

Inhalt

Vorwort	11
Minimalismus verstehen	15
Mehr als ein ästhetischer Ansatz	16
Minimalismus als Lebensstil	18
Anwendung auf verschiedene Lebensbereiche	21
Veränderungen im Alltag	25
Dein Weg zum Minimalismus	28
Herausforderungen meistern	31
Praktische Tipps für den Einstieg	32
Minimalistisch einrichten	35
Gestaltungsideen für dein Zuhause	36
Grundlagen	39
Von der Idee bis zur Umsetzung	46
Tipps für das Finden von Inspirationen	48
Fülle der Inspirationen eingrenzen	52
Ideen visualisieren	56
Bewusste und nachhaltige Entscheidungen treffen	60
Schritt für Schritt	62
Gestaltungselemente – Bausteine für Atmosphäre und Gemütlichkeit	64
Licht	64
Farben	71
Textilien	76
Materialien	80
Deko	84
Pflanzen	88

Ordnung und Struktur für ein minimalistisches Zuhause	95
Praktische Schritte für mehr Ruhe und Ordnung	96
Minimalismus und Ordnung: eine symbiotische Beziehung	98
Minimalistische Aufbewahrungslösungen	101
Wertvolle Tipps für den Einsatz von offenen Aufbewahrungssystemen	104
Wertvolle Tipps für den Einsatz von geschlossenem Stauraum	107
Ordnung schaffen, die bleibt: Tipps und Methoden	108
Routinen, die sich gut in deinen Alltag integrieren lassen	114
Minimalismus mit Kindern – einfacher als gedacht	119
Minimalistisch leben mit Kindern – Chancen und Herausforderungen	120
Spielzeug und Kinderbedarf minimalistisch organisieren	124
5 Ideen, wie das Aufräumen zu einer spielerischen Aktivität wird	126
Kindgerechte und praktische Aufbewahrungslösungen	129
Kreativität und DIY-Projekte	135
Warum DIY und Minimalismus Hand in Hand gehen	136
Materialien für Bastelprojekte	139
Materialien für größere DIY-Projekte	140
DIY-Projekte für dein Zuhause	141
Karten prägen	142
Bild mit Washitape und Strukturpaste	144
Kerzenständer aus Ton	146
Gespennst aus Salzteig	148
Weihnachtssterne aus Brottöten	150
Sterne aus Toilettenrollen	152
Danksagung	154
Über die Autorin	155
Impressum	156