



„Hogy ez az ünnep más legyen...”

Likeolj minket Facebookon, Instagramon és használd az **#igazinnapló** hashtaget!

www.igazin.blog.hu

© 2016.

Minden jog fenntartva! Kereskedelmi forgalomba nem hozható! E könyv szövege és tartalma az 1999. évi LXXVI. szerzői jogi törvény hatálya alá tartozik. A könyv tartalmának utánközlése csak a szerző írásbeli engedélyével lehetséges. A könyvben található bármely tartalom engedély nélküli utánközlése, sokszorosítása, bármely tevékenységre való felhasználása tilos. A könyvből idézni csak a szerző előzetes, írásbeli engedélyével lehet.
Köszönöm, hogy tiszteletben tartod a szellemi tulajdon védelmét!

Bármilyen kérdés, kérés, észrevétel esetén fordulj hozzánk bizalommal

Facebook oldalunkon: www.facebook.com/igazin,

vagy írd nekünk e-mailt: igazin.blog@gmail.com!

A lektorálásért köszönet F. Anettnek!



Likeolj minket Facebookon, Instagramon és használd az **#igazinnapló** hashtaget!

Ijesztő belegondolni, hogy 2016-ból alig maradt hátra néhány hét. Az ünnepek közeledtével pedig mindenkiben felsejlenek az elmúlt évek katasztrófái: a vacsorák elkészítése, a családdal való programok egyeztetése, az újra és újra felmerülő konfliktusok, a karácsonyfa felállítása és a lakás feldíszítésének nehézségei, a túlevelek takarítása és az ádáz küzdelem, amit ajándékok vásárlása közben folytatni kényszerülünk.

Összeállítással szeretnék segíteni, hogy idén inkább a pozitív, örömteli és békés pillanatokkal bővíthesd emlékeidet! Remélem, részese lehetek annak, hogy idén mosolygós, rendezett és tudatos légkörben teljen az év utolsó szakasza! Minden, amire szükséged lesz, csupán a naptárad és ez a napló kinyomtatva.

Az első részben egy átfogó terv készítésében leszek a segítségedre, a második részben pedig megosztom veled a saját év végi trükkjeimet!

Kellemes tervezgetést, boldog és békés ünnepeket, valamint sikerekben gazdag új évet kívánok!

Alexa

(Az Igazin főszerkesztője)



1. rész

Az első lépés, hogy írd össze minden teendőt, amit ebben az évben még meg szeretnél, vagy meg kell csinálnod! Nem számít, hogy munkahelyi, határidős feladatról, a gyerekek karácsonyi ünnepségéről, egy színházi előadásról, vagy mézeskalácssüteményről van szó, kerüljön fel a listára minden, amit nem akarsz 2017-ig halogatni!

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Likeolj minket Facebookon, Instagramon és használd az **#igazinnapló** hashtaget!

Ha kész vagy a listáddal, tervezd meg, hogy mit, mikor fogsz csinálni! Elsőként írd be a fix programjaidat, majd dönts el, hogy a többit hova illeszted be! A szabadnapjaidat kiszínezheted, így látni fogod, pontosan mennyi időd van.

<i>NOVEMBER</i>	
<i>7. Hétfő</i>	
<i>8. Kedd</i>	
<i>9. Szerda</i>	
<i>10. Csütörtök</i>	
<i>11. Péntek</i>	<i>Joy-napok</i>
<i>12. Szombat</i>	<i>Joy-napok</i>
<i>13. Vasárnap</i>	<i>Joy-napok</i>
<i>14. Hétfő</i>	
<i>15. Kedd</i>	
<i>16. Szerda</i>	
<i>17. Csütörtök</i>	
<i>18. Péntek</i>	
<i>19. Szombat</i>	
<i>20. Vasárnap</i>	
<i>21. Hétfő</i>	
<i>22. Kedd</i>	
<i>23. Szerda</i>	
<i>24. Csütörtök</i>	
<i>25. Péntek</i>	
<i>26. Szombat</i>	
<i>27. Vasárnap</i>	<i>Advent 1. vasárnapja</i>
<i>28. Hétfő</i>	
<i>29. Kedd</i>	
<i>30. Szerda</i>	

Likeolj minket Facebookon, Instagramon és használd az **#igazinnapló** hashtaget!

<i>DECEMBER</i>	
<i>1. Csütörtök</i>	
<i>2. Péntek</i>	
<i>3. Szombat</i>	
<i>4. Vasárnap</i>	<i>Advent 2. vasárnapja</i>
<i>5. Hétfő</i>	
<i>6. Kedd</i>	<i>Mikulás</i>
<i>7. Szerda</i>	
<i>8. Csütörtök</i>	
<i>9. Péntek</i>	
<i>10. Szombat</i>	
<i>11. Vasárnap</i>	<i>Advent 3. vasárnapja</i>
<i>12. Hétfő</i>	
<i>13. Kedd</i>	
<i>14. Szerda</i>	
<i>15. Csütörtök</i>	
<i>16. Péntek</i>	
<i>17. Szombat</i>	
<i>18. Vasárnap</i>	<i>Advent 4. vasárnapja</i>
<i>19. Hétfő</i>	
<i>20. Kedd</i>	
<i>21. Szerda</i>	
<i>22. Csütörtök</i>	
<i>23. Péntek</i>	
<i>24. Szombat</i>	<i>Szent este</i>
<i>25. Vasárnap</i>	<i>Karácsony</i>
<i>26. Hétfő</i>	<i>Karácsony</i>
<i>27. Kedd</i>	
<i>28. Szerda</i>	
<i>29. Csütörtök</i>	
<i>30. Péntek</i>	
<i>31. Szombat</i>	<i>Szilveszter</i>

Likeolj minket Facebookon, Instagramon és használd az **#igazinnapló** hashtaget!

Érdeemes ezeket az eseményeket a határidő naplódba is átvezetni, hogy ha esetleg felmerül egy új program, akkor ne olyan időpontot válassz, ahova már beraktál valami mást!

Kérdezd meg a gyermekeidet, párod, közeli családtagjaidat, hogy nekik lesz-e valami fontos történet, vagy van-e valamilyen fix tervük, amikről esetleg még nem szóltak neked. Így elkerülöd, hogy egymás alá szervezzetek, és mentesülsz ezek negatív következményeitől is!

Továbbá érdemes beírnod még a családtagjaid és barátaid születésnapját, névnapját, így garantáltan senkiről nem fogsz elfeledkezni!

Szilveszteri programot is előre beszéld meg a családdal vagy a barátaiddal, mert a jó helyekre az utolsó pillanatban már nem lehet bejutni!

A következő részben részletesen segítek megtervezni mindent, hogy 24-én este, kisimult arccal és feltöltődve vehess részt az ünnepi vacsorán.



2. rész – NOVEMBERI TEENDŐK

Karácsonyi ajándékok

Szerintem ez az egyik legnagyobb stressz forrása az év végének. Az emberek egymást tapossák az üzletekben, mérgezett egéreként rohangálnak a boltok között és éveket öregednek sorban állás közben.

Ahhoz, hogy idén mentesülj mindezekről, egy nagyon egyszerű dolgot ajánlok: Vásárolj be novemberben! Ugye mennyire egyszerű? Nincs fejfájás, nincs halogatás, nincs tömeg. Természetesen ettől függetlenül a romlandó élelmiszereket be kell majd szerezni 22-23-án, de lényegesen kevesebb időt kell a bevásárlóközpontokban tölteni. Még amiatt sem kell aggódnod, hogy a webáruházból időben megérkeznek-e az ajándékaid!

A könnyebb átláthatóság kedvéért a listát a szerint, osztottam be, hogy hol kell megvásárolni a különböző ajándékokat. Készítsd tervet, hogy idén kinek, mit fog hozni a Mikulás és a Jézuska!

Az üzlet neve:		
Kinek?	Mit?	Mennyibe kerül?

Az üzlet neve:		
Kinek?	Mit?	Mennyibe kerül?

Likeolj minket Facebookon, Instagramon és használd az **#igazinnapló** hashtaget!

<i>Az üzlet neve:</i>		
<i>Kinek?</i>	<i>Mit?</i>	<i>Mennyibe kerül?</i>

<i>Az üzlet neve:</i>		
<i>Kinek?</i>	<i>Mit?</i>	<i>Mennyibe kerül?</i>

<i>Az üzlet neve:</i>		
<i>Kinek?</i>	<i>Mit?</i>	<i>Mennyibe kerül?</i>

Ne feledkezz meg a csomagolásról sem! Ha pedig saját készítésű ajándékot is készítesz vagy készítetek (rajz, naptár fotókkal, kollázs, sógyurma, ujjlenyomat kép, gipsz hűtőmágnés, szakácskönyv családi fotókkal,

Likeolj minket Facebookon, Instagramon és használd az **#igazinnapló** hashtaget!

fotómontázs,), az ezekhez szükséges anyagok is kerüljenek a listára! Ha elakadnál, rengeteg inspirációt találsz a pinterest.com-on!

Végül pedig gondolj azokra, akiknek kevesebb esélyük van, hogy ugyanolyan boldog legyen ez az ünnep, mint neked! Ajándékozd el a már nem használt ruhákat, berendezési tárgyakat, játékokat, amiket nem használsz! Gondolj a menhelyen lévő állatokra is, akiknek odaadhatod a régi ágyneműket, pokrócokat, papírdobozokat, a menhelyeknek pedig a fel nem használt, maradék barkács anyagokat! Így nem csak megszabadulsz a felesleges tárgyaidtól, de jót is teszel. A karácsony pedig valami ilyesmiről szól, nem? ☺

Adventi naptár és adventi koszorú

Ezek elkészítését sem lehet a végtelenségig halogatni, főleg idén, mikor advent első vasárnapja november 27-re esik. Az adventi naptárat ebben a hónapban még bőven van idő megtervezni. Kedves meglepetés lehet a gyerekeidnek, illetve a kedvesednek. Rakhatsz bele kis cukorkákat, édességet, idézeteket, üzeneteket, kis rajzokat is! Néhány ötlet a Pinterestről:



Likeolj minket Facebookon, Instagramon és használd az **#igazinnapló** hashtaget!

Időpontok egyeztetése

Jelentkezz be a fodrászodhoz, műkörmösödhez, kozmetikusodhoz! Év végén gyorsan elfognak az időpontok! Ne feledkezz meg a ruha, a smink és az ékszerek megválasztásáról sem, amikben büszkén mosolyoghatsz majd a karácsonyfa mellett és üdvözölheted az új évet!



DECEMBERI TEENDŐK

Dekoráció és díszítés

Ellenőrizd a karácsonyi égőket, díszeket, és dekoráld ki a lakást, hogy segítsen ráhangolódni az ünnepekre! Készítsetek saját készítésű girlandokat, füzéreket, díszeket, tegyél ki illatgyertyát, vagy aromalámpát! Száríts narancshéjat a radiátoron! Az ünnepi készülődés nagyszerű, hétvégi, közös program lehet a családdal, gyerekekkel.

Karácsonyfadísz szódabikarbónából - recept

Hozzávalók:

- ♥ 2 egység szódabikarbóna
- ♥ 1 egység (kukorica) keményítő
- ♥ 1,25 egység víz

Például 4 dl szódabikarbóna, 2 dl keményítő, 2,5 dl víz. Ez 50 darab kisebb méretű díszhez elég.

Elkészítés

A hozzávalókat öntsd össze egy tálba és közepes lángon kezd el melegíteni! Folyamatos kevergetés mellett krumplipüré állagig kell a tűzön hagyni. Ha kész, rakd egy zacskóba, vagy öntsd ki egy előkészített alufólia lapra, és azonnal csomagold be! Nagyon hamar kiszárad, emiatt még egy percre se hagyd kint! Ezután hagyd állni pár órát! Ha kihűlt, nyújtsd ki, és ahogyan a süteményeket vagy mézeskalácsokat, kezd el kiszaggatni belőle a formákat! Nyomhatsz bele mintákat és vékony szívószállal kivághatsz akkora darabot, ami elég lesz a kötözőnek, hogy felrakhasd őket a fára. Ne rakd őket a radiátorra vagy sütőbe! Hagyd kint őket két-három éjszakára, amíg teljesen ki nem száradnak! Utána festheted, díszítheted őket, de fehéren is nagyon szépek!

Ha megmaradt a tésztából, rakd egy zacskóba, így hűtőben pár hétig eláll!

Csak a kreativitásod szab határt az új díszeknek, de a Pinteresten szintén sok jó ötletet találsz!

Luca napi varázslat

Írjatok fel Luca napján 13 kívánságot 13 cetlire! Hajtsátok össze őket, és tegyétek bele egy dobozba, vagy vászonzsákba! A hagyomány szerint, karácsonyig minden nap tűzbe kell dobni egy cetlit, de gondolom a kuka is megfelelő erre a célra. 24-én este, a karácsonyfa alatt kibontott, utolsó kívánság teljesülni fog!

A karácsonyi vacsora



♥ *Az étkezés központi témája az ünnepnek. Azonban én azt javaslom, hogy ne tervezd túl! A hétköznapokban is rengeteg ételt dobunk ki. Felesleges tizenöt fogást készíteni, amiből nyolchoz senki nem nyúl hozzá, mert már nem bír többet enni!*

♥ *Érdeemes a tésztákat előre begyúrni és lefagyasztani!*

- ♥ *A húsokat feldolgozva, kiporciózva, felcímkézve rakd a fagyasztóba, és főzés előtti este vedd ki őket!*
- ♥ *Készíts el mindent már 23-án, 24-re csak a frissen sülték készítését hagyd meg!*
- ♥ *A tervezésbe kalkuláld bele, hogyha vendégek érkeznek hozzátok, valószínűleg ők sem üres kézzel jönnek majd! Ennek függvényében elég lehet 1-2 féle süteményt készíteni!*
- ♥ *Dobd fel az ünnepi asztalt valami különlegességgel! Mondjuk saját készítésű punccsal vagy tojáslikőrrel!*

Tervezd meg, mit fogtok enni!

	24	25	26
Reggeli			
Ebéd			
Vacsora			

Likeolj minket Facebookon, Instagramon és használd az **#igazinnapló** hashtaget!

Tervezd meg az ünnepi menüt!

Mit?	Mikor készítem?	Hány főre?

Készítsd el a bevásárlólistát!

Előre megvehető/fagyasztható/tartós élelmiszerek

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

Romlandó élelmiszerek

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



Takarítás

Az ünnepek közeledtével nem árt alaposan kitakarítani a lakást, de ha ezt túl hamar megteszed, akkor karácsony reggel kezdheted megint előről. A szenteste előtt pár nappal érdemes a nappalira, étkezőre, fürdőszobára fókuszálni, vagyis, ahol a vendégek is megfordulhatnak.

Vendégség

- ♥ *A vendégségre akkor is fel kell készülni, hogyha ti mentek, és akkor is, hogyha hozzátok érkeznek!*
- ♥ *Ha ti vártok vendégeket, akkor ellenőrizd, hogy elegendő lesz-e mindenki számára az étel! Figyelj arra, hogyha van cukorbeteg, vegetáriánus a vendégek között, ők is tudjanak fogyasztani!*
- ♥ *Ha nálatok alszanak, készíts be vendégpapucsokat és ellenőrizd, van-e elég tiszta ágynemű, párna és paplan!*

Likeolj minket Facebookon, Instagramon és használd az **#igazinnapló** hashtaget!

- ♥ *Ha kisgyerekesek érkeznek hozzátok, tedd el az alsó polcokról a törékeny/éles/veszélyes tárgyakat! Ebben az esetben egy jó alapos porszívózás-felmosás sem árt, mert a picik mindent összeszedhetnek a padlóról.*
- ♥ *Ha ti mentek vendégségbe, vigyetek házi süteményt és egy üveg italt!*
- ♥ *Ha elutaztok, készíts listát, hogy semmi ne maradjon otthon!*

Készíts listát arról, mit kell magatokkal vinni, ha elutaztok:

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

Az ünnep

Ajánlott karácsonyi menetrend

<i>December 22.</i>	<i>December 23.</i>	<i>December 24.</i>
<i>Leellenőrizni megvan-e mindenki ajándéka</i>	<i>Az ajándékok becsomagolása</i>	<i>Karácsonyfa díszítés</i>
<i>Karácsonyfa vásárlás</i>	<i>A frissen sülteket leszámítva, a menü elkészítése</i>	<i>Fotók készítése</i>
<i>A menühöz a romlandó ételek megvásárlása (Javaslom, hogy nyitáskor, vagy éjszaka vásárolj)</i>	<i>A holnapi ruhák ellenőrzése, kivasalása</i>	<i>A menü hiányzó részének elkészítése</i>
<i>Kivenni a fagyasztóból az alapanyagokat a főzéshez</i>	<i>Takarítás</i>	<i>Inni egy forró kakaót vagy forralt bort és élvezni a szeretteinkkel töltött időt</i>

Az általad megtervezett karácsonyi menetrend

<i>December 22.</i>	<i>December 23.</i>	<i>December 24.</i>	<i>December 25.</i>	<i>December 26.</i>

Érdeemes karácsony estére kitalálni valamilyen játékot, ami összehozza a családot. A közös élmény és nevetés sokszor elsimítja a régi ellentéteket. Néhány játékötlet:

- ♥ *A klasszikus Activityvel sosem lehet mellé löni!*
- ♥ *Ha szerettek sokat beszélni, játsszatok Tabut!*
- ♥ *A Sztorikockával mindenki fantáziáját megmozgathatod! (Ez a játék akár még házilag is elkészíthető.)*

Likeolj minket Facebookon, Instagramon és használd az **#igazinnapló** hashtaget!

- ♥ *Ha fiatalos családod van, játsszatok Twistert!*
- ♥ *Ha sokan vagytok, mindenki írjon fel magáról 3 állítást, amiből egy legyen hamis. Ezt valaki olvassa fel, a többieknek pedig ki kell találni kié a papír és melyik állítás nem igaz!*

Ha pedig mégsem úgy sül el az ünnep, ahogy tervezted, akkor is minden a legnagyobb rendben van! Jövőre is lesz karácsony! Próbáld a lehető legjobban érezni magad, és feltöltődni, hiszen ennek az egésznek pont az a lényege, hogy hálásak legyünk azokért a percekért, amiket együtt tölthetünk azokkal, akiket igazán szeretünk!



Szilveszter

Remélem, mire ideérsz a naplóban, már régóta tudod, hogy hol töltitek a Szilvesztert. Ha házigazda leszel, akkor a szervezés megkönnyítésében segíthet a táblázat kitöltése! A jobb oldali oszlopban kipipálhatod, ha kész!

<i>Helyszínnel kapcsolatos teendők</i>		
<i>Bevásárlólista</i>	<i>Pezsgő, konfetti</i>	
<i>Ételek, sütemények</i>		
<i>Italok, üdítők</i>		
<i>Programötletek</i>	<i>Hógolyócsata</i>	
<i>Hangulat, zene</i>		

Likeolj minket Facebookon, Instagramon és használd az **#igazinnapló** hashtaget!

Kedves Olvasó!

Remélem tetszett az év végi rendszerezés! Bármilyen ötletedet, hozzászólásodat, véleményedet írd meg nekünk az Igazin Facebook oldalán, vagy e-mailben (igazin.blog@gmail.com), illetve kövess minket Instagramon (@igazin)!

Hasonló, ingyenesen letölthető, nyomtatható tartalmakért, érdekes cikkekért pedig figyeld a blogot, és tarts velünk 2017-ben is! Ha pedig megosztanád a nagyközönséggel, hogy Igazin élsz, akkor használd az #igazinnapló hashtaget!

Már elérhető tartalmak:

Ingyenesen letölthető, nyomtatható Motivációs Napló és Munkafüzet edzéshez I. rész – Keresd a blogon!

Hamarosan megjelenő tartalmak:

- ♥ *Ingyenesen letölthető, nyomtatható Motivációs Napló és Munkafüzet edzéshez II. rész*
- ♥ *Hogyan érd el az újrési fogadalmadat? – Napló és munkafüzet*