

Праздничный Контрольный Журнал FlyLady

Ваш гид по подготовке к праздникам



Все права защищены 2003 FlyLady and Company, Inc.

Давайте немного поиграем!

Представим, что 1 декабря мы отправляемся в трехнедельное путешествие. Чтобы наслаждаться путешествием, мы должны заранее позаботиться о некоторых вещах, дабы потом не носиться сломя голову за несколько дней до дня «Х».

Наш план действий; в течение декабря мы завершим большую часть приготовлений к празднику. Это значит, что подарки будут куплены и упакованы, украшения будут готовы, подготовка в предполагаемой поездке завершена, необходимые продукты закуплены. Ладно, большая их часть. В любом случае, вам необходимо будет докупить скоропортящиеся продукты.

Возможно, это будет первый год, когда вы не будете думать, что Новый Год занимает слишком много сил и энергии. Согласитесь, последние несколько лет накануне праздников вы ощущали себя не самым лучшим образом. В этом году вы действительно сможете наслаждаться ощущением праздника вместе со своей семьей. Вы полюбите это восхитительное чувство!

Это ваш Праздничный контрольный журнал. Кроме того, Келли ежедневно будет рассылать и публиковать на сайте ежедневные дополнительные задания по подготовке к празднику, чтобы помочь вам продвигаться маленькими шажками к этому замечательному событию. Задания публикуются ежедневно на нашем сайте, а также отправляются в нашей рассылке.

Вы можете сделать все что угодно за 15 минут, включая подготовку к празднику!

Вы готовы ЛЕТАТЬ?

FlyLady

Подготовка дома

Чтобы наше путешествие прошло без эксцессов, нам необходимо подготовить наш дом к приему гостей и в то же время не перетрудится! Будем размусориваться и продолжим забывать понятие «генеральная уборка» и «авральная подготовка».

Кризисная уборка 101

Это поверхностная уборка. Ваши гости не будут инспектировать ваши шкафы. Но даже если они это сделают, вы им совершенно спокойно скажете, что вы продвигаетесь маленькими шажками, и ваш дом стал таким не за один день, и он не станет чистым за одну ночь. Для начала приведем в порядок главные части вашего дома. Мы не стремимся к идеальному результату, нам нужен прогресс.

1. Достаньте свой таймер. Это поможет вам не надорваться в своем благородном порыве.
2. Поставьте таймер на 15 минут, идите на кухню. Уберите посуду, помойте часть ее, выбросите хлам. Как только таймер зазвонит - остановитесь. Да, я знаю, что вы не закончили. Но этот момент чрезвычайно важен!
3. Снова поставьте таймер на 15 минут и на этот раз идите в гостиную. Начните с того, что погасите все ХотСпоты, расчистите кофейные столики, поднимите вещи, валяющиеся на полу, уберите весь мусор и хлам. Как только таймер отзвонит - стоп!
4. Опять ставим таймер на 15 минут, и отправляемся в ванную комнату, которой, возможно, будут пользоваться ваши гости. Делаем тоже самое: выбрасываем хлам и мусор, относим вещи на свои места, грязную одежду и полотенца уносим в стирку. Как только таймер зазвонит, мы как обычно, останавливаемся.
5. А теперь наступили самые важные 15 минут. Сядьте и выпейте стакан воды или вашего любимого напитка. Отдохните несколько минут. Да-да, вы не ослышались! Своевременный отдых поможет вам не надорваться. Ну а теперь, когда вы снова полны сил, начинаем снова с кухни! Не более 15 минут на каждую комнату!

Пожалуйста, позаботьтесь о себе! Следуя этим нехитрым правилам, вы не перетрудитесь и не надорветесь! Я хочу, чтобы вы наслаждались праздниками, а не валились без сил под бой курантов.

Как наслаждаться предпраздничным путешествием

Пока ваш дом сам себя убирает!

Все мы знаем, как наводить чистоту. Но давайте посмотрим правде в глаза: у нас были худшие учителя в мире! Наши родители! Проблема в том, что нас не научили, как вести домашнее хозяйство таким образом, чтобы порядок наводился сам по себе. А ведь это так просто! Весь секрет - в утренней, дневной и вечерних рутинах.

Я хочу вам рассказать небольшую историю обо мне. Четыре года назад я готовилась ко Дню Благодарения. Это был первый ужин в честь Дня Благодарения в качестве жены Роберта со всей его семьей. Я была напугана до смерти. Я знала, что мне предстоит очень много готовить, и я понимала, что у меня просто не будет времени на уборку, если я все отложу на последний день. Не долго думая, я решила попросить свою подругу помочь мне с уборкой, чтобы я хотя бы не переживала за внешний вид моего дома. Это было за неделю до приезда нашей семьи. После того, как мы навели чистоту, мне было так обидно, что дом не оставался прибранным более одного дня! Я не могла понять, почему и как это происходит. Мысль о том, чтобы одновременно и готовить, и убираться мне не очень нравилась. Я чувствовала себя самой худшей хозяйкой во всем мире!

Но тут мне в голову пришла гениальная идея! Я позвонила своей подруге, которую считала образцом организованности, и спросила, как ей удается поддерживать свой дом настолько чистым и убраным! На что получила сногсшибательный ответ: «Марла, вам необходимо просто сразу убирать за собой!».

Как говорят подростки «АААфигеть!»». Это был один из моментов моего озарения. Причиной, по которой мой дом не оставался долго прибранным, являлось то, что я позволяла вещам накапливаться, вместо того, чтобы сразу убирать их на место, как только я закончила ими пользоваться.

О, да, у меня было наготове множество причин, по которым я не убирала вещи на свои места. Например, начиная какое-либо дело, занимающее много времени, я не убирала некоторые предметы сразу на место, а бросала их там, где оставила. Я решила положить конец этой привычке и стала убирать вещи на свои места сразу. Достал, попользовался, убрал. Я даже стала убирать вещи на свои места до момента, как я закончу работу. Представьте себе... откладывать работу на потом, но убирать все сразу. Это было так непривычно для меня. Я была не в состоянии видеть беспорядок там, где он действительно был, не могла отличить беспорядок и незавершенную работу. Я замечала беспорядок, который оставался после Роберта, но не видела свой собственный.

Секрет в том, чтобы не пытаться делать несколько дней одновременно. Вы не Юлий Цезарь. Не льстите себе. Признайтесь честно, выполняя одновременно несколько дел, вы постоянно что-то

неододелываете или забываете сделать. И постепенно вы «обрастаете» незавершенными делами, которые постоянно давят на вас.

После того, как вы привели свой дом в порядок, простые регулярно выполняемые рутины создают ощущение, что порядок в доме наводится сам по себе. Используйте таймер, чтобы гасить ХотСпоты и продолжайте размусориваться. Намного проще поддерживать порядок в доме, где нет хлама, чем пытаться его упорядочить. Каждый день по 15 минут размусоривайтесь. Выбрасывает вещи, которые не любите или не используете. Начните прямо сейчас! Не тяните до последнего!

Я хочу, чтобы вы наслаждались обществом своих гостей, а не чувствовали себя выжатым лимоном после полуночи уборки и полдня готовки. Как только стресс покинет ваш дом, вы сможете провести праздники спокойно, не срываясь на детях и любимых!

Рутинa «Перед сном». Начинайте ее сразу после ужина. Не ждите 22:00

1. Начистите раковину до блеска, ложитесь спать с чистой кухней.
2. Погасите ХотСпоты
3. Подготовьте одежду на завтра, посмотрите, что у вас намечено на завтра.
4. Отдохните: примите ванну с ароматной пеной, почитайте книгу или журнал.
5. Ложитесь спать в нормальное время.

Утренняя рутина. Начинайте ее сразу, как только ваши ноги коснулись пола.

1. Заправьте постель
2. Приведите себя в порядок, оденьтесь и обуйтесь
3. Загрузите стирку.
4. Разложите посуду из посудомойки
5. Позавтракайте, выпейте воды, примите витамины.
6. Посмотрите, что у вас намечено на сегодня
7. Подумайте, что вы приготовите сегодня на ужин.
8. Проинспектируйте ваши ХотСпоты, и отнесите вещи не свои места.
9. Поставьте таймер на 15 минут и поразмусоривайте какую-либо часть своей квартиры.
10. Что со стиркой? Пора вещи отправить сушиться.
11. А теперь - отдых. Заодно сверимся с ПКЖ (Праздничным Контрольным Журналом)

Вечерняя рутина: Начинайте ее по возвращению домой с работы

1. Начните готовить ужин, наполните раковину горячей мыльной водой, мойте посуду в процессе готовки.
2. Сухие вещи разложите по своим местам
3. Накройте на стол
4. Наслаждайтесь ужином

Ваши семейные праздничные традиции!

В каждой семье есть свои семейные праздничные традиции. Когда двое решают создать новую семью, традиции и обычаи обычно смешиваются самым диковинным образом, если влюбленные находят общий язык. Согласовав все моменты заранее, вы сможете избежать напряженной ситуации. Я говорю не только о религиозных традициях, т.к. здесь все достаточно просто и прозрачно, а о том, как заворачивать подарки и что готовить на ужин. В некоторых случаях, задеваются чувства, поскольку праздник проходит не так, как в вашем детстве.

Но мы же взрослые люди и мы всегда может найти компромисс. Мы вовсе не обязаны проводить праздники точно так, как это делали наши родители. Мы можем выбрать только те моменты, которые нам важны и избавиться от моментов, которые не подходят нашей семье.

Соберите свою семью за обеденным столом для того, чтобы выяснить, что для них самое важное во время праздников. Составьте список и учтите его при подготовке в праздникам. Вы получите много больше положительных эмоций, равно как и ваша семья. А ведь всего лишь, нужно научиться слышать друг друга. Не думайте, что вы и так все знаете. Вы можете быть удивлены высказываниями своих домашних.

Во время написания этого эссе, я разговаривала с Синди, и вот что она сказала: «Мы создаем праздники, а не покупаем их!» Разве это не есть самый замечательный способ проведения праздников?

Помните, воспоминания, которые вы создаете своими традициями и обычаями, отражаются на всех чувствах: зрение, звук, запах, вкус... Я никогда не забуду тот год, когда в канун Рождества мы расхулиганились и никак не хотели засыпать. Отец вошел в спальню и сказал нам, что если мы должны себя вести тихо, иначе Санта не остановится возле нашего Ома, если услышит наше хихиканье. И спустя некоторое время мы услышали звон колокольчиков на санях! Представляете? Оказывается, отец выскользнул на улицу с колокольчиками в руке, чтобы подарить своим детям такое замечательное воспоминание. Возможно, вы захотите договориться с соседями и отправить всех детей спать практически в одно время. Но кто-то из вас должен будет пробираться по дворам и тихонечко звенеть колокольчиками под определенными окнами. Только не забудьте все заранее согласовать!

Есть множество дел, которые вы можете переделать со своими детьми в ожидании Санты. Помните, что в стремлении как следует подготовиться к этому дню, вы можете пропустить все веселье!

За день до дня «Х»

1. Займите детей чем-нибудь, после чего они будут уставшими. Если вы живете в снежном регионе, слепите снеговика или любое другое существо. Вовлекая в это занятие соседей и друзей, вы можете добиться интересных результатов!
2. Если же снега нет, набейте газетами или листьями белые пакеты и сознать нечто из них. Мы же творческие и смекалистые люди!
3. Раньше, елку срубали только накануне праздника, и весь вечер тратили на его украшение. Это займет очень много времени. Не позволяйте перфекционизму вмешиваться в данный процесс. Пусть дети проявят свои творческие способности.
4. Не забудьте про наших пернатых друзей: нарядите дерево во дворе кормушками с орехами, ягодами или просто птичьим кормом.

За несколько недель до.

1. Пусть ваши дети создадут свою собственную оберточную бумагу из чистых листов бумаги. Вооружите их кисточками, красками, фломастерами, карандашами. Не стесняйтесь использовать эту бумагу для упаковки ваших подарков. Получателю подарка в такой необычной упаковке это понравится.
2. В каждом доме долго быть место для подарков для дома. Так называемый «большой домашний носок». Много лет назад Синди получила подарок, который был слишком уж внушительным для одного человека, поэтому было принято решение, что это подарок для ее семьи, для ее дома. Такой подход позволяет избежать разочарований, когда кто-то решает подарить маме новую раковину или унитаз. Делайте подарки семье или дому. Правда, отличная идея? Вы можете, например, запланировать небольшой отпуск в качестве подарка своей семье.
3. Вы никогда не замечали, что маме почему-то дарят не так уж много подарков? Почему бы не потратить некоторое время на то, чтобы поделиться с ней радостью праздника, сделай ей приятное. Или поделиться своим настроением с кем-либо из своих друзей?
4. Наполните свой дом праздничной музыкой. Начиная с «В лесу родилась елочка», заканчивая «Jingle Bells»
5. Запах праздника также важен. Не нужно пытаться использовать какие-то ароматизаторы. Просто создайте эти запахи! Это наполовину выигранное сражение. Только подумайте: вы делаете то, на что вам вечно не хватало времени, а может вы просто забывали об этом. И при всем при этом вы это делаете легко и непринужденно!
6. Если у вас возникают трения по поводу даты проведения праздника, не пытайтесь настаивать только на своей точке зрения (или слушаться свою маму). Вы можете провести праздник, когда именно вам этого захочется и когда это будет удобно вашей семье. Например, в этом году наша семья и семья Келли будет проводить праздничный ужин где-то между Рождеством и Новым Годом. Не позволяйте перфекционизму испортить вам праздник!
7. В один из вечеров, отправьте детей спать, а сами сделайте горячего шоколада и

попкорна. Отнесите это в машину. А теперь берите детей в охапку и совершите незабываемое путешествие по предпраздничному городу. Думаю, разумнее это будет сделать в пятницу, чтобы не мучаться на следующий день с клюющими носом отпрысками.

Этот день наступил

Создайте по всему дому следы пребывания Санты. Например, при помощи стирального порошка или соды сделайте следы от двери или просто на ковре. Расставьте игрушки так, будто они машут Санте на прощание. А вы знаете, что северные олени устраиваются настоящий кавардак на кухне, когда они таскают из холодильника морковь и сельдерей? Понадкусайте морковь и положите ее на полу на видном месте (и для фигуры полезно и детям радость) А один из отцов при помощи лыж оставил следы на ближайшем окне таким образом, чтобы это было похоже на следы от саней.

Смысл в том, чтобы немного повеселиться. Согласитесь, вышеперечисленные идеи настолько просты, но они создают воспоминания!

Вы готовы по-настоящему насладиться этими праздниками?

Запишите ваши семейные традиции здесь:

Еда:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Украшение дома

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Сделать

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Новые традиции, которые вы возможно, заходите добавить в этом году:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Вещи, которые не нравятся вашим домашним (лучшие записать это сейчас, чем потом переживать и расстраиваться)

.....

.....

.....

.....

.....

Праздничное меню для главного ужина

Запишите все предпочтения, сейчас не время для экспериментов! На полях запишите названия кулинарных книг и номера страниц, где записаны эти рецепты. На следующей странице запишите список необходимых продуктов, чтобы позже внести их в ваш список покупок. Не забывайте вовремя вычеркивать купленное. Вы наверняка, так же как и я, всегда готовите слишком много.

Основное блюдо.....

Салаты и закуски

Гарниры

Хлеб

Десерт

Напитки

Праздничный завтрак

Он должен быть простым, к тому же у вас должна быть возможность часть приготовить заранее.

Основное блюдо.....

Дополнительное блюдо.....

Фрукты.....

Соки.....

Напитки.....

Праздничная вечеринка

Похмел-Пати

Мясные закуски.....

Сырные закуски.....

Соусы.....

Овощные закуски.....

Фруктовые закуски.....

Выпечка.....

Сладости.....

Напитки.....

Любимые праздничные рецепты

Запишите ваши любимые рецепты для праздничного ужина здесь. Будет лучше, если вы вложите этот лист в полиэтиленовый файл - вы не запачкаете бумагу в процессе готовки. Внесите список продуктов в ваш список продуктов. Не тратьте более 15 минут за раз на это занятие. Не перетруждайтесь!

Давайте испечем печенье к празднику

Когда декабрь вступит в свои права, вы неожиданно для себя осознаете, что вы не нервничаете. И поэтому у вас будет время приготовить то самое печенье, которое вы уже несколько лет обещали своим детям.

Теперь, когда подарки уже куплены и упакованы, дом украшен, у вас больше нет «отмазок». Одевайте свой поварской колпак, праздничный передник и давайте повеселимся на кухне! Ваши рутины будут поддерживать дом в чистоте, а вы сможете создать несколько чудесных воспоминаний для ваших детей. Но чтобы иметь возможность заняться выпечкой, когда вам этого захочется, вам нужно иметь все необходимые ингредиенты на кухне.

У каждого из нас есть любимые праздничные рецепты. Так что давайте запишем их ниже. Не забудьте включить необходимые ингредиенты в ваш список покупок. Каждый раз, когда идете за покупками, покупайте немного больше муки и сахара, чем необходимо. В основном, для приготовления печенья, вам понадобится мука, сахар, масло и яйца. На нашем форуме всегда есть простые и проверенные рецепты. Если вам нужна помощь - милости просим.

Некоторым из нас нравится дарить вкусные подарки. Запишите и эти рецепты тоже, включив все необходимое в список покупок. Я клянусь, что вы сможете играючи пережить эти дни, если вы начнете думать о них прямо сейчас. Ну а после того, как вы завершите готовку, вы можете сделать все что угодно за 15 минут. Даже собрать остатки теста и придумать из него что-либо вкусное. Когда у вас есть все необходимое, намного проще и интереснее готовить и наслаждаться процессом! Ну а поскольку порядок на кухне наводится благодаря нашим рутинам, все, что вам остается - это чистить чистое. Помните, что любая ваша готовка должна начинаться с наполнения раковины горячей мыльной водой - так вам будет легче и проще мыть посуду.

Вы готовы летать?

FlyLady

Выпечка: любимые рецепты

Запишите их на этой странице

Другие рецепты для вкусных подарков

Ингредиенты для выпечки (внести в список покупок)

Не забывайте вычеркивать совершенные покупки. Богатая палитра располагает к творчеству.
Составьте список покупок на основе ваших рецептов.

Какой сорт муки вам требуется для каждого из рецептов, и в каком количестве?

.....

Какой сахар?

Сколько сливочного масла?

Сколько десятков яиц вам понадобится?

Чем вы будете украшать вашу выпечку?

Как вы будете ее упаковывать для транспортировки/дарения, хранения?

.....

Что еще вам может понадобиться? (разрыхлитель, сахарная пудра,
варенье/джемы, шоколад, орехи и т.д.)

.....

Вы собираетесь в путешествие в этом году?

Запишите эти даты в ваш календарь

Дата отъезда?

Общая продолжительность поездки:

Дата приезда:

Вы поедете на машине?

Машина отремонтирована?

Если вы поедете не своим транспортом, вам нужно купить билеты? Закажите их сразу же, как только вам будут известные даты. Запишите информацию о билетах здесь.

.....
.....
.....

Кто будет заботиться о ваших домашних животных? Если это необходимо, купите переноску заранее.

.....

Список вещей для поездки длиной в _____ дн.

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Одежда на _____ дн. | <input type="checkbox"/> Еда в дорогу |
| <input type="checkbox"/> Туалетные принадлежности | <input type="checkbox"/> Спортивное снаряжение, аксессуары |
| <input type="checkbox"/> Пальто, шапки, шарфы, перчатки | <input type="checkbox"/> Сотовые телефоны и зарядные устройства |
| <input type="checkbox"/> Нижнее белье | <input type="checkbox"/> Остальное |
| <input type="checkbox"/> Носки | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Обувь | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Одежда «на выход» (в церковь, на вечеринку или в гости) | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Билеты | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Подарки | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Деньги, кошелек | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Дорожные карты | <input type="checkbox"/> |
| | <input type="checkbox"/> |

Украшение дома

Не нужно изысков. Все должно быть просто. Используйте свои любимые украшения (нет необходимости использовать все, что у вас есть) Наслаждайтесь процессом и берегите свое время. 15 минут в день будет достаточно, чтобы украсить часть вашего дома.

Зона 1: прихожая, крыльцо/лестничная площадка, столовая

- Венок на входную дверь (его не обязательно вешать снаружи)
- Основное украшение для обеденного стола
- Освещение для венецианских окон/крыльца
- Наружное освещение
- Подсветка окон
-
-

Зона 2: Кухня

- Венок на заднюю дверь (его не обязательно вешать снаружи)
- Основное украшение для стола
- Праздничные кухонные полотенца
-
-

Зона 3: Ванная комната

- Праздничные полотенца
-

Зона 4: спальня

- Праздничные свечи
- Особое постельное белье
-

Зона 5: Гостиная

- Основное украшение для кофейного столика
- Елочные гирлянды
- Елочные украшения, мишура, гирлянды
- Дождик

Заказы по каталогам и через Интернет

По мере оформления заказов, записывайте данные здесь. Как только заказ приходит, отмечайте его здесь. Понимаю, это может показаться лишним, но это поможет вам видеть всю картину. Постарайтесь сделать все заказы до 1 декабря.

Этим вы избавите себя от переплаты за срочность доставки.

#	Компания-поставщик	Что/кому	Даты заказа	Получено?
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				
17				
18				
19				
20				
21				

Важные даты, которые должны быть записаны в вашем календаре

Крайние сроки: позаботьтесь о почтовой отправке заранее!

Посылки, отправляемые за границу

Отправить поздравительные открытки

Посылки, отправляемые по стране

Даты отъезда и прибытия (если вы путешествуете)

Даты прибытия гостей (если вы являетесь принимающей стороной).....

.....

Даты вечеринок (как на вашей территории, так и на чужой)

.....

Школьные мероприятия

Церковные мероприятия

Встречи с друзьями

Корпоративные мероприятия

Участие в благотворительных акциях.....

Крайние сроки для самодельных подарков

Другое

Обновляйте эту страницу еженедельно, чтобы убедиться в том, вы
укладываетесь в сроки.

*Вы можете сделать все за 15 минут, даже закончить дела раньше намеченных
сроков!*

Все на борту. Настало время нашего путешествия по праздникам!

Дорогие друзья,

Вы только что прочитали Праздничный Контрольный журнал «от корки до корки», надеясь получить ответ на вопрос: есть ли простой ключ к отсутствию нервозности в это время года. Ну что ж, до тех пор, пока вы не начнете проводить 15 минут каждый день за заполнением этого журнала и планированием, вы будете находиться в нервном напряжении. Если каждый день вы будете по чуть-чуть планировать и по чуть-чуть выполнять, вы избавите себя от необходимости откладывать все на последний момент. Именно это поможет вам спокойно провести все праздники.

Ну а поскольку вы не будете нервничать и переживать, вы наконец-то сможете сделать то, что много лет обещали себе сделать, но каждый раз у вас то не хватало времени, то денег, и это заставляло вас испытывать жуткое чувство вины. Вы сможете получить удовольствие от праздников, а не заработать себе нервный срыв и больную поясницу от многочасового стояния у плиты.

Вы готовы к этому путешествию?

FlyLady

Наклейте на эту страницу конверт для хранения рецептов. Это поможет вам сэкономить время

А эту страницу давайте посвятим нашей Вее и нашим финансам. Наклейте на эту страницу конверт для хранения счетов, квитанций и рецептов.