

Checklist voor Ontspullen:

1. Voorbereiding:

- Zet een tijdslimiet voor elke kamer.
- Zorg voor drie dozen/bakken: **Bewaren, Doneren, Weggoaien.**
- Zet muziek aan om in de juiste sfeer te komen.
- Maak een lijst van de ruimtes die je wilt aanpakken (bijv. slaapkamer, keuken, garage).

2. Kleding:

- Controleer je kast op items die je niet meer draagt.
- Beoordeel kleding op basis van staat, maat en hoe vaak je het draagt.
- Doneer kleding die je niet meer draagt of wegdoet vanwege een slechte staat.
- Gooi versleten kleding weg of recycle het.

3. Boeken en Tijdschriften:

- Bepaal welke boeken je echt wilt behouden en welke niet.
- Doneer boeken die je niet meer gaat lezen.
- Gooi tijdschriften weg die je niet meer nodig hebt.

4. Papieren en Documenten:

- Sorteer papieren op belang: belastingdocumenten, garantiepapieren, oude rekeningen, etc.
- Scan belangrijke documenten en gooi de papieren weg als ze niet meer nodig zijn.
- Maak een map voor archivering en een aparte voor documenten die je kunt weggooien.

5. Huisdecoratie en Meubels:

- Bekijk je meubels: Heb je ze nog nodig? Staan ze in de weg?
- Doneer of verkoop meubels die niet langer passen bij je levensstijl of die overbodig zijn.
- Herzie je decoraties en bewaar alleen de items die je echt waardeert.

6. Keuken en Servies:

- Gooi kapotte borden, glazen of bestek weg.
- Doneer overbodige keukengerei of servies dat je niet gebruikt.
- Controleer op ongebruikte apparatuur of gadgets die je niet nodig hebt.

7. Toys en Speelgoed:

- Sorteer speelgoed dat te klein is of dat je kinderen niet meer gebruiken.
- Doneer speelgoed in goede staat.
- Gooi kapot speelgoed weg.

8. Electronics en Apparaten:

- Bekijk oude gadgets, opladers en elektronische apparaten.
- Recycle kapotte of verouderde elektronica.
- Doneer goed werkende apparaten die je niet meer gebruikt.

9. Gezondheids- en Schoonmaakproducten:

- Controleer op verlopen producten (medicijnen, schoonmaakmiddelen).
- Gooi oude schoonmaakproducten en medicijnen weg.
- Doneer ongeopende, ongebruikte verzorgingsproducten.

10. Persoonlijke Spullen en Herinneringen:

- Ga door met persoonlijke items zoals fotoalbums, brieven en souvenirs.
- Bewaar alleen de meest betekenisvolle items en gooi de rest weg of doneer.
- Maak digitale versies van fysieke herinneringen die je wilt bewaren.

11. **Controleer alles nog eens:**

- Loop door het huis en bekijk of er nog dingen zijn die je over het hoofd hebt gezien.
- Zorg ervoor dat alles wat je hebt bewaard, een duidelijke bestemming heeft en daadwerkelijk nuttig is.

12. **Afsluiting:**

- Doneer de spullen die je hebt gesorteerd voor donatie.
- Breng het afval naar de vuilnisbak of recycling.
- Maak de ruimtes schoon en geniet van je opgeruimde omgeving!