

1579319

КАТЯ

БЛЬОСТКА

МАТЕРА

ВАМ НЕ
НАЙМИЧКА,

АБО ЧОМУ
ДІТИ - ЦЕ

ПРЕКРАСНО...

Продано
50 тисяч
екземплярів

Віхола

Немає значення, планували ви дітей чи ні, дивлячись на дві смужки тесту на вагітність, жінка все одно переживатиме купу суперечливих емоцій. І чоловік, коли дізнається, до речі, також.

Ця книжка про реальне, живе, неідеальне материнство. Про матеру, яка через призму гумору та самоіронії, використовуючи легку дозу елегантних матюків, намагається день перестоять і ніч передержатись. Від тесту на вагітність до баталій у садочку. Про перші купання, зуби, соплі й незручні запитання.

Поважною ходою пройдемося по всіх періодах материнства, намагаючись триматися курсу на збереження здорового глузду та душевної рівноваги. Розберемо стереотипи, зруйнуємо шаблони, ніжно «обезвредимо» бабу. Виробимо імунітет до непрошених порад і забобонів.

Ця книжка для мам, щоб підтримати і надихнути; майбутніх мам, щоб налаштуватись і знати, чого чекати; бабусь, щоб згадати і пережити знову; і татусів, щоб краще зрозуміти всіх цих дам.

Катя Бльостка — «матера» чотирьох синів, блогерка. Народилась і виросла в с.м.т. Гоща Рівненської області. У 2014-му переїхала у США.

ЗМІСТ

Дошморгалася, або Тест на вагітність	11
Любий, я вагітна!	17
«Ти ж вагітна, тобі не можна...», або Животворящий забобон	23
Баба — людина-легенда	31
Жіноча консультація	37
Перший триместр. Токсикоз	53
Другий триместр	71
Третій триместр	93
Пологи	117
Тіло після пологів	137
Грудне вигодовування. Початок	145
Дієта годуючої мами	159
Перше купання	165
Вроки	169
Післяпологова депресія	175
Вразливість і страх за дітей	189
Дитячий сон	197

Прикорм	📌	217
Перші кроки	📌	231
Дитячі хвороби	📌	239
Горщик	📌	249
Садочок: «нарешті!» чи «нарешті?»	📌	257
Школа	📌	279
Харчування дітей	📌	299
Правила дому, або «Матера вам не наймичка!»	📌	305
Про материнство і його щоденне диво	📌	313
Найкраща мама	📌	319