

Lavoro . Dati . **L'esperta, relax e controllo per partire 'leggeri'**

Cerca nel sito

 **DATI**

 33%  33%  33%

L'esperta, relax e controllo per partire 'leggeri'

Mi piace Condividi  4 Tweet  0

 Condividi



**Publicato il: 03/08/2015
 11:31**

Tempo di vacanze, tempo di partenze, tanti i suggerimenti da seguire su quale il sia il momento migliore per mettersi in marcia sulle strade, per evitare le truffe degli alloggi fantasma o le mete troppo battute da un turismo selvaggio. Ma un consiglio particolarmente prezioso in questo periodo è proprio quello su

come organizzare le proprie vacanze, preparare partenze e bagagli che corrispondano quanto più possibile all'esigenza di relax e spensieratezza, su come viaggiare leggeri.

Un consiglio su come fare in questi casi arriva da Sabrina Toscani, presidente di Apoi (Associazione professional organizers Italia), autrice di 'Facciamo ordine, in casa, nel lavoro, nella vita', il primo libro sul professional organizing in Italia, che ha mosso una grande attenzione di pubblico.

"Grazie al metodo 'src', semplifica e riprendi il controllo -spiega Sabrina Toscani a Labitalia- spiego come la chiave di tutto sia nella semplificazione di tutte le azioni che appartengono al nostro quotidiano per poi riprenderne il controllo, ed essere fruitori consapevoli delle nostre cose, dei nostri spazi, del tempo libero e di vacanza".

"L'importante è programmare e pianificare, nel caso delle valigie decidere prima cosa portare, dedicando, nei giorni che precedono la partenza, un po' di tempo a stendere una lista di ciò di cui avremo bisogno per il tipo di

vacanza che andremo a fare, di ciò che veramente sarà essenziale e per questo funzionale per la buona riuscita del nostro viaggio", sostiene.

"In generale, è consigliabile privilegiare -suggerisce Sabrina Toscani- capi d'abbigliamento pratici e che non temono le spiegazzature, che possono essere arrotolati o anche messi in custodie sottovuoto, e scegliere valigie morbide, con le rotelle e non esageratamente capienti, per non correre il rischio che ci stiano dentro troppe cose".

"Soprattutto, perché la vacanza -afferma- è un momento tanto atteso e spesso il risultato di sacrifici e risparmi, per cui perché sprecare tempo e risorse e rischiare di farci ostacolare da un bagaglio ingombrante e inutile ai nostri fini?".

"L'ideale sarebbe pianificare operazioni -sottolinea l'esperta- come

SPECIALE

**EXPO
 2015**

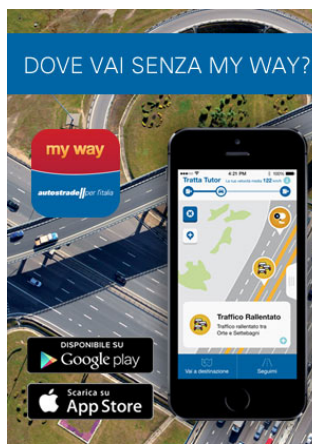
Vai allo speciale
 Expo 2015


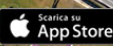
Video da Expo

Eventi

Protagonisti

DOVE VAI SENZA MY WAY?



DISPONIBILE SU
 Google play
 Scarica su App Store

My Way è la app innovativa, gratuita e geolocalizzata che ti accompagna in viaggio e a lavoro con informazioni real time sul traffico, il tutor e sui servizi in autostrada.

SCOPRI DI PIÙ >

Notizie Più Cliccate

1. Doppia tragedia in Valtellina: elicottero caduto, 3 vittime. Bambino muore in escursione

2. Domenica di sangue sulle strade, morta anche una bambina di 11 anni

3. Pensioni, arrivano i rimborsi: assegni fino a 600 euro

4. Ancora temporali, poi supercaldo africano con Acheronte

l'alleggerimento degli spazi domestici e non anche durante l'anno, per non arrivare stremati e farsi trovare impreparati dal caldo estivo e dalla frenesia vacanziera, che spesso inducono e portano con sé ansia e stress invece che spensieratezza e rilassamento".

"Magari rivolgendosi -consiglia Sabrina Toscani- a un professionista dell'organizzazione Apoi, l'Associazione nata in Italia nell'ottobre del 2013, che ne conta circa 50 su territorio nazionale, in grado di indicarci come organizzare tempo, spazio e risorse, per vivere al meglio e con più leggerezza alcuni momenti di stanchezza dell'anno".

"Una professionista che entra in azione -fa notare- per aiutare nell'organizzazione personale di spazi domestici e lavorativi, per immaginare partenze e rientri, e ritrovare spazi che siano in grado di accoglierci al rientro dalle vacanze".

Mi piace Condividi 4 Tweet 0

Annunci Google

Guardare un Film Online?
Il Cinema Direttamente a Casa Tua. Guardali con Film Fanatic! download.filmfanatic.com/Film

Mappe Satellite
Per Ogni Tua Tappa c'è Una Mappa. Installa Gratuitamente MapsGalaxy! www.mapsgalaxy.com

Trading titoli CFDs
Negozia CFD:azioni, indici mondiali Conto gratuito, zero commissioni! www.plus500.it/Azioni

TAG: Sabrina Toscani, estate, Apoi, vacanze

Potrebbe interessarti



Cannes, Sophie Marceau in mutande sul red carpet/Foto



Roma, foto choc su degrado a Termini fa il giro del web. Le Fs:



Sesso in strada, Trastevere solo l'ultimo caso /I precedenti



Dai 20 film porno visti su più schermi ai tanga per mamma e figlia,



Ecco come fanno gli astronauti ad andare in bagno



Australia, chef smembra e cucina la moglie transessuale.



Borromeo-Casiraghi dicono 'si', abito Armani per la sposa



Lutto in casa Bayern, morto il figlio di Beckenbauer

Raccomandato da

Annunci Google

Mostre e Musei
Trova Subito Mostre e Musei Vicini a Te su PagineGialle! paginegialle.it/Musei

Inizia il Download
Schede Didattiche per Ogni Livello. Crea un Set Gratis con StudyHQ! www.gostudyhq.com

Commenti

Per scrivere un commento è necessario registrarsi ed accedere: [ACCEDI](#) oppure [REGISTRATI](#)

5. Grecia, Varoufakis avverte Roma e Parigi: "Schaeuble vuole imporvi la Troika"

Video



Le cavallette invadono la Russia



"Sgozzeremo il generale Haftar", la minaccia dell'Is in un video /Guarda



Il surf dei delfini

In Evidenza



Eggtronic chiude round di investimento da 1,5 mln



Paolo Nespoli sarà il prossimo astronauta italiano Esa a volare nel 2017



Attraverso lo Stretto con Telepass, al via la collaborazione con

Caronte&Tourist



A Roma la Festa internazionale della frutta e della verdura



Guarda i Programmi Adnkronos



Officine per una Generazione di Giovani Innovatori



Porti: no prospettiva declino, sistema strategico per

rilancio



UniCredit, inaugurato a Milano il nuovo Pavilion



Confedilizia, dal 2011 triplicate



Le tasse sugli immobili



Philip Morris Italia, 500 mln per acquisto tabacco italiano



Festeggia i sette anni la partnership tra Coca-Cola Hbc Italia e Giffoni

Experience



Primo passo riforma Camere di commercio con fusione Venezia-Rovigo



Arriva in Italia FlixBus, viaggi in autobus green e low cost



'IN SOMNIA' di Teresa Emanuele all'Adnkronos Museum



Il menù sostenibile per il mondo delle carni



'The Global (Dis)order, can trade agreement revive growth?'

Gli effetti del Ttip sull'economia



Bper e Fei, accordo a sostegno delle Pmi all'interno del piano Juncker



L'impatto dell'alcool sui giovani: la situazione nella Regione Lazio



Energia, on line la nuova newsletter Gme



Monouso vs tradizionali, stoviglie a confronto su impatto

ambientale



Cerca Lavoro



Samantha: "Siamo tutti astronauti, la Terra è una navicella da

proteggere"



È uscito in libreria e in Autogrill il Libro dei Fatti 2015, il bestseller che da 25 anni racconta

L'Italia e il mondo



Tonno Callipo una storia che arriva dal mare



Arriva la notizia seriale, scarica la nuova App Adnkronos



Seguici  118727  279792  828   

Fatti Soldi Lavoro Salute Sport Cultura Intrattenimento Magazine Sostenibilità
Immediapress Multimedia AKI Expo Palazzo dell'Informazione



© 2014 GMC S.A.P.A. di G.P. Marra - Piazza Mastai, 9 - 00153 Roma
partita IVA 01145141006 - codice fiscale e Registro Imprese di Roma 02981990589
copyright - disclaimer - privacy - gruppo adnkronos - contatti - archivio - cookie