



# HOE GEBRUIK JE DEZE WEEKPLANNER?



Het gebruik van deze Mama Baas weekplanner wijst zich natuurlijk voor een stukje zelf uit: je vindt er 40 keer hetzelfde schema dat je helemaal volgens je eigen manier kunt invullen.

Zo kun je bijvoorbeeld per gezinslid met initialen of kleurtjes werken.

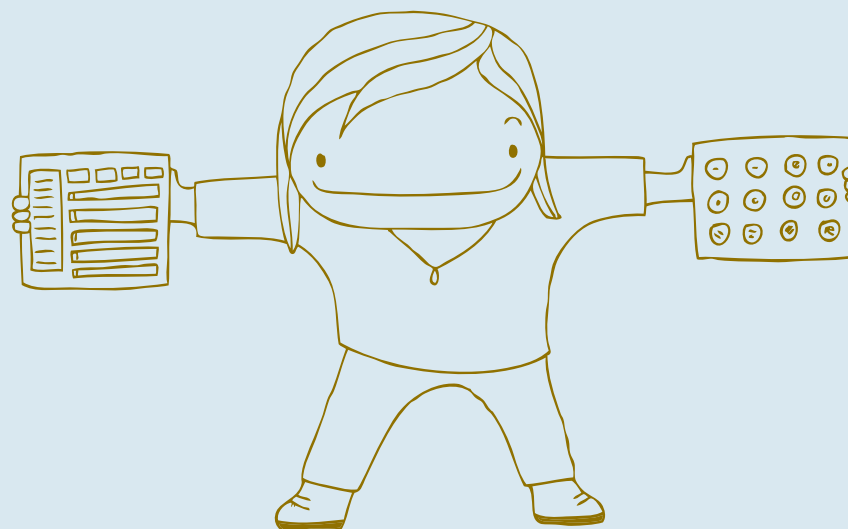
Per dag kun je voor elk gezinslid de voornaamste to do's noteren en achteraan in deze planner vind je een waaier aan stickers (met de meest voorkomende situaties) die je bij het gezinslid in kwestie kunt plakken. Zijn er dingen die je écht niet mag vergeten, dan is er nog een handig niet-vergetenvakje waar je de belangrijkste zaken kunt opschrijven.

**Nieuw is onze superdeluxe zomervakantieplanner:** dankzij het slimme overzicht zie je meteen wie wanneer een kampje volgt, wanneer je (schoon)ouders inspringen of wanneer jullie verlof nu ook alweer gepland is. Keihandig!

En we hebben ook een heuse **aftekalender voor Sinterklaas**. Het concept? Elke dag een leuke opdracht om zo samen af te tellen naar dé grote dag, 6 december!

Nu alleen nog een centrale plek vinden om deze weekplanner op te hangen zodat alle gezinsleden hem kunnen zien én gebruiken. Zo, op naar een huishouden op rolletjes.

Veel succes!





NIET  
VERGETEN

naam:  
.....

naam:  
.....

naam:  
.....

naam:  
.....

MAANDAG

DINSDAG

WOENSDAG

DONDERDAG

VRIJDAG

ZATERDAG

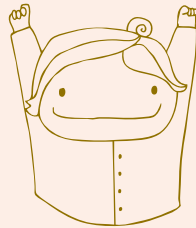
ZONDAG

# SCENARIO 1:

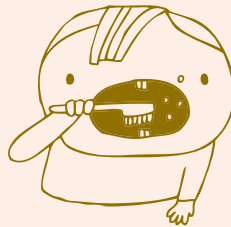
## ~ HET IDEALE SCENARIO ~

Aha, tijdens het (school)jaar moet het 's ochtends allemaal wat sneller, tot vervelens toe van de meeste gezinsleden. Hoe overleef je dat zonder al te veel kleerscheuren?

- 1** Maak eerst jezelf klaar, dan pas je kind(eren). Dat wil zeggen: sta zelf op tijd op... Desnoods een beetje vroeger dan de rest. Niet leuk, dat weet ik, maar het kan je echt veel stress besparen.



- 2** Begin op tijd aan het hele ritueel 'kleren aandoen - eten - haren kammen - schoenen aandoen - tanden poetsen' bij je kind(eren). Vanzelfsprekend, maar toch... Liever wat te vroeg klaar (alsof dat ooit echt gebeurt, haha)... Maar je weet wel.



- 3** Hoe kleiner het kind, hoe meer tijd je het best rekent (een groter kind kan zich normaal gezien zelf al aankleden, het kan enkel wat last hebben van gebrek aan motivatie). Houd er rekening mee dat een peuter of kleuter een ander tijdsbesef heeft dan jij. Voor hen gaat het alleen snel als zij vinden dat het snel moet gaan. In alle andere gevallen gaat het ... traag. Op hun tempo. Of je daar nu bij zou neervallen of niet. Voorzie dus voldoende tijd en blij flexibel. Ahum.

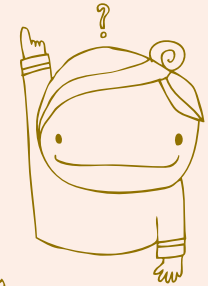


- 4** Maak duidelijke afspraken met je kind(eren). Mag er bv. nog televisie worden gekeken of worden gespeeld voor ze naar school gaan of naar de kinderopvang mogen? Bepaal dan voor jezelf hoeveel tijd ze krijgen en wanneer de televisie echt uit moet, zodat hij/zij niet te laat is omdat de schoenen nog aan moesten bijvoorbeeld.

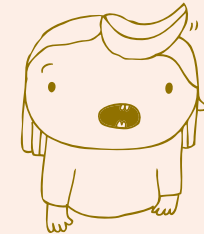


- 5** Heel wat kinderen moeten nog eens naar het toilet, liefst op het laatste moment, als je je jas al aanhebt en klaarstaat om te vertrekken. Vraag dus op tijd of je kind nog eens naar het toilet moet.

WIE MOET ER NOG EENS NAAR HET TOILET GAAN?



- 6** Adem in. Adem uit.



- 7** Probeer de avond voordien toch al na te denken wie wat nodig heeft de volgende dag. Probeer ook te bedenken wat er je kan helpen om de spits van de volgende dag beter door te komen. Bijvoorbeeld de boterhammen al op voorhand smeren. Is dat de ontbijt tafel klaarzetten en heb je daar de puf nog voor? Zeker doen. Het zijn soms kleine dingen. De kleren van je kind klaarleggen helpt ook: dan hoef je daar toch al niet meer bij stil te staan.



- 8** Probeer alle brieven die je kind van school meekrijgt de avond zelf nog af te handelen. Moeten ze iets extra's meenemen naar de kinderopvang of naar school? Leg dat dan de avond voordien al klaar.



~ Ja, het is wat het is: we zijn nu eenmaal mensen, en als mens maak je al eens een foutje. Bijvoorbeeld: je overslaapt je. Je vergeet de zwemspullen mee te geven. Enzovoort en zo verder. Om zulke toestanden te vermijden kan dit boek je helpen, want je vindt hier enkele nuttige tips.

# SCENARIO 2:

## ~ HET NIET ZO IDEALE SCENARIO ~

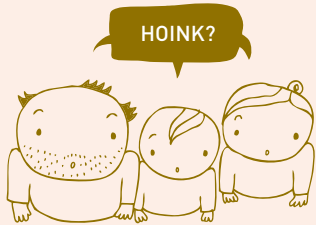
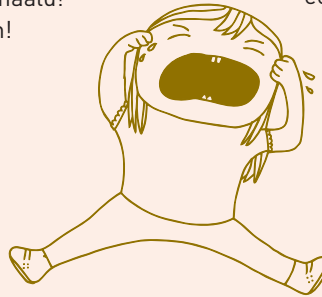
(maar wel vaak voorkomende)

**1** Je bent te laat. De eerste grote en fundamentele vraag die je jezelf moet stellen is: hoe erg is het dat? Maar werkelijk: ten opzichte van een mensenleven, hoe erg is het dat je 10 minuten te laat bent? Natuurlijk wordt het misschien wat erger als je elke dag 10 minuten te laat op school of op je werk komt, daar moet je ook aan denken... Maar toch. Er zijn, als je het zo bekijkt, veel ergere dingen. Niet? Ahum.



**2** Je overslaapt je. Dat is best vervelend. Maar dat kan je ook superpositief bekijken, want: joepie, je hebt wat slaap ingehaald! Hoera voor jou! Echt! Prima gedaan!

**3** Een kindje gooit vlak voor het vertrek – weliswaar per ongeluk, maar toch – een kommetje melk of een glas fruitsap om. Op zijn/haar kleren. En op die van jou. Dat kan gebeuren. Proficiat, jij hebt de hoofdprijs gewonnen! Vandaag mag jij de hele dag een liedje naar keuze neuriën en zonder reden in de lach schieten. (Of beginnen te huilen, dat mag ook.)

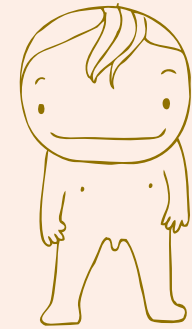


**4** Je dacht: ik heb hier alles onder controle. Ik doe echt mijn best om op tijd te zijn. Maar toch... Ergens onderweg lopen er een paar dingen fout. Dit had je niet gepland? Ach, het beste wat jij kunt doen is met het hele gezin voor een spiegel gaan staan, keihard je schouders ophalen en heel luid 'Hoink?' roepen. Je zult zien, dat lucht op!



**5** Focus op al die andere mensen die ook te laat komen. Nee, nog beter, die nog later zijn dan jij. Heb je daar al op gelet? Geef elkaar onderling een respectvolle high five en richt een geheim clubje op van de Coole Laatkomers. Yeah, te laat komen is mega in!

**6** Je bent iets vergeten mee te geven aan je kind. Een voorbeeld: het is Dikketruiendag en je kind heeft dus geen dikke trui aan. Of nog een klassieker: je bent vergeten de zwemspullen mee te geven. Oké, probeer nu eerlijk te zijn voor jezelf: wat is het érgste dat je kind kan overkomen? De mensen op school zullen je kind echt geen kou laten lijden, hoor. En wat dat zwemmen betreft: in het beste geval voorziet de school zelf in reservezwemkledij. In het slechtste geval kan het kind niet mee gaan zwemmen... Oké. Bad mother/father. Maar eerlijk, het is niets dat je niet kunt oplossen met een welgemeende sorry en een dikke knuffel. (Oké, en als het echt te erg is, misschien met een snoepje of zo, ahum).



**7** Je was vergeten dat het vandaag tijd was voor hockey, voetbal, basket, ballet... Oepsie. Maar opnieuw: ten opzichte van een mensenleven, hoe érg is dat eigenlijk?



**8** Je kinderen zijn de deur uitgegaan en zagen er piekfijn in orde uit. De luiertas en/of schooltassen waren gemaakt zoals het hoorde. Alleen... had jijzelf nog je pyjama aan. En ben je zo naar je werk vertrokken. Of had je nog tandpasta aan je mond hangen... Yes! Jij verdient een rondedans. Geef jezelf een applaus, neem een selfie en hang hem op aan de koelkast of een plek waar je veel langskomt. Dat zul je ook nooit meer vergeten ;-).

