



## Semaine des « p'tits défis »

### Lundi : les produits d'entretien

Rassemblez en un seul endroit tous vos produits d'entretien (la cuisine, le garage, le cellier, la buanderie, les serpillères, les chiffons...).

Prenez une photo. Puis commencez le tri. Mettre de côté tout ce qui est à jeter ou à donner. Et rangez au même endroit tous les produits que vous gardez. L'endroit le plus judicieux est sous l'évier avec une bonne sécurisation pour les enfants. Pour le linge, près de la machine à laver. Cela vous permettra d'avoir toujours une vue d'ensemble, et cela, afin d'éviter les « gros » stocks inutiles.

### Mardi : les produits d'hygiène

Rassemblez en un seul endroit tous vos produits d'hygiène (la salle de bain, la crème sur la table de nuit, le stick à lèvres dans le sac à main...).

Prenez une photo. Puis commencez le tri. Pensez à regarder le petit logo où la date de conservation est inscrite. Le maquillage qui a déjà été utilisé se jette. Mettre de côté tout ce qui est à jeter ou à donner. Rassemblez les produits par catégorie (shampoings, brosses à dents...). Mettre la réserve à part et les produits utilisés quotidiennement à proximité.

### Mercredi : le linge de maison

Rassemblez en un seul endroit tout votre linge de maison (les draps de toutes les chambres, les serviettes de toilette, les torchons, les nappes, les couettes, les plaids, les oreillers...).

Prenez une photo. Puis commencez le tri. Il est conseillé de garder 2 parures de draps, 1 ou 2 coussins et 1 couette par lit. Mettre de côté tout ce qui est à jeter ou à donner.

### Jeudi : les médicaments

Rassemblez en un seul endroit tous vos médicaments (les boîtes de cachets qui sont dans les sacs à main, dans la table de nuit, votre pharmacie, le tiroir de la cuisine...).

Prenez une photo. Puis commencez le tri. Jetez tous les médicaments périmés, ouverts depuis trop longtemps, les médicaments que vous avez eu pour un traitement spécifique (antibiotiques par exemple). Jetez au tri les emballages en carton et les notices puis rapportez vos médicaments à la pharmacie.

## Vendredi : les papiers (non administratifs !)

Rassemblez en un seul endroit tous vos papiers, qui ne sont pas de l'administratif ! (Les publicités, flyers, cartes de visites, bons de réduction, cours et formations, magazines et journaux, recettes de cuisine, dessins d'enfants, documents d'information de l'école, de la ville... les invitations et les faire-part, anciennes to-do list, agendas et carnets de notes, guides de voyage et cartes, modes d'emploi et garanties...).

Prenez une photo. Puis commencez le tri. Gardez seulement ce qui vous sert réellement aujourd'hui, ce qui vous fait envie aujourd'hui. Et le reste au container de tri sélectif.

## Samedi : déchetterie

Aujourd'hui, rassemblez tous les produits d'entretien et d'hygiène que vous avez triés pour les emmener à la déchetterie. Déposez les médicaments triés (sans emballage ni notice) à votre pharmacie. Rendez vous dans une association ou aux bornes à vêtements pour y mettre votre linge de maison. Vous débarrassez votre maison de tous ce que vous avez décidé de jeter, recycler, donner...

## Dimanche : on savoure...

Vous pouvez être fier(e) de vous : vous vous êtes enfin allégé(e) !

Aujourd'hui, savourez votre nouveau chez vous, qui est plus simple, plus épuré, en accord avec vous-même.

Vous voilà prêt(e) pour entamer une nouvelle façon de vous organiser et de consommer.

Quel beau challenge !

La seule chose dont vous aviez besoin, c'était de la motivation.

Et un tri en entraînant un autre... à vous les autres catégories : les vêtements, les chaussures, les sacs, la décoration, les livres, les photos, le matériel de sport, le matériel créatif, les « objets » sentimentaux, les papiers administratifs...

« A cœur vaillant, rien d'impossible ! »