

# 25 INPUTS ZUM AUF- RÄUMEN

→ Minimalismus ist im Trend – aber es muss ja nicht immer extrem sein. Manchmal tut auch nur schon ein bisschen Ausmisten gut. Stellen Sie sich selbst einmal die Frage «Brauche ich wirklich ...»

TEXT – THOMAS BÜRGISSER



## IN DER KÜCHE

- **DUTZENDE KOCHTÖPFE?** Als Grundausstattung werden vier unterschiedlich grosse Kochtöpfe empfohlen, dazu zwei Pfannen zum Anbraten.
- **WAFFELEISEN, SANDWICHMAKER, DAMPFGARER?** Was regelmässig genutzt wird, hat seine Berechtigung. Was verstaubt, nicht.
- **ZWEI MIXER?** Man könnte aufsparen, bis einer kaputt geht. Aber grundsätzlich gilt überall: Dubletten raus!
- **SONNTAGSGESCHIRR?** Anstatt jahrelang etwas im Schrank zu haben, sollte man das schöne Geschirr einfach brauchen.
- **FÜNFZIG GEWÜRZE?** Mit Salz und Pfeffer kommen wir auch schon weit. Wer zusätzlich Cayennepfeffer, Curry, Paprika, vielleicht noch Zimt und zum Beispiel Oregano vorrätig hat, ist gut ausgestattet.



## IM BADEZIMMER

- **NAGELLACK UND LIPPENSTIFT IN JEDER FARBNUANCE?** Was nicht mindestens einmal pro Quartal genutzt wird, kann raus.
- **DUSCHGEL FÜR SIE, FÜR IHN, FÜR DIE KINDER?** Wer auf Gendernormen pfeift, hat schon viel eingespart!
- **RUND-, NATURHAAR-, HOLZBÜRSTE UND FÜNF KÄMME?** Nur was in die Ferien mitkommt, wird auch wirklich gebraucht.
- **EINEN GROSSPACK AN WATTEPADS UND ABSCHMINKTÜCHER?** Beides gibt es auch aus Bio-Baumwolle. Wasch- und damit wiederverwendbar.
- **ZIG ANGEFANGENE TUBEN?** Das letzte Viertel ist meist am mühsamsten. Aufbewahren macht es aber auch nicht besser: Entweder aufschneiden oder von Beginn an in eigene, schöne Behälter umfüllen.
- **BASTELN:** Korkzapfen, PET-Flaschen, CDs, Bücher... fast nichts, das nicht zum Basteln wiederverwertet werden kann. Da haben nicht nur Kinder ihre Freude. →



## CHECKLISTE

### FÜNF IDEEN ZUR WIEDER- VERWERTUNG

- **FREUNDE UND FAMILIE:** Wenn man wirklich weiss, dass jemand Freude daran hat, ist Verschenken eine Option. Aber Achtung, manchmal fällt ein Nein schwer. Einfacher geht's, wenn sich Gäste aus einer Wühlkiste selber bedienen können.
- **KLEIDERSAMMLUNG:** Pro Kopf werden in der Schweiz jährlich sechs Kilogramm Altkleider gesammelt, für Bergfamilien aber auch für das Ausland. Die Kleider sollten aber noch sauber und tragbar sein. Auch Textilabfälle, Matratzen oder Skischuhe gehören nicht in die Sammlung.
- **MEDIENSPENDE:** Wohin mit den DVDs, Games, Schallplatten und Büchern? Zum Beispiel über [medienspende.ch](https://www.medienspende.ch) spenden. Dort werden sie über Online-Marktplätze verkauft, der Nettoerlös kommt Organisationen zugute.
- **VERKAUFEN:** Man kann auch gleich selber verkaufen, allzu kompliziert sind die Online-Marktplätze nicht. Oder wieso nicht einmal an einen Flohmarkt gehen? Aber selber nichts kaufen!



•> **IM SCHLAFZIMMER**

- **VIER GARNITUREN BETTWÄSCHE?** Eigentlich reichen zwei. Dann hat man immer eine zum Wechseln auf Vorrat.
- **EINE DECKE PRO JAHRESZEIT?** Kombidecken brauchen prinzipiell weniger Platz.
- **DEN WEIHNACHTSPULLOVER?** Wird er einmal im Jahr angezogen, hat er es knapp geschafft. Ansonsten: Was nicht getragen wird, muss raus!
- **EINEN BÜCHERSTAPEL NEBEN DEM BETT?** Wer nie liest, sollte sich das schlicht eingestehen. Und man muss auch nicht jedes Buch mögen.
- **DIE PLÜSCHELEFANTEN-SAMMLUNG?** Vielleicht hat einer davon emotionalen Wert. Ansonsten aber gilt es irgendwann, anderen damit Freude zu machen.



**IM KELLER**

- **EINE SPIELZEUGSAMMLUNG FÜR DIE ZUKÜNFTIGEN ENKEL?** Ein paar Spielzeuge, ok. Am fleckigen Puppenhaus und der kaputten Rennbahn haben aber auch sie keine Freude mehr.
- **DREISSIG JAHRE ALTE WEINE?** Es gibt zwar die Weine, die mit dem Alter immer besser und wertvoller werden. Viele aber werden irgendwann nur schlecht.
- **DAS HOCHZEITSKLEID?** Schwieriges Thema. Gleich wie die Militärausrüstung.
- **EIN RECHNUNGSARCHIV?** Versicherungsprämien verjähren meist nach zwei Jahren, Arztrechnungen nach fünf, Steuerschulden nach zehn. Selbst wer also absolut sicher gehen möchte, kann das Archiv nach zehn Jahren entsorgen.
- **DIE ALTEN ELEKTRO-GERÄTE IM KELLER?** Auch wenns noch läuft: Ersetzt ist ersetzt. Und kann zurück zum Händler.



**IM WOHNZIMMER**

- **EINEN RIESIGEN ESSTISCH UND SECHS STÜHLE FÜR ZWEI PERSONEN?** Wer gerne bastelt, puzzelt oder Gäste bewirbt, braucht Platz. Mit ausziehbaren Varianten und ein paar Klappstühlen bleibt man aber auch flexibel.
- **STEREOANLAGE, DVD-PLAYER ODER BÜCHERGE-STELL?** Falls Musik nur noch übers Smartphone gehört, Filme gestreamt und Bücher am E-Reader gelesen werden: Nein. Und auch keine CDs, DVDs und Bücher mehr.
- **DIE GESCHNITZTE HOLZFIGUR ODER DEN GETROCKNETEN SEESTERN?** Wem erst jetzt die Feriensouvenirs wieder einfallen, kann sie getrost entsorgen.
- **DIE PFLANZE IN DER ECKE?** Pro zehn Quadratmeter Fläche wird fürs Raumklima tatsächlich eine Pflanze empfohlen. Was jedoch künstlich oder tot ist, kann auch weg.
- **KATZENBAUM, HUNDESPIELZEUG & CO.?** Das bestimmen Caesar und Garfield. Nach deren Urteil dürfen Herrchen und Frauchen aber ausmisten.

**BEHALTEN ODER ENTSORGEN? DIESE FRAGEN ENTSCHIEDEN**



Die Liste der «Brauche ich wirklich...»-Fragen liesse sich unendlich erweitern. Sie soll vor allem Anstoss dazu sein, sich Gedanken zu machen und sich diese Fragen zu stellen:

- Erfüllt der Gegenstand seinen Zweck grundsätzlich noch?
- Wann habe ich den Gegenstand zuletzt benutzt – und wie häufig?
- Kann etwas anderes den Gegenstand bezüglich seiner Funktion ersetzen?
- Kann ich mir den Gegenstand auch ausleihen?
- Habe ich eine (wirklich) emotionale Bindung zum Gegenstand?

Je nach Antwort kommt ein Gegenstand auf den Haufen «Behalten», «Entsorgen» – oder für Unschlüssige noch «Überlegen». Letztere kommen dann erst nach einem Monat oder Jahr weg. Aber dann wirklich. Einen anderen, emotionaleren Ansatz verfolgt Marie Kondō. Die Ordnungsberaterin veröffentlichte mehrere Bücher und räumt nach der Frage auf: «Macht es mich glücklich, wenn ich diesen Gegenstand in die Hand nehme?».

**«JEDEN TAG, ZEHN MINUTEN AUFRÄUMEN»**

HAUSMAGAZIN: **Selim Tolga, wieso fällt es Menschen so schwer, auszumisten?**

SELIM TOLGA: Das kann verschiedene Gründe haben. Zum Beispiel, wenn der Berg einfach immer grösser wird. Deshalb empfehle ich, das Aufräumen in die Alltagsroutine einzubauen. Zum Beispiel jeden Tag zehn Minuten. Und eher bei Büchern anzufangen, als bei Fotos. Denn je emotionaler, desto schwieriger. Und wer wirklich nicht vorwärts kommt, bei dem kann Unterstützung von aussen hilfreich sein, um den Tunnelblick einmal zu umgehen. Für elektrische Installationen holen wir uns ja auch Hilfe vom Handwerker. **Ist es denn mit dem Aufräumen getan?**

Nein, anschliessend gilt es, ein Ordnungssystem zu finden, das zu einem passt, da gibt es sehr strukturierte Lösungen für eher analytische Menschen. Für andere können kreative Ansätze wiederum passender sein. Und als letzten Schritt muss man seine Gewohnheiten ändern. Der Faktor Mensch ist entscheidend. Wir müssen zum Beispiel lernen, nein zu sagen.

**Müssen Sie selber als Minimalist bei sich auch noch aufräumen?**

Klar, Minimalismus ist ebenfalls ein Optimierungsprozess. Auch ich muss mich immer wieder fragen, was mir noch einen Mehrwert bringt. Das sollten wir alle ständig machen, uns quasi auf stete Schatzsuche begeben. So beobachte ich bei meinen Kunden immer wieder, wie sie sich nach dem Aufräumen freier, flexibler, unbeschwerter fühlen. Und die verbliebenen Dinge, die wahren Schätze, wieder mehr Raum und Wert bekommen.

**DER EXPERTE**



**SELIM TOLGA,**  
Diplomierter  
Aufräum- und Minimalismuscoach