30 jours pour désencombrer sa maison

organisation maison

Table des matières

Mentions légales 4

Introduction 5

Les avantages du désencombrement 6

Pourquoi désencombrer? *6*

Les critères d'un tri efficace 8

Comment savoir ce qu'on doit garder ou pas? *8*

Se débarrasser de ses affaires 11

A qui donner ? *11*

Echanger ou troquer? *12*

Vendre ? *13*

Les 4 règles pratiques 15

1. Déterminer un lieu de débarras provisoire *15*

2. Préparer le matériel nécessaire *15*

3. Utiliser un minuteur *15*

Le défi des 30 jours 16

Fiche de désencombrement 1/2 17

Fiche de désencombrement 2/2 18

Fiche de désencombrement 1/2 19

Fiche de désencombrement 2/2 20

Maintenir les bonnes habitudes 21

1. Se poser des questions simples et essentielles *21*

2. Privilégier la qualité à la quantité.....21

3. Désencombrer régulièrement.....21

4. Une chose à sa place, 1 place pour chaque chose 21

Mentions légales

Ce livre est sous licence Licence Creative Commons : Paternité - Partage dans les Mêmes conditions 3.0 non transposé.
Vous êtes libre de le transmettre à qui vous voulez, à condition de ne pas le modifier, et de citer le blog Organisation-maison.com comme source de ce livre, et d'inclure un lien vers http://www.organisation-maison.com

Vous n'avez pas le droit de le revendre directement mais vous êtes autorisé à l'offrir sur votre blog ou sur votre site web, à l'intégrer dans des packages et à l'offrir en bonus avec des produits.

H. Christen
Lausanne, Switzerland
© 2014
http://www.organisation-maison.com

Introduction

Vous voulez organiser efficacement l'espace de votre maison? Vous rêvez d'une maison propre et en ordre? La première mesure à prendre avant toute chose est de désencombrer : se débarrasser des choses inutiles et inutilisées pour faire place nette et libérer de l'espace. Il est plus facile de ranger et d'entretenir une maison désencombrée.

L'idée de désencombrer une maison entière peut paraître insurmontable et l'ampleur de la tâche peut décourager. Cependant, en adoptant la bonne méthode et en procédant par étapes vous verrez que vous aussi vous pouvez y arriver. Dans ce guide, je vous propose le défi de désencombrer l'ensemble de votre maison en 30 jours et seulement en 30 minutes par jour.

Je vous parle dans ce guide des avantages du désencombrement ainsi que d'un choix de critères que j'ai moi-même utilisé pour opérer un tri efficace entre ce qui doit être gardé et ce qui encombre inutilement. Vous trouverez également de nombreuses astuces pour vous débarrasser définitivement de ce qui doit être dégagé.

Enfin, vous trouverez une liste de désencombrement à adapter à votre maison pour un désencombrement efficace et progressif.

Les avantages du désencombrement

On s'encombre d'un tas de choses au fil des années. Aussi consommation oblige, on remplit toujours plus nos placards et nos armoires, et en réalité bien au-delà de ce dont nous avons vraiment besoin. Nos maisons sont autant encombrées que nos esprits, avec l'illusion de pouvoir accéder au bonheur et à la réussite par la possession.

La publicité, les magazines et les médias divers nous font croire tous les jours que ce sont nos possessions qui nous définissent. Avouons-le une petite frénésie de shopping est réconfortant pour notre ego, nous rassurant tant bien que mal sur ce que nous sommes ou du moins croyons Être, et en espérant par la même occasion acheter un peu de reconnaissance sociale.

Bien sûr il est agréable de posséder quelques biens matériels. Il serait d'ailleurs aussi dommage de se priver totalement des avantages de la modernité, différents objets nous facilitent grandement la vie.

Sans virer New Age et aller vivre en ermite dans la forêt, il est possible de vivre plus simplement, de posséder moins de choses tout en se faisant plaisir de temps en temps. S'il est plus agréable d'avoir un espace de vie aéré, c'est aussi plus facile à organiser.

Pourquoi désencombrer?

Le désencombrement procure de nombreux bénéfices :

1. Gain de temps : si vous possédez moins d'objets, le temps nécessaire au nettoyage et à l'entretien de votre maison sera fortement réduit.

2. Espace : faire le tri permet évidemment de libérer de la place. Moins d'encombrement c'est aussi plus d'espace à vivre.

3. Esthétisme : tout le monde ne souhaite pas à un intérieur dépouillé tendance Zen, cependant un espace désencombré sera plus accueillant et vous

aurez plus de plaisir et de facilité à le décorer à votre goût. Sans compter qu'un espace aéré favorise la créativité.

4. Energie : une maison désencombrée symbolise la paix et le bien-être. C'est une maison qui « respire » littéralement, l'énergie peut y circuler librement. Cette énergie positive vous pouvez la ressentir physiquement et retrouver le plaisir de rentrer à la maison, dans un lieu consacré au repos et au ressourcement. En faisant de l'ordre dans son espace, on libère également sa tête. Autrement dit, moins de stress et moins de fatigue physique et psychologique.

5. Economies : prendre soin de nos biens matériels demande une certaine somme d'argent, désencombrer c'est aussi réduire les postes de dépenses concernant l'entretien voire le stockage de nos biens. Quand nos maisons débordent, on peut encore louer des box ou des garde-meubles pour bénéficier d'un espace de stockage supplémentaire. En possédant moins de choses, moins de meubles, moins d'objets, peut-être que notre espace de vie actuel est suffisamment confortable sans qu'on ait besoin de chercher à louer plus grand et donc plus cher.

6. Liberté : même s'il est parfois difficile de se séparer de certains objets qui nous rattachent à des souvenirs particuliers, désencombrer permet aussi de tourner la page sur des situations du passé qui nous encombrent émotionnellement. Faire le tri c'est aussi se libérer de ce qui ne nous convient plus pour laisser place à une nouvelle vie.

Une fois que vous aurez désencombré votre maison, il sera plus facile de ranger les choses que vous aurez gardées. Plus de perte de temps à chercher ce dont on a besoin. Votre maison sera plus facile à nettoyer et vous vous sentirez déjà mieux organisé. Vous aurez le plaisir de profiter de votre maison en consacrant moins de temps aux tâches ménagères. Désencombrer permet véritablement de se réapproprier l'espace de sa maison.

Les critères d'un tri efficace

Comment savoir ce qu'on doit garder ou pas?

Il semble évident qu'il n'y a pas de sens à garder des choses dont on n'a pas l'utilité.

On va se débarrasser de :

- ce qui est cassé, abîmé, détérioré : y compris ce qui attend d'être réparé depuis plus d'une année!
- ce qui ne fonctionne plus : appareils, accessoires et outillages divers.
- ce qui est périmé : médicaments, nourriture, produits de soin et de beauté.
- ce qui n'est pas à sa taille : trop grand, trop petit, ou qui n'est plus à la taille des enfants.
- ce qui ne sert plus ou qu'on n'utilise pas régulièrement, ce qui n'est pas suffisamment pratique à utiliser
- ce qui n'a jamais servi ou n'a pas servi depuis plus d'une année : comme ce service de table 100 pièces au fond de l'armoire ou le gaufrier en haut de l'étagère
- ce qui est incomplet et inutilisable : les Tupperware sans couvercle
- ce qui est en double voire en plusieurs exemplaires : comme ce 3ème caquelon à fondue qu'on vous a offert
- ce qu'on ne lit plus ou qu'on ne relira pas : livres, magazines, publicités ...

Bon, ça c'est le côté rationnel des choses. Dans la pratique, c'est parfois difficile de se défaire de choses pourtant inutiles ou inutilisées. Il y a des tas de

trucs qu'on accumule parce que « on ne sait jamais ça peut servir un jour au cas où ».

Parce qu'on garde au fond du placard ces vêtements fétiches qui ne servent plus mais qu'on imagine un jour devenir collector ou de nouveau tendance. Ou encore ce jean qu'on encadrerait presque tant on espère secrètement pouvoir rentrer dedans même s'il fait notre taille d'il y a 10 ans!

Soyons réaliste, le « au cas où » a-t'il réellement une chance d'arriver? Si les contraintes occasionnées à garder ces objets sont plus importantes que la probabilité de les utiliser dans le futur alors vous en séparer serait plus raisonnable.

Dans le même registre émotionnel, il y a aussi ces trucs que l'on garde un peu à contrecœur et qui nous surchargent plus qu'ils nous font plaisir.

Acceptez que vos goûts, votre style ou votre mode de vie puissent changer, et que certaines choses ne vous conviennent plus. Et puis des solutions pratiques et alternatives existent pour des objets dont on n'aurait pas une utilisation régulière. Vous n'êtes pas obligé de posséder les choses pour en avoir l'usage, pourquoi pas les emprunter au besoin auprès de vos amis ou de vos voisins ou encore les louer.

Alors pour résumer, on se débarrasse aussi de :

- ce qui est superflu : gadgets et bibelots attrape poussière
- ce qu'on n'aime pas ou plus, ce qui ne nous correspond pas.
- ce qu'on n'aurait jamais dû acheter : les erreurs de casting dans nos moments de shopping impulsif
- ce qu'on ne portera ou n'utilisera jamais. Y compris ce truc inutile qui nous a quand même coûté super cher.
- ce qu'on a reçu et qui ne nous plait pas : les cadeaux non désirés, même si c'est un cadeau de tante Jacqueline.
- ce qui rappelle de mauvais souvenirs.

Certains objets évoquent des périodes heureuses ou malheureuses de notre vie. Faites le tri pour ne garder que ce qui vous plaît vraiment. Bien souvent la peur du détachement est plus forte que la valeur même de l'objet et l'importance du souvenir qui s'y rattache.
Vous entourer de choses qui vous font du bien ne peut être que bénéfique. Y-a-t'il vraiment un sens à s'encombrer du reste?

Ces objets que l'on garde au fond des tiroirs et dont on a oublié jusqu'à l'existence, si on a pu s'en passer pendant tout ce temps, les évacuer ne changerait plus grand chose. Face à la culpabilité, la peur de manquer ou la peur de lâcher prise, désencombrer les choses matérielles permet aussi de libérer sa tête et de tourner la page.

Combien de temps garder les produits de soin et de beauté ?

- Mascara : 3 à 6 mois.
- Crème pour le visage : 6 mois
- Eyeliner : 6 mois
- Fond de teint liquide : 6 mois à 10 mois
- Crayon yeux et lèvres : 1 an
- Vernis à ongles : 1 à 2 ans
- Ombre à paupières : 1 à 2 ans.
- Fond de teint en poudre : 12 mois à 18 mois
- Crème pour le corps : 12 mois
- Poudre : jusqu'à 2 ans.
- Rouge à lèvres : 2 ans.
- Savons et shampooings : 2 à 3 ans

Se débarrasser de ses affaires

En fonction de leur état, la plupart des objets à débarrasser pourront être remis en circulation d'une manière ou d'une autre. Ils feront le bonheur d'autres personnes qui leur donneront une deuxième vie. Ainsi vous pouvez **donner, revendre ou troquer ce qui peut encore servir** :

- ce qui est fonctionnel et en état de marche (outillages et appareils électroniques divers)
- ce qui est globalement en bon état (vêtements, jouets, mobilier, objets ...)
- ce qui est réutilisable : des objets qui pourront être utiles tels quels ou détournés de leur fonction première pour le bricolage ou le upcycling par exemple
- ce qui reste d'actualité (livres, magazines, produits de mode ...)
- ce qui est insolite, sait-on jamais ce truc qui ne vaut rien pour vous fera la joie d'une autre personne.

Le reste sera à jeter en respectant la réglementation de tri en vigueur dans votre commune.

A qui donner ?

- Pensez à votre entourage : amis, famille, voisins.
- Certaines bibliothèques ou médiathèques récupèrent vos livres et supports numériques en bon état.
- Le cas échéant, déposez directement vos vêtements et textiles usagés dans les urnes ou bornes prévues à cet effet.
- Les associations d'entraide ne manquent pas pour recevoir vos dons. Renseignez-vous auprès des maisons de quartier, paroisses, associations locales, communales ou municipales proches de chez vous.

- Il y a évidemment les organismes de plus grande envergure et connus du grand public qui redistribuent vos dons localement ou pour d'autres pays en développement. Approchez les associations suivant vos affinités avec leurs actions et pays d'implantation.

- Depuis quelques années, on voit émerger dans les villes des espaces de gratuité permanents ou éphémères. Ce sont des lieux ouverts et non marchands où chacun peut apporter différents biens suivant les règles propres à chaque espace. Ces espaces sont dénommés : marché gratuit, free market, gratiféria.

- En Suisse et en Allemagne, on trouve des boîtes dans lesquelles on peut laisser de menus objets qui pourraient intéresser voisins et passants. Le système fonctionne particulièrement bien avec les livres. Sur la même idée, on trouve également au Pays-Bas des sacs transparents à déposer dans la rue et destinés à emballer les objets qu'on souhaite remettre en circulation pour les voisins.

- Sur la toile, le réseau Freecycle est un groupe mondial de dons encourageant le don de matériel près de chez soi. Le réseau fonctionne en France, en Suisse, en Belgique et au Canada.

- Enfin, vous trouverez également des groupes de dons très actifs sur les réseaux sociaux, notamment sur Facebook. Tous ces groupes sont gérés par des bénévoles et organisés par ville ou par région.

Echanger ou troquer?

- Pour vous séparer de certains biens, vous avez également la solution du troc par le biais de différents réseaux d'échanges. Les plus connus sont les SELS ou systèmes d'échanges locaux, ce sont des réseaux dans lesquels les personnes membres peuvent échanger des services et aussi des biens matériels. Les échanges sont comptabilisés dans une monnaie virtuelle ou par un système de points qui pourront être « dépensés » dans le réseau.

- Il y a également des trocs organisés par des associations de quartier ou de parents d'élèves ou encore des organismes d'entraide familiale. Dans ce cas, vous mettez en vente vos affaires pour des sommes modiques. Il vous sera prélevé un petit pourcentage sur chaque vente ou bien une taxe d'inscription pour financer l'organisation du troc.

- Organisez une « troc party » avec vos amis pour vous débarrasser de ce que vous ne mettez plus et les échanger avec d'autres sans transaction financière. Vous pouvez renouveler de cette manière votre garde-robe et celle de vos enfants. Le concept existe aussi sur la toile en mettant en relation des personnes souhaitant échanger des articles comme des vêtements, des chaussures, des sacs ou d'autres accessoires.

Vendre ?

- Vous pouvez vendre vos objets d'occasion sur des sites de vente aux enchères en ligne comme eBay, vous pouvez également y proposer vos articles à prix fixe. Faites-y déjà un tour pour déterminer la valeur de vos objets avant de les vendre.

- Pensez aux petites annonces, que ce soit dans le journal local ou sur Internet.

- Utilisez les espaces d'affichage disponibles chez les commerçants de votre quartier.

- Si vous avec beaucoup de choses à débarrasser, louez un emplacement lors d'une manifestation de vide-grenier, de coffre ouvert ou de vide-dressing près de chez vous.

- Tout comme les groupes de dons ou d'échanges, les réseaux sociaux regorgent de groupes de vente d'occasion. Certains groupes sont spécialisés par exemple pour la revente d'articles de puériculture.

- Les magasins de seconde main revendent vos affaires d'occasion en dépôt vente. Vous mettez votre bien à disposition et recevez le résultat de la vente, diminué d'un pourcentage, une fois l'objet vendu.

- Pour vous débarrasser rapidement de certaines affaires et si vous avez un besoin urgent d'argent liquide, certains magasins d'occasion achètent directement contre paiement par cash. Le gain sera certainement moins avantageux que par le biais d'autres canaux mais en contrepartie vous n'aurez pas à vous occuper de la vente.

Attention! Si les options d'échange ou de vente doivent vous prendre trop de temps ou trop d'énergie (ex: faire des photos, organiser des déplacements, gérer des demandes d'achat ...), acceptez de donner ou de jeter pour être sûr de vous défaire de ce qui vous encombre. Ne prenez pas le risque de mettre les choses en attente trop longtemps pour finalement trouver l'excuse de ne pas vous en débarrasser.

Les 4 règles pratiques

Avant de commencer, ces règles simples vont vous faciliter la tâche :

1. Déterminer un lieu de débarras provisoire

Déterminez un endroit de votre maison pour entreposer provisoirement ce que vous voulez débarrasser. Suivant la place nécessaire et disponible, cela peut être dans la cave, dans une pièce ou un coin de votre appartement. Vous aurez besoin d'espace pour organiser les choses à donner, à vendre ou en attente d'être jetés. Le jour du débarras définitif, cela vous permettra en outre de récupérer un éventuel objet auquel vous tenez et qui aurait glissé par erreur dans le mauvais contenant.

2. Préparer le matériel nécessaire

- Des gros cartons (type cartons de déménagement)
- Des sacs poubelles
- 1 chiffon
- Un marqueur et/ou des post-it pour différencier les contenants « A DONNER », « A VENDRE », « A JETER », « A RANGER ».

Les choses à échanger peuvent aller dans le carton ou le sac « A VENDRE ».

3. Utiliser un minuteur

L'utilisation d'un minuteur permet d'agir de manière rapide et concentré. Sans limite de temps, vous pourriez vous laisser distraire ou vous décourager. Utilisez un minuteur de cuisine, celui de votre téléphone ou votre montre.

4. Délimiter des zones d'actions dans votre maison

Pour avancer progressivement, procédez par étapes en délimitant des zones d'action dans votre maison. Une zone pouvant être une pièce, une armoire, un type d'objets à trier.

Le défi des 30 jours

Vous avez préparé tout ce qu'il vous faut. Vous êtes prêt pour le défi des 30 jours ! Le principe est simple. Chaque jour, vous allez vous concentrer sur une zone de votre maison et la désencombrer en 30 minutes. Planifier des jours supplémentaires pour les zones importantes ou particulièrement encombrées. Enclenchez le minuteur et videz la zone concernée en répartissant les choses au fur et à mesure dans les contenants « à donner », « à vendre » ou « à jeter ».

Quand le minuteur sonne, vous pouvez décidez de refaire un tour de 30 minutes. N'hésitez pas à en faire plus si vous êtes encore motivé! Sinon arrêtez, replacez les choses que vous gardez dans la zone en question, mettez de l'ordre et dégagez les différents contenants de choses à débarrasser.

Vous trouverez ci-après votre une fiche de désencombrement pré-remplie par zone pour vous guider. Vous pouvez aussi établir une fiche entièrement personnalisée et adaptée à votre maison.

Fiche de désencombrement 1/2

	Date	Jour	Zones	Notes personnelles
		1	Tiroirs cuisine, couverts, accessoires et ustensiles divers	
		2	Vaisselle, casseroles, plats, récipients divers	
		3	Electroménager et matériel de cuisine	
		4	Linge de cuisine, sets de table ...	
		5	Accessoires et produits d'entretien	
		6	Frigo et garde-manger	
		7	Hall d'entrée	
		8	Armoire à pharmacie et médicaments	
		9	Produits de soin et de beauté, flacons, tubes ...	
		10	Finir la salle de bain : serviettes, gants de toilette & articles divers	
		11	Vêtements adultes	
		12	Accessoires adultes, sous-vêtements, chaussettes	
		13	Finir la chambre des parents : bijoux, tiroirs ...	
		14	Vêtements enfants	
		15	Accessoires enfants, sous-vêtements, chaussettes ...	

Fiche de désencombrement 2/2

	Date	Jour	Zones	Notes personnelles
		16	Jouets	
		17	Mobilier divers	
		18	Linge de maison	
		19	Livres adultes, journaux, magazines	
		20	Livres adultes, journaux, magazines	
		21	Livres enfants	
		22	Livres enfants	
		23	Papiers administratifs	
		24	Papiers administratifs	
		25	Bibelots dans toute la maison	
		26	Garage	
		27	Garage	
		28	Grenier, cave	
		29	Grenier, cave	
		30	Matériel de jardinage et outillage divers	

Fiche de désencombrement 1/2

	Date	Jour	Zones	Notes personnelles
		1		
		2		
		3		
		4		
		5		
		6		
		7		
		8		
		9		
		10		
		11		
		12		
		13		
		14		
		15		

Fiche de désencombrement 2/2

	Date	Jour	Zones	Notes personnelles
		16		
		17		
		18		
		19		
		20		
		21		
		22		
		23		
		24		
		25		
		26		
		27		
		28		
		29		
		30		

Maintenir les bonnes habitudes

Une fois votre maison désencombrée au bout du défi des 30 jours, de nouvelles habitudes s'imposent pour ne pas vous ré-encombrer inutilement :

1. Se poser des questions simples et essentielles

Chaque fois que vous voulez acheter quelque chose ou introduire une nouvelle chose dans votre maison, réfléchissez à deux fois et posez-vous les mêmes questions qui vous ont été utiles pour désencombrer:

- Est-ce que j'aime ça?
- Est-ce utile ? Est-ce que j'en ai vraiment besoin ?
- Est-ce la peine que j'aie cela dans ma maison ?

2. Privilégier la qualité à la quantité

Moins vous possédez de choses et plus votre maison sera facile à organiser. En achetant par exemple moins de vêtements vous ne remplissez pas inutilement votre penderie et vous pourriez économiser pour cette veste qui vous tient vraiment à cœur. Acceptez d'avoir peu de choses et de vous entourer de ce qui vous plaît vraiment.

3. Désencombrer régulièrement

Prenez l'habitude de désencombrer régulièrement. Vous pouvez refaire de temps en temps le défi des 30 jours ou désencombrer seulement les zones qui le nécessitent.

4. Une chose à sa place, 1 place pour chaque chose

Ne laissez plus traîner vos affaires dans l'entrée ou sur la table de la cuisine quand vous rentrez. Evitez d'amonceler les piles d'habits dans votre chambre. Assignez une place pour chaque chose, prenez l'habitude de toujours remettre les choses directement à leur place et trouvez-en une pour ce qui traîne.

Et voilà, merci de votre attention!

J’espère que ce guide vous a aidé dans cette étape d’organisation. Si cela vous a plu, n’hésitez pas à le partagez autour de vous.

Pour aller plus loin et découvrir d’autres astuces d’organisation, retrouvez-moi sur le Blog Organisation-maison.com