



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

5 visite | 3 Agosto - Il Tempo (/publications/pa32d37f9-b032-4e8a-8201-783ff93526f9)

Leggi altre notizie su:

▾ SABRINA TOSCANI ▾ APOI ▾ TURISMO ▾ PSICOLOGIA ▾ ADN KRONOS

Mi piace Condividi {0} Tweet {0} G+ Condividi {0}

✉ E-Mail (mailto:?subject=Qualcuno vuole condividere un contenuto con te su Etalia!%0A%0A&body=L'esperta, relax e controllo per partire 'leggeri'%0A%0AQualcuno ha trovato interessante questo contenuto e vuole condividerlo con te. Vieni a scoprirlo su Etalia%0A%0Ahttp://www.etalia.net/articles/acb09d12d-c902-4e16-9771-88a1dc98c71c)

'Altri articoli che parlano di... [ADN Kronos \(http://www.etalia.net/correlati-per-categorie/Categorie/adn-kronos-2.741\)](http://www.etalia.net/correlati-per-categorie/Categorie/adn-kronos-2.741) Roma, 3 ago. (Labitalia) - 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



Bologna - Milano
Scopri le Promo Italo
a partire da 19,00 €
Prenota Ora!



Bologna - Milano
Scopri le Promo Italo
a partire da 19,00 €
Prenota Ora!



Roma - Milano
in 2h e 40 minuti
a partire da 27,00 €
Prenota Ora!



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 perché sprecare tempo e risorse e rischiare di farci ostacolare e inutile ai nostri fini?". "L'ideale sarebbe infatti -sottolinea l'esperta- come l'alleggerimento degli spazi che durante l'anno, per non arrivare stremati e farsi trovare solo in estate e dalla frenesia vacanziera, che spesso inducono a un'ansia e stress invece che spensieratezza e rilassamento".

La signora -consiglia Sabrina Toscani- a un professionista. Apoi, l'Associazione nata in Italia nell'ottobre del 2013, che opera in tutto il territorio nazionale, in grado di indicarci come organizzare lo spazio e le risorse, per vivere al meglio e con più leggerezza e sicurezza l'anno". "Una professionista che entra in casa per aiutare nell'organizzazione personale di spazi domestici e immaginare partenze e rientri, e ritrovare spazi che siano in grado di farci rientrare dalle vacanze".

Articolo originale (<http://www.iltempo.it/adn-kronos/2015/08/03/l-esperta-relax-e-controllo-per-partire-leggeri-1.1444517?localLinksEnabled=false>)

0 Commenti

Etalia

1 Entra ▾

♥ Consiglia

🔗 Condividi

Ordina dal migliore ▾



Commenta per primo.

ANCHE SU ETALIA

CHE COS'È QUESTO?

Bimbo Dimenticato in Auto per 10 Ore, Aveva Solo 8 Mesi

1 commento • un mese fa

Giuseppe Ferrito — Forse la fretta, forse i pensieri che angustiano ogni adulto, hanno distratto migliaia di genitori in tutto il mondo

Grandi navi, Franceschini: "L'hub meglio a Trieste"

1 commento • 20 giorni fa

Giuliano Brunello Zanitti — <http://sceltemancate.trieste.i...>

Gioconda: il carbonio 14 rivela che la tomba di Monna Lisa è a Firenze

1 commento • 25 giorni fa

Massimo Ravecca — Perché cercate tra i morti colei che non è mai nata? La Gioconda è un ritratto ideale. Secondo il

Bergamasca, 12 vigilantes in azione Sui treni e in stazione con i manganelli

1 commento • 2 mesi fa

VINCENZO — Egregi signori, vigilantes in azione sui treni e in stazione con i manganelli; per precisare il personale

✉ Iscriviti

D Aggiungi Disqus al tuo sito web

🔒 Privacy

 <p>Bologna - Milano Scopri le Promo Italo a partire da 19,00 € Prenota Ora!</p>	 <p>Bologna - Milano Scopri le Promo Italo a partire da 19,00 € Prenota Ora!</p>	
---	--	---

Giulia Calcaterra,
vacanza social a

(a886c992e-aac8-4d5c-8ee5-9a0a700384d7)
TgCom 24 (/articles/ab0fa724e-

Prese parte al
rapimento di Abu

(a886c992e-aac8-4d5c-8ee5-9a0a700384d7)
MilanoToday (/articles/a18eee74e-

Virtual Safe Professional
2.39.302.454

(a886c992e-aac8-4d5c-8ee5-9a0a700384d7)
HTML.it (/articles/a886c992e-aac8-4d5c-8ee5-

Potrebbe interessarti anche

Vuoi vivere meglio? Metti in ordine: 10 consigli da seguire subito (FOTO)

L'Huffington Post

(/articles/a83345055-182f-4da9-badf-fde679f8890e)