

14 DENNÍ VÝZVA

Lehká hlava

14 dní, 14 témat a každý den jedno malé rozhodnutí. Nejde o dokonalý domov. Jde o to pustit věci, které držíš ze zvyku, z pocitu viny nebo ze strachu. Uděláme si doma víc prostoru a v hlavě víc klidu.

den 1 Věci z pocitu viny

Úkol: Najdi 5 věcí, které si necháváš jen proto, že ti je někdo dal.
Otázka: Necháváš si to kvůli vztahu, z pocitu viny nebo ze zvyku?

den 2 Oblečení pro jinou verzi tebe

Úkol: Vyber 3 kusy, které čekají na „až zhubnu“ nebo „až bude příležitost“.
Otázka: Oblékáš se pro dnešek, nebo pro jinou svoji verzi?

den 3 Přidělávají mi práci

Úkol: Vytríd' věc, která ti pravidelně přidělává práci. Je na čase s tím skoncovat.
Otázka: Opravdu ta věc stojí za hromadu nervů?

den 4 Jaro je tu!

Úkol: Projdi zimní oblečení a věci na lyžování. Cokoliv tě přes zimu trápilo nosit a používat, pošl dál.
Otázka: Chceš to používat i další zimu?

den 5 Věci pro jiný život

Úkol: Sportovní vybavení, kreativní pomůcky, které nepoužíváš.
Otázka: Je to tvůj skutečný koníček, který tě baví?

den 6 Hračky, které děti přerostly

Úkol: Vyberte spolu 10 věcí pryč.
Otázka: Učíme děti držet, hromadit nebo pouštět?

den 7 Papíry „pro jistotu“

Úkol: Jeden šanon s dokumenty nebo šuplík.
Otázka: Co nejhoršího by se stalo, kdybys to vyhodila?

den 8 Kosmetika na krásné časy

Úkol: Projdi koupelnu a vyhoď prošlé kusy nebo ty, co jsou načaté a neotevřela jsi je víc jak měsíc.
Otázka: Schováváš si věci na dobu, která nikdy nepříjde?

den 9 Dekorace bez radosti

Úkol: Nech si jen ty dekorace, na které se podíváš a máš z ní radost.
Otázka: Opravdu to miluješ?

den 10 Duplikáty

Úkol: Hrníčky, nůžky, vařečky, kabely, cokoliv máš dvakrát a zbytečně.
Otázka: Kolik toho reálně potřebuješ?

den 11 Věci, které tě rozčilují

Úkol: Najdi 3 věci, které ti lezou na nervy.
Otázka: Proč je ještě doma máš?

den 12 Kabely a technika

Úkol: Jedna krabice.
Otázka: Víš vůbec, k čemu to je?

den 13 Věci, které skladuješ pro ostatní

Úkol: Předměty, které držíš „kdyby někdo potřeboval“.
Otázka: Je to tvoje zodpovědnost?

den 14 Největší strašák

Úkol: Vyber místo, které když vidíš, necítíš se dobře. Zkušenosti už máš, zkus ho bez emocí vytrít.
Otázka: Co ti brání začít?