



ЛЮБИМАЯ
ФОТОГРАФИЯ
В ПОЛОЖЕНИИ

.....
МЕНЯ ЗОВУТ

.....
МОЙ ВОЗРАСТ

.....
РОДНОЙ ГОРОД

.....
КОГДА ЖДУ МАЛЫША

40 НЕДЕЛЬ

**Дневник
моей беременности**

АВТОР ТЕКСТА И ИЛЛЮСТРАЦИЙ
КЕЙТ ПОКРЭС

УДК 686.81
ББК я6
П48

Kate Pocrass
40ISH WEEKS: A PREGNANCY JOURNAL

Copyright © 2015 by Kate Pocrass
All rights reserved. First published
in English by Chronicle Books LLC,
San Francisco, California

Перевод с английского языка

П48 **Покрэс, Кейт.**
40 недель. Дневник моей беременности : иллюстра-
ции автора / Кейт Покрэс ; [пер. с англ. Д.А. Видавской]. —
Москва: Эксмо, 2021. — 144 с. : ил.

ISBN 978-5-699-95785-9

За 40 недель может случиться многое: внезапные перепады на-
строения, необъяснимые желания, моменты искреннего изумления
и яркие эмоции, не говоря уже о беспокойных ночах, растущем живо-
те и постоянно пополняющемся списке советов от докторов, родных,
друзей и даже малознакомых людей. Событий вокруг так много, и не-
легко уследить за всем, что ты переживаешь. Этот иллюстрированный
дневник создан для того, чтобы ты могла зафиксировать в нем все,
что будет происходить в эти необычайные недели, вклеить смешные
фотографии и посмеяться над разными забавными ситуациями во время
беременности.

УДК 686.81
ББК я6

ISBN 978-5-699-95785-9

© Видавская Д.А., перевод на русский язык, 2017
© Оформление. ООО «Издательство Эксмо», 2021

ПОЗДРАВЛЯЮ

Твое приключение начинается

Многое может случиться за эти 40 недель: внезапные перепады настроения, необъяснимые желания, моменты искреннего изумления и яркие эмоции, не говоря уже о беспокойных ночах, недомоганиях, растущем животе, отекающих ногах и постоянно пополняющемся списке советов от докторов, родных, друзей и даже малознакомых людей.

Так много событий происходит вокруг и нелегко уследить за всем, что ты переживаешь. Позволь этому дневнику сопровождать тебя. Он организован по триместрам, а поскольку каждая беременность протекает индивидуально, то делать записи можно, возвращаясь к более ранним срокам или забегая вперед. Тут ты сможешь запечатлеть все мельчайшие детали и сохранить их на память. Ежедневные мелочи в ожидании ребенка подарят истинное представление об этом знаменательном периоде твоей жизни.

Расслабься, записывай и запоминай все, что будет происходить с тобой в эти необычайные недели. В конце ты можешь вклеить смешную или милую фотографию, которая напомнит тебе об этом незабываемом времени даже через несколько лет.

— Кейт Покрэн



Мы:
10 % УДИВЛЕННЫ
35 % БЛАГОДАРНЫ
57 % ОСТОЛБЕНЕЛИ

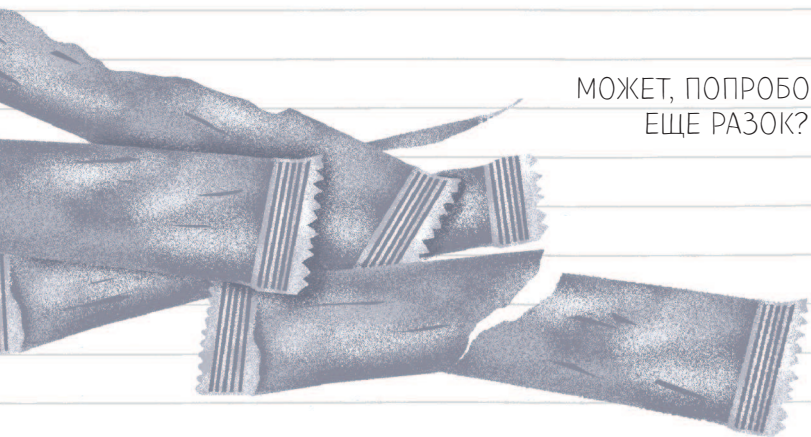
**1-й
ТРИМЕСТР**

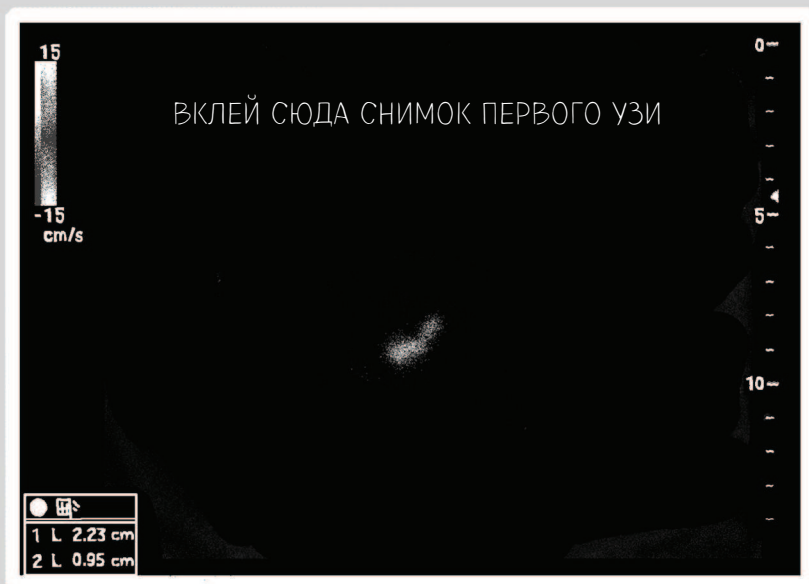
МОЯ ПЕРВАЯ РЕАКЦИЯ



ЕГО ПЕРВАЯ РЕАКЦИЯ

МОЖЕТ, ПОПРОБОВАТЬ
ЕЩЕ РАЗОК?





И ПОЧЕМУ-ТО ТЫ СРАЗУ ПОЛЮБИЛА
ЭТОТ МАЛЕНЬКИЙ КОМОЧЕК

КАК СОРИЕНТИРОВАТЬСЯ
В ПЕРЕИЗБЫТКЕ ИНФОРМАЦИИ

ВЫБРАТЬ ТОЛЬКО 3 ИСТОЧНИКА

НЕ ЧИТАТЬ ФОРУМЫ

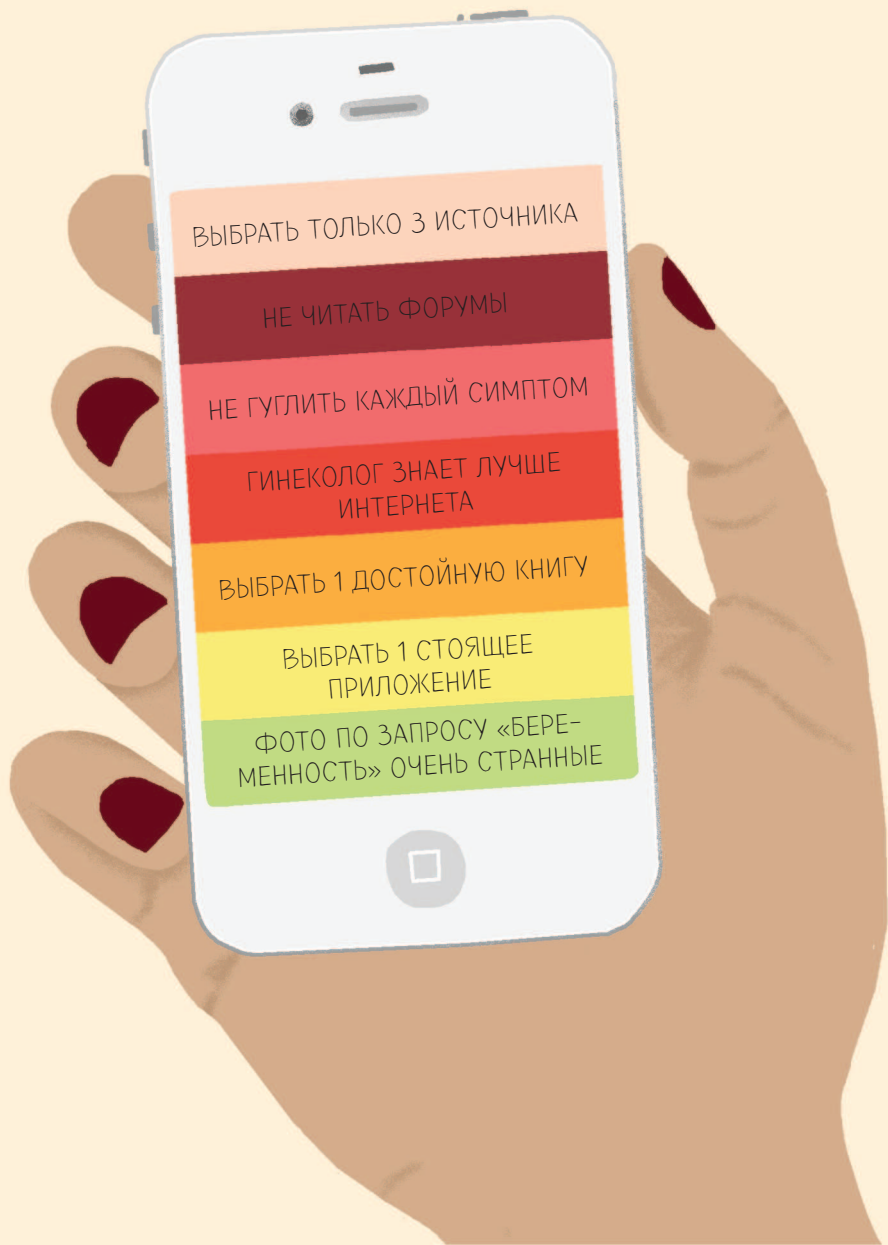
НЕ ГУГЛИТЬ КАЖДЫЙ СИМПТОМ

ГИНЕКОЛОГ ЗНАЕТ ЛУЧШЕ
ИНТЕРНЕТА

ВЫБРАТЬ 1 ДОСТОЙНУЮ КНИГУ

ВЫБРАТЬ 1 СТОЯЩЕЕ
ПРИЛОЖЕНИЕ

ФОТО ПО ЗАПРОСУ «БЕРЕ-
МЕННОСТЬ» ОЧЕНЬ СТРАННЫЕ





КАКАЯ ДОСАДА,
ЧТО СРЕДСТВА ОТ ИЗЖОГИ НЕ
ПРОДАЮТ ВЕДРАМИ!