

WEG MET DIE ZOOI!

Groeiende stapels op tafel, uitpuilende kastjes, speelgoed dat de woonkamer belegert. Het is een doorn in het oog van 'ontspullers' Jannie en Minne. Jannie: "Ik begon met opruimen. Echt opruimen. Ik ging bijna wekelijks naar de kringloop. Het verbaasde me steeds weer hoeveel we eigenlijk hadden."

door Cindy Cloin | illustratie Kristel Steenbergen



Bij de voordeur staat een kastje. Iedereen die op bezoek is geweest, mag er even in neuzen. Een tosti-ijzer, snowboardschoenen, een horloge of speelgoedauto misschien? "Wil je iets hebben? Neem maar mee, hoor", zegt Minne Roemen (35), mama van Mats (bijna 2) en hoogzwanger van hun tweede kind. "Het zijn allemaal goede spullen die al veel te lang liggen te verstoffen achter in onze kast. Misschien kunnen we er iemand anders blij mee maken."

Een paar maanden geleden begonnen Minne en haar man Nils met – zoals ze het zelf noemen – het 'ontspullen' van hun huis. Laatje voor laatje, kast voor kast hebben ze opgeruimd, zichzelf daarbij afvragend: willen we dit in ons huis hebben? Hebben we die bakjes, die blokken of boeken echt nodig? De reden hiervoor is dat ze steeds meer moeite hebben met verspilling. Verspilling van eten, van verpakkingsmateriaal, van spullen in overvloed. "Toen we een tijd geleden gingen verhuizen, werd ik bijna verdrietig bij het inpakken van mijn kledingkast", vertelt Minne. "Ik dacht dat het wel meeviel, maar wat een enorme berg! Er lagen heel veel jurken en shirtjes die best duur waren, maar die ik niet of nauwelijks

heb gedragen. Ik schaamde me gewoon." Die bomvolle kast was misschien wel de eyeopener. "Er wordt zo veel gemaakt, en mensen blijven het maar kopen, terwijl ze het niet nodig hebben. Weer een puzzel of jurkje erbij. Spullen die nog goed zijn, worden niet meer gebruikt of weggegooid. Dat is toch zonde?"

Minderen is hip

Premier Rutte schreeuwt het weliswaar van de daken: "Ga nou gewoon geld uitgeven, dan komt het vanzelf goed met de economie", maar we houden onze hand op de knip. Het is crisis en geld dat je niet hebt, kun je in principe ook niet uitgeven. Toch zijn minder geld, een huis dat flink in waarde is gedaald of meer onzekerheid over de toekomst, niet de enige redenen om minder te kopen. Minimaliseren, versimpelen, consuminderen, ontspullen of hoe je het ook noemt: leven met minder is een trend. Uit de jaarlijkse trendanalyse van onderzoeksbureau Motivaction blijkt

dat anno 2013 één op de drie mensen uit eigen beweging kiest voor een soberder leven. Zij kopen bewust minder nieuwe spullen en besluiten vaker om te ruilen of te delen met anderen.

Patty Golsteijn van Minimal Switch helpt mensen met minimaliseren in hun werk en dagelijkse leven. Volgens haar is deze trend op een aantal manieren te verklaren. "We zijn druk met van alles en nog wat. Een overvolle (werk)agenda, altijd in contact met iedereen via social media, en een vol huis. Prikkel *all over the place*. En wat doe je dan? Dan ga je op zoek naar rust. Zo is het bij mij ook begonnen. Minder spullen ►

'MINDER SPULLEN
HEBBEN, GEEFT
LETTERLIJK EN
FIGUURLIJK RUIMTE
EN RUST. IN JE HUIS
EN IN JE HOOFD'

hebben, geeft letterlijk en figuurlijk ruimte en rust. In je huis en in je hoofd. Het geeft een groter gevoel van vrijheid en van meer energie. Al was het alleen maar omdat je minder hoeft op te ruimen.”

Daarnaast ziet zij dat mensen zich meer en meer bewust worden van het feit dat veel spullen in huis niet worden gebruikt. “We leven in een wereld van overmatig consumeren en lang niet iedereen wil daar nog in meegaan. Steeds meer mensen vinden het zonde. Minder geld uitgeven aan spullen, is een uitdaging en het is daarbij goed voor het milieu. Ook dat speelt een rol.”

Koopstop

Jannie en Luc Spruit (beiden 30) en hun drie kinderen, Tijn (9), Jurre (7) en Ot (3), deden iets wat voor velen ondenkbaar is: ze lasten een koopstop in van een jaar. “Het begon tijdens mijn afstudeerproject voor de studie grafische vormgeving. Ik richtte me op minimalisme in vormgeving en raakte er door geïnspireerd. Alles wat te veel is, bijvoorbeeld op een website, leidt af. Het lijkt of je meer mogelijkheden hebt, maar uiteindelijk doe je er minder mee. Dat geldt ook voor kinderen: hoe hoger de berg speelgoed, hoe minder ze er mee spelen.” Het knaagde al langer, maar na de geboorte van Ot besloot Jannie het anders aan te

‘HEEL 2012 KOCHTEN WE GEEN NIEUWE SPULLEN MEER. WEL DE DAGELIJKSE BOODSCHAPPEN, MAAR GEEN APPARATEN, SPEELGOED OF KLEDING EN GA ZO MAAR DOOR.’

pakken. “Ik begon met opruimen. En dan niet zomaar dingen een beetje verplaatsen. Nee, echt opruimen. Ik ging bijna wekelijks naar de kringloop met spullen die we niet meer gebruikten. Het verbaasde me steeds

weer hoeveel we eigenlijk hadden.”

En dus ging ze nog een stap verder. “We besloten heel 2012 geen nieuwe spullen meer te kopen. Wel de dagelijkse boodschappen, maar geen apparaten, handige dingen voor in de keuken, speelgoed of kleding en ga zo maar door.” Gedurende dat jaar gingen onder meer de auto, mixer en magnetron stuk. “We besloten een auto te delen, mixen deden we vanaf dat moment met een garde en we kregen een oude magnetron van vrienden. Opgelost, dus.” Tijn en Jurre waren oud genoeg om het jaar bewust mee te maken. “Ze hadden er echt geen moeite mee. Ze kregen natuurlijk wel gewoon cadeautjes van familie en vrienden met hun verjaardagen. En voor kinderfeestjes hebben we zelf cadeaus gemaakt. Dan versierden we een potje en stopten er zaadjes in. Of ik naaide een make-uptasje en deed er een spiegeltje in dat ik nog had liggen.”

In 2013 was de koopstop voorbij, maar er lijkt definitief wat veranderd. “Je bent je veel bewuster van de vraag: hebben we dat echt nodig? Ik heb minder behoefte om iets te kopen. Natuurlijk willen de jongens soms heel graag iets hebben. Zo zijn ze dol op Lego, en daar hebben we dan ook bergen van. En het spel *Minecraft*. Maar meer hoeven ze eigenlijk niet. Laatst gaven ze zelfs aan dat we wel wat Lego konden verkopen, omdat ze zo veel hebben.” Ondertussen is hun huis aanmerkelijk leger dan vroeger, maar saai en kaal is het zeker niet. “In de kastjes staat veel minder dan bij een gemiddeld gezin, vermoed ik. Maar in huis wordt geleefd. Speelgoed of het aanrecht ruim ik één keer in de week helemaal op, verder blijft het gewoon staan.”

Ruilen met de burens

Volgens Martijn Lampert, *research director* bij Motivaction, lopen bepaalde groepen in

OOK ONTSPULLEN?

Heb je ook de neiging om te verzamelen, te stapelen en te verzetten? En wil je wel wat ontspullen? Begin eens hiermee:

- ➔ Zoek vijf stuks mooi speelgoed uit waar je kinderen zelden of nooit (meer) mee spelen en geef ze aan de Speelgoedbank (www.speelgoedbanktoys4u.nl)
- ➔ Trek 's ochtends kleren aan die je al een jaar niet hebt gedragen. Heb je ze aan het einde van de dag nog steeds aan? Dan mogen ze blijven. Heb je je omgekleed? Weg ermee!
- ➔ Leg tien goede spullen die je zelf niet meer wilt of gebruikt in het zicht bij je voordeur en laat vrienden en familie iets uitzoeken als ze op bezoek zijn geweest. Of zet een doos in de voortuin met een bordje ‘Gratis uitzoeken’.

de samenleving voorop met het ontspullen en een soberder leven. “Je komt het vooral tegen bij mensen die kritisch zijn over de consumptiemaatschappij. Maar het materialistische tijdperk is zeker nog niet voorbij, er zijn volop mensen die niets zien in een leven met minder spullen. Jongeren doen er minder aan mee. Zij zijn opgegroeid in de consumptiecultuur en heel erg van het zelf hebben. Ze zijn wel gewend om ideeën, filmpjes en foto's te *sharen*.” Lampert verwacht dat de komende jaren de groep mensen die minder waarde hecht aan spullen verder groeit. “Toegang hebben tot spullen wordt steeds belangrijker dan het daadwerkelijke bezit.” Het delen van een auto, muziek luisteren via Spotify of het lenen van een kruiwagen bij iemand uit de buurt: het wordt ook steeds makkelijker gemaakt door de ontwikkeling van de techniek. Neem bijvoorbeeld de Facebook-groepen ‘FF Lenen’ of ‘Ik geef weg’.



pannen tot boeken. Resultaat: 870 kledingstukken waarvan meer dan 300 sokken, 95 meubelstukken, 876 boeken, waarvan 100 van Ot, enzovoort.

Judith: “De echte behoeften zijn natuurlijk al lang bevredigd, maar op de een of andere manier worden er steeds nieuwe behoeften gecreëerd. Kopen heeft een heilzame werking.”

Na het tellen, waarvoor alles uit het huis werd gehaald en in een grote loods werd

‘HET IS BEST EEN TABOE OM WEINIG UIT TE GEVEN AAN SPULLEN VOOR JE KIND. ALSOF HET ALLES MAAR MOET KRIJGEN. ‘INVESTEREN’, NOEMEN ZE DAT DAN’

Minne maakt regelmatig gebruik van zulke initiatieven, onder meer voor speelgoed en kleren voor Mats. “Ik kom zelden bij een speelgoedwinkel. Soms ruilen we speelgoed met de burens. Zo heb je geregeld wat nieuws en voorkom je dat je huis dichtslibt. En dan nog kost het moeite, hoor. Ik ben benieuwd hoe het gaat als de baby er binnenkort is.” Los van wat je zelf allemaal koopt, krijg je ook nog eens heel veel. “Terwijl we toch echt tegen familie zeggen dat we liever geen nieuwe spullen willen”, zegt Minne. Jannie herkent dat. “Maar opa's en oma's of anderen hebben ook zo hun behoeften. Zij vinden het leuk om wat te geven, dus daar moet je rekening mee houden. Maar je kunt wel uitleggen waarom je liever niet al te veel wilt.”

Geluksgevoel najagen

Je realiseert je niet hoeveel je in huis hebt. Totdat je gaat tellen. 15.734 spullen hadden Judith de Leeuw (31), haar vriend Paul (32) en hun zoontje Ot (4) vorig jaar in hun bescheiden Amsterdamse appartement. Judith maakte vorig jaar de film *Overal spullen* en telde daarvoor alles wat ze in huis had, van paperclips tot stoelen, van

uitgespreid, gingen alle spullen weer mee terug. En sindsdien is er het nodige bijgekomen. “We hebben inmiddels ook een dochtertje, Doris van bijna 1. Haar kleren passen nauwelijks in de kast. En dan te bedenken dat we na de film in een groter huis zijn gaan wonen. Ik heb op een bepaalde manier wel bewondering voor mensen die minder of niets meer kopen. Ik trap nog regelmatig in de val van de gedachte dat een aankoop mijn leven beter, leuker en makkelijker zal maken. En dat ik mezelf dan gelukkiger voel en ik dus een betere moeder en vriendin ben. Zo hebben we een bakfiets gekocht van het dure, chique soort. Het hielp een beetje, maar niet zo veel als ik dacht of hoopte.”

Over een drempel

Opruimen en weg ermee. Hoewel het makkelijk klinkt, is ontspullen juist geen makkelijk proces. “Ik wil er vanaf, maar ik vind het ook lastig om ergens afstand van te doen”, zegt Minne. “Dat pakje met wierook dat er al jaren ligt, kan ik daar misschien nog een vriendin blij mee maken? Gelukkig is Nils wat makkelijker, hij gooit het gewoon weg. En als het eenmaal weg is, voelt dat lekker.” Patty Golsteijn leert mensen om heel

bewust te kiezen wat ze wel en niet willen. “Durven loslaten. Waar word je blij van? Wat heb je echt nodig en wat niet? Het wil helemaal niet zeggen dat je niks meer mag kopen, hoor! Spullen zijn ook fijn. Maar koop dan in elk geval wat je echt wilt en echt nodig hebt.”

Jannie: “Je moet over een drempel heen en bepaalde argumenten aan de kant schuiven. Als iets al een paar jaar ergens ligt, hoef je niet te denken: ik heb er veel voor betaald, dus het is zonde om weg te doen of misschien spelen ze er over een tijdje wél mee. Dat gaat toch niet gebeuren.” Verder moet je je niet al te veel aantrekken van ‘wat anderen zeggen’. “Het is best een taboe om weinig uit te geven aan spullen voor je kinderen”, is de ervaring van Jannie. “Alsof je kind alles maar moet krijgen. ‘Investeren’, noemen ze dat dan. We hadden bijvoorbeeld voor ons zoontje Ot een oude buggy gekregen van vrienden. Die buggy deed het prima, hij was alleen roze. Ja, dus? Toch kreeg ik daar reacties op. Gelukkig trek ik me daar heel weinig van aan. Ik houd zeker rekening met de behoeften van mijn kinderen, maar niet met hoe de buitenwereld vindt dat ik het zou moeten doen.”

MEER LEZEN?

➔ www.buynothingnew.nl Vol met tips om te lenen, delen, repareren en ontdekken wat je al hebt.

➔ www.simplifylife.nl Eenvoudiger leven: hoe begin je daarmee in je huis, op je werk en bij de opvoeding?

➔ www.kiind.nl Zoek op auteur ‘Jannie Spruit’, zo vind je haar artikelen over consumeren met kinderen.

➔ www.judithdeleeuw.net Het blog van Judith, met een link naar de film *Overal spullen*.