

## Motivationstipps fürs Putzen

Jeder kennt es: Das Putzen steht an. Weil es oft schwierig ist, sich dazu zu motivieren, haben wir Dir die folgenden Tipps zusammengestellt.

- Höre Deine Lieblingsmusik. Das lenkt Dich etwas ab und sorgt dafür, dass Du so richtig in Schwung kommst.
- Such Dir Hilfe und putze mit anderen zusammen. Dabei könnt ihr miteinander reden und mit mehr Personen kommt ihr natürlich auch schneller vorwärts. Kinder können ebenfalls mit einbezogen werden.
- Belohne Dich. Mit einer Belohnung im Anschluss an das Putzen wird die Arbeit gleich attraktiver.
- Verwandle die Arbeit in eine Challenge. Stelle Dir einen Timer, zum Beispiel auf 30 Minuten, und versuche in dieser Zeit so viel wie möglich zu erledigen.

Suchst Du zuverlässige und flexible Reinigungskräfte für Deine Wohnung, Dein Haus oder das Büro? Gerne unterstützen wir Dich: [www.sonrisaglobal.ch](http://www.sonrisaglobal.ch), [info@sonrisaglobal.ch](mailto:info@sonrisaglobal.ch), +41 77 487 70 53

