

SPIS TREŚCI

DAWNO TEMU...	7
...I CAŁKIEM NIEDAWNO	16

CZERWIEC

Tata w ciąży	26
--------------	----

LIPIEC

Podtrzymanie ciąży	36
Oczekiwanie. Przygotowanie mieszkania	37
Pierwsze spotkanie	40
Wcześniak	41
W nowej roli TATA	42
Poród tuż, tuż	44
Nowa rola naszych rodziców. Babcia i dziadek	45
Cesarskie cięcie i pierwszy krzyk	47
Noworodek	49
Żółtaczka	54
Karmienie piersią. Pomoc laktacyjna	55
Depresja poporodowa	57
Płacz noworodka	59
Pierwsze wycieczki	60
Niezbędne zakupy dla malucha	61
Spacery	62

Ubieranie niemowlaka	63
Kąpiel	64
Powrót do pracy	65
Objaśnianie świata	67

SIERPIEŃ

Urlop. Wakacje	72
Motywatory wędrówek	75
Pupy, kupy i odpieluchowanie	77
Podróże. Bagaż i podróżne niezbędniaki	79
Zabawy podczas jazdy autem	82
Muzyka	85
Wulgaryzmy	87
Małuchy na koncercie	89
Fotelik samochodowy. Bezpieczeństwo w samochodzie	92
Lawina pytań	94
Logopeda	98
Czytanie (dzieciom)	101
Pamiętki z wakacji. Zbieractwo	102
Lekarstwo na nudę	104
Aktywność fizyczna. Nauka pływania i jazdy na rowerze	105
Kupowanie ubrań i obuwia	108

WRZESIEŃ

Ranne wstawanie. Sztuka pobudki	113
Przedszkole. Szkoła. Adaptacja	114
Reklamy	120
Usamodzielnianie dziecka. Zasady bezpieczeństwa	121

Place zabaw	123
Zajęcia dodatkowe	124
Nauka języków obcych	128
Wprowadzanie w świat cyfrowy	133
Tata z telefonem — dajesz przykład!	136

PAŹDZIERNIK

Lekcje ekonomii. Oszczędzanie i kieszonkowe	145
Domowe obowiązki. Sprzątanie zabawek.	
Motywatory	148
Klasy	152
Magia przytulania i wieczorne rytuały	154
Walka z przeziębieniem	157
Nie ma złej pogody na spacer	163
Pomysły na spacer	164
Strachy	166
Sztuka usypiania	167

LISTOPAD

Oswajanie śmierci. Przemijanie	174
Pamięć. Przodkowie. Drzewo genealogiczne	177
Patriotyzm i tolerancja	180
Organizacja codzienności. Ustalanie zasad	185

GRUDZIEŃ

Mikołajowe kamuflaże	200
Boże Narodzenie. Przygotowania	
do świętowania	203
Posiłki	208
Zdrowe jedzenie	212
Świąteczne emocje	214

STYCZEŃ

Ćwiczenia z porannej rutyny. Poranny rozgardiasz	227
Poranne motywatory	231
Babcia i dziadek	233
Pytania i odpowiedzi	240
Nauka samodzielności	243

LUTY

Jedynak i rodzeństwo	248
Mniej tabu, więcej świadomości	256
Relacja tata-córka	257
Uczucia i emocje	261
Rodzic nie upilnował — wypadki	265

MARZEC

Kobiecość dziewczynki. Stereotyp grzecznej dziewczynki	272
Rodzeństwo. Chłopiec i dziewczynka. Budowanie relacji	277
Dziecko w kuchni	279
Wspólny pokój rodzeństwa	282
Kłótnie, kompromisy i negocjacje	289
Trudne przedwiośnie	294
Talenty dzieci — jak pomóc kształtować?	295
Zdrowy tata	301

KWIECIEŃ

Żarty	308
Zęby. Dentysta. Słodyczne	312
Wielkanoc. Przygotowania do świąt, tradycje	316

Wiosenne wycieczki	318
Ekologia	319
Gry i zabawy na powietrzu	322
Nie ma złej pogody na spacer	328
Wakacyjne plany	333

MAJ

Rodzinna majówka	338
Lekcje demokracji	340
Urodziny	344
Rodzeństwo — relacja	346
Drugi poród. Tata córki	349
Siostrzyczka jedynaka	354
Drugie dziecko w rodzinie	356

CZERWIEC I KOLEJNE MIESIĄCE, LATA...

Ojcowskie odkrycia	367
--------------------	-----

(NIE)ZMARNOWANA WIOSNA	378
------------------------	-----