

Wat levert het je op?

- Meer overzicht, meer rust, meer harmonie in je huis en je leven
- Letterlijk meer ruimte in huis, kasten, keuken; een vaste plaats voor je spullen
- Een opgelucht gevoel omdat je van spullen en gevoelens afscheid hebt genomen
- Je huis is makkelijker schoon te maken en te houden
- Het kan je zelfs geld opleveren, als je bv rekeningen en boetes op tijd betaalt.

Overzicht en blijvende structuur aanbrengen

Herken je hier iets van?

Je moet weg en je kunt je autosleutel niet vinden, of je zonnebril, en je gaat steeds gestresst en te laat de deur uit.

Als je bezoek krijgt zeg je standaard: let niet op de rommel. En dat moet dan nonchalant overkomen, maar eigenlijk schaamt je je.

Je krijgt een aanmaning voor een boete. Waar is die eerste brief toch gebleven? Daar word je zo moe van.

Je vriendin herinnert je eraan dat ze het boek terug wil dat ze je heeft geleend. Oeps! Waar is het gebleven? Je koopt een nieuw exemplaar voor haar.

*Kortom: je situatie kost je tijd en geld, je schaamt je en je kunt je niet concentreren op wat je belangrijk vindt, want dit vreet energie. Zonde. **Je verdient beter.***

Maar wat is dit nou eigenlijk? Een *energielek*. En er is een oplossing voor: er zijn professionals die je kunnen helpen. Een professional organizer zoals ik helpt je op weg en fungeert soms als de stok achter de deur. Je ruimt zelf op, ik begeleid je erbij met concreet advies en praktische hulp. Gun jezelf meer rust in je hoofd, ruimte in je huis of kasten. Pak dat energielek aan. *Eens flink opruimen helpt goed. Iedereen die dat gedaan heeft, beaamt het.*

Als je eenmaal stappen hebt gemaakt, dan kun je het vaak wel alleen af. Elke dag 10 minuten helpt al! En als alle gezinsleden even meehelpten, dan is het zo gepiept.

Je hoeft heus niet naar minimalisme over te schakelen. Wees niet bang dat het ongezellig wordt. Sterker nog: als deze last van je schouders is, word je zélf gezelliger!

Wat doet de opruimcoach?

Sommige mensen zijn goed in het aanbrengen van structuur, anderen niet. Is opruimen een lastige klus voor jou? Niets om je voor te schamen. Soms raakt iemand in een opruimachterstand door tijdelijke omstandigheden, zoals bijvoorbeeld stress, een scheiding of ziekte. Of heeft een tijdlang andere prioriteiten. Misschien heb je hulp nodig bij het organiseren van een verhuizing, of het leegmaken van het huis van een (overleden) ouder, om maar een paar voorbeelden te geven. Het kan echt alle kanten op. Het kan zakelijk zijn of in de privé sfeer. Of soms loopt dat door elkaar en is dat deel van het probleem.

Als opruimcoach bied ik jou praktische ondersteuning, een luisterend oor, en meer. Ik kan met meer afstand kijken, een plan van aanpak voor je maken en je coachen met het aanleren van nieuwe gewoontes. Met je meedenken. Want twijfels horen

erbij. Omdat niet iedereen gemakkelijk dingen kan loslaten, laat staan verwijderen. Een opruimcoach kan door middel van gesprekken en doorvragen je doen inzien waarom je aan bepaalde spullen vasthoudt. Bijvoorbeeld: Ik dacht altijd dat je boeken niet weg mag gooien. Of: Dit heb ik cadeau gekregen. En het is echt niet gezegd dat alles maar weg moet!

Het wordt veelal als een enorme opluchting ervaren om een opruimklus te klaren. Je neemt de controle terug, daar komt het op neer.

Speciaal voor senioren

Eskoba heeft als speciaal aandachtsgebied het ondersteunen van senioren (en hun kinderen) bij het verhuizen, en alles wat daarbij hoort. En vaak gebeurt het dat u, als senior, gaat verhuizen naar een kleiner huis of zelfs naar een kamer. Maar dan? Het is zonneklaar: niet alles past in het nieuwe huis.

Dat valt niet mee: verhuizen is al een grote stap, en dan ook nog afscheid moeten nemen van een heleboel eigendommen. Misschien lijkt dit het moment om afstand te doen van de spullen van uw overleden partner, en dat is ook niet makkelijk. Of u hebt een mooie verzameling en vraagt zich af hoe die in het nieuwe huis een plekje krijgt. U kunt het ook zo zien: *een verhuizing is altijd een goed moment om op te ruimen, welke leeftijd u ook heeft.*

Als opruimcoach draag ik concreet advies en oplossingen aan. Alleen al omdat ik met wat meer afstand kijk. Ik kan in praktische zin assisteren bij het echte opruimen en helpen beoordelen wat er met de spullen gebeurt die niet mee verhuizen.

Als professional organizer ben ik me bewust van fysieke of mentale beperkingen die er kunnen zijn. Een organizer kan ook met u meekijken bij het inrichten van het nieuwe huis zodat u zich snel thuis voelt en het praktisch en veilig is. Tenslotte kan een organizer u bijstaan bij het samenstellen van een doos of map met belangrijke papieren en instructies voor later.

Hoe het werkt

Kijk voor tarieven en meer details op eskoba.nl. Twijfels? Graag geef ik extra informatie en beantwoord al je vragen telefonisch of per mail. Het begint met een kennismakings- en intakegesprek bij je thuis. Dit gesprek duurt maximaal 1,5 uur. Daarin bespreken we je doelen en inventariseren hoe ik daaraan kan bijdragen. Organiseren is maatwerk, dus er bestaat geen standaard aanpak. Bij ordenen en opruimen is het essentieel dat de aanpak aansluit bij de voorkeur en manier van denken van de klant, zodat het eindresultaat blijvend is. Daarom moet de opruimcoach haar klant leren kennen om een optimaal resultaat te bereiken. Het gesprek is heel belangrijk, ook om te zien of het klikt. We bespreken ook wat er met de spullen gebeurt die worden verwijderd. Je ontvangt van mij een plan van aanpak annex offerte. Bijvoorbeeld:

- een of meerdere afspraken van een paar uur waarbij we gezamenlijk opruimen en ordenen
- eventueel 'huiswerk' waar je aan werkt tussen de sessies in.

Ervaringen

Christel (psycholoog, 45): "Op onze volgestouwde zolder was ik al jaren het overzicht kwijt. Uit behoefte aan een eigen werkplek begon ik soms ergens met opruimen, maar dit verzandde altijd snel weer in chaos.

Met de hulp van Lisette komt mijn plek er nu echt! Bovendien ervaar ik nu al meer rust."

Anouk (journalist, 40): "Ik hecht me aan papier, dat geeft me houvast. Maar Lisette hielp me oude papieren weg te doen die je echt niet meer hoeft te bewaren. Dat scheelt een ruimte! Ik kon ineens mijn bureau weer zien."

Wie is Lisette de Jong (1970)?

Organiseren, ordenen en opruimen zit in mijn natuur. Ik doorzie heel snel waar ruimte zit en hoe je die goed kunt benutten. En het belangrijkste: het geeft mij voldoening als ik daar andere mensen mee kan helpen.

Gedurende mijn dienstverband bij een bedrijf in Rotterdam groeide het besef dat ik mijn horizon wilde verbreden. Daarom heb ik van mijn interesse in ordenen en organiseren mijn eigen bedrijf gemaakt.

In 2017 heb ik de Basis cursus Professional Organizing gevolgd bij de Nederlandse Beroepsvereniging van Professional Organizers. Daarnaast blijf ik me verder ontwikkelen door cursussen te volgen, vooral op het gebied van senioren.

Van mij kun je een nuchtere, praktische aanpak verwachten, waarbij ik er goed op let dat het tempo bij mijn klant past. Met 23 jaar ervaring als office manager, management assistent en reisbegeleider kan ik zeggen dat ik ruime ervaring heb met time management, archiveren & opruimen en het organiseren van mensen en activiteiten.

Kortom, doordat ik 23 jaar ervaring heb in organiseren en ordenen heb ik veel expertise opgebouwd. Waar ik voor ga? Harmonie en overzicht, niet ongezellig!



Professional organizer en opruimcoach



Lisette de Jong

Tel: 06 3610 4339

opruimcoach.lisette@gmail.com

www.eskoba.nl

Als professional organizer en opruimcoach adviseer en begeleid ik je bij:

Orde scheppen in je huis, papieren, computer, foto's of kledingkast
Senioren begeleiden bij het verhuizen of het bijstaan van hun kinderen daarbij
Het leeg maken van een woning of kamer na een overlijden
Je verhuizing voorbereiden en begeleiden