

Купить Дневник первого года жизни. Наша дочка

Наша дочка

ДНЕВНИК ПЕРВОГО ГОДА ЖИЗНИ



Маленькие открытия. Большая любовь.

ЦентрМаг

ЭТА КНИГА О ТЕБЕ

Наша дочка

Дневник первого года жизни



ТЕБЯ ЗОВУТ

ТВОЙ ДЕНЬ РОЖДЕНИЯ

Здесь начинается наша любимая история.



Как сохранить ЭТОТ ГОД



01

Пишите понемногу

Пара строк о смешной привычке бывает дороже длинного отчёта.

02

Оставляйте следы дня

Приклейте фото, подпишите дату, сохраните любимое домашнее прозвище.

03

Возвращайтесь к страницам

Заполняйте разделы в удобном порядке. Пустое место тоже может ждать своего момента.



Это семейный дневник. Вопросы о здоровье и развитии обсуждайте с педиатром.



ПУТЕВОДИТЕЛЬ

Наш год на страницах



04

Как всё началось

Ожидание, знакомство, дом и семья

17

Двенадцать месяцев

Четыре страницы для каждого месяца

65

Растём и открываем

Рост, привычки, еда, сон и забота

85

Наши маленькие праздники

Поездки, день рождения и письма

Открывайте на любой странице,
которая сейчас отзывается.



ДО НАШЕЙ ВСТРЕЧИ

Пока мы тебя ждали



Как мы узнали, что ты появишься

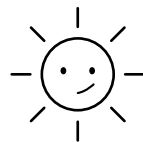
Что представляли и о чём мечтали

Самая тёплая фраза того времени



НАША ПЕРВАЯ ВСТРЕЧА

Привет, малышка!



ДАТА РОЖДЕНИЯ

ВРЕМЯ

ГОРОД И МЕСТО РОЖДЕНИЯ

МАССА, Г

ДЛИНА, СМ

ОКР. ГОЛОВЫ, СМ

ЦентрМаг



Первое фото

Наши первые слова тебе



ИСТОРИЯ РОЖДЕНИЯ

День, который всё изменил



Как начался этот день

Что мы помним о нашей встрече

КТО БЫЛ РЯДОМ

КОМУ РАССКАЗАЛИ ПЕРВЫМ



ОЧЕНЬ ЛИЧНОЕ

У твоего имени есть история



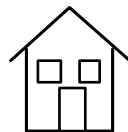
ПОЛНОЕ ИМЯ

Почему мы выбрали именно его

Наши ласковые имена для тебя



Твои близкие



Мама / близкий взрослый

Папа / близкий взрослый

Бабушки и дедушки

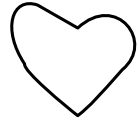
**Братья, сёстры и другие
близкие**

Кто ещё стал частью твоего мира



ГОЛОСА СЕМЬИ

Мы так рады тебе



ОТ КОГО

Что я хочу тебе пожелать

ОТ КОГО

Что я хочу тебе пожелать

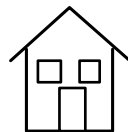
ОТ КОГО

Что я хочу тебе пожелать



ПЕРВЫЕ ДНИ

Добро пожаловать домой



ДАТА ВОЗВРАЩЕНИЯ

КТО НАС ВСТРЕТИЛ



Наш первый день дома

ЦентрМат

Как изменился наш дом с твоим появлением



СЕМЬ МАЛЕНЬКИХ ИСТОРИЙ

Первая неделя рядом



Дата	Что хочется запомнить





Твои маленькие привычки

Что помогает тебе успокоиться

Как ты просишь внимания

Что нас каждый раз умиляет

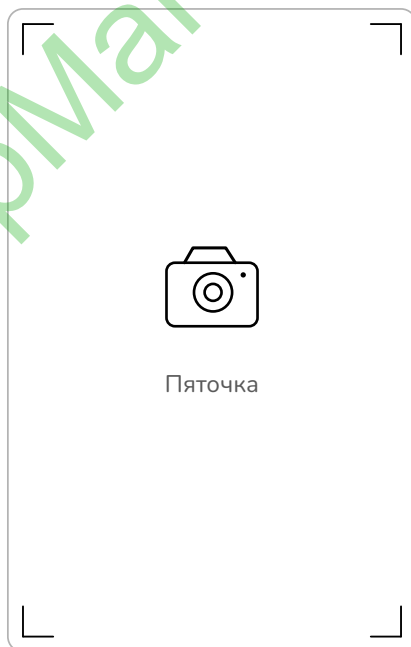
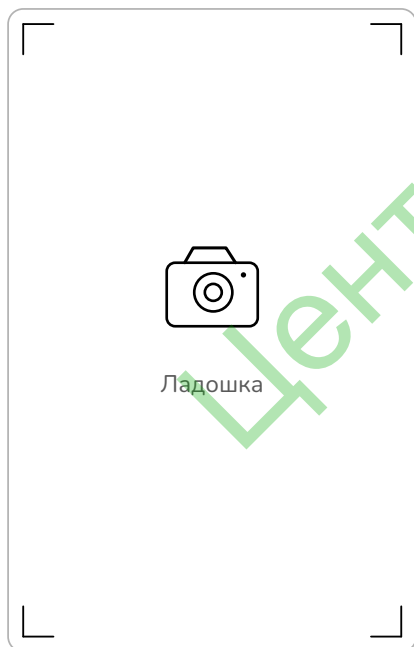


НА ПАМЯТЬ

Крошечные ладошки



Вклейте фотографию или обведите контур на отдельном листе.



ДАТА И ВОЗРАСТ



СОХРАНЯЕМ ДЕТАЛИ



Маленькие сокровища



Здесь может быть бирочка или открытка

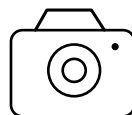
Центрум

Почему нам хочется сохранить эту вещь



ПЕРВЫЙ ОБЩИЙ ПОРТРЕТ

Мы теперь семья



КТО В КАДРЕ, ГДЕ И КОГДА



НАША ДОЧКА

ОТ НАС ТЕБЕ



Письмо в самое начало

Дорогая наша девочка...

ЦентрМаг

С ЛЮБОВЬЮ



МЕСЯЦ 01 / 12

Один месяц

Мы учимся быть рядом



ПЕРИОД: С

ПО



Одно слово об этом месяце



Такой ты стала



ДАТА

МАССА, Г

ДЛИНА, СМ

Что изменилось в тебе за этот месяц

Какие звуки тебя успокаивают

Наши наблюдения о движении, общении и игре.



МЕСЯЦ 01

Наша повседневность



Сон и вечерний ритуал

Кормление и аппетит

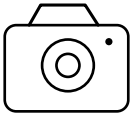
Прогулки и новые места

Игры и любимые вещи

Что помогало нам, взрослым



В копилку памяти



Самый уютный момент вместе

Дата	Маленькое событие, которое хочется сохранить

ЧТО ХОТИМ ОБСУДИТЬ С ПЕДИАТРОМ



ДЕНЬ ЗА ДНЁМ

Растём и открываем



Здесь живут новые умения,
любимые привычки и наша забота.



НАБЛЮДЕНИЯ

Как ты растёшь



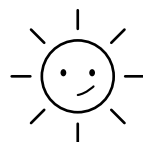
Возраст	Дата	Масса, г	Длина, см	Окр. головы, см
Рождение				
1 мес.				
2 мес.				
3 мес.				
4 мес.				
5 мес.				
6 мес.				
7 мес.				
8 мес.				
9 мес.				
10 мес.				
11 мес.				
12 мес.				

Записывайте измерения. Их динамику оценивает педиатр.



БЕЗ СРАВНЕНИЯ С ДРУГИМИ

Замечаем новое



Движение

Общение и звуки

Игра и интерес

Контакт и эмоции



Записывайте, что появилось и когда. Тревожащие изменения или утрату навыка обсудите с врачом.



КАЛЕНДАРЬ ОТКРЫТИЙ

Впервые!



Наше открытие	Дата	Как это было
Улыбнулась нам		
Рассмеялась		
Потянулась к игрушке		
Перевернулась		
Села сама		
Начала перемещаться		
Встала у опоры		
Помахала рукой		
Сказала своё первое слово		
Наше особенное открытие		

Отмечайте события по мере появления, без обязательных сроков.



СЛЫШИМ ТЕБЯ

Наш маленький словарь



Дата	Звук, слово или жест	Что это значит



Песни нашего года



Наша колыбельная

Потешки, песенки и смешные звуки

ГДЕ СОХРАНЕНА ЛЮБИМАЯ АУДИОЗАПИСЬ



ЕДА И ОТКРЫТИЯ

За нашим столом



Как менялось кормление в течение года

Что нравится и что пока вызывает удивление

ВОПРОСЫ О ПИТАНИИ ДЛЯ ПЕДИАТРА



Пробуем новое



Продукт, вид подачи, количество и ваши наблюдения.

Дата	Продукт / текстура	Количество / наблюдения

Сохраните вопросы для врача, если что-то насторожило.



Сонные истории



Дата	Дневной сон	Ночной сон	Что заметили

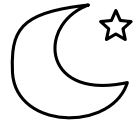
Памятка для сна

Укладывают на спину, на ровную твёрдую поверхность.
В спальном месте не должно быть подушек и мягких игрушек.



ЗАМЕДЛЯЕМСЯ ВМЕСТЕ

Наш вечерний ритуал



Что помогает спокойно завершить день

Как менялся сон и что нам помогало

ЧТО ХОТИМ УТОЧНИТЬ У ВРАЧА



ЗАБОТА О ЗДОРОВЬЕ

Встречи с педиатром



Дата	Врач / цель визита	Итоги / следующий шаг



ГОТОВИМСЯ К ПРИЁМУ

Спросить и записать



ДАТА ПРИЁМА

СПЕЦИАЛИСТ

Наш вопрос / наблюдение	Ответ и договорённости



ПО МЕДИЦИНСКИМ ЗАПИСЯМ

Карта прививок



Дата	Вакцина / доза	Серия / медорганизация	Следующая дата

Заполняйте по медицинским документам. Индивидуальный план и сроки уточняйте у педиатра.



ЧТОБЫ НИЧЕГО НЕ ЗАБЫТЬ

Заметки о самочувствии



Дата	Что заметили	Что рекомендовал врач

ВАЖНАЯ ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ СЛЕДУЮЩЕГО ПРИЁМА



Первый зубик



ДАТА

КАКОЙ ЗУБ ПОЯВИЛСЯ

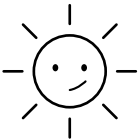
Как мы это заметили

Дата	Следующий зубик	Наша заметка



ПЕРВЫЕ ПРОГУЛКИ

Мир за дверью



Дата	Где гуляли	Что удивило / понравилось

Наше любимое место



Любимые вещи



Книга, которую читаем снова и снова

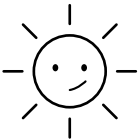
Игрушка, которую хочется взять с собой

Игра, от которой загораются глаза



ПОВСЕДНЕВНОСТЬ ТОЖЕ ВАЖНА

Один обычный день

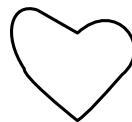


ДАТА И ТВОЙ ВОЗРАСТ

Время	Что мы делали, чувствовали и замечали



Нам тоже нужна забота



Что в этом году оказалось непросто

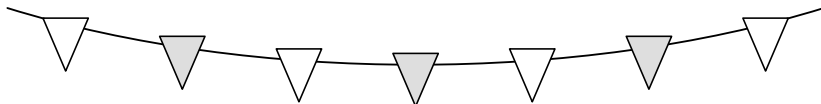
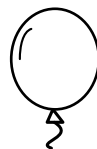
Кто поддерживал нас и чем помогал

Наш маленький способ восстановить силы



СОБЫТИЯ НАШЕЙ СЕМЬИ

Праздники с тобой



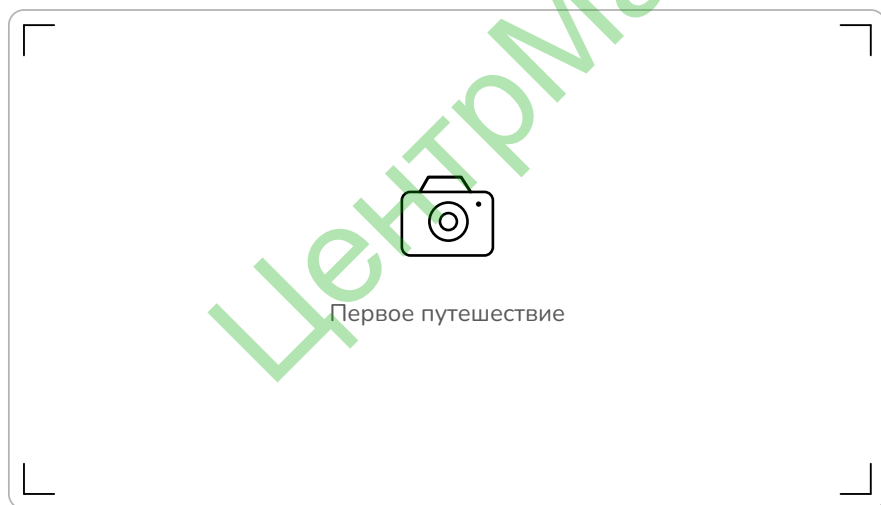
Дата	Повод / кто был рядом	Что запомнилось



Маленькие путешествия



ГДЕ МЫ БЫЛИ И КОГДА



Самая яркая деталь поездки



БУДЕМ ПОВТОРЯТЬ

Наши семейные традиции



Что мы любим делать вместе

Новый семейный ритуал этого года

Что хотим повторить через год



Это было
очень смешно



ДАТА

ДАТА

ДАТА



СКОРО ТЕБЕ ГОД

Готовим первый праздник



ДАТА И МЕСТО

НАСТРОЕНИЕ ПРАЗДНИКА

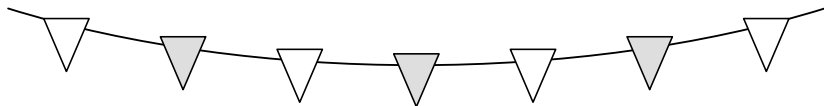
Кого хотим видеть рядом

Что подготовить	Кто поможет



ПЕРВЫЙ ДЕНЬ РОЖДЕНИЯ

Тебе целый год!



Как прошёл этот день

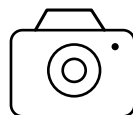
ЦентрМаг

Самая трогательная минута



БОЛЬШОЙ МАЛЕНЬКИЙ ПРАЗДНИК

Семья в день рождения



ДАТА И ЛЮДИ НА ФОТО



ОТКРЫТЬ ОДНАЖДЫ



Письмо тебе в будущее

Любимая наша дочка...

ЦентрМаг

КТО НАПИСАЛ И КОГДА



ГОД В ОДНОЙ СТРАНИЦЕ

Двенадцать мгновений



01 МЕСЯЦ

02 МЕСЯЦ

03 МЕСЯЦ

04 МЕСЯЦ

05 МЕСЯЦ

06 МЕСЯЦ

07 МЕСЯЦ

08 МЕСЯЦ

09 МЕСЯЦ

10 МЕСЯЦ

11 МЕСЯЦ

12 МЕСЯЦ



ЗА ОДИН УДИВИТЕЛЬНЫЙ ГОД

Тогда и сейчас



Деталь	В начале года	Сейчас
Твой взгляд		
Любимый звук		
Любимое занятие		
Как успокаиваешься		
На кого похожа		
Наш обычный день		



СВОБОДНАЯ СТРАНИЦА

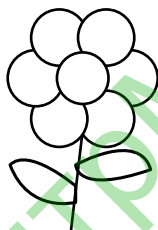
Ещё немного
драгоценного



ЦентрМаг



Продолжение следует



Ты растёшь, а наша любовь
растёт вместе с тобой.

ЭТОТ ДНЕВНИК ДЛЯ ТЕБЯ ЗАПОЛНЯЛИ





Целый год маленьких чудес

Первая улыбка. Любимые объятия.
Забавные привычки и большие открытия.
Пусть всё самое тёплое останется здесь.

