

"Tinc l'armari ple però no sé què posar-me", llegeix això si a tu també et passa



Segur que sovint has deixat anar la frase de: ?no tinc què posar-me!? o? ?no sé què posar-me!?. I realment és mentida, perquè tens l'armari ple.

L'organitzadora professional i creadora de la web ?Orden y con cierto?, Ana Samper, va explicar al HuffPost (https://www.huffingtonpost.es/entry/tengo-el-armario-lleeno-y-nada-que-ponerme-cuando-y-como-tomar-tirar-la-ropa_es_5cc6e5a3e4b08e4e34851645?utm_hp_ref=es-homepage) els seus **trucs per tenir un armari ordenat, coherent, i sense acumular roba innecessàriament.**

El mètode consisteix en tenir un armari càpsula. **Tenir un màxim de 33 peces a l'armari i revisar-les cada tres mesos.** ?No vol dir que cada tres mesos hagi de desfer-te de totes les peces i posar-ne de noves, sinó valorar les que tens, quines vols guardar, quines et vols quedar i quines has de substituir?, diu Ana Samper.

Actualment tenim un problema, i és que acostumem a acumular moltes coses, també roba. **?L'acumulació es deu a varies causes. La primera és que avui accedim de forma molt ràpida, fàcil i econòmica a la roba low cost i això no ens fa pensar en el que comprem.** El problema és que si no saps fer-li lloc a les coses noves desfer-te de les anteriors, al final es produeix una acumulació que és impossible gestionar. D'aquí venen els típics ?tinc l'armari ple i res per posar-me?, diu l'experta.

Ara es temps de fer canvi d'armari, i gairebé sempre aprofitem per treure'ns de sobre algunes coses per poder comprar-ne algunes de noves. Però alhora també és molt difícil decidir què

llencem i què no.

Aquests són els criteris per decidir què llençar o donar segons l'experta Ana Samper:

```
[playbuzz](function(d,s,id){var  
js,fjs=d.getElementsByTagName(s)[0];if(d.getElementById)return;js=d.createElement(s);js.id=i  
d;js.src='https://embed.playbuzz.com/sdk.js';fjs.parentNode.insertBefore(js,fjs);}(  
document,'script',  
'playbuzz-sdk'));
```

```
[/playbuzz]
```

V?deo: <https://www.youtube.com/watch?v=y4emfpAsKeQ>

La youtuber **Alex Gibert**, visita AdolescentsiCat (<http://instagram.com/adolescentsicat>) . Es va fer famosa parlant de moda i de tendències, fent hauls i unboxings de roba i complements. Ara, però, ja no només és una influencer de moda, sinó que penja tot tipus de continguts al seu canal: challenges, covers i tota mena de tips i lifehacks. Com sempre, li farem respondre l'interrogatori íntim i li farem superar les proves del programa!