

Stora osynliga jullistan

Den stora osynliga jullistan innehåller exempel på osynliga hemuppgifter som kan finnas i hemmet inför och under juledigheten. Listan används för att synliggöra hur det ser ut hemma hos er och för att ge bekräftelse till de av oss som oftast utför dessa uppgifter. Att arbeta med denna lista är ett viktigt första steg i processen av att fördela hemarbetet mer jämlikt. Denna uppgift kan även synliggöra hur mycket tid en person får till ledighet och egna aktiviteter, utanför det osynliga arbetet.

Stora osynliga sommarlistan är ett komplement till Stora osynliga listan och finns för att synliggöra de osynliga arbetsuppgifter som kan komma under juletider. Fundera och prata även kring om ni är bra på att uppmärksamma det osynliga arbete som den andra/de andra gör i hemmet. Alltså, brukar ni se och uppmärksamma sådant ni inte själva gör?

Hur ni väljer att arbeta med listan är upp till er, men nedan finns förslag på hur vi rekommenderar att den används.

1. I första steget arbetar var och en för sig. Samtliga läser igenom listan och kryssar i hur ofta de genomför uppgifterna som finns listade. Sätt en deadline för när alla ska ha fyllt i underlaget.

När du går igenom listan, kom ihåg att stryka eller hoppa över de arbetsuppgifter som inte är relevanta för just er. På sista sidan finns det en tom lista som kan användas för att fylla i egna alternativ på osynliga arbetsuppgifter. Även om vissa saker kan kännas mindre än andra är det viktigt att gå igenom alla punkter och reflektera över dem. Kanske är det en uppgift du bara gör av ren reflex, eller är det en uppgift du inte ens visste fanns?

2. När du har fyllt i listan kan du enskilt fundera över:

- Hur kändes det att fylla i listan?
- Tror du att du lägger mer tid än andra i hemmet på osynligt arbete?
- Finns det något du vill förändra?
- Finns det personer som genomför de uppgifter som du svarat "aldrig" på? Vad skulle hända om de slutar utföra de uppgifterna?
- Gör du saker för att de är kul och roliga, eller gör du dem för att du känner ett ansvar? Kanske gör du saker för att andra inte gör dem?

3. När var och en har gått igenom och analyserat sina svar kan ni samtala gemensamt kring vad ni kommit fram till.

Exempel på frågor att utgå ifrån:

- Hur kändes det att göra testet?
- Hur ser fördelningen av det osynliga arbetet ut hos er?
- Vad behöver förändras för att det ska bli mer jämlikt?

Julkort

	Alltid	Ofta	Ibland	Sällan	Aldrig
Arrangera årets julbild som sen ska användas till årets julkort					
Skriva julhälsningar till familj och vänner digitalt					
Beställa julkort					
Köpa julfrimärken, göra lista på vilka julkorten ska skickas till samt hitta adresser					
Skriva och skicka julkort (i god tid)					

Julklappar

	Alltid	Ofta	Ibland	Sällan	Aldrig
Planera julklappar och jämföra priser					
Påminna om att köpa julklappar					
Köpa julklappar					
Se till att tejp till inslagning finns hemma					
Köpa julklappspapper, presentsnöre och etiketter					
Hitta på bra julklappar till varje person - som andra ska ge bort					
Börja kolla runt och handla julklappar i god tid					
Göra julklappsrim					
Slå in julklappar					

Pynt och pyssel

	Alltid	Ofta	Ibland	Sällan	Aldrig
Veta var lådorna med julsaker är och ta upp dem					
Fixa utomhus julbelysning, lykta eller annat julmys					
Fixa generellt julpynt					
Fixa julgran					
Pynta julgran					
Kolla att julgransfot och julgransmatta finns					
Kolla så lamporna fungerar i adventsljusstaken och julgranen alt köpa nya					
Köpa ljus och stryka juldukar till dukning					
Köpa julservetter					
Köpa stearinljus					
Tända och släcka ljus					
Tända och släcka ljus					
Göra pepparkakshjärtan med barnens namn på i glasyr					
Fixa juldukningen					
Köpa hyacinter och leta reda på de jäkla hyacintglasen					
Köpa julblommor i tid så att de blommar till julafton					

Pynt och pyssel

	Alltid	Ofta	Ibland	Sällan	Aldrig
Kolla att sladden till adventsstjärnan funkar					
Fixa kransen på dörren					
Städa extra noggrant och fint					
Packa ner juldekorationerna igen					
Tvätta och stryka julgardiner och juldukar och göra i ordning hemmet med dessa					

Julmat

	Alltid	Ofta	Ibland	Sällan	Aldrig
Planera måltiderna för julafton, juldagen och nyår					
Kolla upp allergier och matpreferenser i släkten och anpassa mat därefter					
Inhandla all mat					
Laga olika maträtter som då passar alla					
Fördela ut sysslor kring julmaten					
Lägga in sill					
Griljera julskinkan					
Förbereda hemmagjord mat					
Plocka (fram och) undan julmaten, vilket ofta konkurrerar med Kalle eller annan aktivitet					

Julbak

	Alltid	Ofta	Ibland	Sällan	Aldrig
Kolla vad som finns i skafferiet och skriva upp/planera för alla ingredienser som ska inhandlas					
Måla/baka pepparkakor/pepparkakshus					
Baka bröd					
Ha koll på var knäckformarna och pepparkaksformarna finns					
Koka glögg					
Baka lussebullar					
Göra eget julgodis (och slå in fint för att ge bort som gåvor)					

Barn

	Alltid	Ofta	Ibland	Sällan	Aldrig
Ta initiativ till att prata om vad som ska köpas till barnen i jul, och för hur mycket pengar					
Kolla vilka kläder och vilken utrustning barnen vuxit ur för att köpa rätt storlekar på julklapparna					
Synkronisera barnens önskelistor så att släktingarna inte köper samma saker					
Planera för barnens luciafirande/julkonserter/"fill in here" och hitta passande kläder för barnen					
Ta ledigt för att kunna vara med på luciafirande/julkonsert					

Barn

	Alltid	Ofta	Ibland	Sällan	Aldrig
Ta ledigt för att kunna vara med på luciafirande/julkonsert					
Påminna partner om att eventuellt ta semester/föräldraledighet (och se till att detta görs)					
Bjuda in släkt och familj till julavslutningar					
Hjälpa barn öva in alla sånger					
Ha koll på och vara med på andra julavslutningar: skola, musikskola, kör och fotbollslag					
Kolla av ledighet för barnen (fylla i lovschema) och hur förskolan är öppen					
Köpa julklappar till förskolans, skolans och fritidspersonalen					
Anordna insamlingar julgåvor till t.ex lärare/förskolepersonal/kollegor					
Köpa blommor till den där fantastiska läraren					
Göra paketkalender					
Fixa innehåll till – och hänga upp julstrumpan					
Köpa julklappar till skol – och förskolepersonal					
Sälja kalendrar, lotter och annat från idrottsföreningar					
Julbaka tillsammans med barnen					
Julpyssla tillsammans med barnen					

Barn

	Alltid	Ofta	Ibland	Sällan	Aldrig
Sköta barnvaktsplanering					
Hjälpa barnen vända tillbaka dygnet i god tid för skolstarten igen					
Fixa den där mysiga årskalendern med foton på barnen att ge bort i julklapp till mor- och farföräldrar					
Hålla koll på vilka av barnens kompisar som är hemma och när över lovet					
Planera för ett tillräckligt fyllt men väderflexibelt aktivitetsschema					
Hjälpa gemensamma barnen göra/hitta julklapp till medföräldern (och andra)					
Ta fina julbilder på barnen					
Köpa adventskalender					
Bonusfamiljer: Syra upp var barnen ska vara och när man ska byta när det inte är vanliga rutiner					

Socialt och projektledning

	Alltid	Ofta	Ibland	Sällan	Aldrig
Att överhuvudtaget föreslå att avsätta tid för att planera julen					
Planera ledighet i mellandagarna					
Ta initiativ till att prata om hur vi ska planera ledigheten under julen					

Social projektledning

	Alltid	Ofta	Ibland	Sällan	Aldrig
Bjuda in till adventsmys, glöggmys och annat socialt i december					
Koordinera resor					
Bygga upp och upprätthålla en känsla av magi, för alla olika personligheter i familjen					
Spela julmusik, tända ljus, starta julfilmer etc - för att skapa julstämning					
Vara trevlig och social och sprida god julstämning					
Planera in ev. tomtebesök till julafton (samt om det ska ställas ut gröt eller liknande till tomten)					
Hantera barnens förväntningar på jul och samtidigt hålla magin igång (adventskalender, bak, nisse, samtal om jul etc)					
Vara den som hanterar barnens känslor/besvikelser över förväntningar och julklappar					
Hålla koll på barnets känslor bland mycket folk					
Sätta på julfilmer					
Ta hand om/parera/bemöta andra mäns agerande under julfirandet.					
Förekomma, förebygga och lösa släkt konflikter					
Se till att släktingar blir sams så att ens GÅR att fira ihop					
Ha stödsamtal för olika personers julångest					

Social projektledning

	Alltid	Ofta	Ibland	Sällan	Aldrig
Rodda i att få ihop allt. Vems familj på vilken dag, julafton?					
Ansvara för logistiken av släkt- och familjebesök					
Planera julafton så att alla familjemedlemmar som inte kan och vill träffas ändå får besök					
Hjälpa till att boka färdtjänst					
Se till att julafton och dagarna efter flyter på i behaglig takt, när och vad saker äts, när det spelas spel, mys och dricks glögg					
Fixa små fina gå-bort-presenter till folk					
Vara orolig över att det blir för lite, för mycket, för tråkigt, för miljövidrigt, för bortskämt, för orättvist fördelat, för fantasilöst etcetera; när det gäller julklappar					
Veta NÄR det är dags att julpynta, adventsfika, luciapreppa och se till att det finns en jullåda där allt kring detta finns fint nedpackat från förra året					
Se till att alla fått samma information inför jul kring planering (tex. skapa facebook/sms-grupp)					
Ta hand om den ekonomiska stressen som uppstår					
Samordna kring att far- och morföräldrar kan lägga ihop till dyrare julklappar som barnbarnet behöver					
Köpa julklappar från barnen till den andra föräldern					
Dokumentera "julögonblick" med kamera					

Social projektledning

	Alltid	Ofta	Ibland	Sällan	Aldrig
Leta upp julmarknader att gå på helgen					
Om en ska iväg på julbord - kolla datum och om allergivänligt					
Se till att bådas familjer får tid med barnbarnen					
Inte dricka på jul/nyår (täcka över missbruk)					
Köpa julklappar från mor- och farföräldrar, andra som vill men inte har möjlighet till ens barn					
Planera in nyårsplaner					
Ta hand om de riktigt gamla och logistiken					
Planera dörrgåvor					
Boka biljetter i tid					
Boka tåg/flygbiljetter till slakten					
Fixa kattvakt/växtvattnare					
Se till att ingen packning glöms bort					