



Børnenes legetøj og tøj hos familien Mørch er sorteret og markeret med labels, så det er let at rydde op, også for dem, der ikke kan læse.

# Effektiv derhjemme med Lean

Labels, magneter og regneark. Det kræver planer, struktur og overblik at koordinere to karrierejobs med livet som mor og far til to. Stine Mørch har arbejdet professionelt med effektiviseringsværktøjet Lean i mange år. Nu har hun og hendes mand indført Lean derhjemme med stor succes.

Af Signe Eriksen Tonsberg Foto: Liselotte Sabroe

»Mørchs Ugeplan« står der over det sort- og hvidternede skema i Stine og Henrik Mørchs køkken i Rungsted. A4-arket er familiens praktiske puls. Små diskrete streger afslører, hvem der denne onsdag står for at aflevere og hente familiens to børn i vuggestue og børnehave og lave aftensmaden – lyssej og pasta, står der på menuen nederst på arket. På planen kan man også se, hvem der skal dyrke sport på hvilke ugedage, løbetider, computerfri aftener, frisørtider og lægebesøg. For i familien Mørch er struktur, systemer og skemaer en lige så integreret del af husholdningen som havregryn og mælk.

»Vi arbejder begge to med at indføre forbedringssystemer på vores arbejdspladser, så på en måde tager vi bare vores egen medicin derhjemme,« fortæller Stine Mørch med et grin. Hun er manager i Novo Nordisk og hendes mand Henrik er logistikdirektør i transportvirksomheden DSV. De er begge cand. merc.ere med speciale i Supply Chain Management.

Familien – der udover Stine og Henrik tæller Frederik på fem, Caroline på to og til marts endnu en lillesøster eller lillebror – udfylder ugeplanen en gang om ugen. Formålet med al planlægningen handler helt grundlæggende om at skabe trykthed.

»I vores familie får vi energi og trykthed af at styre de ting, vi kan styre. Før kunne vi stå i situationer, som sikkert er kendt i de fleste småbørnsfamilier; at der pludselig manglede rugbrød til madpakken, bleer eller rene sokker, lige inden vi skulle ud ad døren om morgenen. Jeg synes tit, de ting opstod, når der var mindst muligt overskud. Det er lige præcis derfor, vi har indført systemerne, fordi de giver os trykthed. Andre familier, der har mere overskud i hverdagen, kan sikkert leve fint uden,« siger Stine Mørch.

De faste systemer gør, at familien kan bruge den sparsomme tid i hverdagene på noget andet end praktik og planlægning.

»Herhjemme svælger vi ikke i nybagte boller om eftermid-

dagen. Vi har en megahektisk hverdag, børnene bliver hentet ret sent, fordi vi begge to har meget arbejde og er glade for vores jobs. Vores systemer gør, at der ikke er for mange bump på vejen. Og at vi har tid til at være sammen med børnene og skal bruge færre ressourcer på praktiske ting, når vi kommer hjem,« forklarer hun.

**STINE MØRCH HAR** arbejdet professionelt med Lean i syv år, hvor hun har brugt metoden til at effektivisere og forenkle processer i Novo Nordisk.

»Essensen i Lean er jo at gøre tingene smartere. Det handler om at fjerne spild. Egentlig er det sund fornuft at gøre tingene på den nemmeste måde,« fortæller Stine Mørch, der faktisk ikke kan lade være med at tænke i Lean-baner.

Ugeplanen er det klareste udtryk for Lean hos familien Mørch. Flere af punkterne i ugeplanen ligger fuldstændigt fast i en cyklisk plan – for eksempel hvem der afleverer og henter børnene. Med mindre der dukker uforudsete møder op, ligger det helt fast, at Stine Mørch afleverer mandag og onsdag og henter tirsdag, torsdag og fredag og ægtemanden afleverer, og henter de resterende morgener og eftermiddage. Sådan er planen året rundt, og den er indført i den elektroniske kalender både hos Novo Nordisk og hos DSV. Der er derfor aldrig nogle panik-agtige scener om morgenen, om hvem der henter, afleverer eller køber ind.

»Det eneste, vi skal planlægge, er, når der er afvigelse. Ellers ruller det bare, og der sker ikke misforståelser. Det er vigtigt for os ikke hele tiden at skulle fin-planlægge alle de her praktiske ting. Det handler ikke om, at vi ikke skal tale sammen, men derimod om, at vi kan bruge tiden på at tale sammen om noget interessant,« forklarer Stine Mørch.

En tur rundt i villaen afslører struktur, systemer og effektivitet. I køkkenskabene er der små labels på kurve og bokse, så man kan navigere hurtigt rundt i pasta, ris og krydderier. I kontoret står ringbindene sirligt linet op med mærkater på ryggen. I soveværelset er der fem forskellige kurve til fem for-

skellige slags vasketøj, så familien kan sortere vasketøjet allerede, når de lægger tøjet til vask. På børneværelset er billedet det samme: Der er tegnede skilte på legetøjskasserne og små klistermærker på hylderne med tøj – »langærmede bodystockings« og »buksestrømper«. Og i kælderen er fryseren et kapitel for sig selv. Ved siden af det to meter høje monstrum hænger en tavle med magneter på. Her kan man – uden at åbne fryseren – se, hvad der ligger i de forskellige skuffer ned i mindste detalje. »Grønne bønner« ligger side om side med »ærter« – både i selve fryseren og på magnetavlen. På den måde har man altid det fulde overblik over fryseren. Når man tager en pose, fjerner man også en magnet.

»Lige præcis tavlen ved fryseren havde vi meget sjov ud af at lave. Vi er nok begge to lidt miljøskadede, for vi kan godt lide processen med at udvikle sådan et system, og det bedste er, at der stadig i dag – flere år efter vi lavede systemet – er fuldstændig overensstemmelse mellem tavle og fryserindhold,« siger Stine Mørch.

»Min holdning – både professionelt og privat – er, at jo flere ting, man kan systematisere og lave planer for, jo bedre. For på den måde er der meget mere overskud og energi til at bruge på de interessante – og de uforudsete ting. Så kan du fokusere på dem frem for at bruge krudtet på at håndtere alle standardopgaverne,« siger hun.

Forsommeren er et godt eksempel. Her blev familiens kælder oversvømmet, et af børnene var på hospitalet og fryseren brød sammen. Samtidig.

»Dér kørte det på pumperne, og hvis vi ikke havde haft denne her velsmurte praktiske maskine og vores rutiner og sikkerhedsnet at falde tilbage på, så var vi gået op i limningen. Vores praktiske sikkerhedsnet gjorde, at vi kunne få hverdagen til at fungere, selv om der var ting, vi var nødt til at håndtere oveni,« fortæller Stine Mørch.

lordag@berlingske.dk



Magnettavlen i familien Mørchs kælder viser, hvad fryseren indeholder.

## Få 5 ½ time ekstra om ugen

Effektiviseringsværktøjet Lean kan også bruges derhjemme, og hvis man indarbejder det i familiens hverdag, kan man spare fem en halv time om ugen og få mere tid til det sjove, siger Lean-konsulent Mikkel Smith.

Af Signe Tonsberg Eriksen Foto: Liselotte Sabroe

De fleste har allerede lagt Lean ind i skuffer og skabe derhjemme – uden at tænke over det. Gaffler, knive og skeer er sorteret i køkkenskufferne, og t-shirts og underbukser ligger i hver sin bunke i skabene. Dybest set er det nemlig det, Lean handler om: At minimere spild og spildtid, forklarer Lean-konsulent Mikkel Smith.

Gennem de sidste ti år har både private og offentlige virksomheder på stribe indført Lean. Direkte oversat betyder Lean »trimmet«. Hovedideen med Lean er da også at optimere og lave systemer, struktur og orden for at spare tid – og penge.

Mikkel Smith har i flere år arbejdet professionelt med Lean hos blandt andet Danfoss og i konsulentfirmaet Flexkom. Det var her, han fik ideen til at bringe Lean ind i privaten og stiftede virksomheden Familien Plus, som rådgiver familier i at optimere hverdagen. Ifølge Mikkel Smith er der én grundlæggende forskel på Lean på arbejdspladsen og derhjemme.

»På arbejdspladsen handler Lean om at blive mere produktiv og tjene flere penge. Derhjemme handler det om gøre tingene smartere, så vi får mere tid til det, der er sjovt,« forklarer Mikkel Smith, der på sin hjemmeside har et program, hvor familier kan beregne deres spildtid.

Hans erfaring er, at mange familier kan spare over fem timer om ugen, hvis de indretter de praktiske ting smartere. Den største tidsluger er daglige indkøb. Folk køber i gennemsnit ind fire gange om ugen – primært fordi de planlægger mad fra dag til dag. Mikkel Smith anbefaler, at man i stedet køber stort ind en eller to gange om ugen.

Tidsluger nummer to er vasketøj. Hvis man sorterer tøj i kurve med det samme i stedet for at samle alt det beskidte tøj i en kæmpe bunke, får man overblik og mange ugentlige sparede minutter.

»Det handler om at vælge. Vil du have meget spildtid?

Eller vil du systematisere og få ekstra tid til at være sammen med vennerne, eller til at din søn kan gå til fodbold en ekstra gang om ugen?« spørger Mikkel Smith.

Men bliver det hele ikke lidt firkantet og robotagtigt med alle de systemer?

»Jeg er på ingen måde religiøs med Lean, og hvis folk gerne vil købe ind og vaske hver dag, så skal de da endelig bare fortsætte med det. Jeg synes bare, at det er værd at give en tanke, at her virkelig nogle timer at spare. Især når vi nu brokker os over stress og for lidt ferie og fritid,« siger Mikkel Smith.

lordag@berlingske.dk

www.familienplus.dk  
Læs mere om Lean i familien

### HVAD ER LEAN?

- Lean betyder trimmet eller »uden overflødig fedt«. Det handler hverken om veltrimmede mavemuskler eller om oksebøffer, men om effektiv daglig drift og produktion.
- Ideen om Lean opstod på de japanske Toyota-fabrikker i 1950'erne. Dengang hed det Toyota Production System.
- I 1996 blev ideen for første gang introduceret under begrebet Lean.
- Essensen af Lean er at minimere spild. Det handler om at lave struktur og orden, give ting faste pladser, have mindre lagre og dermed spare tid – og penge.

### LEAN SELV DERHJEMME ...

- Sortér vasketøjet, allerede når du tager det af. Hav én vasketøjskurv pr. vasketype
  - Køb ind til en hel uge ad gangen
  - Lav struktur i skabe, fryser og køleskab
  - Ordne papirer i mapper
  - Lav helt faste planer for hverdagen.
- En ugeplan kan for eksempel indeholde oplysninger om, hvem der afleverer og henter børn, hvad I skal have til aftensmad og hvem der laver maden, sport, frisør eller andre aftaler
- Kilde: Familien Mørch og [www.familienplus.dk](http://www.familienplus.dk)

**“EN FANTASTISK OPLEVELSE.**  
Sjov og dejlig film.”  
Iben Albinus Sabroe, Berlingske Tidende

**“EN STOR NYDELSE FRA ENDE TIL ANDEN.**  
Filmkunst når det er allerbedst.”  
Charlotte Sachs Bostrup, DR2 Premiere

**“EN SKØN OG SENTIMENTAL KOMEDIE.**  
Drama og farce forenes af musikkens magt.”  
Søren Vinterberg, Politiken

# Koncerten

En film af RADU MIHAILEANU

**GRAND TEATRET • DAGMAR • KINOPALÆET, LYNGBY**  
Øst for Paradis, Århus • Café Biografen, Odense • Metropol, Ålborg

CAMERA FILM [www.camerafilm.dk](http://www.camerafilm.dk)