

EEN GRATIS GIDS VAN SIR TIDY

HET WEEKENDPLAN VOOR JE KLEDINGKAST

Minder zoeken.
Meer dragen.
Een kledingkast die voor je werkt.



Een eenvoudig weekendplan om te ontdekken wat je hebt en ruimte te maken voor wat je gebruikt, zodat je kledingkast prettiger werkt en makkelijker te gebruiken is.

Je kledingkast hoeft geen perfect systeem te hebben.

Je hebt een systeem nodig dat je echt kunt gebruiken.

01 VOORDAT JE ALLES LEEGHAALT

Begin bij het probleem, niet bij de oplossing.

Neem voordat je alles uit je kledingkast haalt vijf minuten de tijd om te kijken hoe je hem echt gebruikt.

WAAR ERGER IK ME HET MEEST AAN?

- ☐ Ik zie niet wat ik heb
- ☐ Ik heb te veel voor de beschikbare ruimte
- ☐ Aankleden duurt te lang
- ☐ Spullen komen nooit terug op hun plek
- ☐ Ik draag steeds dezelfde kleding, terwijl de rest uit beeld verdwijnt
- ☐ Mijn kledingkast werkt - hij heeft alleen een reset nodig

ZO WIL IK DAT MIJN KAST ZONDAGAVOND AANVOELT:

HET DOEL

Je hebt mijn versie van een georganiseerde kast niet nodig. Je hebt die van jezelf nodig.

02 ZATERDAG • EERST MINDER, DAN MEER

Werk categorie voor categorie.

Begin met één categorie: T-shirts, overhemden, broeken, truien of jurken - wat bij jouw kledingkast past.

● DRAGEN

Ik draag het.

● TWIJFEL

Ik weet het echt niet zeker.

● VERPLAATSEN

Een andere plek of een ander seizoen.

● WEGDOEN

Het hoort hier niet meer.

Je hoeft geen minimalist te worden om met minder toe te kunnen.

Vermijd starre regels zoals: “Heb je iets zes maanden niet gedragen, doe het dan weg.” Een kledingstuk voor een speciale gelegenheid of een seizoensitem kan nog steeds een plek verdienen.

EEN BETERE VRAAG

Past het bewaren hiervan bij het leven dat ik echt leid?

03 DE TWIJFELSTAPEL

Twijfel je? Dat is prima.

Je hoeft geen beslissing af te dwingen. Vraag jezelf af:

- Zou ik dit vandaag kiezen?
- Past het nu comfortabel?
- Heb ik iets anders dat hetzelfde beter doet?
- Bewaar ik dit voor mijn echte leven - of voor een ingebeeld leven?
- Zou ik het merken als het uit mijn kledingkast verdween?

Twijfel je nog? Bewaar het. Leg die stukken bij elkaar en geef jezelf de tijd.

Ontspullen hoeft geen test van wilskracht te worden.

WAAROM ÉÉN CATEGORIE TEGELIJK?

Onderzoek naar keuzestress is genuanceerd: meer opties zijn niet automatisch slechter. Beslissen kan lastiger worden als een keuze ingewikkeld is, je voorkeuren onduidelijk zijn of als je veel moet vergelijken. Door je kledingkast in categorieën te verdelen, hoef je simpelweg minder keuzes tegelijk te maken.

EERST MINDER, DAN MEER

Bekijk eerst wat er overblijft voordat je dozen, ladeverdelers of nieuwe hangers koopt. Opbergers moeten een echt probleem oplossen, geen extra laag spullen creëren.

04 ZONDAG · ZET HET TERUG OP JOUW MANIER

Er is niet één juist systeem.

Gebruik het systeem waarmee je spullen het makkelijkst kunt vinden en terugleggen.

OP SOORT

Overhemden bij elkaar. Broeken bij elkaar. Jurken bij elkaar.

Handig als je meestal denkt: “Ik heb een overhemd nodig.”

OP KLEUR

Van licht naar donker - of op een manier die voor jou logisch is.

Handig als kleur een belangrijke rol speelt bij je kledingkeuze.

OP GEBRUIK

Werk. Elke dag. Sport. Uitgaan.

Handig als je je meestal kleedt naar wat je gaat doen.

Of combineer ze.

Eerst per soort en daarbinnen op kleur? Werkkleding bij elkaar en de rest per soort?

Probeer het. Je kledingkast is geen archiefkast. Je kunt meer dan één indeling gebruiken.

05 VOUWEN, HANGEN OF STAPELEN?

Laat de ruimte bepalen.

HANGEN

Handig voor kledingstukken die hun vorm moeten behouden, kleding die snel kreukt en spullen die je meteen wilt zien.

VOUWEN

Handig voor truien en kledingstukken die niet aan een hanger hoeven.

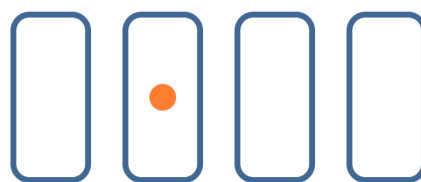
VERTICAAL VOUWEN

Vooraf handig in lades als stapelen verbergt wat eronder ligt.

GESTAPELD



VERTICAAL



WAAROM VERTICAAL?

Verticaal vouwen is niet beter omdat het verticaal is. Het is beter als je kunt zien en bereiken wat je hebt.

Organiseer eerst, voordat je opbergers koopt.

Gebruik eerst je kledingkast. Vraag je daarna af of een ladeverdeler, opbergbak of andere hanger een echt probleem zou oplossen.

06 CAPSULEGARDEROBE?

Misschien. Misschien niet.

Een capsulegarderobe betekent meestal dat je bewust een kleinere collectie veelzijdige kledingstukken gebruikt die goed combineren.

Voor sommigen maakt dit aankleden eenvoudiger en stimuleert het bewuster kopen. Onderzoek naar capsulegarderobes is nog beperkt, dus ik zou dit niet als oplossing voor iedereen presenteren.

Sir Tidy is er niet om je kleding te tellen.

Je kunt van mode houden, van kleur houden en veel overhemden hebben en ze ook echt dragen.

DE BETERE VRAAG

Past alles wat ik heb goed in de ruimte die ik heb en bij het leven dat ik leid?

BENIEUWD? PROBEER HET EENS.

Kies 10-15 kledingstukken die je graag draagt en draag ze een paar dagen. Let op: Ging kiezen makkelijker? Mis je afwisseling? Waar greep je steeds naar? Wat koos je nooit?

Geen verplichting. Alleen informatie.

07 VOORDAT JE DE DEUR SLUIT

Test je kledingkast.

Open hem. Kies een outfit. Haal iets eruit. Leg het terug.

- ☐ Kan ik zien wat ik heb?
- ☐ Kan ik bij wat ik gebruik?
- ☐ Weet ik waar ik spullen terugleg?
- ☐ Past alles wat ik heb in de ruimte die ik heb?

Zo ja: klaar.

**Het beste systeem is niet het systeem dat er op zondag het mooist uitziet.
Het is het systeem dat op donderdag nog steeds makkelijk te gebruiken is.**

Dit voelt haalbaar, maar doe je het liever niet alleen?

Soms is weten wat je moet doen het makkelijke deel. Wil je graag gezelschap, begeleiding en een frisse blik onderweg? Ik help je daar graag bij.

De gedachte achter deze gids

ONDERZOEK & PRAKTISCHE CONTEXT

Deze gids gebruikt onderzoek naar keuzestress en de opkomende literatuur over capsulegarderobes als context. Praktische technieken zoals verticaal vouwen en ordenen op kleur, soort of gebruik zijn mogelijkheden, geen wetenschappelijke regels.

ONDERZOEK

Chernev, A., Böckenholt, U., & Goodman, J. (2015). Choice overload: A conceptual review and meta-analysis. *Journal of Consumer Psychology*, 25(2), 333-358. doi:10.1016/j.jcps.2014.08.002

Bardey, A., Booth, M., Heger, G., & Larsson, J. (2022). Finding yourself in your wardrobe: An exploratory study of lived experiences with a capsule wardrobe. *International Journal of Market Research*, 64(1), 113-131. doi:10.1177/1470785321993743

EEN PRINCIPE VAN SIR TIDY

Gebruik wat helpt. Laat weg wat niet werkt. Een systeem voor je kledingkast moet het dagelijks leven makkelijker maken, niet je garderobe veranderen in een nieuwe reeks regels.