



Mega, der Superhelper-Plan steht. Hier sind altersgerechte Aufgaben, die Kids bis 10 Jahre in der Regel eigenständig schaffen - ohne scharfe Messer, Chemie oder Gefahrenquellen. Du kannst frei mixen, die Altersangaben sind Richtwerte und sollen dir lediglich bei der Orientierung helfen.

### 3-4 Jahre

- Spielzeug wegräumen/einsortieren
- Bücher ins Regal stellen
- Schmutzwäsche in den Wäschekorb
- Schuhe ordentlich hinstellen
- Jacke an die Garderobe hängen
- Tischset/Untersetzer hinlegen
- Teller/Becher verteilen
- Pflanzen mit kleiner Kanne gießen
- Waschlappen/Handtuch aufhängen
- Krümel mit Handfeger und Kehrblech aufnehmen

Es sind Ideen. Du kennst dein/e Kind/Kinder am besten und weißt, was sie schaffen können. Und ganz ehrlich: Die Kleinen können doch mehr, als wir oft denken. Obendrein sind sie stolz, wenn Aufgaben erledigt sind. Der Haushalt ist Familie-Sache, da ist Mitmachen angesagt! PS. Sobald die Kids in der Schule sind, stehen Hausaufgaben und Lernen an - das muss man berücksichtigen, also nicht zu viel, aber das Wesentliche geht!

### 5-6 Jahre

- Bett machen (Decke glatt, Kissen aufschütteln)
- Socken paaren, Handtücher falten
- Besteck sortieren, Geschirrspüler ein- oder ausräumen (ohne Messer/Glas)
- Tisch decken und abräumen
- Tisch mit feuchtem Tuch abwischen
- Obst/Gemüse waschen, Joghurt oder Müsli anrichten
- Papiermüll und Plastik trennen
- Einkauf ausräumen (Unzerbrechliches)
- Haustier füttern und Wassernapf auffüllen
- Zimmerpflanzen prüfen: Erde fühlen, gießen wenn nötig

### 7-10 Jahre

- Geschirrspüler aus- einräumen
- Wäsche nach hell/dunkel sortieren
- Wäsche auf- oder abhängen, Sockenklemmern nutzen
- Staubsaugen
- Badezimmer-Spiegel/Waschbecken wischen
- Eigenes Schulzeug packen und bereitstellen
- Einfaches Brot schmieren, Obst schälen, Banane in Stücke brechen
- Post aus dem Briefkasten holen, Altpapier bündeln
- Kleine Einkaufsliste abhaken und tragen helfen
- Hauspflanzen pflegen: abgestorbene Blätter entfernen
- Müll rausbringen