BIETIGHEIMER ZEITUNG

AUFRÄUMEN UND AUSSORTIEREN – WEG MIT UNNÖTIGEM, ABER WIE UND WOHIN DAMIT?

„Dingen einen festen Platz geben“

Aufräumen Isabelle Goedecke ist Ordnungscoach. Der BZ verrät sie, warum Aufräumen viel mit Fragen zu tun hat und warum sie keine Fenster putzt. *Von Heidi Vogelhuber*

Spätestens seit dem Buch „Magic cleaning“ von Marie Kondo ist Aufräumen wieder salonfähig. Es gilt: „Weniger ist mehr“ und „Sammle Momente, nicht Dinge“, was auch das Motto des Aufräumcoachs Isabelle Goedecke (*rundes Foto: privat*) aus Vaihingen ist.

Frau Goedecke, wie konnte aus der ungeliebten Hausarbeit ein Trend, gar eine Lebenseinstellung werden?
Isabelle Goedecke: Marie Kondo hat gutes Marketing betrieben. Viele wünschen sich ein unabhängiges Leben voller Reisen, das ist einfacher mit weniger Besitz. Aber auch der Nachhaltigkeitsgedanke spielt stark hinein: Muss ich alles besitzen oder kann ich es mir ausleihen? Die Sharing-Generation wächst stetig. Inzwischen gibt es auch in der Region Läden, in denen man sich Elektrogeräte wie aus einer Bücherei ausleihen kann.



Meinen Sie, dass ein Wandel in der Gesellschaft stattgefunden hat?
Ich glaube der Minimalismus kommt immer mehr. Die Nachkriegsgeneration etwa hat oft ein Sammelsurium an Dingen – und daran hängen sie auch, da viele Erinnerungen damit verknüpft sind. Heutzutage wird öfters die Frage gestellt, ob man einen Gegenstand wirklich braucht oder ob man ihn nur besitzt und nicht benutzt. Der Fokus liegt mehr auf Erlebnissen als auf Dingen.

Was macht Sie zu einem guten Ordnungscoach?
Aufräumen lag mir schon immer im Blut, schon als Kind. Ich habe über die Jahre eine eigene Methode entwickelt, um auf die individuellen Bedürfnisse meiner Kunden eingehen zu können. Marie Kondo beginnt immer im Kleiderschrank, der ja zumeist im Schlafzimmer steht. Das Schlafzimmer, der Deutschen Heiligtum – das ist einigen einfach zu privat. Ich beginne mit einer Frage: Wo liegt das Problem? Wenn ein Raum für das Arbeiten von zu Hause gebraucht wird und dieser in der vollen Abstellkammer entstehen soll, ist das der Startpunkt.

Braucht man denn wirklich einen Profi? Kann nicht jeder aufräumen?
Natürlich, jeder kann aufräumen. Und jeder kann seine Steuererklärung machen und jeder kann seine Wohnung putzen. Man muss sich nur damit beschäftigen. Ich jedoch hasse es Fenster zu putzen, deshalb hole ich mir dafür Hilfe. Ich leiste mir das. So kann ich meine Zeit anders einteilen. Als Coach gebe ich meinen Kunden ein System an die Hand. Ich stelle ihnen Fragen, die bei der Entscheidung helfen, ob sie etwas brauchen oder nicht.

Sie arbeiten also mehr mit Menschen als mit Dingen?
Genau. Bevor wir einen Schrank öffnen, frage ich, was darin aufbewahrt wird. Es geht darum, Dingen einen festen Platz zu geben. Wo sind die Batterien, wo wird der Schlüssel abgelegt? Es ist oft nur der erste Schritt, das Konzept zu verinnerlichen, dann kommen meine Kunden zurecht. Das kann man auch den Kindern direkt mitgeben. Es sind die gleichen Probleme: Unordnung entsteht, indem Dinge keinen Platz haben und sich Unbenutztes ansammelt.

Haben Sie Tipps für die BZ-Leser zum Aufräumen und Aussortieren?
Im Kleinen anfangen und in Etappen vorgehen. So sind die positiven Effekte spürbar und es macht sogar Spaß. Das ist wie beim Skifahren. Niemand beginnt sofort mit der schwarzen Piste. Manche können sich besser und manche schlechter von Sachen trennen.

Ich empfehle fünf Kisten aufzustellen: Zum Verschenken, für Freunde, zum Verkaufen, Müll und Behalten, aber umräumen. Außerdem sollte man wegen aussortierten Geschenken kein schlechtes Gewissen haben. Die Tante wird wohl kaum beim nächsten Besuch nach der geschenkten Vase suchen.

Und wohin mit dem Zeug?
Wichtig ist, die Sachen schnell aus dem Haus zu bringen, sonst zieht man immer wieder etwas heraus oder es steht ewig herum. Müll wegwerfen und Gutes verkaufen – online oder in Secondhandshops oder an Diakonieläden spenden. Je nachdem, wie viel Zeit man investieren möchte.

Vielen Dank für das Gespräch.



Alexandra Stark-Ociepka betreibt einen Secondhandladen für Frauen sowie ein Geschäft mit gebrauchter Kinderkleidung und -zubehör. Sie kann einen Trend zu mehr Nachhaltigkeit beobachten. *Foto: Oliver Bürkle*

Mehr Zeit zum Aussortieren

Verkaufen & Verschenken Was passiert nach dem Ausmisten mit Kleidung, Büchern und Möbeln? Tipps aus dem Landkreis.

Kreis Ludwigsburg. Im Lockdown ist die Zeit, in der man sich im trauten Heim aufhält, stark angestiegen. Was davor kaum aufgefallen ist, stört plötzlich. Was ist das eigentlich für ein Chaos in der Schublade? Warum habe ich so viele ungetragene Klamotten? Heute gehe ich mal das Projekt vollgestopfter Keller an.

Dass es nicht nur so wirkt, als fangen plötzlich alle an, ihr Heim aufzuräumen und zu entrümpeln, bestätigt auch die Abfallverwertungsgesellschaf des Landkreises (AVL). „Der Restsperrmüll hat deutlich zugenommen, über zehn Prozent“, sagt AVL-Sprecher Frank Wittmer auf Nachfrage der BZ. Auch er vermutet, dass es „auf ein vermehrtes Ausmisten im Homeoffice zurückzuführen ist.“ Allerdings muss natürlich nicht alles im Müll landen. Vieles ist noch gut und kann ganz im Sinne der Nachhaltigkeit, an andere vermacht werden. Doch wohin mit den Sachen?

Wohin mit dem Aussortierten?
Möbeln kann man beispielsweise im Gebrauchtwaren-Kaufhaus der AVL, dem Warenwandel im Tammerfeld, abgeben. Dort werden sie günstig an Interessenten vermittelt. Bücher können ins Antiquariat Alt-Hoheneck in Ludwigsburg gebracht oder in Bücherschränke gestellt werden. In Bietigheim-Bissingen steht einer neben dem Bad am Viadukt.

Kleidung, Schuhe und Taschen können in Secondhandläden verkauft werden und bekommen so ein zweites Leben. Alexandra Stark-Ociepka betreibt einen solchen Secondhandladen in Asperg. Zwei sogar. Begonnen hat alles mit ihrem Kinderladen kids & more, den sie 2009 im Keller ihres Hauses eröffnete. „Es war ein Kindheitstraum, einen Secondhandladen zu führen.“ Anfangs betrieb die gelernte Arzthelferin den Laden noch nebenher.

Vom Neben- zum Hauptjob
„Es war ein Erfolg. Der Laden wurde sehr gut angenommen und so kaufte ich mir 2013 ein Ladengeschäft in der Asperger Bahnhofstraße“, sagt sie im Gespräch mit der BZ. Den Laden hat sie noch immer, eröffnete jedoch noch einen zweiten für Damenbekleidung, ladies & more. „Ich mietete den Laden direkt neben meinem Kinderladen an“, sagt sie. Ab Mitte Mai ziehen beide Geschäfte zusammen nach Unterriexingen auf 300 Quadratmeter Fläche. Dort soll ab Juli auch eine Ecke mit Deko-Material und ein Café integriert werden.

Ist denn ein Trend zum Kaufen von Gebrauchtem erkennbar? „Aktuell sind die Leute natürlich nicht so in Kauflaune, aber insgesamt ist es in den letzten Jahren viel mehr geworden“, sagt sie. Derzeit ist das Damengeschäft pandemiebedingt geschlossen, der Kinderladen gilt jedoch als Babyfachmarkt und darf öffnen. Saisonware kauft Stark-Ociepka als Kleider-Paket ab, selten nimmt sie auch Einzelstücke auf Kommission an. Drei bis sechs Monate bietet sie die Ware an, dann haben die Klamotten noch eine andere Chance, einen neuen Besitzer zu finden: „Wenn ich die Stücke nicht verkaufen kann, spende ich sie etwa an Diakonieläden“, erklärt sie. Sie wolle nicht, dass sich jemand daran bereichere, diese Befürchtung habe sie bei Kleidercontainern.

„Ich merke sehr, dass die Nachhaltigkeit vielen immer wichtiger wird. Aber auch die Tatsache, dass man für weniger Geld hochwertigere und individuellere Ware bekommt“, erklärt sich Stark-Ociepka den Gebrauchtwaren-Trend. *Heidi Vogelhuber*

www.ladiesandmore.de

Neufundland – Der Diakonieladen in Bietigheim

Der Diakonieladen in Bietigheim-Bissingen war wegen des Lockdowns lange geschlossen und ist es noch. Zwischen den Schließungen konnte Leiterin Katja Kinkel vom Kreisdiakonieverband feststellen: „Unterstützt durch viele Kleider-, Schuhe-, Taschen- und Haushaltsspenden verfügten wir über ein vielfältiges Angebot, welches unsere Kundschaft rege in Anspruch nahm. Dies war auch für unseren Laden wichtig, um Miete und Personalkosten tragen zu können.“ Da noch immer nichts abverkauft werden kann, erreichte der Laden seine Kapazitätsgrenzen. Als alternative Abgabestelle nennt Kinkel die Martinushelfer in Freiberg, Anmeldung: (0176) 11 95 42 17. *hevo*

Grüß Gott.

Von Oktober bis Olsok

Von Oktober bis Ostern. Die Eselsbrücke ersetzt jeden digitalen Kalender oder sonstige Erinnerungs-App. Man könnte mich nachts um 2 Uhr wecken und mich danach fragen, wann es Zeit ist, die Winterreifen auf- oder abzuziehen. Ich würde sofort den Spruch abspulen. Dieses Jahr war ich jedoch etwas nachlässig. An Ostermontag stellte ich überrascht fest, dass beim Auto bald ein Schuhwechsel fällig ist. Als es kurz darauf schneite, habe ich meine Eselsbrücke das erste Mal angezweifelt. Muss ich mir wegen des Klimawandels und sonstiger Eskapaden der Natur jetzt etwas Neues einfallen lassen? Vielleicht muss meine Gedächtnisstütze ab sofort „Von Oktober bis Olsok“ heißen. Der Feiertag erinnert an den Tod des norwegischen Königs Olav der Heilige, der in der Schlacht von Stiklestad starb – am 29. Juli 1030. Mit diesem krummen Datum wäre ich zumindest in diesem Jahr auf der sicheren Seite.

Claudia Mocek

App für Patienten

RKH-Kliniken App begleitet vor, während und nach dem Klinikaufenthalt.

Ludwigsburg. Am Montag wurde der erste Patient mit Hilfe der neuen Patienten-App im RKH-Klinikum Ludwigsburg aufgenommen. Die RKH-Kliniken wollen ihren Patienten eine App an die Hand geben, die ihn vor, während und nach einem stationären Aufenthalt oder einer ambulanten Behandlung begleitet. Sie soll nicht nur Dokumente, Checklisten und Fragebögen zur Verfügung stellen oder über unterschiedliche Serviceangebote und Fachabteilungen informieren, sondern ein direkter Draht zur Klinik werden.

Geplant sind Benachrichtigungen über anstehende Behandlungstermine, das Einstellen von Therapieplänen, die Übermittlung und Überwachung von Vitalwerten wie beispielsweise Herzschlägen oder die Möglichkeit von Videosprechstunden. Mit Hilfe der App, die an das Krankenhausinformationssystem angebunden ist, könne man, so die Klinikenleitung in einer Mitteilung, den Patienten zukünftig rechtzeitig informieren: vor der anstehenden Operation über den OP-Termin, das Absetzen von Medikamenten und das Mitbringen von Unterlagen, nach der Operation über richtiges Bewegen oder Übungen, schonendes Essen und Kontrolltermine. *bz*

Umweltsünder

Kunststofftanks illegal entsorgt

Sachsenheim. Vermutlich am Wochenende wurden drei Kunststofftanks im Waldgebiet zwischen Häfnerhaslach und Sternenfels etwa zwei Kilometer westlich der Kreisstraße 1643 entsorgt. Es dürfte sich um Reste von Industrieanlagen handeln. Auffällig ist, dass sich an einem der Tanks noch Trassierband der Polizei befand. Der Müll muss mit einem größeren Fahrzeug mit Ladefläche transportiert worden sein. Hinweise an die Polizei unter Telefon (07147) 27 40 60. *bz*

Radkontrollen im Kreis: Viele Fahrräder haben technische Mängel

Kreis Ludwigsburg. Mit allen Polizeirevieren, der Verkehrspolizeiinspektion und dem Referat Prävention beteiligte sich das Polizeipräsidium Ludwigsburg am Mittwoch am bundesweiten Aktionstag „sicher.mobil.leben“. In zwei Zeitfenstern in den Morgen- und Mittagsstunden haben die Einsatzkräfte in den Kreisen Böblingen und Ludwigsburg insgesamt 660 Fahrzeuge kontrolliert. Darunter waren 483 Fahrräder, 155 Pedelecs und 17 Pkw. 153 Fahrerinnen und Fahrer von Fahrrädern und Pedelecs trugen keinen Helm.

Bei den Kontrollen stellten die Einsatzkräfte 169 Regelverstöße fest, von denen 149 durch Radler begangen wurden. In 97 Fällen war der technische Zustand der Räder mangelhaft, 19 mal benutzten die Radler verbotene Verkehrsflächen, sieben waren durch Handy- oder Kopfhörerbenutzung abgelenkt und drei weitere missachteten rote Ampeln. Bei 20 Verstößen durch Autofahrer und Autofahrerinnen handelte es sich in 13 Fällen um verbotenes Halten und Parken auf Radverkehrsflächen und um sieben weitere sonstige Verkehrsverstöße. Bei neun verkehrspräventiven Maßnahmen erreichte die Polizei 191 Bürgerinnen und Bürger. *bz*



Auch in Bietigheim wurde kontrolliert. *Foto: Martin Kalb*

SIEBEN-TAGE-INZIDENZ

171,6

Der Sieben-Tage-Inzidenzwert im Kreis lag am Mittwoch bei 171,6 Infizierten pro 100 000 Einwohner, das sind 3,3 mehr als am Dienstag. Als aktuell infiziert gelten 1719 Menschen, 25 mehr als am Vortag. Die Zahl der Todesfälle beträgt 471 Personen, eine Person mehr als am Vortag. In den Kreis-Kliniken werden 74 Covid-19-Patienten behandelt, 16 werden beatmet. Die Zahl der Impfungen (mit Hausärzten) beträgt 108 199. *bz*