



## FICHE GLOBALE

# Désencombrement

Simplifier aujourd'hui pour mieux vivre demain ♥

UNE MAISON ALLÉGÉE, UN ESPRIT LIBÉRÉ ♥

### LA MÉTHODE HOME MANAGER



#### 1. TRIER

Garder, donner, vendre ou jeter. Ne garder que l'essentiel.



#### 2. DÉGAGER

Libérer les surfaces et les espaces de circulation.



#### 3. ORGANISER

Chaque chose à sa place, une place pour chaque chose.



#### 4. SIMPLIFIER

Moins d'objets, plus de clarté, plus de sérénité.



#### 5. MAINTENIR

Des routines simples pour un intérieur qui reste agréable au quotidien.

### LES RÈGLES D'OR

- ♥ Faire petit mais faire régulièrement.
- ♥ Ne pas viser la perfection, viser le progrès.
- ♥ Chaque objet doit avoir une utilité ou une valeur émotionnelle.
- ♥ Moins mais mieux.
- ♥ Ta maison doit être un lieu qui te ressource.

### PAR PIÈCE DE LA MAISON

#### ENTRÉE



- ♥ Désencombrer les chaussures et manteaux
- ♥ Créer un espace fonctionnel et accueillant
- ♥ Garder l'essentiel à portée de main

#### SALON



- ♥ Alléger les surfaces (tables, meubles)
- ♥ Limiter les objets décoratifs
- ♥ Ranger ce qui traîne au quotidien

#### CUISINE



- ♥ Vider les placards et le plan de travail
- ♥ Garder uniquement l'utile et le fonctionnel
- ♥ Organiser par catégories

#### SALLE À MANGER



- ♥ Désencombrer la table et le buffet
- ♥ Ne garder que la vaisselle et les objets utilisés
- ♥ Créer une ambiance épurée et conviviale

#### CHAMBRE



- ♥ Alléger les armoires et tiroirs
- ♥ Garder une décoration apaisante
- ♥ Faire du lit un espace de repos sacré

#### SALLE DE BAIN



- ♥ Jeter les produits périmés
- ♥ Garder les essentiels
- ♥ Organiser dans des paniers ou boîtes

#### BUREAU / ESPACE PERSO



- ♥ Désencombrer le bureau
- ♥ Classer les papiers
- ♥ Garder uniquement ce qui t'aide à être productive et inspirée

#### AUTRES ESPACES



- ♥ Buanderie, débarras, chambre d'enfants...
- ♥ Appliquer la méthode pièce par pièce
- ♥ Ne pas tout faire en même temps

Désencombrer, ce n'est pas se priver, c'est se choisir.



### LA VUE GLOBALE



#### FAIS LE POINT

Commence par identifier les zones qui te pèsent le plus.



#### ÉTABLIS UN PLAN

Avance pièce par pièce, sans te disperser.



#### SOIS CONSTANTE

15 min par jour valent mieux que 5h une fois par mois.



#### CÉLÈBRE TES PROGRÈS

Chaque petite victoire compte. Sois fière de toi !



#### GARDE DU VIVANT

Plantes, lumière, couleurs douces : ta maison doit respirer la vie et la sérénité.

Moins de désordre, plus de temps, plus de toi. ♥

HOME MANAGER  
Jessica Landragin

