

ANDREA BRUCHWITZ

MEIN NEUES ZUHAUSE



Das Umzugsjournal
mit Checklisten, Ideen
und Praxistipps

KNESEBECK

ANDREA BRUCHWITZ

MEIN NEUES ZUHAUSE

Das Umzugsjournal
mit Checklisten, Ideen
und Praxistipps

KNESEBECK

INHALT

KAPITEL 1: AUF WIEDERSEHEN, ALTES ZUHAUSE! 6

Wohnungssuche und Umzugsvorbereitung – Zeitstrahl mit allen wichtigen To-do's – Maklerkosten und Mietkaution – Anleitung für schnelles Entrümpeln – Gedanken und Eindrücke festhalten

KAPITEL 2: RUND UM DEN EINZUG 24

Ereignisse und Herausforderungen am Einzugstag – Checkliste mit allen Behörden und Institutionen, die informiert werden müssen – Verschnaufpause und Selbstreflexion nach dem Umzug

KAPITEL 3: ICH ERKUNDE MEIN NEUES LEBEN 40

Neue Nachbarschaft entdecken – Lieblingscafés, Supermärkte und Erholungsflächen – Tägliche Rituale und bedeutende Momente – Leckere Rezepte und Dinnerpartys mit Freunden

KAPITEL 4: DAS HERZ MEINER WOHNUNG: GEKONNTE INNENGESTALTUNG 64

Grundriss aufmalen – Wandfarbe und Lichtstimmung im neuen Zuhause – Moodboards für ausgeschnittene Bilder und Fundstücke – Räume verschönern und Wohlfühlfaktor steigern

KAPITEL 5: EIN BLICK AUS DEM FENSTER 90

Die schönste Aussicht – Verlauf der Sonnenstrahlen untersuchen – Pflanzenpflege für Innenraum, Balkon und Garten – Anstehende Haus- und Gartenarbeiten für jede Jahreszeit notieren

KAPITEL 6: VON DER IDEE ZUM PROJEKTPLAN 102

Kreative Ideen in die Tat umsetzen – Projektplaner für kleine und große Veränderungen – Platz für wichtige Kontaktdaten und Adressen – Passwörter, PINs, Kundennummern und Belege

HEIMAT KANN MAN SELBST ERSCHAFFEN

Es ist ein herrliches Gefühl, nach Hause zu kommen und diesen ganz besonderen Heimatduft einzuatmen. Man schließt am frühen Abend die Haustür auf und freut sich auf ein langes Wochenende auf dem Sofa oder auf Balkonien. Hach, wie schön! Es könnte auch ein gemeinsames Abendessen mit Freunden oder ein kreatives Projekt anstehen – oder eine gute Flasche Wein auf der Terrasse. Das eigene Zuhause ist ein warmes Nest, in das man mit einem seligen Lächeln und einem glücklichen Seufzer hineinsinkt. Behagliche vier Wände sind ganz und gar lebensaufhellend.

Doch was geschieht, wenn man durch wechselnde Arbeitsplätze oder neue Partnerschaften häufiger umziehen muss? Es könnte auch sein, dass man in einer anderen Stadt studieren oder eine Familie gründen will. Bei jedem Umzug schlittert man in einen neuen Lebensabschnitt hinein und streift einen Kokon ab, der mittlerweile zu klein geworden ist.

WIE VERWANDELN SICH VIER WÄNDE IN EIN ZUHAUSE?

Dein Wohnraum verändert sich stetig, um Deinem inneren Wachstum gerecht zu werden, das ist wundervoll! Die Herausforderung besteht nur darin, Dich mit Leib und Seele an diesem neuen, noch unbekanntem Ort niederzulassen. Die gute Nachricht lautet: Heimatgefühl kannst Du überall verspüren, es ist nur eine Frage der Einstellung. Heimat kannst Du sogar selbst erschaffen – und dieses Buch hilft Dir dabei, Dein Zuhause zum schönsten Ort der Welt zu machen. Mit hilfreichen Tipps und Checklisten kannst Du Dich völlig unbeschwert in Deiner neuen Umgebung niederlassen. Dabei ist es ganz egal, ob Du gerade den Umzug planst oder erst vor kurzem eingezogen bist.

Es geht um praktische Dinge: Wie entrömpelst Du schnell und schmerzlos? Welche Behörden musst Du über den Umzug informieren? Und wann musst

Du einen Nachsendeantrag stellen? Danach wirst Du Dein alltägliches Leben unter die Lupe nehmen: Womit verbringst Du die meiste Zeit zu Hause, und was gefällt Dir besonders an der neuen Nachbarschaft?

Beim Durchstöbern und Ausfüllen dieser Seiten offenbaren sich all die zauberhaften Kleinigkeiten, die Dein neues Zuhause so einzigartig machen. Halte kulinarische Rituale fest, schreibe Deine Lieblingsrezepte auf und notiere die Highlights Deiner Einweihungsparty. Die enthaltenen Moodboards bieten reichlich Platz für spontane Ideen und Inspirationen: Male Deinen Grundriss auf und entdecke einen warmen Sonnenplatz am Fenster.

Eines Tages wirst Du verträumt in diesen Seiten herumblättern und bemerken, dass Dich der vertraute Heimatduft längst von Kopf bis Fuß umhüllt. Du bist in Deinem neuen Zuhause angekommen und hast die wichtigsten Meilensteine in diesem Eintragbuch festgehalten.



Bist Du bereit für ein wundervolles Abenteuer? Ich begleite Dich dabei und erzähle Dir meine eigene Geschichte von der turbulenten Suche nach einer immer wieder neuen Heimat.

*Alles Liebe,
Andrea*

KAPITEL 1

AUF WIEDERSEHEN, ALTES ZUHAUSE!





GESTATTEN, ICH BIN DIE UMZUGSEXPERTIN!

„Auf Wiedersehen, altes Zuhause!“ – diese Worte habe ich schon unzählige Male in meinem Leben gesagt. Normalerweise lasse ich danach die Haustür ins Schloss fallen und verspüre einen leicht melancholischen, aber freudigen Gefühlswirbel, vermischt mit Aufbruchstimmung und Abenteuerlust. Der Umzugsmarathon begann schon während meines Studiums in einer süddeutschen Kleinstadt: In den Semesterferien zog ich temporär nach Berlin oder München, um meinen Lebenslauf mit Praktika aufzupolieren. Wie sehr genoss ich den Zauber legendärer Großstädte! Ich kenne zwar die Heimeligkeit und Vertrautheit von urigen Kleinstädten, weil ich selbst in einem norddeutschen Provinznest aufgewachsen bin, aber ich wollte schon immer die große, weite Welt sehen. Nach meinem Studienabschluss breitete ich meine Flügel aus und flog nach Kopenhagen, Bangkok, San Francisco und New York. Mein Vagabundenleben verlief zunächst wie am Schnürchen: Ich bestritt meinen Lebensunterhalt mit spaßigen Nebenjobs, machte bei Freundinnen Couch-

surfing und reiste irgendwann zu einem Bekannten nach Singapur.

Wahrlich spielt das Leben immer anders, als man denkt. Wir wurden in den heißen Breitengraden des Äquators tatsächlich ein Liebespaar. In meinem Glücksrausch erschien es mir unangebracht, das Flugticket für die Rückreise einzulösen. Adieu, Europa! Ich zog recht spontan bei meinem Geliebten ein und jobbte wieder eine Weile vor mich hin. Und so fand ich ein temporäres Zuhause in Südostasien.

AUF DER SUCHE NACH HEIMAT

Es fiel mir schon immer leicht, die Koffer zu packen und aufzubrechen, aber umso schwieriger war es, mit Leib und Seele irgendwo anzukommen. In der schwül-feuchten Hitze von Singapur, wo alles aufregend und fremd zugleich war, nahm der Umzugsmarathon aber doch ein Ende. Es war im Frühjahr 2014, als sich ein überwältigendes Gefühl in mir ausbreitete: Ich will nach Hause. Ich will endlich irgendwo ankommen. Nach einhalb Jahren am anderen Ende der Welt flog ich schließlich nach Europa zu-

rück. Im Gepäck hatte ich eine totgesagte Fernbeziehung, die zehntausend Kilometer Distanz und mehrere Zeitzonen überbrücken musste. Herrjemine!

In Europa stieß ich auf die nächste Herausforderung: Ich wusste nicht, wo ich mein neues Zuhause verorten sollte. Meine Eltern, Geschwister und Freunde waren längst überall verstreut. Was wollte ich mit meinem Leben anstellen, und wo sollte ich mich überhaupt bewerben? Während meiner Entscheidungsphase spürte ich immer wieder eine tief schlummernde Sehnsucht nach echter Heimat. Das Gefühl war heimelig, unaufgeregt, kraftvoll, und es kam aus meinem Innersten. Wenn ich den Klang meiner Gedanken beschreiben müsste, wäre es das Knarzen von alten Holzdielen, und es röche bei gleißend hellem Sonnenlicht, das auf die Möbel fiel, etwas muffig und angestaubt. So stellte ich mir mein neues Zuhause vor. Wie bei den meisten Menschen entschied mein Arbeitgeber hoheitlich darüber, wo dieses Zuhause letztendlich sein sollte. Meine erste feste Anstellung führte mich zu einem Großkonzern nach München. Nach zwei weiteren Jahren lockte mich ein schlecht bezahltes, aber umso spaßigeres Jobangebot in die deutsche Hauptstadt.

NÄCHSTER STOPP: BERLIN

Ich erinnere mich noch genau an meine dritte (!) Wohnungsbesichtigung an einem sonnigen Montagnachmittag. Es war der 29. August 2016. Ich wusste schon zu Beginn der Besichtigung, dass ich mein neues Zuhause gefunden hatte. Als ich den herrschaftlichen Altbau

betrat und die stuckverzierte Decke ansah, kam mir ein altertümlicher Geruch entgegen. Ich ließ meine Hände über das hölzerne Treppengeländer gleiten und trat in den Wohnungsflur hinein. Dabei spürte ich ein „Ja“ von ganzem Herzen in mir aufsteigen. Die Eigentümerin erzählte mir die Geschichte des alten Anwesens, aber ich konnte schon längst nicht mehr zuhören. Ich sah mich bereits mein eigenes Mobiliar aufbauen und Bilder an die Wände hängen.

Noch heute erinnere ich mich an jedes kleinste Detail, und ich bin unendlich froh, dass ich damals ein Tagebuch führte. Darin hielt ich alle Wohnungsbesichtigungen schriftlich fest und notierte meine Eindrücke. Diese Einträge und Kritzeleien sind heute ein wahres Geschenk, denn sie erinnern mich lebhaft daran, wer ich geworden bin und wie ich hierhergekommen bin. Es sind Aufzeichnungen über den Schritt in ein neues Leben. Letztendlich zeigen mir diese Tagebücher, wie sich scheinbar willkürliche Ereignisse zu einem Lebensweg formen.

Im ersten Kapitel geht es um Deine Wohnungssuche! Halte Deine Gedanken, Eindrücke und Entscheidungen in dieser aufregenden Phase fest. Dazu gibt es hilfreiche Tipps rund um die Umzugsvorbereitung: Wie viel kostet ein Makler, und wer übernimmt die Kosten? Und wie kannst Du den finanziellen Brocken der Kaution stemmen? Freue Dich auf ein Abenteuer – es geht los!



ÜBER MEINE WOHNUNGSSUCHE



Diese Kriterien sollte mein neues Zuhause unbedingt erfüllen:

Diese Immobilien habe ich mir während der Suche angeschaut:



ÜBER MEINE WOHNUNGSSUCHE



Die Entscheidung ist gefallen!

Warum habe ich mich für mein neues Zuhause entschieden?

Welche Faktoren haben die Entscheidung beeinflusst?

Was weiß ich über meinen Vermieter/Verkäufer?

Name und Kontaktdaten:

Erster Eindruck:



WIE VIEL KOSTET EIN MAKLER, UND WER ÜBERNIMMT DIE KOSTEN?

Immobilienanzeigen inserieren und sichten, die besten Ergebnisse herausfiltern und Besichtigungstermine vereinbaren – all das kostet Zeit und Energie. Ein Makler übernimmt diese Aufgaben für Dich und verlangt bei erfolgreicher Vermittlung eine Provision. Die Höhe der Provision unterscheidet sich je nach Vertragsart – doch lohnt sich ein Makler in Deiner individuellen Situation?

In Deutschland gilt bei **Mietverträgen** das „Besteller-Prinzip“. Das bedeutet, dass der Besteller des Maklers – im Regelfall der Vermieter – die Kosten übernimmt. Wenn Du im Internet stöberst und das vielversprechende Inserat eines Maklerbüros entdeckst, kommen also keinerlei Ausgaben auf Dich zu. Der Vermieter trägt sämtliche Kosten.

Hast Du es besonders eilig und willst den Makler selbst beauftragen? Dann gibt es eine gesetzliche Kostendeckelung: Mieter, die einen Makler bestellen,

dürfen maximal zwei Nettokaltmieten zuzüglich Mehrwertsteuer zahlen.

Beim **Immobilienkauf** gibt es eine andere Regelung. Verkäufer und Käufer teilen sich in den meisten Bundesländern die Maklergebühren. Nur in den Ländern Berlin, Brandenburg, Bremen, Hamburg und Hessen übernimmt der Käufer in der Regel selbst die Kosten. Die Maklerprovision beträgt etwa zwischen drei und sieben Prozent des Kaufpreises.

Fazit: Wenn Du ein Mietobjekt suchst, solltest Du erst einmal im Internet die Inserate durchklicken. Auf den großen Immobilienportalen gibt es unzählige Makleranzeigen mit professionellen Exposés und aussagekräftigen Bildern. Die Kosten dafür trägt der Vermieter, aber Du profitierst vom guten Service. Beim Immobilienkauf kannst Du den Makler ruhig direkt kontaktieren – die anfallenden Kosten werden ohnehin geteilt oder von Dir selbst getragen.

SPAR-TIPP:

Wenn Du aus beruflichen Gründen umziehst, kannst Du alle anfallenden Umzugskosten in der nächsten Steuererklärung geltend machen. Dazu gehört auch die Maklerprovision!



WIE HOCH IST DIE MIETKAUTION?



Vor dem Einzug ins neue Zuhause kommt noch ein finanzieller Brocken auf Dich zu: die Mietkaution. Damit sichert sich der Vermieter gegen eventuelle Schäden oder Mietausfälle ab. Die Höhe der Mietkaution muss im Mietvertrag festgesetzt sein und darf maximal **drei Nettokaltmieten** betragen. Als Mieter hast Du ein Recht darauf, die Kautionszahlung in drei Monatsraten abzutragen (§ 551 BGB), beginnend mit Deinem Einzugsmonat.

Du möchtest den anfallenden Geldbetrag mit der alten Mietkaution ablösen? Das wird schwierig, es gibt nämlich keine gesetzliche Regelung für die Rückzahlungsfrist. Dem alten Vermieter

steht laut Mietrecht eine „angemessene Frist“ zu, um Reparaturen und offene Betriebskosten zu prüfen. In der Regel dauert es drei bis sechs Monate, bis Du die Kautionszahlung zurückbekommst.

SPAR-TIPP:

Wer die Mietkaution nicht bezahlen möchte, kann einen Kautions-schutzbrief abschließen. Die Jahresgebühr beträgt nur etwa fünf Prozent der Kautions-summe. Der Schutzbrief versichert dem Vermieter, dass die Kautionszahlung im Bürgschaftsfall von der Versicherung ausgezahlt wird.



BRAUCHE ICH EINE UMZUGSFIRMA?



Ob Du eine einen Spediteur beauftragen willst, hängt in erster Linie von Deinen finanziellen Möglichkeiten ab. Je nach Umfang liegt ein Umzug innerhalb Deutschland im unteren bis mittleren Tausenderbereich. Falls Dein Budget es zulässt oder Dein Arbeitgeber die Kosten übernimmt, ist eine Umzugsfirma empfehlenswert. Dein Hab und Gut wird innerhalb kürzester Zeit professionell verpackt und sicher verstaut. Du bist

gegen Schäden versichert, kannst vor Ort alles genau beobachten und musst selbst nicht mit anpacken. Ein Umzug mit Profis spart Zeit und Nerven. Du solltest aber unbedingt die Angebote mehrerer Umzugsfirmen einholen und die Preise vergleichen, denn häufig gibt es signifikante Unterschiede. Freundschaftsdienste sind naturgemäß die günstigere Variante, beinhalten aber auch größere Risiken.



UMZUG MIT KINDERN

Sprich mit Deinen Kindern einige Monate vorher über den geplanten Umzug und erkläre ihnen Deine Gründe. Nimm Dir genügend Zeit für Fragen und Sorgen – immerhin müssen die Kleinen häufig ihr vertrautes Umfeld und ihre Freunde zurücklassen.

Es gibt viele Möglichkeiten, um den Nachwuchs positiv auf einen Umzug einzustimmen. Man kann beispielsweise das neue Kinderzimmer ge-

meinsam planen und die Kinder eigene Entscheidungen treffen lassen. Du solltest auch die Vorzüge der neuen Heimat beleuchten: Gibt es einen großen Garten, eine Pferdekoppel oder einen aufregenden Abenteuerspielplatz in der Nähe?

Ein großes Abschiedsfest bietet die Möglichkeit, mit anderen Eltern die Telefonnummern auszutauschen und den Kontakt aufrechtzuerhalten.



WARUM IST ES WICHTIG, MIT EINEM ZEITPLAN UMZUZIEHEN?

Jeder Umzug gleicht einer logistischen Meisterleistung. Immerhin musst Du den gesamten Hausrat verpacken, transportieren, ausladen und nebenbei auch noch sicherstellen, dass alle wichtigen Parteien informiert werden. Daher ist es wichtig, vorab einen detaillierten Zeitplan aufzustellen. Wer sich eine Woche vorher an die Arbeit macht,

kann eine böse Überraschung erleben. Mache Dir keinen unnötigen Stress und fange frühzeitig mit anfallenden To-do's an. Der **Umzugsplan auf der nächsten Seite** unterstützt Dich bei der Organisation. Du kannst viele Aufgaben schon Monate im Voraus abhaken und musst Dich in der heißen Phase nicht stressen.

SPAR-TIPP:

Bei Handwerkerportalen wie *myhammer.de* kannst Du Deinen Umzugauftrag „versteigern“. Du beschreibst den ungefähren Aufwand und gibst das verfügbare Budget an, dann geben Umzugsfirmen ihre Gebote ab. So kannst Du verschiedene Angebote vergleichen und das beste Preis-Leistungs-Verhältnis herausfiltern.

ZEITPLAN FÜR MEINEN UMZUG

1. SO FRÜH WIE MÖGLICH

- Beim Arbeitgeber einen Urlaubstag für den Umzug beantragen
- Finanzplan für die neue Kautionsaufstellen (Sparen/Schutzbrief)
- Renovierungsmaßnahmen für beide Wohnungen planen und ggfs.
- Vorlaufzeiten für die Küchenplanung im Auge behalten
- Familien: Nachwuchs in der neuen Schule oder Kindertagesstätte anmelden

2. ZWÖLF WOCHEN VORHER

- Umzugsfirmen vergleichen und buchen
Alternative: Freunde informieren und Transporter mieten
- Einrichtungsplan für das neue Zuhause aufzeichnen
- Bei Bedarf neue Möbel bestellen (lange Lieferfristen beachten)

3. ZEHN WOCHEN VORHER

- Hausratversicherung in Kenntnis setzen und eventuell kündigen
- Telefongesellschaft und Internetprovider über anstehende Adressänderung informieren
- Strom- und Gasanbieter vergleichen und bei Bedarf wechseln

4. NEUN WOCHEN VORHER

- Termin für Sperrmüllabholung reservieren, idealerweise liegt das vereinbarte Datum vier Wochen vor dem Umzugstag
- Startschuss fürs Entrümpeln (Anleitung auf Seite 18-23)

5. ACHT WOCHEN VORHER

- Halteverbotszone für den Umzugstag beantragen, entweder bei der Straßenverkehrsbehörde der Gemeinde oder bei einem Online-Dienstleister
- Anfallende Schönheitsreparaturen in der alten Wohnung durchführen

6. SECHS WOCHEN VORHER

- Ablesetermine für Strom, Wasser und Gas vereinbaren
- Banken, Versicherungen und Dauerauftragungsempfängern die neue Adresse mitteilen (siehe Checkliste auf Seite 35/36)
- Ggfs. Mieterverein kontaktieren, falls Mietschäden durch Abnutzung oder Selbstverschulden vorliegen

7. FÜNF WOCHEN VORHER

- Deadline fürs Entrümpeln (Anleitung auf Seite 18-23) – bald wird gepackt!
- Umzugstermin nochmals bei Umzugsfirma, Helfern und Handwerkern bestätigen
- Umzugskartons, Packmaterial, Müllsäcke und Abdeckpapier besorgen
- Familien: Babysitter und Haustierpfleger für den Umzugstag organisieren

8. VIER WOCHEN VORHER

- Restliche Stücke und Gebraucht Möbel verschenken, verkaufen oder zum Sperrmüll bringen
- Eventuell zum Wohnungsflohmarkt einladen
- Wohnungsübergabetermin vereinbaren
- Gegenstände in Kartons packen, die in den nächsten Wochen nicht mehr verwendet werden (z.B. Dekoration, Heimtextilien, Dokumentenordner)
- Familien: Abschiedsfest für die Kinder planen

9. DREI WOCHEN VORHER

- Nachsendeauftrag bei der Post einreichen (online über [deutschepost.de](https://www.deutschepost.de))
- Dauerauftrag für die neue Mietzahlung einrichten
- Prüfen, ob alle Haustürschlüssel vorhanden sind
- Essen aus der Tiefkühltruhe nach und nach aufbrauchen

10. ZWEI WOCHEN VORHER

- Täglich mehrere Kartons mit Hausrat packen
- Nachbarn über den anstehenden Umzug informieren
- Werkzeugkiste für den Umzug zusammensetzen, fehlende Werkzeuge besorgen
- Wandbilder und Poster abhängen und einpacken, ggfs. Dübellöcher zuspachteln
- Familien: Mit dem Nachwuchs den neuen Kindergarten bzw. die neue Schule besichtigen

11. EINE WOCHE VORHER

- Alle herumstehenden Pfandflaschen und Dosen wegbringen
- Täglich mehrere Kartons mit Kleidung und übrigen Hausrat packen
- Leer geräumtes Mobiliar abbauen, Teile sicher verpacken
- Essensvorräte aus Küchenschrank und Gefrierfach aufbrauchen
- Glühbirnen im neuen Zuhause einschrauben
- Familien: Abschiedsfest mit befreundeten Eltern und Kindern feiern

12. EINEN TAG VORHER

- Snacks und Getränke für die Umzugshelfer besorgen
- Müllsäcke, Reinigungsmittel und Erste-Hilfe-Set bereitstellen
- Bargeld abheben (Umzugsfirmen und Handwerker akzeptieren häufig nur Barzahlung)
- Vorschäden in Treppenhaus/Flur abfotografieren und an den Vermieter senden
- Kühlschrank und Gefrierfach abtauen, Reste entsorgen

13. AM UMZUGSTAG

- Tagesablauf mit Helfern besprechen: Wo kommt was hin?
- Zählerstände für Strom, Gas und Wasser mit dem Smartphone abfotografieren
- Alte Wohnung säubern und alle Namensschilder entfernen
- Schlüssel übergeben
- Familien: Kinderzimmer und Spielbereich im neuen Zuhause zuerst einrichten, Kindersicherungen und Treppengitter anbringen



AUSMISTEN - JETZT ODER NIE!

Der Umzugstag ist für alle Beteiligten eine große Herausforderung. Man schleppt Möbel, Kartons, Säcke und überflüssigen Krimkrams aus der Wohnung heraus und ins neue Zuhause hinein. Warum solltest Du Dir den Umzug erschweren und nutzlose Dinge mitnehmen, die Du nach dem Umzug nie wieder anfässt? Du hast nun die einmalige Chance, alles loszuwerden, was nicht mehr zu Dir passt. Keine Sorge, Du musst nichts entsorgen, woran Dein Herz hängt.

Wusstest Du, dass Ausmisten große Freude bereiten kann, wenn Du es geschickt angehst? Ich habe in den letzten Jahren eine Methode erprobt, die unkompliziert, lebensnah und praktikabel ist: Die Gegenstände, die ich in mein Leben lasse, sind achtsam ausgewählt und zaubern mir jeden Tag ein Lächeln ins Gesicht. Ich lasse nur noch wertvolle Schätze in mein Leben – also alles, was mir wirklich etwas bedeutet. **Diese wertvollen Schätze sind höchst individuell und unterliegen keinen Regeln.**

Jeder Mensch hat seine eigenen persönlichen Schätze. Es könnte sich bei Dir um ein selbst gemaltes Bild Deines Patenkindes oder um alte italienische Lederschuhe handeln. Emotional behaftete Geschenke oder kostbare Erinnerungen gehören nicht in die Mülltonne. Eher im Gegenteil: Schaffe mehr Platz für diese Kostbarkeiten und rücke sie ins beste Licht. Alle anderen Gegenstände, an denen Du Dich nicht mehr erfreust – die Du also nicht mehr täglich verwendest, genießt, anziehst oder bestaunst –, werden nun aussortiert.

Die japanische Ordnungsexpertin Marie Kondo hat eine effiziente Vorgehensweise entwickelt, die sich leicht zusammenfassen lässt: Es wird im Wohnraum nicht nach Zimmern, sondern nach Kategorien ausgemistet. So kannst Du Dich schrittweise vorarbeiten und viel einfacher Deine Wegwerfblockaden überwinden. Los geht's!

TIPP:

Alle aussortierten Gegenstände, die sich in einem guten Zustand befinden, kannst Du spenden, Freunden anbieten oder in einer „Zu verschenken“-Box vor die Haustür stellen. In jedem Fall machst Du anderen Menschen eine Freude und sammelst nebenbei Karmapunkte.

ANLEITUNG:

1. Schnapp Dir einen Umzugskarton und einen großen Müllsack.
2. Fang mit einer Kategorie in der nachfolgenden Liste an und fokussiere Dich ausschließlich darauf. Starte am besten mit einer neutralen Kategorie, die Dir besonders leichtfällt und keinerlei Emotionen hervorruft. Badutensilien oder alte Küchengeräte sind ideal dafür geeignet. Es sind meist Gegenstände, zu denen Du keine große Bindung hast, denn es geht eher um den praktischen Nutzen. Du kannst Dich bestimmt von leeren Shampooflaschen, abgelaufenen Kopfschmerztabletten oder benutztem Nasenspray trennen, oder?
3. Nimm jedes einzelne Objekt in die Hand und frage Dich, ob Du es noch regelmäßig benutzt. Trägt es dazu bei, dass Dein tägliches Leben verschönert wird? Bei einem emotional-freudigen „Ja“ kannst Du den Gegenstand behalten. Ein nachdenkliches „Nein, aber vielleicht machst Du mich irgendwann glücklich“ befördert das Teil direkt in den Müllsack (zum Entsorgen) oder in den Karton (zum Spenden/Verschenken).
4. Mache Dir bei der Auswahl eines bewusst: Alle Dinge, die Dein Gemüt in ferner Zukunft vielleicht einmal aufhellen könnten, sind unbedeutend für Dein jetziges Leben. Erstens kannst Du nicht wissen, ob Dir der Gegenstand in fünf Jahren noch gefällt (vermutlich nicht, wenn er jetzt schon beinahe durchgefallen ist), zweitens kannst Du weder Deine genauen Lebensumstände noch Deine räumlichen Kapazitäten voraussagen. Lebe für den Moment, erleichtere Dein Leben und schmeiße das Teil weg!



KATEGORIEN ZUM AUSMISTEN

Schwierigkeitsgrad ansteigend: von leicht bis schwer.

1. Badutensilien

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Startschuss: Leere Shampooflaschen und Tiegel mit winzigen Resten | <input type="checkbox"/> Cremes, Lotions |
| <input type="checkbox"/> Make-up | <input type="checkbox"/> Nagelscheren, Feilen |
| <input type="checkbox"/> Parfüm | <input type="checkbox"/> Nagellack |
| <input type="checkbox"/> Haarpflegeprodukte | <input type="checkbox"/> Hygieneartikel |
| <input type="checkbox"/> Zahnpasta, Mundwasser | <input type="checkbox"/> Proben, Hotel-Mitbringsel |

2. Hausapotheke

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Startschuss: Alte Arzneimittel, die nicht mehr haltbar sind | <input type="checkbox"/> Augentropfen |
| <input type="checkbox"/> Tabletten | <input type="checkbox"/> Salben |
| <input type="checkbox"/> Nasenspray | <input type="checkbox"/> Offenes Verbandzeug |

3. Küchenzubehör

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Startschuss: Abgelaufene Nahrungsmittel in Vorratsschränken | <input type="checkbox"/> Besteck |
| <input type="checkbox"/> Gläser | <input type="checkbox"/> Kochbesteck |
| <input type="checkbox"/> Tassen | <input type="checkbox"/> Töpfe, Pfannen |
| <input type="checkbox"/> Teller | <input type="checkbox"/> Ofenschalen |
| <input type="checkbox"/> Untertassen | <input type="checkbox"/> Tupperware, Behälter |
| <input type="checkbox"/> Schüsseln | <input type="checkbox"/> Backformen, Backzubehör |
| <input type="checkbox"/> Bretter | <input type="checkbox"/> Küchengeräte |

4. Haushaltspflege

- Startschuss:** Dreckige Schwämme und Bürsten
- Reinigungsmittel
- Putzeimer
- Besen, Handfeger
- Wischmopp
- Staubsauger (ggfs. Beutel austauschen)
- Seifenspende
- Tüten, Müllbeutel

5. Heimtextilien

- Startschuss:** Löchrige Handtücher, die man keinem Gast zumutet
- Bettbezüge
- Tischdecken
- Sofadecken, Überwürfe
- Schlafsäcke
- Geschirrhandtücher

6. Sperrige Gegenstände

- Startschuss:** Beschädigte Möbel gehören nicht ins neue Zuhause
- Truhen, Körbe und Boxen
- Deko-Objekte
- Wandbilder

7. Technik

- Startschuss:** Alte Ladekabel und Akkus, die zu keinem Gerät mehr passen
- Fernseher
- Computer
- Elektronikgeräte
- CDs, DVDs

8. Krimskrams

- Startschuss:** Dinge, die nicht mindestens einmal im Monat verwendet werden
- Brillen mit alten Dioptrien-Werten
- Gefundene oder vergessene Gegenstände
- Alte Schlüssel
- Kugelschreiber
- Maßbänder
- Feuerzeuge
- Anspitzer, Scheren, Radiergummis
- Werbegeschenke

9. Papierkram & Verpackungen

- Startschuss:** Gelesene Zeitschriften, Zeitungen und Prospekte
- Bücher
- Notizbücher
- Aktenordner
- Rechnungen
- Verträge
- Belege
- Bedienungsanleitungen
- Visitenkarten
- Kartons und Verpackungsmaterial

10. Kleidungsaccessoires

- Startschuss:** Unvollständige Paare (einzelne Ohrringe, Handschuhe ...)
- Schals, Tücher
- Sonnenbrillen
- Uhren
- Gürtel
- Geldbörsen, Kartenhalter
- Hüte, Mützen
- Krawatten
- Haarschmuck
- Ohrringe, Ketten, Ringe
- Broschen
- Manschettenknöpfe

11. Taschen

- Startschuss:** Klassische Fehlkäufe, die niemals getragen wurden
- Handtaschen
- Rucksäcke
- Laptoptaschen
- Reisetaschen
- Koffer
- Strandtaschen
- Jutebeutel

12. Schuhe

- Startschuss:** Schuhe mit durchgelaufener Sohle
- Sandalen
- Halbschuhe
- Sneakers
- Stiefel, Stiefeletten
- Winterschuhe
- Abendschuhe
- Sportschuhe

13. Bekleidung

- Startschuss:** Nach-der-Diät-Kleidung (sorgt nur für schlechte Stimmung)
- Blusen
- Hemden
- T-Shirts, Longsleeves
- Pullover
- Jeans, Hosen
- Röcke
- Kleider
- Unterwäsche
- Socken
- Leggings, Strumpfhosen
- Jacken, Westen, Mäntel
- Sportbekleidung
- Bademoden

14. Persönliches

- Startschuss:** Gegenstände, die beim ersten Anblick ein mulmiges Gefühl verursachen (z. B. Briefe vom Ex-Partner)
- Fotos
- Briefe
- Glückwunschkarten
- Geschenke
- Urlaubssouvenirs
- Kuscheltiere, Kindheits-erinnerungen
- Hobbymaterialien
- Brett- und Kartenspiele



