

# ObZ

Nr. 37 22. Jahrgang  
Donnerstag, 10. September 2020

## Oberbaselbieter Zeitung

DIE WOCHENZEITUNG FÜR DAS OBERE BASELBIET

AZ ANZEIGER AG REDAKTION.OBZ@CHMEDIA.CH 061 927 29 00 INSERATE.OBZ@CHMEDIA.CH 061 927 26 70

## Federleicht durchs Leben gehen

Aufgrund der Schutzmassnahmen im Zusammenhang mit Covid-19 fand der Abend im Vereinszimmer der Gemeinde Oberdorf statt. Und es war ein guter Entscheid gewesen, denn der Saal füllte sich erfreulicherweise bis auf den letzten möglichen Platz. Das Thema Aufräumen spricht Menschen jeglichen Alters an und Caroline Bamert verstand es auf unterhaltsame Weise, fürs Entrümpeln und strukturiertes Aufbewahren zu begeistern. Sie hat damals, als sie sich bewusst eine Auszeit nahm, selber viel praktische Erfahrung gewonnen, sie hat sich von Überflüssigem getrennt, nicht mehr Benötigtes weitergegeben und Wertloses entsorgt. Aus einer Zwischenlösung wurde ein neuer Weg, Caroline Bamert absolvierte eine Ausbildung im Coachingbereich und ist nun aktiv in diesem Berufsfeld tätig.

Der Vortrag war gespickt voll von Beispielen aus dem realen Leben, Caroline Bamert besitzt einen reichen Fundus an umsetzbaren Ideen. Entrümpeln hat mit Loslassen zu tun und deshalb mit ganz viel Emotionen. Wenn sich beim Betrachten eines seit längerem nicht mehr gebrauchten Gegenstandes ein Glücksgefühl einstellt, hat dieser sicherlich eine Berechtigung zum Bleiben. Aber es sollten immer auch einige Fragen gestellt werden, wozu brauche ich etwas, welche Bedeutung hat dieses für mich, wann benutze ich es wirklich wieder und dergleichen. So gesehen ist Aufräumen auch eine spezielle Art von Wellness, von Zeit für sich selber.

Eine entscheidende Einsicht ist vielleicht auch die Erkenntnis, dass bewusster und weniger eingekauft werden soll-



Caroline Bamert, Expertin in Sachen Aufräumen und Ordnung. FOTO: ZVG

te. So sind zum Beispiel das Einkaufen von Bastelmaterialien und das Basteln an und für sich zwei verschiedene Hobbies! Aufräumen kann magisch sein, denn es passieren manchmal wunderbare Dinge, auch davon hat Caroline Bamert erzählt. Sie hat wahrlich viele Tipps und Erläuterungen spannend vorgetragen. Und es blieb nach dem Referat Zeit für Erfahrungsaustausch, Fragen und praktische Anwendungsbeispiele. Es war ein gelungener Abend, der auch im Alltag Spuren zeigen wird.

Finanziell unterstützt wurde der Anlass durch «kulturelles.bl» (Bildungs-, Kultur- und Sportdirektion des Kantons Baselland), wofür bestens gedankt wird. Ebenso danke an die Gemeinde Oberdorf als Trägerin der Bibliothek und den ehrenamtlich tätigen Händen im Vorder- und Hintergrund. ROSMARIE BALLMER