



Amankah
Jamu Bersalin
Untuk ASI ?

Waspada! 
Dua Musuh
Utama Wanita



serena

memperssembahkan

LOMBA
Foto Ilustrasi
SANG
buahhati
2015
"Aku & Keseharianku"

Beli 2 produk keluaran **serena**
dan jadilah Model Ilustrasi Majalah SBH!

**MENANGKAN Hadiah Total Senilai
PULUHAN JUTA RUPIAH!**

INFO LEBIH LANJUT :

+62 878 8197 5343 / +62 819 1121 2623

☰ 21E1FFDE & 21E24363

f Majalah Sangbuahhati

t @sangbuahhati

www.sangbuahhati.com

Dapat Diperoleh di:



KATEGORI BAYI

(0-12 Bulan)

JUARA I :

Trophy Achrylic + Logam Mulia 5 gram
+ Voucher Belanja Bebe Love Rp 500.000,-
+ Bingkisan + Langganan SBH 6 bulan

JUARA II :

Kamera Digital + Bingkisan
+ Langganan SBH 6 bulan

JUARA III :

Voucher Bebe Love Rp 500.000,-
+ Bingkisan + Langganan SBH 6 bulan

JUARA HARAPAN (5 PEMENANG) :

masing-masing mendapatkan
Bingkisan + Langganan SBH 6 bulan



KATEGORI ANAK-ANAK

(1-9 tahun)

JUARA I :

Trophy Achrylic + SmartPhone
+ Voucher Belanja Bebe Love Rp 500.000,-
+ Bingkisan + Langganan SBH 6 bulan

JUARA II :

SmartPhone + Bingkisan
+ Langganan SBH 6 bulan

JUARA III :

Voucher Bebe Love Rp 500.000,-
+ Bingkisan + Langganan SBH 6 bulan

JUARA HARAPAN (5 PEMENANG) :

masing-masing mendapatkan
Bingkisan + Langganan SBH 6 bulan



KATEGORI DEWASA

(18 tahun ke atas)

JUARA I :

SmartPhone + Bingkisan
+ Langganan SBH 6 bulan

JUARA II :

Kamera Digital + Bingkisan
+ Langganan SBH 6 bulan

JUARA III :

Voucher Belanja Rp 500.000,-
+ Bingkisan + Langganan SBH 6 bulan

JUARA HARAPAN (5 PEMENANG) :

masing-masing mendapatkan
Bingkisan + Langganan SBH 6 bulan



KATEGORI IBU HAMIL

(18 tahun ke atas)

JUARA I :

Stroller + Tas Elle + Bingkisan
+ Langganan SBH 6 bulan

JUARA II :

Tas Elle + Voucher Bebe Love Rp 500.000,-
+ Bingkisan + Langganan SBH 6 bulan

JUARA III :

Tas Elle + Bingkisan
+ Langganan SBH 6 bulan

JUARA HARAPAN (5 PEMENANG) :

masing-masing mendapatkan
Bingkisan + Langganan SBH 6 bulan



* Model / tipe hadiah dapat berubah sewaktu-waktu dengan nilai yang sama.

SYARAT & KETENTUAN

- Lomba terbuka untuk umum sesuai dengan kategori
- Foto harus menampilkan kondisi atau kegiatan sehari-hari (bukan foto dengan produk sponsor terkait atau brand lainnya), misalnya : makan, menangis, tertawa, marah, senang, mandi, bermain, tidur, menyusu, belajar, ulang tahun, saat sakit dan lain sebagainya.
- Foto harus memiliki kualitas dan resolusi yang cukup untuk dimuat dalam majalah SBH
- Foto belum pernah dimuat di media massa manapun, tidak melanggar hak cipta dan peserta menjamin memiliki hak penuh atas foto yang dikirim. SBH dibebaskan dari segala bentuk pertanggungjawaban apabila peserta melakukan pelanggaran dalam hal ini
- Foto yang diikutsertakan dalam lomba boleh koleksi foto lama atau foto baru
- Seluruh foto yang diikutsertakan pada lomba ini menjadi milik SBH dan sewaktu-waktu dapat digunakan untuk kepentingan Majalah SBH, baik sebelum atau sesudah periode lomba berakhir, dengan atau tanpa pemberitahuan terlebih dahulu
- Peserta dapat mengirim lebih dari 1 foto dan setiap foto wajib diberi keterangan / judul
- Pengiriman foto harus disertai struk pembelian 2 (dua) produk keluaran **serena** (berlaku kelipatan, contoh : 2 produk = 1 foto, 4 produk = 2 foto, 6 produk = 3 foto, dan seterusnya)
- Foto dan struk pembelian produk keluaran **serena** di-email ke : lomba@sangbuahhati.com dengan subject : Foto Ilustrasi 2015
- Foto yang dikirim wajib dilampiri data sebagai berikut :
 - Kategori :
 - Judul :
 - Nama Anak :
 - Nama Pengirim / Nama Ortu :
 - Alamat :
 - No telepon / HP :
- Foto akan di upload di www.sangbuahhati.com mulai Februari 2015
- Periode lomba sampai dengan 31 Mei 2015 (pkl. 23.00)
- Pengumuman pemenang 2 minggu setelah penutupan lomba lewat telepon, broadcast bbm, fb, twitter dan www.sangbuahhati.com. Foto pemenang akan dimuat seluruhnya di Majalah SBH edisi Juni 2015.
- Keputusan juri mutlak dan tidak dapat diganggu gugat
- Hadiah dapat diambil langsung ke kantor Sang Buah hati atau dikirim dengan biaya pengiriman ditanggung pemenang
- Syarat & ketentuan dapat berubah sewaktu-waktu



Biskuit Pilihan Keluarga Indonesia





Diterbitkan oleh
PT Sang Buah Hati
Ruko Frankfrut Blok F / 01
Gading Serpong – Tangerang
Telp. 087881975343 / 081911212623

Editor in Chief Lintar Recoi
Creative Director & Photographer

Peter A Budiono

Reporter Lusi & Angelina

Artistik Ditta Tri Oktaviani

Sekretaris Redaksi

Maria Immaculata Oktaviani

Project Manager Rosalia Liu

Asst. Project Manager Jean Claudia Arabella

Sirkulasi Siti Nur Solikhah

Adji Priyo Wibowo

Finance Director Sandra

Finance Cynthia Permatasari Yuwono

Penasihat Hukum Anthony Sianipar, SH

Kontak iklan 087881975343
pemasaran@sangbuahhati.com

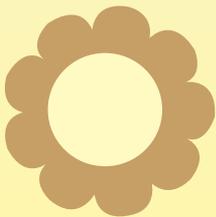
Berlangganan 081911212623
Email Redaksi redaksi@sangbuahhati.com

Facebook Majalah Sangbuahhati

Twitter @sangbuahhati

Pin BB 21E1FFDE & 284A121A

website www.sangbuahhati.com



Selamat Hari Kartini

April memang bulannya wanita Indonesia. Maklum, di bulan inilah kita akan memperingati hari kelahiran RA Kartini, sang pelopor emansipasi, lambang kebangkitan kaum hawa khususnya di Indonesia. Berkat perjuangan beliau jugalah wanita Indonesia kini lebih bisa mengaktualisasikan dirinya sesuai dengan panggilan hati. Entah itu sebagai ibu rumah tangga, wanita karir maupun keduanya.

Namun, apapun panggilan hatinya, harus diakui bahwa wanita memang sudah ditakdirkan menjadi mahluk yang super sibuk. Sebagai ibu rumah tangga, ia harus siap melayani anak dan suami, kapanpun dan dimanapun. Sebagai wanita karir, ia dituntut untuk bekerja secara profesional. Lalu, apa jadinya bila profesi ibu rumah tangga dan wanita karir itu digeluti secara bersamaan? Mungkin waktu 24 jam rasanya tak akan pernah cukup. Tapi justru disinilah seninya. Wanita dituntut untuk terus belajar manajemen waktu sehingga di sela-sela seluruh kesibukannya, ia tetap bisa memperhatikan kesehatannya sendiri.



Ya benar, perhatian untuk kesehatan diri sendiri itu penting. Terlebih di setiap kesempatan selalu ada dua musuh utama wanita yang siap menyerang. Yang pertama bernama kanker payudara dan yang kedua kanker serviks. Dua penyakit ini juga dikenal sebagai pembunuh tertinggi kaum hawa. Itu sebabnya, guna mengantisipasinya, setiap wanita paling tidak harus memiliki pengetahuan yang cukup tentang kedua penyakit tersebut sehingga diharapkan dapat mencegahnya sedini mungkin.

Atas dasar pandangan itulah Laporan Utama SBH kali ini akan membahas mengenai Dua Musuh Utama Wanita, bagaimana cara mengantisipasinya, gejalanya sekaligus cara pencegahannya. Selain itu akan ada juga pembahasan mengenai Amankah Jamu Bersalin Sesuai Melahirkan? Serta aneka artikel menarik lainnya. Tanpa berpanjang kata, Selamat Hari Kartini dan selamat menikmati berbagai sajian khusus dari kami.

Majalah SBH

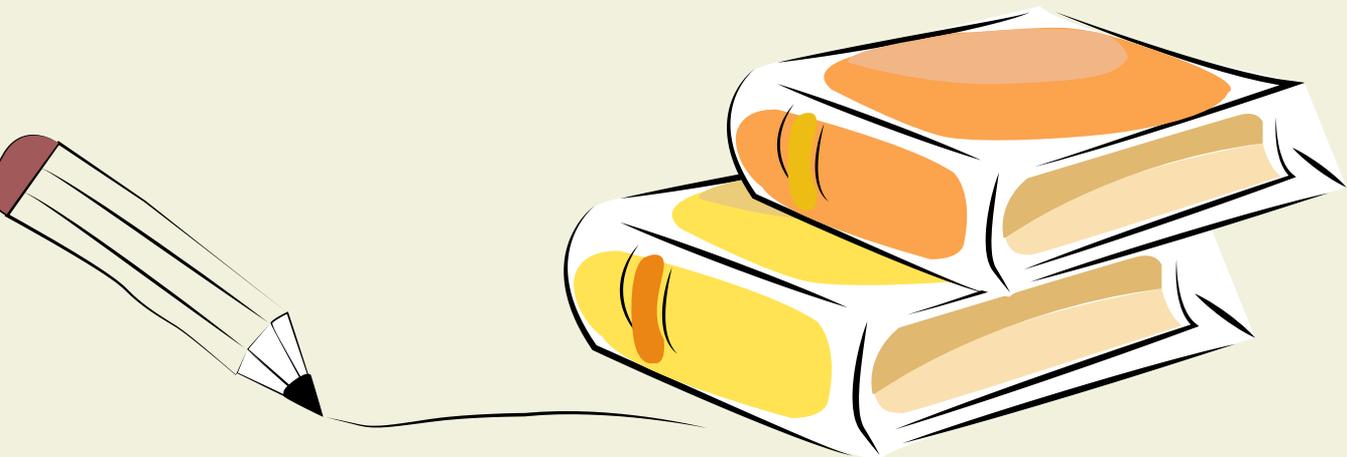
DEAR SBH,

Hallo saya Liana, ibu dari Darryl (6 tahun). Sewaktu anak saya masih berusia 5 tahun ke bawah, saya sering membawanya ke salah satu rumah sakit di kawasan Jakarta Utara. Entah itu hanya sekedar untuk imunisasi maupun pemeriksaan karena sakit. Saat berkunjung, saya selalu mencari dan membawa pulang majalah SBH. Karena selain gratis, isi Majalah SBH menurut saya menarik sekaligus bermanfaat. Belakangan anak saya sudah jarang sekali sakit sehingga intensitas berkunjung ke rumah sakit pun ikut berkurang. Sampai awal Maret kemarin, saat Darryl panas saya kembali membawanya ke dokter di rumah sakit tersebut. Seperti biasa, saya langsung mencari majalah SBH. Dan ternyata, kejutan...SBH sudah berubah tampilan. Desainnya lebih menarik, ukurannya juga terlihat lebih modern. Sejak kapan sih SBH berubah? Selamat ya, semoga semakin maju.

LIANA

Kelapa Gading, Jakarta Utara

Dari Redaksi : *Salam kenal Bunda Liana. Betul bunda, SBH sudah berubah tampilan sejak setahun lalu, tepatnya dari April 2014. Terima kasih atas doanya dan salam untuk si kecil Darryl.*



Cynthia

Kartini Kecil Yang Cantik

Hmm.., tanpa terasa bulan April telah tiba. Itu artinya sebentar lagi kita akan memperingati Hari Kartini. Agar suasana peringatannya lebih terasa, maka Cynthia Nicole Bollweg yang di daulat menjadi model cover SBH kali ini akan didandani bak Kartini kecil. Kebaya modern koleksi Pendopo pun akhirnya dipilih sebagai busananya. Dan hasilnya, wahhh....Cindy - demikian gadis kecil ini biasa disapa - semakin terlihat cantik ya.

Sehari-hari, penyuka nasi goreng dan bakpao yang merupakan anak pertama dari pasangan James Bollweg dan Eunika Budiman ini bersekolah di Ipeka International Christian School. Di waktu luangnya, Cindy yang lahir 13 September 2008 ini akan memanfaatkannya untuk berlatih bernyanyi dan bermain biola serta piano. Selain itu, Cindy juga cukup aktif dalam dunia modeling lho. Pantas, juara harapan Pemilihan Model Cover SBH 2014 ini terlihat sangat luwes saat di foto. Terus berprestasi ya Cindy.

Model : Cynthia Nicole Bollweg (Cindy)

Busana: Koleksi Pendopo, Living World Alam Sutera, Serpong

Foto: Dheffy (Threelittlebirds Photography)



- 4 Pesan Pembaca
- 5 Cerita Cover
- 8 Kilas
- 12 Pendapatku

- 20 Apa Kata Mereka
Memilih Sekolah Untuk
Anak Berkebutuhan Khusus
- 22 Pakar Menjawab
Salah Imunisasi
- 24 Ragam

- 26 Cermat Memilih

- 32 Psikologi
Efek Buruk Bentakan Pada Anak

- 38 Sehat
- 48 Cantik
Rahasia Kulit Cerah Alami

- 50 Kehamilan
Posisi Tidur Terbaik Ibu Hamil

- 54 Bermain
- 56 Event
- 60 Aksi Buah Hati
- 62 Pick Up & Reading Point
- 64 Pustaka

H.14

Waspadai Dua Musuh Utama Wanita



H.30

Novita Angie

Ajarkan Toleransi Dengan Cara Santai



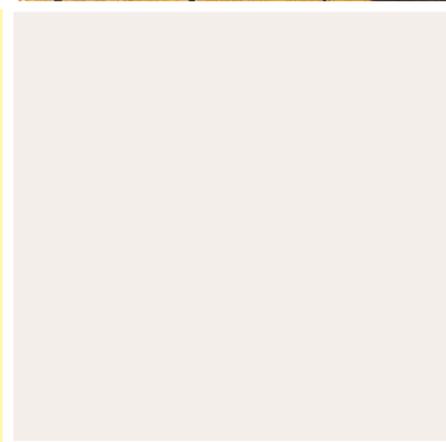
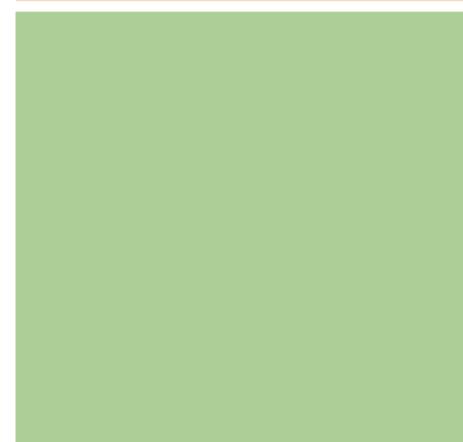
H.36

Tutu for
Maternity



H.42

Ara Hotel



H.44

Puding Sehat Untuk Si Kecil



Saluran Cerna Sehat, Bekal Anak Cerdas

Saluran cerna merupakan organ imunitas terbesar dan memiliki berbagai fungsi, termasuk diantaranya untuk mengolah gizi sehingga berperan penting pada pertumbuhan otak dan penunjang tumbuh kembang anak. Namun faktanya, banyak orangtua masih menganggap bahwa saluran cerna hanya berfungsi sebagai organ utama dalam penyerapan nutrisi. Padahal, saluran cerna yang sehat merupakan salah satu kunci yang menentukan kualitas pertumbuhan seorang anak. Hal ini menjadi perhatian dan latar belakang diselenggarakannya acara bincang-bincang bertajuk Saluran Cerna Sehat, Bekal Anak Cerdas bersama lima pakar kesehatan yang tergabung dalam Happy Tummy Council.

Terkait hubungan saluran cerna yang sehat dan pertumbuhan otak, salah satu pakar yang tergabung dalam Happy Tummy Council DR. Dr. Ahmad Suryawan, SpA(K) mengungkapkan sebuah konsep yang disebut Gut-Brain Axis, di mana saluran cerna dan otak secara aktif melakukan komunikasi dua



arah. “Saluran cerna yang sehat mengirimkan sinyal positif sehingga dapat mempengaruhi perkembangan otak. Begitu pula sebaliknya, sinyal yang dikirimkan otak akan mempengaruhi komposisi mikrobiota yang terdapat dalam saluran cerna sehingga berdampak pada proses penyerapan nutrisi. Inilah mengapa saluran cerna dianggap seperti ‘otak kedua,’” ungkapnya.

Pada kesempatan yang sama, Happy Tummy Council juga merilis modul pendidikan edisi ketiga dimana tahun ini modul dilengkapi dengan berbagai tips praktis bagi para tenaga kesehatan juga orangtua. Tips-tips praktis tersebut mencakup informasi seputar kesehatan saluran pencernaan anak, termasuk bagaimana orangtua dapat mengidentifikasi dan menghadapi gangguan pencernaan pada anak.

Easter Eggsperience with Sylvanian Families

Guna memeriahkan datangnya Paskah, mall @ alam sutera tanggal 20 Maret sampai dengan 5 April lalu menghadirkan serangkaian acara dengan membawa karakter Sylvanian Families dari Jepang. Dalam kesempatan tersebut, pengunjung mall @ alam sutera bisa mengikuti meet & greet dengan para tokoh Sylvanian Families tanpa dikenakan biaya sepeserpun.

Acara meet & greet itu sendiri diadakan di lantai Ground Floor, West Side sebanyak 2 kali dalam sehari. Disamping bisa bertemu langsung dengan para tokoh Sylvanian Families, pengunjung juga bisa

melihat figurine Sylvanian Families persembahan Kidz Station. Perayaan Paskah di mall @ alam sutera agaknya semakin meriah dengan diadakannya juga Instagram Photo Contest with Sylvanian Families Theme. Dalam kontes ini, pengunjung bisa mengunggah fotonya saat mengunjungi area Sylvanian Families. Tiga foto paling kreatif nantinya berhak memenangkan hadiah berupa dining voucher senilai total Rp 1, 2 juta.



Asupan Harian Omega 3 Pada Anak Indonesia Masih di Bawah Rekomendasi WHO

Berdasarkan hasil riset yang dilakukan Unilever Indonesia bersama dengan Prof. Dr. dr. Ratna Djuwita, MPH dari Fakultas Kesehatan Masyarakat (FKM) Universitas Indonesia, nilai tengah asupan Omega 3 ALA anak-anak Indonesia hanya mencapai 39% dari angka rekomendasi badan kesehatan dunia (WHO). Melihat fakta tersebut, Blue Band sebagai merek margarin nomor satu menyatakan akan ikut berkomitmen untuk selalu memberikan yang terbaik bagi tumbuh kembang anak Indonesia melalui inovasi produk dan edukasi yang berkelanjutan.

Lebih lanjut Johan Mantik, Brand Manager Blue Band mengatakan bahwa sebagai perwujudan komitmen perusahaan, maka pada Februari 2015 lalu, Blue Band telah menghadirkan produk Blue Band Serbaguna baru yang mengandung Omega 3 dan 6 guna membantu memenuhi asupan lemak esensial

anak Indonesia. Selain mengandung Omega 3 dan 6, Blue Band Serbaguna baru juga dilengkapi vitamin A, B1, B2, B3, D, dan E, serta tetap bebas lemak trans dan dapat disimpan pada suhu ruang. "Kami berharap, dengan kehadiran produk baru tersebut, Blue Band dapat terus ikut memperbaiki nutrisi anak Indonesia," tutup Johan.



Mengatasi Obesitas Anak Remaja

Di jaman serba instan ini, banyak anak berusia remaja yang menyumbang peran pada kenaikan obesitas dan gangguan makan. Menyadari hal tersebut, konsultan penurunan berat badan dr. Grace Judio-Kahl, MSc, MH, CHt. dan psikolog Tara Adisty de Thouars, BA, Mpsi. meluncurkan buku berjudul 'Cara Fun & Smart Diet Remaja'.

Buku terbitan Lentera Hati ini memuat pembahasan menyeluruh mengenai diet pada remaja dari sisi medis dan psikologis. Kedua penulis berharap dapat mengedukasi remaja agar memiliki pemahaman akan makanan yang benar sehingga bisa menjalani pola makan yang sehat dan tidak terkena obesitas. Buku yang terdiri dari 152 halaman ini sarat dengan ilustrasi, contoh kasus, dan halaman-halaman yang bisa diisi untuk renungan dan evaluasi para remaja.

Bagi remaja yang sudah menderita obesitas atau kelebihan berat badan, buku ini mengajarkan

agar tidak berdiet sembarangan hingga akhirnya menderita gangguan makan. Selain itu, buku ini juga mengajak agar remaja belajar mengenali perubahan fisik yang terjadi pada tubuhnya. Dengan mengenali perubahan tersebut, diharapkan remaja dapat percaya diri, menerima, dan mencintai tubuhnya dengan menjalani pola hidup dan pola makan yang sehat.





**HAP
HAP**
ハルツーフード

HEALTHY FOOD

• NO MSG • NO PRESERVATIVES •



Untuk Pemesanan Hubungi 0812-9182-2275

haphapfood@gmail.com



Photo Studio

Custom Your Birthday Party!

Baby Shower, One Month Baby, Birthday Party, Bridal Shower etc.

Start from
Rp. 100.000,-



Unique & Custom
Souvenir,
Hampers
Gift, Goodiebag
Start from
Rp. 10.000,-



Mulai usia berapa sebaiknya si kecil diperbolehkan memelihara binatang peliharaan dan apa manfaatnya?



Usia 3 Tahun

INDRIYANI (DEPOK)

Usia berapapun asalkan si anak sudah faham dan sudah terlihat excited. Saat memberi binatang peliharaan, sebaiknya si kecil juga harus diajarkan untuk menyayangi dan juga merawatnya. Dengan adanya binatang peliharaan, si kecil dapat belajar mengasahi sesama makhluk hidup selain manusia tentunya. Seperti anakku Nayoda (3tahun) yang sudah memelihara kucing sejak usianya 1,5tahun.



Usia 5 Tahun

DHINI ARI R. (SURABAYA)

Sebenarnya tidak ada batasan usia si kecil memiliki hewan peliharaan. Tapi menurut saya usia yang paling tepat untuk mengenalkan hewan peliharaan adalah 5 tahun. Di usia ini anak sudah mampu mengenal macam-macam binatang yang bisa dipelihara dan diajarkan cara merawatnya dengan baik. Jika usia anak memelihara binatang peliharaan di bawah 5 tahun, maka anak cenderung menganggap binatang tersebut sebagai mainan sehingga bisa dicekik atau yang lainnya. Banyak lho manfaat dari memelihara binatang. Anak bisa belajar bertanggung jawab dan disiplin dengan cara rajin memberi makan si hewan dan memandikannya. Anak juga jadi tahu pentingnya kebersihan dengan cara rajin membersihkan kandangnya.

Usia 3-5 Tahun

STEVANIE META WIGUNA (BEKASI)

Menurut saya idealnya si kecil diperbolehkan memelihara binatang pada usia 3-5 tahun, karena pada usia tersebut si kecil sudah dapat belajar berkomunikasi dengan baik dan memiliki rasa empat. Jadi sebagai orang tua kita bisa mengajarkan si kecil rasa tanggung jawab dan mencurahkan kasih sayang dengan membantu mengajarkan cara memberi makan, mengajak bermain hewan peliharaannya dan lain sebagainya.



Usia 2 Tahun

FAUZIAH (TANGERANG)

Saat usia 2 tahun, anak-anak umumnya sudah mulai bisa melihat dan meniru semua hal yang dilakukan orang dewasa. Karena itu saya memberikan anak saya binatang peliharaan berupa anjing kecil saat usianya 2 tahun. Dengan adanya binatang peliharaan, dia bisa belajar mengatur emosinya, belajar memberi makan dan memberikan kasih sayang dalam bentuk elusan.



Usia Bukan Patokan

DINI APHITYA (TANGERANG)

Menurut saya usia tidak menjadi patokan, tergantung pengertian masing-masing anak. Jika si anak sudah mulai mengerti tentang konsep binatang peliharaan, maka si anak pastinya sudah diperbolehkan memeliharanya. Sebab memelihara binatang peliharaan itu banyak manfaatnya lho. Dengan adanya binatang peliharaan, mereka akan belajar bertanggung jawab. Selain itu, si anak juga akan belajar mengatur dan mengekspresikan rasa kasih sayangnya.



Usia 3 Tahun

WINARNI (JAKARTA SELATAN)

Menurut saya idealnya si kecil diperbolehkan memelihara binatang peliharaan saat usia prasekolah atau sekitar 3 tahun. Karena di usia itu si kecil mulai tertarik dengan berbagai hal baru, termasuk memelihara binatang. Memelihara binatang sejatinya mengajarkan si kecil banyak hal. Bukan hanya belajar peduli pada sesama makhluk hidup tetapi juga :

- membantu si kecil melatih tanggung jawab dan disiplin
- Adanya hewan peliharaan membantu proses belajar anak mengenai siklus kehidupan
- menyayangi dan merawat hewan sangat besar pengaruhnya pada kecerdasan emosi si kecil
- sambil bermain bersama hewan, anak memiliki teman berolahraga.

Usia 2 Tahun

SEPTRI WATI (BEKASI)

Menurut saya, usia yang ideal untuk memelihara binatang peliharaan adalah mulai 2 tahun. Dengan memelihara binatang peliharaan, ada beberapa manfaat yang bisa dipetik :

1. Tanggung jawab. Memelihara binatang akan menumbuhkan rasa tanggung jawab anak sejak kecil. Binatang memerlukan perhatian dan anak belajar untuk menjaganya agar tetap hidup. Dengan begitu, secara perlahan anak juga akan belajar untuk bertanggung jawab atas hidupnya sendiri.
2. Menghindari Alergi dan Asma. Anak yang memelihara binatang akan terhindar dari Alergi dan Asma. Saat anak terkena bulu kucing misalnya, secara tidak langsung dia akan mengembangkan system kekebalan tubuhnya supaya bisa lebih kuat.
3. Olahraga dan Bermain. Memelihara binatang juga akan mengajarkan anak untuk bermain dan aktif olahraga. Anak akan membawa binatang kesayangannya bermain termasuk bertemu temannya dan olahraga. Hal tersebut akan membuat anak tetap fit.



Usia 4 Tahun

ZAIRINA PUTRI CAHYANI
(JAKARTA SELATAN)

Menurut saya si kecil sebaiknya mulai diperbolehkan memelihara binatang peliharaan saat usianya 4 tahun. Karena di usia itu anak sudah bisa diberi pengertian dan diajarkan bagaimana cara menyayangi makhluk hidup dengan cara memberinya makan setiap hari serta membersihkan kandangnya. Dengan memiliki binatang peliharaan, anak akan belajar bertanggung jawab.

Sharing pendapat yuk Bunda.
Tema pendapatku Edisi Mei 2015 :
Pertanyaan edisi Mei : Resep seperti apa yang bunda terapkan sehingga perut tetap indah dan terhindar dari stretch mark usai melahirkan?

Kirim pendapat Bunda ke : redaksi@sangbuahhati.com

Seluruh pendapat yang dimuat akan mendapatkan satu eksemplar Majalah Sang Buah Hati dan akan dikirim langsung ke alamat.

WASPADAI DUA MUSUH UTAMA WANITA



WORDPRESS.COM

Kanker payudara dan kanker leher rahim dikenal sebagai pembunuh utama kaum hawa. Tak heran jika akhirnya dua jenis penyakit ini dianggap sebagai musuh yang harus selalu diwaspadai. Lalu, bagaimana cara menghindari dan mendeteksinya?

Siapa yang tak takut dengan kanker? Penyakit ini memang menjadi momok yang menakutkan. Pasalnya, kanker selalu identik dengan kematian. Padahal jika mampu dideteksi sejak dini, bukan tak mungkin kanker bisa disembuhkan secara total.

Pada dasarnya, kanker diakibatkan oleh dua faktor yaitu endogen dan eksogen. Dikatakan akibat faktor endogen apabila penderitanya memang memiliki mutasi genetik atau keturunan kanker. Sementara faktor eksogen datang akibat berbagai hal lain seperti kebiasaan merokok, konsumsi makanan berbahan pengawet, penyedap dan pewarna, virus, paparan sinar matahari yang berlebihan, dan lain sebagainya.

Fakta menunjukkan, kanker yang paling sering menyerang wanita adalah kanker payudara dan kanker leher rahim. Dua jenis kanker tersebut juga menempati peringkat tertinggi sebagai penyakit kanker yang paling banyak memakan korban. Selain karena keterlambatan dalam penanganan, sedikitnya informasi yang dimiliki para wanita terhadap dua penyakit kanker ini juga menjadi faktor pemicu

tingginya angka kematian. Lantas, apa saja yang harus diwaspadai untuk menghindari dua musuh utama wanita ini? Berikut ulasannya.

Kanker leher rahim (Serviks)

Kanker serviks merupakan jenis penyakit mematikan yang mengincar sistem reproduksi wanita. Menurut Dr. Cahyo Novianto, M.si., Med., Sp.B (K) Onk, spesialis bedah dari Konsultan Bedah Onkologi RS Pondok Indah Puri Indah, penyebab utama dari kanker serviks adalah infeksi dari Human Pappiloma Virus (HPV) tipe 16 dan 18 pada rahim perempuan.

Karena berasal dari virus, maka ada kemungkinan terinfeksi dari sentuhan. Misalnya penggunaan toilet yang kurang higienis. Tapi belakangan, faktor lain seperti usia, penggunaan pil KB dalam jangka waktu lama dan gaya hidup yang tidak sehat perempuan modern pun berkontribusi meningkatkan jumlah pasien kanker serviks. Usia misalnya, kalau dulu kebanyakan kasus kanker serviks menimpa wanita usia menopause. Namun kini sudah menjangkiti

perempuan muda usia 18 tahun yang telah aktif secara seksual.

Cahyo melanjutkan, pasien yang terserang kanker serviks biasanya baru menyadari setelah stadium lanjut. Ini karena tidak ada gejala atau ciri yang berarti banyak, pasien pun cenderung mengacuhkannya. Padahal sangat mudah mengenali gejala kanker serviks bila dicermati dengan sungguh-sungguh. "Ciri-ciri yang banyak ditemui pada pasien yang terjangkit kanker rahim adalah siklus menstruasi yang tidak berjalan dengan normal," imbuh Cahyo.

Pada umumnya, ia menerangkan, siklus menstruasi yang normal berlangsung selama 3-7 hari dan itupun dengan jumlah bulir darah yang normal. Bila lebih dari kadar normal maka perlu dicuigai.

Ciri yang lainnya adalah area kewanitaan sering mengeluarkan darah meski tidak sedang menstruasi, sering timbul rasa sakit pada bagian perut atau panggul, atau juga rasa sakit yang dikeluhkan ketika sedang berhubungan bersama pasangan. Hal ini dikarenakan area pria menyentuh bagian rahim yang ditumbuhi kanker. Gejala lainnya adalah keputihan yang tak kunjung henti dengan aroma yang tidak sedap.

Dari deteksi gejala tersebut, biasanya pasien akan disarankan untuk pemeriksaan lebih lanjut berupa pap smear, Tes DNA untuk mendeteksi keberadaan virus HPV serta USG. Bila memang terbukti ada tumor ganas atau kanker yang mengendap dalam rahim maka penanganan yang paling jamak berupa operasi, kemoterapi, radioterapi serta yang paling ekstrem adalah pengangkatan rahim.

Kanker serviks itu sendiri sebenarnya membutuhkan proses yang cukup panjang untuk benar-benar berubah dari sekedar infeksi menjadi kanker. Kira-kira 10 sampai dengan 20 tahun. Karena itu, ada banyak waktu untuk mendeteksinya pada

awal perkembangannya sehingga tidak perlu sampai membahayakan jiwa. Bagi yang sudah menikah, lakukanlah pap smear setidaknya 2 tahun sekali. Usai pap smear dan dinyatakan sehat, lakukanlah vaksin HPV sebanyak 3 kali dalam kurun waktu 6 bulan.

Kanker Payudara

Berbeda dengan kanker serviks yang disebabkan oleh HPV, kanker payudara justru belum ditemukan secara pasti pemicunya. Multifaktor tersebut bisa karena faktor genetik, faktor perubahan di tingkat gen dan sel, faktor lingkungan, polusi & radiasi, faktor hormonal, asap rokok, asap knalpot, dan asap pembakaran sampah yang berisiko memicu timbulnya kanker. Semua wanita memiliki risiko yang sama untuk terkena kanker jenis ini, hanya saja mereka yang memiliki riwayat keluarga dengan kanker payudara jauh lebih besar potensinya.

"Sekarang ini banyak faktor yang menjadikan hormon estrogen menjadi tidak stabil dan bisa berefek ke payudara. Sehingga memicu timbulnya sesuatu yang tidak normal, seperti kanker," ungkap Cahyo.

Ketimbang kanker serviks, deteksi secara manual/mandiri akan adanya kanker payudara lebih mudah yaitu dengan skrining. Bahkan menurut Cahyo bila sudah diketahui sejak dalam tahapan pre-kanker, kemungkinan sembuh mencapai 100 persen. Sayangnya banyak perempuan yang enggan melakukan skrining, Bukan karena malas melainkan karena takut akan hasil skriningnya dan mewajibkan payudara mereka diangkat. Padahal proses pengangkatan payudara akibat kanker baru akan dilakukan setelah stadium III ke atas.

"Cara skriningnya sangat mudah dan bisa dilakukan sendiri. Pertama berdiri menghadap cermin yang besar. Angkat tangan Anda ke atas kepala. Perhatikan apakah ada benjolan atau kelainan lain pada payudara Anda," paparnya.

Kemudian, untuk lebih memastikan lakukan dengan pemeriksaan pijatan kecil pada payudara. Di mana kita bisa menggunakan 3 jari, yaitu jari telunjuk, jari tengah dan jari manis. "Pijat lembut dari atas (bagian luar payudara) sampai ke bawah. Lakukan dengan gerakan memutar seperti ular sehingga makin lama pijatan makin mengarah ke bagian tengah (puting) payudara," jelas Cahyo lagi.

Untuk penanganan, kanker payudara juga memiliki beberapa tahapan tergantung pada stadium kanker yang diderita pasiennya. Menurut Cahyo, bila stadium masih awal dan belum menyebar ke organ tubuh lain, maka langkah yang paling mudah adalah operasi.

"Proses operasi biasanya ditindaklanjuti dengan kemoterapi, radioterapi, atau perawatan biologis untuk beberapa kasus tertentu. Kemoterapi atau terapi hormon juga terkadang dapat menjadi langkah pengobatan pertama. Semuanya tergantung kadar kankernya," terangnya.

Namun apabila kanker terdeteksi pada stadium lanjut setelah menyebar ke bagian lain tubuh, maka otomatis kanker payudara tidak bisa disembuhkan.

Jenis pengobatan yang akan dianjurkan pun berbeda dan bertujuan untuk meringankan beban sakit dan psikis bagi penderitanya.

Pada dasarnya susu formula yang beredar dipasaran dibuat menyerupai ASI dan ditujukan untuk bayi-bayi yang memang karena satu dan lain hal tidak bisa mendapatkan ASI. Bahan dasar susu formula itu sendiri berasal dari susu segar yang dikeringkan dalam suhu tinggi. Sebelum dikeringkan, kadar lemak dari susu segar dipisahkan terlebih dahulu.

Fakta membuktikan, proses pengeringan dari susu segar menjadi susu formula secara otomatis dapat menurunkan bahkan merusak kandungan vitamin dan mineral dari susu itu sendiri. Hal ini karena kebanyakan vitamin memang tidak tahan pada suhu tinggi. Untuk mengakalinya, dilakukanlah penambahan vitamin pada susu formula. Termasuk pula penambahan DHA dan nutrisi-nutrisi penting lainnya.

Meski tidak sesempurna ASI, susu formula dianggap cukup memenuhi kebutuhan bayi mulai usia 0 bulan. Namun demikian Ariani tetap menganjurkan apabila sang ibu tidak mengalami masalah dalam memproduksi ASI, maka ASI eksklusif wajib diberikan di enam bulan pertama kehidupan sang bayi tanpa campuran susu formula. Sebab apapun alasannya, nutrisi yang terkandung dalam ASI adalah yang terbaik.

"Saat anak sudah melewati periode ASI eksklusif dan kebutuhan nutrisinya tergolong tidak cukup, maka tidak masalah bila si Ibu memberikan susu formula. Akan tetapi bila mencukupi maka tidak diwajibkan," tegas Ariani.



Pola Hidup Sehat Agar Terhindar Dari Kanker Serviks dan Kanker Payudara

•Perbanyak konsumsi Antioksidan :

Zat antioksidan dipercaya sangat mampu membunuh sel-sel kanker. Tak ada salahnya mulai rajin mengonsumsi bahan makanan yang mengandung antioksidan seperti sayur, buah, teh hijau, bawang putih, paprika, dan ikan.

•Berhenti merokok dan hindari alkohol :

Ini adalah harga mati. Rokok dan alkohol terbukti memicu banyak kanker. Hal ini dikarenakan rokok maupun alkohol memiliki kandungan berbahaya yang menyebabkan sebagian tubuh teracuni. Jenis kanker yang nantinya diderita hanya tergantung dari organ tubuh mana yang terjangkit, termasuk payudara atau kanker serviks.

•Kurangi Makanan Berlemak :

Kebiasaan mengonsumsi makanan berlemak seperti daging merah terbukti meningkatkan sensitifitas hormon estrogen-(pemicu kanker payudara) hingga 28 persen. Makanan berlemak juga menyebabkan obesitas yang erat kaitannya dengan kolesterol yang membuat sel kanker tumbuh subur di bagian payudara.

•Hubungan Seks yang sehat :

Berhubungan seks adalah gerbang awal celah kanker serviks. Oleh sebab itu lakukanlah hubungan seks secara aman (menggunakan kondom), legal (sudah menikah), dan sehat. Ada baiknya melakukan pre marital chek up sebelum menikah untuk meminimalisir resiko adanya HPV.

•Hindari Stress :

Tidak stress adalah hal yang sedikit mustahil apalagi bila tinggal di kota besar seperti Jakarta. Mulai dari macet, banjir, dan permasalahan lainnya sering membuat perempuan stress dan tidak berpikir positif. Cobalah mengubah mindset untuk tetap sehat dan lakukan refreasing dengan olahraga atau rekreasi untuk menyegarkan pikiran.

•Chek Up rutin :

Kanker payudara sangat berhubungan dengan hormon dan pengaruh luar yang selalu berubah-ubah. Sementara kanker serviks sering memiliki resiko penularan yang sangat mudah. Tidak ada salahnya melakukan pemeriksaan akan kedua penyakit tersebut secara dini dan rutin agar menghindari dampak terburuk.





bebe Love[®]

baby kids' products and gift

Store address

Jl. Kelapa Gading Barat AG.15 No 2 Gading Serpong
Tangerang Telp 15810 (021) 5467258

Jl Graha Raya Boulevard Blok P1 No.15, Graha Raya Bintaro
Telp (021) 5124 8383

Jl. Raya Kemang Pratama A3, Bekasi Telp
(021) 5124 8833

Jl. Boulevard Blok RV2 No. 06 Kota Harapan Indah Bekasi
Telp (021) 2956 3770

JL Tunjung Raya No 30 Tomang
Jakarta Barat (021) 95222298





NEW

STARTER PACKAGE

CREATE YOUR OWN DESSERT TABLE !

We provide :

- 1 Cake d. 14 cm
- 15 Cupcake (small)
- 15 Cookies
- 15 Cakepop
- 15 Marshmallow / Candy Jelly

1.500.000 IDR

INCLUDING CUSTOM DESIGNED : Backdrop (1.5 x 1.2 m) - Garland - Cupcake Topper - Food Nametag

* Exclude : Table decorations, tray, and delivery fee



OPERATIONAL HOUR : 06.30 - 21.00 WIB

Jl. Kelapa Gading Selatan BJ 8/6, Gading Serpong - Tangerang
+62 21 7000 9158 / +62 811 1005 955 0811 863 220 74afd812

MOMSCAKESCOOKIES franciscakarna@yahoo.com

Memilih Sekolah Untuk Anak Berkebutuhan Khusus

Anak 'istimewa' membutuhkan pendidikan istimewa pula. Jangan asal pilih sekolah karena bisa memperparah kondisi mereka.

Dulu orangtua pada umumnya menganggap anak pendiam sebagai tanda kepatuhan.

Kini mereka sadar, anak yang terlalu pendiam bisa jadi pertanda ia mengalami sindrom autisme. Lantas muncullah sekolah-sekolah atau lembaga terapi anak berkebutuhan khusus yang selain menangani anak autistik juga anak dengan gangguan tumbuh kembang seperti down syndrome, cerebral palsy dan ADHD (hiperaktif).

Kepada SBH, psikolog Tika Bisono mengatakan bahwa penanganan anak autistik tidak bisa diserahkan kepada guru atau psikolog biasa.

Lalu, siapa yang bisa menangani mereka? Berikut petikan wawancaranya.

- T: Bagaimana Memilih sekolah khusus yang tepat untuk anak berkebutuhan khusus?
- J: RPertama-tama orangtua harus bertanya secara mendalam tentang klaim sekolah tersebut. Kurikulumnya apa, alat-alat belajarnya apa saja, dan bedah SDM pengajarnya. Tidak semua guru bisa mengajar anak-anak istimewa. Untuk anak autistik misalnya, gurunya harus

punya sertifikat psikolog atau minimal guru BK (Bimbingan & Konseling).

T: Psikolog biasa tidak bisa?

J: Tidak. Saya sangat marah kalau ketemu sekolah yang nekat pakai jasa sarjana psikolog biasa untuk menangani anak-anak khusus. Pernah saya temukan hal itu di sebuah sekolah mentereng di kawasan Jakarta Selatan. Langsung saya tegur pemilik sekolahnya. Sarjana psikologinya saya ancam akan diadukan ke Majelis Psikologi. Ini melanggar kode etik, bahaya lho, bisa malpraktik.

T: Keilmuan apa yang harus dimiliki sang guru?

J: Psikolog klinis, yakni pengetahuan psikologi untuk anak special needs. Masalahnya, sekarang banyak sekolah inklusi (sekolah regular untuk anak autistik) tapi tidak punya guru inklusi.

T: Materi apa yang diajarkan di sekolah inklusi?

J: Kebanyakan pelajaran melatih otak. Karena anak autistik mengalami disfungsi susunan

syaraf, maka yang dilatih bukan hal-hal yang abstrak. Lebih menekankan pada pelajaran motorik, fisik, biologis, seperti menyentuh atau mencoret. Di sana mereka dilatih fokus.

T : Motif memasukkan anak istimewa ke sekolah inklusi?

J : Kalau di Indonesia, ujung-ujungnya supaya si anak bisa masuk sekolah normal. Jadi orangtua berharap ini jadi semacam kelas adaptasi. Padahal hal-hal seperti ini tidak bisa dipaksakan. Jangan paksa anak autistik yang intensitas gangguannya tinggi untuk masuk sekolah normal.

T : Kenapa masih ada yang nekat?

J : Mungkin karena malu anaknya harus masuk SLB, misalnya. Jadi orientasinya bukan pada anak, namun ke martabat keluarga. Di luar negeri, orangtua tidak segan memasukkan anaknya ke SLB. Hasilnya self esteem anak-anak itu malah meningkat.

T : Jika dipaksakan masuk sekolah normal apa akibatnya?

J : Bisa memperparah kondisi si anak. Misalnya dulu dia cuma bermasalah dengan gerakannya yang tak terarah. Setelah dimasukkan ke sekolah normal bisa jadi ia malah akan sering teriak-teriak.

T : Apakah program inklusi bisa menyembuhkan anak autis?

J : Penyembuhan anak autistik itu justru di rumah. Ini berhubungan erat dengan lingkungan keseharian, ditambah intervensi ahli penyembuh dari rumah sakit. Kalau di sekolah, itu lebih ke peningkatan ketrampilan, bukan penyembuhan.



ASK.COM



WORDPRESS.COM



WORDPRESS.COM

Salah Imunisasi

Dokter, beberapa hari lalu anak saya (6 bulan) saya bawa ke klinik dekat rumah untuk mendapatkan imunisasi HIB dan Polio. Saat akan melakukan pembayaran, saya kaget karena ternyata tagihan yang harus saya bayar bukan untuk imunisasi HIB dan Polio melainkan imunisasi Hepatitis A yang setahu saya seharusnya baru diberikan saat anak berusia 2 tahun. Saat itu juga saya kembali ke ruang praktek dan menanyakan kebenarannya. Dokter yang memberikan imunisasi mengakui kesalahannya dan mengatakan bahwa meskipun salah, tapi imunisasi Hepatitis A yang diberikan ke anak saya tidak berbahaya. Apakah benar? Mohon penjelasannya karena meskipun setelah selesai imunisasi anak saya tidak demam, saya tetap takut akan efek sampingnya yang mungkin baru akan muncul di kemudian hari. Terima kasih.

Sinta,
Jakarta



KATALOGIBU.COM

Dear Bunda Sinta,

Vaksin Hepatitis A yang diberikan pada anak ibu yang baru berusia 6 bulan tidak berbahaya dan tidak akan menimbulkan efek samping karena vaksin tersebut berisi komponen virus yang tidak aktif sehingga tidak mungkin menyebabkan penyakit.

Vaksin tersebut tetap berguna dan akan menimbulkan kekebalan.



PENGASUH:

dr. Ferdy Limawal
dokter spesialis anak

Di Indonesia vaksin Hepatitis A dianjurkan diberikan pada usia diatas 2 tahun dengan pertimbangan bahwa insiden penyakit Hepatitis A umumnya terjadi diatas usia 2 tahun pada saat anak sudah mulai mengenal makanan diluar rumah (jajanan) dan untuk melindungi anak sebelum masuk ke sekolah. Di Negara lain ada yang memberikan vaksin Hepatitis A di atas usia 1 tahun. Jadi ibu tidak perlu khawatir. Semoga informasi ini bisa membuat ibu lebih tenang.

R I T Z O
Designa

OLIVE OIL

Superior Quality

PROTECT YOUR NATURE BEAUTY FOREVER



Bebe Love Tomang - (021) 95222298 | Bebe Love Gading Serpong - (021) 5467258

Bebe Love Graha Raya Bintaro - (021) 51248383 |

Bebe Love Kota Harapan Indah Bekasi - (021) 29563770 | Bebe Love Kemang Pratama Bekasi - (021) 51248833

Baby Kids Ciputat - (021) 83492933 | Bee Bee Mart Gading Serpong - (021) 081310255828 |

D&D Baby'n Kids Fashion Tangerang - (021) 0817837020 | Wonderland, BS Alam Sutra - (021) 021.93761402 |

Mae Bebe BS Jakarta Selatan - (021) 7358421 | Han's Baby Shop & Pans Baby Shop Cipondoh Tangerang |

Clarence ITC BSD | Ken n Mom Gading Serpong |

Maria Busana Jaya, BS Kelapa Dua Tangerang | Junior Baby Shop medan

<http://www.designaolive.com/wheres-to-buy/>

Amankah Jamu Bersalin Untuk ASI?



WWW.WORDPRESS.COM



WWW.WORDPRESS.COM

Mengonsumsi jamu bersalin setelah melahirkan dipercaya dapat mengembalikan kondisi tubuh wanita seperti semula. Tapi disisi lain ada kekhawatiran akan imbasnya pada kualitas ASI. Benarkah ada hubungannya?

Pasca bersalin, bobot tubuh wanita biasanya belum kembali ke bentuk semula. Padahal agar bisa tampil lebih percaya diri, berat tubuh ideal ingin segera dicapai. Untuk menyiasatinya, berbagai cara pun ditempuh. Mulai dari olahraga hingga mengonsumsi jamu-jamuan pelangsing atau jamu bersalin.

Kegiatan konsumsi jamu-jamuan itu sendiri bagi sebagian besar wanita Indonesia dikenal sebagai tradisi leluhur yang diperkenalkan secara turun-

temurun. Jenis jamunya pun beragam. Khusus untuk jamu bersalin biasanya terdiri dari susut perut, piling, tapel, parem dan stagen benguang. Fungsi utama dari jejamuan tersebut tentu untuk mengembalikan kondisi psikis dan fisik sang ibu pasca melahirkan, menyembuhkan luka, membersihkan darah kotor, mengembalikan kondisi rahim dan sudah tentu menurunkan berat badan agar bisa kembali seperti saat gadis.

Namun, beberapa kekhawatiran kerap timbul sehubungan dengan kegiatan mengkonsumsi jamu. Pertanyaan yang paling sering timbul adalah : apakah jamu yang dikonsumsi tersebut akan mengubah kualitas ASI? Pasalnya, apa yang dikonsumsi sang ibu pasti berpengaruh pada bayinya. Faktanya, menurut dr. Nurdadi Saleh, SpOG, konsumsi jamu bersalin tidak membawa pengaruh buruk pada ASI, bahkan dapat memperlancar ASI.

“Secara medis jamu bersalin sebetulnya tidak dianjurkan tapi tidak juga dilarang. Kalaupun boleh hanya dikonsumsi untuk Ibu hamil yang melahirkan dengan normal, bukan caesar dan tidak boleh ada komplikasi saat melahirkan,” terang Nurdadi.

Hal ini disebabkan karena kondisi tubuh Ibu yang melahirkan secara normal dan caesar jelas berbeda. Perbedaan ini salah satunya adalah dalam merespon konsumsi dari jamu-jamuan. Sebagai contoh, bunda yang melahirkan dengan kontraksi berlebihan atau luka sayatan caesar jelas tidak perlu jamu untuk merekatkan rahim pasca melahirkan. Sebab bunda yang melahirkan dengan caesar umumnya masih mengkonsumsi obat dari dokter selama beberapa waktu. Penggunaan obat dokter dan jamu secara bersamaan biasanya tidak disarankan. Hal ini tentu berbeda dengan kondisi ibu yang melahirkan secara normal, dimana obat-obatan sangat minim diberikan.

Disisi lain Nurdadi melanjutkan, ibu yang menyusui justru bisa memperoleh banyak manfaat dari jamu pasca bersalin yang dikonsumsi. Sebab, kandungan dari jamu-jamu tersebut alami dan herbal. Misalnya kunyit, pegagan, junghap dan temulawak yang sangat berguna untuk membantu penyembuhan luka dan pendarahan sehabis bersalin serta memperlancar metabolisme dan mengurangi bau badan. Jahe, kencur, klabet, dan sereh sebagai bahan dasar parem untuk

meredakan pegal-pegal dan memperbaiki peredaran darah. Ganthi, kencur, kunyit, papermint dan kenanga di dalam pilis yang bermanfaat meredakan rasa pusing dan mencegah sel darah putih naik ke kepala.

Akan tetapi, sekali lagi semuanya kembali pada kondisi tubuh si ibu dan bayi. Bila sang ibu memiliki riwayat gangguan kesehatan saat hamil dan melahirkan, maka biasanya konsumsi jamu tidak akan dianjurkan. Misalnya saja si ibu memiliki riwayat penyakit hepatitis atau sakit kuning.

“Tidak hanya pada saat menyusui, semua orang dengan riwayat penyakit hati memang tidak dianjurkan mengkonsumsi jamu-jamuan karena akan menghambat metabolisme hati,” papar Nurdadi.

Bagi bayi, Nurdadi melanjutkan, sedikit banyak jamu-jamuan yang diminum si ibu secara langsung pasti akan tertelan oleh bayinya dalam bentuk ASI. Bila tidak menimbulkan efek apapun, maka tidak masalah untuk dilanjutkan sampai 40 hari. Tapi yang perlu diperhatikan apabila ada efek samping langsung kepada bayi, seperti muntah, diare atau demam, maka konsumsi jamu harus segera dihentikan.

“Ini berarti ada kontradiksi jamu-jamuan yang diminum dengan tubuh bayi. Ada baiknya dihentikan saja atau dikonsultasikan pada dokter,” tukasnya.



Sleep Baby Sleep...



Baju Tidur Koleksi Bebe Love
www.bebelove.co.id
IDR 93.000



Baju Tidur Koleksi Ken n Mom
IG [kenmomshop](https://www.instagram.com/kenmomshop)
www.kenmomshop.com
IDR 73.000



Groclock
IG kenmomshop
www.kenmomshop.com
IDR 730.000

Telon Cream Bebe Rosie
IDR 20.000-26.000



Baby Zoo Gus Nightlight
IG kenmomshop
www.kenmomshop.com
IDR 330.000

SBH

MEMPERSEMBAHKAN:

PESTA

SANG BUAH HATI

EXPO 2015

LIVING WORLD SERPONG (31 JULI-9 AGUSTUS 2015)

BINTARO JAYA XCHANGE (28 AGUSTUS-6 SEPTEMBER 2015)

SEMUA TENTANG
KEBUTUHAN PESTA SI KECIL

*Venue *Party Dress *Cakes & Dessert Table *Catering
*Party Organizer *Party Activity *Goodie Bags/Hampers
*MC & Entertainment *Photo & Video *Decoration*

Info dan Keterangan lebih lanjut hubungi:

Rosalia Liu (087881975343 / 081911212623 / 081310092250)

“Hangatnya membuatnya
selalu nyaman...”

Persembahan dari yang paling mengerti bayi,
baby HUKI menghadirkan **Minyak Telon baby HUKI.**

Dengan komposisi •Cajuputi Oil •Cocos Oil •Anisi Oil
menghasilkan kehangatan yang membuat
buah hati Anda selalu begitu nyaman.



Formula Baik baby HUKI

-  Cajuputi Oil
-  Cocos Oil
-  Anisi Oil

Novita Angie

Ajarkan Toleransi Dengan Cara Santai

Bagi keluarga Novita Angie perbedaan bukanlah momok mengerikan yang harus dihindari dan disembunyikan dari anak mereka. Justru penanaman budaya toleransi sejak dini pada dua buah hatinya mampu merangkul segala perbedaan.

Siapa yang tidak kenal dengan Novita Angie? wanita yang terkenal sebagai penyiar radio, presenter, bintang iklan, dan pemain sinetron di era 90an ini kini masih terbilang eksis hilir mudik di dunia hiburan. Angie, begitu si cantik ini akrab disapa memang terbilang handal mengolah kata saat menjadi MC. Lulusan Interstudy School of Public Relations ini juga piawai menjaga image positifnya sebagai entertainer. Tak heran bila sampai saat ini, ia masih sering di dapuk membawakan berbagai acara, baik on air maupun off air

Di sisi lain, kehidupan pribadi perempuan kelahiran 30 November 1975 ini terhitung urung dari gosip. Keluarga Angie pun selalu tampak menyenangkan. Padahal rumah tangga Angie dengan sang suami Sapto Haryo Rajasa merupakan perkawinan beda agama. Sang suami adalah seorang Muslim, sementara dirinya Katholik. Namun hal tersebut tidak menampik kebahagiaan pasangan yang menikah pada 29 juni 2001 silam ini. Keduanya tetap mampu membina hubungan romantis dan harmonis.



Kuncinya Toleransi

Dalam hal pola asuh anak, baik Angie maupun sang suami sepakat menjadikan toleransi sebagai prioritas utama pengajaran dua buah hatinya, Jeremy Cornelius dan Jemima Jasmine. Hal ini dilakukan semata-mata bukan hanya karena keduanya berada dalam keluarga beda agama, melainkan karena konsep toleransi dianggap Angie nantinya akan sangat berguna bagi kehidupan sosial dan masa depan dua buah hatinya.

“Kami selalu menyikapi perbedaan yang ada di keluarga kami dengan cara yang santai. Sejak awal saya juga selalu mencoba menjelaskan dan memberikan pemahaman kepada anak-anak mengapa di keluarga mereka ini agak berbeda soal agama dibandingkan dengan keluarga lainnya. Saya selalu menekankan, pada dasarnya perbedaan agama bukanlah halangan, justru bisa dijadikan sarana agar bisa mencintai keluarganya lebih dalam dan lebih dalam lagi,” tutur Angie.

Bagi Angie, toleransi itu ternyata juga tak hanya sekedar kata-kata belaka. Buktinya secara nyata Angie dapat mewujudkannya dengan kebiasaan merayakan dua hari raya yang berbeda di

keluarganya, baik Natal maupun Idul Fitri. Saat Natal misalnya, Angie akan menunjukkan kekompakan keluarganya dengan memakai busana warna senada, begitu juga ketika tiba waktunya merayakan Idul Fitri.

“Untuk busana kita biasanya memang selalu mencari yang satu tema dan satu warna. Selain seru, juga bisa membuat kami jadi lebih dekat satu sama lain,” sambung Angie.

Tidak hanya itu, saat tiba bulan Ramadhan, Angie akan ikut mempraktekan tata cara berpuasa secara langsung kepada dua buah hatinya. Memang, keduanya tidak secara langsung ikut puasa full, tapi paling tidak Angie akan mendidik mereka untuk menghormati ayahnya yang berpuasa dengan tidak makan atau minum didepannya.

“Syukurlah, sejauh ini baik Jeremi maupun Mima selalu merasa have fun mempelajari banyak kebudayaan dari dua agama yang berbeda. Bagi saya pribadi, toleransi itu bukan cuma teori di atas kertas tapi harus dipraktekkan. Apalagi bila ingin mendidik anak, implementasi langsung sangat penting. Sebab apa yang mereka lihat dari lingkungan terdekat, itulah yang mereka pahami dan tiru,” pungkasnya.



Efek Buruk Bentakan Pada Anak

Bentakan mungkin cara paling efektif membuat anak diam seketika kala mereka berbuat nakal. Tapi sebelum membentak, pertimbangkan dulu efek jangka panjangnya.

Tak bisa dipungkiri, komunikasi adalah alat yang paling vital peranannya dalam menentukan arah suatu hubungan, apakah akan berjalan dengan harmonis atau malah sebaliknya? Lewat komunikasi yang baik serta pemilihan kata yang sesuai dan intonasi suara yang tepat, hubungan batin yang erat antara orangtua dengan anak bisa semakin tercipta.

Sayangnya, tidak banyak orangtua yang paham tentang hal ini. Komunikasi pun hanya sekadar dijadikan alat

untuk menyampaikan apa yang diinginkan orangtua kepada sang anak. Bahkan terkadang karena kesal dan merasa anak susah diberi pengertian, maka komunikasi dalam bentuk bentakan akhirnya dijadikan pilihan. Padahal menurut para pakar, bentakan justru menjadi salah satu bentuk komunikasi dengan anak yang sebisa mungkin harus dihindari.

Psikolog anak & keluarga, Anna Surti Ariani mengamini hal tersebut. Beliau juga mengatakan bahwa bentakan



memang bisa berpengaruh buruk pada anak-anak, karena bisa membuat ikatan batin antara orangtua dengan anak menjadi renggang.

“Saat usia anak masih di bawah 10 tahun, mereka tidak akan melawan atau balas membentak. Tetapi karena sikap pasif mereka itu, orangtua jadi tidak bisa mengukur seberapa besar dampak psikologis yang bisa ditimbulkan karena membentak,” papar psikolog yang karib disapa Nina ini.

Nina juga menjelaskan bahwa secara medis suara yang keras dan bentakan yang keluar dari mulut orangtua dapat merusak atau menggugurkan sel otak yang sedang tumbuh. Terutama pada masa “golden age” yaitu pada usia 2-3 tahun.

Dampak lanjutan dari bentakan juga kemungkinan bisa berbekas dan menjadi trauma yang akan memengaruhi sikap serta perilaku anak ketika beranjak dewasa. Anak yang kerap dibentak dan terkena omelan saat kecil akan tumbuh menjadi pribadi yang minder, takut mengutarakan pendapat dan selalu merasa bersalah. Disisi lain ada juga kemungkinan anak cenderung pemarah, egois, keras kepala, pembangkang karena dibentuk oleh kemarahan orangtuanya.

“Anak cenderung akan meniru perilaku orangtuanya. Seorang anak yang selalu dibentak, diomeli, atau dimarahi, akan tumbuh dengan keyakinan bahwa dia sah-sah saja berkomunikasi dengan menggunakan bentakan, omelan, atau kemarahan,” lanjut Nina.

Solusi

Lantas, bagaimana caranya memberi peringatan yang tepat dan efektif saat anak berbuat nakal? Nina

kembali menekankan untuk menghindari bentakan atau kekerasan fisik sebagai bentuk hukuman kepada anak.

“Daripada membentak, lebih baik tekankan konsekuensi bukannya ancaman. Anak harus tahu konsekuensi dari setiap tindakan yang ia lakukan. Misalnya bila ia tidak membereskan mainan, maka ia tidak akan mendapat makanan ringan atau waktu bermain. Kesepakatan ini harus dilakukan dengan disiplin namun dikomunikasikan dengan santai. Ini juga membentuk tanggung jawab dan kedewasaan dalam diri anak”, jelasnya

Selain itu, ada baiknya orangtua memandang kesalahan anak dari prilakunya bukan pribadinya. Sehingga apabila memberi hukuman haruslah mengacu pada perbuatannya, bukannya malah mencela anak itu sendiri. “Celaan lewat kata-kata ‘bodoh’, ‘nakal’, dan lain sebagainya hanya akan membuat konsep diri dan harga diri (self esteem) anak menjadi lemah. Sehingga mereka akan memandang dirinya secara negatif dan lupa dengan berbagai keunggulan yang dimilikinya. Jadi jangan sekali-kali katakan kata-kata negatif itu,” tuturnya.

Lebih lanjut Nina mengharapkan, sebagai orang tua, pendidik, ataupun orang yang lebih tua dari anak-anak, sebaiknya memilih sikap yang lebih kreatif dalam menghadapi tingkah anak yang mungkin kurang baik. Bijaknya sebelum membuat aturan, orangtua juga perlu mempertimbangkan tingkat perkembangan kejiwaan anak. Jangan sekali-kali menyamakan anak dengan orang dewasa dan jangan pernah menggunakan orang dewasa sebagai tolak ukurnya.

IKUTI SURVEY



www.survey.sangbuahhati.com

Menangkan Hadiah :

1 LOGAM MULIA

2 STROLLER

5 TAS ELLE

20 BINGKISAN MENARIK

SANG
buahhati
Petayogis Teknologi Modern

 **cer**
indonesia

benji
digital agency

Informasi lebih lanjut hubungi :

PIN 📞 21E24363

📘 Majalah Sangbuahhati

🐦 @sangbuahhati

www.sangbuahhati.com



Training Pants untuk 6 bulan hingga 3 tahun

Training pants adalah celana yang didesign untuk anak yang sedang dalam tahap toilet training atau belajar untuk tidak pipis di celana.

Training pants berbeda dengan pampers dan cloth diaper (clodi), pada training pants ada sensasi basah, ketika pipis di celana anak akan merasa basah dan minta ganti celana. Namun training pants didesain agar pipis tidak terlalu tumpah berceceran dimana-mana. Sensasi basah ini yang diharapkan agar anak cepat belajar untuk tidak pipis di celana.

3 lapisan:
lapisan handuk penyerap cairan
waterproof layer mencegah pipis tumpah
lapisan luar



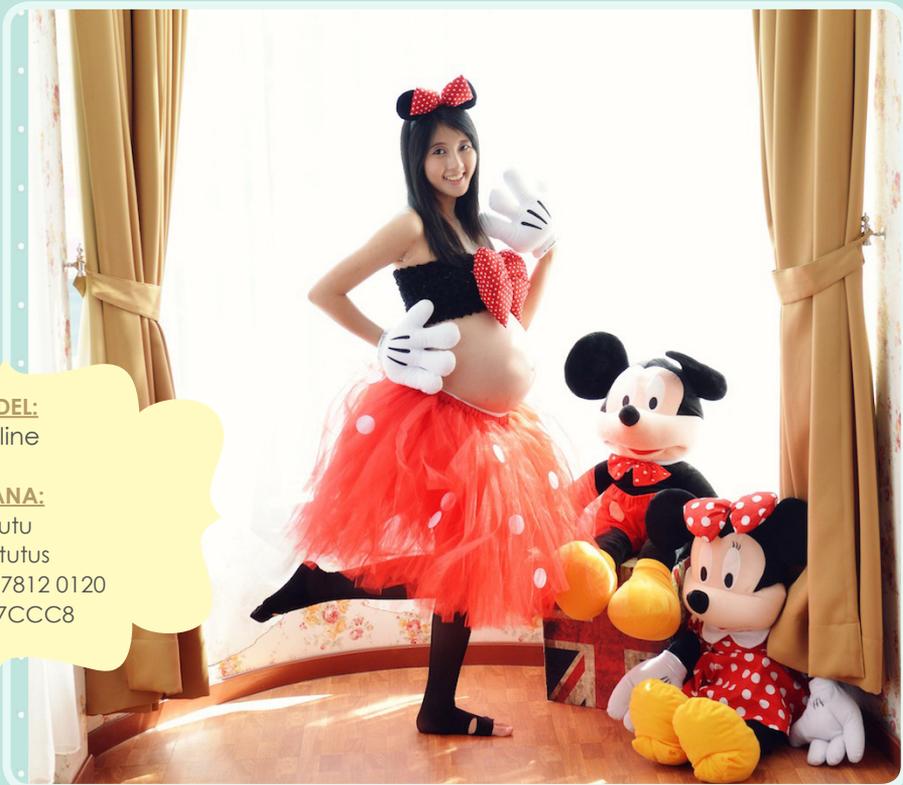
Tutu for Maternity



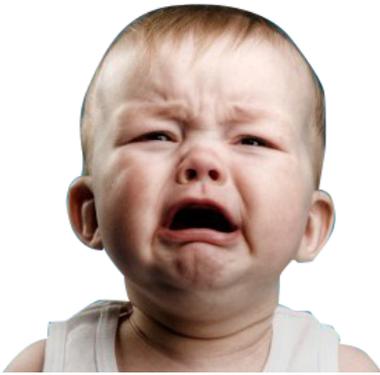


MODEL:
Pauline

BUSANA:
TJ Tutu
FB: tj.tutus
Telp: 0878 7812 0120
BB: 2767CCC8



Sariawan Pada Bayi



WWW.KLIKDOKTOR.COM

Siapa yang tak pernah merasakan sariawan? Bisa jadi semua orang pernah terkena penyakit yang satu ini. Ya, sariawan memang tergolong penyakit umum yang bisa menyerang siapa saja, tanpa memandang status maupun usia, termasuk pada bayi.

Pada orang dewasa, sariawan sudah pasti akan lebih mudah terdeteksi. Tapi pada bayi, khususnya yang masih belum bisa bicara, sariawan tentu akan lebih susah dideteksi. Namun demikian, ada beberapa hal yang bisa diperhatikan sehingga orangtua bisa mulai mencurigai jika bayinya terkena sariawan.

Pertama, bayi yang terkena sariawan biasanya cenderung rewel dan menolak ASI atau makanan

Sariawan tak hanya bisa didap orang dewasa, bayi pun bisa terkena. Meski kelihatannya sepele, penyakit ini ternyata bisa mengganggu tumbuh kembangnya lho.

lainnya. Ketika tiba saatnya makan atau sesudahnya, mereka akan menangis karena merasakan perih pada bagian mulutnya. Kedua, umumnya bayi yang terkena sariawan akan terlihat lesu bahkan demam dengan suhu tubuh bisa mencapai 40 derajat celsius. Disamping itu, mulut bayi yang terkena sariawan juga akan berbau karena kuman atau jamur. Produksi air liurnya pun akan lebih banyak dari biasanya

“Sariawan pada bayi juga ditandai dengan adanya kelainan pada bagian selaput lendir mulut. Bentuknya berupa luka dengan bercak warna putih kekuningan dan bila diraba dengan tangan terasa agak cekung. Lokasi sariawan yang paling sering ditemukan pada bayi biasanya di bibir, gusi lidah dan langit-langit mulut,” jelas Dr. Bara Langi Tambing, Spa.

Jenis Sariawan dan Penanganannya

Menurut dokter Bara, penggolongan sariawan pada bayi bisa dilihat dari faktor penyebabnya. Sariawan Oral Thrush atau Moniliasis adalah sariawan yang disebabkan oleh jamur *Candida Albican*. Jamur dalam mulut ini dapat meningkat dengan pesat perkembangannya karena sistem kekebalan tubuh bayi yang belum sempurna. Pada beberapa kasus bahkan ditemukan bahwa kebersihan puting ibu saat menyusui erat kaitannya dengan tumbuh kembang jamur jenis ini. Karena itu, setiap ibu yang masih menyusui diharapkan dapat menjaga kebersihan payudaranya.

Ada juga sariawan Herpes Stomatitis yaitu sariawan yang disebabkan oleh virus Herpes Simpleks. Umumnya sariawan jenis ini jamak menjangkiti bayi usia 6 bulan sampai dengan 5 tahun. Virus ini biasanya dijumpai bersarang di belakang tenggorokan dan akan mulai menyerang bila daya tahan tubuh si kecil sedang menurun.

Sementara itu ada juga sariawan Stomatitis Aftosa yang kerap dialami anak penderita kanker karena konsumsi antibiotik dalam dosis besar. "Selain hal-hal tersebut, sariawan juga bisa terjadi karena kekurangan vitamin C dan peradangan di dalam mulut bayi. Tapi pada dasarnya, kuman dan infeksi jamur karena kurang menjaga kebersihan mulutlah sumber peradangan yang akhirnya menjelma menjadi penyakit sariawan," imbuh dokter Bara.

Lebih lanjut dokter Bara juga mengatakan bahwa meski terlihat sepele dan tidak berdampak fatal, sariawan dapat mengganggu aktifitas motorik anak saat makan. Alhasil asupan makanan dan gizi yang diterima pun tidak maksimal. Anak menjadi lemas, rewel karena rasa sakit dan nyeri sehingga tumbuh kembangnya tidak optimal.

Itu sebabnya sariawan harus segera diobati. Karena bila tidak segera ditangani, sariawan dapat menyebar ke seluruh mulut dan apabila jamurnya tertelan dan mengalir lewat pembuluh darah, sangat memungkinkan menyebabkan diare. Pengobatan pertama biasanya adalah dengan jalan memberi makanan yang kaya akan vitamin C dan B yang banyak terdapat pada buah-buahan dan sayuran hijau.

"Dan yang terpenting, sariawan bisa dicegah dengan menjaga kebersihan rongga mulut bayi. Jangan pula memberikan makanan dalam kondisi panas karena akan menyebabkan terjadinya peradangan yang berbuntut sariawan," ujar Dokter spesialis anak yang bertugas di Rumah Sakit Ridwan Meureksa Jakarta Pusat ini lagi.

Selain itu makanan pun sebaiknya yang lembut atau cair. Prinsipnya, yang mudah ditelan dan suapi setelah makanan agak dingin agar tak menambah luka. Apabila tak kunjung sembuh lebih dari tiga hari maka ada baiknya berkonsultasi dengan dokter untuk mendapat resep obat dengan dosis yang tepat.



WWW.KLIKDOKTOR.COM

JOYKO[®]

Stationery



www.joyko.co.id



HEXAGONAL



TRIANGLE



BLACKWOOD



Color pencil

- ✓ Smooth Drawing
- ✓ Bright Colors



handesign graphic boutique®

we are what we wear



Visit our shop at:

Mall Mangga Dua Square 3rd Floor Blok A Kav.22-22A,
Jl. Gunung Sahari Raya No.1 Jakarta Utara 14420
0818759219

Follow: @handesignstore
www.handesignstore.com

Berbagi Ceria di PasARaya

Ingin barbeque-an di pinggir kolam renang sembari bercengkrama bersama keluarga? Datang saja ke PasARaya.

Sudah bukan rahasia lagi jika Serpong, Tangerang kini menjadi salah satu tujuan wisata kuliner masyarakat Jabodetabek. Maklum, kawasan itu sekarang memang penuh dengan berbagai macam warung makan, café maupun restoran. Mau yang tradisional ada, western atau japanese food juga banyak. Kelasnya pun bisa dipilih, mulai dari yang kaki lima sampai yang disajikan di hotel berbintang.

Berbicara tentang hotel, salah satu tempat penginapan di kawasan Serpong yang bernama Ara Hotel juga tak mau kalah dalam menawarkan sajian makanannya. Dengan mengusung konsep barbeque, Hotel bintang 3 yang berlokasi di Jalan CBD Barat Lot #1, Gading Serpong, Paramount Skyline Complex, Tangerang ini sejak sebulan lalu meluncurkan makan malam all you can eat dengan nama PasARaya BBQ Dinner.

PasARaya BBQ Dinner itu sendiri hanya digelar

setiap hari Sabtu, mulai pukul 18.00 – 21.00.

Berlokasi di lantai 1, tepatnya di pinggir kolam renang, membuat kegiatan barbeque yang disajikan jadi terasa memiliki nuansa yang berbeda. Romantis sekaligus hangat. Terlebih beberapa lilin siap menemani di beberapa meja yang sengaja diletakkan di pinggir kolam renang. Asyiknya lagi, harga yang ditawarkan juga cukup terjangkau. Hanya dengan Rp 99.000 ++ per orang, pengunjung dapat memilih berbagai seafood kesukaannya untuk kemudian dengan sigap akan dibakarkan oleh pelayan yang bertugas.

Dari Barbeque Sampai Makanan Tradisional
Menurut Sularno, chef yang memimpin pelaksanaan PasARaya BBQ Dinner, kegiatan barbeque yang dilaksanakan Ara Hotel ini memiliki beberapa perbedaan dengan kegiatan serupa yang dilakukan di tempat makan lainnya. Perbedaan utama



terletak pada makanan pendampingnya. Bila biasanya barbeque selalu didampingi dengan western food, maka di PasARaya makanan pendamping selalu berupa masakan tradisional Indonesia.

Hebatnya lagi, setiap Sabtu makanan pendamping itu tak pernah sama. Misalnya minggu ini makanan pendampingnya adalah masakan tradisional khas Jogja seperti gudeg, tempe bacem, dan lain-lain, maka minggu depan bisa saja yang disajikan masakan khas Bali, Sulawesi atau Padang. Dan berhubung makanan pendampingnya adalah makanan tradisional, maka buah-buahan yang dipilih pun merupakan buah lokal yang disajikan sesuai dengan musimnya. Seperti mangga, manggis, duku maupun salak. Untuk minuman, selain air putih, pasARaya juga menyediakan wedang jahe yang siap menghangatkan tubuh.

"Ya, kami memang ingin ikut berpartisipasi melestarikan makanan tradisional Indonesia. Karena itu, selain makanan pendamping, makanan penutup

yang kami sajikan juga khas Indonesia seperti dadar gulung, kue pukis, dan lain sebagainya," jelas Sularno.

Chef Sularno juga mengatakan bahwa semua seafood yang disajikan dijamin fresh. Ada udang, kerang dara, kerang hijau, ikan ekor kuning, bawal, baronang, dan lain sebagainya. Disamping itu ada juga ayam, sapi serta pepes. Semua bisa dinikmati sampai puas dengan ditemani aneka macam sambal. Mulai dari sambal nanas, colo-colo, matta, sambal kecap, saus Thailand sampai saus barbeque biasa. Untuk sayurannya, pengunjung bisa memesan cah kangkung atau tauge. Begitu dipesan, chef yang bertugas akan langsung memasaknya di hadapan pengunjung.

Dengan konsep ruang makan outdoor, PasARaya BBQ Dinner dapat menampung pengunjung hingga 350 orang. Jika ingin membuat pesta ulang tahun yang hangat, gathering maupun pesta lainnya yang sifatnya lebih personal dan berkesan, tempat ini bisa dijadikan pilihan.

Puding Sehat Untuk Si Kecil

SEBAGAI MAKANAN PENUTUP, PUDING MUNGKIN MENJADI HIDANGAN YANG PALING DISUKAI ANAK-ANAK. PASALNYA, SELAIN LEZAT, TEKSTUR PUDING YANG LEMBUT DAN SEDIKIT KENYAL MENJADIKANNYA MUDAH DICERNA. PUDING YANG TERBUAT DARI AGAR-AGAR JUGA KAYA AKAN SERAT SERTA MUDAH UNTUK DIBUAT. NAH, AGAR SI KECIL SEMAKIN SEHAT, VARIASIKAN PUDING DENGAN ANEKA BUAH ATAU SAYURAN. BERIKUT RESEPNYA.

Puding Kacang Merah

Bahan :

- 1 bungkus agar-agar warna putih.
- 400 cc susu cair.
- 6 sendok makan gula pasir.
- 50 gram kacang merah, direbus dan blender kemudian saring.

Cara Membuat :

- Campur agar-agar dengan susu dan gula.
- Rebus sambil terus diaduk.
- Masukkan hasil saringan kacang merah, aduk rata sampai mendidih, angkat.
- Tuang ke dalam cetakan, biarkan mengeras. Sajikan saat sudah dingin.



Puding Kacang Hijau

Bahan :

- 1 bungkus agar-agar warna putih.
- 400 cc susu cair.
- Gula aren secukupnya.
- 1 lembar daun pandan.
- 50 gram kacang hijau, direbus dan blender kemudian saring.

Cara Membuat :

- Campur agar-agar dengan susu, gula aren dan daun pandan.
- Rebus sambil terus diaduk.
- Masukkan hasil saringan kacang hijau, aduk rata sampai mendidih, angkat.
- Sisihkan daun pandan, tuang ke dalam cetakan, biarkan mengeras. Sajikan saat sudah dingin.



Puding Apel dan Wortel

Bahan :

- 200 cc sari perasan wortel
- 200 cc sari perasan apel

Cara Membuat :

- Campur agar-agar dengan sari perasan wortel dan apel.
- Rebus sambil terus diaduk.
- Setelah mendidih, angkat, tuang ke dalam cetakan, biarkan mengeras dan sajikan saat sudah dingin.





**MOEJOE
KIDS**



MOEJOEAPPAREL



539EEE42



08225939623



Keceeriaan Mewarnai

bersama
Teman Kecil

Kategori :
TK (4-6 Thn)
&
SD (7-9 Thn)

Uang
Pendaftaran
Rp 55.000,-
Snack &
Goodybag

Living Walk (Mal Living World - Lantai dasar)

Sabtu - 25 April 2015

Pk 10.00 - Pk 13.00 WIB (TK) - (Registrasi 30 menit sebelum acara)

Pk 15.00 - Pk 18.00 WIB (SD) - (Registrasi 30 menit sebelum acara)

Untuk Pendaftaran dan keterangan lebih lanjut hubungi : Riska - 021 6385 3560

Syarat & Ketentuan untuk acara AdotO selanjutnya dapat dilihat pada flyer

Event ini
terselenggara
berkat dukungan
dari :



DANSON
Drinking Water

USOEIS
Drinking Water

Feel Refreshed And Healthy

Suplemen Makanan

Biolysin[®] Kids

TUMBUH TINGGI, SEHAT
DAN KUAT

max

BERNOFARM

Rahasia Kulit Cerah Alami

Wanita dengan kulit yang putih biasanya dianggap lebih cantik. Tapi jangan salah, kulit sawo matang juga bisa tampil mempesona, asal sehat, cerah dan bercahaya.

Memiliki kulit wajah dan tubuh putih bak pualam biasanya menjadi idaman kaum hawa. Pasalnya, wanita dengan kulit yang demikian dianggap lebih cantik dan memikat. Ya, kulit yang putih memang bisa memberikan efek bersih. Disamping itu juga cocok menggunakan make up atau busana dengan warna apapun. Namun demikian, bukan berarti wanita dengan kulit sawo matang tak bisa tampil menarik.

Menurut Dr. Lilik Norawati, SpKK, dermatologis dari LNA Skin Health Clinic, kulit coklat khas wanita Indonesia sebenarnya sudah bagus. Kandungan melanin dalam kulit sawo matang tersebut merupakan penangkal kanker kulit yang ampuh. Jadi, jika ingin melakukan perawatan kulit, ada baiknya fokus pada fungsi mencerahkan dan membersihkan agar kulit tampak lebih bercahaya, bukan malah berusaha memutihkannya.

"Pertama kulit harus sehat. Bila kulit sudah sehat otomatis akan kenyal, ringan, tidak memiliki bercak-

bercak, warnanya merata, dan juga cerah bercahaya," ujar dokter yang akrab disapa Nora ini.

Sebenarnya, banyak cara yang bisa dilakukan untuk mendapatkan kulit sehat, cerah merona dan bercahaya tersebut. Mulai dari treatment premium jutaan rupiah sampai perawatan tradisional yang lebih terjangkau. Khusus untuk perawatan tradisional, tentu memiliki kelebihan karena terbuat dari bahan alami dan bebas pengawet sehingga dapat meminimalisir efek samping penggunaannya pada kulit. Nah berikut beberapa cara yang bisa dilakukan untuk mendapatkan kulit sehat alami :

- **Masker dan lulur Dengan Bahan Alami**

Kulit bercahaya bisa didapat dari rumah sendiri. Tidak percaya? Coba cek dapur dan temukan bahan-bahan alami yang ternyata sangat bermanfaat mencerahkan kulit. Misalnya, paduan jeruk lemon dan putih telur sebagai masker yang sangat efektif untuk menghilangkan noda bekas jerawat, mengecilkan pori-pori,

mengurangi minyak sekaligus mencerahkan warna kulit. Vitamin C yang tinggi pada lemon dapat membuahkan hasil yang benar-benar nyata dalam waktu yang tidak lama. Selain lemon, ada juga bengkuang, pepaya, teh hijau dan susu yang sudah terkenal akan kemampuannya untuk membersihkan kulit secara turun temurun. Penggunaannya sederhana, cukup dijadikan masker pada wajah atau lulur pada kulit tubuh lainnya secara rutin.

▪ Jangan Absen Bersihkan Wajah

Banyak faktor yang membuat melanin bertambah yang menyebabkan warna kulit semakin gelap. Mulai dari paparan sinar matahari, debu, suhu, cuaca, serta polusi udara. Oleh karena itu, salah satu cara merawat wajah agar bersih bercahaya adalah dengan membersihkannya secara rutin, terutama sebelum tidur. Membersihkan wajah dengan rutin akan membantu mengangkat sisa-sisa make up dan kotoran penyumbat pori dan sel kulit mati yang menumpuk. Selain itu mempercepat regenerasi sel kulit baru untuk tumbuh. Rangkaianannya bisa dimulai dari susu pembersih, cleansing foam dan penyegar untuk mengecilkan pori. Ingat, meskipun proses ini sedikit rumit namun hasilnya sangat efektif untuk menjaga kebersihan dan kecerahan kulit. Sedangkan untuk tubuh, scrub dari bahan alami seperti teh hijau atau kopi dapat dijadikan bahan peeling.

▪ Pelembab dan tabir Surya

Mengingat Indonesia berada di iklim yang tropis, maka pelembab dan tabir surya menjadi hal wajib yang harus dipakai setiap harinya. Peran pelembab adalah menjaga keseimbangan kadar air dalam wajah. Apabila kelembapannya kurang, maka kulit akan kering, sensitif dan mudah meradang. Sedangkan bila berlebih akan menjadikannya berminyak dan mudah berjerawat.

"Kulit kita akan beradaptasi sesuai dengan iklim,

sehingga penting untuk mengetahui pelembab apa yang cocok. Untuk perawatan kulit berwarna sawo matang, lebih baik mengaplikasikan pelembab yang mengandung SPF. Tujuannya untuk melindungi kulit dari paparan langsung sinar matahari," lanjut Nora.

Penggunaan pelembab ini wajib untuk semua jenis kulit, termasuk kulit berminyak sekalipun. Semua pelembab yang mengandung SPF dan vitamin B3 sangat tepat untuk merawat kesehatan kulit dan anti inflamasi atau radang. Sementara tabir surya dapat melindungi kulit wajah dari paparan sinar ultraviolet A dan ultraviolet B. Kedua kategori sinar ini dapat menimbulkan noda hitam pada kulit wajah. Oleh karena itu, usahakan untuk selalu memakai tabir surya saat sedang melakukan perjalanan yang mengharuskan wajah terkena sinar matahari.



Posisi Tidur Terbaik Ibu Hamil

Seiring dengan perut yang semakin membesar, ibu hamil kerap kesulitan menentukan posisi tidur yang paling tepat. Lalu, bagaimana cara menyiasatinya?



Tak bisa dipungkiri, tidur dengan nyenyak memang kebutuhan semua orang. Terlebih bagi ibu hamil yang notabene memerlukan tenaga serta sistem kekebalan tubuh ekstra. Jika kurang tidur, bukan tak mungkin ibu hamil bertambah lelah, lesu dan lemah. Otomatis perkembangan janin pun dapat ikut terganggu.

Itu sebabnya, para pakar kehamilan menyarankan agar ibu hamil tidur paling tidak 7-9 jam per hari. Sayangnya, kondisi tubuh ibu hamil dengan bobot dan perut yang semakin membesar seringkali menghambat tidur nyenyaknya. Jangankan tidur siang, tidur malam yang sesuai siklus harian pun susah dilakukan. Dan hal yang paling sering dikeluhkan adalah bagaimana sebenarnya posisi tidur yang terbaik bagi ibu hamil sehingga mereka dapat tidur dengan nyenyak tanpa perlu mengkhawatirkan keadaan janin yang dikandungnya? Apakah telentang, miring ke samping atau bagaimana? Apalagi ketika lewat dari trimester pertama, saat

kondisi perut semakin membesar.

Menurut Dr Rosdiana Ramli, SpOG, sebenarnya menentukan posisi tidur terbaik bagi ibu hamil tidaklah baku. Semuanya tergantung dari kenyamanan ibu hamil itu sendiri. Tentunya dengan tetap memperhatikan kondisi dan riwayat kesehatan si ibu dan janin.

Posisi Terbaik

Posisi tidur tengkurap tentulah paling tidak nyaman. Sebab selain terganjal perut yang semakin membesar, dengan tidur tengkurap payudara ibu hamil akan terasa sakit. Karena itu posisi tidur telentang bisa dijadikan pilihan.

Namun demikian, posisi tidur telentang hanya disarankan sampai usia kehamilan memasuki minggu ke 16. Mengapa? Karena di minggu ke 16 berat janin semakin bertambah. Dengan posisi telentang akan memaksa bagian belakang tubuh ibu hamil menopang seluruh berat badannya. Yang terjadi justru resiko sakit pinggang, wasir, dan gangguan pencernaan serta mengganggu pernapasan dan sirkulasi.

Pada beberapa kasus ibu hamil yang memiliki riwayat darah tinggi, posisi tidur telentang di trimester kedua ternyata dapat mempengaruhi tekanan darah. Efek yang paling sering dirasakan adalah merasa pusing dan lemas.

Karenanya, Rosdiana menyarankan agar ibu hamil tidur dengan posisi miring. Paling tidak setelah usia

kehamilannya memasuki minggu ke 16. "Posisi tidur miring memang posisi yang terbaik ketimbang yang lainnya. Terlebih jika miringnya ke arah kiri. Pasalnya posisi ini terbukti mendatangkan banyak keuntungan. Tidak hanya pada ibu hamil tapi juga pada janin," terangnya.

Dengan tidur miring ke arah kiri, janin akan mendapatkan aliran darah dan nutrisi yang maksimal ke plasenta karena adanya vena besar (vena cava inferior) di bagian belakang sebelah kanan svina yang mengembalikan aliran darah ke tubuh bagian bawah ke jantung.

"Tidur dengan posisi miring juga sangat bermanfaat membantu ginjal membuang sisa produk dan cairan dari tubuh ibu hamil sehingga mengurangi pembengkakan pada kaki, pegelangan kaki dan tangan," tambahnya. Selain itu, tidur miring ke arah kiri juga dapat membantu mengoptimalkan aliran oksigen ke janin.

Rosdiana melanjutkan bahwa sebenarnya tidur miring ke arah kanan juga tidak masalah. Ibu hamil dapat mengganti posisi miring ke kanan dan ke kiri agar tidurnya bisa lebih nyaman. Ia juga menekankan bila di tengah malam sang ibu hamil terbangun dan menemukan ternyata posisi tidurnya sudah telentang, maka tidak perlu khawatir. Cukup kembali saja pada posisi miring. Agar lebih nyaman letakan bantal diantara dengkul dan satu bantal lagi di punggung.





The complete range to take care of babies' delicate skin everyday

Sudahkah Anda menggunakan produk yang aman untuk bayi Anda? Meskipun anda selalu menjaga kebersihan dan kesehatan kulit bayi, anda mungkin khawatir dengan bahan kimia yang terkandung di dalam sampo, sabun, atau lotion bayi anda. Parabens (bahan pengawet) dan Sodium Lauryl Sulfate (SLS) adalah bahan-bahan kimia berbahaya yang harus dihindari untuk kulit sensitif pada bayi.

Parabens memiliki sifat yang mirip dengan hormon estrogen. Terlalu banyak estrogen dapat meningkatkan resiko kanker payudara dan mempercepat perkembangannya. Sedangkan SLS kerap kali menyebabkan iritasi pada kulit. Menurut *Journal of The American College of Toxicology*, kadar 0,5% pada sampo dapat menyebabkan iritasi kulit, sementara 10% - 30% dapat menyebabkan korosi kulit.

CHICCO Toiletries Baby Moments hadir secara khusus diformulasikan untuk bayi mulai dari newborn yang bebas dari Parabens dan SLS. Tidak hanya itu, rangkaian produk CHICCO Toiletries Baby Moments sudah teruji klinik, meminimalkan resiko alergi dan iritasi pada kulit, bebas pewarna, tidak pedih di mata bayi, serta memiliki pH netral yang cocok untuk kulit bayi yang sensitif.



RIGHT-START[®]

Baby Carrier

* Promote closeness and essential bonding between you and your baby.

* Nurse in privacy without removing baby.

* Baby carriers help position the baby comfortable and at the same time provide the proper support for the infant's spine and hips



Available at your specialty baby stores
Distributed exclusively by Tomoko
www.tokobayi.com

Menikmati Rimbunnya Hutan Mangrove di Kota Pahlawan

BINGUNG Mencari tempat berlibur bersama keluarga? Mungkin Ekowisata Mangrove yang ada di Surabaya bisa dijadikan pilihan. Selain murah meriah, berlibur di tempat ini dapat membuat si kecil belajar tentang pentingnya menjaga kelestarian lingkungan.



Hutan Mangrove atau lebih dikenal dengan nama Hutan Bakau adalah hutan yang biasa tumbuh di atas rawa-rawa serta terletak pada garis pantai yang dipengaruhi pasang surut air laut. Secara umum, Hutan Bakau itu berfungsi untuk melindungi pantai dari proses erosi dan menjadi tempat tinggal dari berbagai satwa yang menarik, termasuk burung.

Di Indonesia, ada dua kawasan mangrove yang

sangat diperhatikan karena bakal dijadikan proyek percontohan dalam Mangrove Ecosystem Conservation and Sustainable Use (MECS). Salah satunya adalah Ekowisata mangrove yang terletak di daerah Rungkut, Wonorejo, Jawa Timur. Proyek tersebut merupakan hasil kerjasama antara Kementerian Kehutanan Republik Indonesia dengan Japan International Cooperation.

Ekowisata Mangrove Wonorejo itu sendiri diresmikan pada bulan April 2011. Dengan adanya tempat itu, Surabaya sudah sepatutnya berbangga. Sebab di tengah semaraknya pembangunan kota dengan gedung-gedung bertingkatnya, Pemerintah Daerah Kota Pahlawan ini tetap bisa menyisakan lahan sebagai penyelamat lingkungan dari bahaya banjir dan erosi.

Surga Di Tengah Kota

Untuk menuju ke Hutan Mangrove Wonorejo tidaklah sulit. Bila membawa mobil sendiri, dari Jembatan MERR II-C di Jalan Ir. Sukarno, calon wisatawan bisa mengambil belokan ke kiri dan lewat samping kampus STIKOM Surabaya. Kemudian perjalanan bisa dilanjutkan

lurus ke arah timur.

Kondisi jalan yang tadinya mulus dan beraspal akan mulai berubah menjadi tidak rata ketika sudah memasuki gerbang kawasan Ekowisata Mangrove. Tak lama kemudian di sebelah kanan jalan tampak sebuah gapura dari bambu bertuliskan "ANDA MEMASUKI KAWASAN HUTAN MANGROVE - WONOREJO."

Sesampainya di dalam, ada sebuah dermaga lengkap dengan perahu-perahu yang bisa dipakai untuk membawa pengunjung berkeliling menyusuri sungai yang membelah Hutan Bakau ini. Perahu itu cukup besar dan bisa menampung sekitar 30 sampai 40 orang dewasa. Tarifnya hanya Rp 25 ribu untuk dewasa dan Rp 15 ribu untuk anak-anak.

Perjalanan menyusuri Hutan Mangrove menggunakan perahu memakan waktu sekitar 1 sampai 1,5 jam. Selama itu, rimbunnya Hutan Mangrove dapat dinikmati. Asyiknya lagi, sambil mendengarkan penjelasan dari pemandu, pengunjung dapat mengamati aneka burung yang terlihat berkeliaran dengan bebas. Sudah tentu bertambah lagi pengetahuan yang bisa didapat oleh si kecil.

Apabila tidak ingin naik perahu, maka pengunjung bisa menyusuri jogging track yang ada di kawasan ini. Jogging track itu terbuat dari bilah-bilah papan yang terusun rapi membelah rimbunnya hutan bakau.

Puas menikmati Hutan Bakau, pengunjung masih bisa melanjutkan wisatanya di kolam pancing sembari menikmati makan siang di rumah makan yang tersedia. Sungguh, rasanya sangat menyenangkan karena bisa 'bersembunyi' sejenak dari bisingnya Kota Surabaya sekaligus melakukan petualangan yang bermanfaat bersama si kecil. (Rosdiana)



Antangin JUNIOR Goes to School 2015



SDN RENGASDENGKLOK 2
(9 FEBRUARI 2015)



SDN NAGASARI 4
(28 FEBRUARI 2015)



SDN KEDAUNG WETAN 8
(13 MARET 2015)



Mau jadi bintang iklan BISCOTTI 2015 ?

IKUTI LOMBANYA !



Syarat dan Ketentuan:

FB : Snack Sehat Biscotti



FAMILY FUN FEST @THE GREEN RESIDENCE SERPONG

Akhir maret lalu, PT Tombak Intan selaku pengembang dari perumahan The Green Residence Serpong mengadakan acara Family Fun Fest. Dalam kesempatan tersebut, sekitar 120 anak dari berbagai sekolah dan sanggar turut hadir memeriahkan acara. Kemeriahan Family Fun Fest makin terasa saat diluncurkan program kepemilikan rumah dengan pembayaran DP Super Ringan, dimana pembayaran uang muka rumah sebesar 20% dapat dicicil sebanyak 60 kali tanpa bunga. Di The Green Residence Serpong, setiap keluarga dipastikan dapat memiliki rumah idamannya tanpa harus dipusingkan dengan beratnya pembayaran.







Adek Al berjemur dulu Pa..

Nama : Ahmad Wildan Al Akhwami
Umur : 1 Tahun
Pengirim : Evi Nurul Fauziah



My Car

Nama : Alaric Titan Dewantara
Usia : 3 Tahun
Pengirim : Ernie Syah Putri



Jalan sore bersama guguk

Nama : Maximilian Edbert
Usia : 2 Tahun
Pengirim : Linna



I am a Model

Nama : Marisa Sitanggang
Usia : 4 tahun 4 bulan
Pengirim : Mastiur Tambunan



Cantiknya aku

Nama : Michelle
Usia : 6 Tahun
Pengirim : Popin Sayang



Aku lagi bobo miring nih, Keren Kan..

Nama : Clairine Veronica Emeris Sinaga
Usia : 1 tahun 8 bulan
Pengirim : Rosita Liem



Gagaku sebelum bobo

Nama : Salsabila Nayla Putri
Usia : 3 tahun 9 bulan
Pengirim : Sri Kusmini



Gaya dulu sebelum jalan sama mama..

Nama : Ryu Fernando Lay
Usia : 23 Bulan
Pengirim : Merlin



Ini Gayaku

nama : Batrisya Dira Putri
umur : 16 Bulan
pengirim : Rudi Abrianto



Keep Smile

Nama : Jason Dennis Kennedy
Usia : 11 Hari
Pengirim : Michele Nicholas



Gigit jariku..

Nama : Nathanael Arifin
Usia : 5 Bulan
Pengirim : Inggilgoendono



Bergaya dengan baju kesayangan

Nama : Alma Chiara Qadisha
Usia : 3 tahun 5 bulan
Pengirim : Marsha Ariani



Nyanguiii yukk sm aku..

Nama : Mutazham Ghaniy Satria
Usia : 7 Bulan
Pengirim : Indah Ambarwati



Olahraga bareng aku yuukk..

Nama : Lakeisha Noura Adinta
Usia : 2 tahun 4 bulan
Pengirim : Sari Nurlita

*Pick
Up*

*Reading
Point*

Dapatkan / Baca
Sang Buah Hati
di seluruh cabang :

- Lounge & Boarding Gate Bandara Soekarno Hatta
- Tumbletots
- KiddyCuts
- Creativkids
- Mothercare / ELC
- Sekolah Musik Indonesia (SMI)
- Dunkin Donut's
- Rafa Health & Beauty Lifestyle
- Willy Soemantri Music School

JAKARTA UTARA

1. Royal Progress International Hospital
2. Mom n Jo MOI
3. RSIA Family
4. RS Pantai Indah Kapuk
5. RS Gading Pluit
6. RS Puri Medika
7. RS Hermina Podomoro
8. Suzanna Baby Shop Kelapa Gading
9. Sun Smile
10. Klinik Gigi Gading Graha
11. Warung Tahu Kelapa Gading
12. Momoko Baby Shop
13. Baby Parcel PIK
14. Dental Health Center
15. Baby Empire
16. Punk Q Hair Studio
17. Kids Republik
18. Chocokid Littletown
19. TTK 10 Penabur PIK
20. RH Baby & Mommy Spa Pluit
21. Teach Indonesia School
22. LightHOUSE Kelapa Gading
23. RS Satya Negara
24. Mall Of Indonesia

JAKARTA PUSAT

1. Hocus Focus Plaza Indonesia
2. Baby's World
3. RS Mitra Kemayoran
4. Play Group Ar-Rahman
5. RSIA Bunda
6. Prodia Childlab
7. House of Costume
8. Shape-Up Indonesia
9. Sumber Aneka Karunia Abadi
10. RSIA Evasari

JAKARTA BARAT

1. Pelita Montessori Pre-School & Kindergarten
2. Bella Baby Shop
3. Ceria Baby Shop
4. Kinderworld Montessori
5. RS Puri Mandiri Kedoya
6. Baby Belle's
7. RS Medika Permata Hijau
8. Bubble n Me
9. Sempoa Sip Citra 2
10. Drg. Linus Boekitwetan
11. Medikids Klinik & Apotik
12. Megumi Baby House
13. Ruang Menyusui Media Indonesia

14. Kid & Baby Zone
15. Lisa Donna @ The St. Moritz
16. Lavie Baby House
17. Dr. Dianto, SpA
18. Little Mouse Kids Photography
19. Asoka Baby Shop
20. Yen's Baby & Kid Shop Kemanggisan
21. Bebe Love Tomang
22. Arche & Joan Music

JAKARTA SELATAN

1. Chicco
2. Taman Balita Teddy Bear
3. RSIA Yadika
4. ESC
5. RSIA Kemang Medical Care
6. Purl Toys Hair Salon
7. Brawijaya Women & Children Hospital
8. Suzanna Baby Shop Pondok Indah
9. Nenen Baby shop
10. Children Hair Salon
11. Studio Photo Kodok Ijo
12. Playgroup Blossom
13. Sekolah Lentera International
14. Ceria Montessori Scholl
15. Circus Play & Party
16. The Play Ground
17. Playparq@Kemang
18. Rumah Main Cikal
19. Mom n Jo FX Senayan
20. Animaland FX Senayan
21. RS Medistra
22. Kiddination
23. Mahakam Shoppe
24. Apotik Mahakam
25. Esther House Of Beauty
26. Ever Green
27. Carina Hair & Beauty
28. Roger's Salon, Clinic & Spa
29. Click House
30. Madeline Beauty Center
31. LightHOUSE Kebayoran
32. LightHOUSE Simatupang
33. RSIA Asih
34. Playgroup Fambright
35. Children Store Pacific place
36. Children Store Senayan City

JAKARTA TIMUR

1. RS Omni Pulo Mas
2. Kits 4 Kids
3. PG & TK Kristen Pelita Kasih

4. RS Hermina Jatinegara
5. RS Yadika
6. Kids Republic
7. Pestalozzi

BEKASI

1. Baby's World
2. Kidea Pre School
3. RS Citra Harapan Indah
4. RS Bersalin Taman Harapan Baru
5. RSIA Hossana Medica
6. RS Medica Cikarang
7. Hema Dutch Family Resto
8. RS Bella
9. RS Hermina Bekasi
10. RS Tiara
11. One Win Baby Shop Mega Bekasi Hypermall
12. RS Mitra Keluarga Bekasi Barat
13. Bebe Love Bekasi
14. TKK Penabur Harapan Indah Bekasi
15. Bebe Love Kemang
16. Bebe Love Harapan Indah
17. RS. Grand Hermina Bekasi

SERPONG BINTARO TANGERANG BANTEN

1. RSIB Putera Dalima
2. RS. Eka Hospital
3. Biyan Baby Shop BSD
4. RS. Siloam Karawaci
5. Suzanna Baby Shop
6. Archa Klinik
7. Creativkids Karawaci
8. Mom n Jo Spa BSD
9. Klinik & Apotek Dharma
10. Bintaro Jaya Xchange
11. RS. Mayapada Hospital
12. Cheese Cake Factory
13. Sekolah Abbakids
14. RS Awal Bros
15. Puskesmas Poris Gaga
16. Klinik DK Bintaro
17. Amazia Music School
18. Sudjana Kids & Baby Shop
19. Bebe Love Graha Raya Bintaro
20. Kharinta Clinic
21. Camio Picture
22. Laboratorium Klinik PrimaLab
23. Mae Bebe
24. Maxlynn Baby Shop
25. Toko Susu Mimi
26. Mom n Bab
27. Moejoe Boys & Girls
28. RS Omni International Hospital

29. Mom's Shop Alam Sutera
30. Quantum Change Academy
31. Bebe Love Gading Serpong
32. Ballet Sumber Cipta
33. Mom's Shop Gading Serpong
34. Mom & Child Hospital Siloam
35. ADHD Center
36. RSIA St.Carolus
37. Living World
38. Anita Salon Alam Sutera
39. Mommy & Me Gading Serpong
40. Bethsaida Hospital
41. Precang Life Clinic (PRELIC)
42. Baby Deco
43. Bio Medika Gading Serpong
44. Bian's Gading Serpong
45. RH Baby & Mommy Spa Summarecon
46. Etoile
47. Wonderland Alam Sutera
48. Bian's Alam Sutera
49. Ken N Mom Gading Serpong
50. Sunny Side Up
51. Stella Maris Internasional Education
52. Sun Smile Alam Sutera
53. Mom's Cakes & Cookies Gading Serpong
54. Baby Star
55. Raditya Baby & Kid Gallery
56. Bandar Jakarta Alam Sutera
57. Perpustakaan PG & TK Penabur
58. First Step
59. Baby Jumper Gym International
60. RH Baby & Spa Gading Serpong

BOGOR

1. Via Baby & Gift Shop
2. Rumah Sakit Ibu dan Anak ANNISA
3. Baby and Child Clinic Tumbuh Kembang
4. Resto De' Leuit
6. RS Meilia Cibubur
7. Royal Safari Garden
8. Bakmi Golek
9. Baby Wish Botani Square
11. Baby House
12. RS Bogor Medical Centre

DEPOK

1. RS Ibu dan anak Graha Permata
2. Burger & Grill
3. Baby's World ITC Depok
4. RS Bunda
5. Margo City
6. RS Hermina Depok

7. Bubble n Me
8. RS Centra Medika
9. RS Puri Cinere
10. Dinopark Depok Town Square
11. TK Citra Persada
12. TK Dian Didaktika
13. Mabelly by Ryan Salon
14. Fery Salon & Spa
15. Hair Colouring & beauty Salon
16. Kawai Baby Kids Shop
17. Tasya Baby Kids & Store
18. RS Bersalin Prima Husada

MEDAN

1. RS. Martha Friska
2. RSIA Stella Maris
3. RSIA Rosiva
4. Dokter Henniyo Angkasa
5. RS Columbia Asia

BANDUNG

1. Bunda Ganesa ITB
2. Yen's Baby Shop Setia Budhi
3. Santosa Hospital
4. Mivi Baby Shop
5. Sweet Baby
6. RSIA Sukajadi
7. Macademia Littleglam
8. Erha Apothecary
9. Melinda Hospital
10. RS Hermina Pasteur
11. Seluruh Rafa Center
12. Yen's Baby Kids Shop Dakota
13. Yen's Baby Kids Shop TKI II
14. Yen's Baby Kids Shop Lembang
15. Yen's Baby Kids Shop Antapani
16. The Summit Siliwangi Hotel

CIREBON

1. RS Ibu & Anak Sumber Kasih
2. RS Putera Bahagia
3. RS Gunung Jati

JAMBI

1. Apotik Anak Ibu
2. RS St. Theresia
3. Town for Kids

LAMPUNG

1. Laboratorium Enggal
2. Sekolah Tunas Mekar Indonesia
3. RS. Imanuel Way Halim
4. RS Anugrah Medika

5. Apotik K24 Antasari
6. Lampung Futsal - Kedung Meneng
7. Sekolah Global Surya

SURABAYA

1. Chicco Swalayan
2. Siloam Hospital
3. Tasya Baby & Kid Store
4. Regganis Baby Shop
5. De Angel Baby Shop
6. Megumi House
7. Bebe House
8. Mom n Bab Surabaya
9. Rumah Bersalin Anugerah

BALI

1. Davincio Magic Art School
2. Mutiara Media Klinik
3. Klinik 24 Jam Prof. Bagiada
4. PG dan TK Petra Berkat School
5. Bali Public School
6. Sekolah Kuncup Bunga
7. TK Sidik Jari
8. Klinik Bidan Oka Kartika

SEMARANG

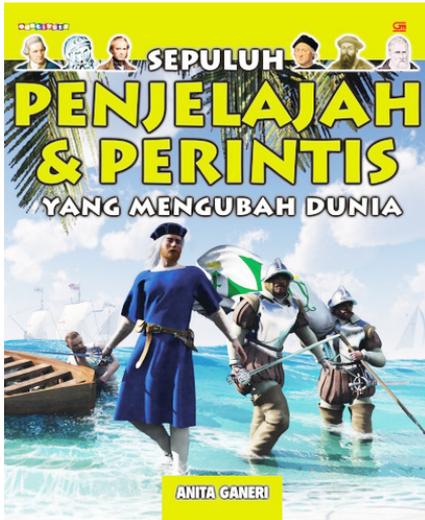
1. Baby Shop Buah Hatiqu
2. Toko Mainan Anak Ceria
3. Jala Kencana
4. RS Telogorejo
5. RSB Soegijoprano Bongsari
6. Toko Cilukba.co.id
7. Toko Sejati Baby
8. Tip Top Babyshop
9. Ramee Babyshop

YOGYAKARTA

1. RS Santa Elisabeth
2. Imatho Family Care
3. Rainbow Salon & SPA Sekeluarga
4. Varastri Salon & Day SPA- Female & Baby Only

LAINNYA

1. RH Baby & Mommy Spa Kendari
2. RH Baby & Mommy Spa Makasar



10 Penjelajah dan Perintis yang Mengubah Dunia

Penulis : Anita Ganeri

Penerbit : Gramedia

Harga : Rp 55.000,-

Si kecil senang dengan pelajaran Sejarah? Pastikan ia memiliki buku 10 Penjelajah dan Perintis yang Mengubah Dunia. Sesuai dengan judul bukunya, di dalam tercatat 10 nama yang dianggap paling berpengaruh dalam mengubah dunia. Mulai dari migrasi manusia pertama hingga Yuri Gagarin, serta kepemimpinan Julius Caesar hingga Nelson Mandela.

Koleksi Cerita 5 Menit Winnie The Pooh

Penulis : Disney

Penerbit : Elex Media Komputindo

Harga : Rp 60.000

Terkadang karena kesibukan sehari-hari, orangtua hanya punya waktu 5 menit untuk membacakan cerita sebagai pengantar tidur si kecil. Buku Koleksi Cerita 5 Menit Winnie The Pooh hadir untuk memenuhi kebutuhan tersebut.

Berisi 28 cerita ringan, Koleksi Cerita 5 Menit Winnie The Pooh akan menghibur sekaligus mengajarkan berbagai hal baik untuk sang buah hati. Dilengkapi dengan boneka jari, buku ini pasti akan menjadi favorit.





Metal Playpen

WHY SAFETY GATE?



Metal Safety Gate

Once your baby starts crawling, safety gates can make your life easier and your child safer. It will keep your baby away from potential dangers, such as stairs, and to block access to unsafe rooms, like livingroom or kitchen or other harmful places.



Retractable Gate

Our **DEMBU** Safety Gates provide you:

- Multifunctional stylish gate
 - Easy to install
 - Easy to clean
- Adjustable and light

Sweety®

NEW LOOK



"Baby's best friend"

Sanrio
LICENSE
© 1976, 2015 SANRIO CO., LTD.

Hello Kitty Dear Daniel