

‘Ma-maaaaa, moet je nu alweer een foto maken?’

Het zijn woorden die je – waarschijnlijk – nu nog niet hoort, maar geloof me, dat zal nog wel komen. Wij moeders zijn zo mogelijk de sentimenteelste wezens als het gaat om ons kroost, en onze smartphones of fototoestellen zitten barstensvol kiekjes van onze kleintjes. *Komt gegarandeerd uit je mond als je naar de kiekjes kijkt:*

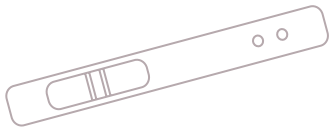


No worries, dat is toegestaan, want je bent nu eenmaal lid van de Sentimentele, Crazy, Oertrotse, Zwelgende Moederclub of je bent het niet. In ons clubje mag zuchten op dramatische wijze – ofwel omdat je even helemaal gek wordt van de dwaze streken van je kind, ofwel omdat je hem/haar gewoon superschattig vindt – áltijd! Anytime!

Dit boekje dient om al die zalige, gekke, overweldigende moedergevoelens in goede banen te leiden in *best of*-foto's, zodat je later, als je zoon of dochter 18 jaar is, nog altijd kunt terugkijken naar die allereerste momenten (de zwangerschapstest, die eerste echo, de geboorte, het eerste tandje!). Laat je dus maar helemaal gaan, één ding is zeker: dit boekje nemen ze nooit meer van je af!

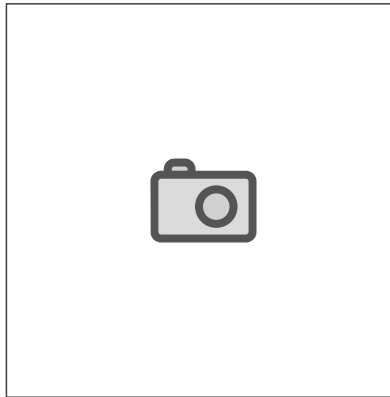
ZWANGER

Je avontuur begint hier en nu! Soms zul je je afvragen: 'Is dit, euh, normaal?' Soms zul je je crappy voelen. Soms megablij. Het kan ook zijn dat jij een van die moms-to-be bent die niet zoveel verschil voelt met voordat je zwanger was. Maakt niet uit. Elk doet het op haar manier, geloof in jezelf en volg vooral je eigen gevoel! Wil je supergezond leven? Dóén!



Waar was je toen je ontdekte dat je zwanger was?

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



Plak hier een foto van je eerste zwangerschapstest(s).

(Yep, als je er tien gedaan hebt: niet echt nodig, maar volledig begrijpelijk.

We've been there.)



Wat was het allereerste (ongefilterd) wat er door je heen ging toen je het ontdekte.

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Hoeraaaaaa!!! (Als in: mijn hart ontploft van geluk.) | <input type="checkbox"/> Eindelijk!! (Als in: pfjieuw, na al die tijd.) |
| <input type="checkbox"/> Nu al? (Als in: oprecht verrast, mag ook!) | <input type="checkbox"/> Jee?! (Verrassing!!) |

Hier ben je weken oud.



Zo voel ik me nu:

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

Dit zou ik graag aan mijn ongeboren kindje vertellen op dit moment:

.....
.....

ECHO 3

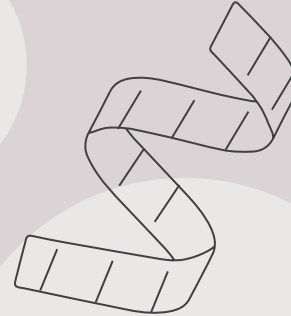
WAAR LET DE DOKTER OP?

Of de baby het goed maakt.

De hoeveelheid vruchtwater.

De bevestiging van de ligging van de placenta.

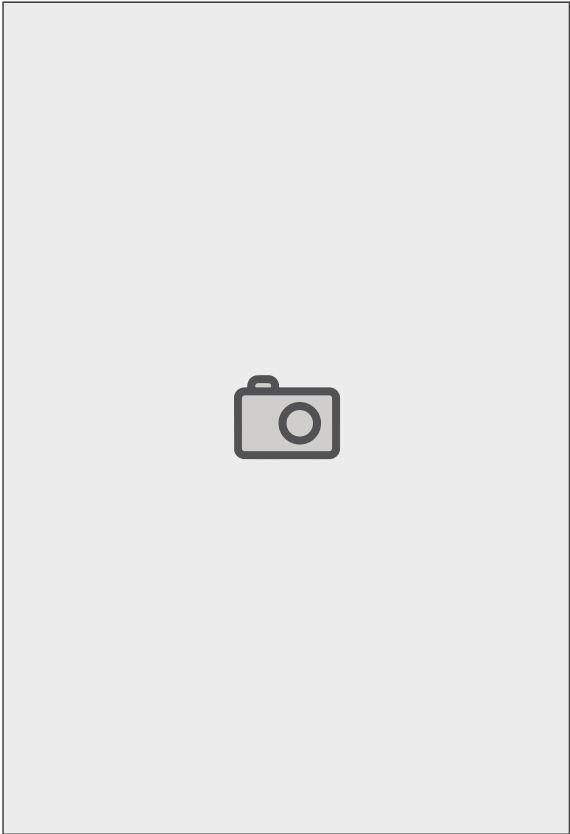
De afmetingen van het hoofdje, de buik, ledematen en een schatting van de groei.



Dit vertelde de dokter me:

9 MAANDEN ZWANGER

Plak hier een foto van jezelf in big belly-modus.



Hoe je het je voorstelde om hoogzwanger te zijn:

.....

.....

.....

.....

.....

Hoe het echt is om hoogzwanger te zijn:

.....

.....

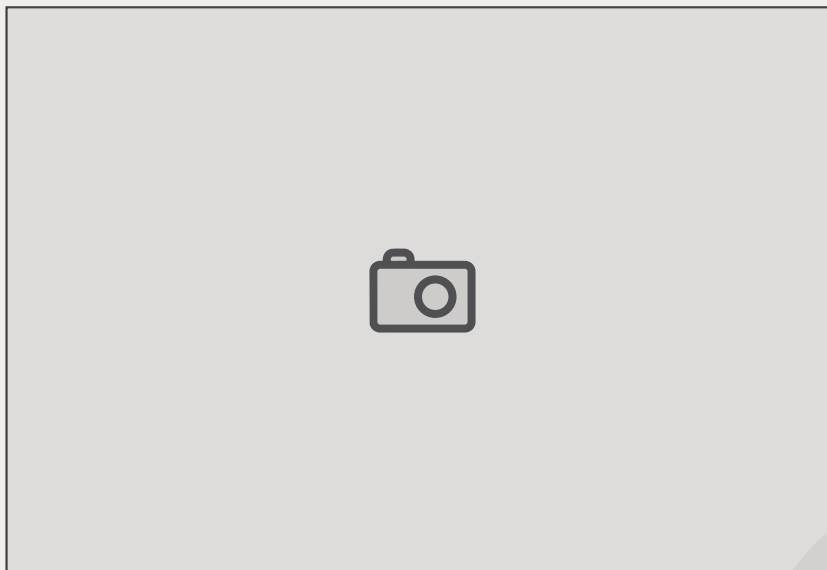
.....

.....

.....

Mama wordt nu hoogstwaarschijnlijk een beetje moe, want slapen met die dikke buik is niet zo praktisch. Tip: slaap sowieso liever niet op je rug, maar op je zij. Daardoor druk je, als de baarmoeder eenmaal een serieus volume heeft aangenomen, de grote bloedvaten in de onderbuik, die het bloed naar het hart voeren, niet dicht en bevorder je de bloeddorstrooming naar de placenta. Houd vol! Het is bijna zover!

WEEK 2



Opnieuw tijd om te poseren:
twee weken oud!



Dit deed je in week 2:

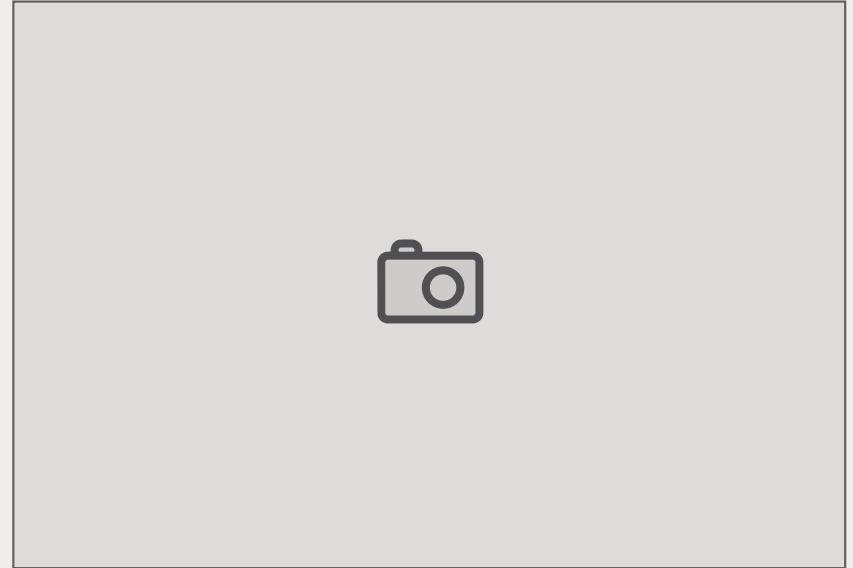
.....

.....

.....

Je eerste tand!

Plak hier een mooie tandenfoto!



Meestal komen de eerste tandjes tussen 4 en 7 maanden door. Doorgaans zijn dat de twee centrale snijtanden in de onderkaak. Daarna volgen de snijtanden in de bovenkaak. Yep, pal in het midden onderaan en bovenaan. Smile!

Wat kun je doen om je kind te helpen?

1. Geef een gekoelde bijtring.
2. Leg even een ijskoude lepel op het tandvlees.
3. Knuffel veel.

Hoe merk je dat je kindje tanden aan het krijgen is?

Hij/zij is wat **PRIKKELBAAR**.

Hij/zij slaapt onrustiger.

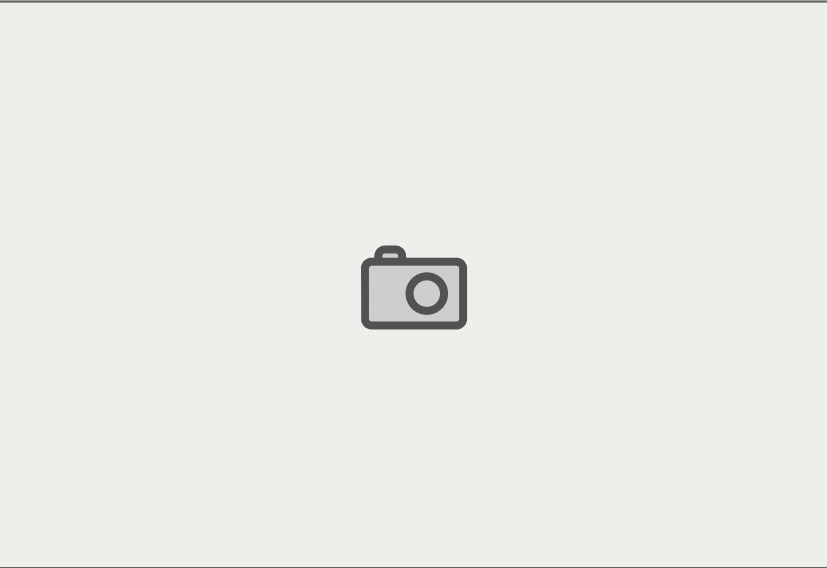
Hij/zij produceert **overtollig speeksel** dat uitslag kan geven rond de mond.

Hij/zij kauwt op speelgoed of trekt aan de oren. Dat doet hij/zij omdat het tandvlees licht ontstoken is.

MAAND 9

Dit kun je allemaal. Kruis aan en/of vul aan waar nodig:

- | | | | |
|--------------------------|--|--------------------------|-------|
| <input type="checkbox"/> | Optrekken aan meubels | <input type="checkbox"/> | |
| <input type="checkbox"/> | Optrekken tot staan | <input type="checkbox"/> | |
| <input type="checkbox"/> | Altijd glimlachen | <input type="checkbox"/> | |
| <input type="checkbox"/> | Snel kruipen | <input type="checkbox"/> | |
| <input type="checkbox"/> | Ontdekken hoeveel lawaai je kunt maken | <input type="checkbox"/> | |



En dit doe je ook:

.....

.....

.....

Op de leeftijd van 9 maanden ontstaat verlatingsangst, wat gekoppeld is aan het ontbreken van objectpermanentie bij je baby: hij/zij weet nog niet dat iets of iemand blijft bestaan als het voorwerp of de persoon niet meer zichtbaar is. Als de persoon aan wie je kindje gehecht is de ruimte verlaat, weet hij/zij niet dat die ook zal terugkeren. Daarom zal je baby gaan huilen als je de ruimte of crèche verlaat.

TIP: Om verlatingsangst op te vangen kun je een voorwerp dat jou als hechtingsfiguur een stukje vertegenwoordigt aan je baby meegeven. Het kan een knuffel of een doekje zijn. Ook de fopspeen kan op dat moment soelaas bieden. De herkenning van de veiligheid die de hechtingsfiguur biedt, kan rust brengen en de angst doen afnemen.

3 JAAR!

Het gezegde luidt: terrible two, horrible three. Alles hangt natuurlijk van het temperament van je kind af. Het is wel vaak zo dat de drang naar zelfstandigheid alleen nog maar toeneemt, wat natuurlijk soms tot confrontaties kan leiden. Lees: moeder is wanhopig, kind luistert niet.



Plak hier een foto van het feestvarkentje.



Dit mag ik je niet vergeten te vertellen over die dag:

Het grappigste detail van je dag:

4 JAAR!

Joepie, zelfstandig spelen gaat steeds beter. De fantasie van een vierjarige kan groot zijn en het levert geweldig leuke spelletjes op. Winkeltje spelen, een kasteel bouwen met Lego of Clics, een krokodil kneden van klei (of in elk geval iets wat erop lijkt)... *The sky is the limit*. Doe eens lekker mee en haal het kind in jezelf naar boven!

Dit mag ik je niet vergeten te vertellen over die dag:

.....

.....
.....

Het grappigste detail van die dag:

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

Deze spelletjes speel je het liefst:

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

