

**2. Behälter für Lebensmittel:** Luftdicht schließende und für Lebensmittel geeignete Behälter sind in der Küche ein Muss, wenn es um das Aufbewahren insbesondere von verderblichen Vorräten geht. Glasbehälter sorgen für Übersichtlichkeit und stapelbare Aufbewahrungssets sparen Platz im Schrank.

**3. Etiketten:** Als Anhänger oder Aufkleber leisten sie wertvolle Dienste beim Ordnunghalten. Mit selbstklebenden Etiketten lassen sich Gewürzdosen, Lebensmittelbehältnisse, Regale oder Aktenordner schnell kennzeichnen.

**4. Haken:** Wandhaken sorgen in der ganzen Wohnung dafür, dass Textilien oder Taschen nicht auf dem Boden herumliegen. Untergeschraubte Tassenhaken entlasten den Küchenschrank und S-Haken hängt man an Lochwandplatten oder Handtuchstangen ein. Für den vorübergehenden Gebrauch eignen sich selbstklebende Haken.

**5. Tablett:** Sie sind praktisch, um kleinere Gegenstände zu gruppieren – auf einem Beistelltisch, einer Kommode oder Nachttisch, auf Arbeitsflächen in der Küche, im Bad oder im Eingangsbereich (z. B. für Schlüssel und Kleingeld). Große Tablett verwandeln einen Hocker in einen kleinen Beistelltisch.

**6. Schubladeneinsätze:** Für jede Schublade gibt es passende Einsätze – zum Beispiel aus Metallgeflecht für Schreibtische, aus Bambus für die Küche oder aus Gewebe für Kommoden und Schränke.

**7. Hakenleisten:** Im Bad kann man daran platzsparend Morgenmäntel und Handtücher aufhängen, im Eingangsbereich Jacken und Rucksäcke oder in einer Abstellkammer Besen und Kehrschaufel.

**8. Regale:** Nutzen Sie freie Wandflächen mit Regalen, die in Größe und Machart Ihren individuellen Bedürfnissen entsprechen.

**9. Klemmstangen:** Sie lassen sich nicht nur als Gardinenstange einsetzen, sondern fixieren Schneidbretter in Küchenschränken und dienen unter der Spüle als Leiste zum Aufhängen von Putzutensilien.

**10. Drehteller:** Die nützlichen Helfer sorgen dafür, dass man Gewürze und Zutaten im Küchenschrank oder Kühlschrank rasch zur Hand hat oder im Bad Toilettenartikel oder Waschmittel griffbereit hat.

TEIL I

**PLANEN  
SIE IHR  
JAHR**

Jedes Ordnungssystem braucht einen Terminplaner, der stets auf dem aktuellen Stand ist. Martha hat in ihrem Jahreskalender saisonale Aufgaben und wichtige Termine notiert:

Wann sie die Gartengeräte schärft, wann sie die Vorräte aufstockt oder Gäste zu einer Party einlädt. Personalisieren Sie Ihren Jahreskalender Monat für Monat mit notwendigen häuslichen Arbeiten, Arztterminen und besonderen Ereignissen wie Einladungen, Geburtstagen, Hochzeiten oder Schulabschlussfeiern. Jeder Tag wird so einen Eintrag haben, aber nicht zu viele. Damit lassen sich die Aufgaben, die anstehen, bewältigen – ohne dass man von ihnen überwältigt wird. Martha plant Wandern, Äpfelpflücken, Theaterbesuche und andere Freizeitaktivitäten ein.

Tragen Sie Ihre Lieblingsbeschäftigungen ebenfalls im Kalender ein, schließlich sind

sie der Grund, warum wir all das andere  
auf uns nehmen.

# JANUAR

Neues Jahr, neue Vorsätze – der Januar steht unter dem Vorzeichen, die Lebensbatterien aufzuladen. Sorgen Sie für körperliche Fitness und pflegen Sie Kontakt zu Freunden. Der Jahresauftakt bringt viele Planungen mit sich. Checklisten stellen sicher, dass nichts Wichtiges vergessen wird.