



Как ввести в жизнь минимализм

Гардероб

- Пересмотрите свой гардероб и уберите оттуда все, что не надевали больше года
- Уберите вещи, которые вам не подходят
- Продайте дизайнерские вещи на Avito или где-нибудь еще.
- Уберите все те вещи, которые не брали с собой в отпуск уже 4 сезона
- Возьмите все то, что осталось, отсчитайте количество вешалок, которые вы ходите видеть в платяном шкафу, повесьте на них самое любимое.
Главное условие: вы не сможете купить одежду больше, чем число вешалок. В противном случае вам придется расстаться с чем-то.
- Избавьтесь от каждого носка, на котором есть дырка (и даже, если она только намечается!)
- Отсчитайте количество носков и нижнего белья по количеству дней недели + 1, от остального избавьтесь
- Сократите количество обуви до двух пар по каждой категории (или даже до одной!)
2 пары босоножек, 2 пары туфель, 2 пары кроссовок и тд

Гостиная/спальня

- Уберите вещи с поверхностей. Чистые линии дают ощущение

пространства.

- НИКОГДА не бросайте грязное белье и одежду на пол. Сразу в стирку!
- Обозначьте 3-4 самых красивых и любимых предмета
- Разложите важные бумаги по папкам, а газеты- в специально отведенное место
- Оставьте 4-5 самых любимых предмета мебели, избавьтесь от остального. Комната будет смотреться просторнее.

Ванная комната

- Выбросите лосьоны, скрабы и шампуни старше одного года
- Сократите количество вещей по категориям: шампуни, кремы, помады, лаки и т.д..

Пусть у вас останется немного, но самое любимое.

- Придумайте и так продумайте свои ритуалы, чтобы в процессе использовать все средства по уходу
- Храните средства, которые вы используете редко, отдельно от тех, что используются часто

Кухня

- Избавьтесь от «двойников»
- Отдайте те предметы и электронные приборы, которыми вы почти не пользуетесь: вафельницы, машинку для приготовления пенки для

капучино и т.д.

- Выберите 10 самых любимых чашек (кружек, стаканов), остальное подарите
- Выбросите старые соусы, специи, добавки
- Организуйте пространство в холодильнике таким образом, чтобы был виден каждый продукт. Это существенно сэкономит время, деньги и нервы.
- Выбросите старые соусы, специи, добавки

Создано с помощью онлайн сервиса Чек-лист | Эксперт: <https://checklists.expert>

как это убрать?