

Neues Zuhause

TRENDS UND TIPPS FÜR IHREN NEUSTART

Jetzt für Sie:
GUTSCHEINE
im Wert von über
100 Euro



Winter, wir freuen uns auf dich!

- **DARK BURGUNDY** Eine Farbe wie ein guter Wein • **ALLES SAFE HIER!** Mehr Sicherheit im Kinderzimmer
- **OFFENE KÜCHE** So geht's richtig • **VERWANDLUNGSKÜNSTLER** Beistelltische zum Selbermachen
- **TIERISCHES VERGNÜGEN** Design für Hund & Katze • **GEWINNEN SIE** Lieblingsstücke für Ihr Zuhause!



Ein Bild von einem Büroplatz Wenn es bei Ihnen selten so aussieht wie auf diesem Foto, helfen unsere Tipps garantiert!

SERVICE Schluss mit dem Chaos!

Coach und Bloggerin Sabine Haag verrät, weshalb Ordnung halten wie Diät ist, wie man das Hirn auf Aufräumen programmiert und mit welchen wirkungsvollen Tricks man sich selbst motiviert

Interview Sabine Hoffmann



Sabine Haag lebt als Ordnungscoach und Bloggerin in Mainz. Mehr Infos: ordnungsiebe.net

Frau Haag, Sie sind Ordnungscoach. Ist es bei Ihnen zu Hause eigentlich immer picobello aufgeräumt?
Von wegen! Ich lebe mit zwei wirklich unordentlichen Menschen zusammen: meinem Partner Wolfgang – Musiker – und meiner Tante Sophie. Insofern sieht es bei uns nicht geleckert aus. Wie alle anderen kämpfe auch ich gegen das Chaos in der Wohnung.

Ihre Empfehlung: Wo beginne ich am besten mit dem Aufräumen?
Im Schlafzimmer. Gerade bei kleinen Kindern im Haushalt sollte es eine feste Regel sein, dass Spielzeug hier nichts zu suchen hat. Das dürfte sich einfach umsetzen lassen, denn von diesem Raum lassen sich die Kleinen am einfachsten fernhalten.

Schaut man dann in die Kommoden, türmen sich da Berge von Shirts; Socken und Strumpfhosen. Ihr Tipp?
Jedes Shirt zu einem kleinen Päckchen falten und dann hochkant in die Schublade stellen. Das hat den großen Vorteil, dass man auf einen Blick alle sieht und man nur das eine, das man tatsächlich rausholt, in die Hand nehmen muss. Alle anderen bleiben hübsch ordentlich an ihren Plätzen. Socken und Strumpfhosen lassen sich übrigens auch prima falten. Ansonsten alles am besten nach Farben sortiert auf Kleiderbügel in den Schrank hängen. Wenn alle Bügel dann auch noch gleich aussehen, ergibt das ein unglaublich ordentliches Gesamtbild.

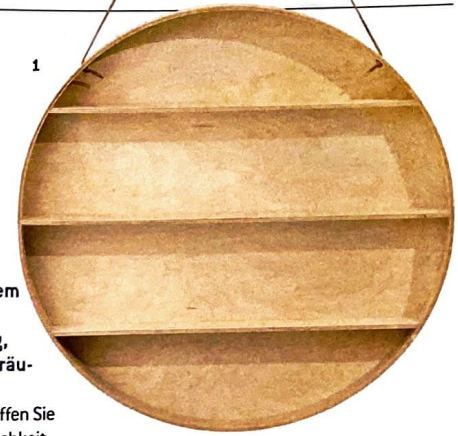
Hört sich simpel an. Trotzdem ist es doch oft so: Man wünscht sich zwar Ordnung, ist dann aber zu faul, aufzuräumen. Ihr Motivationstipp?

Machen Sie es sich leicht! Schaffen Sie Bedingungen, die die Bequemlichkeit unterstützen. Fliegt beispielsweise die Handtasche immer durch die Wohnung, dann braucht sie einen hübschen Haken DIREKT an der Haustür. Spielzeugchaos im Wohnzimmer? Ein großer Korb mit Deckel, in den alles einfach hineingeworfen wird, schafft schnell Ordnung, und nichts muss einzeln einsortiert werden. Bereiten Sie alles so im Haushalt vor, dass es simpel ist: keine komplizierten Aufbewahrungsmöglichkeiten, keine langen Wege!

Was tun, damit am nächsten Morgen nicht wieder Chaos herrscht?
Ordnung halten ist wie Diät: Um langfristig Gewicht zu verlieren, müssen sich bestimmte Essgewohnheiten im Gehirn einprägen – etwa statt Saft nur Wasser zu trinken oder statt Baguette lieber Vollkornbrot zu essen. So ähnlich verhält sich das auch beim Aufräumen. Man braucht Routinen, die sich ins Hirn einprägen. Je häufiger und regelmäßiger wir bestimmte Dinge durchführen, desto stärker wird die neuronale Verknüpfung. Die Wege im Hirn sind gebahnt, und das, was früher schwerfiel, ist plötzlich einfach.

Haben Sie ein Beispiel dafür?

Wenn Sie etwa gerne ein ordentliches Schlafzimmer haben möchten, dann machen Sie jeden Morgen nach dem Aufstehen und Lüften das Bett. Jeden Tag, jeden Morgen. Am Anfang wird es lästig sein, aber wenn sich in Ihrem Hirn die „Bettenmach-Bahn“ ausgeprägt hat,



1



2



3

DAS PASST DAZU

Alles in bester Ordnung dank dieser hübschen und praktischen Helfer

1. Runde Sache „The Round Dorm“ ist aus Birkenesperrholz und hat einen Durchmesser von 55 cm. Von Ferm Living, ca. 150 Euro.
2. Präsentierteller Zeitschriften und Fotobände kommen hier prima zur Geltung. „Guidelines“ von Connox, ca. 169 Euro.
3. Wandkunstwerk „SheLLs“ besteht aus unterschiedlich großen Rechtecken. Von Kristalia, je nach Form und Größe ab ca. 1130 Euro

wird es flutschen. Wie das morgendliche Zähneputzen. Das hört sich profan an, aber es hilft tatsächlich.

Die erfolgreichste Methode, um ordentlich zu werden?

Am besten in kleinen Schritten vorgehen. Also z. B. nach dem Zähneputzen morgens gleich mit einem feuchten Tuch die Badablage sauber wischen. Sieht ordentlich aus, und man hat schnell ein erstes Erfolgserlebnis. Das motiviert, weiterzumachen.

Gerade die Küche ist oft mit Kochutensilien überladen.

Stimmt. Am besten sortieren Sie erst mal kräftig aus. Dinge, die man nur ein paar Minuten am Tag braucht, wie etwa den Toaster, besser nach Gebrauch wieder in die Schublade stellen. Ganz klar: Je weniger auf der Arbeitsfläche herumsteht, desto ordentlicher wirkt die Küche.

Wie bekommt man schnell Ordnung ins Wohnzimmer?

Durch einen Couchtisch und ein Sofa mit extra Stauraum. Da kommen tagsüber Dinge wie Decken und Wärmflasche hinein.

Im Kinderzimmer geht es meist ganz schlimm zu. Wie wird man dem Herr?

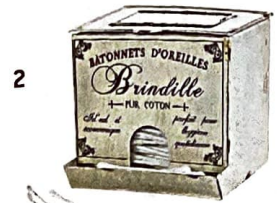
Da viele bunte Spielsachen schon optisch Unruhe in den Raum bringen, sollten die Aufbewahrungsboxen eine einheitliche Farbe haben. Möbel am besten farblich neutral halten.

Ganz allgemein: Was lässt die Wohnung optisch ruhiger wirken?

Jeder Raum sollte durchgängig in einer Farbrichtung gehalten sein. Toll wirkt es, wenn die Bücher nach Farben sortiert im Regal stehen. Noch besser allerdings sind geschlossene Aufbewahrungen. Alles, was offen ist, sorgt für Unruhe. Generell gilt: Einheitlichkeit bringt Ordnung. Also beispielweise Dokumente und Unterlagen im Büro in gleichfarbigen Boxen aufbewahren und diese mit identischen Aufklebern versehen. Selbst wenn im Inneren großes Durcheinander herrscht: Von Außen sieht es ordentlich aus.



1



2



6



3



5



4

AUCH DAS PASST DAZU

- 1. **Pariser Chic** Dieser Schuhschrank verschönert nicht nur den Flur, sondern hat richtig viel Platz. Von MiaVilla, ca. 37 Euro.
- 2. **Antik-Look** Der cremeweiße Metall-Spender hält Wattestäbchen stets griffbereit. Von Impressionen, ca. 13 Euro.
- 3. **Dekoratives Platzwunder** Schuhschrank „Anike“ im Vintage-Stil bietet Platz für bis zu zwölf Paar Schuhe. Von Bonprix, 250 Euro.
- 4. **Elegant** Der Stifteständer aus Messing bringt Ordnung ins Büro-Chaos. Von Ferm Living, ca. 82 Euro.
- 5. **Dosenset** Ob Zucker, Tee oder Küchengummis: In den hübschen Porzellan Dosen mit Holzdeckel ist alles gut verstaut. Von Isak, ca. 32 Euro.
- 6. **Leidenschaftlicher Sammler** Dieser Wäschekorb ist zugleich eine schöne Deko für Bad oder Schlafzimmer. „Spear Laundry Basket“ von Ferm Living, ca. 69 Euro