

een lange rechthoek te maken. Sla de korte zijden om, naar het midden toe. Vouw het pakketje nog eens in tweeën of drieën. De hals en de onderkant van een shirt zijn dan naar binnen gevouwen. En nu komt het: je stapelt je rechthoekjes niet op een plank, maar zet ze rechtop in een la of schoendoos. Het ziet er geweldig georganiseerd uit. Van sokken en panty's maak ik altijd knoedeltjes. Volgens Kondo rekt dat het elastiek in de stof te veel op. Bij panty's leg je de tenen op elkaar. Vouw door drieën. Rol op. Zet je rolletjes rechtop in een doos, met de draaiing naar boven. Sokken worden rechthoekjes door ze twee keer dubbel te vouwen. Ook die plaats je rechtop. Aan de roede van je kast hang je wat lang en zwaar is links. Naar rechts toe wordt de kleding korter en de stof dunner. De aanblik van een opwaartse lijn zou een optimistisch gevoel geven. Na drie uur kastorganisatie haal ik mijn vriend. Ik maak een armgebaar naar mijn kast. De rolletjes en rechthoekjes nemen heel weinig ruimte in, slechts een kwart van wat het eerst was. Hij trekt zijn wenkbrauwen op, alsof hij wil zeggen: lekker belangrijk. De opruimmethode gaat ook over een minimalistische administratie. In mijn kantoortje wachten belangrijke documenten in

LEZEN

- ★ *Opgeruimd!*, Marie Kondo € 18,95, uitgeverij Lev.
- ★ *Grip op chaos, de zeven sleutels tot opgeruimd leven*, Els Jacobs € 18,95, Simplify Life en uitgeverij Fontaine. Meer informatie over Els Jacobs lees je op Dehuisshoudcoach.nl

'HOE MEER RUIMTE IN HUIS ERBIJ KOMT, HOE MEER ENERGIE IK KRIJG. IK GA ZELFS OP PILATES'

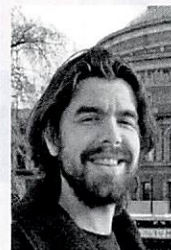


doorgezakte postbakjes. Kondo's basisregel: twee mappen volstaan en bijna alle papieren kunnen weg. Salarisoverzichten? Na controle de papierbak in. Alleen wat onder Snel Wat Mee Doen valt, bewaar je, zoals formulieren die je nog moet invullen. Daarnaast heb je een map voor de categorie Moet Echt Bewaard Ook Al Wordt Je Er Niet Blij Van, zoals garantiebewijzen en huurcontracten. Omdat je deze papieren zelden nodig hebt, hoeft je niet moeilijk te doen over de manier waarop je ze archiveert. Gewoon allemaal in een doorzichtige map. De handleidingen van elektrische apparaten durf ik direct weg te doen. Want

wanneer sla je die nog open? Ze staan tegenwoordig gewoon op internet. Oud studiemateriaal kijk je toch niet meer in. Adieu. Maar de rest kan ik toch niet zomaar wegmikken? Ik ben zzp'er. Twee weken lang schuif ik mismoedig de echte klus voor me uit: het uitzoeken en opbergen van documenten. Als er bezoek is, houd ik de deur van mijn kantoortje dicht. Alles verandert als ik een shredder in huis haal. Papieren die met geldzaken te maken hebben, kun je maar beter versnipperen. Ik heb ook zes nieuwe ordners in huis gehaald. Want ik wil die papieren toch echt onderbrengen in verschillende ordners met tabbladen, tegen het advies van de opruimgoeroe in. Ik sorteert de paperassen. Is er een jaaroverzicht? Dan kunnen de maandfacturen weg. Mijn dochter wil op haar vrije woensdagmiddag best voor Chef Papiervreter spelen. Ze jast paperassen door het elektrische apparaat. Jeng jeng! Nooit geweten dat een shredder zo leuk is. Chef, mijn dochter dus, wil telkens nieuw papier. Dus we werken snel. Terwijl ik documenten selecteer, perforeert ze ook nog gaatjes in alles wat ik wil bewaren. We stoppen de papieren in de nieuwe ordners. Brieven, geboortekaartjes en bidprentjes houd ik apart. Ik schuif ze bij elkaar in een kartonnen doosje. Tassen vol reepjes en confetti gaan naar de papiercontainer.

THE NEW ME

De methode is voor mij een echte firestarter. Hoe meer ruimte in huis erbij komt, hoe meer energie ik krijg. Ik ga op pilates en teken een contract voor een flexplek in een kantoor met andere journalisten. 'Opruimen werkt therapeutisch,' zegt Els Jacobs, die zichzelf de Huishoudcoach noemt, sinds zeven jaar als organizer aan huis werkt en onlangs het boek *Grip op de chaos* uitbracht, een stappenplan voor een goede basisorganisatie in je huis. Tijdens het opruimen kom je voor allemaal kleine



Ruben van Grootveld van administratiekantoor Big Field doet de papierwinkel voor creatieven.

★ *Stel: je wilt schoon schip maken. Hoe pak je het aan met de documenten?* 'Het is fijn om met nieuwe ordners te beginnen. Ga niet voor twee mappen, maar neem er zes, of tien. Zet erop wat erin zit: zorgverzekering of belasting. Wettelijk ben je - als particulier - niet verplicht je administratie te bewaren. Maar de belastingdienst kan tot vijf jaar terug belasting navorderen. Daarom is het verstandig je loonstrookjes vijf jaar te bewaren. Voor zelfstandigen is de bewaartermijn zeven jaar, soms zelfs tien. De tip die ik altijd aan cliënten geef: zet een doos in de woonkamer. Daarin kun je alle bonnen uit je broekzak, handtas of rugzak kwijt. In no time zit het in je systeem.' ★ *Ben jij privé ook tiptop georganiseerd?* 'Dat was ik. Maar mijn vriendin kan goed tegen rommel. Als ze thuiskomt, gooit ze haar tas en jas in een hoek. Niet eens bewust hoor. Ze wordt gewoon niet onrustig van troep. Hoe is het mogelijk, dacht ik. Maar het is ook wel prettig om de boel een beetje te laten versloffen, anders ben je alleen maar bezig met opruimen. Zakelijk blijf ik geordend. Ik ben erg van een leeg bureau, probeer alle post dezelfde dag nog te verwerken en alles heeft een vaste plek.'

beslissingen te staan. Als je die allemaal hebt genomen, komt er ruimte vrij voor grotere beslissingen.' Een maand lang sorteert ik drie keer per week een paar uurtjes. Aan mijn kantoortje heb ik een hele dag besteed. Maar de klus is nog niet af. Ook na de tweede maand heb ik nog lades met ceinturen en kettingen die uitgezocht moeten worden. In mijn kantoor wachten diploma's, lege inktcartridges, reserveknopen en visitekaartjes. 'Mensen denken: als ik even doorbijt, is het in drie dagen opgeruimd,' zegt Jacobs. 'Maar het kost vaak veel meer tijd. Als je een kast openmaakt, moet je al die spullen bekijken en beslissingen nemen. Zeker bij dingen van vroeger moeten je afwegingen kunnen rijpen. Houd zulke spullen nog even apart. Je mag die best even laten liggen.' Een kast als een bento box, dat hield ik zo'n drie weken vol. Er liggen nog maar weinig strakke rechthoekjes. Zodra er wat rolletjes

uit de schoendoos verdwenen, kudel-den de overgebleven 'sushi's' om. Maar goed, elke subcategorie heeft nu wel een eigen lade of doos. Dus ik grijp altijd raak. En mijn kleding vermengt zich nooit tot een grote hoop op een plank. We wennen snel aan de nieuwe opruimsysteempjes. Mijn dochter heeft een grote vakjesbak voor alles wat ze 's ochtends gebruikt. En onze tassen hangen aan haken, zodat we nooit meer hoeven te zoeken. ■

Benieuwd hoe onze vlogger Sue de leer van Marie Kondo toepast? Kijk op Flairathome.nl/MarieKondo

Je huis niet op orde? Dan ben je vast creatief!

Je huis is een afspiegeling van jezelf. Uit onderzoek van hoogleraar psychologie Sam Gosling komen twee typeringen het sterkst naar voren: geordend en doelgericht versus rommelig en creatief. Is een huis opgeruimd, ingericht met lichte kleuren en staan er minimalistische maar comfortabele meubels? Dan heb je met doelgerichte, plichtsgetrouwe en gedisciplineerde mensen te maken. Slingeren er spullen rond, zie je landkaarten, heeft het huis kleur? Dit duidt op creatieve, flexibele bewoners. Ze staan open voor nieuwe ervaringen en laten hun kinderen niet direct opruimen als ze speelgoed hebben gebruikt. Creativiteit en een slordigere omgeving lijken dus hand in hand te gaan. Wout Fontane Pennock, gedragspsycholoog bij Pennock & Postema: 'Creatieve mensen hebben graag alles in hun gezichtsveld en laten daarom spullen liggen. Zij putten er inspiratie uit. Door naar voorwerpen en knipsels te kijken, gaan de gedachten stromen en kom je op ideeën.' Rommel is dus niet per se slecht. Het bureau van Roald Dahl was altijd een bende. Wat is belangrijk voor mensen met een opgeruimd karakter? 'Orde en rust. Zij stoppen hun spullen weg nadat ze die gebruikt hebben. Uit onderzoek blijkt dat je je zo beter kunt focussen.' De gulden middenweg is natuurlijk: niet in de stress schieten van wat rommel, maar de boel wel een beetje bijhouden.