



Nicht die ganze Wohnung auf einmal: Es reicht völlig, fürs erste im vollgestopften Regal für Ordnung zu sorgen.

Foto: Pino Covino

## Endlich Zeit, aufzuräumen

Auch wenn es derzeit Wichtigeres gibt als ein aufgeräumtes Zuhause, so bietet das Ordnungmachen doch eine kleine Flucht, lenkt ab, beschäftigt. Von der Schublade bis zum Social-Media-Konto: eine Handvoll Tipps von Aufräumcoach Caroline Bamert.

Das Rote Kreuz in Basel hat kaum je so viele Altkleider erhalten wie in den vergangenen Wochen. Die Kleiderspendenklappe quoll bisweilen über. Weil die Menschen, in die eigenen vier Wände gedrängt von einem unsichtbaren Feind, die unverhoffte Freizeit zum Entrümpeln ihrer Kleiderschränke nutzen.

Entrümpeln, aufräumen, Tabula rasa machen, das alles schafft nicht nur Platz, es beschäftigt auch in bisweilen beschäftigungsarmen Zeiten. Und es lenkt ab von den Sorgen um die eigene Gesundheit und jene seiner Mitmenschen, von Newsfeeds mit Schreckensmeldungen und -szenarien. Doch entrümpeln ist nicht gleich entrümpeln – und aufräumen nicht gleich aufräumen.

Aufräumcoach Caroline Bamert weiss das. Denn sie gibt Kurse ([www.feederleicht.ch](http://www.feederleicht.ch)), berät Aufräumwillige in deren Zuhause und bildet ihrerseits Aufräumcoaches aus. Derzeit geht das alles nur telefonisch; ihren Lehrgang etwa führt sie per Videokonferenz durch. Also Anruf bei Frau Bamert mit der Frage, wie das denn geht, das optimale Aufräumen?

### Nach Kategorie, nicht nach Ort

Zuerst einmal möchte die Wegenstetterin mit Kurslokal in Rheinfelden darauf hinweisen, dass das optimale Aufräumen so individuell sei wie jeder einzelne Mensch. Übergreifend empfiehlt Bamert eine einfache Faustregel: «Räumen Sie nach Kategorien auf, nicht nach Orten.» Doch am Anfang jeder Aufräumaktion – ob grossangelegt oder lediglich im

Kleinen – stehe der Wille, Ordnung zu schaffen und auszumisten. «Ohne diesen Willen ersticken alle Aufräumpläne im Keim», winkt sie ab.

In diesen Tagen der Isolation sei der Wille zwar vielfach vorhanden, fährt sie fort: «Viele hätten jetzt Zeit und eigentlich auch die Motivation, sind aber aus Sorge blockiert.» Darum rät sie, klein anzufangen. Nicht mit dem Kellerabteil, das aus allen Nähten platzt, sondern vielleicht mit der überquellenden Schublade oben rechts in der Kommode. Und nicht einen ganzen Tag einplanen, das könne sich als Hürde herausstellen: «Nehmen Sie sich nicht mehr als eine Viertelstunde vor. Ehe Sie sich versehen, sind zwei Stunden vorüber.»

### Nicht die Freunde aussortieren

Zeit ist auch in Sachen Social-Media-Konsum eine derzeit tragende Komponente. «Ich fürchte, bei vielen überbordert die Nutzung zurzeit. Es schafft ganz viel Unordnung in unseren Köpfen und trägt viel Negatives an uns heran.» Ihr Tipp: «Sortieren Sie nicht Ihre Freunde aus, aber beschränken Sie sich auf einen Kanal, vielleicht 15 Minuten täglich – und fokussieren Sie sich auf das Gute. Auch das schafft Ordnung.»

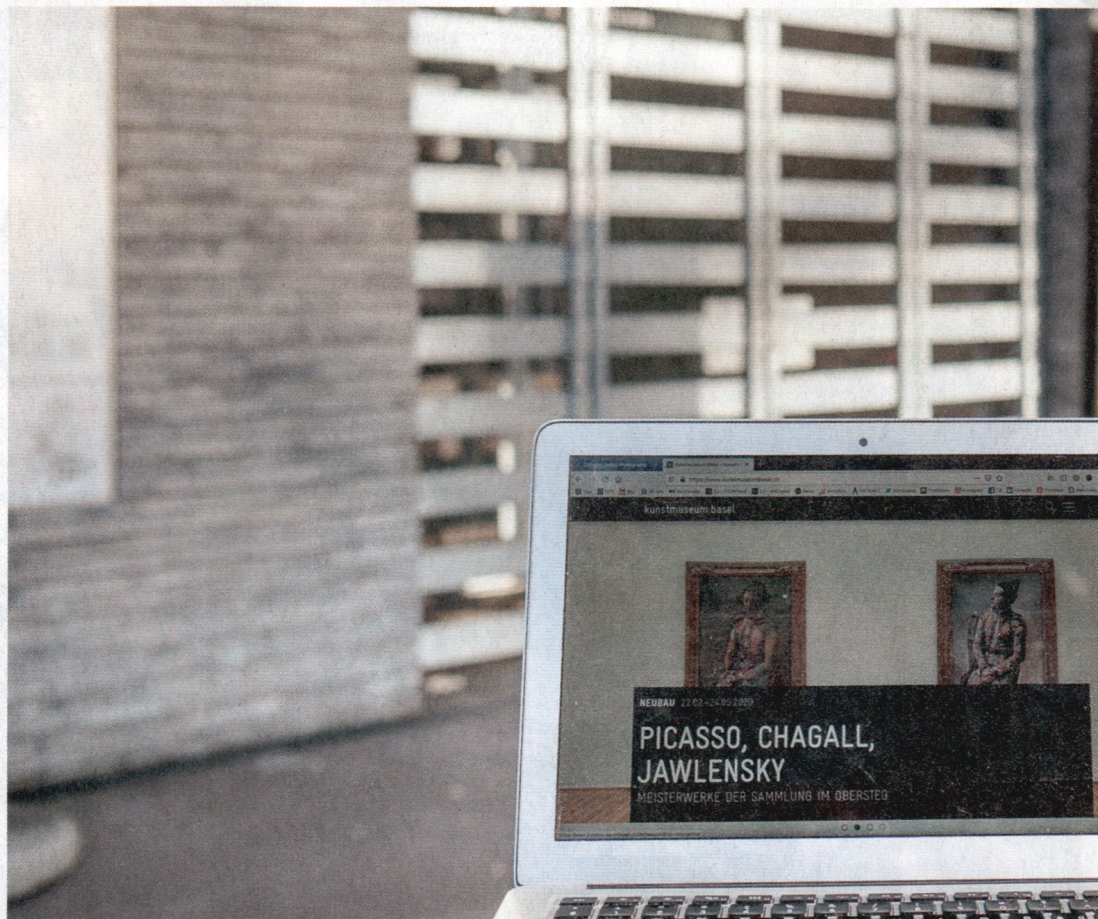
Die gewonnene Zeit könne man in lange Aufgeschobenes investieren, ins Basteln etwa, für das man zwar eingekauft, aber nie Zeit gefunden hat. Ins Lesen eines Aufräumbuchs – die Auswahl ist gigantisch. Oder ins Aussortieren von Kleidung. Caroline Bamert empfiehlt: «Tragen Sie, was Sie gerne tragen – auch daheim.»

Lucas Huber ■ 41



Aufräumcoach Caroline Bamert.

Foto: zVg



Ein virtueller Gang durchs Museum, ein Konzert-Stream oder ein Theaterbesuch: Das digitale Angebot ist immens und lässt

### Trotzdem geöffnet

## In Zeiten von Corona lässt sich von zuhause aus geniessen

Kunst und Kultur inspirieren. Dies fehlt jetzt, wo Museen, Theater und Konzertsäle vorerst geschlossen bleiben müssen. Was zur Frage führt, was die Basler Kulturhäuser ihrem unfreiwillig zuhause weilenden Publikum zu bieten imstande sind. Ein kurzer Überblick.

Auf Facebook ist die Basler Museumswelt mitunter noch in Ordnung – zumindest auf den ersten Blick. Auf der Seite des Kunsthauses Baselland etwa ist beim Entstehen dieses Textes weiterhin die Angabe «öffnet um 11 Uhr» zu lesen. Selbstverständlich hält aufgrund der Corona-Pandemie aber auch diese Institution ihre Türen bis auf Weiteres geschlossen. Ines Tondar, zuständig für Öffentlichkeitsarbeit und Vermittlung beim Kunsthaus Baselland, erklärt, die momentane Lage verlange vom Haus insbesondere Agilität und Kreativität. Schliesslich soll dem Publikum weiterhin etwas geboten werden.

Aktuell offeriert das Haus jeden Dienstag unter anderem kurze Online-Führungen durch die Aus-

stellungen respektive eine Werkbetrachtung, und jeden Donnerstagmorgen gibt es momentan ein Kulturtelefon, bei dem man mit einem Experten für rund zehn Minuten ein Kunstwerk aus den aktuellen oder vorherigen Ausstellungen besprechen kann. Das letztere Angebot ist allerdings den Mitgliedern vorbehalten. «Wir prüfen und sehen, was auf welche Nachfrage stösst. Es wird sich auch für uns zeigen, was wir noch alles machen – Ideen haben wir», verspricht Tondar.

### Gelesene Traumbilder

Auf den 20. März hätte das Cartoonmuseum Basel eigentlich die Eröffnung der Ausstellung «Christoph Fischer. Der Welt abgesehen» geplant – Corona-be-

dingt fiel diese jedoch ins Wasser. Stattdessen hat das Cartoonmuseum als «Digital Opening» einen Schnellrundgang durch das Museum auf Facebook und Instagram publiziert und bietet so zumindest einen Vorgeschmack auf das Werk des Luzerner Künstlers. Für April hat man neben einer Online-Kuratorenführung von Anette Gehrig auch digitale Events mit Christoph Fischer in der Pipeline; er wird Sequenzen zu den von ihm gezeichneten Traumbildern lesen.

Wer die Webseite des Kunstmuseums Basel aufruft, wird mit der Botschaft «Willkommen im digitalen Kunstmuseum» begrüsst. Dahinter verbirgt sich ein Blog, der seit dem 17. März täglich aus dem Haus berichtet. Die bisherigen Posts erzählen etwa mit zwei Videos die Geschichte, wie Basel die beiden 1967 von einem Verkauf bedrohten Picasso-Werke «Les deux frères» und «Arlequin assis» erwerben konnte. Oder sie stellen ein Mitmachheft zur Verfügung,