

# FANN(tastisch)!

## Aanstaand ouderschap en autisme



door Annelien Blom-Ziengs  
en Marc Beek

# Over ons



## Annelien

- **Getrouwd (2013)**
- **Zoon (2015) & dochter (2019)**

- Opgegroeid met 2 ouders (vader vermoeden van ASS, pedagogisch kundige moeder), broer (ASS), zus
- “Vroege” diagnose in 2000
- Familiemens
- Werkzaam in kantoorbaan



- Opgegroeid met 2 ouders (vader vermoeden van ASS, pedagogisch kundige moeder), broer, 2 zussen
- “Late” diagnose in 2010
- Feminist
- Werkzaam als voorlichter

## Marc

- **Getrouwd (2003)**
- **Dochter (2007)**

# Onderwerpen FANN leidraad

1.  
Kinderwens



2.  
Zwanger worden



3.  
Zwangerschap



4.  
Bevalling



5.  
Eerste maanden



# 1. Kinderwens

## Adviezen FANN

- Houd rekening met (erfelijke) belasting voor de kinderen
- Schat vooraf jouw belastbaarheid in

## Ervaringsverhaal Annelien

Testen of kinderwens bleef:

- vaak babysitten.
- preconceptueel consult i.v.m. medicatie.

## 2. Zwanger worden

### Adviezen FANN

- Stop niet met anticonceptie vlak voor een grote verandering!
- Baat bij vruchtbaarheidsapp / -testen

Steun

### Ervaringsverhaal Marc

- Balans op 5 gebieden
- Bevruchting

Relatie

Werk & wonen

Geld

Gezondheid

# 3. Zwangerschap



## Adviezen FANN

- Raadgevers: 1 á 2 personen & bronnen!
- Maak gebruiksaanwijzing voor jouw autisme in een stresssituatie

## Ervaringsverhaal Marc

- Betrokken hulpverleners
- Rol als partner

Huisarts

Verloskundigen

Coach /  
doula

Ziekenhuis  
(POP poli)

# 4. Bevalling

## Adviezen FANN

- Een gedetailleerd draaiboek helpt.
- Bezoek de ziekenhuis-verlosafdeling.



MINDFUL  
HYPNO  
BIRTHING

## Ervaringsverhaal Annelien

Zweert bij zwangerschapscursus:

- uitleg fysieke proces
- rechten en plichten
- geboortepan
- omgaan met pijn

# 5. Eerste maanden

## Adviezen FANN

- Denk na over ouderschapsverlof
- Zorg kan op gevoel en/of met verstand
- Multitasking kun je leren

Steun

## Ervaringsverhaal Marc

- Kraamtijd
- Weer aan het werk

Relatie

Werk & wonen

Geld

Gezondheid

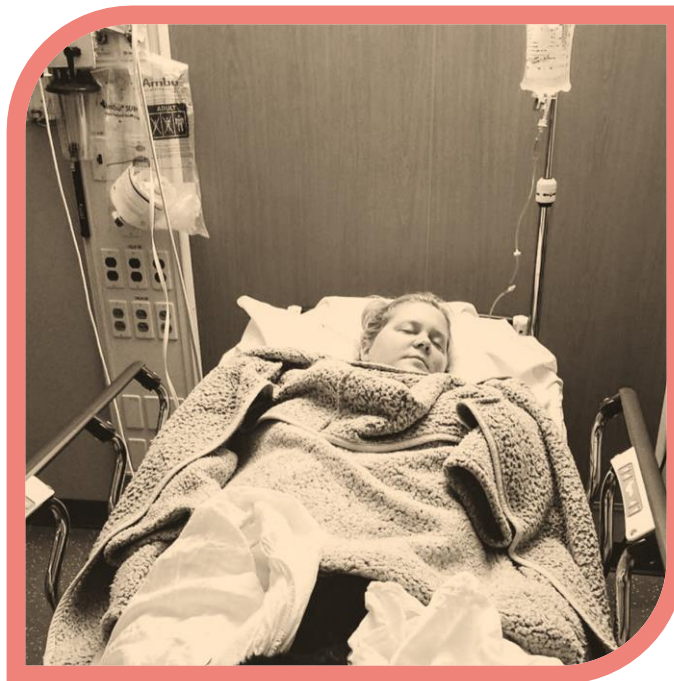


# Vragen?

1.  
**Kinderwens**

2.  
**Zwanger worden**

3.  
**Zwangerschap**



4.  
**Bevalling**

5.  
**Eerste maanden**

# Bedankt



**Annelien Blom**  **Marc Beek**

auti\_wanderer@live.nl



[www.aut-of-the.blue.nl](http://www.aut-of-the.blue.nl)