

Kurz Zamilujte si svůj domov: 4. lekce

Výzva týdne

1. Den

Noční stolek

Prvním kritickým místem, na které se můžete zaměřit, je noční stolek. Nebývá úplně velký, takže to nebude tak náročné. Zároveň ale tím, že si uklidíte a zútulníte právě noční stolek, můžete mít už dnes krásnější večer i kvalitnější spánek.

Úkol 15 minut:

Co ve svém nočním stolku mít nepotřebuji?

Vytáhněte ze svého nočního stolku všechny věci, které v něm v tuto chvíli máte a během 15 minut je jednu po druhé projděte a rozhodněte se:

Které věci můžete rovnou vyhodit

Které věci uložíte jinam

Které věci si v nočním stolku chcete nechat

2. Den

Umyvadlo, vana/sprchový kout

Koupelna by měla být podobně jako třeba ložnice místem občerstvení a relaxace. Místo toho vás už při vstupu do ní často rozbolí hlava z pouhého pohledu na množství barevných lahviček, které se nedají přehlédnout. Pojďte to změnit.

Úkol dne – 15 minut

Co už nepotřebuji? Co můžu uložit jinam/jinak?

Všechny věci, které máte uložené na umyvadle, ve sprchovém koutě nebo na vaně, jednu podruhé roztřídte. Prošlé nebo nepotřebné věci vyřaďte. Zbylým věcem se snažte najít co nejlepší možné umístění, nejlépe v uzavřené koupelnové skříňce či poličkách. Věci, které používáte denně a chcete je mít opravdu po ruce, můžete uložit do nějakého krásného košíčku, který bude zároveň sloužit jako nenápadná koupelnová dekorace.

Pár tipů pro každodenní život v koupelně

- **Co můžete, to schovejte:** Už jsem to zmínila několikrát, ale pro jistotu to chci zdůraznit ještě jednou. Koupelna je zpravidla malá místnost a čím více věcí budete mít na očích, tím více bude vaše koupelna budit dojem nepořádku. Vše, co tedy můžete, uložte do skříněk, zásuvek nebo již zmíněných košíků.
- **Využijte háčky:** Některé věci zkrátka schovat nemůžete, i kdybyste chtěly. V koupelně k takovým rozhodně patří ručníky, které zkrátka někde schnout musí. Na ručníky využijte háčky, které můžete zavěsit i otopný žebřík. Ručníky tak budou působit přece jen elegantnějším dojmem. A pokud chcete docílit toho, aby vaše koupelna působila uklidňujícím dojmem, určitě volte jednotný barvu ručníků. I dětské ručníky a osušky mohou být krásné a elegantní a nemusí vždy hýřit všemi barvami.
- **Respektujte váš každodenní život:** Objevují se na vaší vaně nebo na zemi stále dokola obnošené svršky celé rodiny i když máte koš na prádlo v komoře? Možná by stálo za to zamyslet se nad tím, jestli nějaký koš na prádlo nechybí přímo ve vaší koupelně než se každý den zbytečně rozčilovat nad tím, že věci nejsou tam, kde mají být.

3. Den Zádveří

Vejdete domů a už za dveřmi vás vítá změť tašek, rozházených bot a svršků? Ano, právě zádveří patří mezi nejvíce exponovaná a kritická místa našich domovů. Proměnit právě toto místo v oázu klidu může být pořádnou výzvou a může to zabrat i pěkných pár týdnů. Rozhodně to ale nezdávejte. Začít můžete už dnes.

Úkol 15 minut

Co v našem zádveří přebývá a co naopak chybí?

Zkuste se nejdřív zamyslet nad tím, zda problém vašeho zádveří není zejména velké množství věcí. Prvním krokem tak bude jejich vytřídění nebo přesunutí jinam. Možná je ale důvodem i to, že organizační řešení není úplně vhodné. Zkuste si tedy položit následující otázky:

- Máte určené místo, kam ukládáte klíče a došlou poštu?
- Máte dostatečně při ruce botník, kam lze rychle uložit aktuálně používanou obuv?
- Máte dostatek háčků či ramínek na bundy a kabáty?
- Máte po ruce místo, kam můžete hned po příchodu uložit čepice a šály?

4. Den

Okraj kuchyňské linky/tzv. šuplík na všechno

Tak schválně, s kterým ze dvou výše uvedených věcí zápasíte u vás v kuchyni vy? Také jste někde četla nebo slyšela, že právě v kuchyni byste měla mít nějakou zásuvku „na všechno“ a přišlo vám to jako skvělý nápad? A jak vypadá tahle zásuvka dnes?

Máte v ní opravdu doslova všechno, jen vlastně vůbec nevíte co, a hlavně to stejně nikdy nemůžete najít, protože věci v ní skladujete ve třech vrstvách? Tak teď je ten správný čas proměnit tohle kritické místo v uspořádaný a milý koutek vašeho domova, kde najdete přesně to, co potřebujete, a především kdykoliv to potřebujete.

Úkol 15 minut

Nejdřív ze všeho zásuvku/případně věci, které se vám povalují volně na lince a všechny věci z ní roztříďte.

- Které věci si chci v kuchyni nechat?
- Které věci patří jinam?
- Které věci můžu rovnou vyhodit?

5. Den

Jídelní/konferenční/pracovní stůl

Kritickým místem bývají v domácnosti nejčastěji v podstatě veškeré stoly a stolky. Vlastně se není čemu divit. Každá větší volná plocha sama o sobě vybízí k tomu, abychom na ni odkládali vše, co zrovna nemáme kam dát. Je jasné, že těžko budeme udržovat všechny naše stoly a stolky bez věcí a pouze na okrasu. To by asi nedávalo příliš smysl a prakticky by tak postrádaly svoji funkci. Rozhodně ale stojí za to, věnovat jim svoji pozornost a přemýšlet, jak i v tomto případě můžete z kritického místa vytvořit útulný a krásný koutek. A právě to je výzva pro dnešní, ale vlastně i každý další den. 😊

Úkol 15 minut

Vyberte si jeden z uvedených stolů ve vašem domově a zaměřte na něj celý den svoji pozornost. Pro začátek bych ale doporučila začít s jídelním stolem, případně konferenčním stolem.

Hned ráno zkontrolujte stav stolu, a ještě před snídaní dejte pryč vše, co na něj nepatří. To stejné zopakujte před každým jídlem. U konferenčního stolu nejpozději večer před spaním.

