

DEN ALLTAG PLANEN

Der Alltag einer Familie fordert ständig den Überblick zu behalten. Und dazu solltest Du Dir im Klaren sein, welche Rolle Du einnehmen möchtest und welche Anforderungen und Aufgaben damit verbunden sind. Auch Familienarbeit ist Arbeit!

CHECKLISTE: AUFGABENVERTEILUNG

Frühstück

Sie Er

- Wer bereitet den Tisch vor?
- Wer räumt ab?

Chefkoch

Sie Er

- Wer kümmert sich um den Speiseplan?
- Wer erledigt Einkäufe? (Wochenmarkt, Discounter)
- Wer kocht?

Reinigungskraft

Sie Er

- Wer ist für die Küche zuständig?
- Wer saugt?
- Wer wischt?
- Wer reinigt das Bad?
- Wer kümmert sich um die Wäsche?
- Wer bügelt?

Lieferservice

Sie Er

- Wer bringt das Kind zur Kita/Tagesmutter/Oma?
- Wer holt es ab?

Babysitter

Sie Er

- Wer übernimmt die Auswahl?
- Wer koordiniert und bucht den/die Babysitter?

Anschaffungen

Sie Er

- Onlinerecherche/Testergebnisse
- Flohmarkt
- Einkauf (Fachmarkt, Online)

Bettfein

Sie Er

- Wer bringt das Kind ins Bad/ ins Bett?
- Wer übernimmt das Aufräumen vom Spielzeug am Abend?
- Wer übernimmt das Einschlafritual: Vorlesen, Singen (o.ä.)?

Nachtalarm

Sie Er

- Wer steht wann auf?

Notfall

Sie Er

- Wer bleibt zuhause, wenn das Kind krank ist?

Wochenendaktivitäten

Sie Er

- Wer übernimmt den Samstag-Morgen?
- Wer darf Sonntag schlafen?
- Wer plant, schlägt vor, reserviert und bucht?

Kindergeburtstage

Sie Er

- Wer übernimmt die Vorbereitung?
- Wer besorgt die Geschenke?
- Wer kümmert sich um die Einladungen/Gäste und das Programm?

Soziales Management

Sie Er

- Wer pflegt Kontakte zu Nachbarn?
- Wer organisiert Verabredungen mit Freunden?
- Wer kümmert sich Geburtstage in der Familie?
- Wer plant Verabredungen für das Kind?

Buchhalter

Sie Er

- Wer hat die gemeinsamen Finanzen im Blick?
- Wer führt einer ein Haushaltsbuch?
- Wer ist für Vereinsbeiträge, Mietabbuchungen etc. zuständig?

Kulturbeauftragter

Sie Er

- Wer kümmert sich um Besuche von Kindertheater, Musik-
/Tanzveranstaltungen, Kino etc.?
- Wer besorgt CDs für die Familie?
- Wer kauft Kinderbücher?

Sporttrainer

Sie Er

- Wer fährt zum Babyschwimmen?
- Sucht schöne Strecken zum Spazieren gehen/Laufen?
- Plant einen Ausflug zum Badensee/ans Meer?

ÜBERLEGE DIR, WAS DU DARÜBER HINAUS UNBEDINGT ÜBERNEHMEN MÖCHTEST. WAS IST NOCH WICHTIG?

Wenn du eine individuelle Frage rund um die Geburt hast, wende dich gerne an die Online-Beratung von [ElternLeben.de](https://www.elternleben.de):

www.elternleben.de/ueber-stell-uns-deine-frage