

Jasper Rombout

Tuurlijk Schatje

Hoe mannen vader worden

Uitgeverij Brandt

Amsterdam 2015

Voor Jon
omdat ze zulke leuke kindjes maakt

Voorwoord

*Je kind is deze week zo lang als een flesje
bier,
zo'n 28 cm.
Mooi beeld.
En het weegt zoveel als een groot pak koffie,
namelijk 500 gram.
Dat is net zoveel als de meeste zakken
gedroogde pasta's
in de supermarkt.
Voel maar eens,
als je straks boodschappen doet.*



Wij mannen zijn heus wel geïnteresseerd in de zwangerschap. Echt. Zolang de boodschap maar niet omgeven wordt door hartjes en walmt naar de Zwitsal.

Maar ja, dat is dus precies waar het misgaat. Toen mijn Jon zwanger was van ons meisje Moos had ik zelf best behoefte aan wat meer kennis en achtergrond. Over haar humeur (soms echt niet te harden), haar gestel en de voorgang van die Gremlin die mijn leven op de kop ging zetten. Kennis, ja graag, maar dan wel zonder me eerst te moeten verzuipen in de roze wereld van die zwangere wijven. Websites genoeg met informatie over de exacte ontwikkeling van de groei, de voor- en nadelen van huisklerkluipers en de beste crèmes tegen striae.

Copyright © Jasper Rombout 2015
Omslagontwerp: Dog & Pony
Zetwerk: CeevanWee
NUR 450
ISBN/EAN: 978-94-92037-26-8
Auteursfoto: LutskePhotography.com

Maar als man kreeg ik er een slappe bekkenbodem van.

Als man lees ik geen dikke pillen (zonder plaatjes) over baby's, punt. Ik wil hoogstens verhalen (mét een clou - dankjewel) waar ik stiekem wat van opsteek. Dat is de reden dat wij mannen vrienden hebben.

Altijd al onmisbaar en zeker in de 294 dagen, 42 weken of 9 maanden die de zwangerschap duurt. De woorden van je beste maten zijn dan ineens goud waard. *'Oh dat herinner ik me ook nog, ja.*

Gewoon je mond houden en slikken', 'Laat het van je afglijden' of 'Even doorbijten. Ze trekt wel weer bij als het tweede trimester aanbreekt'.

Het zijn de tips die ik kreeg in de kleedkamer van de basketbal, de voetbalkantine en de kroeg. De tips doorwrocht met ervaring en testosteron, die liefst werden geserveerd met een pilsje én een ietwat sadistische lach.

(Geen beter vermaak dan leedvermaak). De tips al met al, waar je wél wat aan hebt.

De beste adviezen van mijn vrienden, van ervaren padres tot verse stresspapa's, hield ik bij in een schriftje. Omdat ze simpelweg te leuk waren om te vergeten als die kleine er eenmaal zou zijn. Gaandeweg de zwangerschap vulde ik het schriftje aan met mijn eigen ervaringen. Met eigen tips en observaties waarvan ik hoop dat ik mijn vrienden er weer een plezier mee kan doen.

Een gewaarschuwd man – een man mét dit boekje dus – telt voor twee.

Er zijn proeven mee gedaan. Geef een hond volkomen onverwacht een schok en na een keer of tien ligt hij alleen nog jankend op zijn rug, in blinde paniek wachtend op wat komen gaat.

Maar als een belletje rinkelt, vlak voor elke schok, houdt de hond de kweeling niet alleen veel langer vol, hij stelt zich erop in. En blijft functioneren. Dat belletje, dat is dit boek. De hond, dat is de man met een zwangere vrouw. Geen idee wat hem te wachten staat, en het wordt ook zwaar, vriend.

Daarom: dit boek geeft je houvast. En wel op elke specifieke dag van de zwangerschap.

Van de twijfel in week 12 tot de seksuele piek in week 15. De mijlpaal van week 26 en het aftellen vanaf week 36 – al tellen wij mannen al af vanaf dag 1.

Je weet straks wanneer je moet duiken, en wanneer je even extra lief moet zijn. Welke weken het zwaarst zijn, en wanneer ze je zal bespringen. En tuurlijk: je weet zo in welke week wordt bepaald of je straks op zaterdagochtend langs een veld staat, of in een balletzaal. Wanneer het gevolg (het kind) groter is dan de oorzaak (je lid). Zo pak je lachend ook nog je kennis mee.

Meisje ook blij.

Rest mij nog wat mensen te bedanken. Te beginnen bij mijn moeske, Lidie. De vrouw die mij met



liefde en aandacht gevormd heeft, tot mijn Jon mij af kwam maken. En dan de mannen, met wie ik dit papieren kindje gebaard heb. Dat zijn er nogal wat, maar Gert-Jan (mijn papa) verdient zoveel lof voor het voorbeeld dat hij mij mijn hele leven gaf. Daar ben ik trots op.

En van mijn vrienden moet Hans van der Beek, de beste pen die ik ken, eerst het schild op. Gevolgd door Johannes, Barry, Herman, Tim en Paul. En ze zijn het allemaal vast met me eens: op papier valt het best mee, zo'n bevalling.

Veel leesplezier *daddy to be*
Jasper

PS: *Tuurlijk Schatje* is er ook als app voor je smartphone. Check it out!



MAANDAG - PAPA

No-no

Je hebt werkelijk geen idee.

In week 1.

Dat klopt ook wel.

Feitelijk kan het zo zijn,
dat jullie 'het' nog helemaal niet hebben
gedaan.

Of misschien ontmoeten jullie elkaar pas
volgende week.

En jij hebt dit boekje nog helemaal niet.

Je drinkt je pilsje,
stolly met ijs
of je thee.

Je bent een no-no.

Lekker man...



DINSDAG - MAMA

LOS!

De eerste week
van de zwangerschap,
is net als alle andere weken.
Dat ze niet zwanger is.

Ze rookt,
of niet.
Drinkt,
of niet.

Afhankelijk van hoe gezellig ze altijd is.
Ze zit op de bank.
Of gaat los.
Weet zij veel.
Dat jij over 2 weken aanschuift.
Met je snode plannen.



WOENSDAG - GELD

Doelgroep

Lang was je doelgroep voor bepaalde reclames.
Voor scheermesjes met 5 vlijmscherpe mesjes,
bier zoals bier bedoeld is
en zonvakanties vol discotheken
en meisjes zonder noemenswaardige kleding.

Vanaf vandaag behoor je tot een andere
doelgroep:
de onzekere aanstaande vader;
bereid om veel geld uit te geven.
Daarom elke woensdag financiële tips.
We doen ons best het leuk te houden,
beloofd.



DONDERDAG - BABY

In den beginne...

Dit bericht leest niemand live.
Kan ook niet,
jij komt pas over een week of twee
in het plaatje.

En nu blader je terug,
in dit boek.
om te kijken hoe het begon.

Zo:

Je loosde 160 miljoen spermacellen.
slechts 200 daarvan haalde de eicel.
meestal haalt 1 het naar binnen.

De kop van de zaadcel
smolt samen met de kern van de eicel.

46 chromosomen
23 van jou
23 van haar.
24 uur later deelde de cel voor het eerst.
4 dagen later waren er al 100 cellen.

Goed bezig, jullie.



VRIJDAG - NAASTEN

Fase

Er zijn vrienden
die er altijd zullen zijn
in elke fase van je leven.

En dan zijn er gelegenhedsvrienden.
Metgezellen
in de tijd
toen je nog studeerde,
blowde,
voetbalde,

spijbelde
of een bepaalde baan had.

Zonder het nu te weten
eindigt
over een week of 2
een duidelijke fase.
Die van man zonder verantwoordelijkheden.



ZATERDAG - VRIJE TIJD

Hobby

De liefste hobby van de man is een hele oude.
We doen het gemiddeld 2 keer per week.
Maar denken doen we er elke minuut aan (Freud).
Dus: 1 op de 5.040 keer leidt het ergens toe.
Da's geen beste score.

De Ohio State University deed recent eigen
onderzoek
en kwam op slechts 19 seksuele gedachtes per
dag.
En dat was nog wel bij jonge mannelijke
studenten.
De jonge goden dachten, zo bleek,
ook vaak aan hun twee andere hobby's:
eten (18x) en slapen (11x).
Rare getallen.
Blijkbaar hobbyt Diederik Stapel tegenwoordig
bij in de VS.



ZONDAG - RUST

Niet zo'n gek idee van die christenen.





MAANDAG - PAPA

Wat telt

Ergens deze week,
misschien begin volgende week,
ga je iets unieks meemaken.

Een vrijpartij die je nooit meer gaat vergeten.
Waar je de rest van je leven aan zult worden
herinnerd.

En toch,
dikke kans dat het nog geen 3 minuten gaat
duren,
zoals bij de meesten van ons.

Ach, het gaat om het resultaat.



DINSDAG - MAMA

Jump

De eisprong.
Of ovulatie.
Dat is een dingetje, bij een zwangerschap.

De eicel
waar jouw zwemmers het op hebben gemunt,
komt in week 2.
Dan begint de race.
Tegen de klok die menstruatie heet.
Als jij goed timet,
is zij over 2 weken over tijd.



WOENSDAG - GELD

Zorg

Jullie zijn zwanger.

Gaaf.

Zoenen, proosten, dromen.

En direct daarna financiële stap no#1:

check de zorgverzekering!

Hoe is de dekking van kraamzorg voor je meisje?

Is er gelegenheid om over te stappen tijdens de
zwangerschap?

En bij welke aanvullende pakketten ben je het
beste af?

Er zijn namelijk meer (zorg)kosten dan alleen
de verloskundige.

Wat dacht je van: zwangerschapscursussen, een
kraamhotel,

lactatiedeskundige (borstvoeding),
ziekenhuisverblijf, babymassage of extra
prenatale screenings?

Duizelt het je al?



DONDERDAG - BABY

Snelle jongens

Leuk weetje:

zaadcellen met het Y-chromosoom,
dat zijn de jongetjes,
die zwemmen het snelst.



Zaadcellen met het X-chromosoom,
de meiden,
zijn groter
en houden het langer vol.

Had je seks vóór haar ovulatie,
dan is de kans op een meisje het grootst.
De jongens kwamen namelijk te vroeg voor het
feest.



VRIJDAG - NAASTEN

Bakfiets

Jij en je vrienden.
Jullie zitten op een lijn.
Ervaren dingen hetzelfde.

All You Need is Love: barf
A-Team: nostalgie
Rondje: Lekker (wiens beurt is het?)
Bakfiets mama: k*twijven

Dat bindt.
Maakt vrienden.

Tot je moet vertellen
over 1,5 jaar
dat jouw meisje
een nieuwe fiets heeft...



ZATERDAG - VRIJE TIJD

Sport

Met sport kun je alle kanten op.
En dan niet van karate tot ballet
maar fundamenteler:
of het goed voor je is.
Of slecht.

Zeker, van sport gaat je lijf langer mee,
je voelt je gelukkig van zweet
en minder gewicht leidt tot minder kwalen.
Prima betoog.

Aan de andere kant:
sport is de oorzaak van het meeste kortdurende
verzuim op het werk.
Want het is de hoofdoorzaak van sportblessures.
Daar is nou geen speld tussen te krijgen.



ZONDAG - RUST

Kijk eens of je het gras kunt zien groeien.





MAANDAG - PAPA

Man

Het zit er dik in
dat je soepel kunt uitleggen wat een boxermotor
is
of buitenspel,
en inparkeren doe je feilloos.

Who cares, pas sinds deze week ben je een echte
man.

Je hebt precies dat voor elkaar gekregen
waarvoor je op de wereld bent gezet:

Je hebt je voortgeplant.

Jaarlijks gebeurt dat 208 miljoen keer per
jaar, aldus de WHO.

En toch:

Het is een wonder, man.



DINSDAG - MAMA

Net als in de film

In de film weet je precies wanneer het zover is.
Het meisje rent op de ochtend naar het toilet en
geeft over.

De man, in zijn warme bed, vermoedt een kater,
een griepje misschien, of die garnalen
gisteren.

En draait zich nog eens om.

De kijker thuis kijkt wel eens vaker film. Die
weet genoeg:
er komt een kleintje aan.



Jij nu ook.

De rest van de wereld moet het voorlopig doen
met slappe excuses.

Zwakjes, de tijd van het jaar, druk op het werk.
Eerst maar eens een paar weekjes verder komen.



WOENSDAG - GELD

Roze of rode wolk?

Oké, houd je vast.

Even snel wat feiten,
gewoon twee keer slikken en dan 'ja' knikken.
Gaan we:

- Je eerste kind kost gemiddeld jaarlijks 17%
van je besteedbaar inkomen, aldus het Nibud
- Twee kinderen kosten samen gemiddeld 26%
- Drie kinderen 33%
- Vier kinderen 40%

Conclusie: financieel gezien kunt je beter met
je derde of vierde kind beginnen.



DONDERDAG - BABY

Zy-wattus?

Een bevruchte eicel heet een zygote.
Precies,

probeer dat maar eens te leggen bij Scrabble.
Wat een zaadwoord.

Na een paar dagen van celdelen
heet het een blastocyst.
Nee, dat maakt het beter.
Gelukkig heet het nu,
na de innesteling,
0,1 tot 0,2 mm groot,
gewoon embryo.

Trouwens.
Die celdeling gaat door.
Tot het kind uit miljarden cellen bestaat.



VRIJDAG - NAASTEN

Alcohol

Dat was ook iets dat je deelde
met je meisje
samen een wijntje,
gin-tonic,
white-russian
De eerste keer
wordt weer
tijdens de borstvoeding
Geloof ons, die gaat smaken.

Tot die tijd zul je het met je vrienden moeten
doen.

Dat avondje kroegen, dat drankje na de sport
dat terrasje op een doordeweekse namiddag.



ZATERDAG - VRIJE TIJD

Verwachtingen

Zij is in verwachting.
Mooi.
Dus moet jij verwachtingen managen.

Van ons mannen wordt verwacht
dat we 2 rechterhanden hebben.

Dat we
fluitend Ikea-kastjes bouwen
schapjes ophangen met onze ogen dicht.

Of onze vrouwen het nou echt denken
of alleen maar hopen,
maar in hun verbeelding
worden wij geil van de geur van zaagsel,
en zijn we pas thuis met een meetlint
aan onze broekriem.

Wees eerlijk wat je kunt
en wat je leuk vindt.
Doe het snel,
of heb de rest van je leven
een lijstje met klusjes
elke weekeind weer.



ZONDAG - RUST

Middagslaapje?





MAANDAG - PAPA

Stilletjes

Er waren keizers
die hun vrouw inruilden
omdat ze hem alleen dochters gaf.

En dat terwijl het juist de man is
die het geslacht bepaalt.
Direct bij de bevruchting.
De zaadcel heeft een X-chromosoom of niet.
Dat geeft de doorslag.

Wij mannen hebben de komende maanden
geen reet in te brengen.
Maar dit hebben we toch mooi even bepaald.
Onze stille stempel.



DINSDAG - MAMA

De G van gevoeligheid

Er zijn voldoende mannen (en vrouwen) die week 4
niet al te bewust meekrijgen.
Dat is echt dikke pech.
Want week 4 is een week met een hoofdletter G.
En wel die van gevoeligheid: de borsten van de
vrouw zijn uiterst sensitief.
Doe er je voordeel mee, vriend.
(En geen dank.)



WOENSDAG - GELD

Ontgroeien

Al die babymeuk – bizar gewoon.
Ten eerste, het is duur.
Soms best duur,
meestal schreeuwend duur.
En ten tweede,
het spul gaat soms korter mee dan die roze
bubblegum.

Een rompertje maat 50?
Geef het een week.
Die schattige Nike Air Max maat 10?
Maximaal drie weken.

En daarna? Dan geef je het door.
Een slimme vader staat open voor *hand me downs*
en houdt geld over.
Gewoon doen, je hebt het nodig.



DONDERDAG - BABY

1-2-3 TEST

Het lijkt echt nog nergens op.
Die ene millimeter grote embryo.
Met de beste wil van de wereld
zie je er niet meer in dan het is.
Een klompje cellen.

Maar wow,
het is te zien in de urine van je meisje.

Het is aan te tonen.
Het laat een kruisje achter,
roze of blauw.

Let wel:
Dat is een willekeurige keuze van de fabrikant,
het zegt niets over het geslacht.

Gaat het ook niet om:
het is!



VRIJDAG - NAASTEN

Slasher

Een vriendengroep in de twintig
begin dertig
is als een horrorfilm.
Om preciezer te zijn:
een slashermovie.

De bekendste voorbeelden van dat genre zijn:
I know what you did last summer,
Nightmare on Elmstreet
en
Scream
(1 tot en met zoveel)

Het principe van een slasher is simpel:
je hebt een hecht groepje vrienden
die blij zijn en het leven achteloos nemen.
Totdat het lot langskomt
en hen stuk voor stuk,

om en om
te grazen neemt.

In de film gaan ze op gruwelijke wijze dood.
In jouw vriendenkring worden ze zwanger.
Om en om.



ZATERDAG - VRIJE TIJD

Niet te eerlijk I

Als het op klussen aankomt,
moet je als man
niet al te eerlijk zijn.

Dat is er misschien een om uit te leggen.
Wat heet,
we nemen er een paar weken voor:

Tijdsbestek

Als jij eerlijk gaat vertellen
dat het leeghalen van de zwanenhals
onder de wasbak in de badkamer
met al dat haar van haar
maar een minuut of tien kost,
gebeuren er 5 dingen:
1) Zij waardeert de klus minder
2) Dus ze waardeert jou minder
3) Je verspilt de tijd die je alleen had kunnen
hebben
4) Ze gaat op je wachten,
en moet je alsnog mee naar de schoonfamilie op
zaterdag