



FREIER SCHWEIZER

AMTLICHES PUBLIKATIONSORGAN FÜR DEN BEZIRK KÜSSNACHT

WOB AU AG
Baumanagement

PLANEN. BAUEN. VERWALTEN.
BEI UNS GIBT'S DIESE DIENSTLEISTUNGEN UNTER EINEM DACH.

Bärenmatte 1 | 6403 Küssnacht am Rigi | Tel. 041 850 94 00 | info@wobau-odermatt.ch | www.wobau-odermatt.ch

Kompetente Beratung und Ausführung.
Ihr Fachmann aus der Region.

Wir kümmern uns mit Leidenschaft um die Pflege Ihres Gartens.

gb BRUNNER GARDEN

www.brunnergarden.ch

Garage-Reichlin
Küssnacht und Boar

Bei uns werden nicht nur Elektroauto-Fans glücklich.

Jetzt über 200 sofort verfügbare Fahrzeuge an Lager.

www.garage-reichlin.ch

Ordnungcoaching

Malin Hirt: «Weniger ist mehr!»

Für manche ist Ordnung das halbe Leben, für die Küssnachterin Malin Hirt sogar ihr Beruf. Seit diesem Jahr ist sie Ordnungcoach und unterstützt andere darin, ihr Zuhause aufzuräumen.

aj. Malin Hirt ist zertifizierter Ordnungcoach. Sie hilft Menschen Ordnung in ihr Zuhause und damit in ihr Leben zu bringen, denn seit einem persönlichen Tiefpunkt weiss sie: Je ordentlicher die eigene Umgebung ist, desto mehr Klarheit und Ruhe herrscht auch in den Gedanken. Dabei solle man sich vor allem an das Motto «Weniger ist mehr» halten.

Wenn Hirt engagiert wird, sieht sie in den chaotischen Bereichen sofort Potenzial und die Räume vor ihrem inneren Auge bereits im aufgeräumten Zustand. Zu ihren Kon-

zepten gehören häufig kleine Dosen und Körbe für die Schubladen und Schränke. Entsprechend stehen bei ihr in einem Küchenregal Gewürzdosen fein säuberlich geordnet und beschriftet. Hirt: «Das hilft, die Ordnung lange beizubehalten.» Dass dies viel mit Gewohnheit zu tun hat und der Seele gut tut, weiss die 44-jährige Schwedin aus eigener Erfahrung. Diese hat sie dazu geführt, sich zu einem Online-Kurs anzumelden und Aufräumen zu ihrem Beruf zu machen. **Seite 2**

«Dosen, Körbe und Beschriftungen helfen, die Ordnung lange beizubehalten.»

Malin Hirt
Ordnungcoach



Vom Gewürzregal bis zum Schubladenschrank: Bei Malin Hirt hat alles seine Ordnung. Foto: Amina Jakupovic



Früh übt sich. Foto: zvg

Eishockey

U11 mass sich in der Rigihalle

aj. Am Sonntag schnürten sechs U11-Teams in der Rigihalle die Schlittschuhe. Die jungen Küssnachter Eishockeyaner empfangen ihre Altersgenossen vom HC Luzern, HC Seetal, EHC Sursee, EVZ und EHC Basel für ein Drei-gegen-drei-Turnier. Dabei wurde auf drei kleineren Feldern mit nur je drei Feldspielern gespielt. Was der Vorteil dieser Spielweise ist, lesen Sie auf **Seite 9**

Solider Saisonabschluss für TVK

Zum Saisonabschluss fuhren 29 Athletinnen und Athleten des Küssnachter Turnvereins an die Mehrkampfmeisterschaften nach Hochdorf – und kehrten mit soliden Resultaten nach Hause. Vor allem Sina Sidler (im Bild beim Weitsprung) darf sich über eine neue persönliche Bestleistung und die Auszeichnung als beste Schwyzerin freuen. **Seite 9**



Foto: zvg

Auffrischimpfung

Anmeldung ab sofort möglich

Corona ist weiter im Umlauf und wird auch in Zukunft zu Infektionen und Krankheitsfällen führen. Die zuständigen Behörden empfehlen allen Personen ab 65 Jahren und Personen ab 16 Jahren mit einem erhöhten Gesundheitsrisiko aufgrund einer schweren Vorerkrankung eine Auffrischimpfung. Diese ist ab sofort erhältlich. **Seite 7**

Elektromobilität

Keine Förderung für Ladestationen

Im Kanton Luzern werden Besitzer von Mehr- oder Einfamilienhäusern finanziell unterstützt, wenn sie private Ladestationen für Elektromobile betreiben. Pro Parkplatz erhalten sie vom Kanton 400 Franken. Der Schwyzer Regierungsrat hält nichts von einem solchen Förderprogramm. Dies sei Aufgabe der Gemeinden. **Seite 7**

Eishockey

Achtungserfolg dank Kampfgeist

Der KSC II stand am Sonntag vor einer schwierigen Aufgabe. Die Küssnachter mussten in Rapperswil antreten. Die zweite Mannschaft des SC Rapperswil-Jona Lakers hat derzeit einen Lauf: Sie gewann die ersten beiden Spiele mit 20:0 und 12:0. Dank einer vergleichsweise guten Defensivarbeit verlor der KSC II mit «nur» 3:9. **Seite 9**

Wahlunterlagen

Das Malheur ist unter Kontrolle

Nachdem manche Küssnachter ihre Wahl- und Abstimmungsunterlagen doppelt erhielten, ist die Bezirkskanzlei um Schadensbegrenzung bemüht. Das Ausmass des Malheurs ist überschaubar und mit Kontrollen am Wahlsonntag will sie garantieren, dass alles mit rechten Dingen zugeht. **Letzte**

ANZEIGE

Sticher innovation

Perfekte Insektenschutzgitter auf Mass

Pergolas – Glasdächer – Storen – Sonnensegel

Chli Ebnet 1 | 6403 Küssnacht | Telefon 041 850 34 26

Erfolgreich vorsorgen heisst

früh beginnen

Jetzt Termin vereinbaren

szkb.ch/vorsorgen

Schwyzer Kantonalbank



Ordnungcoach

«Die meisten von uns haben zu viele Sachen»

Für Malin Hirt hat Ordnung nicht nur im Privaten einen hohen Stellenwert. Seit diesem Jahr ist Ordnung auch ihr Beruf. Die 44-Jährige ist ausgebildete Ordnungcoach mit einem anerkannten Zertifikat. Sie hilft ihren Kunden im Kampf gegen das Chaos.

Von Amina Jakupovic

Bei Malin Hirt hat das Chaos keine Chance. Das war allerdings nicht immer so. «Vor drei Jahren zogen wir in eine neue Wohnung und schon während des Umzugs merkte ich, dass wir einfach viel zu viele Sachen hatten», so die vierfache Mutter. Ihr fehlte nicht nur der Platz, sondern, wie sie sagt, auch die Luft zum Atmen. Alles begann damit, als sie Kinder bekam und mit ihnen – oder eben für sie – viele Kleider, Spielsachen und Geschenke. «Was ich davon nicht benötigte, brachte ich einfach in den Keller und dort stapelte es sich.» Irgendwann habe Hirt die Übersicht und die Kontrolle verloren – über ihr Eigentum und über sich selbst. Die ganze Situation mit zwei kleinen und zwei grösseren Kindern, einem Umzug während der Corona-Pandemie, Lockdown und Homeschooling überrollte die 44-Jährige wie eine Welle. «Ich war total am Boden und habe nur noch



Ordnungcoach Malin Hirt arbeitet immer mit den Kunden zusammen. Zuerst kommt das Aussortieren, dann wird weggeworfen und geordnet.

Foto: Amina Jakupovic

geweint!» Irgendwann packte sie die Umzugskisten aus und räumte sie so gut es ging ein. Als der Unterricht dann wieder normal in der Schule stattfand, fing Hirt an, auszusortieren. Sie nahm alles wieder raus und was sie nicht brauchte, verschenkte, verkaufte oder entsorgte sie. «Ich fuhr bestimmt zehn Mal mit meinem grossen und bis obenhin vollgepackten Auto zum Brockenhaus und in den Werkhof», erzählt die gebürtige Schwedin und schmunzelt, als sie sich erinnert, wie ein Mitarbeiter dort sie verwundert fragte, ob sie denn überhaupt noch etwas Zuhause stehen habe. «Mir tat das Ausmisten so gut. Ich konnte endlich wieder atmen!» Und genau dieses Gefühl will sie nun als Ordnungcoach auch ihren Kunden geben. Nachdem Hirt einen Onlinekurs bei «Frau Ord-

nung» absolviert hatte, gründete sie dieses Jahr die Firma «Ordnung».

Aus den Augen ist nicht aus dem Sinn «Jede Person ist anders und alle haben entsprechend unterschiedliche Ansichten davon, wann es bei ihnen Zuhause zu viele Sachen gibt», erklärt Hirt. Solange sich jemand wohl fühlt in seiner Umgebung, kann ein Ordnungcoach nicht viel helfen. Wenn allerdings der Moment da ist, dass man sich erdrückt, gestresst und nicht mehr wohl fühlt, ist es Zeit etwas zu ändern. Wenn Hirt engagiert wird, macht sie mit ihrem Kunden zunächst einen Besichtigungstermin ab. «Wichtig ist, alles so zu lassen, wie es normalerweise Zuhause aussieht. So kann ich mir ein Bild machen.» Einmal war sie bei einer Kundin, da sah auf den ersten Blick alles blitzblank aus. Sie hatte vor der Besichtigung aufgeräumt und alle Sachen verstaut. Hirt: «Ich dachte, also viel zu tun habe ich hier wohl nicht. Doch als die Kundin dann die Küchen- und Schlafzimmerschränke öffnete, sah ich ihr Problem. Die Schränke platzten aus allen Nähten.» Die meisten von uns hätten grundsätzlich zu viele Sachen. Doch diese einfach in Schränke zu packen, ganz nach dem Motto «Aus den Augen aus dem Sinn», sei eben nicht zielführend. «Das Problem bleibt in unseren Gedanken und je länger man wartet, desto schlim-

mer wird es und man verschiebt es einfach immer und immer wieder.» Aber wer einen Ordnungcoach engagiert, hat ein fixes Datum, wann ausgemistet wird und dann gibt es kein Entkommen, schmunzelt Hirt.

«Wichtig ist, dass am Abend alles wieder in den Ursprungszustand gebracht wird.»

Du bist der Boss deiner Sachen

Sofern nichts anderes vereinbart, arbeitet der Ordnungcoach mit dem Kunden zusammen. «Wir sortieren zuerst, misten aus und ordnen dann gleiches zu gleichem. Es macht keinen Sinn, Sachen zu ordnen, die man nicht will.» Darum entrümpelt Hirt zuerst und nimmt selbst gleich alles mit, was kostenlos entsorgt werden kann. Das ist eine der wichtigsten Regeln beim Ordnung machen: Alles was aussortiert wurde, direkt aus dem Haus bringen und nicht wieder in den Keller oder sonst wohin stellen. «Es gibt verschiedene Methoden von Ausmisten», erklärt sie. Am besten sei es, von Zimmer zu Zimmer zu gehen und bei jenem anzufangen, bei dem die wenigsten emotionalen Gegenstände drin sind. Manchmal ruft sie den Kunden dann

auch in Erinnerung, dass sie selbst der Boss ihrer Sachen sind. Oft hätten die Leute nämlich ein schlechtes Gewissen etwas auszusortieren, weil es entweder ein Geschenk oder teuer war. «Dabei hat man das Geld doch schon beim Einkauf verloren und nicht, wenn man es weggibt, weil es Zuhause einfach nur rumsteht», erinnert Hirt. Das sei im Übrigen auch bei einem Geschenk so. Dieses ist eine Geste des Schenkers und tut eigentlich ihm gut, so der Coach. Der Beschenkte könne damit dann machen, was er wolle. Doch einfach etwas wegwerfen, macht Hirt in ihrem Job als Ordnungcoach natürlich nicht. «Ich arbeite mit dem Kunden zusammen. Wir kategorisieren alle Alltagsachen.» Wenn der Kunde beim Ausmisten zögert, frage sie ihn jeweils, ob er den Gegenstand im letzten Jahr genutzt habe, wann er ihn gedanke zu nutzen, ob er ihn wirklich brauche oder ihn sich bei Bedarf auch ausleihen könne und vor allem, ob er diesen sofort wieder kaufen würde, wenn er ihn nicht mehr hätte. «Meistens helfen diese Fragen, eine Entscheidung zu treffen», so die Expertin. Grundsätzlich rät sie, zum Beispiel Küchengeräte nie an der Oberfläche zu halten. Lieber sollten Toaster, Mixer und Co. in einem Küchenschrank ihren Platz haben. Den Racletteofen etwa, der zwar regelmässig, aber nur zu einer

gewissen Jahreszeit gebraucht wird, würde sie hingegen in einem aufgeräumten Kellerregal aufbewahren. Als weiteren Tipp nennt Hirt, den Kleiderschrank jede Saison durchzusehen. «Ich drehe die Kleiderbügel-Haken jeweils nach aussen und diejenigen Kleidungsstücke, deren Haken Ende Saison noch immer in diese Richtung zeigen, gebe ich weg, weil das bedeutet, dass ich sie die ganze Saison über nicht angezogen habe.»

Ordnung macht glücklich

Wer Zuhause also von negativen Gefühlen geplagt ist und diese womöglich von der Fülle an Sachen herrühren, sollte einmal gründlich und dann regelmässig ausmisten. Regelmässig, weil an Geburtstagen oder Weihnachten immer wieder neue Dinge ins Haus kommen. Der Ordnungcoach empfiehlt, einmal im Monat mit einer Kiste durchs Haus zu gehen und alles, was nicht mehr benötigt wird, dort reinzupacken. Man könne daraus auch ein Spiel für die ganze Familie machen. «Es ist dann auch viel einfacher Ordnung zu machen, wenn man wirklich nur die Sachen hat, die man wirklich braucht», erklärt Hirt. Und natürlich sehe es bei ihr Zuhause auch nicht immer aufgeräumt aus. «Am Tag soll dort ja auch gelebt werden. Wichtig ist aber, dass am Abend alles wieder in den Ursprungszustand gebracht wird.» Wenn alle Sachen ihren

«Es wird immer erst schlimmer, bevor es gut wird!»

Platz haben, gehe Aufräumen sehr schnell und mit den richtigen Methoden bleibt es dann auch immer ordentlich.

Die meisten Menschen glauben nicht, wie gut es nach dem Aussortieren und neu Organisieren aussehen kann und dass Ordnung halten einfacher ist als viele vermuten. «Als ich einmal mit einer Kundin mitten bei der Arbeit war, kam ihr Ehemann nach Hause und hatte zunächst einen leichten Schock», lacht Hirt. Es habe wirklich ausgesehen, als hätte eine Bombe im Wohnzimmer eingeschlagen. «Es wird eben immer erst schlimmer, bevor es gut wird!» Als sie dann fertig waren, traute das Paar seinen Augen kaum und Hirt wusste: Ordnung hatte auch diese beiden glücklicher gemacht.

Die Region erleben, ihre Geschichten teilen!

Sie interessiert vielfältiger Journalismus? Sie tauchen gerne ins lokale Geschehen ein und lieben es, Neues zu entdecken? Sie sind motiviert für einen abwechslungsreichen Nebenjob, den Sie flexibel ausüben können? Wenn Sie auch noch neugierig, kommunikativ und sprachgewandt sind, ist das Ihre Chance.

Als freie/r Journalist/in besuchen Sie für den «Freier Schweizer» regelmässig spannende Anlässe in der Region und berichten darüber. Kontaktieren Sie jetzt Co-Redaktionsleiterin Amina Jakupovic unverbindlich für mehr Infos: 041 854 25 23 oder amina.jakupovic@freierschweizer.ch.

Wir freuen uns auf Sie!

fs FREIER SCHWEIZER Üsi Lokalzytig

