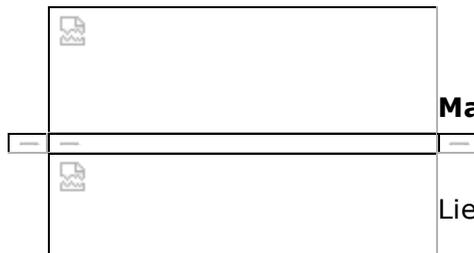


**Betreff:** Machen Sie klar Schiff!

**Von:** simplify E-Brief <ebrief@info.orgenda.de>

**Datum:** Fri, 19 Mar 2010 10:02:45 +0100 (CET)

**An:** mwimmer@promain-software.de



### Machen Sie klar Schiff!

Lieber Herr Wimmer,

„Nie räumst du das schmutzige Geschirr in die Spülmaschine.“ – „Ich hasse das Zeitschriftenchaos auf unserem Sofatisch!“ – „Wo, bitteschön, ist in diesem Schrank noch Platz für meine Sachen?“ – „Aus unseren Fenstern kann man ja kaum noch rausschauen!“ Beim Thema Haushalt geraten sich auch harmonische Paare in die Haare. So vermeiden Sie Zank wegen Zeug.

Ihr Redaktionsteam von *simplify your life*

**[Partnerschaft: eines der 8 Geheimnisse der Lebenspyramide!](#)**  
**[Mehr ...](#)**



### GRATIS: Mit dieser wertvollen CD ...



Anzeige

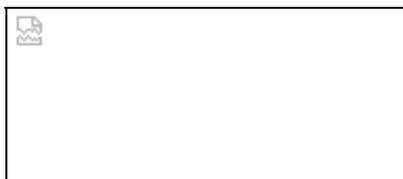
**... entrümpeln Sie Ihr Zuhause im Handumdrehen – und zwar auf die einfache Art!**

Erklären Sie sich heute noch bereit, den einzigartigen Beratungsdienst ***simplify your life*** risikolos zu testen, und Sie erhalten diese Themen-CD **absolut kostenlos!** Sie brauchen sie garantiert nicht zurückzusenden! Auch wenn Sie sich entschließen, ***simplify your life*** nicht regelmäßig weiterzulesen.

**[Sichern Sie sich jetzt diese wertvolle simplify-Themen-CD!](#)**



### Warum Nacht-und-Nebel-Aktionen nichts bringen

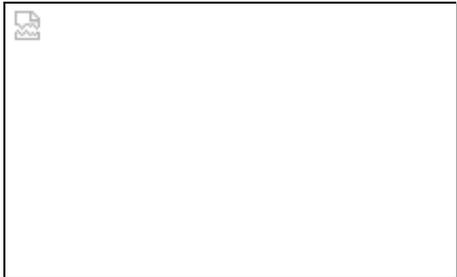


Gerade bei Paaren mit sehr ungleich ausgeprägter Ordnungsliebe ein häufiges Szenario: Der Ordnungsfan bekommt einen Rappel und bringt in einer Nachtund-Nebel-Aktion den Haushalt auf Vordermann. Nachteil jeder einsamen Aktion: Weil der andere nicht weiß, nach welchen Prinzipien die Ordnung nun funktionieren soll, findet er sich nur schwer zurecht. Umso schneller stellt sich wieder das Chaos ein.

**simplify-Tipp:** Räumen Sie zusammen auf. Dann können Sie miteinander besprechen, welches der beste Ort für bestimmte Gegenstände ist („Die Nachfüllpackungen aus der zu vollen Küchenschublade kommen in den Keller. Einverstanden?“). Und sich darüber einigen, das eine oder andere gleich zu entsorgen. Immer hilfreich, um die mühsam hergestellte Ordnung zu erhalten: Beschriften Sie Regalfächer, Schubladen und Boxen.



### Partner-Event statt Pflichtprogramm



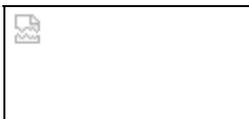
Verknüpfen Sie größere Aufräumaktionen mit einem netten Ritual. Lassen Sie eine CD mit schwungvoller Musik laufen. Belohnen Sie sich nach getaner Arbeit mit einem Restaurantbesuch, einem Spieleabend oder einer Einladung von Gästen – um Ihr „neues“ Zuhause gleich jemandem zu präsentieren.

**simplify-Tipp:** Machen Sie aus Aufräumen und Putzen einen spielerischen Wettbewerb. Einer nimmt sich beispielsweise das Wohnzimmer vor, der andere

Küche und Flur (auf die Gleichwertigkeit der Herausforderung achten!). Wessen Raum ist nach 1 Stunde ansprechender?



### Funktionieren Sie noch für Ihren Haushalt? ...



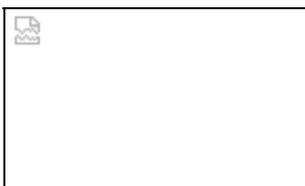
Anzeige

... Oder funktioniert Ihr Haushalt schon FÜR SIE?

**Erfahren Sie jetzt, wie Sie sich in wenigen Schritten für immer von Ihren komplizierten und überflüssigen Hausarbeiten befreien! ...**



### Nicht die Arbeit aufrechnen



Untersuchungen haben ergeben: Nur in Familien, in denen beide Elternteile in Vollzeit arbeiten, sind die sonstigen Aufgaben halbwegs gerecht verteilt. Arbeitet die Frau dagegen „nur“ Teilzeit, bleibt ihr meist genauso viel Arbeit im Haushalt und mit den Kindern wie nicht berufstätigen Müttern. Konflikte sind damit vorprogrammiert: Wer arbeitet wie viel („Natürlich machst du die ganze Wäsche, aber wer kümmert sich am Feierabend

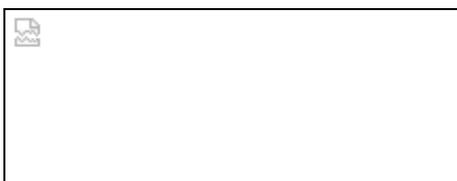
noch um Auto und Versicherungen?“)? Wer hat mehr Stress („Betreu du mal 3 Kinder den ganzen Tag, dagegen hast du einen ruhigen Bürojob!“)?

**simplify-Tipp:** Versuchen Sie nicht, die jeweilige Arbeitsbelastung aufzurechnen und mit der des anderen zu vergleichen. Kalkulieren Sie, wie viel freie Zeit Ihnen beiden insgesamt pro Woche in etwa zur Verfügung steht, und teilen Sie diese gerecht durch 2. Beispiel: Jeder von Ihnen darf 3 Abende pro Woche für sich haben (ob fürs Fernsehen oder Lesen, Telefonieren oder Ausgehen), dazu noch einen halben Tag am Wochenende.

Legen Sie Ihre freien Zeiten – bzw. Ihre Haushaltszeiten – nach Möglichkeit parallel. Wenn Sie beide zur selben Zeit werkeln, ist das weitaus motivierender, als wenn einer die Küche putzt, während der andere vor dem Fernseher sitzt.



### Motivation statt Frust



Hausarbeit ist frustrierend: Alles, was getan wird, wirkt wie selbstverständlich; alles, was nicht getan wird, fällt auf. Entsprechend wird in den meisten Partnerschaften wesentlich mehr Kritik an Haus oder Wohnung geübt als Lob bzw. Dank ausgesprochen. Überprüfen Sie, wie es bei Ihnen damit steht: Führen

Sie 1 Woche lang eine Strichliste, wie oft jeder von Ihnen Kritik bzw. Lob und Dank äußert.

**simplify-Tipp:** Machen Sie es sich zur Gewohnheit, Ihrem Partner/Ihrer Partnerin auch für Kleinigkeiten zu danken bzw. für all das, was eindeutig zu seinem/ihrer Aufgabenbereich gehört: „Danke, dass du den Plastikmüll entsorgt hast.“ – „Schön ist unser Wohnzimmer mit den geputzten Fenstern.“ – „Super, dass du wieder Ordnung in unsere Flurkommode gebracht hast.“



## Ihr Garten freut sich schon auf Sie!



### Anzeige

Ob Frühling, Sommer, Herbst oder Winter ... in Ihrem Gartenbegleiter **Das kleine simplify-Gartenbuch – 133 einfache Tipps fürs ganze Jahr** finden Sie alles Wissenswerte für Ihre tägliche Gartenarbeit –

übersichtlich nach Jahreszeiten gegliedert.

**Bereiten Sie sich JETZT auf den Frühling vor,** und lassen Sie sich schon bald für Ihren prachtvollen Garten und Ihre Insider-Kenntnisse bewundern!

**[JA, ich möchte gleich mehr erfahren und für den Frühling gerüstet sein! Mehr ...](#)**



## Wollen Sie mehr Netto auf der Gehaltsabrechnung haben?

**Alles wird ständig teurer – nur das Gehalt wächst meist nicht mit. Deshalb startet simplify Geld mit dem neuen Geld-Portal optimal absichern.de die Initiative: Mehr Netto auf der Gehaltsabrechnung. Auf unserer neuen Seite finden Sie Tipps, die Ihnen im Jahr bis zu einigen hundert Euro mehr Nettogehalt bescheren. Fangen Sie jetzt mit dem Steuern sparen an!**



**[Hier klicken, wenn Sie mehr Netto haben wollen!](#)**



## Mehr davon!

Möchten Sie noch mehr interessante E-Mail-Newsletter entdecken?

**[Dann klicken Sie hier](#)**

Dieser kostenlose simplify E-Brief ist ein Service von:

[www.simplify.de](http://www.simplify.de) simplify your life: Einfacher und glücklicher leben



### Newsletter drucken:

[Klicken Sie hier um eine druckbare Version des Newsletters zu öffnen.](#)

### Kontakt:

Haben Sie Fragen? Schreiben Sie uns eine E-Mail: [info@simplify.de](mailto:info@simplify.de)

### Weiterempfehlen

simplify E-Brief [weiterempfehlen](#)

### Adresse ändern

Ihre E-Mail-Adresse hat sich geändert? Dann klicken Sie bitte [hier](#).



**Anmelden**

Haben Sie diesen Newsletter von einem Freund bekommen?  
Klicken Sie hier, um sich für den kostenlosen simplify E-Brief [anzumelden](#)

**Abbestellen**

Falls Ihnen unser Angebot nicht zusagt und Sie sich wieder abmelden möchten oder Sie unwissentlich von einem Dritten angemeldet worden sind, klicken Sie einfach den nachfolgenden Link an und Sie werden automatisch abgemeldet:  
[abbestellen](#)

Sie erhalten diesen E-Mail-Newsletter an die Adresse [mwimmer@promain-software.de](mailto:mwimmer@promain-software.de).

**Impressum**

Dieser Newsletter ist ein kostenloser Service des

Orgenda Verlags für persönliche Weiterentwicklung

ein Unternehmensbereich der  
VNR Verlag für die Deutsche Wirtschaft AG  
Theodor-Heuss-Str. 2-4  
D-53177 Bonn  
Tel.: 02 28 - 95 50 140  
Fax: 02 28 - 36 96 001

USt.-ID: DE812639372 | Amtsgericht Bonn, HRB 8165 | Vorstand: Helmut Graf

ISSN 1863-5261

© VNR Verlag für die Deutsche Wirtschaft AG