



Karácsonyi tervező



onismerettelteljesebb.hu



*Karácsonyi rege,
ha valóra válna,
Igazi boldogság
szállna a világra.”
/Ady Endre/*

A karácsony az év egyik legszebb ünnepe. Tele van csodával,
varázslattal, én egyszerűen imádom.

Ahhoz, hogy valóban átélhessük a karácsony csodáját, ahhoz,
hogy valóban nyugodt(abb) tudjunk készülni az ünnepre,
fontos, hogy időben elkezdjük megtervezni az ünnepet.

Ebben szeretnék most segíteni Nektek.



onismerettelteljesebb.hu



Először is gondold át, hogy milyen teendőid vannak. Te ismered a saját hagyományaitokat, te tudod a legjobban, hogy mi az, ami ilyenkor kihagyhatatlan a számodra. Írj le ide mindent ömlesztve, amit úgy érzed, hogy meg kell csinálnod az ünnep előtt.

A large grid of 20 columns and 12 rows of small black dots, intended for writing a list of tasks.





Most pedig kezdjük részterületekre bontani a feladatokat.

Takarítás feladatok





Karácsonyi menü Szentestére

Előétel:

Főétel:

Köret:

Savanyúság:





*Karácsonyi menü
december 25-re:*

Előétel:

Főétel:

Köret:

Savanyúság:





*Karácsonyi menü
december 26-ra:*

Előétel:

Főétel:

Köret:

Savanyúság:





Sütemények

Sütemény neve: _____

Hozzávalók:

•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•
•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•
•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•
•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•
•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•
•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•

Sütemény neve: _____

Hozzávalók:

•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•
•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•
•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•
•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•
•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•
•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•





Bevásárló lista a főzéshez, sütéshez

<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"/>	-----





Ajándékok

“Egy ajándék éppen annyit ér, amennyi szeretettel kiválasztották.”

/Thyde Monnier/

Kétségtelenül az ajándékozás az, amit a gyerekek és talán mi felnőttek is a legjobban várunk a karácsonyban. Nemcsak ajándékot kapni, hanem ajándékot adni is ugyanolyan öröm.

Azért, hogy az ajándékozás minél inkább öröm legyen, érdemes időbenkészülni. Már év közben is fel lehet jegyezni a kívánságokat egy jegyzetlapra, vagy a telefonba.

Ahol kisgyermek van a családban, ott biztos írnak a Jézuskának levelet, hogy miket szeretnének megkapni. Érdemes a leveleket már november elején, közepén megíratni a gyerekekkel (lehet módosítani nyugodtan ezt a hagyományt, hogy nem decemberben írják a levelet). Ilyenkor bőven van idő az ajándékok beszerzésére, novemberben a Black Friday időszakban számos üzlet kínál kedvezményeket. Ha előre gondolkozunk, nagyon sokat tudunk így spórolni.





Ajándékok
Ezeket szeretném adni:

-----	-----
-----	-----
-----	-----
-----	-----
-----	-----
-----	-----
-----	-----
-----	-----
-----	-----
-----	-----





Végső tervezés

Most, hogy mindent összeírtál, kezd el kitölteni a novemberi és decemberi naptárt.

A nyugodt készülődés titka az, hogy nyugodtan előre lehet hozni dolgokat novemberre. Így elkerülheted a dugókat, a tumultust az üzletekben.

Menj bevásárló listával a boltba, így sokkal hatékonyabb (és költségtakarékosabb) tudsz lenni.

Fontos, hogy amikor egy-egy napra felosztod a feladatokat, akkor vedd figyelembe azt, hogy mikor érsz haza a munkából, ott mennyi időd van.

Ne tervezz túl egy napot, mert csak csalódní fogsz és félbehagyod. Inkább oszd el több, apró kis lépésre a feladatokat és akkor van esély, hogy végig is tudod csinálni.





NOVEMBER





DECEMBER





December 23.

utolsó teendők, utolsó bevásárló lista az ünnepek előtt

<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"/>	-----





Ha idáig eljutottál, dőlj hátra, bonts ki egy bort
vagy pezsgőt és koccints magadra, hogy idén
milyen ügyes voltál!





JEGYZET

A large grid of 20 columns and 20 rows of black dots, intended for writing a list or notes.





Kívánom, hogy az idei karácsonyotok legyen nyugodtabb,
stresszmentesebb.

Nem az a fontos, hogy mennyire ragyog a ház, hanem az,
hogy Te pihentebb és nyugodtabb vagy, figyelni tudod a
gyermekedeket, ahogy örülnek az ajándékoknak, van
időtök együtt lenni, játszani és nevetni.

Hidd el, évek múlva nem az marad meg a
gyermekedekben, hogy hányféle étel volt az asztalon és
mennyire ragyogott a ház.

Hanem az, hogy együtt voltatok és volt időtök
egymásra!

Legyen boldog és békés a karácsonyotok!

Szeretettel:

Bán-Horváth Ildikó

személyiségfejlesztő



onismerettelteljesebb.hu