



RAUM ZUM LEBEN
HOME ORGANIZING



Soforthilfe-Strategien:

15 Starttipps für Dein ideales Zuhause, so dass Dein Daheim tatsächlich organisierter wird.

Tipp 1: Lege tägliche Routinen für Dich ein, um ordentliche Langzeitergebnisse hervorzubringen

- Morgens 10 Minuten früher aufstehen als gewohnt. So startest Du besser und entspannter in den Tag.
- Plane den folgenden Tag am Abend vorher und lege die Sachen und die Kleidung bereit, die Du dafür benötigst.
- Räume Gegenstände zeitnah auf und lasse sie nicht bis zum Abend herumliegen.
- Lüfte Deine Wohnräume jeden Morgen, Mittag (wenn möglich) und jeden Abend.
- Sei lieber 5 Minuten zu früh als 15 Minuten zu spät dran. Dies reduziert Stress und Du fühlst Dich gleich organisierter.

Tipp 2: Jeder Gegenstand hat einen festen Platz

- Lege Gegenstände nach jedem Gebrauch wieder zurück, wo sie hingehören.
- Falls Dinge noch keinen festen Platz haben, definiere sie. Gleiches zu Gleichem bewährt sich in der Regel. So verlierst Du keine Zeit mit Suchen.

Tipp 3: Zwei Minuten-Regel

- Alle Aufgaben, die weniger als zwei Minuten benötigen, sollten sofort erledigt werden (Geschirr in den Spüler versorgen, Sofa-Decke zusammenlegen, Jacke aufhängen, Schuhe ordentlich in den Schuhkasten tun, Tasche versorgen).
- Nach Verwendung von Sachen diese zurücklegen und nicht herum liegen lassen.

Tipp 4: Halte die Oberflächen freigeräumt

- Schauge, dass Du möglichst keine Gegenstände auf Zwischenablagen legst.
- Du kannst Aufbewahrungssysteme in Deine Schränke oder Schubladen einsetzen, wenn Du gewisse Sachen ordnen und zwischenzeitlich behalten möchtest.
- Optisch macht es einen enormen Unterschied, wenn der Plunder aufgeräumt ist.

Tipp 5: Halte die Küche sauber

- Mache es Dir zur Gewohnheit, direkt nach dem Essen die Küche aufzuräumen.
- Einfacher halber soll nicht zu viel offen herumstehen, sondern besser ist es, Küchenutensilien von Anfang an in Schubladen zu legen oder in Schränke zu stellen. So geht das Putzen der Arbeitsflächen und dem Esstisch auch gleich viel einfacher.

Tipp 6: Lüfte Dein Schlafzimmer morgens und abends

- Öffne jeden Morgen nach dem Aufstehen die Fenster und lüfte das Schlafzimmer mindestens 5 Minuten lang.
- Schlage Deine Bettdecke nach dem Aufstehen zurück, schüttele Deine Kissen aus und mache danach das Bett. So hast Du jeden Tag ein frisches Schlafzimmer.

Tipp 7: Kleidung versorgen

- Kleidung, welche gewaschen werden soll, legst Du gleich in den Wäschekorb.
- Lasse Kleidung nicht herumliegen, sondern lege sie auf den vorgesehenen Platz oder hänge sie in den Kleiderschrank zurück.
- Wäsche die fertig ist, am besten zeitnah zusammenlegen, bügeln und versorgen. So verteilt sich die Arbeit und gibt weniger zu tun als erst am Ende der Woche alles auf einmal erledigen zu wollen.

Tipp 8: Plane am Vorabend

- Wenn Du für den Folgetag den Ablauf planst wie beispielsweise Deine Kleidung rauslegst, sparst Du am nächsten Morgen Zeit und Nerven und das Programm ist um einiges entspannter.
- Auch können wir für Kinder die Utensilien packen, die für den nächsten Tag gebraucht werden. Zudem kann der Frühstückstisch bereits gedeckt werden.

Tipp 9: Mehr Ordnung im Kinderzimmer

- Hier kann die goldene Regel «1 in / 1 out» befolgt werden.
- Das heisst für jedes neue Spielzeug welches dazukommt, darf das Kind ein Gebrauchtetes auswählen, welches gespendet, verkauft oder verschenkt wird.
- Im Herbst und im Frühjahr alle Kinderkleider durchschauen. Kleidung, welches zu klein oder kaputt ist, kannst Du verkaufen oder entsorgen.

Tipp 10: System für Deine Papiere

- Leere Deinen Briefkasten täglich und entsorge zeitnah die Papiere (Reklamen, Prospekte etc.), welche Du nicht behalten willst, in die Altpapierablage.
- Bei Bildern und Basteleien von Kindern wöchentlich abwägen, was behalten wird und was nicht. Somit staut sich nicht alles auf dem Esszimmertisch.
- Wichtige Dokumente (Rechnungen, Briefe etc.) wenn möglich sofort in einer dafür vorgesehenen Schublade legen und wöchentlich bearbeiten.

Tipp 11: Nutze kurze Wartezeiten für Deine Ordnung

- Nutze kurze Wartezeiten effizient, um kleine Aufgaben zu erledigen. So können verwelkte Blumensträuße entsorgt werden, Altpapier gebündelt oder die Papierkörbe geleert werden.

Tipp 12: 10 Minuten-Regel

- Nimm Dir jeden Tag (am besten abends) 10 Minuten Zeit um die tagsüber entstandene Kurz-Unordnung zu beseitigen. So sehen Deine Wohnräume im Nu aufs Neue aufgeräumt aus.

Tipp 13: Einkaufsverhalten: «1 in / 1 out»-Regel

- Dies ist der Schlüssel zum ordentlich bleiben und eines der wichtigsten Grundsätze!
- Die Regel ist ganz simpel: Wenn Du etwas Neues kaufst, muss dafür etwas Altes aussortiert und entsorgt werden. Was das ist, entscheidest Du.
- Überlege Dir vor jedem Kauf, ob Du es tatsächlich brauchst. Gehe am besten mit einem Einkaufszettel shoppen. Lass Dich nicht von Sonderangeboten verführen.

Tipp 14: Überprüfe regelmäßig Deine Organisations- und Ordnungsgewohnheiten

- Überprüfe Deine Ordnungsgewohnheiten alle drei Monate zu Saisonbeginn; also im Frühjahr, Sommer, Herbst und Winter.
- Haltest Du Deine täglichen Routine-Regeln ein? Wenn nicht, finde heraus, wie Du diese verbessern und etablieren kannst.

Tipp 15: Mache Ordnung und eine strukturierte Organisationsweise zu Deinem neuen Lifestyle

- Verabschiede Dich von Sachen, die Du nicht mehr brauchst. Less is more.
- Lass Lücken zu in Deinem Terminkalender, um zusätzliche freie Zeit für Dich zu haben.
- Verändere Dein Mindsetting und verinnerliche, dass weniger Besitz mehr Freiraum bedeutet.

Ich glaube, dass der erste Schritt zur Verbesserung Deines Lebens es ist, **frei von Unordnung und Ballast** zu sein. Wenn Du Dein Leben vereinfachst und gut organisierst, werden grossartige Dinge passieren!

Ich wünsche Dir nun viel Spass und vor allem viel Erfolg mit der Umsetzung der Soforthilfe-Strategien.

Wenn Du Dir **weitere Unterstützung** von mir wünschst, dann schaue Dir meine **Home Organizing Angebote** auf meiner Webseite an. Ich freue mich auf Deinen Anruf. Gemeinsam kommen wir schneller zum Ziel.

Deine Claire