

# 100 ΠΡΑΓΜΑΤΑ ΝΑ ΞΕΦΟΡΤΩΘΕΙΣ ΣΗΜΕΡΑ



# 100 ΠΡΑΓΜΑΤΑ ΝΑ ΞΕΦΟΡΤΩΘΕΙΣ ΣΗΜΕΡΑ

**Αφιερώνουμε 15 λεπτά την ημέρα**

Το ξεκαθάρισμα μπορεί να μας φαίνεται βουνό, ειδικά όταν δεν ξέρουμε από πού να ξεκινήσουμε. Η ευκολότερη λύση που βρήκα είναι να επιλέξουμε μια γωνία, ένα ράφι, ένα συρτάρι κλπ και να δώσουμε στον εαυτό μας 15 λεπτά για να ξεφορτωθούμε την ακαταστασία. Δεν είναι λίγος χρόνος. Πραγματικά αρκεί.

**Χρησιμοποιούμε για αρχή τη "μαγική" λίστα των 100 πραγμάτων**

Ακόμα κι αν δίνουμε στον εαυτό μας 15 λεπτά την ημέρα, το να γνωρίζουμε από πού να ξεκινήσουμε μπορεί να μας δυσκολέψει. Παίρνουμε σαν "μπούσουλα" τη λίστα με τα 100 πρώτα πράγματα που μπορούμε να ξεφορτωθούμε άμεσα.

Τη λίστα την έφτιαξα μετά από διάφορες λίστες που είχα βρει κατά καιρούς online και κατέληξα σε αυτή που με βόλεψε εμένα καλύτερα, πριν ξεκινήσω τη Marie Kondo μου διαδικασία.

Τα έχω χωρίσει ανά κατηγορία. Αλλά το νου μας να είμαστε ειλικρινείς με τον εαυτό μας και να μην κρατάμε πράγματα που "πιθανώς χρειαστώ στο μέλλον" ενώ δεν τα έχω χρησιμοποιήσει ποτέ μέχρι σήμερα! Ή πράγματα χαλασμένα με το σκεπτικό ότι "θα τα σουλουπώσω και θα δουλέψουν"!

Όσο περισσότερο εξασκούμεστε, τόσο πιο εύκολο θα μας είναι!

Καλά ξεκαθαρίσματα! <3

# 100 ΠΡΑΓΜΑΤΑ ΝΑ ΞΕΦΟΡΤΩΘΕΙΣ ΣΗΜΕΡΑ

## κουζίνα

- επιπλέον μπουκάλια νερού
- παλιές πετσέτες/τραπεζομάντηλα
- διπλά εργαλεία κουζίνας
- μαχαίρια που δεν κόβουν
- τάπερ/καπάκια τάπερ
- "γκάτζετ" που δε χρησιμοποιούμε
- παλιά menu delivery
- επιπλέον κουφές
- ποτήρια με αλάτα
- πιάτα με ρωχμές
- ξημένα τρόφιμα
- εξοχόν τελειωμένα μπαχαρικά
- ξημένα φάρμακα/βιταμίνες
- μαχμητάκια που δε μας αρέσουν

## μπάνιο

- φθαρμένες πετσέτες
- παλιά σφουγγαρόπανα
- αχρησιμοποίητα απορρυπαντικά
- παλιά ασηλιά/προϊόντα μαλλιών
- ξημένα/παλιά είδη μακιγιάζ
- δείγματα από ξενοδοχεία/free samples
- επιπλέον χτένες
- παλιές οδοντόβουρτσες/οδοντόκρεμες

## σαλόνι

- βιβλία διαβασμένα/αχρείαστα
- παλιά περιοδικά/εφημερίδες
- αφίσες/κορνίζες
- διακοσμητικά/βάζα
- χρησιμοποιημένα κεριά
- παλιές μαξιλαροθήκες
- μαραμένα φυτά
- επιπλέον σουβέρ
- περιττά μικροεπιπλα
- παλιά ριχτάρια
- παλιές/extra κουρτίνες
- φθαρμένα χαλιά

## γραφείο/μικροπράγματα

- επιστολές/αποδείξεις (mail)
- διαφημιστικά φυλλάδια
- παλιά ημερολόγια
- επιπλέον σακούλες δωρων
- αχρησιμοποίητα είδη χειροτεχνίας
- τελειωμένα μπλοκ ζωγραφικής
- είδη χόμπι που δεν κάνουμε πια
- μαρκάδοροι/σωλό που δε γράφουν
- φυλομποχίες/κηρομποχίες μικρές
- παλιά μπρελόκ/κλειδιά
- εποχιακά είδη (Christmas, summer, απόκρις)

## συσκευές ηλεκτρικά

- σκορπία καλώδια
- παλιά κιντά
- αδειες θήκες CD
- VHS-CDs-DVDs
- συσχεμαστές συσκευών
- παλιά αξεσουάρ ΗΥ
- παλιά CD ΗΥ
- παλιά εγχειρίδια ή ξενόγλωσσα handsfree
- φρακοί που δε δουλεύουν
- λαμπες

# 100 ΠΡΑΓΜΑΤΑ ΝΑ ΞΕΦΟΡΤΩΘΕΙΣ ΣΗΜΕΡΑ

## υπνοδωμάτια

- σεντόνια με τρύπες
- παλιά παλτώματα / κουβέρτες
- παλιά / επιπλέον μαξιλαρία
- φθαρμένα / ξεθωριασμένα ρούχα
- ρούχα που δε μας κάνουν
- μπουφάν/παλτό παλιά
- παπούτσια που μας στενεύουν
- παπούτσια φθαρμένα
- παλιές τσάντες ○ φθαρμένες βαλίτσες
- τσάντες που δε μας αρέσουν πια
- κάλτσες χωρίς ταιρί ○ μαλαθία αποθήκευσης
- παλιές πυτζάμες
- αφόρετα κοσμήματα
- κοσμήματα "ήρος επισκευή"
- πολυφορεμένα εσώρουχα
- αφέσουα (καπέλα κλπ) που δε μας αρέσουν πια
- διαφημιστικά μπλουζάκια
- επιπλέον κρεμάστρες

## παιδικά

- παιχνίδια μικρότερης ηλικίας
- σπασμένα παιχνίδια ή με κομμάτια που λείπουν
- επιπλέον λούτρενα ○ παιχνίδια-δωράκια-free <sup>πχ kinder</sup>
- επιτραπέζια που δε θέλουμε πια
- παιδικά αφέσουα (γιόγιο, πιπίλες κλπ)

## δωαισθηματικά / αναμνηστικά

- φωτογραφίες παιδιών
- εργασίες παιδιών
- βιβλία / τετράδια προηγούμενων τάξεων
- παιδικά μας ενδυμα
- ευχετήριες κάρτες
- θοδεις / παρόμοιες φωτογραφίες αλμπουμ
- παλιά παιχνίδια - βιβλία που κρατάμε για ενθύμιο
- παλιά ρούχα - ενδυμα

## τσάντα / πορτοφόλι

- αποδείξεις ○ ληγμένα κουπόνια
- σκουπίδια από φαγητό κλπ
- κάρτες μέλους ○ σημειώσεις

"We need much less than we think"  
mama angelou