

Buscar

ENTRA ([HTTP://WWW.OBJETIVBIENESTAR.COM/LOGIN](http://www.objetivobienestar.com/login))

REGÍSTRATE ([HTTP://WWW.OBJETIVBIENESTAR.COM/BIENESTAR/REGISTRO](http://www.objetivobienestar.com/bienestar/registro))

Bienestar (<http://www.objetivobienestar.com/>) »

Entorno saludable (<http://www.objetivobienestar.com/bienestar/bienestar-del-entorno/>) »

3 pasos para ordenar tu casa y vivir mejor



3 PASOS PARA ORDENAR TU CASA Y VIVIR MEJOR

07

JUNIO
2016

Es posible acabar con el desorden y la acumulación Francine Jay, en su libro Menos es más (<http://www.planetadelibros.com/libro-menos-es-mas/209823>), nos propone cómo deshacernos de todo lo accesorio para dejar espacio a lo que de verdad

necesitamos.

No se trata de solo de tirar cosas para organizar las estancias de nuestra casa sino de, a través del orden, conseguir simplificar también nuestra vida. Francine Jay nos ayuda a vivir de forma práctica, con menos cosas. Todo, con un trasfondo ecológico y solidario. Apunta el paso a paso y consigue un aire nuevo para tu hogar y también para ti misma.

1.Trasto, Tesoro o Traspaso

En el momento que empieces a ordenar encontrarás objetos que te plantearán la duda de si conservarlos o no y por ello es útil dividirlos en categorías. En la primera, la de los **Trastos**, tiraremos -o reciclaremos (<http://www.objetivobienestar.com/consejo-del-dia/recicla-y-mejora-el-medioambiente-2043.html>)- todo lo que es "basura" como ropa rota, cosméticos caducados, bolígrafos gastados, folletos? La categoría de **Tesoro** es para los objetos que vas a quedarte porque realmente los aprecias de verdad, ya sea por su belleza o por su funcionalidad. En cuanto a los objetos de **Traspaso**, son aquellos que todavía están en buen estado pero ya no son buenos para ti. No te sientas culpable por deshacerte de ellos, dales una segunda oportunidad, cede lo que no necesitas, (<http://www.objetivobienestar.com/consejo-del-dia/cede-lo-que-no-necesites-4189.html>) ya sea vendiéndolos o regalándolos a alguien que les dará una mayor utilidad. Ten en cuenta esta premisa: si, hasta ahora no lo has usado, no lo necesitas.

2. Si entra algo nuevo, sale algo viejo

No te servirá de nada dedicarte todo un día a ordenar si mientras tanto sigues acumulando objetos y no te deshaces de nada más. Volverás al inicio, a una casa abarrotada de posesiones que no siempre vas a utilizar. Por esto es tan útil la regla del **"entra uno, sale uno"** ya que te obliga a que cada vez que en casa entre un objeto nuevo debe salir uno similar. Esto es: si en tu armario entra una camisa nueva, debe salir una vieja. Así lograrás mantener el equilibrio y mantener sólo aquello que realmente necesitas sin excesos.

3. Mantenimiento diario

El ordenar no tiene que ser algo esporádico. Lo mejor es hacer limpieza por ciclos y repetir el proceso repetidas veces ya que cada vez verás tus objetos con otros ojos y podrás deshacerte de objetos que antes no te parecía tan fácil. Poco a poco irás liberándote de la sensación de poseer cosas hasta alcanzar un estilo de vida más minimalista. Otra opción, es imponerte unas **metas de objetos temporales**: por ejemplo, diez objetos por semana. Lleva una lista de los que vas tirando, anótalo y experimenta esa sensación de que cada objeto no útil que desechas aligera tu carga al instante haciendo que te sientas mucho mejor.

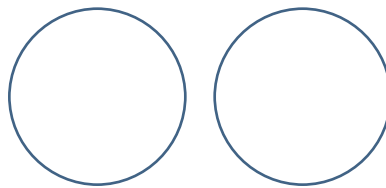
Estos 3 pasos forman parte del método STREAMLINE creado por la gurú del orden Francine Jay, más conocida como [Miss Minimalist](http://www.missminimalist.com/) (<http://www.missminimalist.com/>). Ella comparte su experiencia

personal para que aprendas a vivir mejor con menos cosas y sobre todo ¡no dejes de ordenar!

Una vez has empezado a ordenar a conciencia, verás que no puedes parar. Te proponemos 8 consejos para organizar tu armario (<http://www.objetivobienestar.com/bienestar/hogar/8-consejos-para-organizar-tu-armario-2695.html>) y conseguir de una vez por todas que puedas ver y acceder a toda tu ropa sin problemas.

CONSIGUE TODOS LOS CONTENIDOS GRATIS
([HTTP://WWW.OBJETIVOBIEENSTAR.COM/BIENESTAR/REGISTRO](http://www.objetivobienestar.com/bienestar/registro))

COMPÁRTELO



¿QUIERES MEJORAR TU VIDA?

Empieza a cambiar tu vida. Descubre las tradiciones más saludables del mundo y aplícalas a tu vida diaria.

Introduce tu nombre y apellidos

Introduce tu email

Acepto las [condiciones de uso](http://www.objetivobienestar.com/condiciones-de-uso) (<http://www.objetivobienestar.com/condiciones-de-uso>), [política de privacidad](http://forms.grupoplaneta.es/ALopd.aspx?idForm=20140224160526QJFRKQ&idEmpr=20140224155543VTCBLM&vOri=http://www.objetivobienestar.com/bienestar/entorno-saludable/claves-para-ordenar-y-vivir-mejor-5702.html&id=20160620190811944041_1256865391) (http://forms.grupoplaneta.es/ALopd.aspx?idForm=20140224160526QJFRKQ&idEmpr=20140224155543VTCBLM&vOri=http://www.objetivobienestar.com/bienestar/entorno-saludable/claves-para-ordenar-y-vivir-mejor-5702.html&id=20160620190811944041_1256865391) y el [uso de cookies](http://www.objetivobienestar.com/cookies) (<http://www.objetivobienestar.com/cookies>)

EMPIEZA AHORA

[Experiencias \(http://www.objetivobienestar.com/bienestar/experiencias\)](http://www.objetivobienestar.com/bienestar/experiencias) | [Testimonios \(http://www.objetivobienestar.com/testimonios\)](http://www.objetivobienestar.com/testimonios) |

[Mis Retos \(http://www.objetivobienestar.com/retos/\)](http://www.objetivobienestar.com/retos/) |

[Comparte tus Momentos \(http://www.objetivobienestar.com/momentos-bienestar\)](http://www.objetivobienestar.com/momentos-bienestar) |

[En el mundo \(http://www.objetivobienestar.com/mapamundi-del-bienestar\)](http://www.objetivobienestar.com/mapamundi-del-bienestar) |

[Bienestar TV \(http://www.objetivobienestar.com/bienestar-tv\)](http://www.objetivobienestar.com/bienestar-tv) | [Tienda \(http://tienda.objetivobienestar.com\)](http://tienda.objetivobienestar.com)

Producto de

ATRESMEDIA



[\(http://www.antena3.com/\)](http://www.antena3.com/)

Equipo asesor

Un equipo de médicos especialistas, nutricionistas, terapeutas, arquitectos, antropólogos y psicólogos con un único objetivo: TU BIENESTAR. (<http://www.objetivobienestar.com/asesores>)

© Editorial Planeta, S.A.U. 2014

[Objetivo Bienestar \(Quiénes somos\) \(http://www.objetivobienestar.com/sobre-nosotros\)](http://www.objetivobienestar.com/sobre-nosotros) |

[Condiciones de uso \(http://www.objetivobienestar.com/condiciones-de-uso\)](http://www.objetivobienestar.com/condiciones-de-uso) |

[Política de cookies \(http://www.objetivobienestar.com/cookies\)](http://www.objetivobienestar.com/cookies)