



MIJN NEGEN MAANDEN BOEK

HEERLIJK BOEK VOL HERINNERINGEN

Een uitgave van DE LANTAARN
© 2019 De Lantaarn b.v., Ede
Redactie: Vitataal
Vormgeving: Indruk Grafisch Ontwerp
Illustraties: Kim Olthof

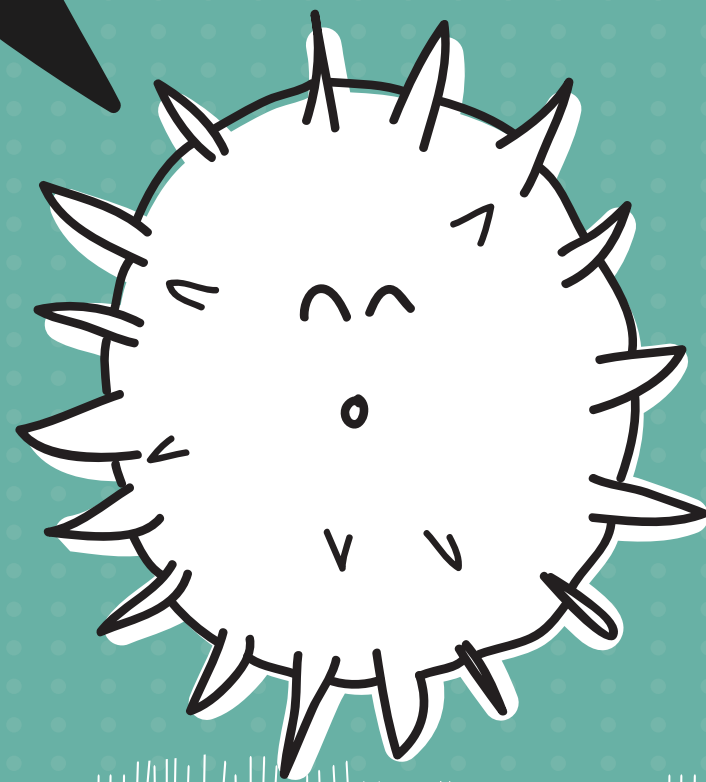
ISBN 978-94-6354-384-2
NUR 012

www.lantaarnpublishers.nl

Niets uit deze uitgave mag worden gereproduceerd door middel van elektronische of andere middelen, met inbegrip van geautomatiseerde systemen, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Vermenigvuldiging en verspreiding zijn, behalve voor private, niet-commerciële doeleinden, verboden en worden civiel- en strafrechtelijk vervolgd. Dit geldt in het bijzonder voor verspreiding van het werk via fotokopieën, film, radio en televisie, elektronische media en internet alsmede voor commercieel gebruik van de getoonde ontwerpen.

**YES/HELP
IK BEN
ZWANGER!**



WIE BEN IK?

Datum van vandaag:

Mijn naam:

Mijn leeftijd:

Ik ben zwanger
(duur zwangerschap)

Dit is mijn kind
(eerste, tweede, derde, vierde, vijfde of zesde)

Ik heb dit boek zelf gekocht/gekregen van:

.....

Yes/help ik ben zwanger en ik voel me:
(Je mag meerdere antwoorden aankruisen)

- | | |
|---|---|
| ☐ blij | ☐ ik kan het niet geloven |
| ☐ verrast | ☐ onzeker |
| ☐ verward | ☐ ik voel even niets |
| ☐ uitzinnig van vreugde | ☐ iets anders, namelijk: |
| ☐ geschrokken | |
| ☐ misselijk | |



WIE IS DE VADER?

DE VADER VAN MIJN BABY HEET:

.....

Zijn leeftijd is:

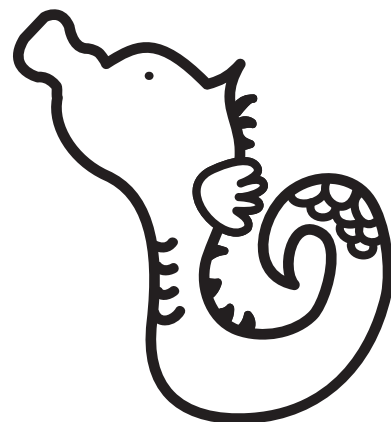
Dit is zijn kind
(eerste, tweede, derde, vierde, vijfde of zesde)

Hoe vindt hij het dat hij vader wordt?
(Je mag meerdere antwoorden aankruisen)

- | | |
|--|--|
| ☐ hij is blij | ☐ hij kan het niet geloven |
| ☐ hij is verrast | ☐ hij is onzeker |
| ☐ hij is verward | ☐ hij voelt even niets |
| ☐ hij is uitzinnig van vreugde | ☐ hij vindt iets anders, namelijk: |
| ☐ hij is geschrokken | |
| ☐ hij is misselijk | |

HOE REAGEERDE HIJ TOEN HIJ HOORDE DAT HIJ VADER WORDT?

.....
.....
.....
.....



ONZE RELATIE

Hoe lang zijn we bij elkaar?

.....

Hoe hebben we elkaar leren kennen?

.....

.....

.....

Wij:

- ☐ hebben verkering
- ☐ zijn getrouwd
- ☐ zijn verloofd
- ☐ wonen samen
- ☐ hebben (nog) geen relatie

WAAROM IK DENK DAT HIJ EEN LEUKE VADER GAAT ZIJN:

.....
.....
.....
.....



**PLAK HIER EEN FOTO
VAN JULLIE SAMEN:**

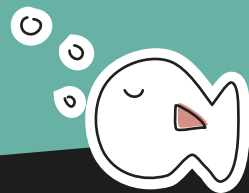


BUCKETLIST

DINGEN DIE IK NOG HAD WILLEN
DOEN VOOR IK ZWANGER WERD:

- ☐ roken
- ☐ parachutespringen
- ☐ de kattenbak schoonmaken
- ☐ alcohol drinken
- ☐ röntgenfoto's laten maken
- ☐ de kamer schilderen
- ☐ rauwmelkse kazen eten
- ☐ in de achtbaan
- ☐ sushi eten

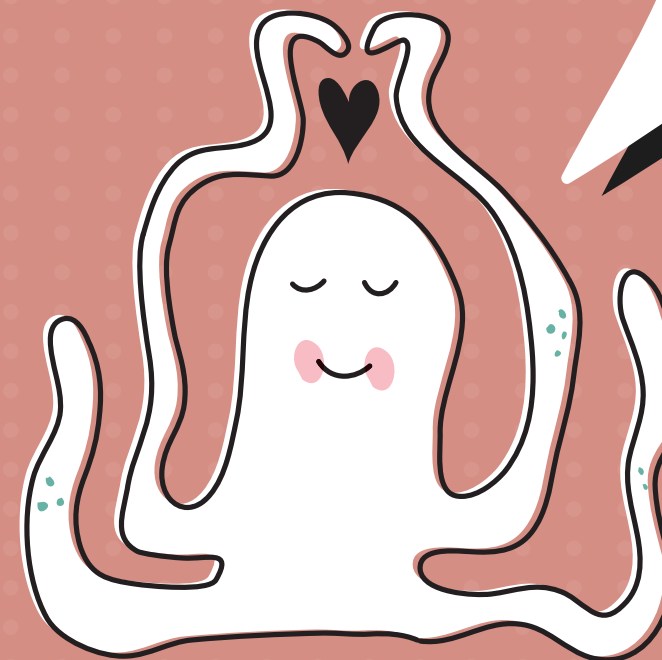
TE LAAT



HET GOEDE NIEUWS IS:

NA NEGEN MAANDEN / VEERTIG WEKEN / 280 DAGEN /
ONGEVEER 6.720 UUR OF 403.200 MINUTEN IS DE
GEMIDDELDE ZWANGERSCHAP VOORBIJ!

DE EERSTE
WEKEN
WEEK 1, 2 EN 3



VUL HIER DE DATUM IN:



DIT GEBEURT ER IN MIJN BUIK

DE EERSTE TWEE WEKEN VAN MIJN
ZWANGERSCHAP KRIJG IK CADEAU.
IN WEEK 3 NESTELT HET BEVRUCHTE
EITJE ZICH IN IN MIJN BAARMOEDER.

EEN KLOMPJE CELLEN
VORMT HET BEGIN VAN
MIJN BABY.

WEEK 1, 2 EN 3

WAT GEBEURT ER BUITEN MIJN BUIK?

De omtrek van mijn buik is:

..... centimeter

Mijn gewicht is: kilo

Ik voel me:

- ☐ goed
- ☐ moe
- ☐ raar
- ☐ misselijk
- ☐ energiek
- ☐ gewoon
- ☐ bijzonder
- ☐ iets anders, namelijk:

IK HEB WEL/GEEN LAST VAN
ZWANGERSCHAPSKWAALTJES.

.....
.....

WAT IK VERDER NOG MERK:

.....
.....
.....
.....

WAT IK VERDER
NOG KWIJT WIL:

.....
.....
.....
.....
.....

MIJN BUIK ZIET ER ZO UIT:

(MAAK ELKE TWEE WEKEN EEN FOTO
VAN JE BUIK EN PLAK DIE HIER.
KIES STEEDS HETZELFDE STANDPUNT
VAN DE CAMERA ZODAT JE DE
VERSCHILLEN GOED KUNT ZIEN.)

(PLAK HIER
EEN FOTO)

