



TINA FAVACHE

# AUFRÄUMEN MIT SYSTEM

SCHRITT FÜR SCHRITT ORDNUNG  
IM HAUSHALT SCHAFFEN

© des Titels »Aufräumen mit System« (978-3-86882-990-7)  
2019 by mvg Verlag, ein Imprint der Münchner Verlagsgruppe GmbH  
Nähere Informationen unter: <http://www.m-vg.de>

## »Warst du schon immer so?«

Ich muss zugeben, dass ich recht verduzt war, als ich das zum ersten Mal gefragt wurde. Ich wusste damals nicht genau, was ich antworten sollte. Mittlerweile, nachdem ich diese Frage noch ungefähr 995 weitere Male gehört habe, fange ich dabei jedes Mal unwillkürlich an zu lachen und gebe meine inzwischen übliche Antwort: »Nein!«

Als Kind war ich ein absoluter Schludrian. Aufräumen hatte für mich damals wirklich unterste Priorität. Trotzdem war ich schon immer irgendwie perfektionistisch veranlagt und ein echtes Organisationstalent. Das zeigte sich vor allem in meinen Teenagerjahren, da organisierte ich schon alles Mögliche.

In meinem ersten Job stellte sich schnell heraus, dass meine Kreativität und Genauigkeit gegenüber meiner früheren Unordentlichkeit endgültig die Oberhand gewannen. Im Laufe meiner Karriere wurde noch deutlicher, worauf mein Fokus gerichtet war: Dinge optimal zu organisieren, Menschen den richtigen Weg zu zeigen und sie verlässlich anzuleiten, Prozesse zu verbessern und zu optimieren, für Ordnung zu sorgen ... Und dann war es so weit: Ich entschied, selbst die Fäden in die Hand zu nehmen, die nötigen Schulungen zu besuchen und als Aufräumcoach mein eigenes Unternehmen zu gründen: Quali-time war geboren – und ich fühlte mich wie neugeboren!

Jeden Tag konnte ich Menschen Tipps geben, sie mit meinen Ideen inspirieren und auch die Ärmel hochkrempeln und anpacken, um ihr Zuhause zu einem aufgeräumten und gemütlichen Heim zu machen. Aber bald wurde mir klar, dass ich so nie alle Menschen erreichen konnte – das war weder physisch noch finanziell machbar.

An einem Herbstabend kam mir die Idee, eine Facebook-Gruppe zu erstellen. Ich fasste meine Tipps und Strategien zu monatlichen Aufräumaufgaben zusammen und stellte sie allen Gruppenmitgliedern kostenlos zur Verfügung. Der Erfolg war unerwartet groß: Nach nur wenigen Monaten hatten Tausende Menschen ihre Ordnungsliebe (wieder)gefunden, es wurden Fotos von regelrechten Aufräumschlachten gepostet. Aber ich wollte nicht nur Facebook-Nutzern das Aufräumen erleichtern ...

Das Buch, das du jetzt in den Händen hältst, ist das Sahnehäubchen meiner Aufräummission. Ich hoffe, hiermit alle zu erreichen, die in ihrem Zuhause gerne mehr Ordnung schaffen möchten, aber schlicht nicht wissen, wo und wie sie das anfangen sollen. Wenn auch du dich angesprochen fühlst, nimm einfach die Herausforderung an und mach dein Haus oder deine Wohnung zu einem aufgeräumten Wohlfühlort!

**Ich freue mich bei jedem deiner Fortschritte mit dir!**



### Was ist deine Motivation?

Meist hat man einen bestimmten Grund, sich einer Herausforderung wie dem gründlichen Aufräumen zu stellen. Ein Ärgernis, eine spitze Bemerkung, ein Umzug, eine bevorstehende Party ...



Meine eigene Motivation ist:

Ich habe nicht mehr genug Platz für  
alle meine Sachen!

Deine Motivation schreibst du auf die Kapitelseite.

### Schreib auf, womit du dich belohnen wirst, wenn du eine Aufräumaufgabe gemeistert hast.

Die Belohnung kann etwas nur für dich sein oder etwas für die ganze Familie, zum Beispiel ein Ausflug. Hauptsache, die Belohnung motiviert dich noch mal zusätzlich!



Schreib auf, womit du dich belohnen wirst, wenn du diese Aufräumaufgabe gemeistert hast.

Mit einem Ausflug ans Meer und  
einem Muschelessen!



Deine Belohnung schreibst du auf die erste Seite jedes Kapitels.

### Monatsplaner

Zu jedem Kapitel gibt es einen Monatsplaner. Das Datum kommt in den kleinen Kreis, und auf die gestrichelte Linie schreibst du, welche Kategorie(n) der Aufräumaufgaben du dir an diesem Tag vornimmst. Nutze hierzu die Kategorienübersicht am Beginn jedes Kapitels. Je nachdem, wie viel Zeit du hast, kannst du dich jeden Tag nur einer Kategorie widmen oder gleich mehrere abarbeiten. Hak täglich ab, was du erledigt hast. So könnte ein ausgefüllter Monatsplaner beispielsweise aussehen:

**MONAT** → JULI (2018)

MO	DI	MI	DO	FR	SA	SO
10. <input checked="" type="checkbox"/> Küche Tassen	11. <input checked="" type="checkbox"/> Küche Gläser	12. <input type="checkbox"/> Küche Besteck	13. <input type="checkbox"/> Küche Glas- geschirr	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17. <input type="checkbox"/> Küche Teller	18. <input type="checkbox"/> Küche Schüsseln	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	23. <input type="checkbox"/> Küche Schneide- bretter
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Hierhin schreibst du das Datum.

Erledigtes abhaken!  
Hierhin schreibst du, was du aufräumen wirst.

## Vorbereitung

Nutz für das Sortieren praktische Sammelbehältnisse: einen Plastiksack, einen großen Karton, eine Kunststoffbox ... Halte dich beim Entsorgen deiner aussortierten Gegenstände an die Regeln, die in deiner Stadt oder in deinem Dorf für die Müllabholung und auf dem Wertstoffhof gelten.

	BEHALTEN
	WEGWERFEN
	VERSCHENKEN/ VERKAUFEN

## Plan

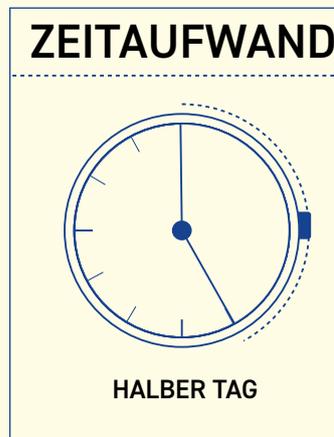
Hier fasse ich zusammen, was die jeweilige Aufräum- aufgabe genau ausmacht.

### • Wie fängst du an?

Damit du besser planen kannst, ist in jedem Kapitel der ungefähre Zeitaufwand für das Aufräumen angegeben.

### • Kategorienübersicht

Zu jeder Aufräumaufgabe gibt es eine Übersicht über die Kategorien von Gegenständen, die du wahrscheinlich im Haus hast. Du entscheidest selbst, welche Kategorie(n) du dir wann vornimmst, und vergisst so ganz sicher nichts. Hier hakst du außerdem die Kategorien ab, die du schon aufgeräumt hast.



	SIRUPE	<input checked="" type="checkbox"/>		PFLASTER	<input type="checkbox"/>
	SPRAYS	<input checked="" type="checkbox"/>		INHALIERGERÄTE	<input checked="" type="checkbox"/>
	THERMOMETER	<input checked="" type="checkbox"/>		BLUTDRUCKMESSGERÄT	<input checked="" type="checkbox"/>
	TABLETTEN	<input checked="" type="checkbox"/>		STERILE HANDSCHUHE	<input type="checkbox"/>
	SALBEN	<input type="checkbox"/>		VITAMINE	<input type="checkbox"/>
	DESINFIZIATIONSMITTEL	<input type="checkbox"/>		HOMÖOPATHISCHE MITTEL	<input type="checkbox"/>

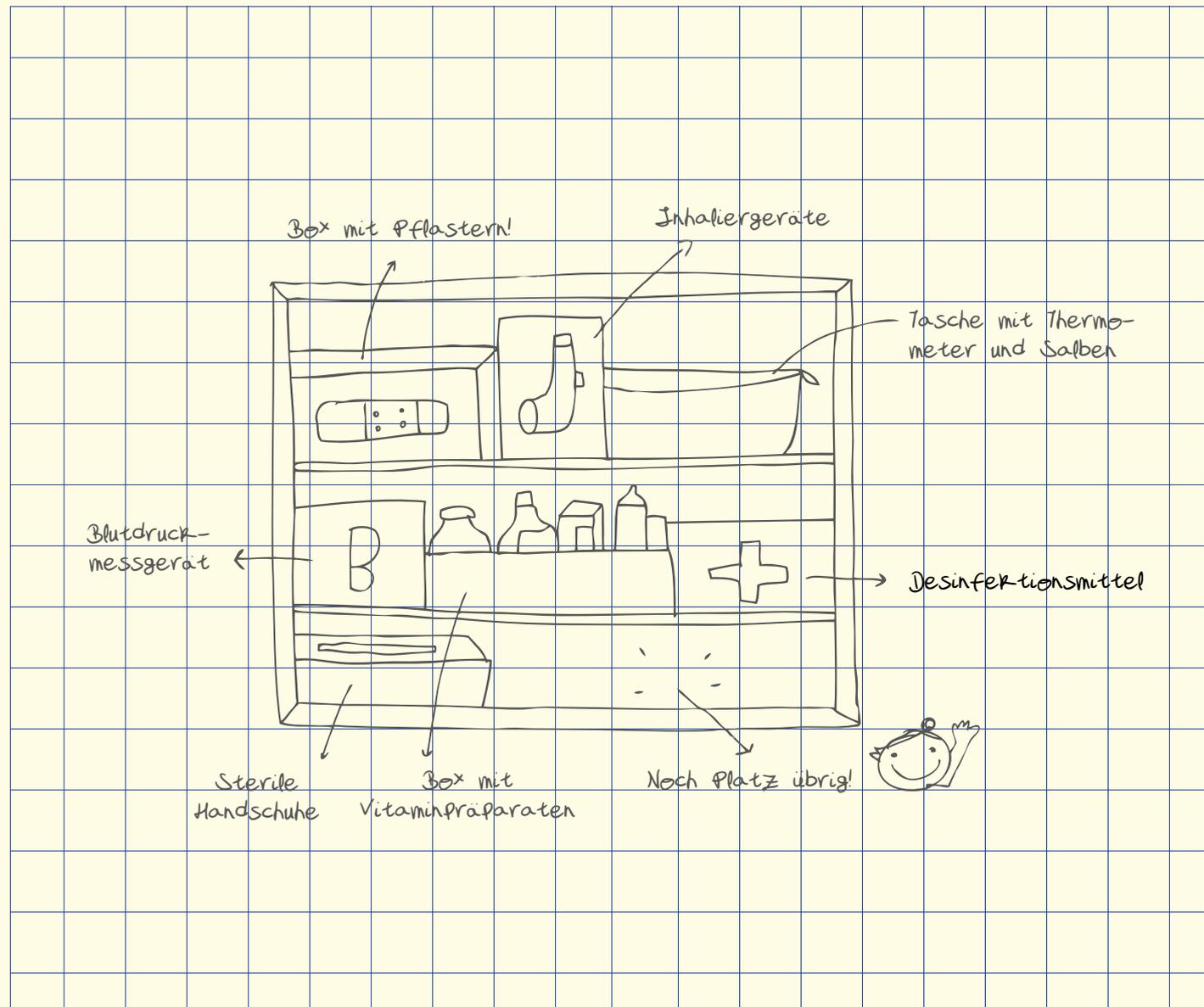
Erledigtes  
abhaken!

## Schritt für Schritt

Dann folgt die Schritt-für-Schritt-Anleitung. Hier findest du auch immer nützliche Aufräumtipps.

Bevor du deinen Sachen nach dem Aufräumen einen (neuen) Platz gibst, kannst du aufzeichnen, wie du sie anordnen willst. Am Ende jedes Kapitels kannst du deine eigenen Anmerkungen und Ideen aufschreiben.

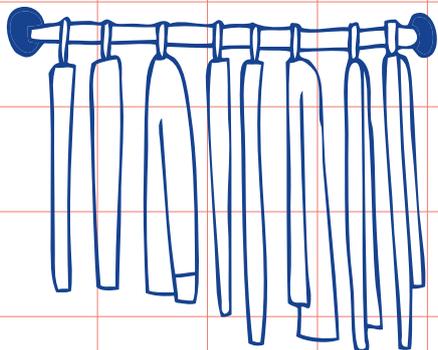
**Natürlich ist jede Aufräumaufgabe anders, aber mit diesem Grundgerüst kann nichts mehr schiefgehen. Viel Erfolg!**



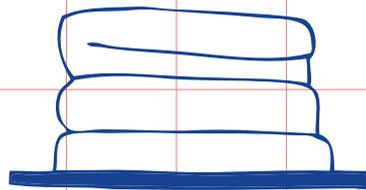






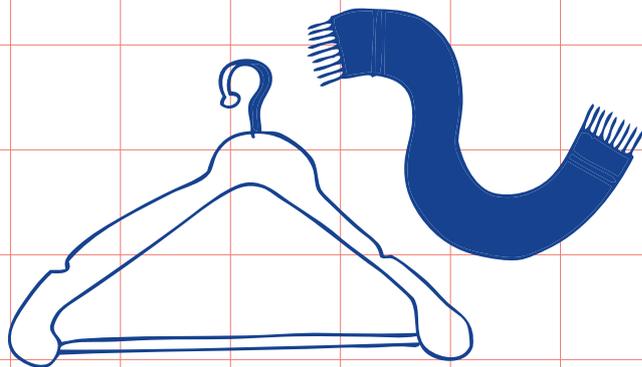


**AUFRÄUMEN!**



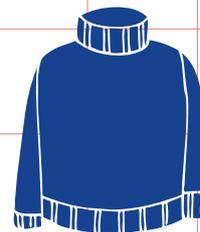
**TEIL 1**

# KLEIDUNG



**MEINE MOTIVATION:**

.....  
.....  
.....





Schreib auf, womit du dich belohnen wirst, wenn du diese Aufräumaufgabe gemeistert hast.

.....

.....

.....

.....

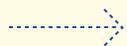
.....

.....

.....

.....

Füll den Monatsplaner aus, damit du dich gut vorbereitet und strukturiert an die Arbeit machen kannst. Er ist dein Leitfaden bei dieser Aufräumaufgabe. Und vergiss später nicht, alles Erledigte abzuhaken!



© des Titels »Aufräumen mit System« (978-3-86882-990-7)  
 2019 by mvg Verlag, ein Imprint der Münchner Verlagsgruppe GmbH  
 Nähere Informationen unter: <http://www.m-vg.de>

# MONAT



MO	DI	MI	DO	FR	SA	SO
.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....

← Einen ausgefüllten Beispielplaner findest du auf Seite 9.

# VORBEREITUNG

Bevor du beginnst, leg alles bereit, was du brauchst, um deine Kleidung in drei Gruppen zu sortieren:

 BEHALTEN	 WEGWERFEN	 VERSCHENKEN/ VERKAUFEN
 ----- ----- -----	 ----- ----- -----	 ----- ----- -----

# PLAN

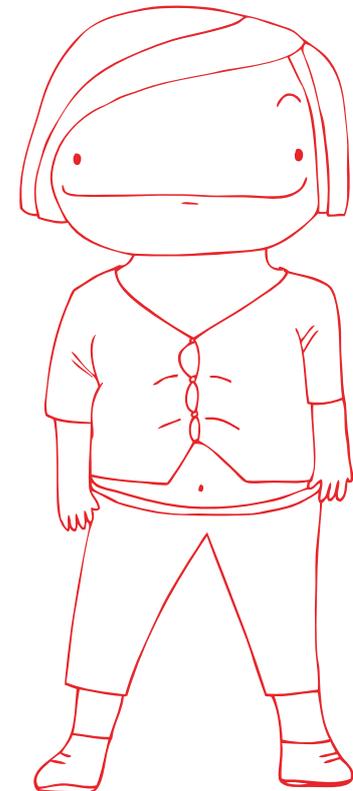
Kleidung ist etwas Persönliches; deine meisten Kleidungsstücke hast du selbst ausgewählt und bezahlt. Deshalb fällt es dir wahrscheinlich ziemlich leicht, Entscheidungen zu treffen.

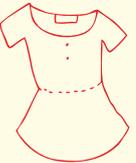
Wichtig: Beginn mit deiner eigenen Kleidung. Danach kannst du die Kleidung deiner Familienmitglieder aufräumen – das aber solltet ihr immer zusammen machen!

Wie fängst du an?

Wenn du all deine Kleidungsstücke auf einmal aufräumen willst und dir dafür mindestens einen halben Tag Zeit nehmen kannst, empfehle ich dir, den gesamten Inhalt deines Kleiderschranks einfach auf einen großen Haufen zu werfen.

Aber oft hast du nur eine Stunde Zeit, und die darauffolgende Woche vielleicht wieder nur eine Stunde ... In dem Fall wählst du aus der Kategorienübersicht einige Kategorien, in die du Ordnung bringen willst. So hast du einen klar strukturierten Start- und Vorgehensplan. Leg dann alle Kleidungsstücke einer Kategorie auf einen Haufen.



	TOPS/T-SHIRTS	 CHECK <input type="checkbox"/>		JACKEN	 CHECK <input type="checkbox"/>
	UNTERWÄSCHE	<input type="checkbox"/>		SCHMUCK	<input type="checkbox"/>
	PYJAMAS	<input type="checkbox"/>		PULLOVER/STRICKJACKEN	<input type="checkbox"/>
	HANDTASCHEN	<input type="checkbox"/>		SOCKEN	<input type="checkbox"/>
	KLEIDER/RÖCKE	<input type="checkbox"/>		HOSEN/LEGGINGS	<input type="checkbox"/>
	SCHUHE	<input type="checkbox"/>		SPORTKLEIDUNG	<input type="checkbox"/>
	HEMDEN/BLUSEN	<input type="checkbox"/>		SCHALS/MÜTZEN/GÜRTEL	<input type="checkbox"/>

# SCHRITT 1

Beginn mit der Aufgabe, die du dir für heute vorgenommen hast.

Sortier deine Kleidung nach Kategorien, damit du nicht den Überblick verlierst.

Nimm dann jedes Kleidungsstück einer Kategorie in die Hand und stell dir die folgenden Fragen:

	NEIN	JA
Kann ich es noch tragen (zu groß oder zu klein)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Werde ich es noch tragen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ist es in einem guten, tragbaren Zustand?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Würde ich es heute wieder kaufen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Wenn du eine dieser Fragen mit Nein beantwortest, weißt du, dass du dich von dem Kleidungsstück trennen kannst. Entscheide dann, ob du es zum Wegwerfen in einen Plastiksack steckst oder ob du es in einen Karton legst, um es zu verschenken oder zu verkaufen.

Wenn du alle Fragen voller Überzeugung mit Ja beantwortest, hat dieses wunderschöne Kleidungsstück einen gut sichtbaren Platz in deinem Schrank verdient.

Mach weiter, bis du alle Kleidungsstücke einer Kategorie einer der drei Gruppen zugeordnet hast.

# SCHRITT 2

Nun solltest du drei Kleidungsstapel vor dir liegen haben:



BEHALTEN

Das sind die Kleidungsstücke, denen du ein klares Ja gegeben hast. Du kannst sie im nächsten Schritt wieder in deinen Schrank legen oder hängen.



WEGWERFEN

Hier ist die Sache klar: Mach den Sack mit der aussortierten Kleidung zu und stell ihn dir zum Wegwerfen bereit. Werd nicht schwach und hole nichts wieder heraus!



VERSCHENKEN/  
VERKAUFEN

Hierbei solltest du zwei Dinge beachten:

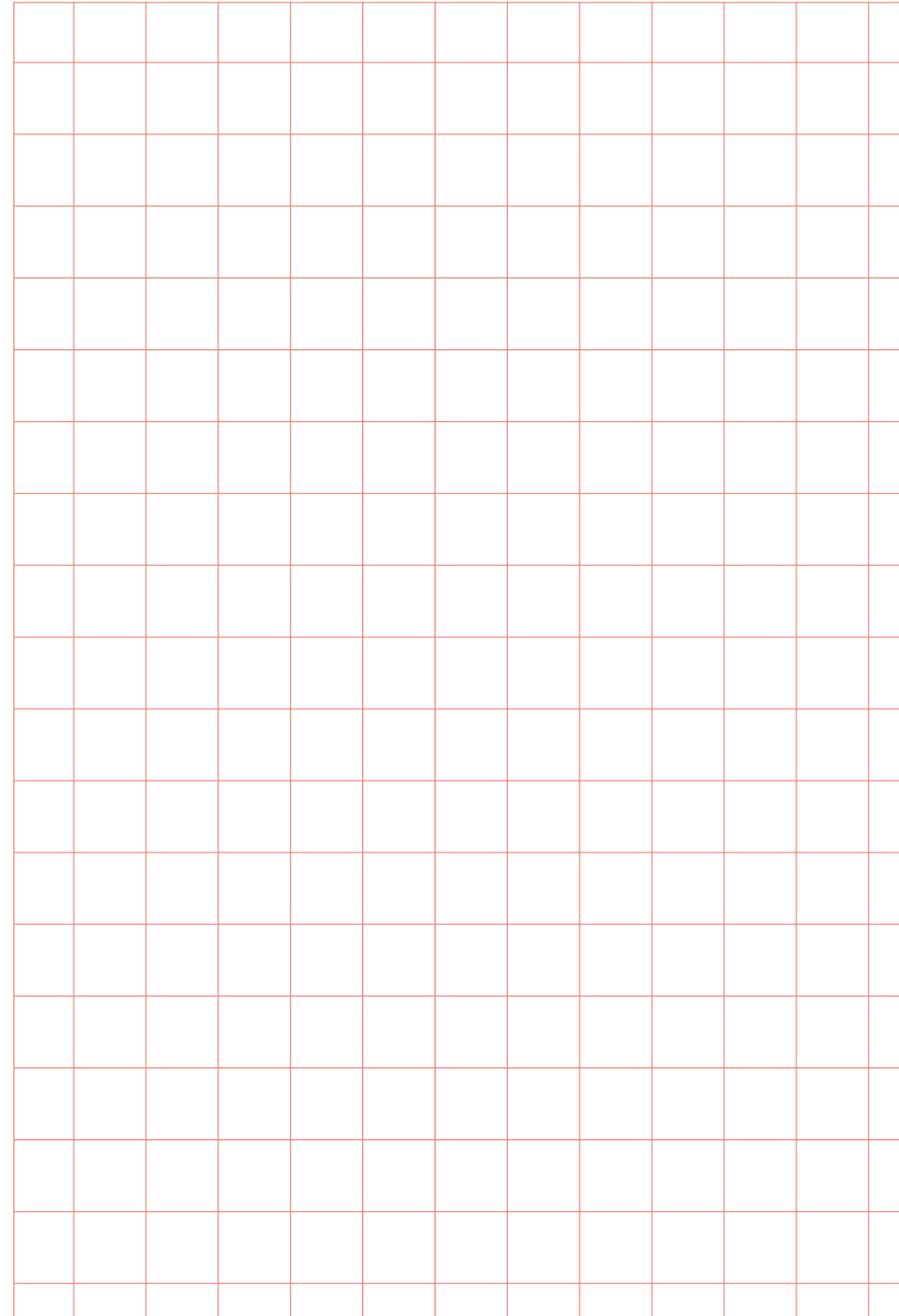
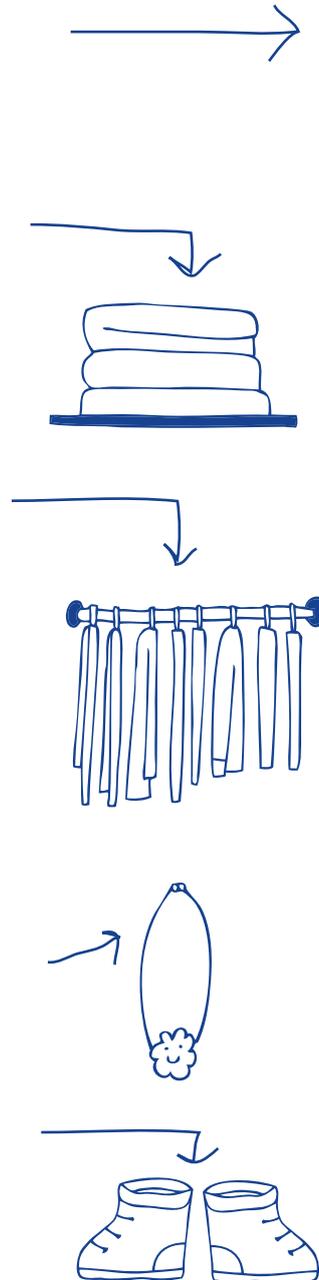
- Verschenk nichts, nur weil du es loswerden willst. Wenn du damit wirklich jemandem einen Gefallen tun kannst: super! Aber stell sicher, dass das tatsächlich der Fall ist, und zwing niemandem deine Sachen auf.
- Kleidung zu verkaufen, kostet viel Zeit. Tust du es online, musst du jedes Teil fotografieren, es ins Netz stellen, auf Anfragen reagieren ... Unterschätz diesen Aufwand nicht! Mach dir die Mühe also nur bei Kleidungsstücken, bei denen sich das Verkaufen lohnt.

# SCHRITT 3

Bevor du mit dem Einräumen der Kleidung, die du behalten möchtest, beginnst, kannst du aufzeichnen, nach welchem System du deine Kleidung in deinen Schrank hängen und legen willst.

## ★ Tipps

- Kleidungsstücke, die hinter anderen versteckt sind, vergisst du innerhalb von zehn Tagen. Versuch also alle Teile gut sichtbar in deinem Schrank unterzubringen und leg keine Kleiderstapel hintereinander (außer bei Winter- und Sommerkleidung).
- Sortier deine Hängekleidung von hell nach dunkel und von lang nach kurz; häng sie dann von links nach rechts auf. Das gibt deinem Schrank einen aufgeräumten Touch.
- Sortier die Kleidung, die du in deinen Schrank legst (z. B. T-Shirts), am besten nach Farbe.
- Handtaschen und Sportbeutel kannst du ineinanderschieben. Lass die Henkel oben herausschauen, damit du den Überblick über all deine Taschen behältst.
- Trau dich, deinen Kleidungsstücken mal einen anderen Platz zu geben! Du wirst sie dann zu ganz neuen Outfits kombinieren.
- Gib deinem Schmuck die Aufmerksamkeit, die er verdient. Versteck deine Schmuckstücke also nicht in Döschen, sondern bewahr sie gut sichtbar auf, damit sie zum Tragen einladen.
- Sei bei deinen Schuhen besonders wählerisch. Wenn sie nicht gut passen, wirst du sie sowieso nicht tragen. Nur bei Schuhen, die zu einem bestimmten Outfit gehören, kannst du eine Ausnahme machen.



# SCHRITT 4

Geschafft: Jetzt hängen und liegen alle Kleidungsstücke, die du behalten möchtest, schön ordentlich in deinem Schrank.



Leg schon mal fest, wann du deine aussortierte Kleidung endgültig wegwerfen wirst. Lass den Sack nicht lange herumstehen!

Bei Kleidungsstücken, die du verschenken oder verkaufen willst, plan außerdem etwas Zeit ein, damit du sie, falls nötig, fotografieren und online stellen kannst.

Aber zuerst ... ist es Zeit für deine Belohnung! Du hast einen wichtigen Schritt auf dem Weg zu einem aufgeräumten und ordentlichen Zuhause gemacht.

Anmerkungen/Ideen:

.....  
.....  
.....  
.....

Bist du bereit für die nächste Herausforderung? →