

DECLUTTERING.

Le domande guida per farlo efficacemente.

- **QUESTO OGGETTO LO UTILIZZO REGOLARMENTE?**
Se un oggetto non lo usi è probabile che non lo userai mai.
- **QUESTO OGGETTO FUNZIONA? VA BENE ANCORA?**
Es: un vestito che non è della tua taglia attuale, un oggetto non funzionante, la tecnologia obsoleta.
- **QUESTO OGGETTO È UN DOPPIONE?**
Es: doppi o tripli utensili da cucina, tante paia di jeans neri simili, un numero eccessivo di prodotti per la pulizia della casa e la cura del corpo.
- **QUESTO OGGETTO METTE IN PERICOLO LA TUA SALUTE?**
Es: alimentari o medicinali scaduti, creme e cosmetici vecchi, vestiti in tessuti sintetici che possono causare allergie cutanee, padelle che si scrostano.
- **QUESTO OGGETTO HA UN VALORE AFFETTIVO?**
Se ti trasmette gioia e sensazioni positive l'oggetto è da tenere. Se al contrario ti provoca emozioni dolorose lascialo andare.
- **QUESTO OGGETTO VALE LO SPAZIO E IL TEMPO CHE OCCUPA?**
Es: i soprammobili che hanno bisogno di essere spolverati, puliti e sistemati; gli oggetti vari che stazionano sui piani orizzontali della casa che rendono difficili le operazioni di riordino e pulizia.