

IL PROCESSO DI RIORDINO: PIANIFICA

- 1. DECIDI DA QUALE SPAZIO INIZIARE.** Ricordati che l'importante è affrontare uno spazio alla volta e fino in fondo.
- 2. SCEGLI LE PRIORITÀ.** Decidi se affrontare per primo lo spazio che ti irrita oppure quello che ti ostacola nelle azioni quotidiane.
- 3. DATI DEI TEMPI E RISPETTALI.** Fai una pausa ogni ora, prendi una boccata d'aria, riposa e poi ricomincia
- 4. SII GENTILE CON TE STESSA E PROCEDI CON I TUOI RITMI.**

PRIMA DI INIZIARE

- 5. VESTITI COMODA.**
- 6. PREPARA UN BICCHIERE D'ACQUA.**
- 7. SILENZIA IL TELEFONO ED EVITA TUTTE LE DISTRAZIONI.** Avvisa familiari e amici che il giorno stabilito non sei reperibile.
- 8. PREPARA SCATOLONI.** Cose da donare, da ricollocare in casa, da sistemare, da buttare.
- 9. FALLO DA SOLA.**
- 10. METTI IN SOTTOFONDO LA MUSICA CHE TI PIACE.**

PASSO DOPO PASSO

- 11. RIORDINA TUTTI GLI ABITI E GLI OGGETTI FUORI POSTO**



12. SVUOTA LO SPAZIO CHE VUOI RIORDINARE. Riponi tutti gli oggetti su una superficie pulita o in una scatola.

13. PULISCI L'AREA DI INTERVENTO.

14. DECLUTTERING. Seleziona quali oggetti tenere ed eliminare.

15. DIVIDI GLI OGGETTI RIMASTI PER TIPOLOGIA.

16. MODIFICA LO SPAZIO IN MODO FUNZIONALE.

17. RIPOSIZIONA GLI OGGETTI RIMASTI.

18. COMPRA DEGLI STRUMENTI DI ORGANIZZAZIONE che ti aiutino a rendere il tuo spazio più bello e funzionale.

FOCUS ARMADIO

TENERE SOLO QUEI CAPI E ACCESSORI CHE:

- indossiamo più spesso;
- ci fanno sentire a nostro agio e comodi;
- ci portano gioia;
- rappresentano il nostro stile attuale;
- ci valorizzano;
- di taglie poco diverse dalla nostra taglia attuale;
- legati a ricordi.

