



Расхламление

Перед началом “марафона” давай договоримся сразу:

- ♥ мы не жалеем сломанные вещи
- ♥ мы не держимся за одежду, которую не носим уже более года
- ♥ мы не боимся сложной работы и разбираем весь хлам

Если готова — начинай!

Неделя с _____ по _____

- Разобрать старые вещи и разделить на две части:
 - на выброс
 - для нуждающихся
- Разобрать документы, разложить по папкам, подписать
- Избавиться от ненужных вещей в быту: например, нерабочие инструменты, тарелки со сколами и т.д.
- Купить органайзеры и разобрать вещи, которые лежат в одной куче
- Разобрать аптечку, обращая внимание на срок годности лекарств
- Разобрать все шкафы и полки в доме
- Избавиться от засохших растений, если вылечить их уже не получится
- Заглянуть на балкон/чердак, разобрать там вещи
- Почистить память на телефоне/компьютере, удалить ненужные файлы, при желании в галерее создать альбомы с событиями, распределить файлы по папкам
- Почистить в социальных сетях все ненужное: подписки, фото и т.д.

Подведи итоги своей недели:

1. Какого года была самая старая вещь, от которой ты избавилась в этот раз?

2. Заметили ли близкие, насколько очистилось пространство?

3. Что ты сейчас чувствуешь, избавившись от старья?

4. По твоим ощущениям, с какой периодичностью тебе нужно “расхламляться”?

Сохрани чек-лист, чтобы не забывать об этом важном этапе подготовки к новому этапу жизни. Со временем ты заметишь, что эта уборка была связана с новыми событиями в твоей судьбе.

Не забывай обновлять воду в своем аквариуме!

