



מבעוד מועד



לעורר את השחר

נשים שיוצאות לעבודה בבוקר, יתרון הוא שזמנן קצוב ולכן לפעמים הן מאורגנות יותר מנשים שאינן יוצאות לעבוד. בכל מקרה, כדאי להקפיד על סידור המיטה באופן מינימלי, פעולה שלוקחת כמה שניות בלבד ויכולה להיעשות על ידי אחד הילדים או ההורים. כמו שהשארנו את הבית בבוקר, כך נקבל אותו. ובוודאי שאם נקום בשעה סבירה, נספיק להשאיר את הבית בצורה סבירה. נשים שאינן עובדות מרגישות פחות לחץ, קמות מאוחר יותר, ואם הן מלוות את אחד הילדים לגן הן מתעכבות בדרך ובעצם מתחילות את הבוקר בשעה מאוחרת. תכנני את היום בצורה נכונה גם בעזרת רשימת מטלות, דבר שיעזור לך להתמקד במשימות שברצונך להספיק.

הבוקר בא לעבודה

בגיליון הקודם עסקנו קצת בתכנון זמן, והתמקדנו בכמה טיפים שמסייעים להתחיל את היום בצורה רגועה. הפעם נדבר קצת על התארגנות הבוקר. מתי קמים? חשוב מאוד להתעורר בשעה שתאפשר לנו להתארגן בנחת. ראשית, התעוררי את לפני הילדים והתלבשי. זכרי, את המלכה של הבית. כשאת מעירה את הילדים ואת כבר מאורגנת, את מהווה דוגמה טובה לילדיך וזוכה לנהל את הבוקר בצורה שונה. שנית, אפשרי לילדיך זמן התארגנות. ילדים שמתעוררים בשעה שבע כאשר בשבע וחצי עליהם לצאת מהבית, למעשה נשלפים ישר מהמיטה החוצה ואינם מספיקים להתארגן בנחת. בפעמים שבהן התעוררנו מאוחר, כל התארגנות הבוקר נעשית בלחץ והרבה פעמים נגמרת במריבות ובצעקות.

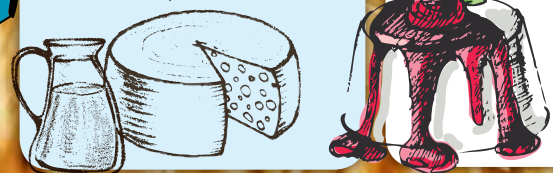
מכבסת-תולה

מאחר ששבועות יוצא בשבת, עד יום שישי כדאי לסיים את הכביסות שצברנו כדי לא ליצור הר כביסה ענקי שיהיה לנו קשה להשתלט עליו אחרי החג. בבית שבו שטיפת הכלים היא בעיה, אפשר להשתמש בכלים חד-פעמיים יפים וכן בתבניות ובכלי הגשה חד-פעמיים. כמוכן שגם את בגדי השבת נכין ליומיים, ולכן עד יום שישי נסיים לכבס את בגדי השבת של השבת שעברה (למי שעדיין לא הספיקה).



חג אחרי שבת

הפעם נקבל את פני חג השבועות במוצאי השבת, שבה אכלנו שלוש סעודות. עדיף להכין תפריט מוגדר ולא עמוס של אוכל. יש משפחות שיעדיפו ארוחת חלבית בערב, ויש משפחות שאצלן הארוחה החלבית נאכלת ביום עצמו. מניסיון ראיתי שכשמגישים ארוחה חלבית ביום, הילדים רעבים שוב אחרי כמה שעות. לכן כדאי להכין כמות גדולה יותר ולהגיש במשך היום, או לקיים עוד סעודה שתהיה בשרית. בעיקרון, כדאי מאוד לא להתבלבל ולהכין תפריט שהילדים אוהבים ושלא גוזל הרבה זמן הכנה.



להיכנס להקפאה

ישנם מאכלים שניתנים להקפאה, כגון פיצות, בורקסים ובלניצ'סים. כדאי להשתמש באופציה הזאת, במיוחד כשאנחנו חייבות להכין גם אוכל לשבת. בנוסף לכך, אם לא הספקנו להכין מספיק אוכל, אל לנו להילחץ. אפשר להכין אוכל גם בחג עצמו, למשל פסטות, מרק, דגים וכו'. למי שיש תנור לא דיגיטלי, ישנה אפשרות להדליק אותו באמצעות שעון שבת, כך שבבוקר החג התנור יהיה דלוק ונוכל להכין בו אוכל לכבוד החג. אפשרות נוספת היא השימוש בחגו, ואז ניתן להשתמש גם בגז לצורך בישול.

התארגנות לשבועות

בשנים עברו התכנון של תפריט החג גדל ממני זמן רב. להוב נשים נהנות להתפנק על תפריט חלבי עמוס ומגוון הכולל פשטידות, מוקרמים, פסטות, מטבלים, סלטים וכמובן עוגות גבינה וקינוחים. שעות של טרחה בהכנות, ולבסוף גיליתי שחלק מילדיי מחפשים מה יש לאכול מכל השולחן העמוס. והבעל? הוא בכלל העדיף ארוחה בשרית.

