

Frauenfrühstücks-Treff Maur

«Passt mein Kleid noch zum Kopf?»

Ein amüsanter und lehrreicher Vortrag über das Aufräumen und Entrümpeln der eigenen vier Wände, Caroline Bamert ist Aufräumcoach und Ordnungsmotivatorin.



Aufgeräumte Aufräumexpertin: Caroline Bamert unterhält das Publikum. SK

Am vergangenen Mittwoch war der Saal der Kirche St. Franziskus in Ebmatingen bis auf den letzten Platz besetzt. Es versprach ein unterhalt-

samer Morgen zu werden, denn «Aufgeräumt glücklich sein» war das Thema. Das Team des Frauenfrühstück-Treffs hatte gute Arbeit geleistet. Die liebevoll gedeckten Tische erfreuten das Auge, der feine Zopf den Magen und die guten Gespräche das Gemüt.

Ordnungsmotivatorin

Nach dem Frühstück folgte der Höhepunkt des Morgens, das Referat von Caroline Bamert, Aufräumcoach und Ordnungsmotivatorin. Zu Beginn wollte sie wissen: «Wie viele von euch hatten schon das Gefühl, dass sie zu viele Dinge haben, diese nicht mehr richtig wegräumen können? Oder Mühe haben mit dem Loslassen? Und dass sie gerne schöpferisch gehen.» Unglaublich viele streckten die Hand hoch, überall Gelächter, ja, das war ein Thema, das alle interessierte. Amüsant und äusserst unterhaltsam erzählte Caroline Bamert auch immer wieder Episoden aus ihrem Leben. Wie als sie in einem Geschäft Stumpfenkerzen kaufte, überzeugt,

keine mehr zu haben. Zuhause beim Versuch, das Gekaufte wegzuräumen, schon eine Schublade voller Kerzen vorfand. Und dann begann das Problem mit dem Einräumen. Kerzen wurden an Plätze geräumt, welche eigentlich einer Vase gehörten. Alle lachten und vermutlich erkannten sich die meisten in dieser Geschichte wieder. Die Referentin sagte: «Alles muss sein Plätzchen haben.»

Fix eingeplante Aufräumzeiten

Und wie entrümpelt man nun wirklich? Meistens steht man vor dem Schrank und weiss nicht, wo man beginnen soll. Caroline Bamert gab Tipps: «Genauso wie ihr ins Englisch oder sonst einen Kurs geht, plant euch die Aufräumzeiten fix im Kalender ein. Ihr hattet ja auch Zeit, das ganze Gerümpel ins Haus zu bringen...» Dann nach Kategorien aussortieren. Sie zeigte ein lustiges Foto mit vielen Sonnenschirmen nebeneinander, vielen Badetüchern, vielen Liegestühlen, und waren es auch noch viele Ba-

dekleider? Sie erklärte, wie wichtig Helfer seien, also angeschriebene Boxen – mit Aufschriften wie «das muss ins Brocki», «Abfall», «Altpapier» oder «Kleidersammlung». Dann gebe es noch die Ankleide-Probier-Box: alles anprobieren, als wäre man beim Einkaufen. Lachend sagte die Referentin: «Passen die Kleider noch zum Kopf oder hoffe ich, in Kleider hineinzuschrumpfen?» Und putzen soll man nicht gleichzeitig, so Bamert: «Sonst kommt ihr in den Frühlingsputz-Modus und die Energie fürs Entrümpeln ist dahin.» Man soll mit Einfachem starten, dem Bad, dann Schlafzimmer, Küche, Stube, Büro, Keller und als Schwierigstes sei die Sentimentalitäten-Box dran. Lachend meinte Caroline Bamert: «Für ein sofortiges Erfolgserlebnis entrümpelt eure Hausapotheke!»

Nächster Anlass: Donnerstag, 25. Januar 2024, 9.00–11.00 Uhr, Kirchgemeindehaus Kreuzbühl, Maur, «Die Kunst, gute Entscheidungen zu treffen» mit René Meier.

Stephanie Kamm