

Моето дете

бр.7/юли 2015

2 СПИСАНИЯ
САМО ЗА

1,99 лв.

бр. юли + бр. април/май

**ПЪРВА ПОМОЩ
ПРИ СЛЪНЧЕВО
ИЗГАРЯНЕ И
ТОПЛИНЕН УДАР**

**МЕДИТАЦИЯ И
ЦВЕТОТЕРАПИЯ
ПРЕЗ БРЕМЕННОСТТА:**

* **защо са полезни**
* **практикувай у дома**

НА МОРЕ

БЕЗ

ПРЕМЕЖДИЯ

**ОПИТАЙ
ТОВА!**

**ИГРИ ЗА
РАЗВИВАНЕ НА
ФИННАТА МОТОРИКА**

8-ТЕ КРИЗИ НА РАСТЕЖА

ПРЕЗ ПЪРВАТА ГОДИНА НА БЕБЕТО

(овладей ги с нашите съвети)

ISSN 1312-8736



9 771312 873057

ТОЗИ МЕСЕЦ НА КОРИЦАТА:



48

62

44

28

57

28
СИЛАТА НА
ПСИХИКАТА

ПОЛЕЗНО ЗА МАМА

ЗА БРЕМЕННАТА

- 16 Твоето тяло от глава до пети
- 20 Доктор на повикване
- 24 Жадна съм...
- 26 Бременна на работа
- 28 Силата на психиката
- 30 Топ 12 на страховете, свързани с раждането
- 36 Шопинг: Рокли за лятото

ЗА ДЕТЕТО

- 38 Доктор на повикване
- 42 Писмо до мама
- 44 Осем фази на растеж
- 48 Слънцето – приятел и враг
- 50 Опасни ли са стафилококите
- 52 Витамини и добавки
- 55 Ах, морето...
- 57 Специални страници: Развитие на фината моторика
- 64 Козметика: Летни емоции
- 65 Как да накараш детето да те слуша
- 68 Съвети за здраве и възпитание
- 69 Рецепти

ПЛЮС:
Развитие
на фината
моторика
СТР. 57



52
ВИТАМИНИ И
ДОБАВКИ

3 ПОЛЕЗНИ ИДЕИ ОТ БРОЯ:



какво иска да ти каже
кърмачето,
стр. 42



нуждае ли се детето от
допълнителни витамини,
стр. 52



какво да правиш, когато
майкалото не слуша,
стр. 65



65

КАК ДА НАКАРАШ
ДЕТЕТО ДА ТЕ
СЛУША

74

ПОВЕЧЕ ЦВЯТ В
БЕБЕШКОТО
ЕЖЕДНЕВИЕ



- 71 Тихо, не викай!
- 74 Повече цвят в бебешкото
ежедневие
- 76 Шопинг: Цветовете на лятото

СПЕЦИАЛНО ЗА МАМА

- 78 Уринарна инконтиненция след
раждането
- 80 Психология на майчинството
- 82 Хороскоп
- 84 Козметика: Златен блясък

ЗА ЦЯЛОТО СЕМЕЙСТВО

- 86 Баца – мечта
- 88 Ти и Той след бебето
- 90 Дръж се, излитаме!
- 92 Шопинг: Лято на колела

С „МОЕТО ДЕТЕ“ НА УЧИЛИЩЕ

- 96 Програма
- 97 Въпроси и отговори
- 98 Конкурс: Виж колко съм сладък

КАКВО МОЖЕШ

ДА СПЕЧЕЛИШ ТОЗИ МЕСЕЦ



- * Книга „Моят първи атлас“
ще спечели писмото на месеца, на
стр. 12.
- * Най-добрият съвет ще получи
книгата „Сглоби самолет“,
на стр. 68.
- * Всяка публикувана снимка в
конкурса „Виж колко съм сладък!“
ще получи **Мемори карти**,
на стр. 98.

Моето дете

ISSN 1312-8736

Брой 7 (101)

Излиза Всеки месец на 22-ро число
цена 1,99 лв.

Главен редактор: Ася Демирева 02/ 401 90 70
e-mail: a.demireva@sbb.bg

Арт гиректор: Дилянка Методиева 02/ 401 90 73

Редактор Борислава Бонева 02/ 401 90 72

Маркетинг: Надежда Карагжова 02/ 401 68 46

Адрес на редакцията:

ул. „Отец Паисий“ № 15, 1303, София
e-mail: moeto_dete@sbb.bg

Издава:

SBB MEDIA

Издава „СББ МЕДИА“ АД/SBB MEDIA,
със седалище и адрес на управление:
1303, София, ул. „Отец Паисий“ № 15,
Лица по чл.7а, ал.1 от ЗЗДПДП:
Димитър Друмев
Красимир Друмев

Изпълнителен Директор:	Димитър Друмев
Редакционен Директор:	Красимир Друмев
Директор Издания:	Анна Кожухарова-Мариянска
Оперативен гиректор:	Богдана Черногоорова
Директор Събития:	Галина Иванова
Мениджър Финанси:	Гергана Тороманова
Директор Рекламни продажби – Списания	Мариана Жабинска
Директор Рекламни продажби – Интернет	Елена Андреева
Мениджър Производство:	Тони Туйков
Мениджър Книгоиздаване	Виолета Изова
Мениджър Дистрибуция:	Ваня Златанова

СББ АД

Адрес: ул. „Отец Паисий“ № 15, 1303 София
тел.: 02/ 401 68 68

Абонаментен център на СББ АД:

Тел.: 0800 12321; 02/401 68 49 в работни дни от 10.00 до 18.00 часа

e-mail: abonamenti@sbb.bg, интернет: www.sbb.bg

Електронен магазин: www.sbb.bg/shop

Непоръчани материали и снимки
не се връщат.

Сп. „Моето дете“ се разпространява
на 100% консигнация.

Печат: „БУЛВЕСТ ПРИНТ“ АД



ОБТЪ
ОДИТ БЮРО ПО ТИРАЖИТЕ
- БЪЛГАРИЯ

Тисмо
от
редактора



*И нека мечтите се
събднат... сега!*

Защото е лято, защото е слънчево, защото е време за възшебства, за бленувани почивки, за броене на звездите над палатката (и буболечките под нея), защото дните са дълги, а нощите топли и най-важното – защото кога, ако не сега ще създадете незабравими спомени на децата ☺

Да, към гнешна гама надали и ти, и половинката ти можете да си позволите едномесечен отпуск (както беше в нашето детство) и да пътешествате безметежно из рогината, или да прекарате всичкото това време на къмпинг по южното черноморие. Но и за седмица – до 10 дни, при добро планиране, може да сглобите море. А към края на лятото и планина.

Ние, разбира се, отново сме се погрижили да не ви липсва информация, относно най-неприятните ситуации, свързани с морската ваканция (стр. 55), а също така и полезни съвети как да реагирате при прегриване и слънчев удар (стр. 48). С пожелание тръгът ни да остане безпочвен и да не ви се налага да прилагате спешна помощ.

Напоследък все повече семейства избират да посетят роднини в чужбина, или да си направят ваканция на място, до което се стига само със самолет. Какво е редно да съобразите при такова пътуване, сме ви разказали на стр. 90.

От вас се иска само да не забравяте доброто настроение и усмивките си и да помните – почивка с деца няма как да е почивка. Тръгнете на приключение и ще го получите!

Нашите консултанти в броя:

г-р Даниела Велкова,
акушер-гинеколог,
болница „Вита“, София

г-р Анелия Барбова,
акушер-гинеколог, МЦ
„Мегкрос“, София

г-р Павлина Андреева,
педиатър, „Здраве“ 14
ООД, София

г-р Мария Чорбева,
зам.гиректор по
лечебната дейност,
II МБАЛ София

г-р Калин Лесички,
детски ревматолог,
МБАЛ „Токуга Болница
София“, София

**г-р Здравка
Демерджиева,**

г.м., началник
отделение по
Дерматология и
Венерология, МБАЛ
„Токуга Болница
София“, София



интервю със
Синьора Ангелова –
психолог



*Домашното отглеждане
ли е по-добрата
алтернатива?*

Не мога да бъда категорична, защото успехът на този тип отглеждане и възпитание зависи основно от мотивацията, свободното време и възможностите на майката. Като психолог мога да твърдя, че колкото по-късно детето попадне в институция, толкова по-стабилно и устойчиво ще е то на вредните ѝ влияния. Защото домашната атмосфера предполага любов и много грижи. От друга страна, за да е пълноценно едно такова

ЗА ДЕТСКИТЕ ГРАДИНИ, ДОМАШНОТО ОТГЛЕЖДАНЕ И КООПЕРАТИВИТЕ

В последно време авторитетът на яслите и градините като норма за правилното отглеждане и възпитание на децата рязко спадна. На какво се дължи това?

Основно на факта, че липсва реорганизация на учебните планове за най-малките. Персоналът, който работи по тези места получава ниско заплащане, а от своя страна самите детски заведения не могат да заделят средства за провеждането на семинари и допълнителни квалификации. Учителите нямат мотивация да инвестират лично време и средства извън държавната работа, защото финансовият стимул, който биха получили е не-

задоволителен и не би покривал разхода, който са направили от своя страна.

Какво получават децата в такъв случай?

От психологическа гледна точка единственият плюс на държавните детски заведения е широко спряганата социализация. Но, съгласете се – 2 жени, които отглеждат и възпитават 25 деца не могат да постигнат никакъв резултат, без да налагат почти военна дисциплина. В тази възраст (между 3 и 7 години) мъниците все още имат нужда от свободно време, което да използват както намерят за добре. А това, което им се предлага са организирани игри и детски филмчета. В такава среда липсва любов и децата трудно развиват емоционална връзка с учителите си. А за възрастта им това е от основно значение.

отглеждане, детето трябва да има занимания и по музика, и спортни инициативи, да бъде развивана неговата креативност... А и процесът на социализация зависи също изцяло от майката.

Тогова остават кооперативите. Може би те са компромисното решение?

Да. Това са сдружения на добра воля, където няколко родители отглеждат заедно децата си на ротационен принцип и има един възпитател, който обикновено е с педагогическо образование. Проблемът с това дали детето на родителя, който е „на смяна“ няма да получава повече внимание от останалите се решава на база на съзнанието на всеки. В крайна сметка това е основния смисъл на думата „кооператив“.

Продължаваме да те информираме за всичко, което можеш да очакваш през най-прекрасните и щастливи 9 месеца, в които носиш най-скъпото същество в утробата си.

ТВОЕТО ТЯЛО

от глава до пети

Жадна съм...

По колко вода трябва да пиеш през бременността? Въпросът за потребността от течности винаги е актуален, особено когато е лято и... Все си жадна.

Дълги години като профилактика и лечение на отоците през бременността се препоръчваше да се приемат течности до 1 л на денонощие. Днес подобни съвети все по-често са подложени на критика поради тяхната неефективност и дори опасност. Ограничаването на течности води до обезводняване. Би трябвало да се приемат толкова течности, колкото са нужни на организма ти, предвид факта, че носиш бебе.

Ролята на водата в твоя организъм

Всички процеси през бременността се случват във водна среда. Сега в тялото има повече вода, отколкото преди забременяването. Това се обуславя от увеличения обем на циркулация в кръвоносните съдове, запасите на вода в тъканите и усиления обмен на веществата.

Много е важно през 9-те месеца да бъдеш спокойна, усмихната, позитивна. Както е известно, психичното ти състояние влияе на здравето.

Силата на ПСИХИКАТА

Понякога, за да се чувстваш в хармония със себе си и света около теб, са достатъчни „малки въздействия“ върху психиката. Ще те запознаем с няколко метода на въздействие, които те съветваме да изпробваш.

МЕДИТАЦИЯ

Това е състояние на вътрешен покой, което се постига чрез вглъбяване в собственото ди-

шане или повтаряне наум на някакъв звук. Медитацията ни помага да свалим нервното напрежение, учи ни да се владеем и да се отнасяме позитивно към живота. Дълбоката релаксация оказва положително влияние не само на психичното, но и на физическото ни състояние. Медитацията се счита за един от най-резултатните методи на отпускане. Ако редовно се практикува този метод, може да се понижи кръвното налягане и да се подобри кръвообращението, да се премахне главоболието,

безсънието и задуха. Това се получава след като от тялото бъде свалено общото напрежение. По време на медитацията изчезват страховете и вълненията, възвръща се усещането за душевен и физически комфорт. А това усещане се предава и на бебето. Може да медитираш както самостоятелно, така и в група. Нужни са 25-30 минути абсолютен покой, никой и нищо не трябва да те отвлича. Седни в удобна поза с изправен гръб или легни върху равна повърхност, за да ти бъде комфортно. В

Отговорите на твоите въпроси...

...за здравето, развитието и възпитанието на детето

Пчели

*** Предстои ни пътуване на село при баба. Там гъщеря ми винаги се чувства прекрасно, а аз много се страхувам от възможно ужилване (тя постоянно е навън сред цветята, а там все нещо жужи :)... Дано не се случва, но при ужилване от оса или пчела какво би следвало да направя?**

Пчелите жият само когато се чувстват застрашени, а след ужилването умират. Осите обаче са агресивни и могат да жият отново и отново. Смята се, че ако ужилването от пчела или оса е за пръв път, не би трябвало да доведе до по-сериозни проблеми. Обикновено се появяват кратковременна болка и парене, кожата почервява, следва оток, който след 1-2 часа спада.

Но ако детето е алергично към ухапване от насекоми, са възможни усложнения. Възможно е дори да се стигне до класическия алергичен шок – спастична кашлица и усещане на задух, изпотяване, спадане на кръвното налягане с виене на свят и колапс. При подобни състояния е задължително оптимално бързо да се стигне до най-близкия лекарски кабинет. Можеш да говориш предварително с педиатъра на детето, за да ви изпише антиалергичен препарат при спешни състояния, който да носиш винаги със себе си.

Важно!

Според народната медицина при ужилване е добре да натриеш мястото със сока на чесън, зелен домат или магданоз. Освен това е нужно да извадиш жилото с пинцета (ако е останало в кожата). Дезинфекцирай мястото със спирт и сложи студен компрес от вода или лед. Най-опасни са ужилвану-

ята около гърлото – устата, езика, шията, небцето. Отокът на меките тъкани в тези области може да доведе до задушаване. Ето защо незабавно се обърни към лекар. В случай, че забележиш нещо неочаквано – например алергични реакции като виене на свят, оток, обриви, медицинската помощ е задължителна.



С официалното съдействие на Национална асоциация „Погкрена за кърмене“

Тисмо до мама

Ето какво би казало твоеото бебе, ако можеше да обясни с думи всичко, с което му се налага да се справи, след поемането на първата глътка въздух.

Скъпа мамо,

Благодаря ти, че ми помогна да се родя. Благодаря ти, че правиш всичко възможно, за да ме кърмиш. Знаем, че ти е трудно, но с всеки изминал опит се справяш все по-добре. Ти си най-прекрасната майка на света! Повярвай, на мен също не ми е лесно да ти покажа, че мога да се справя по-добре, защото всички дрехи, които си облякла на себе си и на мен, ми пречат да те усетя. Ухаеш на толкова

много неща, че не успявам да се справя и да налучкам къде точно е най-прекрасното (твоеото) мляко. Аз мога да се справя. Само ми помогни мъничко – обърни ме към теб, защото все още трудно координирам движенията си, приближи ме към гърдата и всичко ще си дойде на мястото. Да чувам гласа ти е най-вълшебното нещо на света. Да съм в прегръдките ти е най-сигурното и удобно легло, което можеш да създадеш за мен. Моля те,

Консултанти от Национална асоциация „Погкрена за кърмене“

към Националния комитет по кърмене можеш да откриеш на тел. **0896 418 488**. Ще получиш консултация по телефона или у дома. Ако е необходимо, ще те насочат към консултант, който е в близост до твоя дом. Ползена информация можеш да откриеш и на официалния сайт на асоциацията:

www.podkrepazakarmene.com





Слънчево изгаряне

Слънчевото изгаряне при децата бързо се превръща в тежко изгаряне, при което може да се повиши и температурата. Освен това изгарянето в детството значително увеличава риска от рак на кожата на по-късен етап. Слънчевото изгаряне през първите 18 години съответстват на почти 80% от общото изгаряне, което човек получава през живота си, тъй като децата прекарват повече време навън и са с по-малко дрехи. Ето защо трябва да сме особено предпазливи с излагането на мъниците на преките слънчеви лъчи. Бебетата под 6 месеца не е добре да се излагат на директна слънчева светлина. Мъниците над 6-месечна въз-

СЛЪНЦЕТО – ПРИЯТЕЛ И ВРАГ

Слънцето може да има върху нас както положително, така и отрицателно въздействие. В голяма степен това зависи от нас самите.

Векове наред се е считало, че слънцето е източник на здраве, мъдрост, красота. Действително под негово въздействие например се образува витамин Д, повишават се защитните сили на организма,

подобрява се тонуса на нервната система. Но освен благотворното влияние, слънцето може да нанесе и вреда. То не е същото като преди 50 години примерно. В 21 век ултравиолетовите лъчи предизвикват не само приятен загар, но и сериозни заболявания, като едно от най-коварните е меланомът (рак на кожата).

Особено опасно може да бъде слънцето за малките деца, защото кожата им е едва една десета от дебелината на кожата на възрастен. Тя не е в състояние да произвежда достатъчно пигменти, за да се предпазва от ултравиолетовите лъчи.

раст могат да понесат умерено слънцегреене, но не и във времето между 10.30 и 17 часа, когато слънчевите лъчи са най-силни и най-опасни. А дори и на сянка слънцето може да влияе. Дори и да сме под чадър през плата му преминават, голяма част от ултравиолетовите лъчи.

♦ **Изборът на правилния слънцезащитен крем е много важен.** Нанеси навреме крема, тъй като действието му обикновено започва след половин час. Слънцезащитните средства нанасяй през 2,5 часа. Препоръчва се факторът на

Нужно ли е да даваме витамини на децата си под формата на хранителна добавка? Преди да посегнеш към усилено рекламираните възможности, виж какво кават специалистите.

ВИТАМИНИ И ДОБАВКИ

Информацията относно ниското съдържание на витамини и минерали в храната, ни залива от всякъде. Съвсем естествено е да си зададеш въпроса дали децата ти поемат всичко необходимо от порциите плодове и зеленчуци, които консумират дневно. Да не говорим, че те самите много по-лесно посягат към пакетираните (вредни и вкусни) храни, дори у вас да има разнообразие на полезности. Но точно употребата на мултивитаминови ли е онова, от което всички имате нужда? Защото пазарът предлага много повече варианти на полезни добавки (при това е добре да се прибягва към тях само след консултация със специалист нутриционист).

Мултивитамините

Някои родители ги включват директно като част от закуската на мъника, като „чаша сок“ (който всъщност е разтворена таблетка), други пък предпочитат да ги дадат под формата на сладък концентрат от бутилка. Това е особено популярна практика в преходните сезони, когато се счита, че организъмът на детето има нужда от подсилване. Но дали всъщност е полезна практика? И няма ли шанс при такова мултиподсилване малчуганът да бъде предозиран с конкретни витамини и минерали, докато други така и да не се натрупат в необходимото количество. Мненията на специалистите, колкото

АХ, МОРЕТО...

Какво е лятото без море? Та нали трябва да съберем спомени от ваканцията... А те са най-топли и най-вълнуващи от морския бряг.

Знаем, че почивката на море с деца може да бъде съпроводена с твърде полюсни настроения и преживявания. Възможни са и неприятни ситуации (ужасните вируси, премеждия по суша и вода), но при спазване на основни правила, ползите от морето са неповторими. Нека поговорим и за двете страни на медала, за да съберем наистина само хубави спомени от почивката.

Възможни премеждия

В никакъв случай не са задължителни по време

на почивката край морето, но ако ви споходят, е добре да си подготвена.

➔ Летни вируси

Симптомите за летните вируси са:

- повишена температура;
 - повръщане;
 - диария.
- При подобни неразположения е добре да се консултиращ с педиатър. Основното е да бъде въведена диета:
- Ако все още кърмиш бебето, продължавай;
 - Ако е на адаптирано мляко, използвай специално разработените диетични формули;
 - Ако детето е по-голямо предлагай му само

солети, бисквити, сухар, препечен хляб.

Много е важно да се пие повече вода на малки глътки, за да не се стигне до обезводняване.

➔ Наранявания

Докато малкото се разхожда по пясъка или си играе на брега, е възможно счупена мида или камъче да наранят крачето му. Трябва са-

ВАЖНО!

Винаги е нужна точната мярка, за да има максимална полза. Бъди разумна и „съберете“ с пълни шепи здраве от морето.

мо да промиеш стъпалото с чиста вода и да се стремиш поне ден-два крачетата да не са боси, за да отmine бързо нараняването.

➔ Медузи

Срещата с медузи едва ли е от най-приятните, но пък и не крие опасности (ако сте на брега на Черно море). Опарването може да предизвика зачервява-

Развитие на фината моторика



Нужно е да знаеш...

Всички се възхищаваме на прецизните движения на пръстите на пианиста или на бижутера: отлично развитата фина моторика на ръцете помага за достигането на съвършено майсторство. А в крайна сметка това, което „преподаваме“ сега на нашето мъниче, ще му е от полза и за в бъдеще.

- Кои са етапите на развитие на мъника
- Как да му помагаш ефективно
- Начини за справяне при проблем



Как да накараш детето да те слуша



За да не се превърне малкото дете в домашен тиранин, е нужно да установиш определени рамки на поведение.

Как да реагираш ако детето не приема на сериозно думите ти и не те слуша? Предлагаме ти няколко полезни съвета.

4 добри тактики, които работят

Защото да си родител означава да разбираш, да подкрепяш и да обичаш.

1. БРОЙ ДО ТРИ

Вече няколко

пъти си помолила малчо да си събере играчките или потрешаш и натъртваш на факта, че без разрешение не може да включва телевизора... но той си знае своето и въобще не се вълнува от думите ти. Ако детето не слуша в дадена ситуация, като начало е добре да го предупредиш, че може да има последствия от непослушанието му. Кажеш му, че ще броиш до три. И брои на висок глас, за да привлечеш вниманието му. Обикновено децата реагират на „нажеженото“ броење. Разбира се, при условие, че след твоего предупреждение следва реално наказание, съобразено с постъпката. И внимание: не лъжи! Когато кажеш че ще броиш до три, броиш само дотолкова, а не до десет. Това само би сринало родителския авторитет.

ТИХО, НЕ ВИЖКАЙ!

Възрастови особености

До определена възраст децата трудно управляват гласа си: повишават, понижават глас, променят тембъра и темповете на речта. За възрастния човек няма проблем да говори шепнешком, но на 2-3-годишното дете подобни „гласови експерименти“ не му се отдават лесно, тъй като ларинкса все още не е развит до край. Демонстрирай на детето различни звуци, като обърнеш внимание на разликата между шумовете и тихото звучене. Може да играете на „шумни“ и „тихи“ игри - удряш с лъжица по тенджерата, звъниш със звънче, изпяваш силно песен, а после на обратно - шептиш, ходиш на пръсти, с миши стъпки, разказваш някаква история. Пробвай да играете на игри, които развиват не само „гласови“ навици, но и вниманието: мама казва например любимото стихче със спокоен, равен глас, после го казва - по-силно и накрая - много силно. Детето трябва да повтори всичко с пълна точност.

Обръщала ли си внимание, как разговаря гетето ти: с тих или силен глас? А ако крещи, кога се случва това? Разбира се, всички деца обичат да повишават тон. Но защо? И как да реагираш?

Тембърът, тонът и височината на гласа на детето дават характеристика за състоянието на гласовите връзки, нервната и дихателната система. И ако детето постоянно има нужда да си почине от високото говорене, трябва да обърнеш особено внимание. Възможно е малчо да има нужда от помощта на специалист.

УРИНАРНА ИНКОНТИНЕНЦИЯ СЛЕД РАЖДАНЕТО

ИЛИ

„НЕ ТРЯБВАШЕ ЛИ
БЕБЕТО ДА Е ТОВА
С ПЕЛЕНИТЕ?“

Проблемът с „изпускането“, е едно от големите притеснения на майките. Бъдещите майки се страхуват, че това може да им се случи след раждането на децата им, настоящите се притесняват,

че проблемът се проявява с напредване на възрастта, а тези, които наистина го имат, се страхуват и срамуват да говорят открито за него и да търсят решения.

За да обобща накратко това, което ще прочетеш в подробности в следващите редове: да, една от основните причини за възникване на такива проблеми е вагиналното раждане и по-специално раждане, при което е приложена непрецизна епизиотомия. Но! този проблем не е чак толкова често срещан, а и има простички решения.

Тъканите и мускулите, които поддържат уретрата, червата и пикочния мехур могат да станат по-еластични или отпуснати по време на бременността. Това се дължи на някои хормони на бремен-

Какъв тип майка съм

Луна в Рак



Всеизвестен факт е, че Луната в Рак е родена, за да бъде съвършената майка и къщовница, богата наследница на жизнения опит на всички поколения майки и баби за гърбай. Готварството и домакинството са й вродени, а възпитанието на децата при нея е истински развит талант – тя знае кога да глези и кога да наказва, така че да възпита добри деца. Царица на растителния и животински свят, милото й присъствие успокоява, дори когато не се намесва пряко. Справя се чудесно с емоционалните и физически потребности на децата и съпруга си, а след това има достатъчно сили и зрялост, за да бъде душеприказчик и на всички останали. Също като царица майка тя става естествен център на женските компании, особено в периодите на бременност и майчинство, които при нея протичат чудесно. Нейното приятелство влияе добре на всички бъдещи майки – били те дъщери, внучки, снахи или просто близки.

По отношение на съпруга жената с Луна в Рак е негова мечта и по още една важна причина – не е никак склонна да харчи повече от необходимото и с удоволствие ползва в дома си семейни реликви и от двата рода. Единственият риск, който тя му носи е ... да го превърне пак в момче. Обикновено връзката й с нейната собствена майка е доста добра, освен в редките случаи, когато се е опитала да я измести от мястото й на грижовен родител още в невръстната си възраст.

Не, изобщо не сме на път да ти разказваме как да станеш най-добрият татко на света. По-скоро искаме да завъртим „мечтата“ на шиш и да я огледаме от всички възможни страни. Или с две думи – да видим какво ти се пече (или какво те чака), ако решиш да го ниш нечи и идеали.

Гледната точка на детето:

Това е онази страна на шишчето, която е най-сладка, но и най-коварна. Защото ако се подхлъзнеш по детските желания,

Ср. istockphoto.com

Със сигурност си се питал какво се крие под това клише. Дали опцията да се съгласяваш с всяко желание на децата или просто да им покажеш как се живее, а те да вземат това, което искат?

Баща – мечта



ДРЪЖ СЕ, ИЗЛИТАМЕ!

Колкото и да планираш – отпуската идва неочаквано, защото редом до мечтите винаги има много „къде“, „как“ и „изведнъж“. Заповядай да се запознаеш с тях отблизо.

Къде?

Логичният избор идва от само себе си, когато си отговорил на въпроса КОИ заминава на почивка, та нали за различната възраст има индивидуални мечти и правила. Целта обаче е обща – да си почине цялото семейство, да смени обстановката, светогледа, въздуха и състоянието. Едно е ясно – на колкото и години да е вашето дете, през лятото на него ще му е скучно в града, а и времето, прекарано по асфалтови паркове не е най-полезно.

Кърмачета – пътешествието с тях е най-лесно, те не могат да пълзят, никъде няма да избягат, спят много и те освобождават от проблема с храната.

Едногодишните

– те се стремят да опознават света, всичко им е интересно, позитивно са настроени към промените, ако мама и татко са покрай тях. Но пък не са способни да оценят романтиката на дългите пътувания, изискват непрестанно внимание и спазване на дневния им график, както и подбор на храната.

Тригодишните

– те са много активни, трудно им е да стоят на едно място, изискват често спиране по пътя и смяна на обстановката, но пък с тях можеш да се разбереш на човешки език и да се споразумеш за някои неща.

Летим със самолет

Според правилата, приети на практика във всички авиокомпании в света, малките деца (до две години) летят безплатно

Няколко правила:

- Преди пътуването се увери, че детето е абсолютно здраво;
- От последната ваканция е добре да са минали 15-18 дни;
- При промяна на климатичния пояс продължителността на почивката не трябва да е по-малко от три седмици (взимаме предвид необходимите за адаптация препоръки на педиатрите);
- Не планирай почивка през активния период на никнене на зъби и до края на този с коликите;
- Внимателно обмисли транспорта;
- Провери какви са условията на мястото, на което отивате, за