



TU VEUX COMMENCER À DÉSENCOMBRER ?

Un défi pour commencer à
désencombrer en douceur !



Avant de commencer...

Ce défi va te permettre de prendre confiance en toi et en ta capacité de te séparer des objets. J'ai listé des zones assez faciles à désencombrer.

Si tu veux aller plus loin pour quelques catégories d'objets, je t'ai parfois mis des liens vers des articles du blog qui te permettront d'approfondir des sujets.

N'oublie pas...

- Tout n'a pas à être parfait dès ton premier tri. Désencombrer prend du temps et tu verras qu'au fur et à mesure certains choix te paraîtront plus faciles
- Une fois que tu auras goûté aux bienfaits du désencombrement, tu pourras retourner trier certaines zones et aller plus loin dans la démarche.

Laure.



Cuisine

-  **Les livres de recettes que tu n'as jamais utilisées**
Pour aller plus loin sur le tri des recettes, n'hésite pas à lire cet article : [Comment trier ses recettes de cuisine](#)
-  **Fait un tour de tout ce qui se trouve accrocher sur ton frigo**
-  **La vaisselle dépareillée et celle que tu n'utilises jamais**
-  **Les ustensiles de cuisine que tu as en double voire en triple**
-  **Les mugs à café que l'on t'a offerts et qui prennent la poussière**



Salle de bain et toilettes

-  **Les médicaments périmés (et ceux dont tu ne connais pas l'utilisation), à ramener à la pharmacie**
-  **Le maquillage que tu n'utilises plus**
-  **Les produits de beauté ouverts depuis trop longtemps**
 Ce logo indique en mois la durée de conservation sur le maquillage et les crèmes une fois entamé
-  **Les bijoux que tu ne portes plus, car tu ne les aimes plus ou les boucles d'oreille orphelines**
-  **Les élastiques à cheveux tout étirés**
-  **Les petites bouteilles de shampoing ou de crème ramassées depuis longtemps lors de vos virées à l'hôtel**
-  **Des brosses ou des peignes en double ou abimés**
-  **Des échantillons de toute nature**



Chambres

-  **Les vêtements qui sont 2 tailles trop petites ou trop grandes**
Pour aller plus loin sur le tri des livres et des magazines, n'hésite pas à lire cet article : [Désencombrement; le cas des vêtements](#)
-  **Les ceintures qui ne te vont plus ou qui ne sont plus à la mode**
-  **Les chaussettes trouées et/ou orphelines**
-  **Les soutiens-gorges usés et les culottes qui ont perdu leur élasticité**
-  **Les vêtements endommagés que tu ne peux pas réparer, ou qui attendent la réparation depuis trop longtemps**
-  **Les cadeaux gratuits ou les t-shirts promotionnels que tu n'as jamais porté**



Salon & Salle à manger

-  **Les magazines de l'année dernière**
-  **Les livres que tu ne liras jamais ou que tu ne reliras plus**
Pour aller plus loin sur des vêtements, n'hésite pas à lire cet article : [Désencombrement; le cas des livres](#)
-  **Les jeux vidéos auxquels tu ne joueras plus.**
-  **Les vieux journaux**
-  **Les DVD que tu ne regarderas plus (surtout maintenant avec la VOD)**
-  **Les bouteilles quasiment vides qui traînent dans des placards depuis des années**
-  **Les catalogues promotionnels des saisons passées**
-  **Les cadeaux que tu n'aimes pas et que tu gardes pour faire plaisir**



-  **Factures, reçus, vieux tickets de caisse. Scanne ou prends des photos des factures importantes**
-  **Vieilles cartes de vœux, de voyages... garde celles qui ont une valeur sentimentale et recycle le reste.**
-  **Les stylos qui n'écrivent pas bien ou plus du tout**
-  **Les vieux calendriers muraux**
-  **Les vieux agendas**
Transforme tes informations importantes et récurrentes (comme les anniversaires) sur Google agenda. Je t'explique comment faire dans l'article suivant : [Ne plus oublier les anniversaires grâce à Google Agenda](#)
-  **Les vieilles invitations qui ne sont pas sentimentales**
-  **Les dépliants d'agence de voyage des saisons passées**
-  **Les manuels d'utilisation. Jette ceux dont tu n'as plus les appareils, ne garde pour les autres que la version Française.**
Tu peux aussi être radicale et te séparer de tous les manuels, car on peut tous les retrouver en ligne maintenant.
-  **Les vieux téléphones qui ne serviront plus. Tu peux garder seulement le dernier pour te dépanner.**
Pour les autres téléphones tu peux les donner et les mettre dans des bornes spéciales pour qu'ils soient recyclés
-  **Les manuels de montage de meubles**
-  **Les vieux manuels scolaires que tu n'ouvriras plus jamais**
-  **Les piles vides qui attendent depuis longtemps que tu les amènes à la borne de recyclage**
-  **Les cartes routières des pays ou des régions que tu as visitées en vacances à l'époque ou le GPS n'existait pas**
-  **L'électronique obsolète**
-  **Les enveloppes utilisées ou déchirées**

Entrée

-  **Les cartes de visites des restaurants où tu ne vas plus, et même les autres, car Google est ton ami pour retrouver les numéros non ?**
-  **Les menus des restaurants où tu ne commandes jamais**
-  **Les cartes de fidélité**
Tu peux par exemple passer en version numérique avec l'[application FidMe](#) et toutes les avoir sur ton smartphone, cela va alléger ton portefeuille
-  **Les coupons de réduction expirés**
-  **Les cartes-cadeaux ! Va plutôt les dépenser avant qu'elles ne périment.**
-  **Les vieux tickets de caisse, surtout si tu ne t'en sers pas pour faire tes comptes**
-  **Les talons de billets de cinéma, de concert...**
-  **Les chaussures que tu ne mets plus**
-  **Les sacoches, sacs, totes bags, que tu n'utilises pas**

Buanderie et autres

-  **Les cadeaux restant des invités de votre mariage**
Garde en 1 ou 2 comme souvenir, mais plus cela ne sert à rien
-  **Les produits nettoyants qui sont presque vides depuis des années et que tu n'utiliseras plus**
-  **Les pots de fleurs en plastique**
Plante les fleurs, elles seront plus heureuses que dans un petit pot.
-  **Les sacs plastiques des épiceries, pharmacies ou des commerces**
Trouve des totes bags, mets en dans ta voiture, ton sac et réutilise-les
-  **Les dragées et autres cadeaux qui restent des anniversaires, baptêmes, mariage auxquels tu as participé et que tu n'as toujours pas mangé**
-  **Les bouteilles vides, sacs vides et autres contenants vides**
-  **Les vases que tu n'utilises jamais et qui prennent la poussière**
-  **Les objets qui attendent depuis X années d'être réparés**



Kit désencombrement

Kit clés en main pour
t'aider à **désencombrer** et
à **organiser** ton intérieur

[En savoir plus](#)

BESOIN D'AIDE POUR LA SUITE ?

Rejoins-moi sur Instagram
[@laureganisatrice](https://www.instagram.com/laureganisatrice)

Retrouve toutes mes fiches
à télécharger gratuitement
[Accède à ma bibliothèque](#)
[privée](#)

Découvre mes services
www.laureganisatrice.fr

À bientôt !