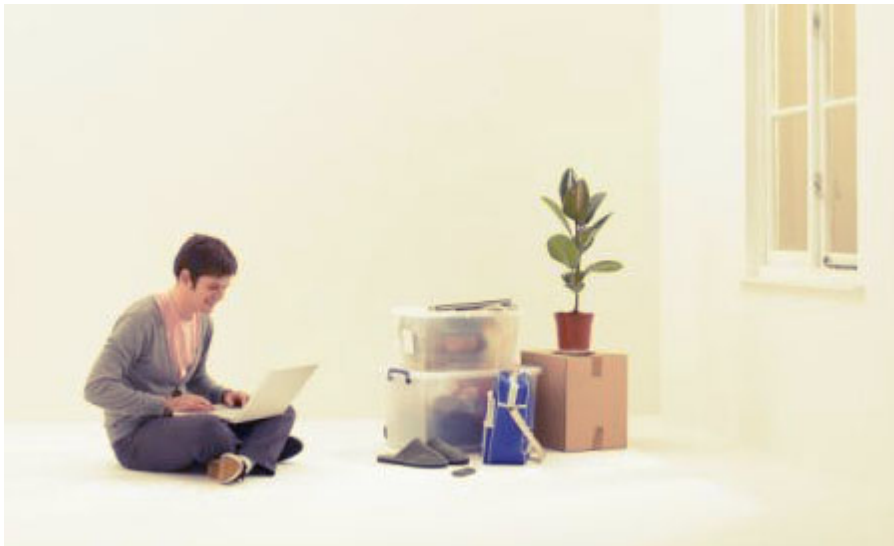


365 dicas de organização para o ano todo

Dicas fáceis e rápidas para se manter organizado
durante os 12 meses do ano

Edição revisada - 2012



Thais Godinho
www.vidaorganizada.com

Janeiro

1 - Onde estão seus sapatos? Você deseja começar o ano com tudo fora do lugar? Guarde-os! Se não tem espaço suficiente, considere a aquisição de uma sapateira ou a doação de alguns pares.

2 - Passeie por um cômodo da sua casa e recolha em um cesto ou caixa tudo o que está fora do lugar.

3 - Guarde o que recolheu com o cesto ontem e faça o mesmo em outro cômodo. O ideal é conseguir fazer isso diariamente.

4 - Organize a sua gaveta de meias. Talvez seja uma boa se desfazer daqueles pares furados ou pés sem par. Veja se tem pares suficientes para suas necessidades e, se não tiver, anote em uma lista de compras.

5 - Quando receber seu salário, já pague as contas, mesmo que elas vençam daqui a muitos dias (você pode não ter o dinheiro quando chegar a data de vencimento).

6 - Guarde os enfeites de Natal e faça uma lista do que está quebrado e precisa comprar para o próximo. Marque para a semana que vem um dia para comprar o que falta a preços mais baixos, inclusive fitas e papéis de presente.

7 - Você tem um bloco de notas? Ele deve andar com você para cima e para baixo. Esse importante instrumento servirá para anotar idéias, tarefas, coisas importantes, enfim, tudo o que vier à sua cabeça ao longo do dia. Depois, você vai revisando, riscando o que já foi feito ou passando para a agenda o que precisa ser resolvido em uma data específica.

8 - Suas contas estão sempre perdidas por aí? Você perde o prazo de vencimento regularmente? Você precisará de 1 pasta comum de elástico para colocar as contas a serem pagas e 1 pasta sanfonada (com 12 divisórias, uma para cada mês do ano) para guardar as contas pagas. A pasta comum você deixará em um lugar de fácil acesso, se possível junto com a sua agenda. Toda vez que receber uma conta, guarde-a na pasta. Isso evitará que elas fiquem espalhadas por aí e você se esqueça do vencimento. A pasta sanfonada servirá para você guardar as contas que você já pagou. Assim que pagar uma conta, você já deve colocá-la ali.

9 - Trabalhar em casa não significa trabalhar o tempo inteiro. Estabeleça um horário para o seu expediente e cumpra-o. Se o telefone tocar e for a respeito de trabalho, responda: "Me desculpe, mas só atendo em horário comercial". Ter uma segunda linha somente para este fim pode ser ainda melhor, pois a secretária eletrônica dá conta do recado.

10 - Se você simplesmente acha que está bagunçado mas não sabe por onde começar, saia de casa, feche a porta e entre novamente. Quando você faz, o que agride o seu visual? Isso deve sair ou ser mudado.

11 - Se seu guarda-roupa está uma bagunça, arrume somente uma gaveta!

12 - Dê uma olhada em sua agenda e programe a semana inteira. Isso pode ser feito em menos de 15 minutos.

13 - Zere seus e-mails.

14 - Se você tem dois objetos absolutamente iguais, verifique se realmente precisa de dois ou mais. Algumas pessoas têm a mania de “reservar” objetos, caso um deles quebre, por exemplo. Depende da necessidade. Obviamente, você precisa ter lâmpadas reservas em sua casa. Mas será que realmente precisa de dois cortadores de unha, por exemplo?

15 - Marque consultas médicas para todo o primeiro semestre do ano, incluindo consultas de rotina (clínico geral, cardiologista, dermatologista) e dentista.

16 - Cole na parede acima do telefone um papel com todos os telefones de emergência que você possa precisar algum dia (de bombeiros ao pronto-socorro do seu convênio).

17 - Arrume a cama.

18 - Ligue para aquele amigo de infância que você não vê há anos e marque um happy-hour com ele semana que vem.

19 - Coloque etiquetas sobre as suas tomadas, indicando o que está ligado ali, para nunca mais desligar algum fio por engano.

20 - Dê um fim no jornal. Quem realmente precisa de jornal em tempo de internet? Se você gosta de ler as matérias grandes de domingo, por exemplo, compensa muito mais comprar na banca somente neste dia. Não adianta guardar o jornal dos dias anteriores para ler depois, pois eles estarão desatualizados.

21 - Passe um pano úmido no chão da cozinha.

22 - Separe a roupa que usará no dia seguinte. Se for perder tempo com isso, melhor agora que amanhã pela manhã, quando estiver com pressa.

23 - O que você tem adiado? É hora de fazer. Você pode fazer qualquer coisa em 15 minutos! Organize pequenas tarefas. Se uma tarefa é muito extensa, divida-a em pedacinhos menores.

24 - Não é possível organizar a casa inteira em 15 minutos, mas você pode organizar uma

gaveta. E amanhã, uma caixa. E depois, suas fotos. Sua vida não ficou bagunçada da noite para o dia e não será assim que ela ficará organizada. Organização é um hábito, e hábitos são desenvolvidos. Não espere milagres nem perfeccionismo, mas faça o melhor que puder. O segredo é simplificar.

25 - Além do seu trabalho normal, há alguma atividade que poderia lhe render algum dinheiro extra? Pense a respeito da implementação, mesmo que somente de vez em quando. Qualquer dinheiro que entrar sempre é útil.

26 - Para a gaveta de lingerie e meias, há organizadores que podem ser colocados para deixar tudo separado e muito mais organizado. Eles podem ser encontrados nas melhores lojas do ramo ou mesmo feitos por você.

27 - Acordou cansado? Teve que levantar como um traste e separar o que levar para o trabalho, escolher o que vestir e passar na lavanderia antes? Prepare-se antes de dormir! Separe tudo o que irá utilizar na manhã seguinte ainda na noite anterior. Você economizará minutos preciosos! É muito melhor fazer isso enquanto está acordado do que estar cheio de tarefas pela manhã, quando geralmente fazemos tudo correndo. Mude isso!

28 - Faça uma limpeza geral na sua casa. Olhe suas roupas, sua cozinha, eletrodomésticos, objetos pequenos e veja o que pode doar ou jogar fora. Faça isso até ficar somente com o necessário, e sentir que há ar entre as suas coisas.

29 - Quando for comprar roupas, compre peças básicas, que combinam com tudo. Vale muito mais a pena comprar um blazer preto do que um rosa-choque só porque está na moda. Deixe as cores "da moda" para acessórios baratos que dão um diferencial em qualquer roupa básica, como colares e bijuterias no geral. Mas também não exagere nessas!

30 - Evite comprar alimentos prontos. Além de ser muito mais saudável preparar sua própria comida, você acaba gastando muito além do que gastaria com a compra dos ingredientes - e o seu tempo. Além disso, pense na sua saúde. Uma fruta é muito mais barata que um doce industrializado, por exemplo, e muito mais saudável.

31 - Comprar produtos em grandes quantidades é uma faca de dois gumes. Pode acarretar uma economia enorme no caso de papéis-higiênicos, por exemplo, que são artigos que sempre serão utilizados, mas comprar 15kg de lingüiça já é exagero. Mesmo que custe quase a mesma quantidade da compra menor, o desperdício não vale a pena. Sempre balanceie as opções.

Fevereiro

1 - Fique somente com a assinatura das revistas que realmente lê. Se a edição nova chegou e você não leu a do mês passado, é hora de cancelar a assinatura. Se tiver vontade de ler a revista, compre-a na banca somente quando isso acontecer. Pense no dinheiro que está

desperdiçando com a assinatura.

2 - Limpe o espelho do banheiro com vinagre e jornal amassado.

3 - Não dá para organizar tralha. Se é tralha, precisa ir embora.

4 - Monte uma planilha com todos os seus gastos para ter suas finanças sob controle.

5 - Se guardar suas roupas em pilhas, deixe as peças mais largas embaixo e as mais estreitas em cima. Parece óbvio, mas é sempre bom lembrar.

6 - Tente cozinhar mais vezes a partir do zero. Sei que parece dar mais trabalho, uma vez que começar do zero pode demorar mais e ser mais complicado do que pedir uma pizza ou descongelar uma lasanha. No entanto, você pode fazer grandes quantidades e congelar os extras para uma refeição rápida mais tarde. Você também pode evitar grandes quantidades de embalagens, que são dispendiosas e inúteis.

7 - Se você precisa comer fora todos os dias, verifique os restaurantes que oferecem promoções e aproveite-as, sem que isso comprometa a qualidade das suas refeições. Atente para a possibilidade de levar sua comida pronta de casa e esquentar no trabalho. Se você gasta cerca de 10 reais por dia, economizará 200 reais por mês.

8 - Tem gente que se empolga e quer organizar o guarda-roupa inteiro em um só dia. Sei que é comum, mas é extremamente desnecessário. O segredo é fazer tudo aos pouquinhos, nem que seja uma coisa por dia. Fazer tudo de uma vez associará a organização a um estado estafante, e não precisa ser assim.

9 - Lave a louça.

10 - Esvazie a sua caixa de entrada de e-mails.

11 - Conte às pessoas que convivem com você que você está começando a se organizar. Familiares e amigos são especialistas em cobranças chatas e nada melhor do que um "você não ia dar um jeito nessa estante?" quando no fundo você sabe que já deveria mesmo ter dado um jeito naquilo.

12 - Onde estão suas chaves? Se você nunca sabe onde elas estão na hora de sair, providencie um chaveiro para pregar na parede perto da entrada. Uma solução imediata é colocar uma caixinha ou cesto e deixar ali chaves, celular, carteira etc.

13 - Ao invés de levar seus filhos ao cinema - com direito à lanchonete depois - programe um piquenique. Escolha um local com antecedência.

14 - Talvez, lá no fundo, você não consiga ter motivação para se organizar porque acredita que

é tudo uma grande bobagem. Mas em seguida a sua mente diz o contrário e você pensa que teria muito a ganhar se tudo fluísse com mais tranquilidade na sua vida.

Pense: O que você tem a ganhar caso organize (nem que seja só um pouquinho, ou apenas alguns aspectos) de sua vida? E o que tem a perder, caso não organize?

Faça das respostas a sua motivação.

15 - Faça uma lista pequena do que precisa fazer, priorizando as atividades do dia.

16 - Recolha a roupa suja no cesto e guarde a roupa limpa.

17 - Qual foi a última vez que você tirou o pó de cima do seu chuveiro? Sim, da ducha. O quê? Nunca tirou? Então dê uma olhada na bonita.

18 - Você pode viver "a deus-dará", mas também pode ter objetivos, traçar planos e alcançar metas. E só quem alcança tais metas sabe o quão gratificante é!

19 - Se você tem pouco espaço para os seus sapatos, deixe à mão somente os de uso diário. Guarde os de festas, por exemplo, em uma mala na parte de cima do guarda-roupa. É claro que o ideal é ter somente itens que você utiliza sempre, para não deixar a energia estagnada.

20 - Separe os brinquedos das crianças por categorias: uma cesta para bonecos, outra para carros e assim por diante. Juntar tudo em um grande cesto adianta somente durante algum tempo.

21 - Tire do caminho o que você raramente usa. Por que o aparelho de fondue está mais perto do fogão do que a frigideira? Tenha sempre a praticidade como foco para arrumar o que você tem.

22 - Ninguém pode ter tudo. Priorize o que deseja por enquanto. Quando conseguir tais coisas, pense em outras. Isso significa terminar o que começar.

23 - Separe a papelada para a declaração do imposto de renda. Não deixe para o final. Faça isso agora.

24 - Esvazie as lixeiras.

25 - Confira sua agenda e lista de tarefas para os próximos dias.

26 - Esqueça as distrações enquanto não terminar uma tarefa.

27 - Às vezes é chato ter que fazer uma coisa porque não nos lembramos do principal motivo que nos levou a fazê-la. Pare uns 3 minutos e pense: por que estou fazendo isso? por que quero me organizar?

28 - Não faça da ida a restaurantes um hábito. Muitas pessoas se acostumam a jantar fora toda sexta-feira ou ir a uma lanchonete com os amigos uma vez por semana. Deixe para ocasiões especiais, como o seu aniversário. Comer fora é desperdício de dinheiro na maioria das vezes. E sempre programe as vezes em que você for comer fora, para não fazer isso por impulso.

Março

1 - Limpe a sua cesta de revistas. Se você é uma pessoa normal, provavelmente tem algumas revistas guardadas. Talvez você até tenha uma coleção delas. Avalie se realmente precisa ficar com essas revistas ou se apenas determinadas matérias são úteis para você.

2 - Esvazie as lixeiras (e coloque sacos novos).

3 - Separe suas roupas por seções: calças, vestidos, saias, camisetas... E, dentro dessas seções, por cor. Faça um degradê, indo da cor mais escura à mais clara, ou vice-versa.

4 - Ande mais a pé, de transporte público ou de bicicleta. Se possível, sequer tenha um carro próprio. Você economizará horrores com mecânico, seguro, gasolina, estacionamento etc. Além disso, você não terá problemas com acidentes ou assaltos no trânsito.

5 - Não fique sobrecarregado(a) e estressado(a) pensando em todo o trabalho que você precisa fazer. Simplesmente faça o melhor que puder hoje, uma coisa de cada vez, estabelecendo prioridades.

6 - Estabelecer um prazo significa que você não vai dar uma de engraçadinho(a) com relação às suas metas. Tenha objetivos realistas e fáceis de realizar, e tudo será mais fácil. Anote em sua agenda.

7 - Escreva e-mails mais curtos.

8 - Cultive uma pequena horta em casa. Mesmo para quem mora em apartamento é possível reservar um espaço para vasilhinhos com manjeriço, salsa, coentro e plantinhas do tipo. Você ganhará um hobby, fará seus filhos se interessarem por algo novo e ainda economizará com tais temperos!

9 - Limpe a pia do banheiro.

10 - Pare de focar no que você não é ou não tem. Se parar para pensar em tudo o que você é e tem, verá que tem muitos privilégios. Tire vantagem deles!

11 - Sua cozinha está uma zona? Apenas lave a louça.

12 - Confira a lista de aniversariantes e agende a compra de presentes e comemorações.

13 - Abandone o perfeccionismo. Pode ser difícil para algumas pessoas, mas deixar de buscar a perfeição evita muitos fios de cabelo brancos.

14 - Guarde seus documentos em um lugar adequado. Nada de deixar certidões e outros papéis importantes jogados por aí. Nem que você utilize uma única pasta chamada “documentos”, já é melhor do que nada.

15 - No início do verão, guarde os itens de inverno. No início do inverno, guarde os itens de verão.

16 - Você tem uma rotina? Criar rotinas para momentos críticos do dia (como a hora de acordar ou de dormir) apenas facilita, pois coloca você no “piloto automático”. Faça hoje uma lista de tudo o que precisa ser feito em determinados períodos do dia e otimize seu tempo.

17 - Quando você chega em casa, onde coloca a sua bolsa ou sua pasta de trabalho? Você precisa estabelecer um lugar fixo para colocar essas coisas diariamente, senão virará uma bagunça.

18 - A cozinha e o banheiro são os lugares mais difíceis da casa de se manter organizados, pois é onde existe o fluxo maior de moradores. Procure fazer o mínimo diariamente para manter o lugar limpo e habitável. Significa limpar imediatamente o que sujou, por exemplo.

19 - Coloque um capacho na porta de entrada para evitar que a sujeira entre.

20 - Abra o seu armário e tire de lá três peças que você não usou no último ano. Separe para doação. O simples fato de tirar do armário já faz uma mudança significativa no espaço.

21 - Preste atenção às suas necessidades básicas: comer e dormir. Se você está se alimentando direito e descansando, todo o resto pode ser resolvido com organização. Se você se sente doente ou cansado, precisa resolver isso. Pare de adiar.

22 - Você precisa de motivação para se manter organizado? Pense em tudo o que já perdeu ou deixou de fazer por causa da desorganização.

23 - Você só precisa de duas caixas de entrada: a física, para papéis, e a eletrônica, para e-mails.

24 - Providencie um porta guarda-chuvas para a entrada da sua casa.

25 - Guarde todos os carregadores (celular, ipod, câmera) em um mesmo lugar. Pode ser uma simples caixa de sapatos.

26 - Suas decisões às vezes podem ofender ou magoar outras pessoas. É a vida! Se você

deseja ser autêntico, terá que passar por algumas saias-justas. O segredo é saber se comunicar e também saber a hora certa de dizer não.

27 - Freie a papelada. Tudo o que puder ter online, é melhor.

28 - Limite a quantidade de conversas e reuniões.

29 - Acabe primeiro com a desordem visível. Dá aquela sensação de dever cumprido e, quando começa a se organizar, resultados imediatos são a melhor forma de motivação. Quando você arruma o que está à vista, iniciará uma reação em cadeia que te levará a travar uma guerra com os lugares bagunçados daqui pra frente.

30 - Você já planejou as suas próximas férias? Pense em algum lugar bacana que gostaria de ir e pesquise pacotes e hospedagem na internet.

31 - Agradeça. Certamente você já cumpriu diversos objetivos na vida. Lembre-se da época em que apenas almejava cada um deles e agradeça por estar onde está agora.

Abril

1 - Dê um jeito na correspondência assim que ela chegar. Separe em 5 montes: ler / pagar / arquivar / ligar / jogar fora. Tenha uma pasta para guardar as contas a pagar e juntar tudo no mesmo lugar. Dessa forma, você não perde nada.

2 - Troque os lençóis da sua cama.

3 - Procure usar cabides de uma cor somente, para evitar a poluição visual no seu guarda-roupa. Deixe-os também virados para o lado de dentro do armário, de modo que não fiquem travados na hora de tirar uma roupa.

4 - Compre produtos com menos embalagens. Você economizará dinheiro e poupará lixo.

5 - Pense nas chances que uma vida organizada lhe dará. O que você gostaria de realizar? Uma grande viagem? Comprar um apartamento? Um carro? Mudar de carreira? O que quer que seja, você pode se planejar e fazer seu sonho acontecer. Não requer um "dom", é simplesmente um hábito.

6 - Você precisa pagar alguma conta? Escrever uma carta ou cartão postal? Responder "aquele" e-mail? Faça isso hoje. Coloque sua correspondência em dia. O que não puder resolver agora, separe para amanhã.

7 - Procure não piorar a bagunça. Torne o hábito da organização uma parte da sua rotina diária. Não importa o caos que esteja o seu escritório, o seu quarto, a sua mesa, o seu carro, a

sua sala. Não deixe pior do que está. Pelo menos hoje, não piore a bagunça.

8 - Se você tem dificuldade em parar de comprar, colecione fotos do que deseja comprar. Tenha uma pasta em seu computador especialmente destinada a isso e decida mais tarde se vai mesmo comprar o que selecionou ali.

9 - Limpe a sua mesa de trabalho deixando só o essencial.

10 - Lave os tapetinhos do banheiro.

11 - Todo mundo tem um defeito. A diferença entre uma pessoa fácil e outra difícil de conviver é que a fácil sabe contornar o que tem de pior. O que falta para você fazer isso? Trabalhe nos seus problemas.

12 - Monte um kit para quando faltar a luz, com lanterna, pilhas, fósforos, velas, candelabros etc. Deixe esse material em algum lugar de fácil acesso.

13 - Sabe aquela cafeteira que você comprou e nunca usou? Vale mais a pena vender ou dar de presente. Deixar em casa sem uso para quê?

14 - Considere cortar relações com pessoas que te deixam para baixo ou atrapalham a sua energia. Estimule relacionamentos com pessoas que te deixam bem.

15 - Aprenda a consertar as coisas, em vez de jogar fora e comprar outras. Isso inclui roupas, sapatos, eletrodomésticos, relógios e muitos outros artigos usados no dia-a-dia e que realmente desgastam. Costurar meias pode ser bem chato, mas triplica a vida desses itens.

16 - Eleja um dia da semana ou do mês para pagar todas as suas contas e atenha-se a ele.

17 - Mantenha a sua despensa em ordem. Você pode fazer uma lista de tudo o que sempre precisa ter em casa (eu preciso sempre ter mostarda!) e, a cada ida ao mercado, comprar o que for necessário. Tente minimizar as idas ao supermercado a uma vez por semana, apenas.

18 - Responda seus e-mails pendentes.

19 - Divida as tarefas domésticas com os outros moradores. Você não precisa fazer tudo. Faça hoje mesmo o teste com alguma tarefa simples.

20 - Lave a louça.

21 - Se não tem tempo para cozinhar durante a semana, faça alguns pratos básicos no sábado ou domingo e congele (arroz e feijão, por exemplo, limitando sua atividade a um frango grelhado ou bife durante a semana).

22 - Se facilita a sua vida e você usa, mantenha. Caso contrário, dê tchau.

23 - Tenha uma lista semanal de tarefas a fazer, como colocar o lixo para fora.

24 - Carregue a bateria da sua câmera.

25 - O que faria uma enorme diferença em sua vida hoje? Ganhar na loteria? Tirando isso, reflita a respeito e veja o que você pode fazer para conseguir tal feito.

26 - Dê uma voltinha quando ficar estressado (e depois de finalizar uma tarefa).

27 - Chega de comprar em liquidações ou bazeres. Pare de herdar coisas dos outros que não têm qualquer utilidade para você. E fuja de ofertas especiais ou de fim de temporada. Nem sempre o que é barato ou de graça sai tão barato quantos e pensa. Ter uma tralha a mais em casa custa caro.

28 - Ter menos significa aproveitar melhor o que você já tem.

29 - Em vez de reclamar que todo mundo deixa as correspondências sobre a mesa de jantar, que tal pensar em uma solução para tal ato? Que tal uma caixinha para cartas ao lado da porta, ANTES da mesa de jantar?

30 - Se você já tem uma cama, pense na possibilidade de instalar gavetas embaixo dela. Você pode comprar os móveis prontos com rodinhas ou improvisar com caixas de plástico organizadoras. É um espaço a mais de armazenamento que você ganha no quarto.

Maio

1 - Enfrente a pilha de revistinhas de receitas. E os livros também. Conserve somente os que podem ser úteis de fato em uma pastinha organizada. Os livros de receitas podem ficar na cozinha (é lá que você os usa), mas cuidado para não torná-los tralha. Mantenha somente o que for realmente útil ou tiver algum valor sentimental, tipo um livro de receitas que era de sua bisavó.

2 - Troque a toalha de rosto do banheiro.

3 - Existem roupas que precisam de reforma? Não guarde-as novamente! Separe-as e deixe-as juntas, para consertar assim que puder. De preferência, deixe-as em um lugar onde você sempre se incomodará pela sua presença, pois assim tomará logo uma providência.

4 - Compre coisas novas apenas para substituir algo que esteja quebrado ou velho. Não compre desnecessariamente. Isso evitará a bagunça e, além de tudo, você ainda economizará dinheiro.

5 - Resolva o problema das toalhas e dos roupões de banho molhados pendurando-os em ganchos instalados atrás da porta do banheiro.

6 - Não perca o foco.

7 - Mude detalhes feios da sua casa. Dê uma geral e verifique quais são eles. Pode ser a torneira da cozinha, o lustre da sala, o armário com espelho do banheiro. Você não precisa conviver com essas coisas. Contanto que não envolva demolir uma parede ou quebrar as janelas, você pode modificar esses pequenos objetos.

8 - Limpe o chão do banheiro.

9 - Fortaleça ainda mais os seus pontos fortes. No que você é melhor? Foque nisso. Quando as qualidades são tão evidentes e tão trabalhadas, ninguém liga tanto para os defeitos.

10 - Vale mais a pena dormir tarde organizando tudo para a manhã seguinte que se estressar procurando as coisas antes de sair.

11 - Guarde suas fotos em caixas. É a maneira menos complicada. Álbuns têm tamanhos diferentes e ficam espalhados.

12 - Em vez de sair com seus amigos e gastar um dinheirão, reúnam-se na casa de alguém e contem histórias, joguem baralho, qualquer coisa.

13 - Pare de comprar coisas durante algum tempo. Concorde em não comprar nada, nem mesmo recipientes para ajudá-lo(a) a se organizar. No momento você não tem certeza do que possui e como vai armazenar tudo. Comprar mais só aumentará a quantidade de tralha que precisa separar. Em vez disso, economize seu dinheiro. Pode ser também que o que você acha útil hoje se torne inútil amanhã, e terá gasto seu dinheiro a toa. Guarde.

14 - Jogue fora as embalagens vazias do banheiro.

15 - Se você esconde alguma coisa, é porque tem vergonha de mostrá-la. Por que você a guarda?

16 - Limpe embaixo da cama.

17 - Tire todas as roupas do chão da lavanderia. Dê um jeito nelas, nem que seja apenas transferindo-as para um cesto, provisoriamente.

18 - Processe seu e-mail todos os dias. Separe o que é lixo, o que precisa responder, o que é referência etc. Quando tiver 15 minutos livres, responda o que puder.

19 - Todos os dias, antes de dormir, arrume as mesas da casa. Tire de cima o que não lhes pertence.

20 - Tenha um lugar para guardar artigos de craft (cola, tesoura, papéis, canetas), nem que seja uma caixa de papelão. Melhor do que deixar em cima da mesa de jantar.

21 - Limpe a pia do banheiro.

22 - O objetivo de ter uma lista de ações é realizá-las o mais brevemente possível, senão, não vale a pena ter uma lista.

23 - Entenda de vez que a felicidade não vem de circunstâncias externas. Na verdade, a felicidade é uma escolha. Escolha ser feliz e basta! Essa escolha deverá servir como base para todas as suas decisões daqui para a frente.

24 - Sempre arranje tempo para se divertir. Todo mundo tem a vida corrida e reclama da falta de tempo. Saia do clichê.

25 - Onde estão seus sapatos?

26 - Jogue fora, venda ou doe aquilo que está quebrado e você disse que consertaria, mas nunca consertou.

27 - Vai organizar uma festa junina?

28 - Pintar é a forma mais fácil, rápida e prática de renovar um espaço. Combine as cores com os objetos que você já tem. Se é a sua primeira casa, pinte da cor que quiser e componha o ambiente com objetos que combinem. Essa é uma das partes mais gostosas da decoração.

29 - Trabalhe um cômodo de cada vez. Pode ser um cômodo por mês, um cômodo por semana - você é quem sabe. Tenha um prazo. Defina metas (uma tarefa por dia, por exemplo). Pegue sua lista e desdobre as tarefas em sub-tarefas. Exemplo: se precisa arrumar uma cômoda, divida a tarefa em várias outras (arrumar a gaveta 1, arrumar a gaveta 2 etc). Cumpra suas metas e vá riscando da lista.

30 - A regra de ouro da arrumação é: nunca deixe em um cômodo o que pertence a outro. O que você pode fazer hoje para mudar essa situação?

31 - Não negligencie o relacionamento com as pessoas que você ama. Saia com os amigos, com a família, com o(a) namorado(a), compre um presente, faça um telefonema.

Junho

1 - Doe ou venda os livros que já leu. Mantenha somente os livros que ama, relê sempre que tem uma oportunidade ou os de consulta freqüente. De resto, fora. Sabe aquele livro que você leu quando estava na quinta série? Ou os livros de vestibular? Dê tchau.

2 - Procure comprar roupas somente quando estiver precisando e substitua a peça quando a comprar. Se seu sapato marrom está velho e você precisou de um novo, livre-se dele assim que o adquirir o mais recente. O mesmo vale para roupas e quaisquer outros artigos de vestuário. Comprou um vestido porque o que você tem não serve mais? Então para que mantê-lo? Doe!

3 - Você sempre pode comprar mais. Nunca acabará o estoque de novos e "maravilhosos" produtos. *Qual o fim disso tudo? Até onde você vai comprar?* É impossível ter tudo o que deseja materialmente. Haverá sempre algo novo e melhor que o que você comprou hoje. A solução é comprar menos e ser feliz com o que já possui. Ninguém precisa de um mesmo modelo de camisa em três cores diferentes, por exemplo.

4 - Em vez de deixar suas ferramentas dentro de uma caixa obscura, estabeleça um local na garagem ou na área de serviço para pendurar suas ferramentas na parede. Coloque preguinhos e depois desenhe em volta de cada uma, para saber sempre onde colocar.

5 - Roupas semilimpas são aquelas que você usou uma vez e não estão necessariamente sujas - você ainda pode querer usá-las antes da próxima lavagem de roupas - mas acaba deixando sobre a cama, pendurada na porta do armário, jogada na cadeira etc. Você sabe *bem* que roupas são essas. Esconda! Separe um espaço do seu guarda-roupa, distante das roupas limpas, para pendurar essas roupas. Se o dia da lavagem chegar e você não as tiver utilizado, basta lavar. Mas, se você quiser usá-las antes, pelo menos elas não ficam bagunçando o seu dia a dia.

6 - Faça rolinhos com cada toalha de banho e empilhe-as ou deixe-as dentro de uma cesta no banheiro (onde você irá utilizá-las). Não precisa deixar todas as suas toalhas - somente as que precisará durante a semana corrente. Pode ser que você só tenha essas (o que é o ideal! menos é mais!)

7 - Dê uma volta pela casa. Assim você conseguirá enxergar os piores lugares, onde as pilhas se acumulam em desordem. O resultado será uma lista de coisas que você precisa resolver. Não faça restrições. Anote tudo o que gostaria de mudar. Não modifique a sua lista, mesmo que não tenha ideia da solução. Estará formada a sua lista de pequenas e grandes metas de organização da sua casa.

8 - Sempre existe a possibilidade de melhorar qualquer ambiente usando cortinas. Escolha os tecidos, faça parte do processo. Use no banheiro, na cozinha, na sala, no quarto. As cortinas mudam a cara de qualquer ambiente quase instantaneamente.

9 - Jogue fora os tupperwares velhos da cozinha.

10 - Não compre mais nada para você até cumprir um determinado número de metas. Divirta-se com isso! Estabeleça que, a cada tarefa mais complicadinha de fazer, você terá alguma recompensa. Pode ser dormir 1 hora a mais em uma noite, passear no parque no final de semana, comprar algo que realmente queira, enfim, o que você quiser. Mas tem que ser proporcional. Não compre uma tv de plasma só porque organizou a gaveta de canetas.

11 - Alugue ou peça emprestado grandes itens que você usará somente uma vez e nunca mais. Isso costuma acontecer com ferramentas. Se pensar bem, pode inclusive alugar um carro quando for viajar com seus filhos, por exemplo. Ou levar alguém ao hospital de táxi. Com certeza você gastará menos nessas situações do que gastará tendo um carro somente pela possibilidade de isso um dia acontecer.

12 - Num país distante, existem os eletrodomésticos e apetrechos pequenos de cozinha. A torradeira, a cafeteira, o microondas, o liquidificador, etc. Os pequenos aparelhos que você usa regularmente. Quando foi a última vez que você limpou sua torradeira; abriu o fundo e tirou as migalhas? Quão suja e empoeirada está sua cafeteira? Como o microondas está por fora? Limpe-os. Não é pra pegar um por um e esfregar. Apenas limpe as marcas de dedos, poeira, líquidos que escorreram, alimentos secos grudados nos itens que mais usa em sua cozinha. Certifique-se de desligá-los da tomada antes de limpar cada um deles!

13 - Pegue um saco de lixo e separe 27 itens para jogar fora. Quando terminar, amarre e jogue fora imediatamente. Não "revise".

14 - Seus filhos já estão de férias? Programe atividades para fazer com eles.

15 - Não está na hora de trocar a esponja da cozinha?

16 - Tire do seu guarda-roupa tudo o que você não usou no último ano. Doe, venda, dê adeus.

17 - Aprenda que tipo de briga você deve comprar. Às vezes, é melhor simplesmente deixar para lá. Brigue somente pelo que for relevante de verdade.

18 - Se você não tem lugar para guardar, dê adeus.

19 - Não tire todas as roupas do guarda-roupa se não tem tempo de organizá-lo inteiro. Faça uma coisa de cada vez. Um gaveta hoje, talvez? Outra amanhã e assim por diante.

20 - Tire o que estiver no chão! Sacolas, livros, revistas.

21 - Se algo estiver fora do lugar há muito tempo, verifique se não é melhor dar outro fim àquilo.

22 - Não está na hora de lavar seus chinelos?

23 - Tire o pó da TV e do seu aparelho de som.

24 - Nunca diga que você não consegue fazer algo. Tente e, se não der, faça outra coisa.

25 - Se algo cheira mal na cozinha, jogue fora. Não é só comida não. Serve para aqueles potes antigos, talheres etc.

26 - Livre-se de revistas velhas, catálogos, cupons e outras papeladas.

27 - Limpe a pia da cozinha. Pode não parecer fazer diferença, mas faz. Lave toda a louça, não deixe nada no escorredor de pratos, limpe ao redor, seque e deixe "brilhando". Você notará a diferença. O ideal é deixá-la todos os dias assim.

28 - Transportar suas coisas pra lá e pra cá acaba com a durabilidade dos móveis, especialmente os que sempre precisam ser desmontados. Por isso, é imprescindível que você faça boas aquisições, de artigos com boa qualidade e cara de que "duram a vida inteira".

29 - Deixe em um só lugar suas ferramentas de organização. Se deixar cada coisa em um lugar diferente, vai fazer confusão quando precisar de algo rapidamente.

30 - Uma ótima dica para quem vive perdendo os controles remotos da TV, DVD, vídeo etc. Providencie uma cestinha de vime e coloque-a na mesa de centro da sala com todos os controles dentro. Habitue-se a guardá-los sempre ali.

Julho

1 - Toda vez que comprar alguma coisa, livre-se de algo semelhante. Por exemplo: comprou uma calça jeans? Doe uma que não usa mais. Esse procedimento evitará o acúmulo de coisas inúteis em sua casa.

2 - Livre-se de trabalhos escolares, de faculdade etc. Definitivamente, você não vai mais usar. Jogue tudo fora. Se quiser guardar uma lembrança daqueles trabalhos maravilhosos do seu filho, tire fotos. Se estiver entrando na pós-graduação e tiver certeza que usará algum texto super raro que obteve na faculdade, conserve-o também. Mas, tirando esta condição, tudo deve ir para o lixo, inclusive as provas. Você não usará nunca mais. Livre-se disso.

3 - Otimize o espaço do seu armário. Há grandes espaços vazios? As prateleiras são baixas demais? Examine o que você pode fazer a respeito. Quem sabe poderia instalar um gaveteiro? Ou novas divisões? Pense no que precisa.

4 - Escolha direitinho o lugar onde irá guardar as suas coisas. Encare da seguinte forma: tudo pode melhorar. Guarde seus CDs e DVDs com cuidado. Não amasse seus sapatos no guarda-

roupa. Tenha espaço para as suas roupas. Pendure as canecas na cozinha. Agrupe objetos avulsos que sejam da mesma categoria, para que não fiquem jogados.

5 - Tire de cima da mesa da cozinha tudo o que não deveria estar lá.

6 - Faça uma lista de providências que precisa tomar este mês.

7 - Nossa missão para hoje é pegar um saco de lixo, ajustar o timer e começar a descartar tudo que for lixo dentro do quarto. Apenas descarte! Às vezes, nós temos lixo escondido atrás de nossas camas, coisas que estão se disfarçando de itens necessários, mas que na verdade não passam de lixo! Descarte revistas velhas, correspondências de mala direta que estão se empilhando, perfumes velhos que nunca são usados, mas tem seu lugar no armário, velhos casacos que estão jogados e que precisam ser doados, caixas vazias, etc. Jogue fora!

8 - Se sua mesa está cheia de pilhas de papel, guarde-as em um lugar onde fiquem longe dos seus olhos e *comprometa-se* a organizá-la aos poucos. A melhor forma de fazer isso é instalando gabinetes embaixo da mesa.

9 - Vire wireless. Cabos bagunçam demais. Tudo o que você puder ter sem fio, tenha. Teclados e mouses, pelo menos, são fáceis de conseguir.

10 - Faça uma coisa de cada vez. Nunca se esqueça disso. Faça uma coisa de cada vez e, com o passar do tempo, terá feito tudo o que planejou.

11 - Tire o pó do seu computador.

12 - Planeje a pintura do exterior da sua casa.

13 - Se estiver adiando algo há muito tempo, verifique se é realmente prioridade.

14 - A vida é curta. Cada dia é valioso. O que você fez hoje?

15 - Quando vamos montar uma casa do zero, nosso orçamento é mínimo e tendemos a comprar qualquer móvel, eletrodoméstico etc apenas para "ter", porque *precisamos* de uma mesa, *precisamos* de um sofá, *precisamos* de um guarda-roupa. Porém, essas serão as suas coisas. Compre direito. Vale a pena pesquisar e esperar mais. Comprar uma boa mesa em um brechó e depois pintá-la pode ser melhor do que pagar muito mais caro por uma mesa de qualidade pior, mas que seja nova e parcelada.

16 - Você sabe que a sua casa está bagunçada, que tem muita coisa errada no ambiente onde você vive e isso lhe causa frustração. Gaste sua energia fazendo algo a respeito em vez de se sentir mal todos os dias.

17 - Compre roupas e artigos domésticos de segunda mão. Muita gente se desfaz de coisas

novinhas e você pagará menos do que a metade do preço de novas.

18 - Durma mais cedo.

19 - Na dúvida, compre branco. Combina com todas as cores de parede e você pode ousar em outros elementos da decoração.

20 - Troque seus travesseiros.

21 - Se está vencido, jogue fora.

22 - Encha as bandejas de gelo.

23 - Verifique seu aparelho de jantar para conferir se está completo ou se faltam algumas peças. É melhor listar e providenciar logo. Melhor do que convidar visitas e não ter o suficiente.

24 - Leve seu edredom para a lavanderia.

25 - Uma sugestão de rotina noturna para hoje: guardar o que está fora do lugar, separar a roupa para amanhã e colocar a roupa suja no cesto.

26 - Passe o aspirador no quarto.

27 - Limpe o vaso sanitário.

28 - Em sua área de trabalho, deixe somente os livros úteis para o dia-a-dia.

29 - Toalhas boas, bonitas e felpudas para o banho. Pratos bacanas. Um tapete divertido. Tudo em sua casa deve ter um significado especial para você. O bule vermelho de bolinhas brancas. O quadro de gato que era da sua avó. Em vez de comprar aquele jogo de mantimentos na loja de 1,99, por que não escolher um que tenha mais a sua cara? Pode até ser o da loja, mas não compre com aquele argumento de "nhá, vai esse mesmo".

30 - Observe a frequência no seu hall de entrada. Se todo mundo da sua casa deixa os casacos ali, considere a idéia de instalar um cabideiro na parede. Lembre-se que organizar é fazer as coisas funcionarem. Outros objetos que também podem ser colocados no hall para facilitar o tráfego ali: porta-guarda-chuvas, ganchos para mochilas e bolsas, gancho para chaves, caixa ou cesta decorativa para colocar livros ou DVDs que precisam ser devolvidos.

31 - Saiba dizer não! Cada vez que você diz sim a alguma tarefa, está dizendo não a algo que disse sim anteriormente. Não dá para fazer tudo. Ser organizado é saber priorizar.

Agosto

- 1 - Você realmente precisa de 15 canetas esferográficas na sua gaveta?
- 2 - Jogue fora listas e guias antigos. Se você já tem uma lista telefônica do ano atual, pode jogar fora as de anos anteriores sem dó. O mesmo vale para guias de ruas, viagens e semelhantes, quando você já tem uma versão mais nova.
- 3 - Você já deve ter lido essa dica em outros lugares, mas sempre é bom organizar as roupas por cores. Separar as roupas de verão das de inverno só funciona se você mora em um local onde as estações são realmente divididas, mas mesmo assim, só utilize essa opção se não tiver espaço no armário. O ideal é manter todas as roupas juntas, e sempre fáceis de serem visualizadas e usadas.
- 4 - Tire de cima dos balcões da cozinha tudo o que não deveria estar lá.
- 5 - Use prateleiras. A maioria das mesas fica de frente para uma parede. use o espaço instalando prateleiras e providenciando mais espaço para organizar-se, sem precisar deixar tudo que precisa ter à mão somente sobre a mesa.
- 6 - Delegue o que outra pessoa pode fazer em seu lugar.
- 7 - Limpe os rodapés da sua casa. Isso só precisa ser feito uma a duas vezes por ano e você sente a diferença instantaneamente.
- 8 - Se você tem vários objetos semelhantes com qualidade melhor, pra que guardar?
- 9 - Dê uma geral na pia do banheiro depois que escovar os dentes.
- 10 - Você sabia que não precisa atender o telefone sempre que ele tocar? Se assim fosse, ele seria automático. Liberte-se!
- 11 - Conclua todos os seus projetos de craft ou costura. Nada de panos, linhas, retalhos, papéis, cola e pincéis espalhados pela casa. Termine o que precisa terminar e coloque tudo em ordem.
- 12 - Separe lixo orgânico dos recicláveis. Informe-se na prefeitura de sua cidade sobre a coleta seletiva.
- 13 - Dê uma olhada por cima na sua despensa e faça uma listinha do que precisa comprar.
- 14 - Que tal planejar um calendário semanal para o seu trabalho? Que dia você tem reuniões regulares? Você tem um dia para organizar a sua mesa, tirar as tralhas e fazer com que as coisas pareçam melhores? Algumas pessoas fazem isto na sexta à tarde, o que vai fazer com que ao chegar na segunda-feira, a mesa esteja impecável. Apenas veja o que pode ser feito

para que o trabalho funcione na semana. Se há algo que tenha que ser feito todos os dias, coloque em sua rotina diária.

15 - Tenha uma roupa de cama "em uso" e uma roupa de cama guardada. Geralmente, roupa de cama de verão e roupa de cama de inverno.

16 - Vá até a entrada da sua casa. Pegue todos aqueles sapatos, livros e casacos que estão empilhados perto da porta e tire-os de lá. Eu aposto como você consegue guardar tudo em menos de 15 minutos.

17 - Todo mundo tem problemas, todo mundo sofre com a falta de tempo, com a falta de dinheiro etc. Organizar-se é deixar a desculpita de lado e arranjar soluções para o seu dia-a-dia, para não viver em um caos! É adaptar-se, saber priorizar, diminuir o que puder, enfim, ter controle da própria vida. Portanto, a primeira atitude para quem quer se organizar é: pare de reclamar!

18 - Marque 15 minutos no seu timer do celular e limpe a superfície dos grandes eletrodomésticos... geladeira, fogão, freezer, lavadora. Não é para fazer uma limpeza completa e detalhada, apenas para tirar marcas de dedos, manchas que respingaram etc.

19 - Sua missão de hoje é simples: vá até a sua sala e guarde o que estiver fora do lugar. Não importa se você vai simplesmente tirar um prato de cima da mesa de centro e colocar dentro da pia da cozinha sem lavar - o objetivo é deixar a sala sem tralha. Não é para fazer uma limpeza detalhada - apenas gaste 15 minutos tirando de vista o que não era para estar como está.

20 - Faça uma lista de filmes que gostaria de ver e livros que gostaria de ler.

21 - Verifique seus compromissos.

22 - Limpe sua mesa no trabalho, jogando fora papéis de rascunho e inutilidades no geral.

23 - Hoje é dia de tirar a tralha ao lado da sua cama, antes que a situação fique incontrolável. É uma tarefa pequena, rápida e que fará a diferença na sua casa.

24 - Edite, edite, edite. Quantas canetas você tem? De quantas precisa? O que está velho ou estragado e deve ser substituído? Esse é um exercício diário básico para se manter organizado.

25 - Pegue uma escova de dentes velha e dê um trato na torneira da cozinha. Você pode usar bicarbonato para isso.

26 - Nada pior do que um banheiro mal-iluminado. Se o seu banheiro é pequeno, tenha uma sobre o espelho e uma central, mas há diversas opções de acordo com a decoração.

27 - Providencie uma luminária decente. Muita gente trabalha de noite. Tenha uma luminária em sua mesa, mas uma que não ocupe muito espaço e, se possível, seja bonita. Porque ninguém merece ter que trabalhar olhando para uma luminária feia.

28 - Arrume os livros e revistas que estão fora do lugar.

29 - Uma boa cama e nenhuma cômoda. Um bom sofá e nenhuma poltrona. Um edredon gostoso para o inverno, em vez de dois ou três de nylon. Duas trocas de lençóis de puro algodão, em vez de quatro ou cinco de poliéster. Pense nas vantagens disso inclusive com relação ao armazenamento e ao pouco espaço que você tem. A vantagem já conhecida é que você comprará coisas que irão durar, em vez de ter que gastar com o mesmo item dentro de poucos meses.

30 - Ter um espelho no hall de entrada faz com que você evite voltar a outro cômodo para dar uma última conferida no visual antes de sair. E todo mundo adora um espelho.

31 - Acabe com as pilhas de papéis. Vá até a sua mesa e dê um fim naquilo de uma vez por todas. Sabe aqueles papéis guardados há anos para um fim que nunca aconteceu. Mesmíssima coisa.

Setembro

1 - Em 15 minutos, guarde 15 objetos que estão fora do lugar.

2 - Catálogos de ofertas devem sumir. Saem novos diariamente. Você não precisa guardá-los porque os preços sempre mudam.

3 - Você não precisa de tanta coisa. Observe ao seu redor. Você não precisa de caixas novas de papelão para guardar seus objetos - você precisa diminuí-los. Mantenha com você somente aquilo que é essencial para a sua vida e o que você realmente ama. Faça um "regime" na sua casa e viva sem excesso. Essa é a melhor maneira de ser organizada(o).

4 - Organizar-se também é cuidar de si mesmo. Não importa a que horas você vai dormir hoje. Mas, quando isso acontecer, faça de forma digna. Tome um banho quente, prepare uma xícara de chá, coloque um pijama confortável e leve um livro com você. Boa noite. Descanse.

5 - Dê uma sacudida nos tapetes da casa.

6 - Deixe ir. Não se apegue a coisas, tralhas, bagunça. Doe objetos que não usa mais, jogue fora o que não presta. Você precisa mesmo guardar esse pote do sorvete que acabou?

7 - O seu banheiro pode ter um cheiro gostoso com poucas providências. Aqueles refis de vaso sanitário funcionam, assim como incensos leves, flores secas e velas perfumadas.

8 - Se você receber uma tarefa que possa ser feita em até 2 minutos, faça-a imediatamente. Mesmo que não seja uma tarefa de alta prioridade, realizá-la é mais rápido do que arquivá-la ou anotar para fazer depois, e então é mais uma coisa riscada da sua lista. David Allen chama isso de "corte de eficiência". Agora, se o item não for importante a ponto de ser executado, descarte-o. Aplicar a regra dos 2 minutos aumenta muito a nossa produtividade no dia-a-dia. Alguns projetos ficam parados justamente porque uma dessas pequenas ações estão ali atrapalhando. Faça o teste e veja quanta coisa você consegue eliminar da sua lista em um curto espaço de tempo.

9 - Qualquer planta verde, colorida e viva dá um up na casa ou no escritório. Por favor, não use flores artificiais - estamos falando de dar *vida* a um ambiente, certo? Preste atenção no tamanho e nas condições do lugar para encontrar a planta mais adequada.

10 - Na sala, deixe sobre a mesa de centro aqueles livros bonitos, caros, que realmente parecem terem sido feitos para decorar.

11 - Doe o que você não usa. Até soa repetitivo de tanto que digo isso, mas você pode doar tudo o que você não usa e que esteja em bom estado. Desapegue-se. Mantenha somente o que você gosta em casa.

12 - Faça uma lista de compras que inclua o que você sempre compra para a sua casa. Tire cópias e deixe uma sempre no armário da despensa. Semanalmente, abasteça no supermercado com o que falta.

13 - Enquadre uma foto da sua família e pendure-a na parede. Olhar todos os dias para ela pode inspirar você (e certamente o fará!).

14 - Faça uma lista dos seus pratos preferidos e planeje as refeições da semana inteira para não perder tempo diariamente pensando no que fazer.

15 - Sempre, haja o que houver, guarde 10% do seu salário.

16 - Verifique sua lista de tarefas e escolha algo inusitado para fazer hoje, como trocar a lâmpada da garagem, por exemplo.

17 - Limpe seu e-mail. Apague mensagens antigas pesadas que não possuem qualquer utilidade. Mantenha na caixa de entrada somente os itens ativos ou, se você for como eu, separe em pastas o que for para responder, ligar, resolver em outro lugar etc.

18 - Coloque ao lado do telefone um bloco de post-it e uma caneta.

19 - Se você mora com outras pessoas, faça um quadro grande e colorido com a agenda de todos.

20 - Tome um banho relaxante.

21 - Verifique a programação cultural de sua cidade para o próximo feriado. Anote na agenda.

22 - Não há nada de errado em parar para descansar durante o dia. Não se culpe. Se estiver cansado, respeite seu corpo. Nenhuma tarefa é mais importante que a sua saúde e sanidade mental. Se você se sente exausto todos os dias, avalie os motivos e busque uma solução.

23 - Saia com um amigo ou amiga querido(a). Marque um happy-hour e simplesmente vá.

24 - O que você fez hoje para alcançar alguma meta importante em sua vida?

25 - Faça uma lista de telefonemas que precisa fazer e está adiando. Quando tiver 15 minutos livres, comece a ligar. Reduza as ligações e otimize seu tempo. Não fique papeando ao telefone.

26 - Se está quebrado, sem pilhas, estragado há mais de seis meses, por que você está guardando?

27 - Limpe seu carro por dentro, com aspirador e tudo. Ou leve no lava-rápido. Se você for uma pessoa limpa e organizada, isso só precisa ser feito a cada quatro meses.

28 - Um quadro, uma escultura ou mesmo um pequeno pôster faz maravilhas em qualquer ambiente. Procure coordenar as cores e, se o lugar for muito sem graça, encontrar uma peça realmente impactante (no bom sentido).

29 - "É só um monte de tralha". Não pense assim. É a sua casa, seu santuário, o lugar onde ficam as coisas que fazem parte da sua vida.

30 - Seu quarto está te expulsando de dentro? Guarde a roupa que está fora do lugar.

Outubro

1 - Limpe sua bolsa. A gente sempre guarda um papelzinho aqui e outro ali. Procure usar uma bolsa só, se possível, para facilitar o trabalho e evitar perder as suas coisas.

2 - Aproveite o horário comercial na TV para fazer alguma coisa mais útil, ao invés de ficar jogada(o) no sofá esperando a volta do seu programa favorito. A propaganda é feita para persuadí-la(o) a adquirir tal produto. Não assista! Mesmo o hábito de assistir a canais exclusivamente sobre vendas gera em seu subconsciente uma necessidade de consumo que não deveria existir. Em média, os comerciais duram de 30 segundos a três minutos. Nesse intervalo de tempo você pode realizar diversas atividades, como recolher os pratos que ficaram

jogados na sala depois do lanche, arrumar a sua cama ou mesmo fazer um leitinho quente e gostoso no frio.

3 - Tire o pó dos móveis.

4 - Mantenha só as coisas que você ama. Provavelmente você mantém em alguma caixa ou jogado por aí algum item significativo para você. Não seria maravilhoso só ter objetos desse tipo na sua casa? Então livre-se do resto.

5 - Valorize as caixas. Organizar em caixas é a maneira mais fácil e rápida de saber o que está em cada lugar. Não se esqueça de etiquetá-las!

6 - Cores fortes nas paredes ou em pequenos detalhes mudam completamente qualquer lugar. Experimente um sofá vermelho em um cômodo inteiro branco! Ou um quadro roxo em um escritório preto e branco. Não importa se a cor entrará nas paredes ou no pequeno despertador sobre o criado-mudo - explore o mundo das cores! Seja criativo, coordene os tons, veja o que fica harmonioso para você.

7 - Defina somente uma tarefa para fazer hoje. Só uma. E faça.

8 - Não acesse qualquer rede social hoje.

9 - Fique um dia sem computador.

10 - Não adianta correr se você não sabe onde está indo. Foque nos seus objetivos.

11 - Durma mais cedo.

12 - O objetivo "ser organizado" é um equívoco. Parece que estamos falando de algo no futuro - uma meta que queremos alcançar. Mas aí é apenas mais uma tarefa que você vai abandonar e deixar para trás. Não tenha como meta ser uma pessoa organizada. Esqueça isso e simplesmente tome pequenas atitudes no seu dia-a-dia. Ninguém precisa ser um primor em organização. Fazer o mínimo, na maioria das vezes, é o suficiente. Organizar a sala é chato, difícil e demorado. Organizar o aparador, no entanto, parece mais fácil. Comece por aí.

13 - Mantenha um quadro de avisos na geladeira ou em uma parede onde todos vejam.

14 - Nada deixa um ambiente mais vivo do que receber calor humano! Por mais ocupado(a) que você seja, nunca abra mão disso!

15 - Se um entra, outro sai. Comprou uma camiseta nova? Doe uma antiga.

16 - Habitue-se a comprar somente o que for estritamente necessário. E não adianta dizer que você "não sabe" o que é necessário. Uma calça jeans (se você tem três) não é necessária,

a não ser que você trabalhe em uma mina e calça jeans seja uniforme obrigatório. Procure adquirir objetos de boa qualidade, que vão durar mais. Não adianta comprar o mais barato se precisar comprar outro no mês que vem. Assim como não adianta comprar o mais caro só por esse motivo e acontecer a mesma coisa... Preço alto, hoje em dia, não significa qualidade.

17 - Livre-se diariamente do lixo. Correspondência, embalagens, recibos de débito irrelevantes, rascunhos etc. Nós estamos rodeados de lixo durante o dia inteiro. Não guarde o que não precisa! Não deixe para depois! Jogue fora agora.

18 - Na cabeceira, deixe somente os livros que está lendo no momento. Você pode empilhá-los no criado-mudo ou embaixo do abajour.

19 - Faça uma caminhada.

20 - Procure acessar redes sociais por hobby somente uma vez por semana, e nunca em horário de trabalho.

21 - Faça compras em casa de vez em quando. Às vezes compramos um caderno já tendo outros em casa que poderiam muito bem ser usados para o mesmo fim. Verifique o que você tem antes de gastar dinheiro com algo que acha que precisa.

22 - Tenha um livro de registros onde anota todos os gastos e ganhos diários, para controlar suas finanças.

23 - Você tem documentos importantes no computador? Talvez seja uma boa fazer um back-up dos principais.

24 - Dê uma geral em sua caixa de medicamentos e jogue fora o que estiver vencido.

25 - Arquive apenas o que for necessário. Sempre se pergunte se compensa guardar mais uma coisa em vez de se livrar dela.

26 - Providencie organizadores de fios para o computador. Se puder trocar seu equipamento por objetos sem fios, certamente é a melhor opção.

27 - Se você pudesse parar tudo por um momento, o que gostaria de estar fazendo *agora*? E a pergunta mais desafiadora: *por que você não está fazendo?* O que te impede? É importante ter sonhos, montar projetos e fazer as coisas acontecerem. Eu acho que às vezes nós nos vendemos temporariamente a uma determinada área, mas acabamos ficando por lá tempo demais. É o seu caso? O que você está fazendo hoje, exatamente, para concretizar um de seus sonhos?

28 - O hábito de anotar. Ninguém consegue manter tudo em ordem na cabeça. Use uma agenda ou, no mínimo, um bloco de anotações. Você verá a diferença.

29 - Limpe as janelas.

30 - Quando esvaziar uma caixa, gaveta, sua mesa de trabalho, a geladeira etc, guarde somente o que você utiliza ou é realmente útil. O que não pertence àquele lugar não deve voltar jamais. Você tem 3 alternativas para o(s) objeto(s) em questão: doar, jogar fora ou guardar no lugar certo.

31 - Aproveite o Dia das Bruxas para assistir um bom filme e comer alguma guloseima. Só hoje, para relaxar um pouco.

Novembro

1 - Faça uma lista com as pessoas que gostaria de presentear no Natal. Não se esqueça de incluir aquelas que você não gostaria, mas precisa presentear (chefe, sogra etc).

2 - Cuide das coisas que você já têm. Não seja negligente com roupas, copos de vidro, livros e tudo o mais. Imagine que você não tenha nada. Depois, dê valor a tudo o que você tem. Isso também significa reconhecer aquilo que você não usa e doar para alguém que realmente vá precisar.

3 - Zere seus e-mails. Responda aqueles pendentes.

4 - Faça uma lista com os presentes de Natal que planeja dar para cada pessoa, separando por "comprar" ou "fazer".

5 - Limpe embaixo dos móveis.

6 - Valorize suas coleções. Você tem uma coleção incrível de discos de vinil, mas eles estão escondidos porque você não tem espaço para mostrá-los. Dê um jeito! Coleções são coisas que amamos, então é o tipo de coisa que deve ficar exposta. Se não for tão relevante, analise se precisa mesmo mantê-la! Às vezes fez parte de uma determinada época de nossa vida que, hoje, não faz mais sentido.

7 - Compre branco. Quando precisar comprar uma pasta, uma caixa, uma estante etc, compre na cor branca. É fácil de achar, comprar, combinar, e dá a sensação de limpeza e organização sempre.

8 - Verifique o total de despesas para os presentes de Natal. Esta é a hora de fazer possíveis cortes. Avalie a real necessidade de dar aquele presente caro para a sua chefe - muitas vezes, uma simples lembrança resolve. Faça substituições inteligentes. Não deixe de comprar aquela boneca que sua sobrinha tanto quer só para ter dinheiro para presentear outras cinco pessoas que sequer se importariam em receber ou não presentes seus. Ordem de prioridade para não

errar: crianças, esposa(o), pais, amigos próximos, parentes próximos e o resto.

9 - Nunca deixe um cômodo com as mãos vazias. Guarde o que tiver que guardar.

10 - Pesquise na Internet os preços dos presentes de Natal e anote em sua lista. Verifique sua agenda e marque para a semana que vem o melhor dia para sair e comprar os presentes.

11 - Verifique que coisas você usa eventualmente e passe a alugá-las, ao invés de comprar. Ter CDs e DVDs em casa é bastante interessante, mas você usará sempre ou quer ter somente pelo prazer de ter a posse do objeto? Um DVD custa em média 40,00. Se você assistir ao mesmo filme 5 vezes na vida - o que é bastante - você gastará pouco mais que a metade desse valor. Compensa mais alugar o filme em uma locadora quando tiver vontade. O mesmo vale para CDs. Se você quer ter uma coleção respeitável para quando der uma festa, verifique a possibilidade de pedir emprestados tais CDs, ao invés de acumulá-los na sua estante. O mesmo vale para livros, vestidos de festa, até carros.

12 - Sabe aquela comida que você adora e sempre quis aprender a fazer? Pesquise a receita na internet e faça.

13 - Troque a sua escova de dentes por uma nova.

14 - Livre-se de canecas quebradas. Ninguém merece uma coleção de canecas com as bordas quebradas. Além de juntar germes, é feio. Valorize sua casa.

15 - Atualize sua lista de e-mails para enviar cartões de Natal em dezembro.

16 - Habitue-se a colecionar folhetos de supermercados - aqueles com os produtos em promoção. Hoje em dia, a maioria dos supermercados abate o preço no caixa e você acaba tendo uma economia gigantesca. O mesmo vale para compras em liquidação - são o melhor negócio, sem dúvida. Quando terminar o inverno, possivelmente você ainda terá em mente o que foi necessário durante os meses anteriores - uma blusa, um cachecol. Todos esses itens estarão em promoção por até a metade do preço, quando o inverno acabar. Essa é a hora certa de comprar. Não tem problema só usar no ano que vem. Possivelmente você usará antes, porque o tempo vai e vem. E isso não vale só para roupas, mas para enfeites de Natal, brinquedos (após o Dia das Crianças), ovos de Páscoa etc.

17 - Limpe o batente das portas.

18 - A missão do dia hoje é fácil: dê um trato na torneira do seu banheiro. Sabe aquela velha história de limpar com escovinha de dentes velha e sabão? Esfregue e enxague. É o que você deve fazer.

19 - Quando terminar de fazer alguma coisa (ler um livro, por ex), guarde no lugar, em vez de deixar em cima da mesa.

20 - Monte a árvore de Natal.

21 - Há quanto tempo você não limpa o teclado do seu computador?

22 - Priorizar é tratar o tempo com eficiência. É um "se vira nos 30" eterno, onde a cada dia que passa temos menos tempo e mais tarefas, compromissos e cobranças. É preciso ter força na peruca e mandar ver! Não adianta mais ficarmos com desculpites para tudo o que for importante em nossas vidas: *aquele* curso, *aquela* moto, *aquela* apartamento, *aquela* emprego, *aquela* projeto. Até quando você vai dizer que não fez determinada coisa importante porque "não teve tempo"? Podem reparar: geralmente, quem diz que não tem tempo, na verdade está assinando um atestado de desorganização. Ter tempo não é uma mágica - é *arranjar* tempo. É saber priorizar. É pegar aqueles 5 minutos que você tem para fazer uma tarefa e destrinchá-la, fazê-la bem feita, riscar da lista e passar para a próxima. Porque quando as coisas foram feitas (e bem-feitas), podemos relaxar um pouco. E relaxar é essencial. Ser organizado é poder relaxar e pensar no que realmente importa.

23 - Tenha um vaso de flores de verdade em sua casa (ou vários vasos) e sinta a diferença.

24 - Organizar seus papéis é básico! Nem que você junte tudo em diversas caixas de papelão, é melhor do que ficar um monte de pilhas aqui, outras ali. Não adianta organizar em pastas se as pastas não têm sentido algum. Tire um dia para cuidar disso: primeiro jogue fora o que for inútil, depois separe os papéis em categorias e, enfim, arquive identificados dentro dessas categorias.

25 - A maneira mais fácil de resetar um ambiente bagunçado e deixá-lo organizado é tirar tudo de dentro e depois colocar de volta somente o que você gostaria que ficasse ali. Se você tem espaço para fazer isso, faça. O que restar do lado de fora você pode separar e levar para os cômodos certos, e o que não quiser mais pode virar doações ou simplesmente lixo.

26 - Faça uma lista de tarefas que pretende cumprir até o final do ano.

27 - Dê uma olhada em suas toalhas e separe as gastas ou desfiadas para usar como pano de chão.

28 - Por que acumular no mesmo lugar? Livros são a alma da casa e podem sim ir além da utilidade e tornar-se parte da decoração. Use sua criatividade!

29 - Estabeleça um tempinho no timer para fazer coisas chatas, tipo lavar a louça.

30 - Você tem certeza de que precisa guardar todos os seus trabalhos e cadernos do tempo da escola? Se você fez desenhos lindos, talvez valha mais a pena tirar fotos e jogar o original fora. Afinal, sinceramente: para que você precisa daquilo ocupando espaço? Se guardar seus cadernos for algo realmente importante para você, considere a idéia de ficar somente com um.

Recicle o resto.

Dezembro

1 - Data limite para ter todos os presentes de Natal comprados. Se ainda falta algum, providencie o mais rápido possível. À medida que for comprando, já embale e etiquete, para poupar trabalho no futuro.

2 - Remova toda a tralha que existe no seu banheiro. Isso inclui embalagens vazias de shampoo, potes nada a ver, remédios vencidos, enfim, qualquer coisa que esteja lá sem utilidade.

3 - Tire o pó dos móveis com um espanador.

4 - Resolva o que fazer com a correspondência no momento em que a vê.

5 - Liste as receitas que preparará na ceia e no almoço de Natal e convide as pessoas oficialmente para o Natal em sua casa.

6 - Limpe a máquina de lavar roupa. Pois é, ela também precisa de uma limpeza de vez em quando!

7 - Responda seus e-mails pendentes.

8 - Limpe sua mesa de trabalho e o computador.

9 - Acabe com as teias de aranha em sua casa com uma vassoura e boa vontade.

10 - Verifique com sua família e/ou amigos o que farão no Réveillon.

11 - Deixe na cozinha os livros de receitas, sobre dietas, alimentação e relacionados.

12 - Comece a fazer estoque para o Natal (guardanapos, copos que faltam etc).

13 - Qualquer jogo de luzinhas de Natal dá um up na janela. São fáceis de achar e instalar. Dão visual natalino instantâneo a qualquer ambiente.

14 - Se você não usa algo, não gosta nem quer.

15 - Mantenha em seu quarto uma caixa para guardar todos os itens que você deseja doar. Quando a caixa estiver cheia, doe.

16 - Uma guirlanda na porta de entrada sempre vai bem. Se você não teve tempo de fazer ou

comprar, vale fazer um laço vermelho com fita e pendurar na porta.

17 - Compre um presente para você! Sei que essa é fácil de cumprir, mas não se esqueça de presentear a pessoa mais importante nessa época de festas. E não precisa ser nada caro - que tal uma caixa daqueles bombons que você adora mas sempre se controla para não comprar? Ou uma noite cinéfila? Pense em algo simples que realmente o(a) deixaria feliz no momento e permita-se.

18 - Envie cartões de Natal virtuais para a lista previamente atualizada.

19 - Coloque todos os cabides vazios do guarda-roupa de um só lado.

20 - Faça as últimas compras de Natal, principalmente alimentos que não poderiam ter sido comprados antes. Evite filas indo em horários e dias alternativos. Espere até o último dia para comprar verduras, legumes etc.

21 - Tire tudo de cima do rack da TV e coloque de volta somente o que deve ficar lá. Guarde o restante em lugares mais apropriados.

22 - Vai viajar no final do ano? Faça uma lista do que precisará levar e agende a compra do que falta.

23 - Arrume os livros de modo que as lombadas fiquem niveladas com as bordas prateleiras. Isso deixa o visual uniforme e evita o acúmulo de pó na estante.

24 - Se algum canto da sua casa sempre acumula tralha, é porque está precisando de uma solução adequada às necessidades dos moradores. Avalie e resolva.

25 - Descanse!

26 - Se você convive com pessoas bagunceiras, não se estresse. Em vez disso, torne a organização algo evidente. Se é mais fácil bagunçar a organizar, é porque o sistema pode ser aprimorado.

27 - Faça uma faxina de fim de ano em sua papelada, se ainda não fez!

28 - Coloque na entrada uma caixa de saída para itens como filmes locados, livros emprestados etc.

29 - Sua roupa suja mandou um abraço!

30 - Com toda a certeza você se deparará com objetos que não usa e não vê qualquer utilidade, mas por algum motivo você não queria se desfazer. A solução é simples: guarde todos esses objetos em uma caixa. Quando ela estiver cheia, feche-a e coloque uma etiqueta

com a data. Guarde-a em um lugar que não te atrapalhe. Se durante o período de 1 ano você não precisar de nada que está dentro dela, jogue a caixa inteira fora, sem abrir, ou doe para caridade (caso valha a pena).

31 - Mentalize energias positivas para o ano novo que entra! Reorganize suas metas e siga em frente!

www.vidaorganizada.com