky... Vždycky jsem hodně plánovala, ale teď je to opravdu věc přežití.“

Obě maminky se zcela jasně shodují v tom, že jsou s takto velkou rodinou spokojené a jsou za ni velice rády. „Jsem šťastná, že mám tři děti, a nikdy bych neměnila. Na peníze a výhody či nevýhody jsem je nikdy nepřepočítávala. Pokud nejste úplně líná a hloupá, tak se i se třemi dětmi dá vydělat slušný peníz a nemusíte třít bídu s nouzí,“ zmiňuje „facebooková matka“ Lucie.

Jitka vidí i přínosy v podobě charakterových vlastností, které se se třemi dětmi projevují – na dětech je znát, jak se vzájemně potřebují. Když třeba nej-

ZNÁMÉ VELKÉ RODINY

LINDA RYBOVÁ

S hercem Davidem Prachařem má dcery Rozárku a Josefínu a syna Františka.

KAROLÍNA KAMBERSKÁ

S novinářem Petrem Kamberským má syny Davida a Matouše a dceru Sárku.

JULIA ROBERTS

S kameramanem Danielem Moderem má dvojčata Hazel a Patricii a Phinnaea Waltera a syna Henryho Daniela.

DEMI MOORE

S Bruceem Willisem má tři dcery: Rumer, Scout a Talulah.

starší syn přijede z víkendu u prarodičů, běží hned za svými sourozenci, rodiče ho vlastně nezajímají...

Velké a šťastné rodiny

Socioložka Markéta Šetinová z Fakulty sociálních věd UK v Praze k tomu doplňuje, že mnoho lidí si větší rodinu spojuje se stresem. „Výzkum Eurostatu ale ukazuje opak. Rodiny se třemi a více dětmi jsou spokojenější než menší rodiny,“ přibližuje.

A čím to může být, že se rodiče nespokojí s dříve klasickou čtyřčlennou rodi-



nou? „Větší rodina může být i důsledkem našeho flexibilnějšího přístupu k partnerským vztahům. Většina lidí, co se rozvede nebo rozejde, časem naváže nový vztah a založí další rodinu i s dětmi z předchozího vztahu,“ popisuje Markéta Šetinová. Zmiňuje také větší zapojení mužů do výchovy. Se dvěma aktivními rodiči se lépe zvládají dvě kariéry i péče o více dětí.

„Pokud máte fajn chlapa, který funguje tak, jak má, máte vyhráno úplně,“ dodává k tomu Lucie Nachtigallová. A co je podle ní dalším důvodem tolika třetích dětí? „Když si pořizujeme dítě kolem 30 let, už za sebou máme nějakou zkušenost s managementem. Pokud jste zvládla 70 podřízených, zvládnete i tři děti.“

inzerce

netkaná textilie

PERVIN/PERLAN®

... od roku 1981

- český výrobek
- 100% VISKÓZA
- hygienická nezávadnost
- nezatěžuje životní prostředí
- pevnost a odolnost proti oděru
- vysoká užitná hodnota
- mimořádná savost
- příjemný omak



www.pervin-perlan.cz



rodina (NE)OBYČEJNÁ

Co myslíte, že dělá tato sympatická mladá rodina? Uhadnete, čím se živí, co ji baví a naplňuje? Její příběh vás rozhodně překvapí!

V soukromí vypadají jako spokojený pár z reklamy na hypoteční úvěr. Jeho splácení však Kláru (24) a Petra (32) rozhodně netrápí, jsou to totiž profesionální umělci a jako žonglérské Duo Šmaha vystupují v cirkusech po celém světě. Jejich domovem je totiž šapitó.

Ačkoliv oba pocházejí z tradičních cirkusových rodin, jejich seznámení zas tak samozřejmé nebylo. Po pár prvních schůzkách totiž Petr odjel na dva roky za prací do Ameriky. Vztah na dálku našťastí vydržel, důkazem je kromě úspěšné spolupráce i dvouletá Izabelka, která rodiče na cestách doprovází.

Klára svou práci miluje a snaží se spoustu zkeslených představ o cirkusovém životě vyvrátit i prostřednictvím svých videoblogů CircusLifecz, kde kromě vlastní rodiny diváky seznamuje s mnoha netradičními osobnostmi, které ve světě potkává. A právě poznávání nových lidí a spolupráce s nimi je to, co Kláru nejvíc naplňuje. „Mám také možnost vidět opravdový kus světa, naučit se jazyky a zažít něco jedinečného, to je na cirkusovém životě to nejkrásnější.“

A jak vůbec vypadá takový Klářin „obyčejný“ pracovní den? „Náš celý život se odvíjí podle rozvrhu cirkusu, kde zrovna pracujeme. Ráno začíná většinou poklid-

ně - já připravuji snídani a Petr s ostatními umělci sestavuje cirkusovou manéž. Pak máme čas jen pro sebe, který trávíme buď běžnými pracemi v domácnosti, nebo společnými výlety. Kolem páté hodiny odpoledne začíná představení a hned poté nás čeká noční přejezd do dalšího města. Většinou upadáme do postele vyčerpaní okolo půlnoci. A další den to samé...“

I přesto si Klára pochvaluje, že díky kočovnému životu můžou být s dcerkou téměř 24 hodin denně a plně se jí věnovat. „Jediné, co je u nás jinak než v „normálních“ rodinách, je nutnost být neustále mobilní. Dcera je však od narození na cestování zvyklá, a tudíž pro ni není změna míst žádný problém, miluje poznávání nových lidí i ochutnávání neznámých jídel, která nám daný stát nabídne. A hlavně je díky tomu velmi samostatná a dokáže se v pohodě

zabavit sama, když zrovna pracujeme.“

Ani budoucnosti, až Izabele nastanou školní povinnosti, se Klára nebojí. „V dnešní době je díky internetové komunikaci doučování velmi snadné, takže děti od cirkusu nepřicházejí o nic, co se ve škole všichni učí. Dcerku určitě chci naučit základy v umění, ale byla bych ráda, kdyby se i více věnovala škole. Uvidíme, co ji bude bavit. I když přiznávám, že by mě potěšilo, kdyby se stala umělkyní, jako jsme my, a měla možnost poznat svět,“ připouští mladá maminka.

A svět sympatický pár opravdu procestoval skrz naskrz. „Pokud bych si měla vybrat, asi nejraději jezdíme do USA. Projeli jsme tam ta nejzajímavější místa se světoznámým cirkusem Ringling Bros. and Barnum & Bailey a byly to opravdu nezapomenutelné zážitky. Letos zase procestujeme celé Norsko s největším tamním cirkusem Arnardo.“

Po každé sezoně v zahraničí se však Klára s Petrem těší zpět na nejmilovanější místo, tedy domů, kde se konečně shledají s rodinou. I tady však musí trénovat. Jediné přání mladé rodiny teď je, aby všichni i nadále zůstali zdraví a šťastní, to ostatní se podle Kláry vždy nějak zvládne. „Také bych v bližší budoucnosti byla vděčná za ještě jednoho potomka,“ dodává s úsměvem.

Tak co, trefili jste něco z jejího příběhu?

Cirkus bude



3D puzzle Dívka v cirkusu, AVENUE MANDARINE, 403 Kč



Cirkus s aktivitami, SCRATCH, 599 Kč



Dřevěná skládačka Klauni, DETOA, 99 Kč



Odhaleno

Které slavné maminky se na Instagramu vyplatí sledovat?
Omrkli jsme pro vás ty nejzajímavější profily.

dararolins_vermi

Zpěvačka **Dara Rolins** si užívá života naplno – a dceru Lolu má stále po svém boku. Třeba naposledy strávily báječnou dovolenou na Bali, kde se potápěly nebo ochutnávaly svěží drinky. Jejich zážitky hltá neuvěřitelných 309 tisíc sledujících.



simonakrainova

Jedna z královen českých sociálních sítí, modelka **Simona Krainová**, svůj profil fotkami dětí jen osvěžuje. Jinak postuje hlavně snímky z fotografování nebo s přáteli ze světa showbizny. Smyslné pózy si užívá 276 tisíc fanoušků.

emmasmetana_music

Moderátorka a zpěvačka **Emma Smetana** představila sociálním sítím své děťátko bezprostředně po narození. Od té doby se s dcerou ukazuje klidně rozespálá v posteli nebo nenalícená na procházce. Uvidíte, co nakupuje i jí. Zkoumá to už 14,2 tisíce lidí.



daniela_pestova

„Nejlepší věc, která mě potkala,“ říká o svých potomcích topmodelka **Daniela Peštová**. Často přidává i fotografie z fitness nebo ze zákulisí fotografování kampaní a fashion story. Má 99,9 tisíce sledujících.



alenaseredova

Dva synáčci a spousta neuvěřitelné italské pohody, takový je Instagram **Aleny Šeredové**. Ať natáčí, opaluje se, plave nebo jezdí na horských kolech fatbike, svým 335 tisícům sledujících to ukazuje do detailu.

Výchova dětí PO FRANCOUZSKU

Ponořte se do tajů výchovy po francouzsku. Tlumočnice a lektorka francouzštiny Barbora Šmídová vám prozradí tajné triky, jak to tamní ženy dělají, že prožívají rodičovství neuvěřitelně pohodově, a ještě stíhají chodit na manikúru.



Nemůžete jít s kamarádkou do divadla, protože uspáváte vaše zlatíčka do 22 hodin? Odmítáte obědy u přátel, protože by se s vašimi malými teroristy nikdo v klidu nenajedl? V restauraci jste s partnerem byli naposledy loni v létě? Jediné volnočasové aktivity jsou spojené s vaším dítětem, ať už je to gymnastika, nebo angličtina, ale kde jsou vaše lekce jógy, kosmetika a kadeřník? Nezoufejte! A dělejte to jako Francouzky!

Moje francouzská kamarádka Anaïs, matka dvou dětí, novinářka a reportérka francouzské veřejnoprávní televize, pro mě zůstává vzorem „matky“ 21. století. Nikdy nezapomenu na naše poslední setkání v Paříži. Pozvala mě na večeři i přesto, že byla trochu nachlazená. Její manžel v té době natáčel reportáž v Číně, ona už také pracovala na plný úvazek. Ve Francii není téměř žádná mateřská dovolená. Zaměstnanec je povinen podržet vám místo pouze 4-6 měsíců po porodu. Většina žen se však vrací do práce již po 3 měsících, perfektně proto fungují jesle a příspěvky na chůvy.

Ten večer mě přivítala usměvavá Anaïs, lehký make-up a jednoduché šaty podtrhovaly její přirozený pařížský šmrnc. Žádná unavená, nevyspalá zombie. Vzápětí mě přispěchal pozdravit její roční syn Luis. Byl uklizený, ale ne naklizený. Luis mi s roztomilou důležitostí ukázal svých pár hraček. Rozhodně jejich vkusně zařízený salón nepřipomínal dětskou hernu jako ve většině českých rodin. Chvilku jsme si pohráli a poté se Anaïs omluvila, že synka půjde uložit do postýlky. Těkala jsem očima po knihovně, do které knížky se během uspávacího procesu začtu, když

se ani ne po 20 minutách Anaïs objevila s omluvou, že mi zapoměla nabídnout „apéro“. Ve Francii oblíbená „jednohubka“ před večeří a drink. Byla jsem trochu nervózní, že kvůli mně odběhla od synka. A tak jsem jí řekla, ať se k němu vrátí. Odvětila mi s lehkým pousmáním, že usíná sám! Během skvělé tříhodové večere jsem Anaïs vyzpovídala, jak to Francouzky dělají, že vypadají výborně, jejich děti usínají samy, jedí vše, co jim dáte na stůl, a návštěva restaurace není noční můrou?

„Cadre“ – rámec

Anaïs mi vysvětlila, že základem celé francouzské výchovy je „cadre“ - rámec. Představte si toto slovo jako rámeček, ve kterém je zarámovaný nějaký hezký obrázek. A takto je to i s výchovou dítěte. Francouzi se domnívají, že je důležité stanovit dítěti jasná pravidla s vymezenými hranicemi = rámec, v jehož prostoru však mohou mít svobodu = barevný obrázek. S pravidly souvisí i způsob, jakým se svými dětmi hovoří. Často jim vše podrobně vysvětlují a opakují. Pokud svým dětem něco zakazují, vždy jim vysvětlí důvod. Zároveň používají věty typu: Nesouhlasím nebo Nejsem spokojená. Například: „Nesouhlasím, že liješ vodu na podlahu“ nebo „Nejsem spokojená, že házíš jídlo na zem.“

Francouzská psychoanalytička a pediatřička Françoise Dolto říká: „Důvěřujte svým dětem, respektujte je. Pak i oni budou důvěřovat vám a respektovat vás.“

Nechcete na děti neustále křičet, nebo je dokonce uplácet sladkostmi, aby něco laskavě udělaly? Nikdy neuposlechnou vaše zákazy? Pokuste se s nimi nejprve domluvit. Jasně jim vysvětlíte, co mohou v rámci daných pravidel dělat. Buďte jako rodiče důslední a nebojte se říkat slovo „ne“ důrazně a sebejistě, ale bez křiku a emocí.

Večery patří vám

„Večery jsou pouze o nás dospělých,“ pronesla hrdě má francouzská kamarádka a já byla očítým svědkem této pravdy. Francouzi chtějí trávit večery sami. „Le temps pour les parents“ v překladu „čas pro rodiče“ vnímají jako základní lidskou potřebu. Učí své děti chápat, že nejsou středobod vesmíru a to je v budoucnu důležité pro jejich samostatnost.



Unavuje vás dvouhodinové uspávání? Zkuste svým dětem vysvětlit, že si také potřebujete po náročném dni odpočinout, popovídat si s tatínkem. Přčtete jim pohádku, zazpívejte ukolébavku, pohladte je po tváři. Ale buďte zásadoví, aby pochopily, že už je čas na spaní. Pak si nalijte zaslouženou skleničku dobrého vína (třeba stylově z Bordeaux) a začněte si užívat večery se svým partnerem, jako to dělají Francouzky!

Nemusíš to sníst, ale ochutnej to

Francouzky nejsou žádné velké kuchařky à la Magdalena Dobromila Rettigová. Vaří jednoduchá, ale zdravá jídla z čerstvých surovin. A jejich děti jedí opravdu téměř vše. Od brokolice, kapusty, špenátu, různých druhů mas až k rybám, chobotnicím, langustám a dalším darům moře. Nebojí se zkoušet od mala různé chutě. Chcete, aby i vaše děti byly „petits gourmands“ – malí gurmáni? Nabádejte je, ať nové jídlo alespoň ochutnají. Stačí jedna, dvě lžičky. Nenuťte je sníst vše, ale nabízejte jim nová jídla pravidelně. Postupně jim přijdou na chuť, a třebaže nebudou artyčoky jejich nejoblíbenější zeleninou, nebudou dělat u stolu scény a plivat je všude okolo.

Čtyři jídla denně

S vyváženým jídelníčkem souvisí i další rada mé drahé francouzské přítelkyně. Malí Francouzi nejenže jedí téměř vše, ale také a především jídlo opravdu sní. Nepamatuji si, že bych kdy ve Francii zažila scénu, kterou vidím téměř pokaždé v českých restauracích. Vztekly dítě, které se zuřivě ohání vidličkou po svých zoufalých rodičích. Ti mají jedinou pomocnou zbraň v ruce, tablet s pohádkou,

kteří potomka uklidní a donutí ho jídlo dojíst. V horším případě tato scéna končí honičkou v restauraci...

Francouzské děti jedí dobře, protože mají hlad. Jedí většinou jen čtyřikrát denně. Ráno, v poledne, odpoledne a večer. Žádné svačinky mezi jídly, nezdravé sladkosti či nápoje. Zkuste to také! Vynechte nezdravé lahůdky a uvidíte, jak bude vaše ratolest dobře jíst. Samozřejmě záleží na vašem denním režimu. Pokud snídáte v sedm ráno, bez dopolední svačinky se vaše dítě asi neobejde. Pokuste se alespoň zařadit do jídelníčku zdravé pamlsky, ovoce, zeleninu, oříšky, müsli nebo jogurt.

Nezůstávejte na vše sama

Když jsem se Anaïs zeptala, jak to Francouzky dělají, že mají čas i na sebe, svěříla mi jednoduchou radu: „Nebojíme se říct si o pomoc!“ Francouzské ženy se mají rády a nikdy na světě by se nevzdaly posezení u kávy s kamarádkou, manikúry nebo své lekce pilates. Pěčí o děti spravedlivě dělí mezi manžela, prarodiče či chůvy. Rodiče se často domlouvají mezi sebou, kdo daný den děti vyzvedne. Tatínkové často děti ráno vodí do školek nebo je naopak vyzvedávají. O víkendu jsou to také oni, kdo vyráží s dětmi do parku, bazénu či muzea.

Nechtějte být dokonalá

Francouzky nejsou ty nejlepší matky na světě a ani o to neusilují. Nezapomínají však, že jsou také ženy, partnerky a přítelkyně a podle toho žijí. Zkuste se inspirovat některými z jejich postojů. Zkuste to někdy udělat jinak!



10x O VÝVOJI

Batolata už možná nerostou tak rychle jako miminka, ale jejich vývoj není o nic méně pozoruhodný. Co jste dosud pravděpodobně nevěděli?

1 Při narození má dítě v těle **300 samostatných kostí**, dospělí jich mají jen 206. Proč? Některé kůstky totiž později srostou v jednu, například ty lebeční.

2 Končetiny. Ty nejčastěji bolí dítě, když roste. Může to být však zapříčiněno i nedostatkem kolagenu. Spotřebovávají ho i nehty. Dostatek výživy potřebuje i kůže. Pokud své dítě poctivě mažete každý den, určitě jste spotřebovala v jeho dvou letech minimálně 12 krémů!

3 Chlapečci se rodí se stejnou **hladinou testosteronu**, jako mají 25letí mladíci. Poté se však hodnota rapidně snižuje a zůstane stejná až do puberty.

4 **Mozek** dosáhne své **maximální velikosti** už v době, kdy dítě chodí do školky. Ve dvou letech váží o trochu více než pytlík mouky. Velký je však zhruba za poloviny.

5 Mezi 1. a 2. rokem věku se v mozkové kůře vytvoří každou sekundu až **2 miliony nových syna-**

psí, takže ve dvou letech je v mozku přes 100 trilionů synapsí, nejvíc za celý život. V dospělosti z nich zbyde méně než polovina. Mozek tříletého dítěte potřebuje **dvakrát více energie** než mozek dospělého, průměrně až 400 kalorií denně. To je třeba jako osm jablek.

6 **Nula otázek při narození, 437 otázek** však položí průměrné čtyřleté batole každý den.

7 **20 zubů!** Tolik už jich má tříleté dítě. Okolo šestých narozenin začnou mléčné zoubky vypadávat a nahradí je stálý chrup.

8 Od tří let děti rostou zhruba **5 až 6 centimetrů za rok**. Těsně před pubertou se růst zpomalí a pak naopak výrazně zrychlí.

9 Noha batolete vyroste za rok zhruba o **1 až 1,5 centimetru**, tedy průměrně klidně o dvě až tři velikosti.

10 Jakou bude mít barvu očí? Ta se nejčastěji mění kolem roku věku, ale z modrookého se na hnědo-

okého může proměnit klidně tříleták. Barvu ovlivňuje naprogramovaná produkce pigmentu v duhovce oka.

VYCHYTÁVKY

Naplánovat si čas? Jasně, jde to s Můj první kalendář, PLAN TOYS, **549 Kč**



Čistit zuby půjde samo, a to s BABY BANANA, **299 Kč**



Pro zapsání všech vzpomínek. Kniha Můj památník, **299 Kč**

RODINA *a zábava*



VĚDĚLI JSTE, ŽE riziko alergie na arašidy můžete snížit až o neuvěřitelných 80 procent? A to docela jednoduše: když je do miminkovského jídelníčku nasadíte co nejdříve. Ukazují to zkušenosti britských a amerických expertů. Podle profesora Alana Boobise z Imperial College v Londýně se předchozí názor, že odkládání zavedení alergenních potravin snižuje riziko potravinové alergie, ukazuje jako nesprávný. Nový pokyn říká, že dětem s alergiemi nebo ekzémy můžete dát vyzkoušet oříšky v potravinách (třeba v oříškové domácí bábovce) pod lékařským dohledem už mezi čtvrtým až šestým měsícem. Nicméně dávejte pozor na celé arašidy, protože hrozí riziko vdechnutí a udušení.

TOTO ČÍSLO SE NESE VE ZNAMENÍ DVOU ASPEKTŮ: POHODY A ZAHRANIČÍ.

NA DALŠÍCH STRÁNKÁCH V SEKCI „RODINA A ZÁBAVA“ SI OBOJÍ UŽIJETE NAPLNO. POHODA BUDE V DOMÁCÍCH „PAPUČÍCH“, ZATÍMCO PAS MUSÍTE VYTÁHNOUT PŘI CESTĚ NA KANÁRSKÉ OSTROVY. ZNÁTE LEPŠÍ DESTINACI, KDE VLÁDNE VĚČNÉ JARO?

VÍKENDOVÁ *rána*

...jsou nejužasnější! Hlavně když si je užíváte jako modelka a moderátorka Iveta Vítová Lutovská a její dcera Aneta jen tak pohodlně, v posteli, s hračkami a v domácích outfitech.



Vstávej!

IVETA:

Mikina přes hlavu Nommo, 150 Kč
Kalhoty z pyžamového setu, 499 Kč
Vše k dostání na Kiido.cz

ANETKA:

Tričko dlouhý rukáv Toby Tiger, 436 Kč
Pyžamové kalhoty ze setu Rockin' Baby, 199 Kč
Kreativní hračka FISHER PRICE, 663 Kč
Plyšová hračka Manduca, 481 Kč
Vše k dostání na Kiido.cz
Čelenka do vlasů Korunka, Tery's Design, 150 Kč



Řádíme

IVETA:

Mikina s kapucí Superdry, 475 Kč

Pyžamové kalhoty ze setu Mamalicious, 305 Kč

Vše k dostání na Kiido.cz

ANETKA:

Tričko dlouhý rukáv A.T.U.N., 231 Kč

Legíny z kompletu Denokids, 350 Kč

Plyšová hračka Manduca, 481 Kč

Vše k dostání na Kiido.cz

Sponka do vlasů Tery's Design, 45 Kč



Šálek čaje?

IVETA:
Šaty pletené, k dostání na Kiido.cz, **155 Kč**

ANETKA:
Šaty Dirkje, cena **193 Kč**
Svetr s kapucí, **269 Kč**
Vše k dostání na Kiido.cz
Sponka do vlasů Tery's Design, **35 Kč**

Dřevěný narozeninový dort Kidkraft, **479 Kč**
Čajový servis, **457 Kč**
Vše k dostání na Kiido.cz



Jdeme si hrát

IVETA:
Krémová tunika, **264 Kč**
Těhotenské kalhoty, **269 Kč**
Ponožky Elbeo, cena **65 Kč**
Vše k dostání na Kiido.cz

ANETKA:
Šaty s květovaným páskem Malvi, **2 016 Kč**
Baleríny s páskem, **75 Kč**
Jednorožec na tyči BabyGO, **314 Kč**
Vše k dostání na Kiido.cz



Hlavně s úsměvem

IVETA:

Svetr propínací Myra, **368 Kč**

Těhotenské tílko, **285 Kč**

Těhotenské kalhoty, **269 Kč**

Vše k dostání na [Kiido.cz](https://kiido.cz)

ANETKA:

Tričko dlouhý rukáv noppies, **269 Kč**

Kalhoty sportovní MMDadak, **166 Kč**

Vše k dostání na [Kiido.cz](https://kiido.cz)

JAK SE BUDÍ *princezna*

Stejně jako růže: z poupátka a něžných
tónů až do rozkvetlé krasavice.
Letošní jaro žijte jen pro tu svou!



Bundička s kapucí,
vel. 92, **160 Kč**



Šaty s volánky Jocko,
vel. 92, **150 Kč**



Čepice Koala,
vel. 74, **160 Kč**



Šaty nabírané Tilltwelve,
vel. 98, **215 Kč**



Čepice,
vel. 80, **228 Kč**



Balerínky s páskem,
vel. 26, **85 Kč**



Šaty společenské Toffee Moon,
vel. 80, **190 Kč**



Balerínky,
vel. 25, **65 Kč**



Šaty s puntíky,
vel. 68, **410 Kč**

Pod vlivem TRENDŮ

Jak se nahlíželo na dětskou výživu před lety? A jak se na ni díváme dnes my? Dejte si sousto z koktejlu nazvaného „Trendy v dětském jídle“.

KDYSI: Miminko potřebuje šťávu a čajík

NYNÍ: Stačí kojit na požádání

Příznejte se, kdo od své babičky nikdy neslyšel: A už dáváš čajíčky a šťavičky? Vy jste to pili hned od narození! Dřív to tak možná opravdu bylo, teď už ale odborníci doporučují spíše kojit na požádání. Tedy nedržet se intervalu tří hodin, ale kojit vždy, kdy se miminko ozve. Jen ve velkých vedrech mu dopřejte pár doušků vody, a nejlépe na lžičce. Pokud je děťátko na umělém mléku, můžete podávat mezi jídly vodu nebo třeba fenyklový čaj pro pohodlnější pocit v bříšku.

KDYSI: Tvaroh je ideální svačinka

NYNÍ: Podávejte ho nejdřív roce

Naše generace jedla tvarohy a mléčné výrobky, které ho obsahují, už velmi brzy. Dnes se však ví, že tvaroh obsahuje velké množství bílkovin, což nadměrně zatěžuje dětské ledviny. Proto ho odborníci doporučují dětem servírovat nejdřív v roce a ani poté ho nedávat denně. A nejlépe ještě v neochucené podobě.

KDYSI: Ať si dobije energii

NYNÍ: Žádné uždibování mezi jídly

Ano, děti pořád pobíhají, skáčou a vymýšlí lumpárny, není ale potřeba jim kvůli tomu cpát všemožné svačinky, aby si doplnily energii. Dodržování tří hlavních jídel a dvou svačin vašeho potomka naučí správnému stravovacímu režimu.

KDYSI: V půl roce guláš s knedlíkem

NYNÍ: Držte ho u prsa

Dřív se se zaváděním příkrmů u miminek nedělala žádná velká věda. Velmi brzy začaly děti

dostávat kaše, záhy i ovoce a zeleninu. A dnes proto často slyšíte, že vy jste už v půl roce dostali omáčku s rozmáčeným knedlíkem. To už teď dělá málokdo, doporučuje se 6 měsíců výlučně kojit a až poté pomalu začínat s příkrmy, aby si trávicí trakt zvyknul. Nejprve se dává zelenina k obědu (každá nová potravina by se měla podávat tři dny pro vyloučení alergie), poté se přidá ovoce a kaše. Jednotlivá dávka mléka se přitom plně nahradí až po 2 až 4 týdnech příkrmování. Než se proto dopracujete k omáčce s knedlíkem, dítěti je určitě přes rok. I tak se ale držte zásad zdravé výživy.

KDYSI: Pacholík nad zlato

NYNÍ: Bílý jogurt je lepší

Pramen zdraví z Posázaví? Možná, ale přibíháky a lakrumáčci obsahují nejen tvaroh, který se u malých dětí nedoporučuje kvůli vysokému obsahu bílkovin, ale také hodně cukru. O tvarohu jsme už mluvili... Vhodnější je určitě bílý jogurt, který můžete ochutit třeba rozmačkaným banánem nebo troškou domácí zavařeniny (u starších dětí).

KDYSI: Mrkev jako

první příkrm

NYNÍ: Začněte dýní nebo cuketou

Nejběžnější první příkrm? Jednoznačně mrkev. Jde ale spíš o dědictví dřívější doby. Mrkev může způsobovat zácpu, navíc bývá hodně sladká. Dnešní maminky proto častěji začínají třeba dýní nebo cuketou, které jsou také sladší, ale podstatně méně problematictější.

KDYSI: Dopřej mu cukr

NYNÍ: Drž ho od něj dál

Šetřilo se na spoustě jiných věcí, ale cukr to nebyl. Namácel se dudlík v medu, tři kostky žbluňky do lahvičky s čajem, kaše se zasypala moučkovým cukrem. Dneska jsou maminky se slazením opatrnější a dělají dobře, jak potvrzují výzkumy. Čím méně si potomci na sladkou chuť zvyknou, tím klesne riziko, že se do první třídy dovalí obézní jedinci.

HiPP

Pro to nejcennější v životě.

Na každé lžičce záleží



Nic lepšího svému dítěti dát nemůžete...

- ✓ bez přídavku soli¹
- ✓ bez přídavku cukru²
- ✓ bez barviv a konzervačních látek³
- ✓ s omega-3, které jsou důležité pro správný vývoj mozku a nervových buněk



1) obsah soli je dán obsahem sodíku v surovinách. 2) Obsahuje přirozeně se vyskytující cukry.
3) Dle zákona. Věnujte pozornost vyvážené stravě Vašeho dítěte. Potravina pro zvláštní výživu.

www.hipp.cz

SEMINÁŘE *pro chytré mámy*

Semináře na různá témata, které pro vás pořádáme, jsou stále oblíbenější. My ve Feedo se proto snažíme neustále vymýšlet, co dalšího by vás mohlo zajímat.



Všechna témata postupně přidáváme na Feedo blog do kategorie Semináře, kde se také můžete přihlásit. Prozradíme vám, že nás zanedlouho čeká téma látkové plenky, první příkrmy a dětská kosmetika.

A co vás baví nejvíc? Nejvíce přízně si získaly akce s dětskou lékařkou Michalou

Kněžkovou – Jak poskytnou první pomoc dítěti a Bezpečnost a zdravý vývoj novorozence. Tyto semináře si můžete užít v několika městech po celé České republice!

Přihlaste se jednoduše po e-mailu [seminar@feedo.cz!](mailto:seminar@feedo.cz)

Na semináře vás zve pediatřička Michala Kněžková

PRVNÍ POMOC – MIMINKA

Milé budoucí maminky a maminky miminek! Ráda bych vás i vaše miminka pozvala na seminář, kde si během dvou hodin povíme vše o první pomoci (od pádů, otrav, popálenin po poruchy vědomí a resuscitaci) a motorickém vývoji dětí do jednoho roku. Dozvíte se, co dělat, když zazní alarm monitoru dechu a miminko nebude dýchat. Kromě toho se však věnuji důležitým milníkům v motorickém vývoji vašich nejmenších. Značnou část necháváme pro volnou diskuzi a vaše otázky. Můžeme zabrousit na očkování, výběr pediatra pro vaše miminko nebo třeba výbavu domácí lékárníčky. Ze semináře si odnesete podrobný manuál, ve kterém bude

vše důležité poznamenáno, takže můžete během semináře jen poslouchat. Navíc si ale každá odnesete pocit jistoty, že budete připraveny na situace, které čas od času nastanou a dovedete si s nimi maximálně efektivně poradit.

PRVNÍ POMOC – DĚTI

Seminář první pomoci se zaměřením na děti staršího roku patří k těm nejoblíbenějším. Jak pro maminky, tak i pro mne samotnou. Jsem nesmírně ráda, že se semináři daří, protože je třeba si uvědomit, že čím více maminek bude proškoleny první pomocí, tím větší je šance, že jednou někdo pomůže i našim dětem, bude-li to potřeba. Dvouhodinový seminář je povídáním, do kterého nám

často vstupují i děti samotné. Určitě je na seminář vezmete s sebou. Povíme si vše od pádů, úrazů, intoxikací, popálenin a krvácení, přes poruchy vědomí, dušení až po samotnou resuscitaci. Dozvíte se, jak si poradit s akutní situací, která může vzniknout u vás doma, a jak se s ní nejlépe vypořádat. Na semináři si řekneme, jak na stavy, jako jsou febrilní křeče, záchvaty laryngitidy a jiná překvapení, jež na maminky na mateřské čekají. Opět ani v tomto semináři nechybí prostor pro vaše dotazy a domů si odnesete manuál, který obsahuje kompletní témata probíraná na semináři.



- Oba dva kurzy jsou zakončeny předáním certifikátu o absolvování semináře první pomoci a velkým poděkováním, že o téma první pomoci máte zájem.
- Pro velký úspěch pražských seminářů v loňském roce jsme se rozhodli uspořá-

dat semináře ve větších městech po celé republice. Každý měsíc za vámi vyjedeme do jednoho města. Plán termínů je již na celý rok, a tak se již můžete hlásit a to své místo si včas rezervovat. Počet míst v semináři je omezen, aby byla zachována

- jeho kvalita a dostatečný prostor pro dotazy, takže se nám semináře hodně rychle obsazují. Ve všech městech se budou v daný termín konat oba dva semináře.
- Přihlásit se je možné po e-mailu seminar@feedo.cz



Vysoká RODIČOVSKÁ

Všechno, co aktuálně potřebujete vědět. A nemusíte chodit do žádné učebny. Tato stránka ulehčí život maminkám!

AŽ TO CÁKÁ!

V čem budete koupat novorozence? Tady jsou tři varianty:

V koupacím kyblíku (Bebe Bubble, BEBE-JOU, **499 Kč**), který jednoduše převežete klidně i na chatu. Dítě v něm musíte pevně držet.

Ve vaně. Pro ty nejmenší se hodí lehátko (S krtkem, G MINI, **159 Kč**), větší děti už potřebují protiskluzovou podložku (třeba ve variantě se senzorem teploty od BABYMOOV) nebo vsadte na přepážku (od BABYDAM).

Ve vaničce. Můžete ji nejen dát do vany, položit na přebalovací pult nebo na stůl, ale také pořídit praktický stojánek na vaničku (Stojan Kit Bagno, CAM, **1 590 Kč**).



DOBŘÁ ZPRÁVA OD ZUBAŘE

Amalgámové plomby? Pro děti do 16 let, těhotné a kojící ženy už ne, rozhodla Evropská komise. Od poloviny příštího roku dostanou bez příplatku jinou zubní výplň, třeba z pryskyřice.

VÍTE, ŽE FEEDO VYLEPŠILO VYHLEDÁVÁNÍ PRODUKTŮ?

SLIBUJEME VÁM TAK LEPŠÍ ORIENTACI, AŽ UŽ HLEDÁTE COKOLIV PRO SEBE NEBO PRO SVÉ MIMINKO.

ELIMINACE ŠPÍNY

Vadí vám okopané sedačky v autě od dětských botiček? Máte dvě možnosti. Pořídit **chrániče botiček** nebo **chrániče sedadel**, který je rozhodně praktičtější. Navíc slouží jako kapsář na hračky – a věřte, že do svých oblíbenců si děti jen tak nekopnou. Koupíte na Feedo.cz.

inzerce

Muumi BABY

BIO, EKO, Hypoalergenní

Dětské plenky



OSTROVY *pro jarní procházky*



Bezpečné ostrovy s příjemnými letními teplotami a bez očkovacích povinností – to jsou Kanárské ostrovy. Pro letošní jaro představují ideální destinaci pro první dovolenou s miminkem.

Vyzkoušejte si první dovolenou se svým miminkem dřív, než v jižních destinacích (nebo u nás v Česku) uhodí tropické třicítky. Na Kanárských ostrovech se s tak vysokou teplotou potkáte málokdy, teploměr nejčastěji ukazuje kolem pětadvaceti, a to i v zimě. Na jaře je pak nejlepší doba pro naplánování prvního prozkoumání mořského pobřeží.

KDY POPRVÉ K MOŘÍ

Nebojte se k moři vyrazit už klidně s půlročním děťátkem. Naopak, je to ideální doba, abyste se vytrénovali a překonali případný strach. Ještě mu stále stačí hlavně mamčinčina blízkost a je jedno, jestli v pohodlí obyvatelů pokoje, nebo hotelového apartmá. Navíc ještě nehrozí, že by samo uteklo do vln. Příkrmy také nejsou na pře-

kážku, na Feedo.cz koupíte třeba masozeleninové obědy v praktických tetrapacích, které nejsou na převoz tak náročné jako sklo. Přes den navíc bude miminko na čerstvém vzduchu hodně spinkat, a vy tak můžete v klidu sledovat mořskou hladinu nebo se do vln zanořit. Pravda, moře není pro úplné teplomilce. Nám se osvědčilo vybírat si laguny, klidně i uměle vybudované, kde se drží teplejší voda. Dobrá zpráva je, že když už do moře jednou vlezete, nebudete chtít ven, protože vám bude připadat chladnější naopak vzduch.

Ať už si vyberete jakýkoliv ostrov, vždycky se ptejte po možnosti procházek s kočárkem. Aby vás od promenády nedělilo sto schodů nebo kamenitá cesta.

ZÁBAVA PRO MALÉ NADŠENCE

A pokud cestujete s většími dětmi, zajímejte se o možnosti zábavy v okolí. Má hotel animační programy? Dětské hřiště? Dostatek vyhřívacích bazénů? Pozor, na Kanárských ostrovech neznamená „temperované“ totéž co vyhřívané. Mají v autopůjčovně dětské autosedačky? Mohou do vnitřního bazénu děti?

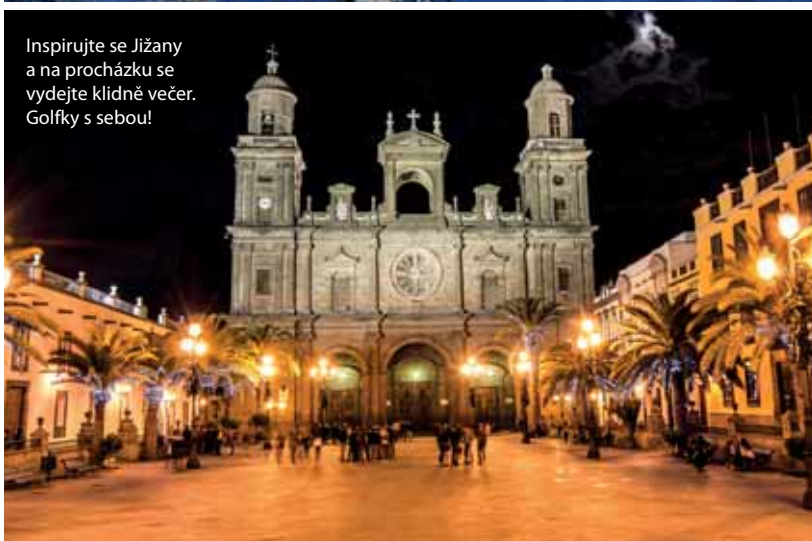
SEDM OSTROVŮ

Neporadíme vám, který ostrov se sedmi je pro vás ten nejlepší, každý





I v malé rybářské osadě si užijete příjemné procházky podél přístavu.



Inspirujte se Jižany a na procházku se vydejte klidně večer. Golfky s sebou!

DŮLEŽITÉ!

- Myslete na doplňky ke kočárku. Cestovní vak, slunečník, držák na nápoje, to všechno konečně využijete! Dá se s vaším kočárkem jezdit v písku? Vyzkoušejte už v Česku.
- Do letadla můžete vzít dětem vlastní nápoje a jídlo, nezapomeňte přibalit drobné nové hračky.
- Vytvořte si dokonale seznam všeho, co se může hodit. A připlatě si předem za nadváhu zavazadel – stojí to méně než na letišti.

ukrývá jiné poklady. Jen vás zkusíme nasměřovat na správnou cestu...

Nejvíce letovisek s tradičním turistickým ruchem a dlouhými promenádami lemovanými obchůdky najdete na ostrově **Gran Canaria**. Za historií můžete vyrazit do hlavního města Las Palmas, kde je část zapsaná pod UNESCO, ale děti spíš ocení Palmitos Park v Maspalomas – kromě exotických rostlin prozkoumají papoušky nebo klokany a ještěry. Ve stejném letovisku mohou dovádět na tobogánech nebo vyplout na moře ve žluté ponorce, aby prozkoumaly moře zpod hladiny.

Na **Tenerife** si přijdou na své milovníci turistiky – ať už chodí pěšky, nebo jezdí na kole. Zelený ostrov je zaujme díky různorodé krajině, stále zeleným kopcům v horách i malým vesničkám, kde si jen stěží dokoupí něco osvěžujícího. Na nejvyšší horu se můžete vydat lanovkou. Ostrov nabízí pro děti řadu atrakcí – delfíní show, výpravy na pirátské plachetnici nebo výlety do malé „džungle“ s opicemi a tučňáky.

Fuerteventura vás nadchne krásnou zoologickou zahradou. A celkově bohatou přírodou. A co pro děti? Velbloudi, vodní park, výlety na pirátské lodi. Těšte se na obří písečné duny, hornaté oblasti, ale i fantastické pláže. Vždyť je to ostrov protikladů, kde to poměrně hodně často fouká. Ne nadarmo je na ostrově mnoho větrných mlýnů.

Vždycky vás lákal výlet na měsíc? Podobnou krajinou se chlubí **Lanzarote**. Vulkány a krátery, láva, Ohnivé hory, šedý písek, horniny a nerosty. Pozorovat můžete výbuch sopky nebo

bílé kraby. Ale i koupání je na Lanzarote pěkné, na černých plážích se budou fotky s kočárkem vyjímat. Nejen větší děti, ale i milovníky divokého západu zaujme Rancho Texas Park, kde se promenádují bizoni, týpí vybízí k prozkoumání a kánoe k projížďkám.

Právě na tyto čtyři ostrovy se létá nejčastěji, na další tři už musíte přestoupit. Menší, turisty příliš nedotčený ostrov **La Gomera** se pyšní vavřínovými lesy a oblázkovými plážemi, **El Hierro** je rájem pro potápěče a **La Palma** je vyhlášená biosférickou rezervací UNESCO.

NUTNÁ VÝBAVA



Plenky do vody
Little Swimmers,
Huggies, **229 Kč**



Dětský opalovací
sprej 50, 200 ml,
Sebamed, **359 Kč**



Batůžek, Skip Hop,
479 Kč



Beran

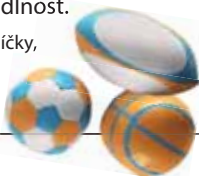
Pro rodiče

V prvních březnových dnech budou zejména maminky sebevědomé a budou každou volnou chvíli věnovat sobě a svému rozvoji. Od 10. 3. do 21. 4. vám bude záležet na kvalitě toho, co děláte. Raději pomalu, ale důkladně a s potěšením.

Pro děti

V březnu budou mít vaši malí Berani spoustu energie navíc, a tak je budete muset zapřáhnout do nějakého náročnějšího sportu. Pokud se vám teprve narodí potomek, a to 25. března, bude to líbezné miminko s uměleckým talentem a smyslem pro spravedlnost.

První sportovní míčky, YOOKIDOO, 299 Kč



Býk

Pro rodiče

V březnu budete hned vědět, co chcete a co se vám líbí. V dubnu vás může občas přemoci sentiment a snění o vašich touhách. Na Velikonoční pondělí může leckde přeskočit jiskra, tak nezapomeňte, kde je vaše místo.

Pro děti

V březnu počítejte u malých Býků s občasným neklidem, přebytkovou energií je potřeba smysluplně nasměrovat a uvidíte, jak jim pak bude chutnat. Pokud bude vaše dítě okolo 21. 4. víc zlobit, místo výchovných lekcí je raději ujistěte, že je opravdu máte rádi.

Fotoalbum se srdíčky, Love Hearts, 289 Kč



Blíženci

Pro rodiče

V první polovině března se častěji někde zapomenete nebo vám unikne důležitá povinnost. Zato pak se vrhnete do práce s obrovskou energií a odhalíte jádro problému a vymyslíte geniální řešení. V dubnu hleďte na dokonalé výsledky.

Pro děti

V březnu může občas smysluplná komunikace s vašimi dětmi vážnout, potřebují trochu klidu při svém snění. Ani po 15. březnu s nimi zbytečně nediskutujte, používejte jasné argumenty a respektujte jejich strohé požadavky. V dubnu umožněte dětem pomáhat v domácnosti.

Vozík pro malou uklízečku s vysavačem, SMOBY, 1 349 Kč



Rak

Pro rodiče

Možná se budete divit tomu, jak dokážete porozumět gestům dětí, které ještě pořádně nemluví. Okolo 12. března si dejte pozor na logické chyby a nesprávné závěry, 19. března oslavte konec zimy zážitkem. O Velikonocích podpořte iniciativy tatínků.

Pro děti

Okolo 4. března asi svým dětem nebudete příliš věřit, ale možná jsou jejich slova spíš fantazií než potřebou lhát. Citlivými otázkami můžete přijít na to, v čem je problém. Okolo 20. března a 16. dubna by malí Raci měli zejména u maminek nalézat dostatek podpory a lásky.

Bambusová zavinovačka Hearts&Waves, KIKKO, 449 Kč



Lev

Pro rodiče

V druhém březnovém týdnu na vás mohou dolehnout smutky z nesplněných přání, dopřejte sami sobě odměnu. Okolo 14. dubna se odhodlejte vystoupit z řady. Prosadte si svou nezávislost a ukažte okolí, že se nebojíte být průkopníci ve svém oboru.

Pro děti

V prvních březnových dnech budou vaši malí Lvi kouzelní, poskytněte jim svůj šatník pro různé převleky a masky pohádkových bytostí. Pokud zastonají, budou vyžadovat nekonečné čtení pohádek. Okolo 17. března by dětem měli podat laskavou, ale pevnou ruku tatínkové nebo dědečkové.

Nejkrásnější pohádky o princeznách, SUN, 359 Kč



Panna

Pro rodiče

Možná vám bude zatěžko domluvit se s lidmi v okolí, jako by mluvili jinou řečí. V neděli 12.3. vám bude vše jasné, ale zas to neradi uslyšíte. Koncem března vám bude hodně záležet na tom, zda a jak vás druzí poslouchají a respektují.

Pro děti

Zvídavým otázkám nebude konec. Nejprve budete dětem muset vysvětlit, co je skutečnost a co pohádka. I úzkostlivé dítě může něco zapomenout nebo ztratit a bude doufat ve vaše pochopení. V posledním dubnovém týdnu se vrhnete na učení, půjde dětem nejlépe.

Krtek počítadlo, BINO, 399 Kč





Váhy

Pro rodiče

V březnu se budete muset často bránit lidem z okolí, kteří budou asertivně ubírat váš čas a prostor. Okolo 24. 3. jasně vysvětlíte svůj názor a zůstaňte si u své pravdy, ústupky k míru nepovedou. Okolo 8. 4. zredukujte program a dělejte jen to nejnужnější.

Pro děti

Pokud vaše dítě na každé A řekne B, možná si bystří mysl tím, že diskutuje. Cílem je najít kompromis. Pokud je dítě nerozhodné, trénujte výběr oblečení a pochvalte své holčičky, když přemýšlejí o souladu materiálů a barev. Nepodceňujte chladná rána a přikupte svetříky.

Svetr propinací, MALVI, Kiido.cz, **975 Kč**



Štír

Pro rodiče

Koncem zimy se může stát, že se vaše tempo zpomalí a vy budete vykonávat jen to, co vás příliš nenamáhá. Okolo 8. března vám pomůže důvěrný hovor s kamarádkou. Pak využijte příjemné chvílky jako záchytné body, na které se můžete těšit.

Pro děti

Okolo 8. a 24. března se připravte na velmi všetečné a někdy i nepříjemné otázky. Snažte se chápat, co se vaším malým Štířům honí hlavou. Nic netajte a nepřekrucujte, to by se vám dost nevyplatilo! Během Velikonoc zkuste s dětmi podniknout nějakou dobrodružnou výpravu.

Jídelní souprava Pirát, LABEL TOUR, **780 Kč**



Střelec

Pro rodiče

Jste-li narození 19.-20. prosince, pak vám nezbyvá, než každý problém brát dostatečně vážně. Raději upustíte od ambiciózních cílů. Koncem března vás povzbudí dobré slovo a moudré rady. O Velikonocích se nesnažte náladu kompenzovat alkoholem.

Pro děti

Okolo 18. března svým sladkým miláčkům nedokážete nic odepřít. Okolo 24. března trpělivě naslouchejte jejich radám, rozhodně se je nesnažte přesvědčit, že nemají pravdu. A v dubnu je nechte, ať sami poznají, v čem si mohou věřit. Co třeba při sportu?

Dřevěné odrázadlo 2v1 mini tříkolka, NICKO, **1 699 Kč**



Kozoroh

Pro rodiče

I kdybyste se cítili plně pod tlakem cizích autorit, měli byste si přiznat, že ve skutečnosti máte spoustu věcí ve vlastních rukou. Možná to ale není vždy pohodlná a jednoduchá cesta. Začátkem dubna se snažte rozvíjet laskavé vztahy s lidmi v okolí.

Pro děti

Během března se snažte u Kozorohů rozvíjet fantazii a prakticky nasměřujte jejich představivost a tvořivost. Koncem měsíce respektujte jejich vlastní způsob uvažování a rozptylujte jejich zbytečné obavy. Okolo 24. dubna se budou dobře soustředit na učení.

Balanční loď, PLAN TOYS, **549 Kč**



Vodnár

Pro rodiče

Po náročnějším období si s chutí oddechnete. Jenže brzy se dostaví další výzvy. Na Mezinárodní den žen si budete lámat hlavu nějakou záhadou. Okolo 12. března budete muset skousnout ryzí pravdu. Později překvapíte sami sebe.

Pro děti

Začátkem března bude vhodná doba na podporu samostatnosti a odvahy rozhodovat se. Dbejte i na to, aby vaše děti měly dostatek pohybu na čerstvém vzduchu a nevysedávaly u obrazovek. Okolo 26. března očekávejte vtipná překvapení a zdravý odpor.

Skákací hrad se skluzavkou, BELATRIX, **9 990 Kč**



Ryby

Pro rodiče

Konec zimy patří k vašim nejaktivnějším obdobím roku. Využijte možnosti vyrazit ještě na hory, případně vyslat potomky k babičkám na prázdniny. Máte-li narozeniny 2.3., pak v následujícím roce nic důležitého nerozhodujte.

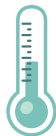
Pro děti

Pokud se váš potomek narodí letos 2. 3., bude to malý „mimozemšťan“ nebo fantastický umělec. Toto dítě hýčkejte a ochraňujte, bude citlivé a ovlivnitelné. Duben bude pro Ryby měsícem plodných tvůrčích aktivit, zpívejte, hrajte na hudební nástroje.

Hrazdička malý hudebník, FISHER-PRICE, **1 349 Kč**

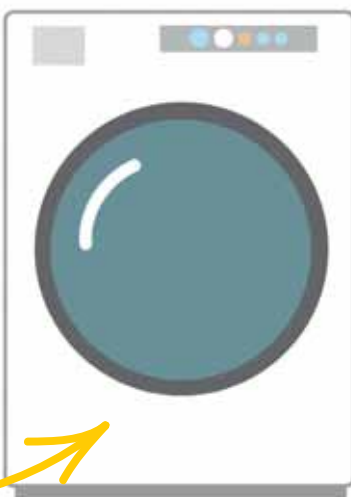


ČISTÉ prádlo



NA SPRÁVNÉ TEPLOTĚ

- ✓ Už dávno neplatí, že veškeré prádlo miminka je nutné prát na devadesát stupňů. Moderní prací prostředky dovedou „vymizíkovat“ skvrny i při nízké teplotě, třeba od dvaceti stupňů.
- ✓ Přesto kvůli hygieně doporučujeme prát především spodní trička na šedesát stupňů. Pokud jsou vyrobená z kvalitní bavlny, stálobarevná, neměla byste se bát srážení nebo vytahání.
- ✓ Prostudujte znovu návod na pračku. Možná objevíte program speciálně určený pro dětské prádlo.



ŠETRNÍ BOJOVNÍCI

- ✓ Pro dítě minimálně do jednoho roku věku perte prádlo odděleně.
- ✓ Prací prášky a gely kupujte výhradně takové, kterým nechybí označení pro dětské prádlo. Často je najdete pod názvem „Sensitive“, „Baby care“, „For baby“.
- ✓ Pokud vaše dítě trápí dermatologické onemocnění, poradte se o vhodnosti používání pracího prášku (gelu) a aviváže s pediatrem nebo dermatologem.
- ✓ Na Feedo.cz nakoupíte mnoho značek pracích přípravků pro děti, často v akci nebo například s aviváží zdarma. Zaujme určitě Lovela Sensitive nebo Color, Ariel Sensitive, Persil Sensitive, Qalt Batole...
- ✓ Maminky, které dbají na ekologii ve všech ohledech, přesvědčí značka Seventh Generation nebo Attitude, od které nabízíme prací gel s vůní hruškové šťávy.
- ✓ Určitě oceníte, že přípravky na praní prádla (nejen dětského) nemusíte „tahat“ domů, ale kurýr vám je doručí spolu s nákupem dalších kojeneckých potřeb.

POMOCNÍCI V DRUHÉ LINII

- ✓ Sušička prádla vám nejen usnadní čas, prádlo navíc „vydezinfikuje“, takže odpadne jeden večer ve společnosti žehličky. Nebo spíše mnoho večerů...
- ✓ Někteří pediatři doporučují veškeré prádlo pro dítě vyžehlit. A to včetně ponožek. Jde o to, že horká pára odstraní choroboplodné zárodky.



VYPLATÍ SE VĚDĚT

- ✓ Nepřekračujte dávkování, ani nedávejte pracího prostředku málo.
- ✓ Přípravky schovávejte ve výšce, aby je všetečné dítě nechtělo ochutnat.
- ✓ Čas od času použijte QALT, čistič praček (25 Kč).



JAK NA SKVRNY

- ✓ S velkou částí flíčků si v dnešní době prací prostředky poradí automaticky. Odolávají hlavně skvrny od papriky, borůvek, jahodového příkrmu...
- ✓ Mnohé hospodyňky nedají dopustit na žlučové mýdlo: navlhčit, potřít skvrnu, nechat působit, dát vyprat.
- ✓ Speciální prostředky (například Q-Grand Odstraňovač skvrn, 57 Kč) nalijte přímo na skvrnu a postupujte stejně jako se žlučovým mýdlem.
- ✓ Přípravky šetrné k životnímu prostředí vyrábí značka Frosch Eko, včetně několika odstraňovačů skvrn.
- ✓ Plenky potřísněné dětskou stolicí perte zvlášť, s předpírkou a ideálně na 90 stupňů.
- ✓ Na zaschlé skvrny platí minerální soli. Ty jsou hlavní složkou Odstraňovače skvrn ve spreji od NUK (159 Kč). Je na přírodní bázi a dermatologicky testovaný.



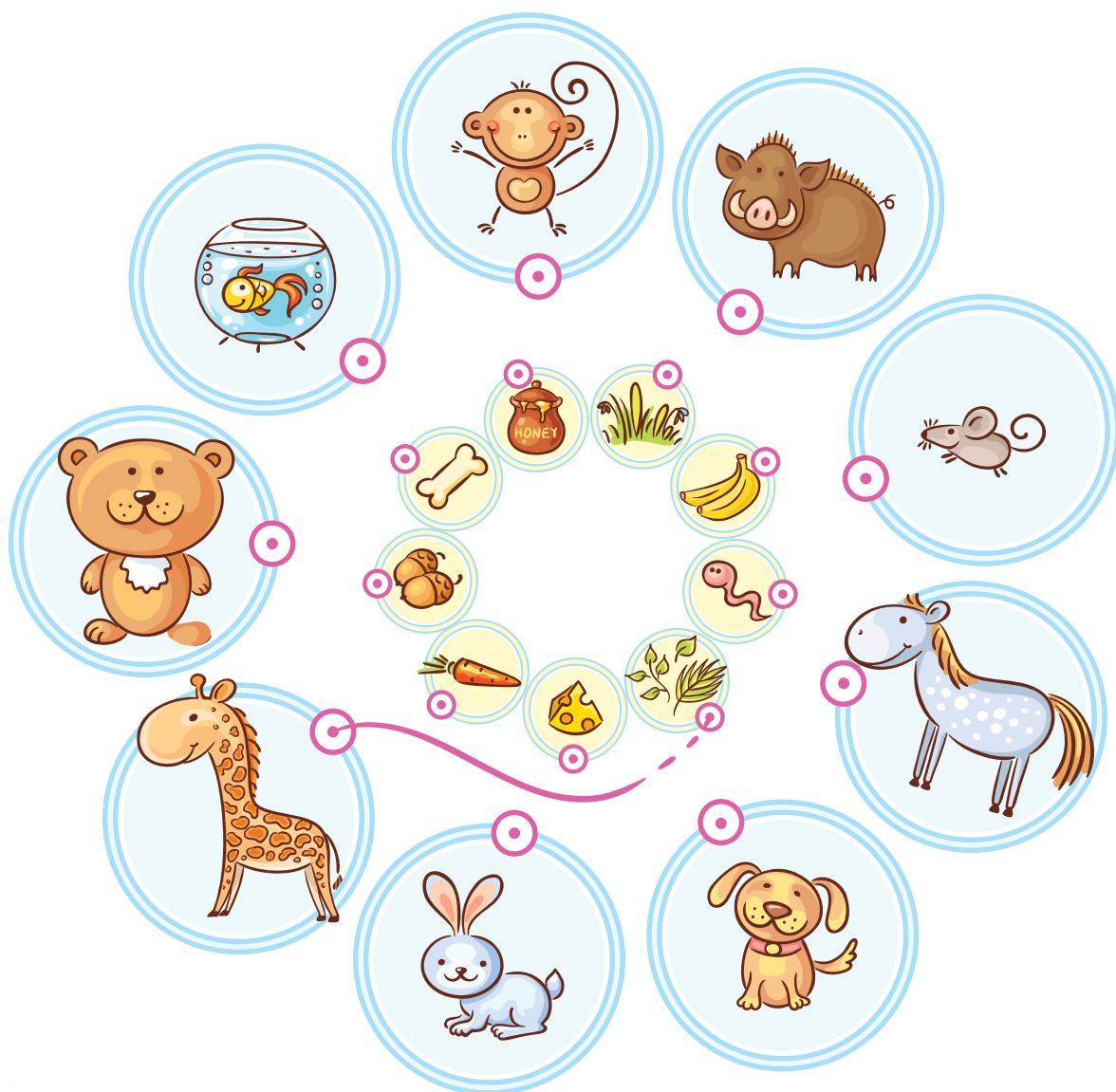
RYCHLÁ PRÁCE

- ✓ Kdy se nevyplatí ztrácet čas? Když na bodyčko ukápně borůvkové pyré (nebo podobné), okamžitě ho odstraňte proudem tekoucí vody.
- ✓ Pokud jen potřebujete osvěžit svetrík, který dítě dlouho nemělo, klidně stačí program na krátké praní.

feedo[®]

pro děti

Pojmenuj všechna zvířátka a spoj každé
s dobrotou, kterou rádo jí.



NAJDI ROZDÍLY

Najdi a spočítej všechny rozdíly ve světě nejoblíbenějších klučičích hraček.



Jaké hračky jsme na fotografování použili?

- Pirátský nůž, SCRATCH, 139 Kč
- Pokladnička velryba, dřevěná hračka, PEARHEAD, 699 Kč
- Helikoptéra dřevěná, PLAN TOYS, 349 Kč
- Hasičská stanice, PLAN TOYS, 1 048 Kč
- Popelářský vůz (1.2.3), PLAYMOBIL, 299 Kč
- Požární helikoptéra (1.2.3), PLAYMOBIL, 249 Kč
- Multigo - velká sada město (součástí jsou například 2 nákladáky, 3 lgračci...), IGRÁČEK, 849 Kč
- Autíčko z LEGO DUPLO®, info o ceně na Feedo
- Pirátský set, YOOKIDOO, 349 Kč

Zahrajte si to nejroztomilejší pexeso! První pexeso má snadno zapamatovatelné obrázky. Dovedete společně vyjmenovat všechna mlád'átka, která se letos na jaře narodila? Jak se jmenují jejich rodiče?



feedo.cz
Lehčí život maminkám

feedo.cz
Lehčí život maminkám

feedo.cz
Lehčí život maminkám

feedo.cz
Lehčí život maminkám

feedo.cz
Lehčí život maminkám

feedo.cz
Lehčí život maminkám

feedo.cz
Lehčí život maminkám

feedo.cz
Lehčí život maminkám

feedo.cz
Lehčí život maminkám

feedo.cz
Lehčí život maminkám

feedo.cz
Lehčí život maminkám

feedo.cz
Lehčí život maminkám

K Velikonocům patří řada dobrot. Ale co tentokrát vajíčka a zeleninu naložit na talířek jinak? Tyhle večere zvládnete s maminkou připravit hravě společně.



Uvařte několik vajíček natvrdo. Nezapomeňte jich několik udělat navíc – ty potom rozkrájíte a použijte na ouška. Oči jsou z hřebíčku, nos z papriky, vousy z pažitky.



Karbanátky jinak! Udělejte z mletého masa kulaté koule, dozdobte je mrkví a posad'te je do hnízdeček ze stočených těstovin.



Co takhle posnídat lívance? Udělejte je různých velikostí, ze kterých vytvarujete zaječí tělíčko. Pomozte si také banánem a čokoládovou očkou či zakysanou smetanou.



Takový chléb sní každý malý mlsoun! Je ozdobený šunkou a sýrem vykrájeným do tvarů, nezapomeňte přidat na drobné detaily pažitku.

Může se hodit



Plastový příbor
3 ks - zelený,
BABIES,
36 Kč



Vykrajovátko
velikonoční
DELÍCIA, 8 ks,
TESCOMA, 109 Kč



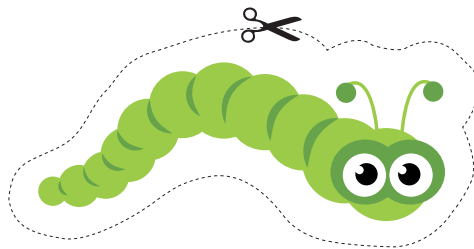
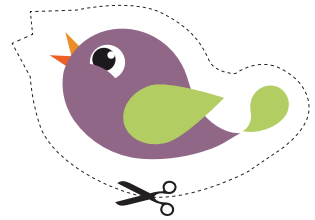
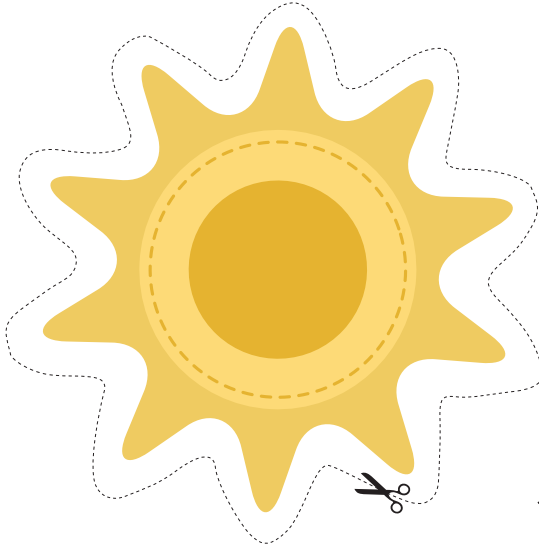
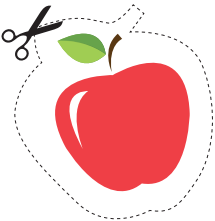
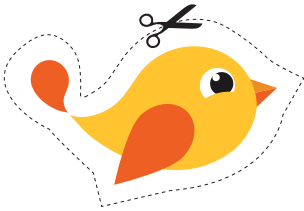
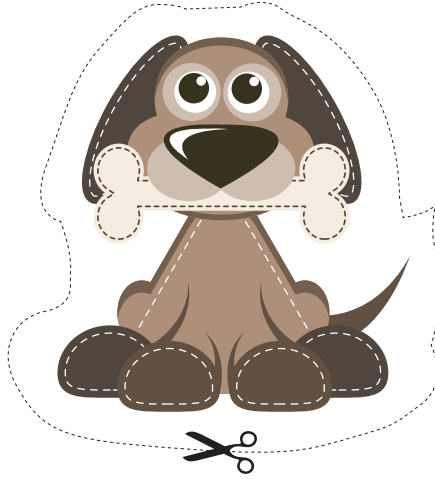
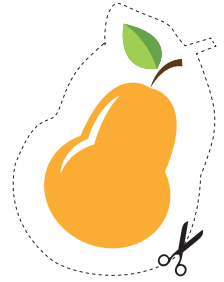
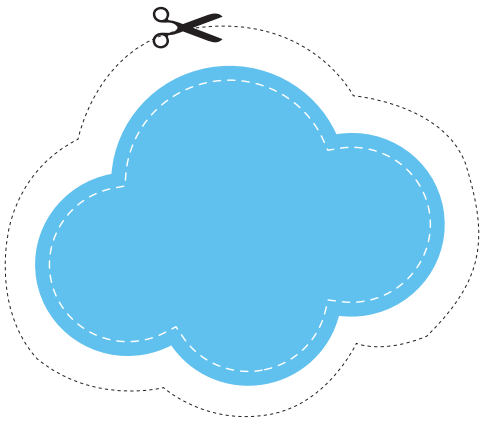
Bryndáček s kapsou
- růžový (2 ks),
BROTHER MAX,
259 Kč

NŮŽKY A LEPIDLO

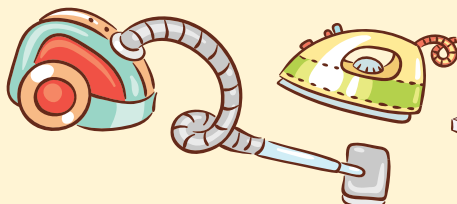
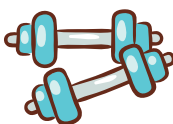
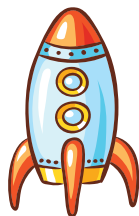
Vystřihni obrázky a nalep je, kam patří.
Třeba sluníčko na oblohu.



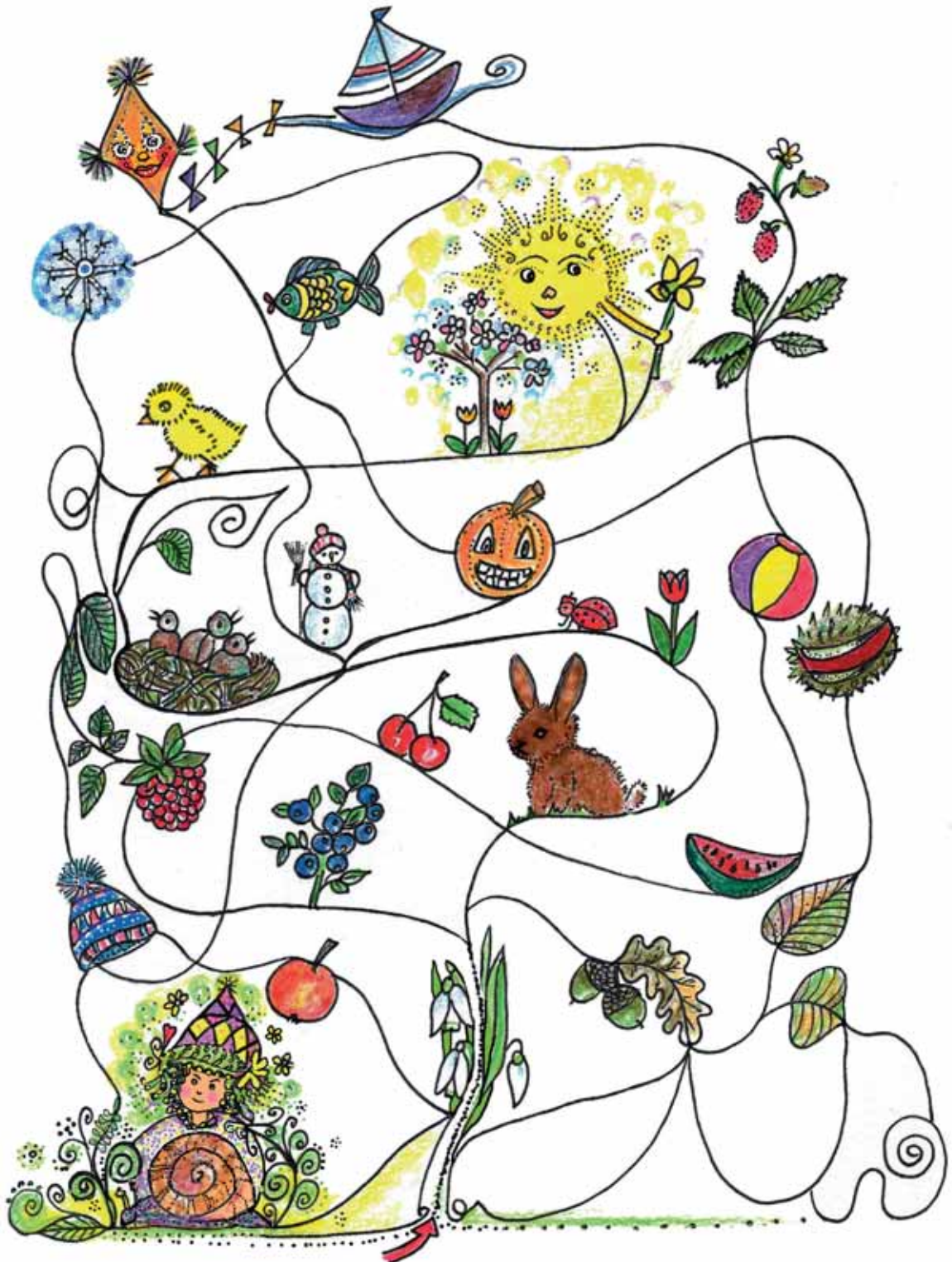
NŮŽKY A LEPIDLO



Z každé řady vyškrtni jednu věc, která do ní nepatří.



Dovedeš projít netradičním bludištěm, které ukazuje řadu symbolů ročních období? Správná cesta vede od skřítky ke sluníčku – a vede jen po těch jarních.



RANNÍ POVINNOSTI



Co musím ráno udělat?

Kartičky rozstříhej a nalep si je na nástěnku

nebo na ledničku a vždycky pečlivě

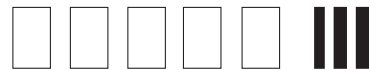
zkontroluj, jestli jsi na nic nezapomněl.

Maminka ti pomůže.

POZDRAVY OD ZAJÍČKŮ

feedo.cz Lehčí život maminkám

feedo.cz



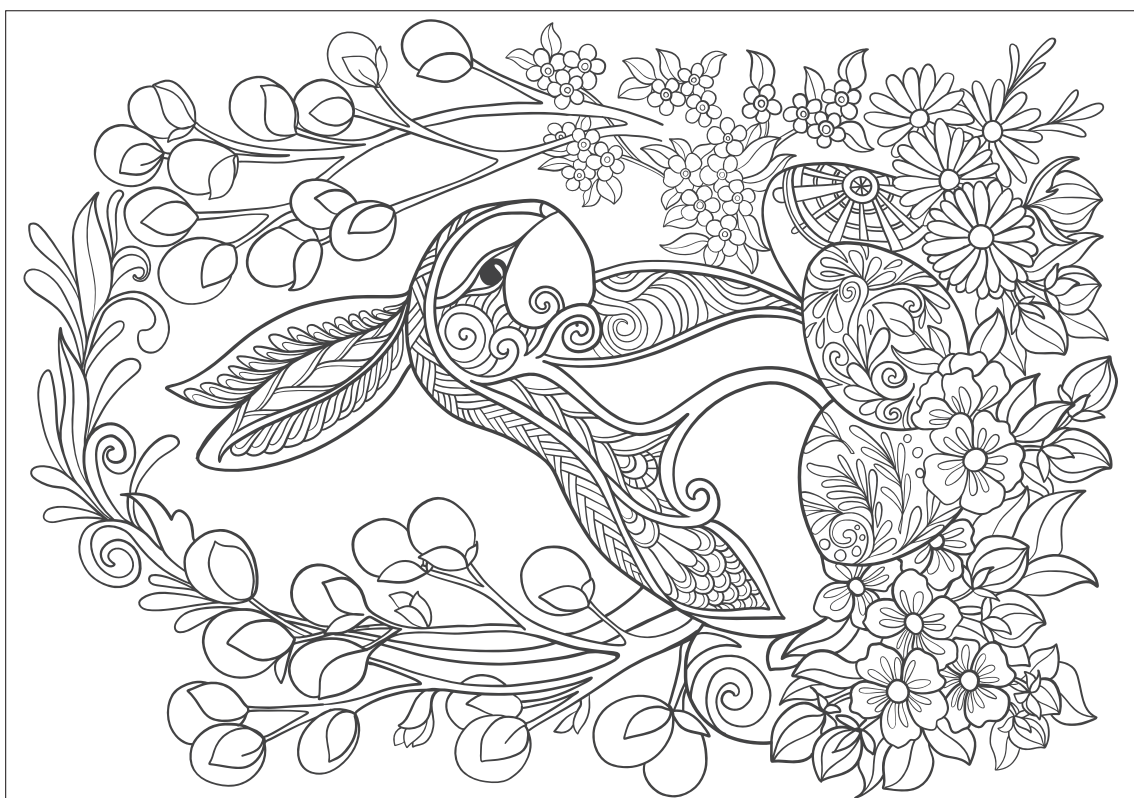
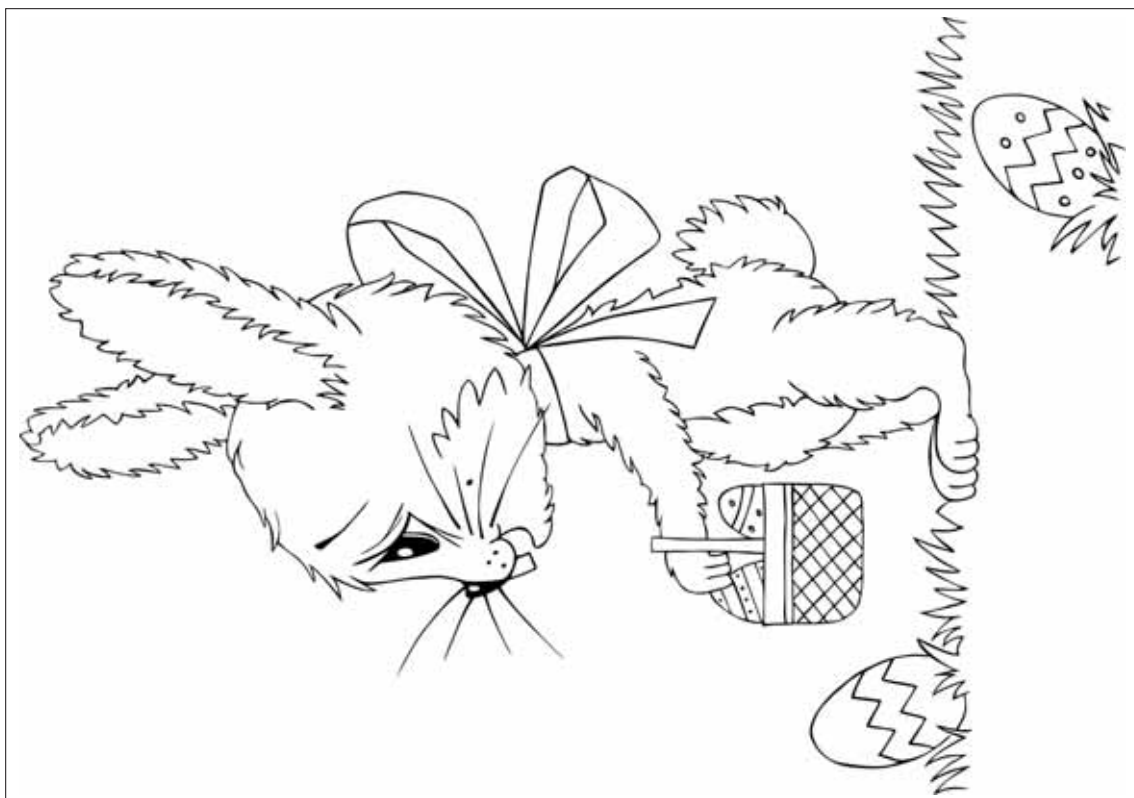
Pošli kamarádům nebo babičkám opravdové pohledy! Víš, co to je poštovní schránka a kde ji ve svém okolí najdeš? Jeden pohled můžeš vybarvit ty a druhý tvoje maminka.

feedo.cz Lehčí život maminkám

feedo.cz



POZDRAVY OD ZAJÍČKŮ





MAXI-COSI®

Chráníme, co je vám nejmilejší.

2WAYFAMILY



Autosedáčka Pebble Plus



- Od narození do 12 měsíců (75 cm)
- Certifikace bezpečnostní normy i-Size
- Kombinace s kočárky



Autosedáčka 2wayPearl



- Od 6 měsíců (67 cm) do 4 let (105 cm)
- Certifikace bezpečnostní normy i-Size
- Cestování po směru i proti směru jízdy



Základna 2wayFix

- Systém ISOFIX
- Podpůrná noha
- Snadné připevnění autosedačky
- Světelná a zvuková kontrola správné instalace

NOVÁ KOLEKCE 2017



URBAN NOMAD BLUE

Autosedáčka AxissFix Plus

- Od narození do 4 let (105 cm)



URBAN NOMAD SAND

Autosedáčka RodiFix AirProtect®

- Od 3,5 do 12 let



URBAN NOMAD GREEN

Autosedáčka CabrioFix

- Od narození do 12 měsíců (75 cm)

A NĚCO NAVÍC PRO VÁS



Služba výměny autosedačky po autonehodě



Doživotní záruka se stejnými podmínkami

Více informací na www.maxi-cosi.cz



Největší e-shop
s potřebami pro kojence

www.feedo.cz