

Tips van Tante Dee

LINDSEY KONINKX

TIPS VAN TANTE DEE

Microresets, slimme routines en de magie van groene zeep:
rust voor huis en hoofd



ISBN 978-90-492-1434-0
ISBN 978-94-023-3110-3 (e-book)
NUR 400

Omslagontwerp: Alexandra de Vries
Auteursfoto: © Isabelle van Kerkwijk
Zetwerk: Mat-Zet bv

© 2026 Lindsey Koninkx en Meulenhoff Boekerij bv, Amsterdam

De uitgever heeft ernaar gestreefd alle rechten van derden te regelen volgens de wettelijke bepalingen. Degenen die desondanks menen zekere rechten te kunnen doen gelden, kunnen contact opnemen met Meulenhoff Boekerij bv, Amsterdam.

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd bestand, of openbaar gemaakt in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch of op enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever. Tekst- en datamining van (delen van) deze uitgave is uitdrukkelijk niet toegestaan.

All rights are reserved, including those for text and data mining, AI training and similar technologies.

INHOUD

VOORWOORD	9
------------------	----------

DEEL 1 EERST EVEN ADEMHALEN

1 – Welkom bij Tante Dee	13
Waarom een opgeruimd huis zoveel met je doet	16
Wat je van mijn methode mag verwachten	18
Waarom de Tante Dee-methode werkt	19
2 – Begin klein, begin slim	21
Hoe je dit boek gebruikt	21
Begin waar je het meeste verschil voelt	22
Realistische doelen stellen	23

DEEL 2 DE VIJF PIJLERS VAN DE TANTE DEE-METHODE

3 – Pijler 1: Alles een vaste plek	27
De basis van organiseren	27
Slimme opbergoplossingen voor elke ruimte	31
Opruimen en keuzes maken	36
Gouden tips van Tante Dee	40

4 – Pijler 2: De 15 minutenreset	43
De kracht van kleine dagelijkse gewoontes	43
Effectieve microresets voor een opgeruimd huis	47
Waarom een korte reset zo veel rust geeft	53
Gouden tips van Tante Dee	56
 5 – Pijler 3: Elke week één zone	 59
Waarom je niet alles tegelijk hoeft te doen	59
Jouw persoonlijke zoneschema	63
Dagelijks versus wekelijks onderhoud	67
Gouden tips van Tante Dee	74
 6 – Pijler 4: Slim poetsen met de juiste spullen	 77
Wat je echt in huis moet hebben	77
Duurzame en milieuvriendelijke opties	84
Handige hulpmiddelen die tijd besparen	87
Gouden tips van Tante Dee	92
 7 – Pijler 5: Rustregels voor een leefbaar huis	 95
Realistische verwachtingen en perfectionisme loslaten	95
Omgaan met uitstelgedrag	98
Balans vinden en genieten van je huis	103
Gouden tips van Tante Dee	107

DEEL 3

JE HUIS IN ZONES

8 – De badkamer: fris zonder frustratie	111
Microreset of zoneaanpak?	111
Tegels, voegen, douche en bad	114
Toilet, wastafel en hygiëne	115
Tante Dee's materiaalcheck: badkamer	117

Badkamerbenodigdheden organiseren	118
Gouden tips van Tante Dee	121

9 – De keuken: hygiëne voorop **123**

Microreset of zoneaanpak?	123
Aanrecht, fornuis en oven	125
Koelkast en vaatwasser	126
Tante Dee's materiaalcheck: keuken	127
Keukengerei en voorraadkasten organiseren	129
Gouden tips van Tante Dee	131

10 – De woonkamer: daar wordt geleefd **133**

Microreset of zoneaanpak?	133
Meubels, vloeren en ramen	135
Tante Dee's materiaalcheck: vloeren	138
Decoratie en persoonlijke spullen	139
Een gezellige, ontspannen leefruimte	141
Gouden tips van Tante Dee	143

11 – De stille rommelplekken **145**

De slaapkamer: rust en reinheid	145
De hal: een warm welkom	149
De werkkamer: productiviteit en orde	153
De bijkeuken en wasruimte: de stille kracht van het huishouden	157
Gouden tips van Tante Dee	162

DEEL 4

WAS, VLEKKEN EN FRISSE ROUTINES

12 – Eerste hulp bij vlekken **165**

De ultieme vlekkenaanpak	165
--------------------------	-----

De vijf gouden regels bij iedere vlek	168
De vlekken-gids	170
EHBO bij vlekken in kleding en textiel	172
EHBO bij vlekken op harde oppervlakken	177
Gouden tips van Tante Dee	180

13 – Weg met de wasberg	183
De perfecte wasroutine	183
Soorten wasmiddelen en hun gebruik	186
Wasproblemen oplossen	188
Gouden tips van Tante Dee	191

DEEL 5

JOUW EIGEN TANTE DEE-PLAN

14 – Nu jij	195
Maak de methode van jou	195
Zo begin je morgen	196

15 – Persoonlijke invulpagina's	199
Mijn vaste plekken	200
Mijn zones	201
Mijn Tante Dee-week	202
Mijn rustregels	203
Mijn eerste stap	204

VOORWOORD

Ik ben Lindsey Koninkx, maar de meeste mensen kennen mij als Tante Dee. Als je mij jaren geleden had verteld dat ik ooit een boek zou schrijven over huishouden, schoonmaken en opruimen, had ik je waarschijnlijk hard uitgelachen. Mijn moeder misschien nog wel harder. Want sloddervos was zo'n beetje mijn tweede naam. En eerlijk? Ik ben geen geboren schoonmaakqueen. Geloof me.

Schoonmaken vond ik vroeger helemaal niet leuk. Ik deed het dus ook liever niet. Niet omdat ik geen schoon huis wilde, integendeel. Ik hield juist van een fris en opgeruimd huis. Van rust om me heen. Van dat fijne gevoel alsof alles weer even klopt. Alleen wist ik nooit goed waar ik moest beginnen.

Alles leek tegelijk te moeten. De was. De keuken. De badkamer. De rommel op tafel. De spullen zonder vaste plek. De vaatwasser die alweer uitgeruimd moest worden. De wasmand die opnieuw uitpilde. En hoe langer ik wachtte, hoe groter die berg werd.

Misschien kijk jij ook weleens om je heen en denk je: waar moet ik in hemelsnaam beginnen? Misschien verlang je naar meer rust in huis, maar voelt het alsof je voortdurend achter de feiten aan loopt. Of raak je ontmoedigd omdat het bij anderen altijd zo moeiteloos lijkt. Laat ik dan meteen iets zeggen. Mijn huis is ook niet perfect.

Ik heb vier kinderen. Er wordt hier geleefd. Er liggen jassen, tassen, schoenen, speelgoed, kruimels en geregeld een flinke

berg was. Er zijn drukke ochtenden, volle dagen, kinderen die precies iets nodig hebben op het moment dat jij nét iets wilde afmaken, en avonden waarop je al blij bent als iedereen gegeten heeft en in bed ligt.

Mijn huis is geen showroom. Het is een thuis. Een huis waar we met z'n vijven wonen, en soms zelfs met z'n zessen. Mijn oudste zoon Sem is inmiddels twintig. Nadat hij jarenlang onbewust voor heel wat inspiratie voor Tante Dee zorgde, nemen zijn zusjes Do en Jazz en hun broertje Dani dat stokje moeiteloos over. Met kinderen in huis hoeft je nooit lang te zoeken naar voorbeelden. Er ligt altijd wel ergens een schoen waar hij niet hoort, een beker die 'zo nog even' naar de keuken zou gaan of een wasmand die zich op mysterieuze wijze vanzelf blijft vullen.

En toch voelt ons huis meestal rustig.

Niet omdat ik de hele dag schoonmaak, maar omdat ik in de loop der jaren een manier heb gevonden die voor ons werkt. Geen ingewikkeld systeem, maar gewoontes die helpen op gewone dagen, drukke dagen en zelfs op dagen waarop niemand zin heeft en er toch iets moet gebeuren. Dat gun ik jou ook. Geen huis dat altijd spic en span is. Geen schema waar je stress van krijgt, maar een huis waarin je weet wat je kunt doen als het even te veel wordt. Een huis waarin spullen een vaste plek hebben, routines je helpen en schoonmaken niet meer voelt als een onoverzichtelijke berg.

Dit boek is geschreven voor iedereen die verlangt naar meer rust in huis, maar niet zit te wachten op ingewikkelde schema's of onhaalbare verwachtingen.

Voor iedereen die denkt: ik wil het wel... maar ik weet niet waar ik moet beginnen.

Precies daar beginnen we.

Liefs,
Lindsey (Tante Dee)

DEEL 1

EERST EVEN ADEMHALEN



1

WELKOM BIJ TANTE DEE

Ik ben opgegroeid en woon nog steeds in het mooie Ouderkerk aan de Amstel, een gezellig dorp onder de rook van Amsterdam. Samen met mijn vader Leo, mijn moeder Karin en mijn jongere zusje Dionne kijk ik terug op een warme en liefdevolle jeugd, waarin familie altijd centraal stond. Bij ons thuis was er geen traditioneel rolpatroon waarin mijn moeder het huishouden deed en mijn vader werkte. Mijn ouders werkten allebei en zorgden samen voor het huishouden en ons gezin. Daardoor was het voor mij heel vanzelfsprekend dat je een huishouden samen runt.

Mijn leven liep alleen iets anders dan ik ooit had gedacht. Al op jonge leeftijd begon voor mij het grotemensenleven. Op mijn negentiende werd ik moeder van mijn zoon Sem. Samen met mijn toenmalige partner kocht ik mijn eerste huis. Ineens bestond mijn wereld uit luiers, flesjes, boodschappen, wassen, koken en schoonmaken. Dingen waar je eigenlijk nooit écht op wordt voorbereid.

Een paar jaar later eindigde onze relatie. Ineens had ik mijn eigen huis, mijn eigen huishouden én co-ouderschap. Op de dagen dat Sem bij mij was, wilde ik vooral moeder zijn. Ik wilde samen spelen, knuffelen, eropuit gaan en genieten van de tijd die we samen hadden. En op de dagen dat hij bij zijn vader was? Dan was ik eigenlijk gewoon een meisje van begin twintig. Ik sprak af met vriendinnen, ging de stad in, werkte hard en ge-

noot van die vrijheid. Het huishouden stond eerlijk gezegd niet bepaald bovenaan mijn prioriteitenlijst.

Toch merkte ik al snel dat een rommelig huis ook voor onrust in mijn hoofd zorgde. Ik wilde niet elk vrij moment besteden aan poetsen, opruimen of zoeken naar spullen. Ik wilde juist een manier vinden waarop mijn huis grotendeels op orde bleef, zonder dat ik er continu mee bezig hoefde te zijn.

Dus ging ik op zoek naar schoonmaaktips, probeerde allerlei methodes uit, testte producten en ontwikkelde stap voor stap mijn eigen routines. Niet omdat ik het huishouden ineens leuk vond, maar omdat ik zo min mogelijk tijd kwijt wilde zijn aan alles wat erbij kwam kijken. Ik wilde slimmer werken in plaats van harder werken. Zonder dat ik het doorhad, ontstonden in die periode de eerste bouwstenen van wat later de Tante Dee-methode zou worden.

Jaren later leerde ik mijn huidige vriend Boy kennen. We zijn ruim tien jaar samen en hebben drie prachtige kinderen: dochters Do en Jazz en zoontje Dani. Inmiddels wonen we met ons gezin in een echt grotemensenhuis. Ons leven is gezellig druk. Er slingert speelgoed rond, de was stopt nooit en sommige dagen lopen compleet anders dan gepland. Net als bij ieder ander gezin.

Het verschil is alleen dat ik inmiddels weet hoe ik de rust weer terugbreng. Dankzij vaste plekken voor spullen, slimme routines en de Tante Dee-methode, die ik zelf iedere dag toepas, blijft ons huishouden overzichtelijk. Niet omdat ons huis altijd perfect is – verre van zelfs – maar omdat onze systemen ervoor zorgen dat we de draad altijd weer snel oppakken. Juist in een druk gezin maken die kleine gewoontes een heel groot verschil.

Na de geboorte van onze dochter Do, inmiddels vijf jaar geleden, ontstond een nieuw idee. Ik volgde een aantal buitenlandse Instagramaccounts die praktische huishoudtips deelden en dacht steeds vaker: misschien kunnen mijn tips ook anderen helpen.

Tegelijkertijd werkte ik in de e-commerce en onlinemarketing, onder andere bij Bol.com en Esprit. Daar groeide mijn interesse in content, data en statistieken. Ik vond het fascinerend om te ontdekken waarom bepaalde berichten goed presteerden, hoe je mensen écht kon bereiken en hoe je een account steeds verder kon verbeteren. Die twee werelden kwamen samen toen ik besloot om Tante Dee te starten.

Wat begon als het delen van eenvoudige huishoudtips, groeide uit tot een platform waarmee ik inmiddels iedere dag honderdduizenden mensen kan inspireren om meer rust en overzicht in huis te creëren. Nog iedere dag krijg ik berichten van mensen die vertellen dat ze dankzij een kleine tip eindelijk weer grip hebben op hun huishouden of meer tijd overhouden voor hun gezin. Dat blijft zo bijzonder. Daar doe ik het echt voor!

En eerlijk? Ik heb het gevoel dat ik nog maar net begonnen ben. Ik zit vol ideeën, dromen en plannen. Dit boek is daar een belangrijk onderdeel van. Niet omdat ik wil laten zien hoe je een perfect huis krijgt, maar omdat ik wil laten zien dat een fijn huis voor iedereen haalbaar is. Een opgeruimd huis draait niet om perfectie. Het draait om slimme systemen, vaste gewoontes en keuzes die je leven makkelijker maken. Want hoe minder tijd je kwijt bent aan je huishouden, hoe meer tijd je overhoudt voor de mensen en momenten die er écht toe doen.

Wat mij misschien nog wel het meest raakt, zijn de berichten van volgers die schrijven: 'Door jou heb ik weer overzicht.'

Of: 'Eindelijk heb ik weer een beetje grip op de chaos.'

Eén bericht is me altijd bijgebleven. Iemand vertelde dat haar moeder al jong was overleden. Daardoor had ze nooit iemand gehad aan wie ze kon vragen: hoe deed jij dat eigenlijk? Waar begin je? Welk middel gebruik je waarvoor?

Door Tips van Tante Dee had ze toch een beetje het gevoel dat er iemand met haar meekeek.

Dat raakte me.

Want dat is precies wat ik hoop te doen. Niet als iemand die boven je staat met een opgeheven vingertje. Maar als iemand die naast je staat en zegt: 'Kom, we maken het kleiner.' 'Begin hier maar.' 'Dit werkt voor mij. Misschien helpt het jou ook.'

Ik geloof dat veel mensen geen behoefte hebben aan nóg ingewikkeldere schema's of nóg meer regels. Ze willen alleen weten: waar begin ik? Wat kan wachten? Wat heb ik echt nodig? En hoe houd ik dit vol?

Gewoon op een manier die past bij hun eigen leven. Want een rommelig huis zegt niet dat jij faalt. Vaak zegt het alleen dat er geleefd wordt. En misschien dat je systeem niet helemaal past bij het leven dat je nu hebt.

WAAROM EEN OPGERUIMD HUIS ZOVEEL MET JE DOET

Een huishouden lijkt iets heel praktisch. Een doekje hier, een wasje daar, even stofzuigen, even opruimen. Maar wie ooit een vol aanrecht heeft gehad op een dag waarop zijn hoofd al overliep, weet dat het veel meer met je doet dan je misschien denkt. Een rommelig huis geeft onrust.

Je wilt even zitten, maar je ziet kruimels. Je wilt koken, maar het aanrecht ligt vol. Je wilt naar bed, maar de was ligt nog op de stoel. En ondertussen is er dat stemmetje in je hoofd dat zegt: *Dit had ik allang moeten doen*. Dat stemmetje is zelden behulpzaam.

LEZERSREACTIE

'Voor het eerst sinds een hele tijd voelt mijn huishouden niet meer als een eindeloze to-dolijst. Ik heb eindelijk een systeem dat mij rust in mijn hoofd geeft.' Iris

Andersom kan een opgeruimde plek juist lucht geven. Een leeg aanrecht. Een frisse wastafel. Een slaapkamer waar je niet eerst kleding weg hoeft te werken. Geen wereldwonderen, maar wel kleine signalen aan je brein dat er weer ruimte is.

Schoonmaken en opruimen kunnen daarom verrassend rustgevend zijn. Je doet iets concreets en ziet direct resultaat. In een wereld waarin veel dingen ongrijpbaar zijn, is dat best prettig. Niet alles in het leven is maakbaar. Je humeur niet altijd. Je agenda niet altijd. Je gezin al helemaal niet. Maar je kunt wél ergens overzicht creëren. En soms is dat precies genoeg om weer even adem te halen.

Het is niet voor niets dat mensen schoonmaken al eeuwen verbinden aan een nieuw begin. De voorjaarsschoonmaak is daar een mooi voorbeeld van. Vroeger was die grote schoonmaak pure noodzaak. Na een winter met kolenkachels, roet, stof en weinig frisse lucht gingen de ramen open en werd het hele huis letterlijk weer opgelucht. Dat gevoel herkennen we nog steeds.

Zodra in het voorjaar de eerste zonnestralen weer naar binnen vallen, zie je ineens stof op plekken waar het zich maandenlang verborgen hield. Je krijgt zin om ramen open te zetten, kasten uit te zoeken en het huis lichter te maken. Het huis komt ook uit zijn winterslaap.

Misschien is dat ook wel de aantrekkingskracht van al die opruimprogramma's en cleanfluencers. We kijken graag naar een rommelige kast die weer overzichtelijk wordt. Naar een keuken die verandert van plakkerig naar glanzend. Niet alleen omdat het schoon wordt, maar omdat het hoop geeft.

Dat is ook de boodschap van Marie Kondo, iemand die mij veel inspiratie heeft gegeven.

Het doel van schoonmaken is niet alleen om schoon te maken, maar om geluk te voelen in die omgeving.

Dat is waar ik je bij ga helpen.



WAT JE VAN MIJN METHODE MAG VERWACHTEN

Dit boek is geen streng schoonmaakregime. Je hoeft niet iedere ochtend om zes uur op te staan om plinten af te nemen. Je hoeft geen kleurgecodeerd schoonmaakschema op de koelkast te hangen. En je hoeft al helemaal niet iemand te worden die voor zijn plezier voegen staat te schrobben op een vrije zaterdag.

Een huis waarin gekookt, gewerkt, gespeeld, geslapen, gelachen en gehuild wordt, laat sporen achter. Dat is normaal. Dat is het leven. Wat je in dit boek wél vindt, is een praktische manier om je huis schoon, opgeruimd en vooral leefbaar te houden.

Met routines die je kunt aanpassen aan jouw leven. Met tips die je meteen kunt gebruiken. Met schema's en checklists die je helpen als je even niet weet waar je moet beginnen. En vooral: met genoeg rust om het ook echt vol te houden.

Ik hoop dat je tijdens het lezen regelmatig denkt: hé... dit kan ik.

Niet: ik doe alles fout.

En ook niet: ik moet mijn hele huis omgooien.

Gewoon: hier kan ik vandaag al mee beginnen.

LEZERSREACTIE

‘Ik dacht altijd dat ik gewoon slecht was in het huishouden. Nu weet ik dat ik vooral een systeem miste.’ Simone

WAAROM DE TANTE DEE-METHODE WERKT

De Tante Dee-methode bestaat uit vijf eenvoudige pijlers. Samen vormen ze een systeem waarmee je je huis schoon, opgeruimd en leefbaar houdt. Niet als een schema dat je iedere dag strak moet volgen, maar als houvast. Iets waar je steeds op kunt terugvallen.

De eerste pijler is: **alles een vaste plek**. Want als spullen geen vaste plek hebben, blijven ze zwerven.

De tweede pijler is de **15 minutenreset**. Een korte, dagelijkse routine waarmee je voorkomt dat kleine rommel grote chaos wordt.

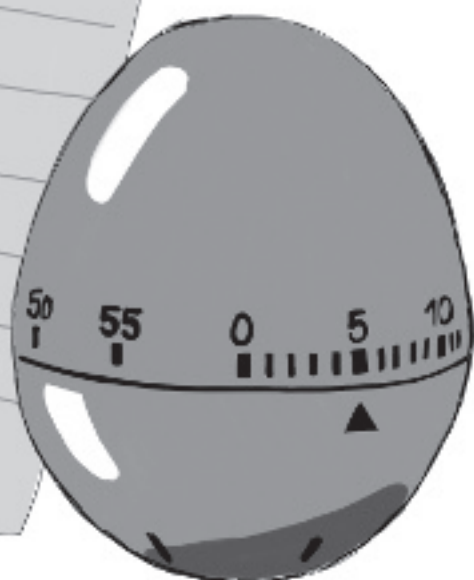
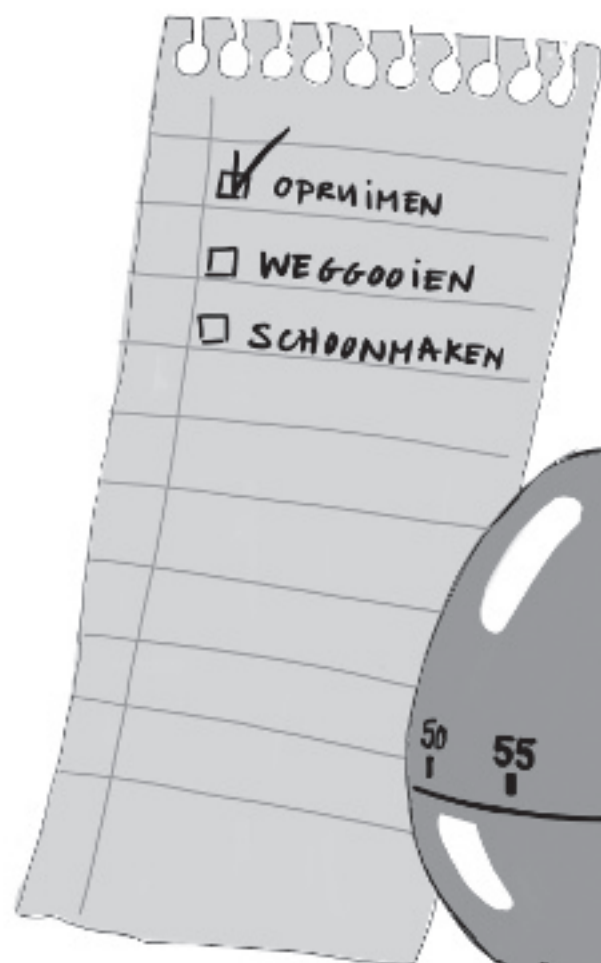
De derde pijler is: **elke week één zone**. Zo geef je iedere ruimte regelmatig aandacht, zonder dat je telkens je hele huis hoeft aan te pakken.

De vierde pijler gaat over **slim poetsen met de juiste spullen**. Wat moet je zeker in huis hebben en wat is overbodig. Welke spullen helpen jou vooruit en welke houden je juist tegen.

De vijfde pijler bestaat uit **rustregels**. Want zonder rust houd je geen enkel systeem vol.

Dit is de basis van de Tante Dee-methode.

In de volgende hoofdstukken bouwen we die stap voor stap op. Eerst leer je hoe je klein en slim begint. Daarna neem ik je mee langs de vijf pijlers. Vervolgens lopen we samen door alle belangrijke ruimtes in huis en kijken we hoe je die met zo min mogelijk moeite schoon en leefbaar houdt.



2

BEGIN KLEIN, BEGIN SLIM

HOE JE DIT BOEK GEBRUIKT

Als ik vroeger een boek over huishouden had opengeslagen, had ik waarschijnlijk gehoopt op één magische oplossing. Een schema waardoor mijn huis ineens altijd netjes zou blijven. Maar zo werkt het niet. Zeker niet met een druk gezin en een huis waarin gewoon geleefd wordt.

Je kunt dit boek op twee manieren gebruiken.

Je kunt het van begin tot eind lezen, zodat je stap voor stap kennismaakt met de Tante Dee-methode. Maar je kunt ook beginnen bij het hoofdstuk waar jij op dit moment het meeste aan hebt. Loopt je keuken steeds uit de hand? Begin dan bij de keuken. Word je moedeloos van spullen die overal slingeren? Ga dan naar het hoofdstuk over vaste plekken. Heb je vooral het gevoel dat je tijd tekortkomt? Dan is de 15 minutenreset waarschijnlijk een mooie eerste stap voor jou.

Er is geen goede of foute volgorde. Je hoeft niet eerst 'bij' te zijn voordat je kunt beginnen met mijn methode. Je begint gewoon waar je nu bent. Met jouw huis. Jouw planning. Jouw energie. En één kleine stap die vandaag haalbaar is.

BEGIN WAAR JE HET MEESTE VERSCHIL VOELT

Veel mensen beginnen met schoonmaken op de plek waar ze toevallig staan. Je ziet de badkamerspiegel, dus je maakt de spiegel schoon. Je ziet kruimels, dus je pakt de stofzuiger. Je opent een kastje en voor je het weet ben je drie planken aan het uitruimen, terwijl het aanrecht nog steeds vol ligt. Heel herkenbaar. Maar meestal niet de snelste weg naar rust.

Wil je snel verschil voelen? Begin dan niet automatisch met de grootste klus. Begin met de plek die je het meeste ziet of waar je je het meest aan ergert. Dat kan het aanrecht zijn. De eettafel. De hal. De wastafel. Of die stoel in de slaapkamer waar inmiddels meer kleding woont dan op een gemiddelde kapstok.

Zo'n plek noem ik een **rustmaker**.

Niet omdat daarmee ineens je hele huis op orde is, maar omdat je direct verschil ziet. En juist dat kleine succes geeft energie om verder te gaan. Vraag jezelf daarom af: welke plek geeft mij vandaag de meeste onrust?

Heb je die plek gevonden? Maak hem dan nóg kleiner. Niet de hele keuken. Alleen het aanrecht. Niet de hele slaapkamer. Alleen de kledingstoel. Niet de hele hal. Alleen de schoenen bij de deur.

Dat is de kracht van klein beginnen. Je maakt de eerste stap zo klein, dat hij bijna niet meer uit te stellen is.



REALISTISCHE DOELEN STELLEN

Een doel als ‘mijn huis moet op orde’ klinkt heel logisch. Maar wanneer is een huis eigenlijk op orde? Als alle was weggewerkt is? Als ieder kastje netjes is? Als de ramen gelapt zijn? Waarschijnlijk schuift dat moment steeds een beetje op. Daarom werken grote doelen vaak niet. Ze geven geen duidelijk eindpunt. En als je niet weet wanneer je klaar bent, voelt het alsof je nooit genoeg doet.

Maak je doel daarom klein en concreet. Niet: ‘Vandaag pak ik mijn hele huis aan.’

Maar bijvoorbeeld:

- ‘Vandaag maak ik het aanrecht leeg.’
- ‘Ik zoek de schoenen in de hal uit.’
- ‘Ik rond één was helemaal af: wassen, drogen, vouwen én opbergen.’
- ‘Ik geef vijf rondslingerende spullen een vaste plek.’

Dat zijn doelen waarvan je weet wanneer ze klaar zijn. En dat geeft rust.

Een kleine klus die je helemaal afrondt, geeft vaak meer voldoening dan een groot project dat halverwege blijft liggen.

PERSOONLIJKE INVULSCHEMA'S

In het boek vind je schema's, checklists en invullijstjes. Niet omdat ik wil dat je een administratie van je huishouden gaat bijhouden. Daar zit niemand op te wachten. Ze zijn er om je te helpen overzicht te krijgen.

Misschien vind je het prettig om op te schrijven welke spullen steeds blijven slingeren. Of welke ruimtes jou de meeste onrust geven. Misschien gebruik je een weekplanner of vul je de invulpagina's achter in het boek in.

Maak een foto van jouw lijstje, hang het op de koelkast of laat het gewoon in het boek staan. Zie alles in dit boek als een hulpmiddel. Niet als een verplichting. Gebruik wat voor jou werkt.