

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 129

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 153

Der Weg macht glücklich, nicht das Ziel

156

Mehr als 100 Orte, wegen denen ich gar keine Zeit habe,

um die Welt zu fliegen 166

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

169

Ich packe meinen Koffer und nehme nur das Nötigste mit –

besser reisen, weniger schleppen 181

Wie ich mich auf Kabelsalat-Diät setzte

185

Wie du elektronischen Helfern wieder aus deinem Leben

raushilfst, wenn die Zeit gekommen ist 202

Happy ohne Ende

205

*Und ob man mir noch was schenken kann –
Traumpräsente für eine Minimalistin 219*

Jägerin des verlorenen Satzes

222

*Fünf Ortsfinder für Aussortiertes. Wie du entscheidest,
was du weggibst, und wie du den richtigen Ort
für deinen ehemaligen Schatz findest 237*

Zurück in der Shoppinghöhle des Löwen

239

*Tricks, um einen weiten Bogen um einen
unnötigen Kauf zu machen 249*

Plan G wie Glück

252

*Wohlfühlen mit wenig –
wie du in deiner Wohnung Ordnung schaffst 269*

Kein Hab, nur gut

271

Maximaler Dank

281

Weiterführende Literatur
und gute Adressen

283