

# Opgeruimd het nieuwe jaar in

Een nieuw jaar beginnen met een schone lei én een huishouden dat aan kant is? Klinkt als een goed voornemen. Begint u ook altijd vol goede moed, om halverwege januari te verzanden in oude patronen? Wanhoop niet, er is hoop.

Tekst  
**RENSKE SCHRIEMER**  
Foto's  
**DESIGNPRESS**

Zou het niet heerlijk zijn om vanaf het nieuwe jaar post gelijk te openen en te behandelen? En om stapeltes-van-alles-overal te voorkomen? Niet langer besluiteloos rommel in de kast te duwen en op tijd te stofzuigen? Gewoon met een goed gevoel thuis komen in uw eigen huis dat er best mag zijn, of in elk geval binnen een kwartier weer toonbaar, enigszins gestyled en fris is?

Meerdere keren riep ik overmoedig een nieuw jaar uit tot 'Het jaar van de orde', als ik even voor mezelf mag spreken. Met meer of minder succes zette ik me dan aan achterstallig opruimwerk, reparaties aan lampen en plinten en het wassen van de hoezen op de bank. Vuilniszakken vol overvloedige kleding en huisraad verdwenen richting kringloop en tijdens administratie-uurtjes probeerde ik mijn in- en uitgaande post in lijn te krijgen. Maar nooit behaalde ik de eindstreep.

En eigenlijk wist ik ook niet waar die lag. Nog voor ik tot een nieuw huishoudregime was gekomen, slopen de hoopjes en stapels al weer mijn leven binnen. Om moedeloos van te worden. Een eerlijk gezegd, de goedbedoelde zelfhulpboeken en opgewekte lijstjes in de bladen maakten me vooral nijdig. Dat bewaren op alfabet en nummer en in luchtdichte dozen een goed idee, dat snap ik ook wel. Maar hoe krijg ik het voor elkaar?

"Ja, dat soort opruimtips is eigenlijk alleen leuk voor toch al supergeorganiseerde mensen die zich nog eens extra willen uitleven", zegt Els Jacobs bemoedigend. Ze is huishoudcoach en schreef boeken met aantrekkelijke titels als 'Vrotlijk huishouden' en 'Alles onder controle met de huishoudcoach'. Misschien helpt dat, een huishoudcoach?

Overzichtelijk opgeruimd in een handig meubeltje.



Heleen Nienhuis van De Organizing Studio. De Groningse gaat een lezer helpen met opruimen.

is veranderd. De meeste mannen én vrouwen werken en de rolverdeling in huis is lang niet altijd helder. Tel daarbij op dat we ons graag ontwikkelen, een leuke ouder willen zijn als er kinderen komen en liefst ook nog met vrienden op pad willen. En je voelt het aan: chaos in huis ligt op de loer."

Gek genoeg zijn het vaak juist de perfectionisten die ten prooi vallen aan een ongeorganiseerd huishouden, weet Jacobs. "Ze vinden dat ze er echt goed werk van moeten maken, maar dat moment komt niet. Of het resultaat van een poets- of opruimactie voldoet niet aan de te hoge verwachtingen - of aan de mooie foto's in het woontijdschrift - en teleurstelling ligt op de loer." Twijfelars, mensen die veel voor anderen doen en wereldverbeteraars lopen hetzelfde risico. En ook als je denkt dat een ander het wel voor elkaar heeft in huis, bedenkt dan: zij zijn waarschijnlijk net zo goed in het aanhaken van de woonkamer als jij. "Toegeven dat je je huis niet onder controle hebt, is een beetje gênant.

Daar lopen mensen niet mee te koop", weet Jacobs. "Waarschijnlijk heeft een op de drie mensen een ongeorganiseerd huis." Zeker in tijden van tegenslag of ziekte, raken we gemakkelijk de controle kwijt. En wie eenmaal een achterstand heeft, zal merken dat het moeilijk is die in te lopen.

Jacobs putte vooral uit eigen ervaring en ontwikkelde zo haar strategie om huishoudens op orde te krijgen. Een gezellig huis waar je je spullen kunt terugvinden, begint - het is niet verrassend - met opruimen. In haar boek 'Aan de slag met de huishoudcoach' loodst Jacobs de lezer in twaalf weken door een opruimprogramma. Een-voudig, elke dag een kwartiertje extra opruimen op de vierkante meter. Dus niet - pas op, valkuil! - een hele kamer in een keer willen opruimen, want dat kost tijd.

Maar één lade of één plank tegelijk, en liefst een plek waar je vaak komt, dus niet de zolder of kelder - valkuil 2! "Gewoon per dag meer orde aanbrengen", zegt Jacobs. Want te vaak ziet ze



## Wonen&Co verloot opgeruimde kamer

Wonen&Co begint het nieuwe jaar goed. We geven een heerlijk cadeau weg. Dat bestaat uit een professioneel opruimadvies voor wie een chaotische woonkamer, een rommelige keuken of een ander vertrek in huis heeft waar wel eens de bezem door mag. En het blijft niet alleen bij een advies: de goede raad wordt ook nog uitgevoerd. We maken iemand blij met een opgeruimd vertrek waar rust van uit gaat.

De gratis opruimessie wordt voor ons gedaan door Heleen Nienhuis uit Groningen. Zij heeft van opruimen haar beroep gemaakt. Ze staat klaar om een lezer van Wonen&Co te helpen. Heleen is een cursiste van Els Jacobs. Ze volgde de Opleiding tot Professional Organizer voor Particulieren in Utrecht. Sindsdien heeft ze een eigen praktijk: De Organizing Studio. Hoe kom je in aanmerking voor gratis opruimhulp? Stuur vóór 12 januari een email naar redactie@wonenenco.nl onder vermelding van 'opruimen'. Leg in vijf zinnen uit waarom de opruimprofessional uitgerokend bij jou aan de slag moet en stuur een foto mee van de rommelkamer waar het om gaat. Vergeet niet de volledige naam, adres en telefoonnummer te vermelden.

Alleen de winnaar krijgt van ons bericht.

Meer informatie: [www.organizingstudio.nl](http://www.organizingstudio.nl)

opruimgoeroe's crashprogramma's aanbieden: te rigoureus en te strak. "In dertig dagen een georganiseerd leven. Het werkt vaak wel maar je houdt het nooit vol."

Na het opruimen volgt het ordenen van de papieren en de administratie, want die is vaak ook niet op orde, weet Jacobs. En pas daarna is het tijd voor schoonmaken en het 'inbakken' van nieuwe routines: dagelijkse opruimkwartiertjes, snelle en uitgebreide poetsrondjes en halfuurtjes om de post in te verwerken. Ondertussen heeft Jacobs in haar aanpak alle begrip voor de valkuilen. Voor de mensen die als een kip zonder kop te werk gaan, in de woonkamer beginnen en zichzelf in de badkamer terugvinden, zich afvragend wat ze nu eigenlijk hebben gedaan.

En het werkt! "Ik krijg vaak mail van mensen die me zeggen dat ze me eeuwig dankbaar zijn, dat hun leven veranderd is en dat ze nu in een gezellig huis wonen, zonder stress. Het geeft rust om weer controle te hebben over je leven en je spullen."

Ook toe aan een gezellig en gestroomlijnd huis(houden)? Begin vandaag nog en houd het simpel. Elke dag het aanrecht netjes en schoon is volgens de huishoudcoach een prima start.



Doorloop eerst het traject opruimen-ordenen-schoonmaken, daarna volgt een georganiseerd leven.



## Tips van de huishoudcoach

1. Gooi ideaalbeelden overboord. Een huis is om in te wonen en geen steriel museum.
2. Begin gewoon vandaag nog met opruimen, bijvoorbeeld met de eettafel. Fijn toch, als die leeg is aan het einde van de elke dag?
3. Vermijd uitstelgedrag: kost een actie minder dan vijf minuten, doe het dan gewoon nu!