

# KonMari Challenge Januar - KonMari x 160

3 Behälter: Spende | Verkauf | Sperrmüll    GO bis 160 (was gehen durfte)    JOY (bewusst behalten)

GO Fortschritt: \_\_\_\_ / 160

102030405060708090100110120130140150160

Jedes Kästchen = 10 Teile (ausmalen).

## Januar-Plan (Wochenüberblick)

**Woche 1: Kleidung & Textiles**  
Sichtbare Leichtigkeit: Schrank & Textiles bewusst sortieren.

**Woche 2: Bücher & Papier**  
Ruhe im Kopf: Bücher bewusst wählen, Papier klar ordnen.

**Woche 3: Komono (Alltagskram)**  
Kleinkram bekommt feste Plätze (Bad, Küche, Kabel, Schubladen).

**Woche 4: Erinnerungen & Finale**  
Sanft an Erinnerungen ran und den 160-Zähler vollmachen.

## Tageslog (31 Tage)

Tag	Kategorie	GO S	GO V	GO M	JOY	OK	Wort
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
9							
10							
11							
12							
13							
14							
15							
16							
17							
18							
19							
20							
21							
22							
23							
24							
25							
26							
27							
28							
29							
30							
31							

Tipp: GO = geht raus (Spende/Verkauf/Sperrmüll) | JOY = bewusst behalten | OK = Session erledigt