



Mini-Putzaufgaben

-> zwischendurch immer mal wieder 2-5 Minuten putzen

KÜCHE	Wohnzimmer	BAD
☐ Spülmaschine ausräumen	☐ Boden staubsaugen	☐ Waschbecken putzen
☐ Abtropfgeschirr wegräumen	☐ Schrank-/Regaloberflächen entstauben	☐ Dusche / Badewanne putzen
☐ Arbeitsflächen abwischen	☐ Bildschirme, Telefon und Fernbedienungen abwischen	☐ Toilette putzen
☐ Spüle zum Glänzen bringen	☐ Couch / Sessel mit Staubsauger / Fusselrolle	☐ Handtücher auswechseln
☐ Müll rausbringen	☐ entstauben Türgriffe & Lichtschalter abwischen	☐ Spülknopf, Griffe & Lichtschalter abwischen
☐ Mikrowelle innen und aussen putzen	☐ Couchtisch aufräumen und abwischen	☐ Fenster & Fensterbank reinigen
☐ Backofentür innen und aussen abwischen	☐ Schrankfronten abwischen	☐ Boden saugen
☐ Herd abwischen	☐ Bilder & Lampen abwischen	☐ Boden feucht wischen
☐ Kühlschrankfront abwischen und trockenreiben	☐ Musikanlage & Lautsprecher abwischen	☐ Mülleimer leeren
☐ Griffe & Lichtschalter abwischen	☐ Wohndecken und Kissenbezüge waschen	☐ Spiegel putzen
☐ Boden feucht wischen	☐ Vorhänge waschen	☐ Badematten & Duschvorhang waschen
☐ Fliesenspiegel abwischen	☐ Fenster und Fensterbank reinigen	☐ Schranktüren abwischen
☐ Dunstabzugshaube reinigen	☐ Zeitschriften & Papierkram aussortieren / entsorgen	☐ Fliesenspiegel hinter Waschbecken abwischen
☐ Kleinkram wegräumen oder entsorgen	☐	☐ Bademäntel waschen
☐ Schrankfronten reinigen	☐	☐ Oberflächen entstauben
☐ Regale entstauben	☐	☐ Kosmetika sortieren und ausmisten
☐ Papierkram sortieren / entsorgen	☐	☐ Krimskrams sortieren und ausmisten
☐ Küchengeräte entstauben oder abwischen	☐	☐ Haarbürsten reinigen
☐ Fenster & Fensterbank reinigen	☐	☐ Zahnbecher reinigen und Zahnbürsten auswechseln
☐	☐	☐
☐	☐	☐
☐	☐	☐
☐	☐	☐
☐	☐	☐
☐	☐	☐
☐	☐	☐
☐	☐	☐
☐	☐	☐



Mini-Putzaufgaben

-> zwischendurch immer mal wieder 2-5 Minuten putzen

ESSBEREICH

- ☐ Tisch und Tischbeine abwischen
- ☐ Stühle abwischen
- ☐ Boden saugen
- ☐ Boden feucht wischen
- ☐ Lichtschalter & Türgriffe abwischen
- ☐ Papierkram sortieren/abheften/entsorgen
- ☐ Regale und Schränke entstauben
- ☐ Fenster & Fensterbank putzen
- ☐ Schrankfronten abwischen
- ☐ Vorhänge waschen
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____

SCHLAF-/ KINDERZIMMER

- ☐ Mit dem Timer 5-10 Minuten lang aufräumen
- ☐ 5 Dinge zurück an ihren Platz räumen
- ☐ 5 nicht mehr benutzte Dinge weggeben/entsorgen
- ☐ Nachttische entstauben
- ☐ Schrankfronten abwischen
- ☐ Boden saugen
- ☐ Boden feucht wischen
- ☐ Lampen, Lichtschalter und Griffe abwischen
- ☐ Schmutzwäsche einsammeln und sortieren
- ☐ Fenster und Fensterbänke putzen
- ☐ Krimskrams wegräumen/entsorgen
- ☐ Wäsche falten und versorgen
- ☐ Schreibtisch aufräumen und abwischen
- ☐ Regale entstauben
- ☐ Schrankinnenfächer/Schubladen entstauben
- ☐ Vorhänge waschen
- ☐ Betten frisch beziehen
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____

FLUR/SONSTIGES

- ☐ Schuhe ordnen
- ☐ Nicht-saisonale Kleidung waschen und verstauen
- ☐ Boden saugen
- ☐ Boden feucht wischen
- ☐ Fussmatte ausschütteln oder waschen
- ☐ Lichtschalter, Schrank- und Türgriffe abwischen
- ☐ Ablagen und Oberflächen freiräumen/abwischen
- ☐ Schrankfächer aufräumen
- ☐ Krimskrams aufräumen/entsorgen
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ Zimmerpflanzen giessen/pflegen
- ☐ Balkon saugen
- ☐ Balkonmöbel abwischen
- ☐ Balkonpflanzen giessen
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____

MEHR KLEINE HELFER FÜR DEIN DAUERHAFT ORDENTLICHES ZUHAUSE



DER ORDNUNGS-KALENDER

Schritt für Schritt mehr Ordnung durch tägliche Mini-Aufgaben: Die perfekte Lösung für alle, die keine Zeit für grosse Aufräumaktionen haben oder die nicht wissen wo und wie sie anfangen sollen und sich trotzdem sehnlichst ein ordentlicheres Zuhause wünschen. Undatierter Jahres-Kalender zum Ausdrucken.

[LINK ZU MEHR INFOS](#)

ENDLICH ORDNUNG IM KOPF & DEN ALLTAG IM GRIFF!



MEINE BESTEN LISTEN

Schaffe Ordnung im Kopf mit meinen besten Listen, Planern, Trackern und Checklisten! Fühlst du dich manchmal wie auf einer Achterbahnfahrt durch deinen Alltag (nur ohne den Spass ...)? 🤪 Mit meinen Listen nimmst du das Steuer in die Hand.

[LINK ZU MEHR INFOS](#)

ENDLICH SCHLUSS MIT PAPIERKRAM-CHAOS!



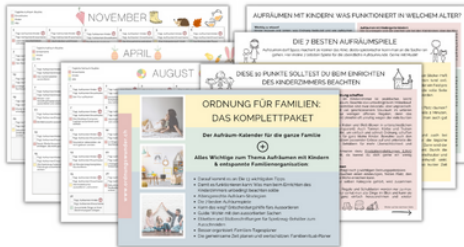
PAPIERKRAM-GUIDE

Nie wieder Papierkram-Chaos! Das Büro und den Schreibtisch effektiv organisieren, ausmisten und aufräumen. Der 5-Schritte-Fahrplan für entspannte und dauerhafte Ordnung in Büro und Papierkram.

[LINK ZU MEHR INFOS](#)

MEHR KLEINE HELFER FÜR DEIN DAUERHAFT ORDENTLICHES ZUHAUSE

ORDNUNG FÜR FAMILIEN: DAS KOMPLETT-PAKET



Der Jahres-Aufräum-Kalender für die ganze Familie PLUS
alles Wichtige zum Thema Aufräumen mit Kindern &
entspannte Familienorganisation

DAS FAMILIEN-ORDNUNGSPAKET

Das Komplett-Paket: Der Aufräum-Kalender
speziell für Familien sowie alles Wichtige zum
Thema Aufräumen mit Kindern Ordnung im
Kinderzimmer.

[LINK ZU MEHR INFOS](#)

KÜCHENLIEBE!

DIE 25-TAGE-ORDNUNGS-CHALLENGE

Der entspannte E-Mail-Kurs:
Schaffe in 25 Tagen Ordnung
in Deiner Küche



DIE KÜCHEN-HÄPPCHEN

Die entspannte 25-Tage Challenge für eine
ordentliche Küche zum Wohlfühlen. Gemeinsam
bringen wir in kleinen Schritten Deine Küche auf
Vordermann, organisieren sie neu und befreien sie
von unnötigem Ballast.

[LINK ZU MEHR INFOS](#)

7 TAGE KLARHEIT

DER STARTSCHUSS FÜR EIN LEICHTERES LEBEN

Den Kopf entrümpeln und
innere Klarheit finden



7 TAGE KLARHEIT

Den Kopf entrümpeln und innere Klarheit finden:
Im diesem Mini-Kurs über leichtes und bewusstes
Leben geht es darum, dein Leben zu
entschleunigen, zu reflektieren und achtsam
darüber nachzudenken, wie du es leben willst.

[LINK ZU MEHR INFOS](#)