

## **„PRZEDWIOŚNIE W MOIM POKOJU”**

### **- czyli jak sprawnie i efektywnie wysprzątać swoją przestrzeń.**

Kochani, chciałabym Wam zaproponować rozważania dotyczące ciekawych pomysłów na uporządkowanie i urządzenie wnętrza bez konieczności dokonywania wielkich przedsięwzięć, niewielkim kosztem za to z pomysłem i smakiem.

### **Zastanówmy się także dlaczego warto zachowywać ład i czystość w swojej przestrzeni?**

Temat być może wydaje się błahy i nie wymagający tzw. „rozkminiania”, jednakże czasami nie do końca wiemy jak szybko, sprawnie, efektywnie i bez zbędnych kosztów przeorganizować i uporządkować swój pokój czy kącik, który jest naszą przestrzenią.

### **Warto to jednak zrobić, dlaczego?**

Oto kilka moich argumentów przemawiających za wysprzątaniem swojego „kawałka podłogi”:

- Wysprzątana przestrzeń przyczynia się do poprawy nastroju - zwyczajnie lepiej się czujemy w czystych pomieszczeniach.
- Poukładanie i segregacja swoich rzeczy pozwala na taką organizację przestrzeni, która ułatwi nam codzienne funkcjonowanie.
- W schludnym pokoju zmienia się też nasze myślenie - łatwiej nam się skoncentrować na nauce, czystość przestrzeni wpływa na jasność umysłu.
- Porządki, pozbycie się nieładu i brudu, nowe ustawienia sprzętów lub mebli dają poczucie jakby stworzenia nowej przestrzeni, a to generuje poczucie komfortu i satysfakcji.
- Przegląd rzeczy, ubrań, sprzętów pozwala pozbyć się przedmiotów i odzieży zbędnej, zapelniającej niepotrzebnie pomieszczenia, zyskując przy tym miejsce na rzeczy potrzebne.
- Podczas zbierania rzeczy i ubrań niepotrzebnych - w dobrym stanie możemy pomóc potrzebującym, przekazując je w odpowiednie miejsca lub zarobić jakąś sumę pieniędzy na sprzedaży choćby na lokalnych, internetowych bazarkach.

Przedstawiłam Wam powyżej moje powody przemawiające za sprzątaniami swoich kątów, a może macie też inne? Proszę, napiszcie o nich w komentarzach pod artykułem ☺

### **Jak zatem zabrać się do efektywnego sprzątania? Od czego zacząć?**

1. Przygotuj sobie worki na śmieci i rzeczy do wyrzucenia oraz worki lub kartony na ubrania lub rzeczy zbędne, ale w dobrym stanie.
2. Proponuję najpierw zająć się pomieszczeniem, szafą, szafką, szufladami, gdzie masz najwięcej różnych rzeczy i od tego zacząć ich przegląd. Warto zwrócić uwagę na poniższe fakty:
  - Ubrania nie założone przez ostatni rok, raczej już nie zostaną przez Ciebie założone,
  - Niektóre rzeczy przekładamy z miejsca na miejsce, choć nigdy ich nie użyliśmy, są na tzw. wszelki wypadek, ale zazwyczaj nie staną się nigdy potrzebne - kolejne upychanie takich rzeczy nie służy niczemu,
  - Drobne rzeczy, bibeloty, małe przedmioty dobrze jest wkładać w pudełka, pudełeczka, oznaczając je w jakiś sposób,
  - Ubrania segregujemy według pory roku - na wierzchu, łatwo dostępne niech będą te, które aktualnie będziemy nosić, natomiast na inną porę roku warto spakować i schować gdzieś głębiej.
3. Zaczynając sprzątanie zajmij się jedną szafą, szafką itp. wytrzyj kurze lub odkurz szuflady odkurzaczem, potem poukładaj rzeczy potrzebne; rzeczy zbędne, ale w dobrym stanie spakuj do przygotowanego kartonu, śmieci posegreguj w workach, następnie przejdź do kolejnego mebla, gdzie trzymasz swoje rzeczy.
4. Jeśli udało Ci się wysprzątać wszystkie półki i szafki, oddzielając rzeczy potrzebne od zbędnych oraz śmieci, zajmij się oczyszczeniem kurzu z sufitów, lamp, ścian.
5. Nie zapomnij umyć okna, aby wpuścić pierwsze wiosenne promienie i móc podziwiać wiosnę przez czystą szybę
6. Na koniec odkurz podłogę i umyj ją płynem, by lśniła i pachniała.

**Wszystkie te czynności wykonasz bez zbędnego wydatku na drogie środki czyszczące - wystarczy ściereczka lub kilka ściereczek, woda z płynem do naczyń, którym można też umyć okna, wycierając je starymi, zwyczajnymi gazetami, jeżeli nie masz papierowych ręczników, a będą lśniły. Środek do mycia podłogi także nie musi być drogi. Możesz także umyć podłogę wodą z odrobiną płynu do naczyń, następnie wytrzeć suchą szmatką.**

Jeśli Twoje meble są nieco zniszczone lub znudziły Ci się nie musisz inwestować w nowe. Znacznie taniej będzie je odnowić, a można to zrobić na kilka sposobów :

- Możesz pomalować meble kolorową farbą do drewna, metalu lub farby odpowiedniej do tworzywa z jakiego są wykonane
- Możesz użyć okleiny samoprzylepnej i okleić np. blat biurka czy też półki
- W Internecie znajdziesz sporo pomysłów na wykonanie rozmaitych ozdób ścian, które można wykonać własnoręcznie z papieru, kartonu, materiałów łatwo dostępnych

Swoje ubrania również możesz przerabiać na różne sposoby np.

- Można ozdobić spodnie, bluzeczki, sweterki, trampki itp. niedrogimi cekinami, ćwiekami, naszywkami
- Ciekawym pomysłem jest wycinanie ulubionych nadruków z rzeczy już np. za małych i przyszywanie ich lub naklejanie klejem do odzieży na innym ubraniu
- Jeśli masz pomysł na nadruk lub ulubione zdjęcia, które chciałabyś mieć na ubraniu możesz umieścić je na zwykłych koszulkach, gładkich bluzkach, spodniach zanosząc do firmy, która się tym zajmuje ( w Grudziądzu np. Maldruk, Format). Wiąże się to jednak z pewnym kosztem, aczkolwiek nie tak dużym
- Można zakupić niedrogie barwniki do ubrań i przefarbować jakieś ciuszki na inny kolor, by znów z przyjemnością je zakładać
- Oczywiście mając zdolności krawieckie możesz wyczarować ze starego ciuszka lub kilku ubrań coś zupełnie nowego, niebanalnego - trzeba tylko chęci i kreatywności 😊

Rzeczy, ubrania, sprzęty, bibeloty, które odłożone zostały przez Ciebie jako te w dobrym stanie, ale już Tobie niepotrzebne możesz przekazać w kilka podanych niżej miejsc, udzielając w ten sposób pomocy - a ta zawsze jest darem bezcennym.

- Odzież w dobrym stanie, pościelenie, ręczniki, kołdry poduszki, zabawki możesz umieścić w specjalnie oznaczonych kontenerach PCK, które znajdują się w wielu miejscach na terenie miasta
- Tego rodzaju rzeczy, wymienione powyżej możesz zanieść do MOPR-u do asystentów rodziny, którzy udostępniają takie rzeczy osobom potrzebującym
- Możesz swoje rzeczy zbędne zanieść do Caritas-u

- **W Internecie, szczególnie przez Facebooka można znaleźć fundacje działające na rzecz potrzebujących ludzi, ale też zwierząt, które organizują bazarki, na których zbierane są pieniądze dla podopiecznych danej fundacji. (Przykładowe fundacje, które sprzedają rzeczy używane na pomoc zwierzętom to: Fundacja Zwierzęta Niczyje, Fundusz Migotkowy, Fundacja Kraina Zwierząt - jest ich wiele.) Przekazując swoje rzeczy na taki bazarek ofiarujesz swoją pomoc**
- **A może w Twojej okolicy mieszkają ludzie potrzebujący rzeczy, które Ty posiadasz, a są Ci zbędne? Pamiętaj, warto pomagać innym.**

Zapewne znasz też miejsca, na których możesz sprzedać swoje rzeczy, ubrania czy sprzęty - jeśli zależy Ci, by zyskać jakieś fundusze dla siebie wystaw je na sprzedaż na okolicznych bazarkach przez Facebooka, OLX, Allegro, Vinted, na pewno znasz takie możliwości.

**Pamiętaj o segregowaniu śmieci, pozbywając się zbędnych i zniszczonych rzeczy ze swojej przestrzeni 😊**

Kochani, zachęcam Was gorąco do zaplanowaniu dnia lub kilku dni na wysprzątanie swojej życiowej przestrzeni. Jest to wspaniały sposób na rozpoczęcie wiosny i poprawienie swojego samopoczucia psychofizycznego. Zachęcam Was również do kreatywności w tworzeniu i organizowaniu swojego pokoju, pokoiku, kącika - niech będzie on wyrażał Was samych. Zadbajcie o wystrój swojego kącika tak, by czuć się w nim jak najlepiej, by odzwierciedlał Wasze wnętrze, pozwalał na komfortowy wypoczynek, relaks, ale też naukę.

**Pamiętajcie, liczy się Wasza pomysłowość, można naprawdę wiele, gdy tylko pojawią się chęci do działania - czego Wam życzę 😊**

Dziękuję za uwagę i proszę o Wasze komentarze pod artykułem 😊

A może ktoś zechce przesłać zdjęcie swojej wiosennej przestrzeni? Będzie to bardzo miłe - zapraszam 😊.

Sylwia Pastewska