



▲ Beeld rechts: Opruimcoach Lammy Wolfslag. © Getty Images / Joost Hoving

Zo ga je het beste weer terug naar 'normaal' na de vakantie

TIPS

Heerlijk, vakantie. Je bent lekker op adem gekomen, maar thuis barst het circus al gauw weer los. Hoe kom je weer terug in het normale ritme? Professioneel organizer en opruimcoach Lammy Wolfslag weet hoe.

Cathelijne Beijn

20 augustus 2023, 09:15

Na een heerlijke vakantie plof je de koffers in de gang. Wat nu?

„Het gevoel weer in de drukte te moeten stappen, kan beklemmend zijn. In je vakantiehuisje was alles lekker op orde en overzichtelijk. Niemand hoefde het bestek te zoeken, of na te denken waar de afstandsbediening lag. Thuis is dat anders, met alle spullen die we hebben en die gaan dwalen. De eerste belangrijke stap bij thuiskomst is daarom: schakel iedereen in om de auto leeg te halen. Zelfs een kind van 3 kan helpen. Zo begint meteen het opruimproces en iedereen weet: er moeten vanaf nu weer dingen gedaan worden. Daarna zet je de wasmachine aan voor de eerste berg was. Stel het niet uit, dat maakt het alleen maar lastiger.”

Net binnen

- 21 december 2025 **PREMIUM**
Kerstdiner met een kind dat weinig lust: 'De strijd aangaan is een absolute no-go'
- 9 december 2025 **PREMIUM**
Dochter Lotte (16) geeft geld uit als water, maar als haar saldo te laag is, lossen haar...
- 27 november 2025 **PREMIUM**
Heeft je kind iets naars meegemaakt? 'Ga er niet automatisch vanuit dat het wel zal...
- 23 november 2025 **PREMIUM**
Kims 9-jarige zoon is enige in de klas die nog in Sinterklaas gelooft: 'Symbool voor alles...
- 30 oktober 2025 **PREMIUM**
Blowen, drinken en brutaal? Pubercoach tip: 'Negatief gedrag betekent dat jij als ouder...

[Meer artikelen](#)

AD Webwinkel



SnowWorld Skipas

van €41,95 voor €26,95



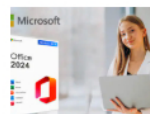
Refurbished Apple MacBook Air 13 inch

voor €299,00



Stena Line - Stedentrip Londen voor 2 pers.

van €467,00 voor €199,00



Microsoft Office 2024

van €149,00 voor €39,00



Refurbished Dell 3120 (2-in-1)

voor €199,00



Geen puber meer, toch puistjes: hoe kan dat, en hoe kom je van acne af?



Ga niet meteen als een dolle aan de slag om alles in te halen wat je in de vakantie niet hebt kunnen doen

Lammy Wolfslag, professioneel organizer

Weg vakantie-vibe...

„Juist niet. Als je alles wat gedaan moet worden uitstelt, ervaar je alleen maar stress. Hoe sneller je het thuis op orde hebt, hoe sneller je kunt genieten van de vakantiefoto's en die lekkere wijn die je uit Italië hebt meegenomen. Je kunt meer genieten van de napret. Stel jezelf daarom een deadline: alle tassen en koffers moeten binnen twee dagen leeg en opgeruimd zijn. Ook dingen als de wandelschoenen, de campingspullen, zwembandjes en boeken: berg alles zo snel mogelijk weer op.”

Hoe pak je het dagelijkse ritme weer op?

„Ga niet meteen als een dolle aan de slag om alles in te halen wat je in de vakantie niet hebt kunnen doen. Zoals fanatiek je huis helemaal schoonmaken, of op de eerste werkdag al je binnengekomen mails wegwerken. Open eerst de meest recente mails; oudere, belangrijke taken hebben je collega's vast al opgepakt. Plan de eerste paar dagen ook geen afspraken in en doe het rustig aan. Geef jezelf de tijd om op te starten en maak voor je toekomstige taken een realistische planning.”

Blijf op de hoogte

Krijg een melding bij belangrijk nieuws over Algemeen.



Hoe blijf je baas over je ontspannen vakantiegevoel?

„Zorg dat je planning realistisch en haalbaar is. Een goede planning geeft namelijk ruimte en maakt je meer flexibel. Gooi je agenda niet te vol en wees bewust van wat een planning oplevert. Het kan je tijd opleveren die je aan jezelf kunt besteden, net als in de zomer. Zoals een uurtje wandelen, of een podcast luisteren op de bank. Zet ook dit soort zaken in je agenda en houd je eraan. Zorg goed voor jezelf, net als tijdens de vakantie, en blijf daar scherp op.”

Tips van Lammy Wolfslag:

1. Doe niet niks

Vasthouden van de vakantiegevoel zit 'm niet in relaxed achterover hangen en niks doen, maar juist in het samenstellen van een vakantieboek of een avond koken met al het lekkers dat je hebt meegenomen.

2. De juiste mindset

Vakantie is vakantie en thuis is thuis. Ga weer op de 'normale' tijd eten en bereid je voor op huishoudelijke klusjes en andere verantwoordelijkheden die eraan komen.

3. Andere routines

5. Andere routines

Vaak zijn schoolroosters na de zomervakantie weer anders, of je kind gaat naar een andere school. Pas je dagelijkse routine hierop aan en geef je kinderen nieuwe taken in het huishouden.

Knuffelen met robohond Jennie helpt ouderen met dementie



Gezond

24 video's



2 liter water per dag een fabel: hoeveel heb je echt nodig?



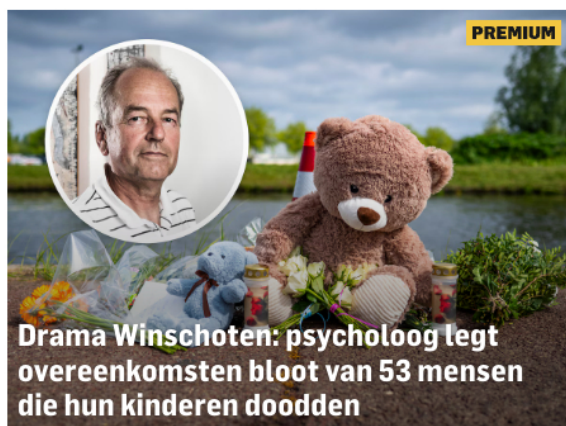
Wat is die 'supergriep' waar iedereen het over heeft?



Helpt vitamine D echt tegen een winterdip?



Lees meer



Drama Winschoten: psycholoog legt overeenkomsten bloot van 53 mensen die hun kinderen doodden



De geheimtaal van je kind op sociale media: let op deze emoji's



Het belang van



Groot

Dochter Lotte (16) geeft geld uit als water, maar als haar saldo te laag is, lossen haar ouders het op

het belang van 'gevaarlijk' kinderspel: 'Ontwikkelt eigenschappen die in het leven van pas komen'

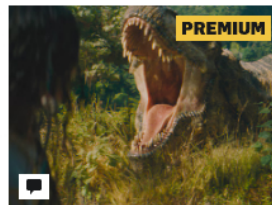
Groot wetenschappelijk onderzoek naar gestrande relaties: sociale bubbel bepaalt of liefde standhoudt



Moeder van Jeff (9) is radeloos: hij slaat alles kort en klein en jeugdhulp maakt er een puinhoop van



Kims 9-jarige zoon is enige in de klas die nog in Sinterklaas gelooft: 'Symbool voor alles wat goed was in mijn jeugd'



Dinohoogleraar over zevende Jurassic-film: 'Gewone dino's blijkbaar niet spannend genoeg'



Ben jij ook moe van het swipen? Singles snakken naar offline liefde, de nieuwe hype



Opa Ben (72) en oma Marrie (65) wonen bij hun kleinkinderen in de tuin: 'Ik hoef hier nooit meer weg'



Luc (11): 'Londen is echt leuk voor kinderen'



Van scheiden word je gelukkig en 15 andere inzichten over uit elkaar gaan





Wij zijn altijd op zoek naar het laatste nieuws.

[Tip de redactie >](#)

Algemeen

[Colofon](#)
[Auteursrecht](#)
[Abonnementsvoorwaarden](#)
[Gebruiksvoorwaarden](#)
[Privacybeleid](#)
[Toegankelijkheidsverklaring](#)
[Cookiebeleid](#)
[Vacatures](#)
[Privacy-instellingen](#)

Service

[Klantenservice](#)
[Bezorgklacht indienen](#)
[Bezorging pauzeren of tijdelijk wijzigen](#)
[Bezorgadres wijzigen](#)
[Adverteren](#)
[Losse verkoop](#)
[Zakelijk abonnement](#)

Mijn omgeving

[Mijn account](#)
[Mijn abonnement\(en\)](#)

Meer AD

[Abonnee worden](#)
[Digitale krant](#)
[Nieuwsbrieven](#)
[Webwinkel](#)
[RSS](#)

Apps



© 2026 DPG Media B.V. - alle rechten voorbehouden

Onze excuses

Helaas kunnen wij deze social post, liveblog of anders niet tonen omdat het één of meerdere social media-elementen bevat. Aanvaard de social media-cookies om deze inhoud alsnog te tonen.

