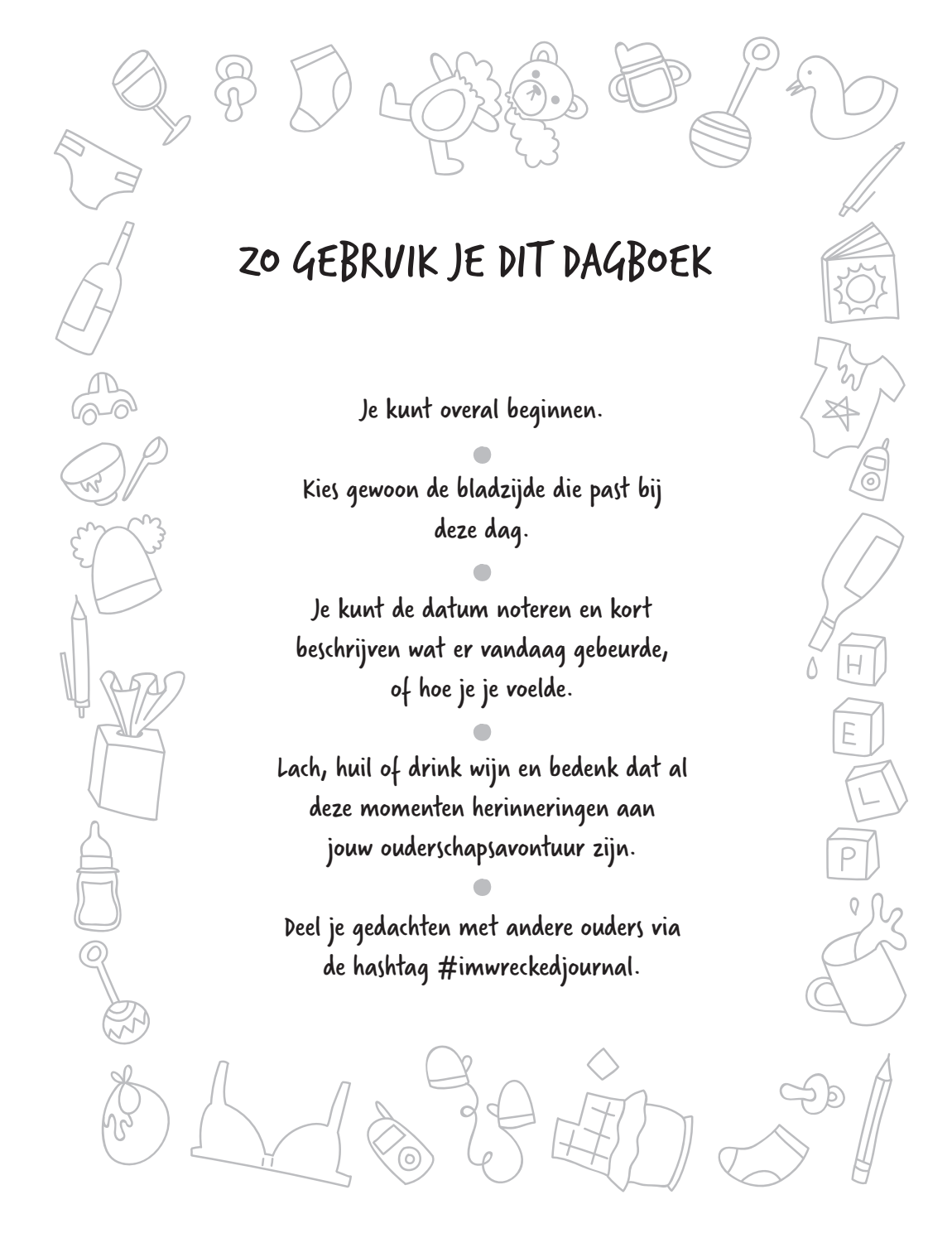




DIT DAGBOEK
IS VAN:

OUDER VAN:





ZO GEBRUIK JE DIT DAGBOEK

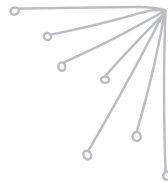
Je kunt overal beginnen.

Kies gewoon de bladzijde die past bij
deze dag.

Je kunt de datum noteren en kort
beschrijven wat er vandaag gebeurde,
of hoe je je voelde.

Lach, huil of drink wijn en bedenk dat al
deze momenten herinneringen aan
jouw ouderschapsavontuur zijn.

Deel je gedachten met andere ouders via
de hashtag #imwreckedjournal.



'Schrik niet: baby's knipperen niet.'

Naam van de baby:

Geboortetijdstip:

Gewicht:

Geboortedatum:

Oogkleur:

Haarkleur:

Degene die je baby ter wereld bracht was:

.....

Vijf woorden die deze dag beschrijven:

.....

.....

.....

Datum: Vandaag:

.....

.....





DATA DIE JE ANDERS GEHEID VERGEET

BABY'S EERSTE KEER:

Glimlach

Tandje

Rollen

Kruipen

Lopen

Woord of dierengeluid

GEZONDHEID:

Vaccinaties

Controles

Afspraken

Datum: Vandaag:

.....

.....

Teken de naam van je kindje hier en kleur hem in.

‘Pas als je een babynaam gaat bedenken, besef je aan hoeveel mensen je een hekel hebt.’

Datum: Vandaag:

.....
.....

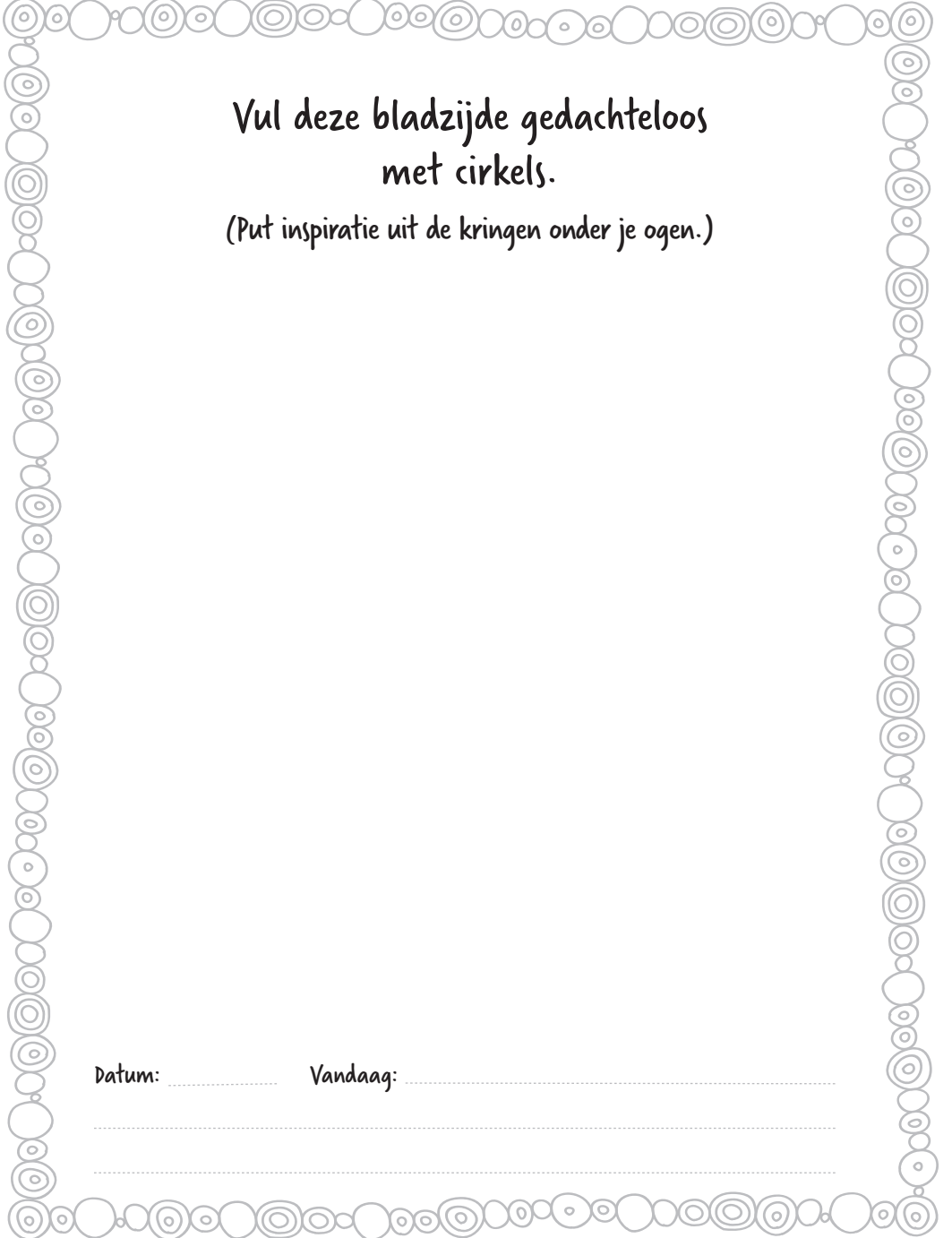
Hoe ben je op de naam van je kindje
gekomen?

Welke andere namen stonden er op je lijstje?

Datum: Vandaag:

.....

.....



Vul deze bladzijde gedachteloos
met cirkels.

(Put inspiratie uit de kringen onder je ogen.)

Datum: Vandaag:

.....
.....



Maak hier met billenzalf een afdruk van
het voetje van je baby.

Datum: Vandaag:

.....
.....



Ontwerp een felicitatiekaart voor mensen die
net een kindje hebben gekregen.



Datum: Vandaag:

.....
.....

Maak voordat je baby weer wakker wordt
een lijst van de dingen die je graag zou
doen als je een kindvrije dag had.
('Slapen' mag maar drie keer voorkomen.)

1.
2.
3.
4.
5.
6.
7.
8.
9.

Datum: Vandaag:

.....
.....