



Ablaufplan Nesting Party

1. Gäste-Liste & Rollen

- **Max. 12–15 Personen**, perfekt.
- **Erfahrene Eltern** einladen – am besten je 1–2 „Teamleiter“ für Möbel-, Koch- und Bastel-Station.
- **Buddy-System**: Unerfahrene Mamas immer mit einem Veteranen zusammen einteilen, so fühlt sich jeder sicher.

2. To-do-Liste für die Gäste

Bereite für jede Aufgabe eine kleine **Aufgabenkarte** vor (inkl. kurzer Anleitung + benötigte Werkzeuge/Materialien). Beispiele:

- Sideboard ⇒ Wickeltisch umbauen (Werkzeug: Schraubenzieher, Holzleim)
- Meal-Prep fürs Wochenbett (Rezepte & Einkaufsliste bereitlegen)
- Schrank ausmisten & sortieren
- Fenster putzen & Babysicher machen (z. B. Fenstersicherung montieren)

3. Keep it flowing: Zeitplan

Damit niemand zu lange an einer Station steht, leg einen groben **Ablauf** fest:

- **15 Uhr**: Ankommen & Begrüßungsgetränk
- **15:15 Uhr**: Kurzbriefing + Einteilung

- **15:30–17:00 Uhr:** Möbel- & Deko-Station
- **17:00–18:00 Uhr:** Meal-Prep-Team kocht gemeinsam
- **18:00 Uhr:** Gemeinsames Essen & Ausklang

So weiß jeder, wann er wo gebraucht wird, und alle Phasen passen gut in einen Nachmittag.

4. Kreatives Brainstorming & Basteln

- Stell eine **Material-Ecke** auf mit Stoffresten, Wolle, Holzperlen, Farben.
- Halte ein **Mood-Board** bereit (Pinterest-Ausdrucke, Farbpaletten) als Inspiration.
- **Mini-Workshops** anbieten (“Wie häkle ich eine Wimpelkette?”, “Upcycling aus Windeln”).

5. Gemeinsames Kochen & Genießen

- Wähle 2–3 einfache Gerichte (z. B. One-Pot-Eintopf, Ofengemüse, Energy-Balls), die jeder mit wenig Aufwand unterstützen kann.
- Leg eine **Papier-Einkaufsliste** bereit – am besten nach Stationen sortiert (“Meal-Prep: Reis & Hülsenfrüchte”, “Snacks & Getränke”).
- Sorge für genügend **Getränke & Snacks** zwischendurch, damit Power-Phasen und Pause ausgeglichen sind.