

SCHLUSS MIT CHAOS



So räumst du in deinem Leben auf!

Wer kennt es nicht? Du kommst nach einem langen Arbeitstag nach Hause und willst dir einfach was zu essen kochen. Oder dich nach der Spätschicht nur noch ins Bett fallen lassen. Doch dann das ... In der Küche steht noch der Abwasch von letzter Woche, und in deinem Zimmer liegt die Hälfte deines Kleiderschranks wild verteilt.

Zeit auszumisten

Nimm dir am Wochenende ein paar Stunden und mache einen Plan. Behalte nur das, was du wirklich brauchst, und sortiere den Rest aus. Dafür beantwortest du dir selbst folgende Fragen:

- Habe ich dieses Teil in den letzten 6 Monaten genutzt?
- Werde ich es in Zukunft noch mal nutzen?
- Habe ich mehr als genug davon?
- Ist der Gegenstand kaputt und dadurch nutzlos?

Falls du die ersten beiden Fragen mit „Nein“ und die letzten beiden mit „Ja“ beantwortest, weißt du, dass du diesen Gegenstand nicht mehr brauchst.



Damit du nicht völlig unsystematisch vorgehst, arbeite dich von Zimmer zu Zimmer vor.





Schlafzimmer first:

Sortiere die Kleidungsstücke aus, die du in den letzten 6 Monaten nicht getragen hast und auch in Zukunft nicht mehr anziehen wirst. Sammle diese auf einem Haufen. Die funktionsfähigen Kleidungsstücke versuchst du auf dem Flohmarkt oder online zu verkaufen. Oder mach eine Kleidertauschparty. Ansonsten kannst du alte Kleidungsstücke immer bei der Kleiderspende abgeben, dann werden sie ggf. weitergegeben oder zu Dämmmaterial recycelt. So tust du nicht nur dir etwas Gutes.



Ran an den Papierkram:

Über die Monate sammelt sich schnell jede Menge Papier auf dem Schreibtisch an – da lohnt es sich mal, aufzuräumen und auszumisten. Hefte Schulunterlagen oder andere wichtige Dokumente von der Krankenkasse, Bank oder Rechnungen ordentlich ab. Alte Briefe und Schmierzettel schmeißt du einfach in den Müll, so platzen deine Ordner nicht aus allen Nähten. Außerdem suchst du nicht lange, wenn du die Unterlagen mal brauchst, und sparst dir eine Menge Zeit und Stress. Kleiner Tipp: Briefe vom Finanzamt und Rechnungen immer länger aufbewahren, als du denkst. Des Weiteren helfen dir Registerkarten beim Sortieren.

Aufräumen lohnt sich:

Durch das Ausmisten hast du nicht nur mehr Platz in deinen Schränken, sondern es führt auch dazu, dass du dich unbeschwerter und freier fühlst. Zudem sparst du ordentlich Zeit und Geld und kannst mit ein wenig Glück sogar etwas dazuerdienen. Um deine neu gewonnene Ordnung beizubehalten, achte darauf, dass du von nun an gezielter einkaufen gehst, und stell dir jedes Mal die Frage: „Brauche ich das wirklich?“ Let's go.



Ab in die Küche:

Beschichtung ab, Angebranntes geht nicht mehr ab: Sortiere alte Pfannen, Töpfe und weitere Küchenutensilien aus, die du nicht mehr nutzt. Dadurch steht deine Küche automatisch nicht mehr so voll und du hast mehr Platz zum Kochen. Außerdem geht der Abwasch dann auch um einiges schneller! Wenn du schon mal in der Küche bist, vergiss den Kühlschrank nicht. So entdeckst du womöglich noch ein paar Lebensmittel, die sonst schlecht geworden wären, und kannst diese für deine nächste Mahlzeit verwenden.



Und zu guter Letzt – widme dich deinem Handy:

Denn auch das hat es mal nötig, entrümpelt zu werden. Lösche Apps, die du nicht mehr nutzt, und entfolge Personen auf Social-Media-Kanälen, welche dich schon lange nicht mehr interessieren oder dich womöglich sogar nerven. So verbringst du automatisch weniger Zeit am Handy.

Platz für deine Notizen:
