



Zwanger scheurkalender

AFTELLEN TOT
JE EEN
TON WEEGT

Ouders van nu

Welkom bij
Ouders van nu

Gefeliciteerd met je zwangerschap!
Met deze scheurkalender tel je letterlijk de dagen af naar je bevalling én krijg je elke dag een handige tip. We starten in week 4, de week waarin de meeste vrouwen ontdekken dat ze zwanger zijn.

Nog **252** dagen

WEEK 4 | DAG 1

*Je baby is nu 1,5
millimeter groot*

Gefeliciteerd! Volgens de zwangerschapstest heb je het zwangerschapshormoon hCG in je lichaam. Dat kan maar een ding betekenen: je bent in verwachting.



Nog **251** dagen

WEEK 4 | DAG 2



Cadeautje

Dag 2 en al 4 weken zwanger? Hoe kan dat? De telling van de verloskundige begint op de eerste dag van je laatste menstruatie. Je bent dan nog niet zwanger, dat gebeurt 2 weken later, bij je eisprong. In totaal ben je 40 weken zwanger, de eerste 2 weken krijg je dus cadeau.

Nog **250** dagen

WEEK 4 | DAG 3

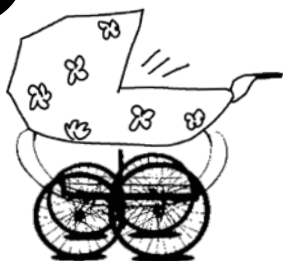
Extra vitamine D en foliumzuur

Tijdens je zwangerschap heeft je lichaam meer behoefte aan vitamine D. Deze vitamine geeft je weerstand een boost én is belangrijk voor de opname van calcium (voor ontwikkeling van botten en tanden).

Foliumzuur (vitamine B11) speelt een belangrijke rol bij de vroege ontwikkeling van je ongeboren kind en draagt bij aan de vorming van het zenuwstelsel, dat vanaf de eerste dag na de bevruchting wordt aangelegd.



Nog **115** dagen



WEEK 23 | DAG 5

Rijden in een wagentje

Tegenwoordig zijn bijna alle kinderwagens combi-wagens: een wagen en buggy ineen. Sommige kinderwagens kun je zelfs tot autostoeltje transformeren. Hoe vind je de kinderwagen die bij jou past?

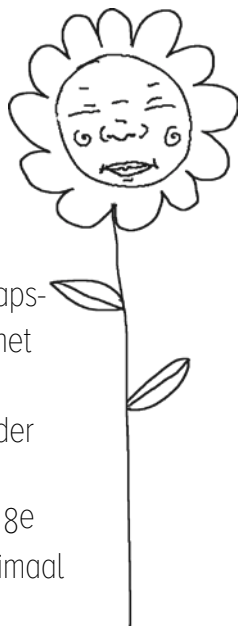
- * Bedenk goed waarvoor je de kinderwagen wilt gebruiken. Wil je lange wandelingen maken of alleen maar een rondje door de stad?
- * Wil je dat je kind de wereld inkijkt of juist naar jou kijkt tijdens de wandeling?
- * Vraag familie en vrienden naar hun ervaringen.
- * Laat je goed informeren in de winkel voordat je een kinderwagen koopt.

Nog **114** dagen

WEEK 23 | DAG 6

Ouderschapsverlof, al aan gedacht?

Ouderschapsverlof is niet hetzelfde als zwangerschapsverlof. Zo wordt ouderschapsverlof (meestal) niet doorbetaald. Toch is het voor veel ouders een fijne optie. Na de geboorte van een kind heeft zowel de vader als de moeder recht op 26 weken ouderschapsverlof. Je kunt het opnemen tot de 8^e verjaardag van je kind en wanneer je minimaal een jaar in dienst bent.



Nog **113** dagen

WEEK 23 | DAG 7

Zo zit het met kraamzorg

Je hebt recht op minimaal 24 uur en maximaal 80 uur kraamzorg, afhankelijk van jouw gezondheid en die van je baby én van je thuissituatie. Check bij je verzekering of je alles vergoed krijgt of een eigen bijdrage moet betalen.



Ouders^{van nu}

Wat begint als een rondobberend maanzaadje, groeit in negen maanden uit tot een trappelende baby met alles erop en eraan. Er gebeurt dus een hoop in je buik. Daarom: voor elke dag dat je zwanger bent een tip over de ontwikkeling van de baby en jouw rol als (aanstaande) moeder. Een tijd vol mijlpalen, cravings, rare kwaaltjes en bijzondere ontdekkingen. Van de positieve test tot de bevalling: elke dag is er eentje om bij stil te staan.



OUDERSVANNU.NL



ADVIESPRIJS € 14,99