



IDÉE D'ACTIVITÉ

Semaine du : **lundi 6 avril**

au vendredi 10 avril

2020

TEM (16 à 18 ans)

PLUS (16 à 18 ans)

TITRE DE L'ACTIVITÉ : ranger et trier sa chambre

Consigne / Descriptif :

Bonjour les jeunes !

Nous voilà contraint de rester quelques temps à la maison. Alors pourquoi pas en profiter pour faire un peu de tris et de rangement. En effet, l'idée ne semble pas des plus séduisante au premier abord, mais une fois rangée, vous vous sentirez plus à l'aise et vous risquez de trouver quelques trésors : mais oui, ce petit mot rigolo, ce pull que vous portiez il y a longtemps, ce cadeau oublié, etc. ☺ Et quitte à rester à la maison, autant s'occuper avec une activité utile ! Et évidemment que ranger sa chambre ne signifie pas : cacher tes affaires sous ton lit et fourrer tes vêtements en vrac dans n'importe quel tiroir !

Donc voilà une marche à suivre qui pourra certainement vous aider.

- 1. Sortez toutes vos affaires et mettez-les par terre ou sur votre lit. Choisissez d'abord par quoi vous commencez : le bureau, l'armoire, l'étagère, la bibliothèque ou même sous le lit. Peu importe, vous aurez le temps de tout faire.**

Ça peut sembler le grand bazar au début, mais pour tout réorganiser vous devez passer par là et surtout ne pas vous arrêter à cette étape-là ! Vous pouvez mettre de la musique si cela vous aide et vous encourage.

2. Trier les affaires

Avant de commencer, préparez des cartons avec écrit dessus ce que vous voulez faire de vos affaires. Vous pouvez aussi utiliser des bacs ou boîtes en plastique, mais les cartons sont plus pratiques, car vous pourrez juste les jeter quand vous n'en aurez plus besoin. Voilà comment les différencier :

- « À garder ». Ce sont les affaires que vous utilisez tous les jours ou très souvent. Si vous vous en êtes servi dans les deux trois derniers mois, vous devriez les garder.
- « À stocker ». Ce sont les affaires que vous n'arrivez pas à jeter, qui ont une valeur sentimentale, mais que vous n'utilisez jamais. Vous pouvez aussi ranger ailleurs les vêtements d'une saison à l'autre par exemple ceux de l'hiver si c'est l'été ou le contraire.
- « À donner ou vendre ». Ce sont les affaires qui peuvent servir à quelqu'un ou être vendues, mais dont vous ne vous servez plus. Par exemple, vous pouvez donner ce joli pull qui ne vous va plus ou vendre ce vieux jeu que vous n'utilisez plus.
- « À jeter ». Ce sont les affaires dont vous ne vous servez plus et dont personne ne voudrait. Mettez-les à la poubelle si vous les avez oubliées, ou si vous ne savez plus à quel moment vous vous en êtes servi pour la dernière fois.

- 3. Essayez de vous débarrasser d'autant de choses que possible.**

C'est une étape importante. Même si vous avez envie de tout mettre dans la boîte « à garder » ou « à stocker », ça ne vous aidera pas à tout ranger. Vous devez vraiment identifier ce dont vous avez vraiment besoin. Et moins vous aurez d'affaires, plus il sera facile de ranger.

Essayez la règle des 20 secondes. Si vous passez plus de 20 secondes à regarder quelque chose en vous demandant si vous allez vous en servir, la réponse est non. Pour les habits, si cela fait plus d'une année que vous ne l'avez pas porté, il y a peu de chance que vous le remettiez. Exception faite pour les habits de soirée où les occasions de les porter sont plus rares.

Si vous avez quelque chose dont vous n'avez pas besoin, mais avez du mal à vous en séparer, donnez-le à un ami ou à un membre de votre famille, vous vous sentirez mieux.

4. Ranger vos affaires que vous voulez garder.

Avant de ranger pensez à donner un coup de chiffon pour laver et enlever la poussière.

Pour l'armoire :

Vous pouvez ranger vos habits par couleur, par saison ou toute autre organisation qui vous parle. Essayez de les ranger par type de vêtement (robes, pantalons, etc.) et essayer de suspendre un maximum d'habits. Cela libèrera de la place sur vos étagères.

Pour le bureau :

Trouvez une place pour chaque chose pour éviter qu'il soit en désordre à l'avenir. Voilà comment procéder :

- Placez vos ciseaux, agrafeuse, scotch, etc. sur un coin de votre bureau ou dans votre tiroir du haut. Ils doivent être facilement accessibles puisque vous les utilisez souvent. Essayez de toujours les remettre sur votre bureau après les avoir utilisés pour ne pas les perdre.
- Placez vos stylos et crayons dans un pot. Ainsi vous ne passerez plus 15 minutes à chercher un stylo. Vérifiez qu'ils fonctionnent tous et jetez ceux qui n'écrivent plus.
- Créez un système de rangement pour vos papiers. Utilisez des pochettes ou plusieurs tiroirs pour les différencier.
- Ne chargez pas trop le dessus de votre bureau avec des photos ou décorations. Cela agrandira votre espace pour travailler.

5. Rangez le reste de votre chambre.

Une fois votre placard, armoire et bureau faits, votre chambre devrait paraître moins encombrée. Mais pour qu'elle soit impeccable, il y a encore d'autres choses à faire :

- Faites votre lit. Avoir une chambre rangée consiste à remettre chaque chose à sa place, c'est aussi valable pour votre duvet et vos oreillers. S'il y a beaucoup de peluches et de coussins sur votre lit au point que vous avez à peine la place d'y dormir, il est temps de vous en débarrasser d'une partie en les stockant ou les jetant.
- Attention aussi à ne pas avoir trop de choses collées au mur. C'est bien d'avoir quelques jolis posters ou tableaux, voire même un calendrier pour organiser votre emploi du temps, mais jetez vos vieux posters, photos déchirées, ou autres papiers collés au mur, pour que votre chambre paraisse moins encombrée.
- Rangez tout autre meuble se trouvant dans votre chambre. Si vous avez une table de nuit, des étagères, etc., veillez à ce qu'elles soient aussi bien rangées que le reste de votre chambre.
- Remettez chaque chose à sa place et s'il reste encore d'autres affaires qui traînent, trouvez-leur une place.

6. Nettoyez votre chambre nouvellement rangée

Nettoyez le sol. Maintenant que vos affaires sont rangées, votre sol est dégagé. Prenez le temps de le nettoyer, vous ne vous sentirez pas bien si votre chambre n'est pas propre. Faites la poussière sur vos meubles. Prenez un chiffon et essuyez votre bureau, votre table de nuit, etc. pour enlever la poussière qui s'était entassée petit à petit. Faites-le au moins une fois par semaine. Forcez-vous à garder votre chambre rangée et propre. Vous ne voulez pas que tout votre travail ait été fait pour rien en remettant le désordre en une semaine.

Voilà comment procéder pour garder votre chambre rangée à l'avenir.

- Passez au moins 5 à 10 minutes chaque soir pour ranger votre chambre avant d'aller vous coucher. Maintenant que tout a une place précise, il faut remettre chaque chose à sa place.
- Passez au moins 5 à 10 minutes chaque jour pour nettoyer votre chambre. Sortez la poubelle, débarrassez-vous des papiers inutiles. Portez vos assiettes et verres à la cuisine si vous avez mangé dans votre chambre.

Voilà, maintenant que vous savez comment faire, il ne reste plus qu'à se motiver ! ☺ Je vous garantis que vos parents seront ravis et vous serez fière de vous quand cela sera fini !

Alors au travail, restez à la maison et prenez soin de vous et de vos espaces. A bientôt et au plaisir de vous revoir !

Remarques :

Vous pouvez ensuite nous envoyer une photo de votre chambre parfaitement rangée par mail (le mien : catia.antunes@verdeil.ch) ou sur le natel des formateurs dont vous avez le numéro. Je me réjouis de voir tout ça !

Et rien de vous empêche ensuite de vous attaquer au reste de la maison ! ☺

Pour aller plus loin (références et liens) :

Si vous ne savez pas comment plier vos habits, allez jeter un œil sur le net en tapant : « méthode KonMari, plier ses vêtements ». C'est une méthode qui permet de gagner pas mal de place.

Mais en cherchant un peu sur le net sous la rubrique plier ses habits vous trouverez certainement d'autres pépites !