

## 261-20258 Ordnungskoaching – von der äußeren zur inneren Ordnung

Beginn	Samstag, 21.03.2026, 10:00 - 15:00 Uhr
Kursgebühr	38,00 €
Dauer	1x
Kursleitung	Ilka Bresges
Informationen	Zielgruppe: Aufräumen hilft oft nichts - Ordnung bleibt flüchtig. Äußere und innere Unordnung sind oft verbunden. Kursinhalte: Ursachen, Gewohnheiten prüfen, Ausmisten, Ordnen, Sortieren für ein aufgeräumtes, leichteres Leben.
Kursort	Kaarst, vhs-Haus, Raum 210, Am Schulzentrum 18, 41564 Kaarst

„Wo habe ich zuletzt meinen Schlüssel hingelegt? Und wo ist meine Brille? Der Brief vom Finanzamt muss doch irgendwo sein!“ Kennen Sie das auch, dass Ihr Alltag immer chaotischer wird? Sie räumen regelmäßig auf und stellen fest, dass auf einmal alles wieder unordentlich ist? Die ständige Suche nach Sachen, der Überfluss an Dingen, kostet Sie Zeit, Geld und Nerven. Unordnung ist ein Stressfaktor und äußere und innere Unordnung hängen oft eng zusammen. In diesem Kurs wird ergründet, welche Ursachen es für Unordnung gibt. Eingefahrene Gewohnheiten werden hinterfragt und wir erarbeiten, wie es durch Ausmisten, Ordnen und Sortieren gelingt, ein aufgeräumtes, leichtes und entspannteres Leben zu führen.

### Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
21.03.2026	10:00 - 15:00 Uhr	Kaarst, vhs-Haus, Raum 210

[zur Kursdetail-Seite](#)