

Inhalt

Prolog

11

Wer aufräumt, hat mehr Platz im Leben

19

*Warum ich nicht mehr mit Professor Unrat
zusammenlebe – vom Möbelzusammenzählen
und Einrichtungenvergleichen* 30

Nie aufhören anzufangen, nie anfangen aufzuhören

33

*Alles über Bord – die fünf besten Songs,
um sich zum Putzen und Ausmisten zu motivieren* 51

Raus aus dem Modemausoleum, rein ins Garderobenglück

53

*Bye-bye, Ballkleid – wie du möglichst sinnvoll
mit deinen ausgemusterten Klamotten umgehst* 71

Das hat Methode – nur welche?

75

*Altpapier-Affären.
Wie lange Papierkram aufbewahrt werden muss* 86

Shoppingtour auf dem Friedhof der Dinge

90

*Zero Waste Basics.
Wie ich Oscar aus der Tonne entfreundete* 106

Hamster Girl

110

*Wie du das material girl vor die Tür setzt – alte Gewohnheiten
loswerden, Platz schaffen für das, was zählt 130*

Mehr leben, weniger placken

133

*Weniger kaufen, was in der Tonne landet – was gar nicht mehr
oder nur noch ganz selten bei mir zu finden ist 154*

Der Weg macht glücklich, nicht das Ziel

157

*Mehr als 100 Orte, wegen denen ich gar keine Zeit habe,
um die Welt zu fliegen 167*

Mach de Oogen zu, dann weeßte, wat dir jehört!

170

*Ich packe meinen Koffer und nehme nur das Nötigste mit –
besser reisen, weniger schleppen 182*

Wie ich mich auf Kabelsalat-Diät setzte

186

*Wie du elektronischen Helfern wieder aus deinem Leben
raushilfst, wenn die Zeit gekommen ist 204*

Happy ohne Ende

207

*Und ob man mir noch was schenken kann –
Traumpräsente für eine Minimalistin 221*

Jägerin des verlorenen Satzes

224

*Fünf Ortsfinder für Aussortiertes. Wie du entscheidest,
was du weggibst, und wie du den richtigen Ort
für deinen ehemaligen Schatz findest 239*

Zurück in der Shoppinghöhle des Löwen

242

*Tricks, um einen weiten Bogen um einen
unnötigen Kauf zu machen 252*

Plan G wie Glück

255

*Wohlfühlen mit wenig –
wie du in deiner Wohnung Ordnung schaffst 272*

Kein Hab, nur gut

274

**Nachwort zur Taschenbuchausgabe:
Falls du mich suchst, ich bin im Wandel**

285

Maximaler Dank

289

**Weiterführende Literatur
und gute Adressen**

291