



4 QUICK TIPS ONLINE BUSINESS VON ZUHAUSE

Wie du Arbeit & Kinder
ohne Fremdbetreuung
unter einen Hut bekommst



Vagabundenliebe
UNABHÄNGIG & FREI MIT KINDERN

Inklusive praktischen
Wochenplaner



Ich bin Hanna, Mama von zwei freilernenden Wildfängen & reise seit 2019 Vollzeit mit meiner Familie im Wohnmobil.

Mit Vagabundenliebe unterstütze ich freiheitsliebende Familien wie deine dabei, ihren eigenen Weg in die Unabhängigkeit zu finden und sie dazu zu inspirieren, ihre Wünsche und Träume anzugehen und nicht länger aufzuschieben. #schuldig 🙄

Zu dieser **Unabhängigkeit** gehört für mich auch, dass wir frei entscheiden, wann, wo und wie wir Geld verdienen!

Super häufig **blockieren** wir uns schon direkt zu Beginn dieses Vorhabens, weil uns ein Überblick darüber fehlt, was überhaupt wann ansteht, um erfolgreich in unser **Online Business** zu starten.

Dazu gehört auch, dass wir beginnen, uns **effektiv zu organisieren** - gerade dann, wenn wir Kinder bei uns Zuhause oder mit auf Reisen haben.

Du hast keine Zeit ein Online Business zu gründen?

Oder du verzettelst dich permanent verzettelt und kommst irgendwie nicht vom Fleck? Ich weiß genau, was du meinst.

Als Eltern haben wir viel mehr Verpflichtungen und To Do's auf unserer Liste als ohne Kids. Noch dazu die diversen Unterbrechungen und plötzlich auftretenden, dringenden Dinge, die einfach in einem Alltag mit Kindern ungeplant anfallen.

Um wirklich voranzukommen und auch deinen Fortschritt zu sehen, ohne deine Kinder vor dem Fernseher zu parken, ist ein gewisses Maß an Organisation das einzige, was das Chaos besiegen kann.

Hier findest du nun meine **4 Quick Tips**, mit denen du noch heute mehr Struktur & Organisation in deinen Familien-, aber auch Business-Alltag bringst.

Anschließend zeige ich dir noch die zwei häufigsten **2 Zeit- & Geldfresser** für dein Online Business.

Hanna

WWW.VAGABUNDENLIEBE.DE



Quick Tip 1:

Erleichter' deinen Kindern den Alltag.



Alles, was du deinen Kindern im Alltag erleichterst, erleichterst du dir selbst.

Es ist irgendwie ja ganz logisch, doch umsetzen tun wir es meist nur selten. Wir neigen dazu, unseren Kindern und uns das Leben unnötig schwer zu machen, indem wir z. B. Dinge außer Reichweite legen, die immer wieder vom Kind gebraucht und benutzt werden. Das führt dazu, dass wir ständig gebraucht werden, um die simpelsten Dinge zu tun

Überleg mal, wie du deinem Kind und damit dir im Haushalt den Alltag erleichtern kannst?

Du kannst z. B. deine Wohnung altersgerecht umräumen und deinen Kindern so mehr Freiraum zum sicheren Erforschen und mehr Selbstständigkeit ermöglichen. Entwickle auch Routinen mit deinen Kindern, die sie selbstständig umsetzen.

Umgesetzt sieht das z. B. so aus:

- **Bei ganz kleinen Kindern:** Schaffe eine Ja-Umgebung, in der du nicht ständig hinterher sein musst, um aufzupassen, dass dein Kind sich nicht verletzt oder Dinge in die Hände bekommt, die nicht für Kinderhände bestimmt sind.
- **Bei älteren Kindern:** Sorge dafür, dass dein Kind an Dinge, die es schon selbstständig nutzen kann, selber rankommt, z. B. Müsli-Schüsseln für das Kind erreichbar in den Schrank sortieren, wenn es sich schon selbst Frühstück machen möchte.

Auf diese Weise kannst du dich guten Gewissens an den Tisch setzen und bist innerlich nicht ständig in Sorge. Zudem sorgst du für weniger Unterbrechungen, sobald du bei der Arbeit bist.

Quick Tip 2:

Mach es kurz.



Bereite dich vor, wenn du es kurz machen willst.

Zeitfenster zum Arbeiten öffnen sich oft unerwartet und verstreichen dann ungenutzt, weil wir in dem Moment gar nicht wissen, was wir mit ihnen anstellen sollen.

Wir haben so viel im Kopf, so viele Aufgaben, die erledigt werden wollen und wissen einfach nicht, womit wir anfangen sollen und vor allen, was sich wirklich lohnt! Denn diese kurzen Momente können genau so schnell wieder vorbei sein, wie sie gekommen sind.

Wie wäre es, wenn du in genau dem Moment weißt, wie du sie produktiv nutzt?

Aus diesem Grund finde ich es super hilfreich, meine anstehende Aufgaben in möglichst kleine Aufgaben aufzusplitten. **20-Minuten-Aufgaben.**

Das Zeitfenster öffnet sich und anstatt kopflos umher

zu rennen, sich zu denken *“Ach, es lohnt ja sowieso nicht, wer weiß denn, wie lange die Ruhe hält”* und dann 30min in Social Media zu versinken, schnappst du dir eine 20-Minuten-Aufgabe und legst los!



Doch die Sache hat einen Haken:

Du erkennst diese kurzen Aufgaben nur, wenn du weißt, was bei dir heute ansteht.

Daher geht's weiter mit dem nächsten Quick Tip, bei dem es genau darum geht.

Quick Tip 3:

Mach dir einen Plan.



Kennst du das?

Du willst dich an die Arbeit setzen und hast keine Ahnung, womit du beginnen sollst?

Es ist einfach so viel zu tun und du checkst lieber erstmal deine e.Mails oder stöberst nach Inspiration durch Instagram. Dann fällt dein Blick auf den Wäschehaufen und du erinnerst dich, dass dein Kind heute Nachmittag eine saubere Hose braucht und du noch die Waschmaschine anschmeißen musst.

Und schon ist der Tag rum, du hast wieder nichts geschafft und irgendwie warst du nur dabei, "einen Brand nach dem anderen zu löschen".

Was vielleicht wie ein großer Aufwand oder total langweilig & spießig klingt, hat mir tatsächlich mein Online Business gerettet: Ich arbeite nach Plänen. Und der effektivste davon ist: **mein Wochenplan.**

Ohne Wochenplan endet die Woche als Familie, aber auch

mein Online Business bei mir regelmäßig mit ganz viel Unzufriedenheit.

Ich merke, dass ich **wieder nichts geschafft** habe und fühle mich ein wenig so, als würde mich mein Leben nur herumschubsen. Ich bin meinen Zielen wieder keinen Schritt näher gekommen.

Entscheide bereits am Sonntag, was in der folgenden Woche wann erledigt wird:

- Wann kaufst du ein?
- Wann wäschst du?
- Was steht bei deinen Kids auf dem Plan?
- Wann wirst du arbeiten?
- Wann ist Familienzeit?
- Und auch: Was gibt's zu essen? Alleine die Essensfrage eine Woche im Voraus zu planen, nimmt euch als Familie diesen großen Nervtöter von den Schultern.

→ Meinen bewährten **PlötzlichPlanvoll-Familienplan** zum Ausdrucken findest du hier auf der letzten Seite!

Quick Tip 4:

Gestalte deinen Arbeitsplatz.



Wo ist mein Kabel?

Oh nein, schon wieder ist der Akku leer. Wo ist eigentlich mein Ladekabel? Hat jemand meinen Terminplan gesehen? Und wo ist die Datei, die ich gestern erst erstellt hab und die ich genau jetzt so dringend brauche?

Grad ist ein Zeitfenster aufgesprungen, aber alleine das Aufbauen und alles zusammen suchen, was du brauchst, dauert so lange, dass du lieber gar nicht erst anfängst.

Damit du in deinen Arbeitszeiten auch wirklich zum Arbeiten kommst, ist Vorbereitung schon wieder mal Gold wert,

Wie gestaltest du deinen Arbeitsbereich?

Ein leicht zugänglicher und sortierter Arbeitsplatz, auf dem du nicht erst alles aufbaust oder zusammensuchst, ist dein Ziel.

Nicht nur analog, sondern auch digital!

Was jetzt total logisch klingt, ist häufig jedoch keine Realität, weshalb ich das hier nochmal extra hervorhebe.

Stell dir vor, du kannst dich direkt an deine Projekte setzen ohne wertvolle Zeit zu verschwenden, weil schon alles bereit ist!



Hast du keine Möglichkeit für einen festen Arbeitsplatz, z. B. weil du von unterwegs im Hotel oder aus einem Wohnmobil heraus arbeitest, verstau alle deine Arbeitsutensilien in einer einzigen Tasche, die alles enthält, was du für gewöhnlich benötigst.

2

ZEIT

&



GELD

FRESSER

ZEIT- & GELDFRESSER NR. 1

Der Insta-Struggle

Gerade wenn wir am Anfang unserer Online Business Reise stehen, konzentrieren wir uns oft nur all zu oft hauptsächlich auf Social Media.

Wir posten und kommentieren und gestalten Grafiken, Texte und Fotos für Instagram & Co. Wir freuen uns über jedes Like und jeden neuen Follower.

Doch wirklich viele Kunden bringt uns das nur selten.

Aus "nur mal schnell 'ne Story posten" wird schnell eine Wissenschaft und zack sind wieder 40min weg.



Konzentriere dich am Anfang daher nicht auf Social Media, bevor du nicht die wirklich wichtigen Schritte gegangen bist.

Social Media ist nur eine Marketing-Strategie von vielen. Wenn dein Unternehmen ohne Social Media nicht existiert, hast du kein Unternehmen.

ZEIT- & GELDFRESSER NR. 2

Verwechsele deine Selbstständigkeit nicht mit einer Anstellung.

Bei einer Anstellung arbeiten wir meist 8 Stunden pro Tag, um eine Familie zu ernähren. In der Regel gehen wir davon aus, dass ein Halbtagsjob dafür nicht reicht.

Doch in einer Selbstständigkeit ist alles anders.

Natürlich kannst du in acht Stunden mehr schaffen, als in zwei Stunden täglich, doch auch mit zwei Stunden am Tag kommst du weiter, als wenn du deinen Kopf schon direkt zu Beginn in den Sand steckst, weil du merkst, dass du nie und nimmer mal eben so acht Stunden am Tag freischaufeln kannst.



Vergleich dich nicht mit kinderlosen Mittzwanzigern, die alle Zeit der Welt haben und Stunde um Stunde in ihre Arbeit stecken. Du weißt, dass es wichtigeres gibt und erreichst deine Ziele trotzdem! Niemand schenkt dir diese Zeit mit deinen Kindern. Die nimmst du dir.

„Träume werden
nicht wahr,
nur weil du sie
träumst.

Es ist die Arbeit,
das Machen, das
Dinge bewirkt
und verändert.“

Shonda Rhimes

Deine nächsten Schritte

Sich mit Arbeit und Kindern zuhause effektiv zu organisieren braucht Zeit. Zeit, die sich wirklich lohnt in deine **Planung**, deine **Ziele** und **Organisation** zu investieren, wenn du ohne Fremdbetreuung trotzdem erfolgreich dein Online Business führen willst.

Strukturierst du dich und deine Zeit jedoch nicht,

baust du dir lediglich ein **neues Hamsterrad**, arbeitest immer selbst & ständig von früh bis spät und jagst dich von einer Aufgabe zur nächsten bis du ausbrennst - während dich dein schlechtes Gewissen permanent begleitet, weil du eigentlich mehr Zeit für deine Kinder haben wolltest.

Keine schönen Aussichten, oder? Dies hier aber:

Plötzlich Planvoll

**Mehr Zeit
& weniger
Stress im
Home Office
mit Kindern**

Im Minikurs lernst du in nur einer Woche planvoll, klar & sortiert mehr Zeit zu schaffen für dich & dein Online Business und dabei genau zu wissen, was jeden Tag ansteht. Lass deinen stressigen Alltag hinter dir - auch ohne Fremdbetreuung.

Wenn du den Start von Plötzlich Planvoll im Februar 2024 nicht verpassen willst, dann brauchst du nichts weiter tun, als auf die Vagabundenpost (der Vagabundenliebe-Newsletter) zu warten, in der ich dir mehr erzählen werde.

„Das einzige, was dich davon abhält, das zu bekommen, was du willst, ist die Geschichte, die du dir selbst erzählst.“

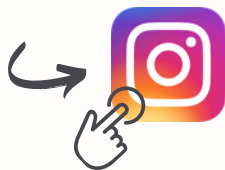
Anthony Robbins



Jetzt aber erstmal viel Erfolg beim Umsetzen der 4 Quick Tips und mehr Durchblick mit dem Wochenplan unten!

Hanna

Lass mir ein Aloha da!



Namen hier eintragen ↴

Name	9-12	12-15	15-18	18-21	Essen
MO					
DI					
MI					
DO					
FR					
SA					
SO					

