

5

GRÜNDE FÜRS ENTRÜMPELN



HEUTE

GRUND 4

DEIN

KONSUMVERHALTEN

VERÄNDERT SICH



Stell dir vor, du hast schon viele Tage nacheinander entrümpelt, hast dich von Ballast befreit und dich für oder Gegenstände entschieden. Du warst schon in der Entsorgungsstelle und im Brockenhaus, hast Dinge verschenkt und weitergegeben. Es gibt mehr Raum und Ruhe in deiner Umgebung.

Wenn du dann in eine Situation kommst, wo du etwas kaufen könntest, was in deine Wohnumgebung kommen könnte, werden sich in deinem Hinterkopf schon bald verschiedene Fragen formulieren:

- Brauche ich das wirklich?
- Möchte ich das kaufen, weil ich ein kurzes gutes Gefühl brauche oder bringt mir dieser Gegenstand länger Freude?
- Könnte ich diesen Gegenstand allenfalls auch ausleihen?
- Was könnte ich anstelle dessen tun, um mir dieses gute Gefühl zu verschaffen, ohne dass ich etwas kaufen muss, das ich eigentlich nicht brauche?

Du kannst dir vorstellen, dass viele dieser Fragen dazu führen, dass du viel bewusster und gezielter einkaufst und konsumierst.

Deine Wünsche können konkreter werden und du lernst deine wirklichen Bedürfnisse unter dem Konsumwunsch kennen.

Eine schöne Nebenerscheinung davon ist, dass du Geld sparst.

Ob du dieses dann zur Seite legst oder in Erlebnisse und Wohlbefinden investierst, entscheidest du selbst. Mach es so, wie es deinem Gefühl und deinem Sicherheitsbedürfnis am ehesten entspricht.

**“Aber ich habe
keine Zeit zum
Entrümpeln...”**

NIMM DIR JEDEN TAG
EIN BISSCHEN ZEIT UND
DU WIRST MEHR
ERFÜLLUNG, MEHR
FREIHEIT UND MEHR
ZEIT FÜR DICH HABEN.



MACH MIT UND LERNE
EINE NEUE ART VON
FÜLLE KENNEN



HIER BIST DU DIREKT DABEI:
FASTEN-ENTRÜMPELN 2025