

[Catania](#) [Agrigento](#) [Caltanissetta](#) [Enna](#) [Messina](#) [Palermo](#) [Ragusa](#) [Siracusa](#) [Trapani](#)[#Maltempo](#) [Cronaca](#) [Covid](#) [Etna](#) [@LoDico](#) [Necrologie](#) [Buongusto](#) [Viaggi&Turismo](#) [Spettacoli](#)

ADNKRONOS

Covid: Apoi, come riorganizzare la routine quotidiana tra lavoro, cinema e palestra

Di **Redazione** | 25 ott 2021

Roma, 25 ott. (Labitalia) - La pandemia ci ha aiutato a guardare gli spazi personali e domestici in maniera diversa e a tenere a portata di mano ciò di cui avevamo più bisogno in una situazione di emergenza. Oggi, con la riapertura di cinema e palestre, le esigenze cambiano ancora una volta. Vediamo come organizzarsi e come gestire spazi e tempi in vista dei continui cambiamenti parlandone con Sabrina Toscani, presidente Apoi,

[Catania](#) [Agrigento](#) [Caltanissetta](#) [Enna](#) [Messina](#) [Palermo](#) [Ragusa](#) [Siracusa](#) [Trapani](#)[#Maltempo](#) [Cronaca](#) [Covid](#) [Etna](#) [@LoDico](#) [Necrologie](#) [Buongusto](#) [Viaggi&Turismo](#) [Spettacoli](#)

spazi di casa che prima ci ospitavano solo per le attività domestiche sono ormai diventati teatro di numerose altre azioni e che di conseguenza il nostro modo di vivere la casa è in continua evoluzione. Per questo motivo i sistemi organizzativi che impostiamo devono essere molto più flessibili e anche molto più leggeri". "La casa - sottolinea - ospita più attività oggi, ma non può accogliere troppi oggetti, va fatta una selezione rispetto a cosa tenere e cosa eliminare, si deve valutare cosa ci è veramente utile e cosa invece non è più funzionale. Le aree della casa devono essere spesso ripensate, è infatti necessario capire se una stanza si trova a ospitare altre nuove funzioni, per esempio se si continuerà a studiare o lavorare in salotto, o se si prevede ancora di far ginnastica o dedicarsi a un hobby in camera. E' molto utile e consigliato quindi passare in rassegna spesso degli spazi e anche gli oggetti che li devono occupare: va tenuto a portata di mano solo ciò che serve spesso e velocemente, solo ciò che ci è veramente utile dal punto di vista pratico ed emotivo". "Il professional organizer - assicura Sabrina Toscani - è il professionista che facilita questo percorso e che aiuta ad impostare dei sistemi organizzativi che facilitano la vita e che supportano nell'affrontare i continui cambiamenti. È capace di cogliere quale è il modo individuale di organizzarsi e fornisce metodi e strumenti utili per mettere a frutto i talenti organizzativi di tutti, anche chi crede di essere più disorganizzato. Trasmette strategie che permettono di trasformare i cambiamenti in gradevoli novità e di trasformare situazioni di sovraccarico e stress in luoghi e ambienti di serenità e soddisfazione". "In breve - rimarca - se la sensazione che provi durante il giorno è quella di essere oberato, di doverti occupare di troppe cose e questo ti confonde, ti porta ansia e preoccupazione allora rivolgiti a un professional organizer che attraverso l'organizzazione di spazi e tempi ti farà scoprire nuovi metodi organizzativi per poterti occupare di tutto ciò che devi e vuoi, anche in continuo cambiamento". Venerdì 5 novembre e sabato 6 novembre si svolgerà il convegno nazionale dell'Associazione professional organizers Italia, dal titolo 'Prospettive'.

COPYRIGHT LASICILIA.IT © RIPRODUZIONE RISERVATA

Di più su questi argomenti:

ULTIMAORA **LAVORO**