



TINA FAVACHE

AUFRÄUMEN MIT SYSTEM

SCHRITT FÜR SCHRITT ORDNUNG
IM HAUSHALT SCHAFFEN

Damit du mit dem Buch gut zurechtkommst, erkläre ich dir kurz, wie du es am besten verwendest:

Zwölf Aufräumaufgaben

Dieses Arbeitsbuch umfasst zwölf unterschiedliche Kapitel, nämlich die Aufräumaufgaben.

Jedes Kapitel hat seine eigene Farbe.

1	KLEIDUNG	15
2	BÜCHER	23
3	KÜCHE	31
4	BÜRO	39
5	BADEZIMMER	47
6	HAUSHALTSWAREN	55
7	PAPIERE	63
8	LEBENSMITTEL	71
9	DACHBODEN/GARAGE/KELLER	79
10	WOHNZIMMER	87
11	HAUSAPOTHEKE	95
12	ANDENKEN	103

© des Titels »Aufräumen mit System« (978-3-86882-990-7)
 2019 by mvg Verlag, ein Imprint der Münchner Verlagsgruppe GmbH
 Nähere Informationen unter: <http://www.m-vg.de>

Jahresplaner

Vor den Kapiteln findest du den Jahresplaner (S. 12 f.). Darin kannst du alle zwölf Aufräumaufgaben eintragen. Du kannst dich jeden Monat einer bestimmten Aufgabe widmen, aber das ist kein Muss. Und weil dein Aufräumjahr nicht unbedingt mit dem Kalenderjahr übereinstimmt, sind die Monate noch nicht eingetragen. So kannst du selbst festlegen, in welchem Monat dein Aufräumjahr beginnt.

JAHRESPLANER 2019		
APRIL	MAI	JUNI
Aufgabe(n) des Monats <i>Kleidung</i>	Aufgabe(n) des Monats <i>Küche</i>	Aufgabe(n) des Monats <i>Papiere</i>
.....
.....
<i>Hausapotheke</i>	<i>Lebensmittel</i>
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Hierhin schreibst du den Monat.

Hierhin schreibst du das Jahr.

Hierhin schreibst du deine Aufräumaufgaben.

Was ist deine Motivation?

Meist hat man einen bestimmten Grund, sich einer Herausforderung wie dem gründlichen Aufräumen zu stellen. Ein Ärgernis, eine spitze Bemerkung, ein Umzug, eine bevorstehende Party ...



Meine eigene Motivation ist:

Ich habe nicht mehr genug Platz für
all meine Sachen!

Deine Motivation schreibst du auf die Kapitelseite.

Schreib auf, womit du dich belohnen wirst, wenn du eine Aufräumaufgabe gemeistert hast.

Die Belohnung kann etwas nur für dich sein oder etwas für die ganze Familie, zum Beispiel ein Ausflug. Hauptsache, die Belohnung motiviert dich noch mal zusätzlich!



Schreib auf, womit du dich belohnen wirst, wenn du diese Aufräumaufgabe gemeistert hast.

Mit einem Ausflug ans Meer und
einem Muschelessen!



Deine Belohnung schreibst du auf die erste Seite jedes Kapitels.

Monatsplaner

Zu jedem Kapitel gibt es einen Monatsplaner. Das Datum kommt in den kleinen Kreis, und auf die gestrichelte Linie schreibst du, welche Kategorie(n) der Aufräumaufgaben du dir an diesem Tag vornimmst. Nutze hierzu die Kategorienübersicht am Beginn jedes Kapitels. Je nachdem, wie viel Zeit du hast, kannst du dich jeden Tag nur einer Kategorie widmen oder gleich mehrere abarbeiten. Hak täglich ab, was du erledigt hast. So könnte ein ausgefüllter Monatsplaner beispielsweise aussehen:

MONAT → JULI (2018)

MO	DI	MI	DO	FR	SA	SO
10. <input checked="" type="checkbox"/> Küche Tassen	11. <input checked="" type="checkbox"/> Küche Gläser	12. <input type="checkbox"/> Küche Besteck	13. <input type="checkbox"/> Küche Glas- geschirr	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17. <input type="checkbox"/> Küche Teller	18. <input type="checkbox"/> Küche Schüsseln	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	23. <input type="checkbox"/> Küche Schneide- bretter
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Erledigtes abhaken!

Hierhin schreibst du das Datum.

Hierhin schreibst du, was du aufräumen wirst.