

ARREDO CASA & GIARDINO

DECLUTTERING

Il decluttering non è la semplice eliminazione degli oggetti superflui: è una vera e propria attitudine orientata all'essenziale. Fare decluttering significa, letteralmente, 'eliminare ciò che ingombra'. La casa in ordine regala serenità, stimola la voglia di fare e permette di risparmiare tutto il tempo che di solito dedichiamo alla ricerca degli oggetti. Per farlo è però necessario buttare via qualcosa. La guru del riordino Marie Kondo consiglia di tenere solo gli oggetti che si utilizzano e che danno gioia. Nei Paesi anglosassoni ormai questa pratica è diventata una vera filosofia di vita: selezionare ed eliminare ciò che non si usa più, infatti, sembra avere un reale beneficio anche a livello interiore, 'liberandoci' dal passato, aprendo la nostra mente al futuro e alle nuove possibilità. Possedere meno per vivere meglio: è forse questo il segreto della decrescita felice? Posto questo assunto eticamente corretto, la messa in pratica è un altro paio di maniche, vediamo alcuni consigli.



- Prendetevi 5 minuti al giorno
- Gettate via un oggetto al giorno
- Usate un sacco della spazzatura: si riempirà con oggetti da cui pensavate di non potervi separare
- Compilate un elenco delle zone/stanze

ze da ripulire, iniziando dalla più semplice: procedete una zona alla volta, depennandola dalla lista

- Applicate lo schema 12-12-12, stilando una lista con 12 cose da buttare, 12 da donare e 12 da restituire ai legittimi

proprietari

- Cambiare prospettiva per vedere la vostra casa sotto una nuova luce, magari scattando foto della vostra casa prima e dopo il decluttering
 - Fare un esperimento con i numeri, ad esempio indossare gli stessi 33 capi di vestiario per 3 mesi: lo scopo è capire che si può vivere con meno cose
 - Quando avrete davvero difficoltà a separarvi da qualcosa, provate a domandarvi 'Se lo comprassi oggi quanto sarei disposto a pagare per averlo?'
 - Usate la 'tecnica delle quattro scatole': quando dovete riordinare una stanza, procuratevi 4 scatole e scrivetele sopra 'DA BUTTARE, DA DONARE, DA TENERE, DA RIUTILIZZARE' e dovrete poi scegliere in quale scatola riporre ciascun oggetto; la procedura può essere lunga, ma funziona.
- In fondo, tutto questo può essere una nuova moda o una tendenza. Ma l'idea di dare ordine allo spazio e alla mente ricorda le vecchie 'pulizie di primavera' delle nonne.

IL DECALOGO DEL DECLUTTERING

1. Il Decluttering non è semplicemente una raccolta di cose sparse per la casa da destinare alla pattumiera. È selezionare con cura ciò che è realmente utile e necessario da ciò di cui si può fare a meno.
2. Fare Decluttering significa dare nuova vita a oggetti, vestiti e cianfrusaglie varie: donando, vendendo o avviando il riciclo.
3. Il Decluttering è un processo: non credere di poter fare tutto in un giorno. A parte la delusione, rischieresti solo un inutile stress e vanificheresti tutti gli sforzi.
4. Non esiste un unico metodo perfetto
5. Il Decluttering è una sfida con sé stessi: ci saranno oggetti palesemente inutili, ma che hanno un valore affettivo e da cui è difficile separarsi
6. Se vivi con altre persone non si può imporre questa pratica al resto della famiglia. Inizia il tuo percorso riordinando i tuoi spazi e i tuoi pensieri.
7. Spostare tutto ciò che hai eliminato dal tuo appartamento e metterlo in cantina NON è Decluttering!
8. Affittare un deposito e riempirlo NON è Decluttering!
9. Eliminare centinaia di inutili oggetti e vestiti che non usi più per poi riacquistarli nel tempo NON è Decluttering!
10. Fare Decluttering è l'inizio di un viaggio alla riscoperta di ciò che conta nella vita, nella tua vita.



ENNEGI IMPIANTI

IMPIANTI ELETTRICI CIVILI E INDUSTRIALI

Impianti elettrici civili e industriali • Impianti domotici
Impianti di aspirazione centralizzata • Impianti fotovoltaici

Stiamo cercando una figura da inserire nel nostro organico se pensi di essere la persona giusta per noi, invia il tuo curriculum alla mail: info@ennegiimpianti.vr.it

+39 335 6036283

www.ennegiimpianti.vr.it • info@ennegiimpianti.vr.it

ENNEGI IMPIANTI di Girelli Nicola - Via Olimpia, 39 - 37012 BUSSOLENGO (VR)



miwaenergia

IL NUOVO ORIZZONTE GAS E LUCE

COMFORT & INNOVAZIONE
PER LA TUA CASA

MIWAENERGIA.COM

MIWA ENERGIA STORE - Via Marmolada 38, Bussolengo (VR)
380 1715705 - 045 6705307 - nordest@miwaenergia.com

Attiva ora
la tua SIM



miwamobile.it