

Effectuer son désencombrement

Zone ou catégories :

--

Niveau d'encombrement :

faible	moyen	élevé	très élevé
--------	-------	-------	------------

Durée prévue :

(Le temps de préparation n'est pas pris en compte dans la durée du désencombrement.)

1 heure	2 heures	3 heures	4 heures
---------	----------	----------	----------

Ne pas oublier de prévoir une ou deux pauses !

Procéder par étape complète, n'attaquer la phase suivante que quand ce qui devait être donné/jeté a été effectivement donné/jeté.

Matériel

une tenue adéquate	
une bouteille d'eau ou un thermos de thé/café	
des cartons (à donner/vendre)	
des sacs poubelles (à jeter)	
des caisses/paniers/cagettes (à ranger ailleurs)	
des marqueurs et des étiquettes (pour annoter les sacs/cartons)	
du ruban adhésif (pour fermer les cartons)	
des chiffons et du produit de nettoyage (pour les zones inexplorées depuis longtemps ...)	

Un appareil photo pour se souvenir de comment c'était avant et garder la motivation !

L'idée est d'avoir tout à portée de main pour éviter les risques de dispersion.

Les critères de tri :

fréquence d'utilisation	Cet objet est-il utile ? Pratique ? Beau ?
date de péremption	Ai-je la place pour le ranger ?
objets ayant la même fonction	Quand l'ai-je utilisé pour la dernière fois ?
plaisir apporté	Me procure-t-il une émotion positive ?
état de l'objet	Ai-je un autre objet équivalent ?
raison du stockage	Quelle est sa valeur pour moi ?
propriétaire de l'objet	Ce vêtement est-il confortable ? me met-il en valeur ?

Ne manipuler les objets qu'une seule fois, les prendre en main, faire un choix puis les ranger à leur place ou les mettre dans le sac/bac qui leur convient (à jeter, à donner, à vendre).

Un objet qu'on ne sait où ranger peut sortir !