



# Le Home organising

*Vous cherchez tout le temps vos clés ? Vous perdez sans cesse votre smartphone ? Vous devez vider la moitié de votre armoire pour trouver ce que vous cherchez ? Votre dressing est plein à craquer et vous n'y voyez plus rien ? C'est le moment d'appliquer quelques concepts du Home organising !*

**L**e Home organising, encore appelé coaching domestique, est un concept venu tout droit du continent nord-américain. Le principe est simple : trier, ranger, nettoyer son environnement et s'organiser au quotidien pour générer plus de temps libre de qualité. Le home organiser est la personne de confiance qui vous aidera à y voir plus clair, à mettre en lumière certaines choses que vous n'aviez pas remarquées (ou pas voulu voir).

C'est la personne qui vous motivera si vous vous sentez dépassé-e avant même d'avoir commencé à remettre de l'ordre dans votre maison et votre vie. Le home organiser ne prend jamais de décision à votre place, il vous suggère et vous guide vers un quotidien plus serein et propice à l'épanouissement.

**« Tout est porteur d'une mémoire dont parfois la personne, inconsciemment, ne veut pas se débarrasser »**

## Gagner du temps

### Pour gagner du temps, 3 conseils :

- **Fuyez la perfection.** La perfection n'existe pas. Il y a autant de définitions de la perfection qu'il y a d'individus. Rechercher la perfection est aussi un moyen de retarder la mise en action concrète.
- **Optez pour la simplicité.** « Less is more », autrement dit vivre mieux avec beaucoup moins.
- **Définissez vos priorités.** Donnez la priorité aux choses importantes ET urgentes pour VOUS. Souvent cette étape est biaisée par le sentiment de culpabilité qui peut vous envahir si vous êtes une personne généreuse.

## Le tri

Le tri est LA clé d'une vie plus sereine et illustre bien l'adage « faire le ménage dans sa maison, faire le ménage dans sa tête ».

Trier régulièrement est nécessaire mais cela l'est encore plus en cas de **syndrome du collectionneur** : tout est conservé en vrac en souvenir d'un moment ou d'une personne. Les photos, le courrier, les cadeaux, les vêtements, les magazines, la vaisselle dépareillée ou ébréchée, les outils en double voire en triple, les bibelots recollés...

Tout est porteur d'une mémoire dont la personne, inconsciemment, ne veut pas se débarrasser. Au quotidien, cela se traduira par un désordre excessif qui peut parfois mener au capharnaüm et donc le sentiment de ne plus rien contrôler. Le cercle vicieux s'installe alors.

## Petit rituel de tri

Choisissez un thème (ex. la vaisselle et ustensiles de cuisine). Faites le tour de toutes vos armoires et sortez tout.



Commencez par repérer les doubles (2 ouvre-bouteilles, 2 casse-noix...), mettez de côté. Ensuite, repérez la vaisselle ébréchée ou les ustensiles cassés, mettez de côté. Repérez alors la vaisselle offerte en cadeau jamais utilisée, mettez de côté.

À ce stade, ne devraient subsister que les choses que vous utilisez régulièrement. Posez-vous alors la question de ce que vous n'aimez pas ou qui génère éventuellement un mauvais souvenir, mettez de côté.

Ce qui reste représente encore probablement trop par rapport à ce que vous avez réellement besoin mais vous avez déjà fait un sérieux dégrossissage !

Débarrassez-vous des objets mis de côté. Si cela est trop difficile pour vous, vous pouvez choisir de les stocker dans une grande caisse au grenier. Donnez un titre et une date à cette caisse. Si dans 1 an vous n'avez pas ouvert cette caisse, vous vous rendrez compte par vous-même que rien ne vous a manqué dans cette caisse et vous pourrez alors vous en débarrasser plus facilement.

## Apprendre à déléguer

Aller au boulot, faire les courses, préparer le repas, ranger les jouets, faire la lessive, s'occuper des enfants, s'occuper des parents... Une journée dure 24 heures et vous n'êtes pas super-wo-man ! Apprenez à vous faire aider, osez demander !

Ayez à l'esprit que, parfois, vous devrez insister pour obtenir cette aide qui constitue un changement pour les autres puisque vous vous êtes occupé-e de cela jusqu'à présent...

Ceci ne représente que quelques pistes du Home organising mais elles vous seront d'une aide précieuse pour le rituel du grand ménage de printemps !



**Valérie Canonne**  
Conseillère Feng Shui &  
Home organising  
Formation en Décoration  
consciente le 06 mai à Genappe  
[www.equilibrenaturel.be](http://www.equilibrenaturel.be)