Articles

Désencombrer sa maison : comment s’ y prendre ?

On accumule beaucoup de bazar avec le temps. Et quand on veut trier, on ne sait pas par où commencer. Nos astuces pour faire le tri et désencombrer la maison.

Faire le tri et se désencombrer

Désencombrer ses pièces de vie, ses placards, sa cuisine, sa garde-robe… La tâche ne paraît pas très attrayante. Et pourtant, qu’est-ce qu’on se sent mieux quand on a fait place nette !

Sommaire :

- Les bénéfices de se désencombrer
- Choisir sa technique
  - Le grand chambardement
  - Les micro-rangements
- Qu’est-ce qu’on garde ? Qu’est-ce qui part ?
  - On s’en débarrasse, c’est sûr !
  - Quand on hésite
- S’équiper pour trier
- Entretenir

- - - - - - - - - - - - -

Les bénéfices de se désencombrer

Si l'on prépare un déménagement, l’exercice est incontournable. Si l’on rêve d’un intérieur zen, aussi.

Mais on peut aussi faire le tri volontairement, motivé par de nombreux bénéfices :

- On se sent souvent l’esprit plus libre et léger, comme si on avait fait de l’ordre dans sa tête en même temps que chez soi.
- On va enfin trouver ses affaires plus rapidement. Et on gagne plein de place pour les ranger !
- Fini de tout balancer en catastrophe dans une armoire ou une pièce fermée quand on a de la visite (mais si, avouez que ça vous est arrivé ;-))
- C’est tellement plus facile et rapide de faire le ménage après. Moins on a d'objets, moins on a de choses à ranger, nettoyer, dépoussiérer.
- Un cercle vertueux s’installe : plus c’est rangé et facile à nettoyer, plus on est motivé à garder l’espace comme ça.
- On peut se faire quelques sous en vendant des choses dont on ne se sert plus.
- Ça donne souvent envie de réduire sa consommation. Quand on voit tout ce qu’on entasse et l’énergie nécessaire pour s’en débarrasser, on réfléchit à deux fois avant d’acheter de nouvelles choses. Tout bénéfice pour le portefeuille et l’environnement !
- C’est une étape très utile si l’on s’est fixé un objectif zéro déchet.

Enfin, on finit entouré par des choses qui nous sont vraiment utile ou qui nous procurent de la joie.

Choisir sa technique

La technique du grand chambardement

D’après Marie Kondo[1], auteur d’un best-seller sur le rangement, il ne sert à rien de trier petit à petit. Il faut **opérer un changement radica**l dans son intérieur et libérer le temps nécessaire pour le faire. Ça permet de voir rapidement des résultats et de se motiver pour la suite. Et c’est aussi l’option la plus courante quand on déménage.

Si vous vous sentez l’âme d’une Marie Kondo :

- Réservez plusieurs jours (ou week-ends) d’affilée. Elle conseille une semaine mais cela dépend de la superficie à ranger.
- Faites-vous aider par un·e ami·e ou proche, voire un spécialiste en rangement. Outre le soutien moral, une personne extérieure aide à trancher quand on est (trop) attaché à certains objets.
- La motivation est précieuse mais peut se dissiper facilement. **Profitez d’être sur votre lancée** pour trier intensivement. Rassemblez à un endroit ce qui va rester. Faites des piles ou remplissez des boîtes avec ce qui doit partir mais laissez le don et

la vente pour après. Aller au magasin de seconde main ou rédiger une annonce prend du temps. Si vous vous interrompez, vous risquez de ne pas retrouver le même entrain pour continuer.

- Surtout si vous allez déménager, commencez par **l'espace le plus encombr**é : le grenier, la cave, le garage, l'armoire sous l'escalier…

La technique des micro-rangements

La méthode de FlyLady[2] est l'exact opposé : « votre maison ne s'est pas remplie en un jour, elle ne vas pas se désencombrer en un jour non plus ». Et soyons réalistes, le plus souvent on ne range effectivement pas tout son intérieur en une fois. On **morcelle la tâche** et on trie pièce par pièce, voire tiroir par tiroir.

C'est normal : désencombrer nécessite en général de **faire du chemin dans sa têt**e. Il faut accepter de se défaire de choses qui peuvent avoir une valeur sentimentale. Ou d'oublier la politesse pour se débarrasser de cadeaux. Ou encore se raisonner : non, si on n'a pas utilisé cet appareil en 4 ans, il y a peu de chances qu'on en ait justement besoin dans un mois. Bien des peurs se cachent derrière nos accumulations d'objets…

Si vous vous sentez l'âme d'une FlyLady :

- **Commencez aujourd'hui.** Oui, aujourd'hui. Pas besoin de bloquer une grande plage horaire, profitez-en pour mettre le pied à l'étrier tout de suite.
- Adoptez la technique des **15 minutes de rangement par jour**. Choisissez une pièce, un plan de travail ou un meuble et enclenchez un chrono. Faites le tri pendant un quart d'heure sans vous arrêter. Quand le chrono sonne, vous vous arrêtez. Recommencez le lendemain. C'est fou ce qu'on peut déjà faire en seulement 15 minutes !
- Vous avez peur de regretter ce que vous jetez ? **Commencez par des vieilleries** : ce que vous n'avez plus porté depuis très longtemps, les babioles… Par exemple munissez de 2 boîtes ou sacs et faites le tour de votre logement. Dans chaque pièce, collectez entre 10 et 50 objets (dépendant de la pièce et du niveau d'encombrement) dont vous allez vous débarrasser tout de suite. Pas de réflexion ou d'hésitation : c'est à jeter ou à donner. Evacuez le contenu dans la semaine et répétez l'opération jusqu'à ne plus avoir que des objets qui demandent un peu de réflexion quant à leur sort.
- Vous voulez **voir rapidement un résultat** ? Commencez par les endroits les plus visibles :
    - les plans de travail : celui de la cuisine, du bureau, la table de salle à manger…
    - les pièces où vous passez le plus de temps
    - l'entrée car c'est la première chose que vous voyez en rentrant

Qu'est-ce qu'on garde ? Qu'est-ce qui part ?

On cesse de se laisser submerger par les objets et on reprend le contrôle : on garde ce qui nous est utile mais aussi ce qu'on aime vraiment et qui nous fait du bien.

On s’en débarrasse, c’est sûr !

- **Ce qu'on n'utilise (plus) jamais ou ne nous plaît plus**. Typiquement les vêtements et jouets d'enfants devenus grands, d’anciens syllabus de cours, des vêtements qui ont rétréci, l’équipement d’un sport qu’on ne pratique plus, etc.
- **Ce qu'on n'aurait jamais dû acheter ou recevoir.** Par exemple les achats impulsifs, une babiole souvenir mais on ne sait même plus d’où, des cadeaux qu’on n’aime pas…

Concernant les cadeaux : on se rappelle qu’ils nous appartiennent. On peut donc en faire ce qu’on veut. La politesse, c’est parfois très encombrant…

Quand on hésite

Quelques questions à se poser pour trancher :

- Cet objet me plaît-il ? Est-ce que le voir ou l’utiliser me procure de la joie ?
- Qu’est-ce que ça m’apporte d’avoir cet objet ?
- Est-ce qu’il me manquerait ou je le remplacerais si ma maison brûlait ?
- Est-ce que cet objet me simplifie la vie ?
- L’ai-je utilisé il y a moins d’un an ? Si je m’en sers peu, pourrais-je plutôt le louer ou l’emprunter quand j’en ai besoin ?
- Ai-je plusieurs exemplaires de cet objet ?
- Puis-je remplacer plusieurs appareils par un seul multi-fonctions ?
- De quoi ai-je peur si je m’en débarrasse ? Comment pourrais-je soulager cette crainte ?

Concernant les objets de famille qu’on garde même si on ne les aime pas et qu’ils ne nous conviennent pas : n’y aurait-il pas une meilleure façon de se souvenir de la personne aimée ou d’honorer ses ancêtres ? Les souvenirs se gardent dans les mémoires, pas dans les choses. Une idée si on a du mal à se défaire d’un objet : le prendre en photo pour en garder une trace. L’offrir ou le donner en seconde main peuvent aussi contribuer à donner un sens. Une autre personne qui apprécie l’objet va pouvoir en profiter et lui offrir une nouvelle vie.

ASTUCE : la boîte à sursis. On n’a pas utilisé un objet depuis un an mais on hésite à le jeter ? On avait oublié son existence mais on se dit que maintenant qu’on l’a retrouvé, on va l’utiliser ? Alors on le dépose dans la boîte à sursis et on indique la date du jour (sur le carton, sur une étiquette collée à l’objet…). Si un an plus tard, on ne l’a toujours pas sorti de la boîte, cette fois pas de remord : on s’en débarrasse.

S’équiper pour trier

Que l’on trie en une fois ou par petits morceaux, le matériel est le même :

- **une caisse « à ranger »**. On y met ce qu’on garde et qui doit trouver une (nouvelle) place.
- **une caisse « à donner »**. On évacuera rapidement son contenu via un magasin d’économie sociale, une donnerie, en l’offrant à quelqu’un…
- **une caisse « à vendre »**. Plusieurs options pour la vider : la vente en ligne, les

magasins de dépôts-ventes, les brocantes, certains groupes Facebook…
- **une caisse « j'hésite »**. On essaye qu'elle reste vide. Pour trier, voir les questions du chapitre précédent.
- **une caisse « à jeter »**. Elle accueille tout ce peut être **recyclé** ou qui doit être jeté dans une filière particulière : flacons et bidons (PMC), produits dangereux (petits déchets chimiques des ménages », piles, petits électroménagers hors d'usage et non réparables… Liste complète ici.
- **un sac poubelle**. Pour tout ce qui est à jeter mais n'est pas recyclable.

Lire aussi : Trier, revendre, jeter… Comment désencombrer sa maison ?

Entretenir

Ça y est, on en voit le bout ! Maintenant, il s'agit de garder la maison dans cet état.

- **On transforme les 15 minutes de rangement quotidiennes en 5 minutes d'entretien**. C'est plus facile de garder l'habitude si on fixe un moment : en rentrant du travail, après le souper, avec les enfants avant de les mettre au lit (et comme ça on les associe !). On garde le chrono pour se motiver.
- **On trouve une petite place pour une boîte « à donner »** et on l'y laisse en permanence. Quand on tombe sur quelque chose qu'on ne veut plus, on le met directement dans la boîte. Ça évite le fameux « il faudrait que je donne ça » suivi d'un rangement distrait de l'objet dans un coin vite oublié. Une fois la boîte pleine, on l'apporte au lieu de don le plus proche.

Et surtout **on s'interroge avant un nouvel achat**. Est-il vraiment utile ? S'il rentre, est-ce le signe que quelque chose devrait sortir ?

---

[1] Marie Kondo (site en anglais). Son livre phare : « La magie du rangement ».

[2] FlyLady.net (site en anglais)

Des réponses personnalisées à vos questions : 081 730 730 | info@ecoconso.be | www.ecoconso.be

Source URL: *https://ecoconso.be/content/desencombrer-sa-maison-comment-s-y-prendre*