



Nicole Weiß



FAMILIE HYGGELIG



Ordnung und
Gemütlichkeit im
Familienalltag



humboldt

Nicole Weiß |

FAMILIE HYGGELIG

Ordnung und
Gemütlichkeit im
Familienalltag

INHALT

Was ist eigentlich Hygge?

8

Wie funktioniert dieses Buch?	9
DIY – Selbermachen	10
Gute Gewohnheiten	11
Ordnung	12
Nicole Weiß – Dreifach-Mama, Bloggerin, Buchautorin	14

Dein Hygge-Jahr in 52 Wochen

16

Woche 1	18
Gute Gewohnheiten – Veränderungstagebuch	19
Ordnung – Schubladen-Organizer aus Filz	20
Woche 2	22
DIY – Upcycling: Etagere aus altem Geschirr	23
Ordnung – Weihnachtsdekoration verstauen	24
Woche 3	26
Gute Gewohnheiten – Wochenroutine: Fleißiger Montag	27
DIY – Wohnzimmerkorb für Kissen und Decken mit Quasten verschönern	28
Woche 4	30
Gute Gewohnheiten – Regelmäßig Freunde einladen	31
Gute Gewohnheiten – Glück im Alltag	32
Woche 5	34
Gute Gewohnheiten – Finde deinen Rhythmus	35
DIY – Etiketten für Vorratsgläser	36
Woche 6	38
Ordnung – Lasst die Kinder im Haushalt mithelfen	39
DIY – Bücherwand fürs Kinderzimmer	40

Woche 7	42
DIY – Kirschkernkissen nähen	43
Ordnung – So wird euer Zuhause blitzschnell vorzeigbar	44
Woche 8	46
Gute Gewohnheiten – Auf dem Weg zu Zero Waste	47
DIY – Schoko-Lippenbalsam	48
Woche 9	50
Ordnung – Gastfreundschaftsset auf der Gästetoilette	51
DIY – Besteckkorb aus Dosen-Upcycling	52
Woche 10	54
Gute Gewohnheiten – Fotoprojekte	55
Ordnung – Ideen für weniger Plastik im Badezimmer	56
Woche 11	58
Gute Gewohnheiten – Hygge-Liste Frühling	59
Ordnung – Hyggelig putzen	60
Woche 12	62
Gute Gewohnheiten – Hyggelige Lichtstimmung	63
DIY – Hochbeet anlegen	64
Woche 13	66
DIY – Türschild aus Baumscheibe	67
Gute Gewohnheiten – Abendroutine	68
Woche 14	70
Ordnung – Durch Ausmisten wird es hyggelig	71
DIY – Zuckerstreuer aus Marmeladenglas	72
Woche 15	74
Gute Gewohnheiten – Aufbewahrung im Badezimmer	75
Gute Gewohnheiten – Wochenroutine: Vorkoch-Dienstag/Meal Prep	76

Woche 16	78
Gute Gewohnheiten – Plastikfreie Küche	79
DIY – Holt euch die Natur ins Haus	80
Woche 17	82
Gute Gewohnheiten – Digital Detox	83
DIY – Putzmittel	84
Woche 18	86
Ordnung – Müsli-Station einrichten	87
Gute Gewohnheiten – Tägliche Aufräumroutine	88
Woche 19	90
Ordnung – Kuschelige Hängematte	91
DIY – Trittssteine für den Garten	92
Woche 20	94
Ordnung – Spielzeug reduzieren	95
DIY – Lieblingstassen aufhängen	96
Woche 21	98
Ordnung – Kleiderschränke der Kinder aussortieren	99
DIY – Lernturm für Kleinkinder	100
Woche 22	102
Ordnung – Zeit zum Ausmisten finden	103
DIY – Waschmittel	104
Woche 23	106
Gute Gewohnheiten – Hygge-Liste Sommer	107
DIY – Unser Familienleitbild	108
Woche 24	110
Ordnung – Coole Ideen für dein sommerliches Zuhause	111
DIY – Deocreme	112

Woche 25	114
Gute Gewohnheiten – Wir feiern die Schulferien	115
Gute Gewohnheiten – Gemeinsam kochen und genießen	116
Woche 26	118
DIY – Garderobe aus Treibholz	119
Gute Gewohnheiten – Wochenroutine: Spiele-Mittwoch	120
Woche 27	122
Ordnung – Ablageflächen frei halten	123
DIY – Einfache Wimpelkette	124
Woche 28	126
Ordnung – Sommerfest als Mitbring-Party	127
DIY – Bunte Vasen aus Einmachgläsern	128
Woche 29	130
Ordnung – Bastelmaterial gut aufbewahrt	131
DIY – Abdeckhauben für Schüsseln	132
Woche 30	134
Gute Gewohnheiten – Morgenroutine für Kinder, Checkliste mit Bildern	135
DIY – Strandtasche für Sandspielzeug	136
Woche 31	138
Ordnung – Kinderfreundlich statt nur kindersicher	139
DIY – Matschküche	140
Woche 32	142
Gute Gewohnheiten – Wöchentliche Familienkonferenz	143
DIY – Lavendelsäckchen nähen	144
Woche 33	146
Gute Gewohnheiten – Morgenroutine	147
DIY – Kunstwerke aus gesammelten Muscheln	148

Woche 34	150
Gute Gewohnheiten – 30 Tage Shoppingpause	151
DIY – Körperpeeling Zitrone	152
Woche 35	154
Gute Gewohnheiten – Wochenroutine: Papierkram-Donnerstag	155
DIY – Outdoordusche	156
Woche 36	158
Ordnung – Schulstart gut vorbereitet	159
DIY – Ladestation für Smartphone und Tablet	160
Woche 37	162
DIY – Buchstützen aus Plastiktieren	163
Ordnung – Übersichtlichkeit für Schulkinder	164
Woche 38	166
Gute Gewohnheiten – Hygge-Liste Herbst	167
DIY – Magnetische Fotowand mit Beleuchtung	168
Woche 39	170
Gute Gewohnheiten – Wochenroutine: Familien-Ordnungs-Freitag	171
DIY – Badewannenablage	172
Woche 40	174
Gute Gewohnheiten – Raus bei jedem Wetter	175
DIY – Einfache Kissenhüllen	176
Woche 41	178
Ordnung – Leihen statt kaufen	179
DIY – Pikler Dreieck für Kleinkinder	180
Woche 42	182
Gute Gewohnheiten – Erntedank mit Tauschbörse	183
DIY – Klemmbretter	184
Woche 43	186
DIY – Wolkenfußmatte	187
Ordnung – Capsule Wardrobe	187

Woche 44	190
Ordnung – Nebenbei Ordnung schaffen	191
DIY – Kuschelplatz für Katzen	192
Woche 45	194
Gute Gewohnheiten – Wochenroutine: Selbstermachter-Samstag	195
DIY – Kinderbett „Bulli“	196
Woche 46	198
Gute Gewohnheiten – Hygge-Liste Winter	199
DIY – Plätzchen backen im Team	200
Woche 47	202
DIY – Tassenwärmer aus Wollsocke	203
Gute Gewohnheiten – Gute Nacht für Eltern und Kinder	204
Woche 48	206
Gute Gewohnheiten – Wochenroutine: Familiensonntag	207
Ordnung – Adventszeit ohne Stress	208
Woche 49	210
Gute Gewohnheiten – Lasst die Dinge langsam angehen	211
DIY – Papiertüten als Ordnungshelfer	212
Woche 50	214
Gute Gewohnheiten – Abendroutine für Kinder, Checkliste mit Bildern	215
DIY – Kerzen rollen aus Bienenwachs	216
Woche 51	218
Gute Gewohnheiten – Jahresrückblick	219
DIY – Heiße-Schokolade-Station	220
Woche 52	222
Gute Gewohnheiten – Kalender für ein neues Jahr	223
DIY – Glück im Glas	224

WAS IST EIGENTLICH HYGGE?

Der Begriff Hygge stammt aus Dänemark, dessen Bewohner zu den glücklichsten der Welt zählen. Hyggelig bedeutet so viel wie lauschig, traut, heimelig oder eben einfach gemütlich. Hygge ist aber noch so viel mehr. Es ist ein Lebensgefühl, eine Philosophie, die dein Leben bereichert und dich einfach glücklich macht. Tatsächlich ist es gar nicht so schwer, dieses dänische Lebensgefühl zu lernen, denn über die richtigen Voraussetzungen für Hygge verfügt eigentlich jeder Mensch.

Das Schöne ist, dass Hygge herrlich unkompliziert ist. Beruht es doch darauf, dass wir das wahre Glück in den einfachen Freuden des Alltags finden. Hygge bedeutet, sich in seinem Zuhause wohlfühlen und sich dort mit schönen Dingen zu umgeben, die einem guttun. Gleichzeitig geht es aber auch darum, minimalistischer oder besser gesagt bewusster zu leben und öfter mal das Tempo rauszunehmen. Das betrifft heute sogar schon unsere Kinder. Die Welt ist komplex und die Anforderungen an uns Eltern sind hoch. Umso wichtiger ist es für die ganze Familie, einen Wohlfühlort zu haben, an dem sich alle so richtig gut fühlen und wieder auftanken können.

Ein hyggeliges Familienleben ist ein einfach gutes Leben, in dem Nachhaltigkeit und der Kontakt zur Natur einen wichtigen Platz einnehmen. Es ist ein Leben für Selbsterbauer und Glücksschmiede. Gerade für Familien bietet Hygge eine wunderbare Möglichkeit, wieder in besserem Kontakt zu sich selbst und zu seinen Lieben zu sein, das Familienleben zu entschleunigen und entspannt zu gestalten.

Wie funktioniert dieses Buch?

Ich möchte dir mit diesem Buch helfen, ein Zuhause zu schaffen, das zu dir und deiner Familie passt, mit nicht zu viel und nicht zu wenig Dingen darin, sondern so, dass es sich für euch genau richtig anfühlt. Umgibt euch mit dem, was ihr liebt. Lasst den Rest gehen.

Dieses Buch soll euch außerdem helfen, euch bewusst auf die schönen Dinge und kleinen Glücksmomente im Leben zu konzentrieren und die kleinen, schönen Momente des Alltags zu zelebrieren und zu genießen.

Hygge lebt davon, dass man sich Zeit lässt. Darum soll dieses Buch euch über ein ganzes Jahr begleiten, sodass ihr genügend Zeit habt, positive Veränderungen umzusetzen und Hygge in euren Alltag zu integrieren. In 52 Wochen holt ihr euch Stück für Stück mehr Hygge in euer Familienleben.

Dabei dreht sich alles um Gemütlichkeit, Ordnung, Einfachheit, Gemeinschaft, Gastfreundschaft, Schönes und Nützliches für euren Alltag. Du lernst neue Routinen für einen entspannten Familienalltag kennen und bekommst Anregungen für schöne gemeinsame Aktivitäten. Ich möchte dir zeigen, wie du das Hygge-Lebensgefühl sofort praktisch umsetzen kannst, und zwar so, dass die ganze Familie davon profitiert.

Hygge bedeutet so viel mehr als nur Kerzenschein und Kuschedecken und lässt sich in jeder Jahreszeit verwirklichen. Für jede Woche des Jahres findest du zwei Anregungen aus den Bereichen Selbermachen (DIY), Gute Gewohnheiten und Ordnung.

Um mit deinem Hygge-Jahr zu starten, musst du aber nicht auf den ersten Januar warten. Du kannst jederzeit einsteigen. Ich würde dir allerdings empfehlen, zuallererst dein Veränderungstagebuch (siehe Woche 1) anzulegen, das dich das Jahr über begleiten wird. Dann kannst du zur aktuellen Kalenderwoche wechseln und dich Woche für Woche inspirieren lassen und mit praktischen Ordnungsideen, schönen DIY-Projekten und neuen guten Gewohnheiten deinen Familienalltag hyggeliger gestalten.

DIY – Selbermachen

Etwas mit den eigenen Händen zu schaffen ist einfach hyggelig. Ihr könnt euer Zuhause nach und nach selbst gestalten und das gute Gefühl genießen, von praktischen und schönen Lieblingsstücken umgeben zu sein, die ihr selbst mit Liebe gemacht habt. In solche gemeinsamen Familienprojekte kann sich jedes Familienmitglied mit seinen Fähigkeiten und Neigungen einbringen.

Von der Arbeit mit Holz über Nähprojekte und Upcycling-Ideen bis hin zu selbst hergestellten Putzmitteln – hier sind bestimmt viele passende Ideen für deine Familie dabei. Und falls du dich handwerklich noch nicht allzu geschickt fühlst, wäre das doch eine prima Gelegenheit, sich von lieben Freunden, Familienmitgliedern oder Nachbarn den einen oder anderen Kniff zeigen zu lassen. Damit stärkst du nicht nur dein handwerkliches Können, sondern auch die Beziehung zu den Menschen in deiner Umgebung.

Selbstverständlich kannst du alle vorgeschlagenen Ideen an deinen eigenen Geschmack anpassen. Und sollte dir ein Projekt einmal gar nicht zusagen, dann setze in dieser Woche doch einfach deine ganz eigene Idee um. Betrachte meine Vorschläge als Anregungen und Richtschnur, nicht als Zwangsweste.

Jede Familie ist individuell mit unterschiedlichem Tagesablauf, Vorlieben und Abneigungen, Werten und Zielen. Genau das macht euch unverwechselbar und einzigartig. Auch wenn ihr bisher vielleicht noch wenig Erfahrung im Selbermachen habt, bin ich sicher, dass das eine Bereicherung für eure Familie sein wird. Zusammen zu werken und gemeinsame Ideen umzusetzen, wird euch als Familie noch enger zusammenschweißen und für jede Menge Spaß sorgen.

Und als Belohnung für eure Mühen werdet ihr gemütliche Accessoires, nützliche Ordnungshelfer und persönliche Geschenke für eure Lieben in den Händen halten, die euch hyggelige Glücksgefühle schenken.

Gute Gewohnheiten

Gute Gewohnheiten sind die Geheimwaffen für einen entspannten Familienalltag. Jeder Erfolg und jede positive Veränderung in unserem Leben entsteht im Prinzip aus vielen kleinen Gewohnheiten.

Es sind also weniger die großen, einmaligen Dinge, die uns im Leben erfolgreich und glücklich machen. Vielmehr tragen unsere Gewohnheiten dazu bei, also die Dinge, die wir immer wieder und wieder ganz automatisch tun. Deswegen ist es ein guter Weg zu mehr Glück und Zufriedenheit, positive Gewohnheiten aufzubauen.

Das Tolle an solchen Gewohnheiten oder Routinen ist, dass sie nach einer gewissen Zeit ganz automatisch ablaufen, ohne dass du darüber nachdenken musst. Das bedeutet, dass du, wenn du eine Gewohnheit in deinen Alltag integriert hast, kaum mehr Energie darauf verwenden musst.

Wenn du es dir z. B. zur Gewohnheit gemacht hast, jeden Morgen die Betten zu machen, dann wirst du diese Aufgabe jeden Tag erledigen, ohne weiter darüber nachzudenken, es ist einfach ganz normal für dich und gehört fest zum Tagesablauf dazu.

Das Gleiche passiert, wenn ihr in der Familie einen Nachmittag oder Abend zur Spielzeit erklärt und eine schöne gemeinsame Zeit mit euren liebsten Brettspielen verbringt. Nach ein paar Wochen gehört dieses Ritual fest zu eurer Woche und hilft euch ganz automatisch dabei, der wertvollen Familienzeit den hohen Stellenwert zu geben, den sie verdient hat.

Vom Regelmäßig-Freunde-Einladen über eine tägliche Aufräumroutine bis zum entspannten Gutenachtrititual für Eltern und Kinder findest du in diesem Buch viele konkrete Vorschläge, wie du dir die Macht der guten Gewohnheiten für ein hyggeliges Familienleben zunutze machen kannst.

Ordnung

Ordnung ist vielleicht nicht das Erste, was einem in den Sinn kommt, wenn man an Hygge denkt. Aufräumen und sauber machen sind für die meisten von uns doch eher ungeliebte Tätigkeiten.

Aber: Eine unaufgeräumte Wohnung mit Bergen an Spielzeug auf dem Boden, vollgestopften Schränken und Regalen und Kram auf jeder horizontalen Oberfläche wirkt nicht nur optisch unruhig, sondern sorgt für jede Menge Stress und Chaos im Kopf. Je mehr Unordnung in einem Zuhause herrscht, desto mehr Zündstoff gibt es außerdem in der Familie und Auseinandersetzungen zum Thema aufräumen sind an der Tagesordnung. So kann keine gemütliche Wohlfühlstimmung aufkommen.

Das ist der Grund, warum du in diesem Buch auch Tipps zum Thema Ordnung und Minimalismus findest. Ein realistischer, familienalltagstauglicher Minimalismus und Gemütlichkeit schließen sich nämlich keineswegs aus. Wenn du deine Schränke ausgemistet hast, den Kleiderschrank sortiert und dich von unnötigem Ballast getrennt hast, wirst du dich in deinen vier Wänden sehr viel wohler fühlen. Ordnung in der Wohnung sorgt für Klarheit im Kopf.

Schaffe Platz für die Dinge, die du brauchst, die dir wichtig sind und die du schön findest. Ein angenehmer Nebeneffekt ist: Wer weniger hat, muss weniger aufräumen und putzen. Die gewonnene Zeit kannst du dafür nutzen, viele schöne Hygge-Momente mit deiner Familie und deinen Freunden zu genießen.

Die Bewertung von Gegenständen in deiner Umgebung (Brauche ich das? Mag ich das? Nutze ich das?) hilft dir auch dabei, dich mehr mit dem Kern der Dinge zu beschäftigen und dir über entscheidende Fragen klar zu werden: Was ist mir und meiner Familie wichtig? Worauf legen wir Wert? Wie wollen wir unsere Zeit verbringen?

Du siehst: Ordnung muss kein notwendiges Übel sein, sondern kann dich deinem Ziel, einem hyggeligen Familienalltag, ein gutes Stück näher bringen.

Nicole Weiß – Dreifach-Mama, Bloggerin, Buchautorin

Noch vor ein paar Jahren dachte ich, ich sei die einzige Mama auf der Welt, die es einfach nicht auf die Reihe kriegt und die ihr Mamasein nicht genießen kann. Umgeben von Stapeln an schmutzigem Geschirr und endlosen Wäschebergen war ich nur damit beschäftigt, permanent Spielzeug, Schuhe, Jacken, Bücher und Sonstiges aufzuräumen. Bis ich beschloss, die Dinge in die Hand zu nehmen und mir mein Leben zurückzuerobern.

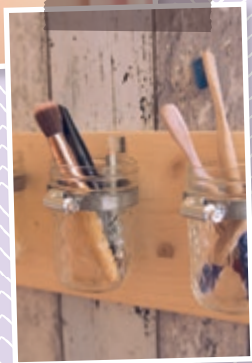
Also machte ich mich an die Arbeit. Ich fing an, meine eigenen Routinen zu schaffen, mir gute Gewohnheiten anzueignen und überflüssigen Ballast loszuwerden. Unser Haus habe ich Schritt für Schritt und Raum für Raum geordnet, das Gerümpel rausgeworfen und alles den Bedürfnissen meiner Familie entsprechend organisiert. Dabei ist es bei uns bis heute nicht perfekt. Perfektion ist aber auch gar nicht nötig. Wichtig ist, dass wir, du und ich und unsere Familien, uns in unserem Zuhause und unserem Familienalltag wohlfühlen.

Mit meinem gesammelten Wissen ver helfe ich heute mit meiner Arbeit Tausenden anderen Mamas zu einem entspannten Mamasein. Ich zeige ihnen, wie sie und ihre Familien entspannter und glücklicher leben können, indem sie ihren Alltag organisieren, es sich zu Hause schön machen und sich Freiräume schaffen, um wieder Energie zu haben für das, was ihnen wirklich wichtig ist.



Auf meinem Blog www.familieordentlich.de teile ich mein über die Jahre gesammeltes Wissen und meine besten Tipps. Dort findest du regelmäßig viele weitere Anregungen, wie du deinen Familienalltag stressfrei gestalten kannst. Ich freue mich, wenn du mal reinschaust.

Dein Hygge-Jahr in 52 Wochen





Woche 1



Gute Gewohnheiten – Veränderungstagebuch

Veränderungen, gerade wenn sie langsam und stetig geschehen, nimmt man oft gar nicht so richtig wahr. Erreichtes wird allzu oft als selbstverständlich und gar nicht so großartig erachtet. Außer man vergleicht einmal bewusst das Vorher–Nachher und hält Veränderungen fest. Besorgt euch darum zu Beginn eures Hygge-Jahres ein besonders schönes Notizbuch mit einem hübschen Einband. Dies soll euer Veränderungstagebuch werden, das euch über das ganze Jahr begleiten wird. Räumt dem Buch einen festen Platz in eurem Zuhause ein. Hier finden all eure Erfahrungen, Gedanken und Fortschritte auf dem Weg zu einem hyggeligeren Zuhause Platz. Notiert, was besonders gut gelungen ist, aber auch das, was noch verbesserungswürdig erscheint. Klebt dazu Fotos ein, die während eures Hygge-Jahres entstanden sind. Toll ist auch, wenn ihr ein paar Bilder vom Zustand eurer Wohnung vor und nach diesem Jahr dazupackt. Tragt vor allem auch alle besonders hyggeligen Momente ein, die ihr erlebt, sei es gemeinsam mit Freunden, in der Familie oder jeder für sich.

Sehr interessant ist es, wenn ihr auch die Kinder mit an eurem Veränderungstagebuch arbeiten lasst. Man ist immer wieder verblüfft, welche neuen Sichtweisen sie einbringen. Vielleicht möchten sie auch selbst etwas dazu schreiben oder malen.

Das Veränderungstagebuch kann euch helfen, den Fokus auf das Schöne zu richten, auf das kleine Glück im turbulenten Familienalltag. Am Ende des Jahres werdet ihr staunen, was ihr alles erlebt habt, wie viel positive Veränderung euch dieses Jahr gebracht



hat, ob das positive Routinen und Gewohnheiten sind, schöne und nützliche Ordnungslösungen oder ganz viele besondere handgemachte Stücke, die euer Zuhause unverwechselbar machen. Vielleicht wird die gemeinsame Arbeit an diesem Tagebuch ja sogar eine schöne Familientradition, die ihr auch nach diesem Jahr fortführen möchtet.

Ordnung – Schubladen-Organizer aus Filz

Nichts ist nerviger, als eine Schublade, in der alles durcheinanderfliegt, sobald man sie öffnet. Mit diesem Schubladen-Organizer ist es ganz einfach, alles an seinem Platz zu halten. Schnell gemacht und schön anzusehen ist er noch dazu.

Bei der Gelegenheit könnt ihr gleich die Schublade aussortieren und danach das gute Gefühl genießen, wieder den Überblick über eure Sachen zu haben:

- 1 Räumt die Schublade komplett aus.
- 2 Nutzt diese Gelegenheit, die Schublade nass auszuwischen.
- 3 Sortiert nicht mehr benötigte Dinge radikal aus und entsorgt sie.
- 4 Manche Sachen sind anderswo besser aufgehoben. Ist dies der Fall, dann kommen sie auch dorthin.
- 5 Jetzt gilt es, die Schublade für die verbleibenden Gegenstände sinnvoll zu strukturieren. Eine Schubladeneinteilung aus Filz sorgt für Übersicht und Ordnung.
- 6 Zum Schluss sortiert ihr die Sachen in die entsprechenden Unterteilungen ein.

Die Kinder können beispielsweise einen Organizer für ihre Socken- und Unterwäsche-Schublade in ihren Lieblingsfarben basteln.

DAS BRAUCHT IHR DAFÜR:**DIY**

- Filz
- Heißklebepistole
- Schere
- Lineal

Und so geht's:

- Schublade ausmessen und Filz in Höhe und Breite passend zuschneiden. Überlegt, wie viele Unterteilungen ihr haben möchtet. Dementsprechend viele Filzstreifen benötigt ihr. Ihr könnt den Schubladen-Organizer so klein oder groß machen, wie ihr möchtet.
- Legt nun den ersten Filzstreifen quer vor euch und tragt drei vertikale Linien Heißkleber auf. Eine links außen, eine rechts außen und eine in der Mitte.
- Platziert einen weiteren Filzstreifen darauf und drückt ihn gut fest. Vorsicht: heiß!
- Auf diesen Streifen tragt ihr nun zwei Linien Heißkleber auf, jeweils einen zwischen den drei Linien auf dem ersten Filzstreifen.
- Diese Schritte wiederholt ihr so oft, bis ihr die gewünschte Größe und Anzahl an Unterteilungen erreicht habt.



Woche 2



DIY – Upcycling: Etagere aus altem Geschirr

Leckeres Gebäck zur Kaffeepause ist ja an sich schon sehr hyggelig. Noch besser schmeckt es, wenn die Köstlichkeiten hübsch präsentiert werden.

Haltet beim nächsten Flohmarktbesuch oder in Omas Küche nach einer besonderen Tellerkombination Ausschau.

DAS BRAUCHT IHR DAFÜR:

DIY

- 3 hübsche Teller in unterschiedlichen Größen oder zwei Teller und eine Tasse
- 2 Likörgläser
- Zweikomponentenklebstoff

Und so geht's:

- Zunächst solltet ihr das Geschirr gut reinigen, damit es nicht nur sauber, sondern auch fettfrei ist und der Kleber später gut hält.
- Nun mischt ihr den Zweikomponentenklebstoff genau nach Anweisung und arbeitet euch anschließend pro Etage vor:
- Den Klebstoff auf den Gläserrand streichen, das Glas auf den Kopf drehen und den Gläserrand mittig auf den Teller platzieren, andrücken und antrocknen lassen.
- Danach mit dem Gläserfuß weitermachen; diesen ebenfalls mit Klebstoff bestreichen und den nächsten Teller draufkleben. Genauso geht ihr beim 2. Glas und dem 3. Teller (oder der Tasse) ebenfalls vor.
- Am besten ihr lasst sie bis zum nächsten Tag stehen, um sicherzugehen, dass der Klebstoff wirklich vollständig ausgehärtet ist. Fertig ist die Etagere ganz ohne bohren! Jetzt könnt ihr zum Kaffeetrinken einladen.



Ordnung – Weihnachtsdekoration verstauen

So schnell Weihnachten kommt, so schnell ist auch wieder alles vorbei. Spätestens in der zweiten Januarwoche kann man die Weihnachtsdekoration nicht mehr sehen. Jetzt ist die perfekte Zeit, abzuordern und die Weihnachtssachen ordentlich zu verstauen. Denn nach dem Fest ist vor dem Fest. Und ihr kennt das bestimmt auch: Jedes Jahr um Weihnachten herum weiß man nicht mehr, in welcher Kiste die roten Christbaumkugeln sind oder wo man doch gleich die Lichterkette für den Balkon verstaut hatte. Wenn alles separat verstaut und beschriftet wird, müsst ihr euch kurz vorm 1. Advent nicht wieder durch den gesamten Baumschmuck wühlen, sondern könnt ganz entspannt die Adventsdekoration hervorholen und verderbt euch nicht die schöne Stimmung mit der Suche nach den passenden Sachen.

Kugeln sind gut in Kartons mit Trennabteilen unterzubringen. Diese Art der Aufbewahrung ist platzsparend, da in jedes Fach mehrere unterschiedlich große Kugeln passen. Ganz empfindliche Exemplare könnt ihr zusätzlich in Seidenpapier wickeln.

Die Kabel von Lichterketten neigen dazu, sich heillos ineinander zu verheddern. Damit das künftig nicht mehr passiert, nehmt ihr einen festen Pappstreifen und schneidet dort Einkerbungen hinein. In die erste Einkerbung steckt ihr das erste Birnchen. Und dann wird gewickelt, was das Zeug hält bis zum Ende des Kabels. Das Steckerteil schiebt ihr nun in die letzte Einkerbung, sodass nichts mehr verrutschen kann.

Für diverse Dekorationsgegenstände eignen sich durchsichtige Kunststoffboxen besonders gut. Die Sachen lagern darin gut geschützt vor Staub und Feuchtigkeit, und ihr könnt bereits von außen erkennen, was sich in welcher Box befindet. Alternativ bzw. zusätzlich könnt ihr eure Boxen natürlich auch beschriften. Das macht das Wiederfinden für alle Familienmitglieder einfacher.

Die kleinsten Deko-Elemente packt ihr am besten in Frischhaltebeutel mit einem Zip-Verschluss und verstaut diese in einer größeren Box. So bleibt alles schön beieinander.

Hängt ihr zur Weihnachtszeit gerne wiederverwendbare Kränze auf? Die könnt ihr ganz einfach in Mülltüten packen und sie mit Kleiderbügeln in einem Schrank oder an einer Stange oder Haken an der Wand aufhängen.

Bevor ihr nun aber alles fein säuberlich bis zum nächsten Weihnachtsfest wegräumt und verpackt, solltet ihr kräftig aussortieren: Alles, was kaputt ist oder euch nicht mehr gefällt, kommt weg!

Dekorationen, die ihr nicht mehr verwenden möchtet, könnt ihr perfekt zum Geschenkeverpacken im nächsten Jahr benutzen. Legt diese Dinge also zur Seite und recycelt sie als Schmuck für die Päckchen für das nächste Weihnachtsfest.



Woche 3



Gute Gewohnheiten – Wochenroutine: Fleißiger Montag

Jede Woche fallen Dinge an, die erledigt werden müssen. Erledigungen und Besorgungen auf einen Tag in der Woche zusammenzulegen, spart Zeit und Wege.

Am fleißigen Montag (wenn sich für deine Familie ein anderer Tag besser anbietet, dann nehmt ihr natürlich diesen) nehmt ihr euch also möglichst alle Erledigungen vor, die in dieser Woche voraussichtlich anfallen. So könnt ihr an diesem Tag den Schwung nutzen, und der Rest eurer Woche verläuft viel ruhiger, wenn ihr nicht jeden Tag wegen etwas anderem losmüsst.

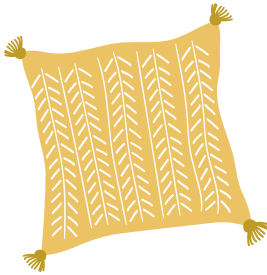
Wenn ihr mehrere Sachen braucht, die es aber nur in unterschiedlichen Läden gibt, dann hilft es, euren Einkaufsweg so zu planen, dass ihr ihn zeitlich und von der Strecke her gut in einem Rutsch erledigen könnt. Insgesamt lassen sich so viele Erledigungen (Post, Bank, Reinigung) miteinander verbinden.

Kurze Wege sind dabei das A und O. So erspart ihr euch die unnötige Fahrerei und auch unnötige Geldausgaben.

Auch zu Hause könnt ihr viel Zeit und Energie einsparen, wenn ihr gleiche Aufgaben auf eurer To-do-Liste in Blöcke zusammenfasst (einkaufen, anrufen, ablegen, aufräumen) und am Stück abarbeitet.

Ihr habt dann alle benötigten Utensilien bereitliegen und seid auf die Aufgabe eingestimmt, seid zum Beispiel in Telefonierlaune und holt alles Benötigte nur einmal her beziehungsweise räumt es wieder weg.

Das lässt euch mehr Zeit, um den Rest des Tages und der Woche mit freiem Kopf zu genießen, ohne dass euch ständig noch alle möglichen To-dos im Kopf herumschwirren. Und ein freier Kopf ist Voraussetzung dafür, den Moment achtsam wahrzunehmen und zu genießen, auch und gerade im trubeligen Familienalltag.



DIY – Wohnzimmerkorb für Kissen und Decken mit Quasten verschönern

Es ist wunderbar hyggelig, an verschiedenen Stellen in der Wohnung Kissen und Decken bereitzustellen, mit denen man es sich gemütlich machen kann und in die man sich einkuscheln kann, wann immer einem danach zumute ist.

Wenn ihr nicht lange alles zusammensuchen müsst, lässt sich auch die gemeinsame Vorlesezeit am Nachmittag mit zwei Handgriffen extra gemütlich gestalten. Sicher werden es deine Kinder auch genießen, wenn ihr öfter mal „unter einer Decke steckt“.

Am besten bewahrst du diese in einem schönen Korb auf, den du mit folgenden hübschen Quasten noch verschönern kannst. Da helfen die Kinder bestimmt gerne mit.

DAS BRAUCHT IHR DAFÜR:**DIY**

- Kartonstreifen (so breit, wie die Quasten lang werden sollen)
- je 50 Gramm Wolle in zwei eurer Lieblingsfarben

Und so geht's:

- Umwickelt den Kartonstreifen mit ungefähr 20 Lagen Wolle.
- Schneidet nun einen ca. 20 cm langen Wollfaden ab, schiebt diesen zwischen den Karton und die aufgewickelte Wolle und knotet ihn fest. Mit diesem Faden befestigt ihr später die Quasten am Korb.
- Schneidet die Wollfäden an der gegenüberliegenden Seite auf.
- Nun braucht ihr einen weiteren 20 cm langen Wollfaden, mit dem ihr den Kopf der Quaste abbindet.
- Anschließend könnt ihr die Enden der Quaste noch in Form schneiden.
- Je nachdem, was für einen Korb ihr verschönern wollt, könnt ihr die Wollfäden zur Befestigung einfach mit der Hand durchziehen, oder ihr nehmt eine Stopfnadel zu Hilfe. Auf der Innenseite des Korbes festknoten – fertig!



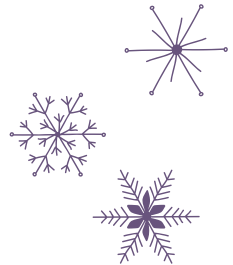
Woche 4





Gute Gewohnheiten – Regelmäßig Freunde einladen

Gemeinsam verbrachte Zeit ist wertvoll und bleibt in Erinnerung. Wenn wir mit Freunden, Verwandten oder Nachbarn zusammensitzen, uns austauschen und über Gott und die Welt reden, stärken wir unsere Beziehungen untereinander und fühlen uns aufgehoben und getragen von einer starken Gemeinschaft.



Gastfreundschaft ist ein zentrales Element eines hyggeligen Lebens. Dabei geht es nicht um Perfektion, sondern ums Zusammensein. Es muss keine riesige Torte auf dem Kaffeetisch stehen, wenn euch das nur stresst. Es genügen auch frisch gebackene Kekse (wenn keine Zeit war, auch gekaufte) und eine Kanne Tee oder Kaffee. Lass deine Gäste spüren, dass du das Treffen mit Liebe vorbereitet hast, aber mach dir keinen unnötigen Stress.

Habt ihr Lust, euer Haus offener und geselliger werden zu lassen? Veranstaltet doch öfter einmal ein kleines Treffen, zu dem jeder etwas mitbringt. Oder ihr bereitet das Essen gemeinsam zu. Hinterher zusammen abzuspülen und dabei weiterzuquatschen, macht Spaß und dem Gastgeber wenig Arbeit.

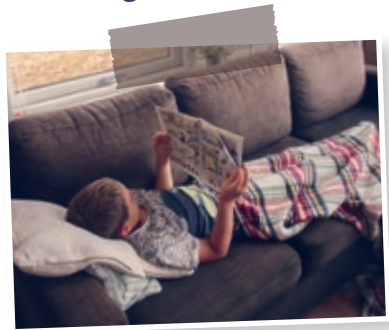
So lässt sich Geselligkeit auch prima leben, wenn die Kinder noch klein sind und ihr nicht auf einen Babysitter zurückgreifen könnt oder wollt.

Öfter Gäste zu empfangen, schafft übrigens auch einen regelmäßigen Anreiz aufzuräumen. Und so ein bisschen mehr Motivation kann meist nicht schaden. Ihr müsst es dabei aber nicht übertreiben. Wichtiger als absolute Sauberkeit ist es, die Gesellschaft eurer Gäste zu genießen.

Mit den Tipps von Woche 7 bleibt ihr auch entspannt, wenn sich spontan Besuch anmeldet, bei euch zu Hause aber gerade das Chaos herrscht. Damit ihr auch Überraschungsgäste einfach bewirten könnt, ist es gut, immer ein paar Snacks und ein paar Flaschen Wein im Vorratsschrank zu haben.

Gute Gewohnheiten – Glück im Alltag

Viel zu oft warten wir auf das große Glück, auf den nächsten Urlaub oder das Wochenende und verlieren dabei das Schöne aus den Augen, das jeder Tag für uns bereithält. Dabei brauchen wir ja eigentlich gar nicht so viel, um uns wohlzufühlen.



Achte diese Woche doch einmal gezielt darauf, welche kleinen Freuden der Alltag für dich bereithält und nimm dir jeden Tag etwas Zeit für Hygge. Mache es dir und deiner Familie gemütlich, entscheide dich bewusst fürs Glückliche und konzentriere dich voll auf die schönen Dinge und täglichen Glücksmomente.

Viele kleine glückliche Momente machen in der Summe schließlich ein großes Glück aus.

- Im Alltagsstress gehen die Dinge, die dir eigentlich wichtig sind, oft unter. Dabei ist das, was du liebst, die beste Quelle fürs Glück. Nimm dir darum regelmäßig Zeit dafür, und wenn es nur zehn Minuten sind.
- Draußen in der Natur zu sein macht glücklich. Wie schön ist es, am Strand zu stehen und aufs Meer hinauszuschauen. Aber auch Flussufer, Blumenwiesen, Wälder oder schneebedeckte Land-

schaften machen glücklich. Darum gehe so oft wie möglich nach draußen und genieße deine Umgebung.

- Schreibe täglich deine Glücksmomente auf. Mache es zu einer guten Gewohnheit und sammle mindestens drei Glücksmomente des Tages.
- Verbringe Zeit mit Menschen, die dir wichtig sind. Einen schönen Tag mit der Familie verbringen, mit Freunden zusammensitzen, eine kleine Unterhaltung mit der netten Nachbarin – Zeit mit Menschen, die wir gernhaben, bietet viele Glücksmomente.
- Arbeite an deinen Träumen und Visionen. Welche Ziele möchtest du im Leben erreichen? Was bedeutet ein erfülltes Leben für dich? Welche Träume möchtest du realisieren? Nimm deine Ziele, Visionen und Träume ernst und arbeite möglichst täglich daran, ihnen Stück für Stück näher zu kommen.
- Sorge für ein Gleichgewicht zwischen Geben und Nehmen. Menschen, die einerseits Gutes annehmen können, es andererseits aber auch gerne an andere weitergeben, haben gute Chancen auf das Glück. Das kann sich auf viele Bereiche des Lebens beziehen: Zeit, Geld, ein paar nette Worte, Aufmerksamkeit.
- Versuche, möglichst viele Augenblicke bewusst wahrzunehmen und zu genießen. Zukünftiges und Vergangenes nehmen im Leben oft einen zu großen Stellenwert ein. Lebe, so oft es geht, im Moment.
- Immer wieder tun wir Dinge, obwohl wir wissen, dass sie uns nicht guttun. Wenn du dir das nächste Mal darüber bewusst wirst, dass du gerade wieder etwas tust, das du eigentlich gar nicht tun willst, dann sage zu dir selbst: „Ich tue hier gerade etwas, obwohl ich weiß, dass es mir nicht guttut. Macht mich das jetzt glücklich, wenn ich das tue? Macht mich das nach einem Tag oder einer Woche glücklicher? Hilft es mir dabei, langfristig glücklicher zu werden?“ Das kann dir helfen, die Perspektive zu verändern und immer öfter nur das zu tun, was dich glücklich macht. Probiere es diese Woche mal aus.

Woche 5



Gute Gewohnheiten – Finde deinen Rhythmus

Mit der Zeit im gemeinsamen Takt zu tanzen, macht das Leben viel angenehmer, als gegen sie anzukämpfen. Kennst du eigentlich deinen Biorhythmus? Dein Tag hat 24 Stunden, aber nicht jede Zeit ist optimal für eine bestimmte Aufgabe oder Tätigkeit geeignet. Bestimmt ist dir auch schon mal aufgefallen, dass bestimmte Arbeiten zu günstigen Zeiten besser und schneller gelingen als zu ungünstigeren Zeiten.

Aufgaben, die eine hohe Konzentration und Genauigkeit verlangen, gelingen oft früh morgens und dann wieder am späten Nachmittag am besten. Beobachte einige Tage lang, wie gut dir solche Aufgaben gelingen, und notiere in eurem Veränderungstagebuch, zu welchen Zeiten es bei euch besonders gut läuft.

Wenn du morgens den Tag planst, kannst du zukünftig dieses Wissen nutzen, und deine Aufgaben entsprechend einteilen: die anspruchsvollen Dinge in die „Hochleistungszeiten“ und die einfacheren Tätigkeiten in die „Tiefzeiten“. So bekommst du mit gleichem Zeiteinsatz bessere Ergebnisse und gewinnst Zeit, die du für schönere Beschäftigungen einsetzen kannst.

In einer Familie gibt es natürlich neben eurem jeweiligen Biorhythmus noch viele weitere Faktoren, nach denen ihr eure Aufgabeneinteilung richten müsst. Es lohnt sich aber dennoch, dem eigenen Rhythmus künftig mehr Beachtung zu schenken, damit neben dem Notwendigen mehr Zeit bleibt für alles Schöne, Zeit mit der Familie und Freunden oder für dich selbst.

Nutze deinen Biorhythmus, finde heraus, ...

- wann du produktiv bist,
- zu welchen Zeiten deine Tiefs sind,
- wann du Pausen am effektivsten nutzen kannst
- und welche Menge und welches Zeitfenster an Schlaf dir guttun.

DIY – Etiketten für Vorratsgläser



Schöne und praktische Etiketten für Vorratsgläser lassen sich ganz einfach selbst herstellen. Und endlich hat das Rätseln ein Ende: War das noch mal Zucker oder Salz? Und schön anzusehen sind die beschrifteten Gläser noch dazu.



DAS BRAUCHT IHR DAFÜR:**DIY**

- durchsichtiges Klebeband
- einen Laserdrucker (Tintenstrahl funktioniert leider nicht)
- eine kleine Schale voll Wasser

Und so geht's:

- Zuerst schreibt oder zeichnet ihr euer gewünschtes Motiv per Hand auf Papier und kopiert dieses per Laserdrucker. Natürlich könnt ihr eure Etiketten auch direkt am PC gestalten und dann ausdrucken.
- Das fertige Bild bzw. den Schriftzug schneidet ihr auf die gewünschte Größe zurecht und beklebt die bedruckte Seite mit dem Klebeband. Anschließend legt ihr den Ausschnitt für ca. zehn Minuten in eine Schale mit lauwarmem Wasser. Achtet darauf, dass alles gut mit Wasser bedeckt ist, damit es schön durchweichen kann.
- Sobald die Papierschicht aufgeweicht ist, könnt ihr diese ganz leicht abrubbeln. Zurück bleibt die Druckerschwärze auf dem Klebeband. Lasst euer fertiges Etikett danach gut trocknen.
- Jetzt könnt ihr das Etikett anbringen. Das Tolle ist, dass das Klebeband das Bad im Wasser gut übersteht und weiterhin gut kleben bleibt.
- Und falls ihr ein paar Etiketten auf Vorrat machen möchtet, klebt diese einfach auf Backpapier. Von dort lassen sie sich wieder leicht abziehen und bei Bedarf weiterverwenden.
- So könnt ihr übrigens nicht nur hübsche Etiketten für eure Vorräte erstellen, sondern z. B. auch Windlichter mit einem schönen Motiv (etwa einer eingescannten Kinderzeichnung) gestalten.

Mamasein für Anfänger



Stand 2019; Änderungen vorbehalten.

- Der ehrliche Ratgeber für werdende und frischgebackene Mamas
- #realtalk: Mamasein unzensuriert
- Alles, was eine Mama wissen sollte: Was passiert bei der Geburt? Welche Belastungen kommen auf mich zu? Wie werden wir eine glückliche und zufriedene Familie?

Nele Hillebrandt

Mama sein

224 Seiten

14,5 x 21,5 cm, Softcover

ISBN 978-3-86910-644-1

€ 19,99 [D] / € 20,60 [A]

Der Ratgeber ist auch als eBook erhältlich.

Die besten Mama-Life-Hacks!



Stand 2019. Änderungen vorbehalten.

- Die besten Life-Hacks für Mamas von der Macherin des Erfolgs-Blogs „Familie Ordentlich“
- Endlich mehr Freude und Zufriedenheit für gestresste Mütter
- In 30 Tagen zum entspannten Mama-Dasein: weniger Chaos, mehr Zeit für Familie und sich selbst

Nicole Weiß

Familie Ordentlich

208 Seiten, 80 Fotos

14,5 x 21,5 cm, Softcover

ISBN 978-3-86910-415-7

€ 19,99 [D] / € 20,60 [A]

Der Ratgeber ist auch als eBook erhältlich.

humboldt

...bringt es auf den Punkt.

Für eine entspannte Erziehung!



Stand 2019; Änderungen vorbehalten.

- Alltags-Ratgeber für Eltern von Vor- und Grundschulkindern
- Konkrete Strategien für alle typischen Stress-Situationen zwischen Eltern und Kind

Mira Mondstein / Deva Wallow

Glückliche Kinder brauchen entspannte Eltern

200 Seiten

14,5 x 21,5 cm, Softcover

ISBN 978-3-86910-651-9

€ 19,99 (D) / € 20,60 (A)

Der Ratgeber ist auch als eBook erhältlich.

Erziehung auf Augenhöhe



Stand 2019. Änderungen vorbehalten.

- Achtsamkeit – auch in der Kindererziehung
- Der praktische Eltern-Ratgeber: Mit kleinen Veränderungen zu mehr Harmonie und Verständnis im Familienalltag
- Geniale Rituale und Übungen, die sich leicht und schnell umsetzen lassen

Alexandra Karr-Meng
Kinder achtsam erziehen

208 Seiten
14,5 x 21,5 cm, Softcover
ISBN 978-3-86910-639-7
€ 19,99 [D] / € 20,60 [A]

Der Ratgeber ist auch als eBook erhältlich.

humboldt
...bringt es auf den Punkt.

Endlich weniger Erziehungsstress



Stand 2019; Änderungen vorbehalten.

- Die besten Tipps: So setzen Eltern liebevoll Grenzen
- Alltagstaugliches Konfliktmanagement für das Familienleben
- Ratgeber mit der Formel: Liebe + altersgerechte Regeln = stressfreier Alltag + glückliche Kinder
- Empfohlen von der Akademie für Kindergarten, Kita und Hort

Ulla Nedebock

Starke Kinder brauchen Regeln

224 Seiten

14,5 x 21,5 cm, Softcover

ISBN 978-3-86910-636-6

€ 19,99 [D]/€ 20,60 [A]

Der Ratgeber ist auch als eBook erhältlich.

Entspannte Mama = glückliche Kinder



Stand 2019. Änderungen vorbehalten.

- Der Eltern-Ratgeber von Erfolgsbloggerin Sabrina Heinke
- Die Anleitung für eine entspannte Erziehung von Kindern im Kleinkind- und Grundschulalter
- Absolut alltagstauglich: Superpraktische Tipps gegen Stress und Überforderung im Familientrubel

Sabrina Heinke

Am Ende meiner Nerven sind noch Kinder übrig!

232 Seiten

14,5 x 21,5 cm, Softcover

ISBN 978-3-86910-640-3

€ 19,99 [D] / € 20,60 [A]

Der Ratgeber ist auch als eBook erhältlich.

humboldt

...bringt es auf den Punkt.

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.ddb.de> abrufbar.

ISBN 978-3-86910-645-8 (Print)

ISBN 978-3-86910-646-5 (PDF)

ISBN 978-3-86910-647-2 (EPUB)

Die Autorin: Nicole Weiß zeigt Müttern, wie sie ihren Alltag organisieren können. Auf ihrem Blog „Familie Ordentlich“ schreibt sie über alltägliche Herausforderungen wie die (Un-) Ordnung im Kinderzimmer oder im Kleiderschrank. Im Fokus steht die Frage: Wie schaffe ich möglichst unkompliziert ein gemütliches Zuhause, das zu mir und meiner Familie passt? Ihre Life-Hacks helfen Müttern, den Alltag zu organisieren und sich Freiräume zu schaffen. Für mehr Energie und für das, was ihnen wirklich wichtig ist: ihre Familie.

Fotos

Nicole Weiß: 15, 16, 17, 18, 19, 21, 22, 23, 25, 26, 29, 30, 32, 34, 36, 38, 41, 42, 43, 45, 46, 48, 50, 53, 54, 56, 58, 61, 62, 64, 66, 67, 70, 72, 74, 75, 77, 78, 81, 82, 84, 86, 87, 89, 90, 91, 92, 94, 97, 98, 100, 102, 104, 106, 108, 110, 113, 114, 115, 117, 118, 119, 120, 122, 124, 126, 127, 129, 130, 131, 132, 134, 135, 136, 138, 141, 142, 144, 146, 148, 149, 150, 152, 154, 157, 158, 160, 162, 163, 165, 166, 168, 170, 173, 174, 177, 178, 181, 182, 183, 185, 186, 187, 189, 190, 192, 194, 197, 198, 201, 202, 203, 205, 206, 208, 210, 212, 214, 215, 216, 218, 220, 222, 224
 stock.adobe.com: Marina Zlochins: 28, 31, 36, 53, 59, 68, 88, 96, 99, 105, 107, 125, 127, 153, 155, 167, 168, 172, 175, 176, 179, 191, 199, 200, 207, 211, 223
 Karolina Madej: 113, 133, 140

Originalausgabe

© 2019 humboldt

Eine Marke der Schlüterschen Verlagsgesellschaft mbH & Co. KG,
 Hans-Böckler-Allee 7, 30173 Hannover
www.schluetersche.de
www.humboldt.de

Autorin und Verlag haben dieses Buch sorgfältig geprüft. Für eventuelle Fehler kann dennoch keine Gewähr übernommen werden. Alle Rechte vorbehalten. Das Werk ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der gesetzlich geregelten Fälle muss vom Verlag schriftlich genehmigt werden.

Lektorat: Berit Lina Barth, Mössingen
Covergestaltung: ZERO, München
Covermotiv: shutterstock/Marish
Satz: PER MEDIEN & MARKETING GmbH, Braunschweig
Druck und Bindung: gutenberg beuys feindruckerei GmbH, Langenhagen

Jetzt wird's gemütlich – Hygge für die ganze Familie!

„Hygge“ ist ein Lebensgefühl und eine wunderbare Möglichkeit, dein Familienleben zu entschleunigen und harmonisch zu gestalten. Für jede Woche des Jahres liefert dir dieser Ratgeber wertvolle Anregungen für ein hyggeliges Familienleben: neue Routinen für einen entspannten Familienalltag, großartige Ideen zum Selbermachen oder für gemeinsame Aktivitäten. Und: superpraktische Tipps für mehr Ordnung in den eigenen vier Wänden. Das perfekte Buch für alle, die ein gemütliches Zuhause und ein entspanntes Familienleben unter einen Hut bekommen möchten!



Hilfreiche Routinen, tolle DIY-Ideen und geniale Ordnungshacks

NICOLE WEISS zeigt Müttern, wie sie ihren Alltag organisieren können. Auf ihrem Blog „Familie Ordentlich“ schreibt sie über alltägliche Herausforderungen wie die (Un-)Ordnung im Kinderzimmer oder im Kleiderschrank. Im Fokus steht die Frage: Wie schaffe ich möglichst unkompliziert ein gemütliches Zuhause, das zu mir und meiner Familie passt? Ihre Life-Hacks helfen Müttern, den Alltag zu organisieren und sich Freiräume zu schaffen – für mehr Energie und für das, was ihnen wirklich wichtig ist: ihre Familie.

www.humboldt.de

ISBN 978-3-86910-645-8



9 783869 106458 19,99 EUR (D)