

نصائح لمساعدة الامهات في تنظيم وقتهن في شهر رمضان

تماما كما تعدين وتنظمين لكل شيء في وقت مبكر عند دعوة ضيف مفضل إلى منزلك، يجب عليك الإعداد جيدا في شهر رمضان، حتى لا تضيعي الوقت خلال هذا الشهر الثمين.

التنظيم:

اجمعي الكتب وكتيبات الدعاء في مكان واحد، لذلك يمكنك تجنب إضاعة الوقت الرمضاني الثمين لتبحثي عن الاشياء.

خططي للمكان الذي ستذهبين إليه للتراويح. اعرفي الأماكن التي ترحب بالنساء. خططي لترتيبات لرعاية الأطفال ونقلهم مسبقا.

التسوق:

اكملتي لائحة الأشياء التي تريدين القيام بها أو قومي بتأجيل الاشياء غير الهامة لبعد العيد.

اشتري هدايا صغيرة للأطفال بمناسبة شهر رمضان المبارك. انفخي بعض البالونات وقدمي الحلوى، بحيث يعرف الأطفال أن هذا هو وقت مميز. علقي رزنامة رمضان، حتى يتمكن الأطفال من عد الأيام حتى عيد.

قومي بالتسوق لملابس العيد مسبقا.

اشتري هدايا العيد للعائلة والأصدقاء، و لا تنسي الأطفال! الأمر متروك لك لكي تجعلي العيد لأطفالك مهما. إذا كنت تخططين لتحضير حفلة عيد لهم، قومي بالاستعدادات قبل أسبوع على الأقل من عيد الفطر.

الواجبات المنزلية:

حضري المعجنات، الكباب، والصلصات (كل ما تتمتع به عائلتك)، وجمديها في الفريزر. اصنعها مسبقا، فيمكنك قضاء الحد الأدنى من الوقت في المطبخ.

مارسي الاعتدال. الصيام لا يؤجل ثلاث وجبات فقط للتعويض عنها عند الإفطار. كلي ما تريديه ولكن في اعتدال، بحيث لا تشعرين بالشبع

الفاحش.

إذا كنت مهووسة بالتنظيف، فعليك القيام بجميع المهام التفصيلية قبل شهر رمضان قدر الإمكان، حتى يتسنى لك أن تأخذي استراحة وتفكري بأشياء مهمة أكثر.

التنشئة الاجتماعية:

قومي بالحد من حفلات الإفطار الفخمة قدر الإمكان. عندما ترغبين في مشاركة وجبة، أرسلني الإفطار إلى المسجد، سلميه إلى جارك مقدما، أو اعثري على عائلة تستحق هذا العمل الخيري. بهذه الطريقة، ستجني فوائد توفير الإفطار دون الحاجة إلى إخراج أدوات المائدة الفاخرة وارتداء أجمل الملابس الخاصة بك!

أخرجي دفتر الهاتف الخاص بك واتصلي بقريبك الذي لم تتواصلي معه منذ زمن. قد يكون هناك بعض مشاعر الأذى أو القضايا التي لم تحل والتي يمكنك معالجتها عند اتباع روحانية هذا الشهر المبارك.