Unser Wochenplan für die Familie

Wähle wenige Aufgaben aus. Freie Felder und Pausen sind ausdrücklich erlaubt.

Diese Woche klappt gut: _____

Darauf möchten wir besonders achten: _____

Tag	Kleine Familienaufgabe	Wer hilft?	Erledigt
Montag			☐
Dienstag			☐
Mittwoch			☐
Donnerstag			☐
Freitag			☐
Samstag			☐
Sonntag			☐

Unsere 3 Mini-Routinen

- ☐ Vor dem Losgehen: Tasche / Jacke / Schuhe
- ☐ Nach dem Essen: Tisch gemeinsam freimachen
- ☐ Am Abend: 5–10 Minuten zusammen aufräumen

Tipp: Nicht alles jeden Tag schaffen zu müssen, gehört zum Plan dazu.

Kostenlose Vorlage • Ohne Anmeldung • Nur für den privaten Gebrauch

Unser entspannter Familien-Reset

Für eine ruhige Runde, klare Zuständigkeiten und mehr Zeit füreinander.

Unser 5-Schritte-Reset (die Reihenfolge ist flexibel)

- [ ] **1. Sammeln**
  Lose Spielsachen in Körbe legen
- [ ] **2. Freimachen**
  Laufwege und Tischfläche freihalten
- [ ] **3. Zurückstellen**
  Bücher, Schuhe, Ranzen an feste Plätze
- [ ] **4. Prüfen**
  Erwachsene kümmern sich um Schmutz und Risiken
- [ ] **5. Schluss machen**
  Gemeinsam feststellen: Für heute ist genug

Sicherheitscheck für Erwachsene

- [ ] Putzmittel, Waschmittel und Essigessenz verschlossen aufbewahren
- [ ] Keine heißen Gegenstände, Scherben oder starken Reiniger an Kinder geben
- [ ] Aufgaben nach Alter, Fähigkeit und Tagesform auswählen
- [ ] Anstrengende Tage: Plan verkürzen oder pausieren

Was wir nächste Woche ändern möchten:

Mehr Ideen: einfacherputzen.de/kleine-haende-grosse-hilfe/

Kostenlose Vorlage • Ohne Anmeldung • Nur für den privaten Gebrauch