

# «Ik help orde in je leven te scheppen»

## LOKEREN

Wie graag wat meer orde en structuur in zijn dagelijks leven zou krijgen en het zelf maar niet voor elkaar krijgt, kan sinds kort aankloppen bij Katrijn Declerck. De Lokerse is de allereerste 'professional organizer' in onze regio. «Door kleine gedragsveranderingen kan je je leven veel gemakkelijker maken», stelt ze.

YANNICK DE SPIEGELEIR

Als jonge moeder van twee dochters ervoer Declerck aan den lijve het belang van organisatie en structuur in je leven. «Er wordt vandaag veel verwacht van mensen. Je moet een huishouden runnen, een uitdagende job hebben, allerlei cursussen volgen en er ook nog eens goed uitzien», vertelt ze. «Ik voelde een nood aan structuur voor mijn gezin en mezelf en begon mij te verdiepen in het onderwerp. Zo belandde ik bij het beroep van professional organizer, iemand die mensen begeleidt om orde in hun leven te scheppen.»

Declerck volgde een opleiding bij de Nederlandse Beroepsvereniging van Professional Organizers (NBPO). «Bij onze noorderburen zijn er al veel organizers actief. Het beroep komt overgewaaid uit de VS. In België ben ik één van de weinige organizers.»

### Menu

Ze stelt dat je door eenvoudige ingrepen meer rust kan creëren in je leven. «Thuis stellen we bijvoorbeeld elke week een menu op. Ik hoef mij 's avonds niet meer af te vragen wat ik nu



Katrijn Declerck met haar planner. Foto De Spiegeleir

**IN NEDERLAND ZIJN AL  
VEEL ORGANIZERS  
ACTIEF. HET BEROEP  
KOMT OVERGEWAARD UIT  
DE VERENIGDE STATEN**

Katrijn Declerck

weer ga klaarmaken. En zo kan ik ook werken met een aangepaste boodschappenlijst en weet ik wat ik moet kopen in de supermarkt. Het is een kleine aanpassing, maar één die veel tijd en kopzorgen bespaart.»

Ook de organisatie van het ochtendritueel is volgens Declerck belangrijk. «'s Morgens hebben mensen weinig tijd. Toch is het belangrijk dat je niet te veel stress ervaart bij het begin van de dag. Zo stel ik bijvoorbeeld voor om 's

avonds de tafel al te dekken voor het ontbijt.» Declerck biedt advies en hulp aan een heel divers publiek. «Ik help ouderen bij het verhuizen van een grotere naar een kleinere woonst of jongvolwassenen die net op eigen benen staan», somt ze op. «Verder kunnen ook mensen met een lichamelijke beperking of ADHD bij mij terecht. Ik bekijk dan bijvoorbeeld hoe een kamer het beste ingericht kan worden, aangepast aan je specifieke noden. En ook mensen met verzamelwoede biedt ik begeleiding. Het is nooit de bedoeling om met een strenge hand te bepalen wat in de vuilnisbak moet verdwijnen. Ik vertrek altijd vanuit de cliënt. Vaak is een eerste gesprek al een aanzet om te weten waar het probleem ligt.» Voor meer informatie over Katrijn Declerck en haar beroep kan je surfen naar de website [www.ademruimte.org](http://www.ademruimte.org)