

Handleiding om zelf meer ruimte in je huis, - hoofd en je leven te creëren!

Stappenplan naar meer ruimte in huis:

1. Bepaal welke plekken in huis de aandacht trekken op een negatieve manier.
2. Start bij voorkeur met een plek waar je veel aanwezig bent.
3. Bepaal wat je met deze plek wilt, en zie al voor ogen hoe deze plek eruit gaat zien als alles opgeruimd en geordend is. Houd dus constant het eindresultaat voor ogen.
4. Plan tijd voor deze klus in. Maar start altijd met 20 of 30 min opruimen, zet een timer. (Neem daarna echt even een pauze en kijk wat je allemaal al gedaan hebt!)
5. Zorg voor vier dozen of kratjes waar je een vel papier bij ligt met de tekst: **weggoien, verkopen of weggeven, andere ruimte en deze ruimte.** Sorteert alle spullen in de verschillende dozen.
6. Maak een planning (indeling) voor de spullen uit de doos **deze ruimte** die weer terugkomen in deze ruimte.
7. Koop nooit vooraf nieuwe opbergkasten, - bakjes enz. Na het opruimen zul je zien dat er ruimte in ontstaan en je wellicht je eigen bakjes en kasten kunt gebruiken.
8. Voer de spullen direct af, of in ieder geval zet ze klaar om weg te brengen naar de kringloop of het afvalbrenghstation.
9. Geniet bewust van het gevoel dat er is ontstaan na deze opruimklus.
10. Beloon jezelf! Een lekkere kop koffie, thee of iets anders. (koop geen nieuwe cadeautjes voor jezelf!)

Vind je het lastig om te starten? Zie je door de bomen het bos niet meer?  
Of vind je samen opruimen toch leuker?  
Neem contact met mij op via het formulier op: [www.ikzorgvoorruijnte.nl](http://www.ikzorgvoorruijnte.nl)  
Ik zorg tenslotte voor ruimte!

Veel succes!