

detox  
voor je  
huis

# 'Gooi het weg'

**W**anorde kost tijd. Denk maar aan al die keren dat je zoekt naar je sleutels, gsm of nieuw rolletje plakband. Wie 2014 met een schone lei wil beginnen, zet dus best ook zijn huis op orde. *Clean living* bespaart stress, tijd en geld. Dat zegt ook professional organizer Sara Van Wesenbeeck. Zij helpt mensen hun boel op orde te krijgen en schreef er een boek over: *Het slimme organizing boek*. Haar conclusie: we moeten op spillendieet. "Iedereen heeft hetzelfde probleem: te veel gerief. Logisch, we mogen dan in een wegwerpmaatschappij leven, weggooien blijft moeilijk. Onze (groot)ouders hebben de oorlog nog meegemaakt. De mentaliteit om alles bij te houden, zit er ook bij ons nog ingebakken. Dat is ook niet zo erg. Alles weggooien is zeker niet heilig. Geef de dingen een logische vaste plek en leg het na gebruik meteen terug. Zo wordt zoeken verleden tijd."

## Begin klein

Klinkt goed, maar waar te beginnen? Van Wesenbeeck: "Erin vliegen is verleidelijk, maar geen goed idee. Een opruimmarathon houdt niemand vol. Plan liever wekelijks een korte opruimsessie van maximum

een half uur. Hou dat vrij in je agenda en zorg dat je alleen bent. Beloon jezelf als de klus geklaard is. Pak steeds kleine ruimtes aan zoals je handtas, één lade of keukenkastje. En begin op een plek die je dagelijks gebruikt. Dus niet op de zolder"

"Het best ga je zo te werk. Haal eerst alles uit de plek die je wilt opruimen. Neem dan drie dozen. In de eerste doos komt alles wat je wilt bewaren op de plek waar je het vond. In de tweede doe je alles wat je wilt bewaren, maar ergens anders. Op al die spullen plak je een post-it met de nieuwe bestemming. Na – dus níét tijdens – de opruimsessie breng je die spullen meteen naar hun nieuwe plek. In de derde doos gaat alles wat weg mag. Soms is dat evident: oude kranten of sokken met gaten. Maar meestal is de keuze 'houden of wegdoen' veel moeilijker. Laat alle spullen door je handen gaan en beslis meteen. Leg niks weg om er even over na te denken. Wees streng. Ja, de meeste dingen kunnen ooit nog van pas komen, maar iets dat bovenaan achterin de kast ligt, kan weg.

"Ook belangrijk: blijf tijdens het opruimen in dezelfde kamer.

Rondlopen in huis zorgt voor te veel afleiding. En breng die spullen zo snel mogelijk weg: naar de kringwinkel of het containerpark. Probeer vrienden of familie geen plezier te doen met jouw afdankertjes. Zij hebben ook al voldoende spullen. Om je huis opgeruimd te houden, moet je vanaf nu minder kopen. En voor elk nieuw object gooi je iets anders weg." Dat doet denken aan *100 Things Challenge*: het goede voornemen van een Amerikaan om op een jaar tijd zijn bezittingen te reduceren tot honderd. Zijn uitdaging slaagde en groeide zelfs uit tot een internethit met talloze volgers. Achteraf schreef hij een boek over hoe deze uitdaging zijn leven verbeterde. Zeker voor de toekomst een interessante oefening. We zullen immers steeds kleiner gaan wonen. Van Wesenbeeck: "Een huis moet gezellig en leefbaar zijn. De minimalistische woontrend ligt ver achter ons. Decoratie kan weer. Eigenlijk is het simpel: een huis is beter georganiseerd met minder spullen. Zo heb je meer tijd voor je gezin en leuke dingen. Het proberen waard, toch?" ☺