

И. М. Попова

Большая книга



более 1 млн
ПОДПИСЧИКОВ



более 400 тыс.
ПОДПИСЧИКОВ

ДЛЯ МАМ

@dlya_mam



ИЗДАТЕЛЬСТВО
АСТ
2018

УДК 618.2+372.3/4
ББК 57.16+74.90
П58

Серия «Для самых заботливых мам» основана в 2018 году

Попова, Ирина Мечеславовна.
П58 Большая книга для мам / И. М. Попова. — Москва :
Издательство АСТ, 2018.— 255, [1] с. : ил. — (Для самых
заботливых мам).

ISBN 978-5-17-108444-8.

Эта книга будет интересна как опытным мамам, так и тем, кто только планирует беременность или ждет ребенка. В ней собраны полезные советы, которыми делились участницы сообщества «Для мам» социальной сети «ВКонтакте». Проверенные на личном опыте, эти рекомендации охватывают все периоды развития малыша и предлагают решение проблем, которые могут возникнуть в любом из них. Готовность к зачатию, этапы развития плода, подготовка к родам и первые годы жизни малыша от возвращения из роддома до рекомендаций по выбору школы — это и много другой, несомненно, полезной информации, ожидает вас на страницах нашего современного красочного издания.

УДК 618.2+372.3/4
ББК 57.16+74.90

© Оформление, обложка, иллюстрации
ООО «Интеджер», 2018

© ООО «Издательство АСТ», 2018

© В оформлении использованы материалы,
предоставленные Фотобанком Shutterstock, Inc.,
Shutterstock.com, 2018

© В оформлении использованы материалы,
предоставленные Фотобанком Dreamstime, Inc.,
Dreamstime.com, 2018

© В оформлении использованы материалы,
предоставленные Фотобанком Fotolia, Inc.,
Fotolia.com, 2018

ISBN 978-5-17-108444-8

Введение

Здравствуйте! Я — Юлия Охроменко, основатель сообщества «Для мам» «ВКонтакте». Нас уже больше миллиона, и я искренне рада общению с вами!

Нашему сообществу — 5 лет. Малышам мамочек, что были с нами с самого начала — примерно столько же. Они растут здоровыми и умными, и это во многом благодаря нашей с вами общей поддержке, подсказкам и советам.

Накопленные в группе знания обобщены в этой книге. Ее автором стала молодая мама, воспитывающая двух деток. Все, что собрано здесь, она проверила на собственном опыте. Я поздравляю автора и наших мамочек — вместе мы сделали большое полезное дело!

Тем, кто впервые заглянул к нам на страницу vk.com/dlya_mam, — добро пожаловать! Мы с радостью приветствуем всех, кто планирует, ждет ребенка или уже наслаждается радостью материнства. Всегда готовы поддержать вас в любой ситуации и поделиться опытом, ведь вместе легче решить любую проблему и справиться с трудностями.

Эта книга поможет вам быстро найти нужную подсказку. Согласитесь, очень удобно иметь под рукой справочное издание, в котором наглядно представлена вся необходимая информация для каждой мамы. Желаю приятного чтения!



Ваша Юлия Охроменко