

(kis gyerekekkel)

KÖZÖS

ELVÉGZENDŐ FELADATOK		
Szülői ébresztő, felkelés, ágyazás		
Frissítő arcmosás vagy zuhanyozás, fogmosás és egyéb szükségletek (leginkább felváltva, míg a mail főtí a kávét és van pár perce mindenkinek csak magával lenni).		
Kávé vagy más frissítő ital — szülői “mentális reboot” — szülők újra kapcsolódása csendesen		
Napi teendők újra átgondolása, logisztika átfutása (utolsó simítás, hogy aznap ki mit lát el, van-e rendhagyó feladat)		
Gyerkeek ébresztése (különböző hangulatok kezelése) Pelenkázás és/vagy wc a gyerkeeknek, kézmosás.		
Másik szülő reggelit készít		
Gyerkeek fogának ápolása / egyik szülő elkészül és összepakol magának		
Gyerkeek felöltöztetése / másik szülő elkészül és összepakol magának		
Reggeliztetés és “szociális töltés” (pl. legalább egy szülő a gyerkeekkel eszik és beszélget/foglalkozik velük, amíg a másik egy következő feladatot lát el, ha szorít az idő, ha megoldható mindenki együtt reggelizzen)		
Gyerkeek táskájának összepakolása (váltó ruha/cipő, különóra felszerelés, kedvenc plüss, nasi és pzs az útra stb)		
Konyha-, étkező- és fürdő rendberakás / másik szülő gyerkeekkel foglalkozik, pl aki a reggelit csinálta		
Készülődés: cipő, kinti felső mindenkinek, táska és indulás		
Gyerkeek intézménybe juttatása		