

Decluttering

Corso di riordino consapevole



Il decluttering è un processo di liberazione dal superfluo che va ben oltre il semplice riordino fisico degli spazi. Si tratta di un'attività consapevole che ci permette di eliminare ciò che non ci serve più – che siano oggetti, file digitali o pensieri ripetitivi – per fare spazio a ciò che davvero è importante nella nostra vita.

Fare decluttering significa creare spazio, uno spazio generativo di leggerezza, benessere e creatività: negli ambienti in cui viviamo, nei dispositivi che usiamo ogni giorno e, soprattutto, nella nostra mente. È un gesto di cura verso noi stesse come persone, che ci aiuta a ritrovare chiarezza, concentrazione e serenità, a casa ma anche sul lavoro.

Gli eventi si svolgono nella sede di **CUBO in Torre Unipol** a Bologna.

Sabato 14 febbraio 2026, ore 10:00 - 12:00

Liberare la mente

In questo primo incontro esploreremo il decluttering mentale, fondamento di ogni processo di semplificazione. Prima di riordinare gli spazi fisici o digitali, sarà essenziale fare chiarezza nella nostra mente.

Sabato 21 febbraio 2026, ore 10:00 - 12:00

Liberare gli spazi della casa con il metodo KonMari

Il workshop teorico e pratico ci spiega come applicare il metodo KonMari negli spazi fisici della casa, con esercitazioni di tecniche di decluttering e riordino.

Sabato 28 febbraio 2026, ore 10:00 - 12:00

Liberare gli spazi digitali

Impareremo a liberare il nostro smartphone dal sovraccarico digitale e trasformarlo così in uno strumento più leggero, funzionale e consapevole.

La partecipazione è gratuita con prenotazione su cubounipol.it

In collaborazione con **Chiara Battaglini e Francesca Stracuzzi**