

# Hoe... Opgemind ... ben jij?

KIES EEN CIJFER (1-4) DAT HET BESTE JOUW SITUATIE WEERGEEFT. TEL DE SCORE BIJ ELKAAR OP.

1 - nooit

2 - soms

3 - meestal

4 - altijd

Liggen jouw spullen vaak op plekken die daar niet voor bedoeld zijn en moet je vaak zoeken?

Koop je wel eens spullen dubbel omdat je niet meer wist dat je ze al had?

Kost het je meer dan 5 minuten om belangrijke papieren, een rekening of een adres te vinden?

Kom je tijd tekort om al je zaken op orde te houden?

Maak je plannen om papieren op te ruimen, maar blijven ze daarna op een stapel liggen?

Laat je soms dingen in het zicht liggen omdat je bang bent dat je ze ander vergeet of niet meer terug kunt vinden?

Is opruimen voor jou hetzelfde als zoveel mogelijk spullen uit het zicht of in de kast leggen?

Zie je thuis overal achterstallige klussen, maar kom je er niet aan toe?

Wil je graag wat meer orde en overzicht, maar weet je niet waar te beginnen?

Het je moeite met afstand doen van spullen?

## Totaalscore

Heb je minder dan 20 punten? Tof! We hebben vast veel gemeen. Maar vergeet vooral niet af en toe een beetje chaos te creëren. In de chaos kan creativiteit en ontspanning soms ook zegevieren.

Heb je meer dan 20 punten? Wil je meer rust en ruimte creëren? Bedenk eens of je een opruimcoach in wilt huren. Als opruimcoach help ik je jouw opruim-doel te bereiken, stap voor stap.