30 GIORNI DI MINIMALISMO

Una piccola sfida per fare spazio in casa e dare una seconda possibilità alle cose.



1 Le Regole

- Gioca con un partner, un amico o un familiare. Ognuno ha il proprio calendario.
- Ogni giorno, elimina un oggetto in più rispetto al giorno precedente (Giorno 1= 1 oggetto, Giorno 2 = 2 oggetti, ecc.).
- Regola fondamentale: Gli oggetti devono uscire fisicamente di casa entro la mezzanotte del giorno in cui vengono scelti. Possono essere donati, venduti o buttati se non più utilizzabili. Spostarli semplicemente in un altro armadio non vale!
- All'inizio è facile, ma dalla seconda settimana diventerà una vera e propria sfida.

2

Giorno 1	Giorno 2	Giorno 3	Giorno 4	Giorno 5
1 oggetto	2 oggetti	3 oggetti	4 oggetti	5 oggetti
Totale: 1	Totale: 3	Totale: 6	Totale: 10	Totale: 15

Alla fine dei 30 giorni avrai eliminato 465 oggetti. Se giocate in due... 930 oggetti!

3 DA NOI, LE COSE MERITANO UNA SECONDA POSSIBILITÀ

Non tutto ciò che non ci serve più deve finire nella spazzatura (questo è il nostro adattamento alla regola originale). Gli oggetti **ancora in buone condizioni possono essere messi da parte** e pubblicati sul sito di Lamia Pellegrino, nella pagina: REGALI CHE CERCANO CASA. Avranno **tempo fino a Natale** per trovare una nuova famiglia. Tutto ciò che non troverà un nuovo proprietario verrà portato in un negozio di seconda mano.



4

Vince chi riesce a continuare più a lungo senza saltare un giorno. Se entrambi completate la sfida... vincete entrambi!

Gemini Notebook

Nome: _____ Mese: _____



1 ☐ + 1 oggetto Totale: 1	2 ☐ + 2 oggetti Totale: 3	3 ☐ + 3 oggetti Totale: 6	4 ☐ + 4 oggetti Totale: 10	5 ☐ + 5 oggetti Totale: 15	6 ☐ + 6 oggetti Totale: 21	7 ☐ + 7 oggetti Totale: 28
8 ☐ + 8 oggetti Totale: 36	9 ☐ + 9 oggetti Totale: 45	10 ☐ + 10 oggetti Totale: 55	11 ☐ + 11 oggetti Totale: 66	12 ☐ + 12 oggetti Totale: 78	13 ☐ + 13 oggetti Totale: 91	14 ☐ + 14 oggetti Totale: 105
15 ☐ + 15 oggetti Totale: 120	16 ☐ + 16 oggetti Totale: 136	17 ☐ + 17 oggetti Totale: 133	17 ☐ + 17 oggetti Totale: 153	18 ☐ + 18 oggetti Totale: 171	19 ☐ + 19 oggetti Totale: 190	20 ☐ + 20 oggetti Totale: 210
21 ☐ + 21 oggetti Totale: 231	22 ☐ + 22 oggetti Totale: 253	23 ☐ + 23 oggetti Totale: 276	24 ☐ + 24 oggetti Totale: 300	25 ☐ + 25 oggetti Totale: 325	26 ☐ + 26 oggetti Totale: 351	27 ☐ + 27 oggetti Totale: 378
28 ☐ + 27 oggetti Totale: 378	28 ☐ + 28 oggetti Totale: 406	29 ☐ + 29 oggetti Totale: 435	30 ☐ + 30 oggetti Totale: 465	31 ☐ + 31 oggetti Totale: 496		

Meno cose, meno sprechi, più spazio per ciò che conta.

Gemini Notebook