



Guide til et minimalistisk hjem på 30 dage

Tag udgangspunkt i listen her og kom igennem hele huset på en overskuelig måde. Du vælger selv om du vil følge listen, eller om en anden rækkefølge passer dig bedre. Dog vil jeg opfordre til at gemme "sentimentale ejendele" til sidst, da det er svært at skille sig af med ting, der trigger minder.



Garderobe

Måske er du allerede klar over, hvor meget energi en rodet og uoverskuelig garderobe suger ud af din hverdag. I denne kategori fokuserer vi på at rydde op, for at gøre din daglige påklædningsrutine mindre tidskrævende.



Dag 1 – Tøj

Tag alt tøjet frem og sorter det i 4 kategorier:

- Gemmes – det tøj du elsker at gå i, som er den rigtige størrelse og som først og fremmest gør dig godt tilpas at have på.
- Genbrug – det tøj, du ikke længere går i, men som stadig er pænt og brugbart. Det gælder også de bukser som du håber på, at du engang kommer til at kunne passe igen.
- Smid ud – tøj der er hullet og som ikke kan repareres, eller har fået pletter, kan sendes til et tekstil genbrugsprogram.
- Måske – tøj du er usikker på, om du er klar til at skille dig af med. Gem tøjet i en pose bagest i dit skab. Hvis du ikke har savnet det efter 3 måneder, kan du med ro i sindet sende det til genbrug.



Dag 2 – Tasker

Overvej om du kan nøjes med en lille, en mellem og en stor taske, til når du er ude at rejse.



Dag 3 – Sko

Skil dig af med gamle udtrådte sko, fejlkøb kan sælges eller sendes til genbrug. Overvej om du virkeligt har brug for mere end et par af hver type f.eks. sneakers, støvler, løbesko osv.



Dag 4 – Accessorizes

Nogle gemmer vi af sentimentale årsager, og det er selvfølgelig helt okay, men kan du skille dig af med nogle øreringe eller halskæder, som du synes er flotte, men af en eller anden grund aldrig bliver brugt.



Badeværelse m.m.

På badeværelset gemmer der sig masser af ting, som du ikke nødvendigvis har brug for, men som vi ofte har en tendens til at overse, fordi de ikke har udløbsdato på samme måde, som f.eks. madvarer. Derfor bruger vi nogle dage på at komme igennem skabe og skuffer, så du kun beholder det du reelt har brug for.



Dag 5 – Makeup

Gælder også parfumer, hår- og hudplejeprodukter, neglelak, makeupbørster og lign.



- ☐ Dag 6 – Rengøring Overvej om du virkelig har brug for så mange rengøringsprodukter. Langt de fleste rengøringsopgaver kan klares med vand, sæbe og klar eddike i stedet for skrappe, kemikalietunge rengøringsmidler.
- ☐ Dag 7 – medicin Medicin med overskredet holdbarhedsdato skal afleveres på apoteket.
- ☐ Dag 8 – sengetøj mv. Gælder også lagner og håndklæder. Du kan som hovedregel nøjes med to sæt pr seng i huset.



Køkken

Køkkenet er måske ikke det sted i huset der virker mest rodet, men faktisk er det ofte her, de fleste unødvendige genstande gemmer sig i skabe og skuffer.

- ☐ Dag 9 – Køleskab For gamle madvarer, dressinger og langtidsholdbare varer i bølter der har gemt sig bagest i køleskabet og får det til at se proppet ud.
- ☐ Dag 10 – Tørvarer Overvej om du kan opbevare dine tørvarer, så de ikke glider om bagest i skabet og bliver glemt.
- ☐ Dag 11 – Redskaber Hvor mange gryder, pander, skåle, piskeris mv. har du, og kan du nøjes med færre?



Stuen

For mange mennesker er stuen et af de steder, vi holder ret ryddeligt, men derfor er der stadig masser af muligheder for at skille sig af med ejendele og få et mere minimalistisk udtryk.

- ☐ Dag 12 – Magasiner Overvej med dig selv, om du rent faktisk kommer til at læse dem igen, eller om de mest ligger i stuen for at skabe det rigtige indtryk.
- ☐ Dag 13 – Manualer Brugsvejledninger til skabe, sofaer, elektronikgenstande mv. Du læser dem alligevel aldrig, og hvis du får brug for hjælp, ligger stort set alle firmaers vejledninger online på deres hjemmesider.
- ☐ Dag 14 – Bøger Et af de sværeste emner på listen, for de af os der elsker bøger. Er der nogle, du ikke har fået kæmpet dig gennem, eller som du ikke føler trang til at genlæse. Send dem på genbrug så andre kan få glæde af dem.
- ☐ Dag 15 – CD og DVD Har du lyst til at se eller høre den igen. Og endnu mere vigtigt – har du egentlig en afspiller, der kan afspille dem? Overvej, om du i stedet skal investere i en streamingtjeneste i stedet.
- ☐ Dag 16 – Nips Pynt kan være godt, men det er ofte det, der får huset til at se overfyldt ud. Husk også at gennemgå dit jule- påske- eller andre sæsonprægede pynt, du har gemt i kasser. Overvej at lade de fleste overflader i stuen være tomme, for at give et luftigere indtryk.



Kontor

Om du har et reelt kontor eller ej, så har de følgende ting ofte en tendens til at stakke sig op. Heldigvis er det ofte nogle af de ting, der er lettere at skille sig af med.

- ☐ Dag 17 – Papir Det gælder blandt andet kvitteringer, regninger, fødselsdagskort, breve, huskesedler, meddelelser fra børnenes skole eller institution osv. Fjern også alle de papirer du har hængende på køleskabet.
- ☐ Dag 18 – Elektronik Du har helt sikkert en bunke gamle telefoner liggende derhjemme, eller en gammel computer. Sælg dem til en butik, der istandsætter og gensælger elektronik.
- ☐ Dag 19 – Skriveting Udtørrede kuglepenne, notesblokke, papirclips, ringbind mv.
- ☐ Dag 20 – Hobby Stof, perler, karton mv som du ved du ikke selv bruger, kan gives væk til en SFO eller børnehave, som kan få stor glæde af det.
- ☐ Dag 21 – Hæfter Notesbøger, studiebøger, gamle hæfter og noter. Er der noget du ønsker at beholde, så scan det ind f.eks. med app'en CamScanner.
- ☐ Dag 22 – Skuffer Har du en eller flere rodeskuffer eller -skabe, som du stopper alt muligt ned i løbende, så er det på tide at se dem i øjnene.



Computer og telefon

Nu er det blevet tid til at tackle dit digitale rod, og måske vil du blive overrasket over, hvor meget rod der har opsamlet sig på dine forskellige devices. Heldigvis betyder det, at der er mulighed for store fremskridt relativt hurtigt.

- ☐ Dag 23 – App's Slet alle apps du ikke bruger jævnligt, og forsøg at komme ned på så få app's, at du kan se dem på en eller to skærmvisninger, i stedet for at skulle bladere mellem mange forskellige sider.
- ☐ Dag 24 – Inbox Slet alle mails du ikke har brug for længere og sortér dem du er nødt til at beholde i mapper. Når du har sorteret alle mails første gang, er det nemt at vedligeholde din inbox, ved at gå ind en gang om ugen og tage stilling til nye mails.
- ☐ Dag 25 – Mailliste Er en ugentlig gennemgang af dine mails stadig ret omfattende, så har du måske skrevet dig op til for mange maillinglister. Ved din ugentlige gennemgang, kan du derfor gøre det til en vane at unsubscribe alle de maillinglister, du ikke ønsker at stå på.
- ☐ Dag 26 – Backup Ryd op og lav backup af alle fotos og øvrige filer, så din computer eller telefon ikke bliver overfyldt og langsom.



Diverse

De sidste fire dage er dedikeret til de lidt mere komplicerede områder af dit hjem, og lidt større beslutninger. Derfor er det heller ikke sikkert, at du kan løse dem hver især på kun en dag. Tag den tid du har brug for, og husk på, at lidt oprydning er bedre end ingenting.

- ☐ Dag 27 – Møbler Har du for mange møbler i dit hjem, kan du overveje at sælge eller sende et eller flere af dem til genbrug, og på den måde skabe et rum der ser mere luftigt ud.
- ☐ Dag 28 – Garage Hvis du ikke har en garage, har du måske et kælderrum. Eller måske har du begge dele. Overvej med dig selv, om du har brug for at gemme tingene, hvis du alligevel ikke har haft dem fremme i løbet af det seneste år.
- ☐ Dag 29 – Bilen Fjern gamle kvitteringer, slikpapir, kaffekopper eller hvad der nu måtte gemme sig, og brug resten af dagen på at støvsuge og vaske den, så den føles lækker at køre rundt i.
- ☐ Dag 30 – "Minder" Sentimentale ejendele er svære at skille sig af med, fordi vi tror at vi smider minder ud, når vi skiller os af med genstanden. Tag eventuelt et billede, inden du sender genstanden afsted, og husk dig selv på, at minderne bliver i dit hjerte, uanset om du holder fast i den fysiske genstand eller ej.

Jeg håber, du er blevet inspireret til at bevæge dig mod en lidt mere minimalistisk livsstil, men husk på, at minimalisme ikke kun drejer sig om at rydde op i dit hjem. Det er som regel bare der, de fleste starter. I virkeligheden handler minimalisme i sin grundessens om at fjerne distraktioner i dit liv, så du bevidst kan lave plads til det, der virkeligt betyder noget.

Det er ikke sikkert at du er helt klar over, hvad du længes efter endnu udover at "noget skal være anderledes", men processen med at rydde ud er en dejlig måde at begynde at reflektere over, hvad du rent faktisk gerne vil fylde dit liv med.

Venlig hilsen,