

Denise Colquhoun

# Aufräumen mit Fräulein Ordnung

Entspannt und stressfrei  
mit Kindern leben



urania

Mit Fotos von Paula Averkamp

# Inhalt

Vorwort .....	7
Einleitung: Verregnete Sonntage .....	9
<i>Eine bunte Mischung für trübe Tage</i> .....	14
GEMÜTLICHES: Gemeinsam Lieblingsplätze schaffen – sich aus dem Alltag ausklinken und auf neue Gedanken kommen .....	15
<i>Bücher, Filme, Spiele – gemeinsame Kindheitserinnerungen</i> .....	18
<i>Der perfekte Regensonntag</i> .....	21
<i>Unser Zuhause – ein glücklicher Ort</i> .....	23
<i>Anregungen für ein schönes Zuhause</i> .....	25
ORDNUNG: Gemeinsam Platz schaffen für das Wesentliche – warum sich Regentage so gut dafür eignen .....	31
<i>Aufräumen ist doof!?</i> .....	32
<i>Ordnung lernen</i> .....	34
<i>Aufräumen in drei Schritten</i> .....	38
<i>Wie viel Spielzeug braucht ein Kind?</i> .....	42
<i>Den Überblick nicht verlieren</i> .....	44
<i>Bücher – der natürliche Feind des Konsums</i> .....	46
<i>Von der Räubertochter zur Ordnungsprinzessin</i> .....	48
<i>Ordnungstipps, die garantiert Spaß machen</i> .....	50
<i>Zeit ist wichtiger als Zeug</i> .....	52
<i>Familienordner – den Papierwust in den Griff kriegen</i> .....	53
<i>Anregungen für ein besseres Zeitmanagement</i> .....	56
<i>Übungen und Strategien, um mit Alltagsstress besser umzugehen</i> .....	56

KÖSTLICHES: Soulfood für Regentage – einfache Lieblingsrezepte, die wenig Zeit brauchen.....	60
<i>Frühstück</i> .....	62
<i>Für den süßen Zahn</i> .....	67
<i>Lieblingskuchen</i> .....	71
<i>Herzhaftes</i> .....	74
KREATIVES: Gemeinsam fantasievoll sein – gemeinsam Zeit verbringen.....	76
<i>Mir ist langweilig!</i> .....	77
<i>Spielideen und Anregungen für Regentage</i> .....	78
Schlusswort.....	93
Quellennachweis.....	94