



ГРАДСКИ ЗАВОД ЗА  
ЈАВНО ЗДРАВЉЕ  
БЕОГРАД



Београд  
www.beograd.rs

# МАЛИ ВОДИЧ КРОЗ ЗДРАВЕ НАВИКЕ У ТРУДНОЋИ

Многе жене постају нарочито мотивисане да воде здрав живот током трудноће. То је потпуно разумљиво – рађа се одговорност за још један живот у настајању.

Што раније увођење неких малих, али веома значајних промена у животне праксе олакшаће вам да одржите добре и здраве навике током целе трудноће, па и након рођења бебе.

То је оно што вашем детету пружа најбољи могући почетак у животу.

На овим страницама можете пронаћи савете о томе како да се током целог трајања трудноће добро бринете о себи, а на тај начин и о својој беби.

