

# INHALTSVERZEICHNIS

Einführung \_\_\_\_\_ 6

## ① LEITFÄDEN FÜR ERFOLGREICHES AUFRÄUMEN 8

Erstes Aufräumen im eigenen Kopf \_\_\_\_\_ 10

Die Kunst des Auräumens \_\_\_\_\_ 12

## ② DIE GROSSEN BAUSTELLEN 14

Diele \_\_\_\_\_ 16

Wohnzimmer und Esszimmer \_\_\_\_\_ 18

Büro \_\_\_\_\_ 20

Küche \_\_\_\_\_ 21

Schlafzimmer \_\_\_\_\_ 28

Kinderzimmer \_\_\_\_\_ 29

Badezimmer \_\_\_\_\_ 32

## ③ DIE DREI STÜTZEN 34

Bücherschrank \_\_\_\_\_ 36

Ankleidezimmer \_\_\_\_\_ 38

Computer \_\_\_\_\_ 44

Dokumente und Unterlagen \_\_\_\_\_ 46

## ④ ANHANG

Unterlagen aufbewahren \_\_\_\_\_ 50

Einstufung und Kennzeichnung  
von Chemikalien \_\_\_\_\_ 56

Wichtige Hinweise \_\_\_\_\_ 59

Sachregister \_\_\_\_\_ 60

Danksagungen \_\_\_\_\_ 64

Impressum \_\_\_\_\_ 64