Declutter Quest

Gestartet am _____

Ausmisten-Checkliste

Raum für Raum, Fach für Fach. Was bei dir nicht passt, lässt du einfach weg.

So geht's

1. Such dir einen Raum aus. Oder nur ein Regalfach.
2. Stell einen Timer auf 10 bis 15 Minuten.
3. Erst das Leichte: Müll, Abgelaufenes, Kaputtes.
4. Für jedes Teil: behalten, spenden, verkaufen oder entsorgen?
5. Tüte packen und noch am selben Tag rausbringen.

Unsicher? Ab in die Vielleicht-Kiste, Datum drauf, und an dem Tag entscheiden.

Küche

- [ ] Abgelaufene Gewürze, Soßen
- [ ] Vergessene Vorräte
- [ ] Dosen ohne Deckel, Deckel ohne Dosen
- [ ] Die Tüte voller Tüten
- [ ] Angeschlagenes Geschirr
- [ ] Werbetassen und Gratisgläser
- [ ] Doppelte Küchenhelfer
- [ ] Ungenutzte Küchengeräte
- [ ] Pfandflaschen zurückbringen
- [ ] Alte Schwämme und Tücher
- [ ] Zettel am Kühlschrank
- [ ] Die Krimskrams-Schublade

Schlafzimmer, Kleiderschrank

- [ ] Kleidung, die nicht passt
- [ ] Socken ohne Partner
- [ ] Ausgeleierte Unterwäsche
- [ ] Schuhe, die drücken
- [ ] Taschen, die du nie trägst
- [ ] Überzählige Kleiderbügel
- [ ] Bettwäsche fürs alte Bett
- [ ] Parfum, das du nicht benutzt
- [ ] Schmuck, den du nie trägst
- [ ] Nachttischschublade
- [ ] Unter dem Bett
- [ ] Der Klamottenstuhl

Bad

- [ ] Abgelaufene Medikamente
- [ ] Hotelfläschchen und Pröbchen
- [ ] Fehlkäufe: Cremes und Co.
- [ ] Altes Make-up und Nagellack
- [ ] Zahnbürsten, Rasierklingen
- [ ] Haargummis und Spangen
- [ ] Verschlissene Handtücher
- [ ] Abgelaufene Sonnencreme
- [ ] Leere Flaschen und Tuben
- [ ] Ungenutzte Stylinggeräte

Wohnzimmer

- [ ] Zeitschriften und Zeitungen
- [ ] Ausgelesene Bücher
- [ ] DVDs, CDs und alte Spiele
- [ ] Fernbedienungen ohne Gerät
- [ ] Kerzenreste und Teelichthüllen
- [ ] Zu viele Kissen und Decken
- [ ] Deko-Staubfänger
- [ ] Spiele mit fehlenden Teilen
- [ ] Vertrocknete Pflanzen
- [ ] Stapel auf dem Couchtisch

Kindersachen

- [ ] Zu kleine Kleidung, Schuhe
- [ ] Kaputtes Spielzeug
- [ ] Puzzles mit fehlenden Teilen
- [ ] Mitgebsel und Ü-Ei-Figuren
- [ ] Eingetrocknete Filzstifte
- [ ] Vollgemalte Malbücher
- [ ] Babysachen, die weg können
- [ ] Bastelarbeiten: ein paar behalten, Rest fotografieren
- [ ] Bücher für Jüngere
- [ ] Kuscheltiere: Die Lieblinge wählt das Kind

Flur und Garderobe

- [ ] Schuhe, die keiner trägt
- [ ] Jacken, die keiner anzieht
- [ ] Kaputte Regenschirme
- [ ] Schlüssel ohne Schloss
- [ ] Zu viele Jutebeutel
- [ ] Einzelne Handschuhe
- [ ] Post auf der Kommode
- [ ] Sachen zum Zurückgeben
- [ ] Jackentaschen ausleeren

Papierkram

- [ ] Werbung und Prospekte
- [ ] Alte Kassenbons
- [ ] Anleitungen (meist online)
- [ ] Alte Garantiescheine
- [ ] Steuerpapiere: Fristen prüfen
- [ ] Abgelaufene Gutscheine
- [ ] Unbenutzte Kundenkarten
- [ ] Glückwunschkarten sichten
- [ ] Visitenkarten
- [ ] Volle Hefte und Blöcke

Keller, Dachboden, Garage

- [ ] Nie ausgepackte Kartons
- [ ] Leere Kartons „für alle Fälle“
- [ ] Eingetrocknete Farbeimer
- [ ] Möbel „zum Reparieren“
- [ ] Doppeltes Werkzeug
- [ ] Sportsachen, die keiner nutzt
- [ ] Kaputte Lichterketten
- [ ] Fremde Sachen zum Abholen
- [ ] Balkon: kaputte Blumentöpfe
- [ ] Fahrräder, die keiner fährt
- [ ] Sperrmüll anmelden

Digitales

- [ ] Alte Handys und Ladekabel
- [ ] Fotodubletten, Screenshots
- [ ] Apps, die du nie öffnest
- [ ] Newsletter abbestellen
- [ ] Downloads-Ordner
- [ ] Dateien auf dem Desktop
- [ ] Vergessene Abos
- [ ] Stumme Gruppenchats
- [ ] Tabs und Lesezeichen
- [ ] Alte Konten und Logins

Wohin ist es gegangen?

Gespendet _____

Verkauft _____

Recycelt _____

Entsorgt _____

Insgesamt _____

Vielleicht-Kiste

Entscheiden am _____

Als Nächstes

_____

_____

_____

Meine 30 Tage

Kreuz einen Tag an, sobald etwas gegangen ist, und sei es nur ein Teil.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27	28	29	30