

Pressemeldung

Ordnung in der Männerhöhle

Aufräumcoach Olivia Ruderer verrät, wie die Rumpelkammer zum Herrenzimmer wird.

Der Vatertag rückt näher und damit auch die Frage, wie man dem männlichen Geschlecht an diesem Tag und darüber hinaus eine Freude bereiten kann. Viele Papas haben ihn schon und viele träumen noch davon – ein eigener Rückzugsort nur für sich, die Freunde, das Hobby und die liebsten Gegenstände. Aber mit der Einrichtung der Männerhöhle zieht auch allzu oft das Chaos mit ein, was wiederum zu Uneinigkeiten mit dem Partner führen kann. Aufräumcoach Olivia Ruderer hat schon in so manchen Herrenzimmern für Ordnung gesorgt und hat Tipps und Tricks für die perfekte Organisation parat.

Kapfenberg, 1. April 2019. Sie ist der Wunschtraum vieler Männer – die sogenannte „Man Cave“ oder zu Deutsch „Männerhöhle“. Sie wird als eigener, privater Rückzugsort verstanden – vielfach ist das ein separates Zimmer im Wohnbereich, in der Garage, im Keller oder am Dachboden – in dem sich vorzugsweise Vertreter des männlichen Geschlechts zurückziehen können, um sich ihren Hobbys und Leidenschaften hinzugeben. In den USA hat sich die Einrichtung eines solchen Herrenzimmers längst etabliert und auch hierzulande richten sich nach und nach viele Männer ihren persönlichen Rückzugsort in den eigenen vier Wänden ein. Viele Dinge müssen oftmals darin Platz finden, weshalb Ordnung und clevere Ideen gefragt sind.

Tipps vom Ordnungsprofi

Fernseher, PC, Spielekonsole und Musikanlage sind nur einige der Dinge, die in der Man Cave Platz finden müssen. Daneben gibt es auch noch Werkzeug, Dokumente und anderes, das griffbereit untergebracht werden sollte. Unkomplizierte Einrichtungslösungen können dabei helfen, das Platz- und Raumangebot perfekt auszunutzen, weiß Aufräumcoach Olivia Ruderer. Die Kapfenbergerin, die in steirischen Haushalten als Ordnungstrainerin unterwegs ist, verrät, dass die richtige Herangehensweise vorab der Schlüssel zum Erfolg ist. „Wenn es um das Einrichten eines speziellen Raumes geht, ist es entscheidend, dass man sich schon vorher eine Strategie zurechtlegt“, so die Expertin. Was muss im Raum untergebracht werden, worauf kann man verzichten und welche Dinge sollten besonders schnell zur Hand sein – das sind nur ein paar der Fragen, die man sich im Vorhinein stellen sollte.

Tabula Rasa

Darüber hinaus ist es hilfreich noch vor Einrichtung des Raumes komplett leer zu räumen und Dinge thematisch zu sortieren. „Ein leerer Raum sollte die Basis sein“, so die Expertin. Das bedeutet ausmisten von Dingen, die nicht gebraucht werden und sortieren von jenen Teilen, die benötigt werden. Eine Gliederung nach Themen wie beispielsweise für die Bereiche Technik, Dokumente oder Werkzeuge ist dabei hilfreich. Für die Unterbringung hat sich besonders die Lagerung mit kategorisch sortierten und beschrifteten Boxen bewährt. „So ist alles griffbereit, wenn einmal etwas aus einer Kategorie gefunden werden muss“,

weiß Ruderer. Zudem können die Boxen platzsparend mit Einrichtungsgegenständen wie Schränken und Regalen kombiniert werden. Kleinteile, besonders Werkzeug oder andere Utensilien, können mit Hilfe von Lochwänden oder Magneten sichtbar, griffbereit und vor allem ordentlich untergebracht werden. Alles hat so seinen Platz und kann auf die Schnelle gefunden werden.

Kampf dem Kabelsalat

Und auch in Sachen Kabelsalat weiß die Expertin Rat. Gerade wo viele elektrische Geräte untergebracht werden sollen, herrscht oftmals Kabelchaos. Separate Kabelkanäle sowie Möbel oder Fußleisten mit vorgefertigten Kabelkanälen können hier schnell Ordnung in das Durcheinander bringen. Ebenso hilfreich ist, wenn man sich vorab darüber Gedanken macht, wo Geräte ihren Platz finden werden, damit man das gleich in die Einrichtung integrieren kann. Damit spart man Nerven und vor allem Zeit – die dann sinnvoll in der bereits fertigen Männerhöhle verbracht werden kann.

Olivia Ruderer & die „KonMari-Methode“

Weniger Besitz, klare Linien und einfache Strukturen – diese Prinzipien verfolgt die „KonMari-Methode“, die im Bestsellerbuch „Magic Cleaning“ der Japanerin Marie Kondo beschrieben wird. Gezieltes Aufräumen soll so für Zufriedenheit und Ausgeglichenheit sorgen und das Leben positiv verändern. Als professionelle Ordnungstrainerin hat sich Olivia Ruderer dieser Philosophie angenommen und hilft Menschen mittels einem Coaching sich bewusst mit dem eigenen Besitz auseinanderzusetzen und zu beurteilen, ob Gegenstände noch ihren Nutzen bringen.

Weitere Informationen unter www.ordnungsprofi.at.

Kontakt für weitere Rückfragen

Olivia Ruderer

+43 664 4566320

olivia@ordnungsprofi.at

www.ordnungsprofi.at