

8 enkla verktyg för en roligare städning som faktiskt blir av



1. Välj en dag.

Välj en specifik dag i veckan som är städdag, punkt slut. Så behöver du inte fundera över om eller när du ska städa. Är ni flera i ditt hem, bestäm dag tillsammans. Så behöver ingen vara den tjatiga som alltid ska ta upp när det är dags att städa. Det vet alla redan.

För oss är torsdag den perfekta dagen. Vi passar på att peta in annat tråk på samma kväll. Barnen städar det de har ansvar för, en av oss vuxna städar resten. Den andra skriver matschema och åker och veckohandlar. På vägen dit svänger hen också förbi återvinningsstationen.

Så när helgen kommer är det städad, fint och mat fulla kylan så vi behöver inte ens lämna hemmet alls om vi inte vill. Bästa känslan! Vårt sätt funkar förstås inte för alla. Vilken dag/rutin skulle funka bäst för dig/er?



2. Byt om.

Ta av dig ute-i-världen-kläderna du haft på jobbet och byt ut dem mot sköna mjuka kläder du trivs i och som inte stramar när du rör dig. Gärna med korta ärmar som inte åker ner i skurvattnet.

Kanske vill du ha en särskild uppsättning kläder som är just städ-kläder. Har du långt hår så sätt upp det så du slipper ha det i ansiktet. Se helt enkelt till att göra det så lätt som möjligt för dig själv rent fysiskt.

3. Musik.

Hur vill du känna dig när du städar? Mindre stressad? Piggare? Lugnare? Gladare? Skapa en egen spellista för städningen, med musik som väcker just den känslan du önskar.

4. Pyssla om städsåpet.

Rensa bort flaskor med hoptorkade slattar, trasiga skurtrasor och utnötta golvsrabbar. Då städsaker slitits ut och behöver bytas — låt bara sånt du tycker om få flytta in. Dina material, dina färger, dina dofter!

Jag drömmer om ett välordnat litet städsåp, trähyllor med kantband, zinkhink, nytvättade linnetrasor, mattpiska i rotting på en krok och en fin flaska med väldoftande såpa.

Vad drömmer du om?

5. Gå in i en karaktär.

Det här kan ju låta helt sjukt, jag vet, men funkar oväntat bra. Att kliva ur sitt trötta, vardagsgrå och kanske lite småsura själv och låtsas att man är någon annan för en stund. Någon som städar med liv och lust.

Kanske kan du vara en tävlingsinriktad driven människa som går igång på att ta tid på städningen för att slå förra veckans rekord, till tonerna av tempofylld träningsmusik. Kanske är du dig själv i framtiden, då du såklart vet exakt hur allt ska vara, vad du behöver och har nått alla dina drömmar. Kanske reser du tillbaka i tiden och blir en 50-talstant i tofflor och förkläde som gnider matbordet rent inför efterlängtat kafferep med väninnorna.

Ha lite kul på insidan åt hur fånigt det känns. Ingen vet vad du håller på med där du går fram med dammsugaren och neutralt ansiktsuttryck.



6. Ordet

Prova att byta ut ordet städdag mot göra-fint-dag. Ett uttryck myntat av min väns kloka lilla dotter. Känn på skillnaden i att säga "Idag är det städdag" jämfört med "Idag är det göra-fint-dag". Ett så enkelt och bra sätt att skifta känslan.

7. Pricken över i.

Avsluta städningen med en härlig pricken-över-i-detalj. Något enkelt men fint, som en bukett blommor eller kvistar på matbordet. En vacker skål med färsk frukt. Ny och ren duk. Rökelse eller annan väldoft.

8. Fira!

Förutom att sätta rutiner för städet — sätt också rutin för ett litet men härligt firande då det är klart. Var för sig eller tillsammans. Välj ut något som passar just ditt/ert liv och vardag och håll det enkelt så det blir av.

Kanske extragott kvällsfika. Se ett avsnitt av en favoritserie du/ni sparat till just den här dagen. Tända ljus vid nattningen och sedan en stunds ensamtid med te och en härlig tidning för dig. Vad som helst egentligen som känns lite speciellt och vardagslyxigt, och gärna nåt som är exklusivt för just göra-fint-dagen.

Kom ihåg!

Utöva självsnällhet. Vi kan vara hur motiverade som helst, sätta så goda intentioner och skapa klockrena rutiner men ibland kommer livet att se till att vi inte kan följa dem. Det minst effektiva (och faktiskt ganska elaka) att göra i det läget är att slå på sig själv.

Hemmet kräver inget av dig. Andras tyckande är inte relevant. Det är du som blir lidande när miljön runt dig inte är trivsamt. Visa dig själv lite vanlig hederlig snällhet och ha överseende.

Vet att du gör så gott du kan efter de förutsättningar du har just nu. Det blir torsdag igen nästa vecka. En ny chans att bjuda dig själv på en plats att må bra i. Till dess — stryk dig själv mjukt på armen och låt blicken vila på det som ändå är fint.

