



**DK Verlag (Hrsg.), Karen Sullivan**

## **Mami-Checklisten**

**Perfekt vorbereitet auf Schwangerschaft, Geburt und Babys erstes Jahr.  
Mit Gummiband zum Verschließen**

Schwangerschaft, Geburt und der Neuanfang als kleine Familie gehören zu den aufregendsten Zeiten im Leben einer Frau. Große Veränderungen stehen an, Informationen müssen zusammengetragen werden, verschiedenste Dinge organisiert und diskutiert werden und dann spielen noch die Hormone verrückt – wie soll man da den Überblick bewahren? Wenn das Kleine erstmal da ist, dann ist so viel Neues zu tun – Stillen, Schlafen, Träumen und den Zuwachs bewundern, sich erholen und das Leben neu sortieren – und dennoch will der Alltag bewältigt werden.

Dieser handliche und äußerst übersichtliche Ratgeber ermöglicht einen raschen Zugang zu allen Aspekten rund um die Zeit vor, um und nach der Geburt, sowie während dem ersten Lebensjahr des Babys. Außerdem wird ein Kapitel der Rückkehr ins Arbeitsleben gewidmet. Die werdende oder frisch gebackene Mama kann mit Hilfe der fundierten und gut durchdachten Checklisten alle Unklarheiten zeitsparend und effektiv angehen. Was brauche ich alles für die Erstausrüstung? Wie geht man die Finanzplanung an? Welche Mutterschutzregelungen gibt es? Was ist bei der Babypflege und -ernährung unbedingt zu beachten? Wie sieht es mit der Kinderbetreuung aus? All diese und noch weitere wichtige Fragen werden beantwortet. Auch die Gesundheit von Mutter und Kind wird beleuchtet, inklusive den Leistungen unseres Gesundheitssystems. Außerdem finden sich in „Mami-Checklisten“ die aktuellsten Informationen beim Thema Elterngeld.



So wird – trotz aller Hormone oder Stilldemenz – sicher nichts vergessen. Das perfekte Geschenk zur Baby-Party!

Über die Autorin: **Karen Sullivan** ist Journalistin und Autorin. Sie hat über 30 Bücher u.a. zu den Themen Baby- und Kinderentwicklung sowie Gesundheit geschrieben oder redaktionell betreut.

**DK Verlag (Hrsg.), Karen Sullivan**

## **Mami-Checklisten**

**Perfekt vorbereitet auf Schwangerschaft, Geburt und Babys erstes Jahr. Mit Gummiband zum Verschließen**

ISBN 978-3-8310-3615-8

192 Seiten, 155 x 202 mm

Über 100 Farbfotografien und Abbildungen

€ 12,95 (D) / € 13,40 (A)

**DK Verlag Dorling Kindersley Presse- und Öffentlichkeitsarbeit**

Ira Zeitzen • Arnulfstraße 124 • 80636 München

Telefon: ++49/89/ 44 23 26-241 • Fax: ++49/89/ 44 23 26-410 • E-Mail: [presse@dk-germany.de](mailto:presse@dk-germany.de)

**Im Falle einer Besprechung bitten wir um einen Beleg. Vielen Dank im Voraus.**