

Die acht Prinzipien der Dinge-Diät

1. **Dinge loswerden:** sinnvoll reduzieren und loslassen
2. **Dinge ersetzen:** öffentliche Verkehrsmittel statt Auto, digital statt analog
3. **Dinge ausleihen und mieten:** nutzen statt besitzen
4. **Dinge multifunktional nutzen und wiederverwenden**
5. **Dinge gemeinsam nutzen:** Kosten und Verantwortung teilen
6. **Dinge selbst machen:** Zeit in Erfahrungen investieren, Neues lernen
7. **Auf Dinge verzichten:** Kaufrausch durch Erlebnisse ersetzen
8. **Verhalten ändern:** Routinen hinterfragen, gute Gewohnheiten entwickeln



aus:

Inge Dinge

Die Dinge-Diät: Leichter leben mit weniger Kram

bit.ly/dingediaet