



Ohne Stress!

Kein Sortieren, kein Ausmisten,
kein Stress.

Nur kurz schauen, was da ist.

slowsetter^o

QUICK CHECK KLEIDERBESTAND

Weißt du, was du alles in deinem Kleiderschrank hast?

-, welche Farben und Stile du so trägst?

-, wie viele unterschiedliche oder auch ähnliche Teile du hast?



Nein?

Dann mach den slowsetter^o Kleiderschrank-Bestands-Check

...und du hast Überblick über deine "Klamotten".

Ich habe dir eine übersichtliche Checkliste erstellt, damit du schnell und einfach loslegen kannst und endlich weißt, welche Kleider du so im Schrank hast.

SCHAUEN WIR MAL, WAS SCHON ALLES DA IST.

Mit meinem Quick Check hast du einen Leitfaden und kannst alles erstmal festhalten.

Und...stress dich nicht direkt mit solchen Fragen wie:

"Kann ich das noch tragen?"

"Wozu kann ich das anziehen?"

"Trägst man sowas noch?"

"Kann man das reparieren?"

"Wegwerfen oder nicht?"

"Wie verstaue ich das ganze am Besten?"

Da kannst du dich später drum kümmern.

Und wenn du magst, helfe ich dir gerne.

QUICK CHECK KLEIDERBESTAND

1

↓ Kreuze die Checkboxen an und trage in die Felder ein.

FARBEN

Welche Farben haben deine vorhandenen Kleidungsstücke ?

Vorwiegend uni

% uni % gemustert


Vorwiegend gemustert

2

TEILE

Welche Art von Kleidungsstücken hast du? und wie viele?

	Anzahl			
 Hosen (insgesamt)	0-5 Stk <input type="checkbox"/>	6-10 Stk <input type="checkbox"/>	über 10 Stk <input type="checkbox"/>	
davon (eher) für Herbst/Winter	0-5 Stk <input type="checkbox"/>	6-10 Stk <input type="checkbox"/>	über 10 Stk <input type="checkbox"/>	
davon (eher) für Frühjahr/Sommer	0-5 Stk <input type="checkbox"/>	6-10 Stk <input type="checkbox"/>	über 10 Stk <input type="checkbox"/>	

 Röcke (insgesamt)	0-5 Stk <input type="checkbox"/>	6-10 Stk <input type="checkbox"/>	über 10 Stk <input type="checkbox"/>	
davon (eher) für Herbst/Winter	0-5 Stk <input type="checkbox"/>	6-10 Stk <input type="checkbox"/>	über 10 Stk <input type="checkbox"/>	
davon (eher) für Frühjahr/Sommer	0-5 Stk <input type="checkbox"/>	6-10 Stk <input type="checkbox"/>	über 10 Stk <input type="checkbox"/>	

QUICK CHECK KLEIDERBESTAND

2

TEILE

Welche Art von Kleidungsstücken hast Du? und wie viele?

	Anzahl		
 Pullover/ Cardigans (insgesamt)	0-5 Stk <input type="checkbox"/>	6-10 Stk <input type="checkbox"/>	über 10 Stk <input type="checkbox"/>
davon (eher) für Herbst/Winter	0-5 Stk <input type="checkbox"/>	6-10 Stk <input type="checkbox"/>	über 10 Stk <input type="checkbox"/>
davon (eher) für Frühjahr/Sommer	0-5 Stk <input type="checkbox"/>	6-10 Stk <input type="checkbox"/>	über 10 Stk <input type="checkbox"/>



Pullunder, Westen o.ä.
(insgesamt)

0-5 Stk 6-10 Stk über 10 Stk

davon (eher) für Herbst/Winter 0-5 Stk 6-10 Stk über 10 Stk

davon (eher) für Frühjahr/Sommer 0-5 Stk 6-10 Stk über 10 Stk



Blusen und Hemden
(insgesamt)

0-5 Stk 6-10 Stk über 10 Stk

davon (eher) für Herbst/Winter 0-5 Stk 6-10 Stk über 10 Stk

davon (eher) für Frühjahr/Sommer 0-5 Stk 6-10 Stk über 10 Stk



Jacken, Mäntel, Blazer
(insgesamt)

0-5 Stk 6-10 Stk über 10 Stk

davon (eher) für Herbst/Winter 0-5 Stk 6-10 Stk über 10 Stk


davon (eher) für Frühjahr/Sommer 0-5 Stk 6-10 Stk über 10 Stk

QUICK CHECK KLEIDERBESTAND

TEILE

Welche Art von Kleidungsstücken hast Du? und wie viele?

	Anzahl		
 Shirts, Longshirts, Tops (insgesamt)	0-5 Stk <input type="checkbox"/>	6-10 Stk <input type="checkbox"/>	über 10 Stk <input type="checkbox"/>
davon (eher) für Herbst/Winter	0-5 Stk <input type="checkbox"/>	6-10 Stk <input type="checkbox"/>	über 10 Stk <input type="checkbox"/>
davon (eher) für Frühjahr/Sommer	0-5 Stk <input type="checkbox"/>	6-10 Stk <input type="checkbox"/>	über 10 Stk <input type="checkbox"/>

 Schuhe (insgesamt)	0-5 Stk <input type="checkbox"/>	6-10 Stk <input type="checkbox"/>	über 10 Stk <input type="checkbox"/>
davon (eher) für Herbst/Winter	0-5 Stk <input type="checkbox"/>	6-10 Stk <input type="checkbox"/>	über 10 Stk <input type="checkbox"/>
davon (eher) für Frühjahr/Sommer	0-5 Stk <input type="checkbox"/>	6-10 Stk <input type="checkbox"/>	über 10 Stk <input type="checkbox"/>

Welche Schuhe gibt es?
(Boots, Flats, Sneaker, HighHeels, Sandalen)

Von welchem Typ gibt es ggf. mehr?

Von allem ist etwas da

Ja

Nein

Bemerkungen

QUICK CHECK KLEIDERBESTAND

TEILE

Welche Art von Kleidungsstücken hast Du? und wie viele?



Accessoires
(Schmuck, Brillen, Tücher, Gürtel, Hüte, Mützen...)

Von welchem Typ gibt es ggf. mehr?

Von allem ist etwas da

Ja

Nein

Bemerkungen



Socken & Co
(vermerke die ca.-Anzahl oder ggf eine Notiz)



Socken

Strumpfhosen



Unterwäsche, Nachtwäsche



Nachtwäsche



Home-, Sportswear



QUICK CHECK KLEIDERBESTAND

3

STILE

Welchen Stil haben deine Kleidungsstücke?

4

GEDANKEN & NOTIZEN

Was hast du beim Durchgehen gemerkt?

? wie kann ich Teil xy kombinieren?

!? evtl. neue Businesshose besorgen

! Das sollte ich mal aufräumen!

? Kann man das reparieren ?

→ Schreib's auf!

QUICK CHECK KLEIDERBESTAND

5

BEREIT FÜR DEN NÄCHSTEN SCHRITT?

WIE GEHT'S WEITER?

- ✓ Sortieren
- ✓ neue Outfit-Kombis finden
- ✓ Ausmisten, Reparieren, Loslassen

SUPPORT NEEDED?

- ➔ Im Minikurs „Schrank auf, Kopf frei“ zeige ich dir, wie du aus diesem Überblick ein System machst — und weißt, was du diese Saison wirklich anziehst.“
- ➔ Oder schreib mir direkt und wir schauen gemeinsam, was für dich passt:→ Schreib mir und ich melde mich.

es grüßt dich slow°, Uta

