

# 25

## szczerých porad dla przyszłych ojców

1. Być ojcem i przeżyć (37" + 3'25")
2. Bądź silny! (3'32")
3. *W domu pojawia się dziecko* (52")
4. Czego należy spodziewać się po dziecku? (4'51")
5. Pierwsze tygodnie: o, tak... (1'31")
6. Jedzenie i spanie (1'12")
7. Zmienianie pieluch - fuj..., ale jesteś w stanie polubić i to (1'22")
8. Twoje życie ulegnie zmianie (3'37")
9. Bezpieczeństwo dziecka w domu (2'19")
10. Czy to dziecko kiedykolwiek przestanie płakać? (1'38")
11. Czy ja kiedykolwiek będę mógł pójść spać? (1'54")
12. Ząbkowanie... (1'37")
13. Nie wyrzuć dziecka razem z kąpielą! (1'41")
14. Młode mamy potrzebują wsparcia (2'34")
15. Karmienie piersią - ty też jesteś ważny! (1'36")
16. Co się z nami dzieje? (2'07")
17. Nowe dziecko - nowe wydatki (1'58")
18. Zmiany nastroju - ona cię potrzebuje! (1'20")
19. Jazda samochodem (1'19")
20. Ciężko pracujesz? Postaraj się znaleźć sposób na spędzaniu czasu ze swoim dzieckiem (4'21")
21. Co z moimi przyjaciółmi? (49")
22. Rozmowy o dzieciach (1'02")
23. Zakup wózka - to też pojazd ;) (1'25")
24. Mama, tata, teściowie (1'35")
25. Zakończenie (1'21")

