



## LES TÂCHES MÉNAGÈRES

Connaissez-vous les tâches à accomplir dans votre ménage ? Pour bien planifier et gérer son temps, il est utile de tirer au clair les tâches journalières – aussi anodines ou évidentes soient-elles. Ce sont souvent les petites choses qui font une grande différence. En remplissant cette liste ensemble, vous vous dotez d'un excellent outil pour obtenir une bonne vue d'ensemble et pour mieux vous organiser.

Quoi	Par qui
<b>Ménage</b>	
Faire la liste des courses	
Faire les courses, ranger les courses	
Préparer les repas	
Mettre la table	
Débarrasser la table	
Faire la vaisselle: laver, essuyer, ranger; ou remplir et vider le lave-vaisselle	
Ranger la cuisine	
Passer l'aspirateur et laver les sols	
Enlever la poussière	
Nettoyer la salle de bain	
Sortir les poubelles	
Se charger des déchets à recycler	
Éliminer les objets inutilisables	
Changer les draps du lit	
Nettoyer les fenêtres	
Nettoyer le réfrigérateur, le four, etc.	
Trier et laver le linge	
Suspendre la lessive	
Plier, repasser, ranger le linge	
Arroser les plantes, prendre soin du jardin	
Effectuer les petits travaux de réparation	
Tâches administratives, passer prendre les colis au guichet postal, etc.	
Équiper et entretenir le bureau (PC, imprimante, papier, etc.)	
S'occuper des véhicules (vélo, moto, voiture): services, réparations, pneus	
Fahrrad-, Motorrad-, oder Autoservice, Reparaturen, Reifenwechsel	
S'occuper des animaux domestiques	
<b>Finances</b>	
Gérer les revenus	
S'occuper des transactions bancaires	
Régler les factures	

## MESSAGES AUX PARENTS

Remplir la déclaration d'impôt	
Assurances	
Caisse-maladie	
<b>Tâches parentales</b>	
Nourrir le bébé	
Changer les couches	
Habiller le bébé	
Calmer et bercer le bébé	
Mettre le bébé au lit	
Se lever la nuit	
Jouer	
Aller se promener	
Baigner le bébé	
Acheter des lolettes	
Stériliser les lolettes et les biberons	
Trier les vêtements du bébé	
Acheter des vêtements pour le bébé	
Donner/vendre les anciens vêtements du bébé	
Aménager la chambre du bébé	
Organiser la garde (crèche, baby-sitter, etc.)	
Amener et aller chercher le bébé à la crèche	
Prendre soin du bébé quand il est malade	
Vider le seau à couches	
Prendre rendez-vous chez le pédiatre et y accompagner l'enfant	
Prendre contact avec la sage-femme, la consultante en lactation, le centre de consultation parents-enfants	
<b>Contacts sociaux</b>	
Maintenir le contact avec la famille et les ami-e-s	
Organiser des fêtes	
Acheter et emballer des cadeaux, écrire les cartes de remerciement	
<b>Autres tâches</b>	
Organiser les vacances	