



Ranger, C'EST D'ABORD VIDER !

Qu'on se le dise : les multiples objets accumulés au fil des années envahissent nos maisons, mais aussi nos esprits. Pour se libérer ? Place au désencombrement.

KARELL ROBERT

Une tasse ébréchée, une veste trop ajustée ou encore un vieux billet d'avion... Vous avez tendance à tout garder ? Résultat : votre intérieur croule sous une multitude d'objets sans grande utilité. « Plusieurs profils de personnes sont concernés par cette difficulté à trier, vider, recycler leur intérieur, décrypte Élodie Wéry, initiatrice du home organising (coaching en rangement) en Belgique. *Le sentimental, par exemple, a un profond attachement au passé. Il confond l'objet et la personne ou le souvenir que celui-ci lui rappelle. L'angoissé, quant à lui, craint le futur et le manque possible. Il conserve ainsi un tas d'objets, au cas où...* »



passions et à ses proches. « Une maison ordonnée entraîne par ailleurs moins de conflits, moins de stress, moins de contrariété », ajoute Élodie Wéry. En résumé ? Notre société de (sur)consommation actuelle a décidément tout faux : mieux vaudrait prôner le moins que le trop-plein.

De l'ordre dans sa tête

Mais le concept du désencombrement va plus loin. Vider sa maison, c'est aussi faire le tri dans ses idées, remettre de l'ordre dans sa tête. « Au même titre que le sport, la méditation ou une séance chez le psy, le rangement est une forme d'introspection. En se concentrant sur sa tâche, l'esprit s'évade. » Autrement dit, on prend le temps de réfléchir, on se remet en question, on pose de vrais actes citoyens (« comment acheter moins ? », « que faire de mes déchets ? ») et au final, on arrive à porter un regard nouveau sur son intérieur, mais aussi sur soi. « Désencombrer sa maison permet de se recentrer sur l'essentiel, c'est-à-dire ses aspirations profondes. Cet acte – qui n'a rien d'anodin – modifie véritablement l'état d'esprit et est souvent un déclencheur de changement. Au propre comme au figuré, on se libère d'un poids et on fait enfin de la place pour son couple, ses enfants, ses projets. » Alors, on range ?

Less is more

Et pourtant, à en croire les adeptes – toujours plus nombreux – du désencombrement, les bénéfices d'un intérieur allégé seraient multiples. Se débarrasser du superflu permettrait de gagner de l'espace certes, mais aussi du temps, de l'énergie et de la sérénité. Car oui, tout bien réfléchi : moins d'objets dans la maison signifie moins de choses à ranger, à nettoyer, à laver, à cirer, à entretenir. Et donc, plus de moments à consacrer à ses

Par où COMMENCER ?

Bibelots qui s'accumulent, papperasse qui s'entasse, placards qui débordent... Vous ne savez par où commencer le grand tri ? « *Attaquez-vous d'abord à de petites zones : une pièce, une armoire, voire un tiroir* », recommande l'homme organisateur Élodie Wéry. Votre maison ne va pas se ranger en un jour. Pour éviter de vous brûler les ailes, mieux vaut donc décomposer votre objectif en sous-objectifs. Cette façon de procéder est aussi idéale pour vous mettre le pied à l'étrier dès aujourd'hui – un après-midi par-ci, une heure par-là – et non en attendant d'avoir deux longues semaines devant vous (inutile de reculer l'échéance, ça n'arrivera pas !). « *Pour vous libérer plus rapidement et vous motiver pour la suite, une bonne idée consiste aussi à traiter d'abord l'endroit qui vous insupporte*



le plus. » Un exemple ? Si votre grenier s'assimile à un souk, mais que c'est votre entrée – son amas de cartables et de chaussures à enjamber – qui vous hérissent le poil, débutez par là. « *Enfin, commencez toujours par*

vous désencombrer d'objets usuels qui ne sont pas émotionnellement connotés. » Pas de doute : il sera plus facile de trier d'abord vos produits d'entretien que vos photos de famille !



La photo POUR DÉCLIC

Une autre astuce de pro ? « *Avant d'entamer le grand tri, réalisez un petit reportage photo de votre intérieur en immortalisant les quatre angles de chaque pièce* », suggère Élodie Wéry. Passez ensuite en revue l'ensemble de ces photos et notez tout ce qui vous choque ou vous saute aux yeux. « *Les photos ont ce don de mettre significative-*

ment en avant tout ce que l'on ne voit plus au quotidien : le bazar entreposé au-dessus des armoires de la cuisine, un tas de vêtements dans un coin de la chambre, un coin rempli de jouets multicolores dans le salon... » Autant d'agressions visuelles qui vous permettront de mieux cerner les points faibles de votre habitation et d'obtenir ainsi le début d'une to-do list.

Prochain menu
mercredi 9 novembre 19h30 précises
35€ - 8 vins à déguster

Gibier

- ↳ Terrine de chevreuil aux aïnelles
- ↳ Soupe de potirons à la ciboulette
- ↳ Feuilleté de faisan aux champignons des bois
- ↳ Gigue de biche, purée de légumes et sauce poivrade
- ↳ Gâteau au chocolat



Situé à
10' de ATH
PARKING
AISÉ



Le Car-Table

Restaurant - Traiteur

Rue Chef-Lieu, 23

7830 Hellebecq (Silly)

RÉSERVATION OBLIGATOIRE

T. 068 552 510

G. 0499 310 960

Suggestions carte de gibier

- Filet de perdreaux aux chicons 24€
- Civet de biche à l'ancienne 20€
- Filet pur de biche grand veneur 26€

Les champignons des bois sont de retour

Voir sur www.restolecartable.net et sur Facebook [lecartable](https://www.facebook.com/lecartable)

Prochainement nos suggestions et menus de fin d'année et service traiteur

En décembre et janvier le restaurant fêtera ses 10 ans... Qu'on se le dise ...

www.restolecartable.net

ON A TESTÉ...

la méthode des 5 caisses

Éliminer le superflu et réorganiser l'espace pour gagner en efficacité et en sérénité ? Je suis volontaire. Premier défi : l'armoire à jouets des enfants. Même pas peur...

KARELL ROBERT

Vous êtes-vous déjà retrouvé devant un meuble, plein d'optimisme et bien décidé à le trier, mais ne sachant absolument pas par où commencer ? Alors, vous connaissez exactement le sentiment d'impuissance que je ressens devant l'armoire à jouets des enfants ! À l'intérieur : un fameux bazar où s'entremêlent joyeusement jeux de société, poupées, Lego, petites voitures et autres ustensiles de dînette. C'est simple, il nous faut chaque jour un peu plus pousser sur les portes pour réussir à les fermer, ni vu ni connu.

Le principe de la méthode

Bref, je suis évidemment partante pour tester la fameuse – et pourtant simplissime – méthode des cinq caisses prônée par tous les fervents défenseurs du home organising. Concrètement ? Pour trier un meuble, il suffit d'en sortir tout le contenu et de répartir ensuite chaque objet dans cinq grandes caisses : à garder, à jeter, à donner, à vendre, à stocker ailleurs. Bien sûr, pour éviter d'entreposer provisoirement – c'est-à-dire ad vitam aeternam – ces caisses dans un coin de la pièce, il s'agit ensuite d'être le plus concret possible en visualisant à qui donner (amie, sœur, associations...), par quel biais vendre (bourse, eBay...) ou quand aller au parc à conteneurs.

Allez, c'est parti. Je vide tout par terre... ce qui s'avère un brin effrayant. Faites que personne ne vienne sonner

à la porte ! Pour tout vous dire, la tâche n'est pas si aisée et chaque objet pris en main entraîne la prise d'une vraie décision.

Le bal des sentiments

Que ce soit le petit train en bois, la Barbie à qui il manque un bras ou la valisette de docteur, ils ont (presque) tous une histoire. Mais bon, faut savoir ce que l'on veut... Les enfants ne rede-

viendront pas petits et me débarrasser des jouets cassés, incomplets ou avec lesquels ils ne jouent plus n'effacera pas tous les bons souvenirs. Je me décide donc à vendre les déguisements trop étroits et les puzzles trop faciles au prochain vide-greniers, j'évacue à l'étage quelques jeux à garder pour ma nièce plus jeune.

Quant aux Playmobil qui attendent depuis deux ans le retour éventuel de leur tête : hop, à la poubelle ! Enfin, après quatre heures de dur labeur, chaque objet a trouvé sa place.

**Un bilan euphorique**

Honnêtement, le soir même, je suis épuisée... Mais à chaque fois que je passe devant l'armoire en question, je me sens bien, libérée, légère. Même les enfants y trouvent leur compte : fini les fouilles archéologiques à la recherche de LA pièce manquante. Il ne me reste plus qu'à appliquer la méthode au buffet du hall d'entrée !

Astuces DE LECTEURS

Vous n'arrivez pas à faire le tri ? Pour vous aider à désencombrer votre intérieur, quatre lecteurs nous confient leur « petit truc »... À piquer sans vergogne !



Numériser

« Avec deux enfants en âge scolaire, notre maison est une vraie usine à dessins et bricolages en tout genre (la boîte de conserve transformée en joli poussin à Pâques, ça vous parle ?). Le problème, c'est qu'il m'était jusqu'ici impossible de jeter ces souvenirs. J'avais l'impression de trahir mes loulous... Une amie m'a pourtant donné une super-idée pour me défaire de certaines œuvres d'art sans (trop) culpabiliser : il suffit de les photographier et d'en faire ensuite un livre photo à l'aide d'un logiciel en ligne. Non seulement le résultat est bluffant, mais il s'abîmera aussi beaucoup moins vite que les dessins originaux ! »
(Magali, 32 ans)



Traquer les doublons

« En juillet dernier, nous avons décidé de repartir en camping. Le hic ? Impossible de remettre la main sur la pompe de ce satané matelas gonflable. À deux doigts d'aller en acheter une nouvelle, je l'ai finalement retrouvée dans la commode des enfants... et dans un recoin de la buanderie. Oui, j'avais en réalité deux pompes et je ne le savais même pas ! Morale de l'histoire ? Pour éviter les doublons qui encombrant la maison, on essaie de regrouper tous les objets d'une même nature au même endroit. Le matériel de camping (sacs de couchage, lampe de poche, réchaud...) est désormais rassemblé dans une grande caisse. »
(Thibault, 43 ans)



Oser dire non

« Avant, j'étais un peu la bonne poire... Autrement dit celle à qui on refile tout ce que l'on ne sait plus où mettre chez soi. Un exemple ? En déménageant il y a quelques années, ma belle-mère a insisté pour nous offrir le service en argent de son mariage (complètement démodé à mes yeux) et un vieux canapé défraîchi sous prétexte que son fils adorait sauter dessus quand il était petit. Mais ça, c'est fini... Arrivée à la quarantaine, j'ai décidé de contrôler ce qui entrait dans ma maison. Désormais, je reste polie, mais ferme : oui, votre commode Louis XV est très jolie, mais malheureusement trop encombrante pour notre salon ! »
(Viviane, 45 ans)



Faire des heureux

« Au fil des années, j'ai eu la (ma)chance de recevoir – et donc d'accumuler – un tas de choses aussi futiles qu'inutiles. Par exemple ? Le sac de plage offert à l'achat de deux crèmes solaires ou encore le magnifique petit chat en porcelaine gagné à la tombola du quartier. Le problème, c'est que je n'arrive pas à jeter ces objets puisqu'ils sont moches, mais en parfait état... J'ai donc trouvé LA solution le mois dernier en participant à une brocante. À chaque vente, j'ai offert une de ces petites babioles en cadeau. D'une pierre deux coups, je m'en suis débarrassée et les gens étaient ravis de recevoir un truc gratuit. »
(Carine, 54 ans)

- Art de la table
- Article de ménage



- Décoration
- Petits électroménagers



EDDY DESPRETZ

Route de Lessines, 220 - 7822 ISIÈRES

☎ 068/28 18 42

www.despretz.be

Ouvert du mardi au vendredi
de 9h à 12h et de 13h30 à 18h30
Samedi de 9h à 12h et de 13h30 à 18h

