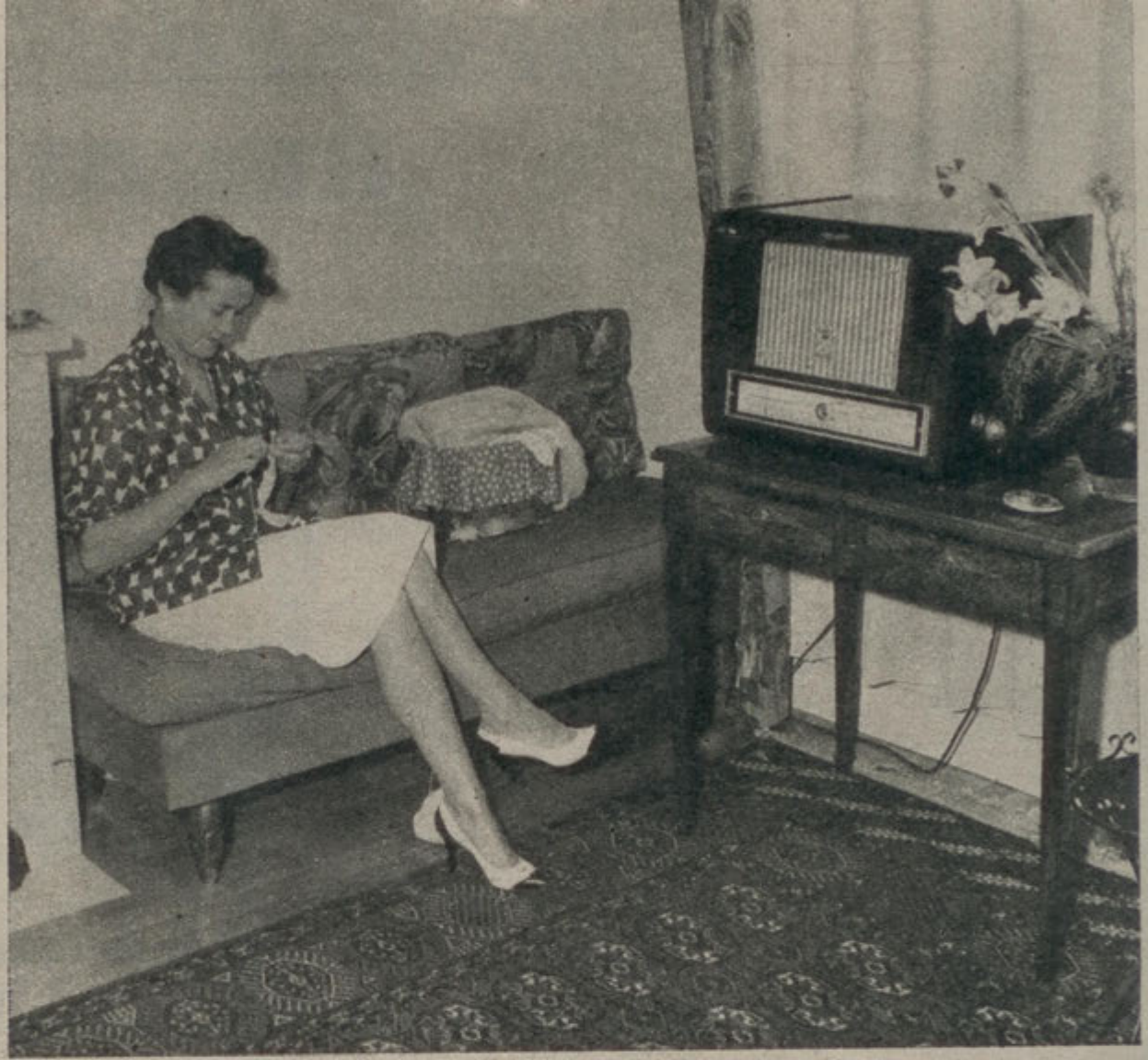

Por la tarde no es tan difícil sacar un rato para hacer una labor sencilla mientras se escucha la radio

Teléfono sirve para ganar tiempo, no para perderlo

ADMINISTRE BIEN SU TIEMPO

Por Leticia

EL marido, los hijos, usted, todos los que conviven en su hogar se quieren muchísimo; no hay problemas extraordinarios y, sin embargo, la casa resulta insoportable por desorden, ruido, desorganización. En el fondo, son pequeñas cosas mal resueltas, naderías desenfocadas que se van acumulando, y de una familia que podría vivir en paz, con serenidad, hacen un conjunto de personas hurañas que se soportan a regañadientes.

Todavía está a tiempo. Todo puede cambiar. Organícese, estudie las características especiales de su hogar, de su familia y propóngase en serio: orden, puntualidad, buen humor, abarcar serenamente lo que pueda, preocuparse de su propio aspecto.

Un horario fijo es imposible, pero sí puede hacer una distribución de sus ocupaciones en forma ordenada y, dentro de lo posible, realizar los quehaceres diarios siempre a

SIGUE

Los niños no darán guerra si están bien atendidos: horas fijas para comer, dormir, jugar y pasear

El ama de casa bien organizada debe encontrar unos minutos al día para poder hojear el periódico o una revista

ADMINISTRE BIEN SU TIEMPO

la misma hora. Recapacite en la importancia de levantarse todos los días a hora fija y procure también hacerlo al acostarse. Duerma ocho horas diarias; como no sea una gran necesidad respete siempre su descanso. Así podrá levantarse fresca y lozana, dispuesta a enfrentarse con toda clase de ocupaciones con empuje y eficacia.

Haga sus trabajos de la mañana —suelen ser los más fuertes— con diligencia, sin perder esos trocitos de tiempo que a las mujeres se nos van sin darnos cuenta. Vaya de una cosa a otra activa, alegre, sin amargarse por el trabajo que le falta, sino contenta por el ya realizado. Cualquier faena que emprenda hágala a conciencia, con atención e interés, incluso con ilusión. Hacer bien las cosas a la primera, es ganar tiempo.

Prepare pronto la comida para servirla puntual. Y por muy atareada que esté, nunca escatime unos minutos para su arreglo personal. La esposa, la madre con aspecto agradable impone serenidad y equilibrio en el hogar.

Venza su desconfianza y delegue algunos trabajos en personas que puedan ayudarla: en el servicio, en las hijas mayores, incluso en los hijos. Un error frecuente en muchas señoras y origen de sus agobios es ese afán de que todo, absolutamente todo, tiene que pasar por sus manos. Muchas cosas pueden encomendarlas. Verá cómo saben hacerlas tan bien como usted misma.

Resulta práctico disponer de un cuadernito en el que irá anotando los trabajos a realizar, sobre todo los extraordinarios. Cada día se propondrá muy en serio hacer algunos, no muchos. Mida sus fuerzas antes de comprometerse. Y tenga el tesón de llevarlos a cabo.

Por encima de todo, no se ponga nerviosa. Tenga serenidad y haga frente a todo con calma, con optimismo, con buena disposición. Algunas veces resulta difícil, pero piense que esos trabajos, esos vencimientos, son trocitos de felicidad que regala a los suyos.

RECETAS PARA GANAR MUCHOS MINUTOS

- Ir todos los días a la compra supone más de una hora de la atareadísima mañana. Si dispone de una buena nevera, haga sus compras dos veces por semana, y si no la tiene, por lo menos un día sí y otro no. Sume y se dará cuenta de que gana como mínimo tres horas semanales.
- Utilice el teléfono discretamente, hablando solamente lo necesario. ¿Ha pensado alguna vez en el tiempo que pierde charlando —casi diría cotilleando— con las amigas?
- Piense por lo menos el día anterior el menú de las comidas, sin olvidar desayuno y merienda. Tenga todo en casa y evitará apuros de última hora. Aún ganará más tiempo si prepara los menús de una semana entera, todos ellos basados en los productos más abundantes de la temporada.
- Si hay un bebé en casa haga un horario para bañarlo, darle la comida, sacarlo a paseo, etc.; el niño se habituará rápidamente a este orden, ganará en salud y usted podrá organizarse mejor.
- Antes de acostarse deje la ropa del marido y de los niños ya preparada hasta el último detalle; ¿verdad que se pierde mucho tiempo planchando una cosa urgente a última hora?
- Evite toda lamentación. Una señora que solamente habla de sus muchos quehaceres resultará mucho más agobiada, porque los convierte en obsesión.
- Al salir a la compra evite largas conversaciones con las personas conocidas que encuentre. ¿Verdad que muchas veces se le ha escapado un tiempo precioso por pararse con una amiga para charlar de cosas muy poco interesantes?..
- Hay señoras que pierden el día regañando al servicio. Si algo no marcha bien dígalo en forma clara y breve. No vuelva a insistir machacando una y otra vez sobre el mismo asunto. se pondrán las dos nerviosas y no darán pie con bola.
- Si no dispone de mucho tiempo no se recargue con labores complicadas. Y comience solamente aquello que pueda terminar.