

Mijn **doel** is: _____



Dit vind ik belangrijk omdat: _____

Ik wil mijn doel bereiken voor deze datum: _____

Ik ben **tevreden** met **elke** tussenstap. Dit zijn ze:



Tussenstap

Wil ik halen in de maand:

- | | | |
|----|-------|-------|
| 1. | _____ | _____ |
| 2. | _____ | _____ |
| 3. | _____ | _____ |
| 4. | _____ | _____ |
| 5. | _____ | _____ |



13



Dit wil ik regelen voor de geboorte:



Foliumzuur slikken voor de zwangerschap. Tot 10 weken zwangerschap.



Babykamer inrichten.



Afspraak bij de verloskundige voor het preconceptieconsult en na de positieve zwangerschapstest.



Zwangerschapsgym/ -yoga



Kinderopvang nodig?! Schrijf vast in i.v.m. wachtlijsten.



Bespreken met verloskundige: ziekenhuis- of thuisbevalling?



Bij 8 weken zwanger kraamzorg regelen.



Bevallingstas inpakken en klaarzetten



Bij 12 weken zwanger zorgverzekering (vrouw) checken: worden kosten bevalling en kraamzorg gedekt?



Erkenning van de ongeboren vrucht door de vader.



Babyspullen aanschaffen.



Komst van het kind kenbaar maken bij werkgever en verlof regelen. Denk aan zwangerschapsverlof, bevallingsverlof, geboorteverlof en ouderschapsverlof.



Zwanger?



Maanden

12



14



Dit wil ik regelen na de geboorte:



Geboorteaangifte, binnen 3 dagen



Start anticonceptie?



Kinderbijslag aanvragen. Je krijgt een brief van de svb na geboorteaangifte.



.....



Kinderopvangtoeslag bij belastingdienst aanvragen.



Eventueel aanvragen:



Kind inschrijven bij huisarts, binnen 3 weken.



Kindgebondenbudget



Kind aanmelden bij zorgverzekering.



Eenoudertoeslag



Bezoek consultatiebureau, je krijgt hier bericht van.



Ouderschapsverlof



Hoera! Wij zijn ouders geworden!



Start werk, Kinderopvang?

0 weken

12