

La méthode de préparation (Règle des 4 bacs)

Avant de toucher à quoi que ce soit, munissez-vous de 4 grands sacs ou cartons :

1. **À donner / À vendre** : Ce qui est en bon état mais ne vous sert plus.
2. **À jeter / À recycler** : Ce qui est cassé, périmé ou irréparable.
3. **À ranger ailleurs** : Les objets qui ont migré dans la mauvaise pièce.
4. **À garder** : Ce qui a une vraie utilité ou une valeur sentimentale.



Le plan d'attaque pièce par pièce

Étape 1 : Les pièces faciles (Pour se motiver)

On commence par les endroits où l'attachement émotionnel est faible.

- **L'entrée** : * Triez les chaussures et manteaux qui ne sont pas de la saison actuelle (stockez-les ailleurs).
 - Videz le vide-poches (vieux tickets de caisse, clés inutilisées).
- **La salle de bain** :
 - Jetez les cosmétiques périmés, les échantillons jamais ouverts et les vieux médicaments (à rapporter en pharmacie).
 - Ne gardez que le strict minimum de serviettes de bain.

Étape 2 : Le cœur de la maison (Grand impact)

- **La cuisine** :
 - *Le garde-manger* : Jetez les produits périmés.
 - *Les placards* : Donnez la vaisselle en double, les appareils à raclette ou robots qui dorment au fond du placard depuis 3 ans.
 - *Le plan de travail* : Rangez tout ce qui n'est pas utilisé quotidiennement pour libérer l'espace visuel.
- **Le salon** :
 - Triez les magazines, les vieux journaux et les câbles électroniques mystérieux.
 - Épurez la décoration (trop de bibelots étouffent l'espace).

Étape 3 : L'espace personnel (Plus intime)

- **La chambre et le dressing** :
 - *Le test du cintre* : Sortez les vêtements que vous n'avez pas portés depuis un an. Si vous hésitez, appliquez la règle : "*Si je faisais du shopping aujourd'hui, est-ce que j'achèterais ce vêtement ?*" Si la réponse est non, on donne.
 - Videz les tables de chevet.

Étape 4 : Le niveau "Boss de fin" (Le plus difficile)

- **Le bureau (Les papiers)** :
 - Triez le courrier en retard. Numérisez ce qui peut l'être et jetez les vieux papiers non obligatoires (vérifiez les délais légaux de conservation).
- **Le garage, la cave ou le grenier** :

- C'est souvent là que s'accumule le "au cas où". Soyez impitoyable : si c'est là depuis deux ans sans avoir bougé, c'est que vous n'en avez pas besoin.



Mes 3 conseils d'or pour réussir

 **La règle des 15 minutes** : Si le plan vous paraît trop grand, ne faites qu'un tiroir ou une étagère par jour. 15 minutes régulières valent mieux qu'un week-end entier qui vous épuise.

 **Une entrée, une sortie** : Une fois le désencombrement fait, appliquez cette règle simple : pour chaque nouvel objet qui entre chez vous, un objet similaire doit sortir.

 **Le carton de quarantaine** : Vous hésitez sur un objet ? Mettez-le dans un carton fermé. Si dans 3 mois vous n'avez pas ouvert le carton pour le récupérer, vous pouvez vous en séparer sans regret.

Par quelle pièce préférez-vous commencer aujourd'hui ?