

SOS rangement : faites appel à une professionnelle !

Mardi 8 janvier 2019



Un déménagement précipité, un garage qui déborde, une maison à vider... et c'est l'overdose ! Submergés par les papiers, étouffés par les objets, on ne sait plus par où commencer. Bonne nouvelle : on peut désormais appeler à la rescousse une professionnelle de l'organisation d'intérieur. Sa mission : vous apprendre à jeter pour faire le vide dans votre intérieur... et dans votre tête aussi !

Pour Sophie Ehrhardt, l'organisation est une seconde nature ! Dans son entourage professionnel aussi bien que personnel, elle a toujours aimé ranger, trier, organiser : une façon pour elle de rendre service et d'apporter du bien-être. "Nous ne sommes pas tous égaux face au rangement. Pour certains, c'est une corvée. Pour moi, c'est naturel". Après avoir suivi une formation auprès de Diane Ballonad Roland, auteur de nombreux livres sur la gestion du temps et l'équilibre de vie, elle a décidé de créer sa société Ordolys.

Coach en rangement

Sophie se déplace à domicile pour écouter les besoins et faire un état des lieux de la situation. Commence alors un vrai travail de psychologie qui lui permet de comprendre les motivations, les freins psychologiques et les objectifs de chacun. Véritable coach en rangement, elle propose aux têtes en l'air et aux bordéliques, un service sur mesure (facturé à l'heure) puis éventuellement un accompagnement régulier. Néanmoins, Sophie insiste sur le fait que cette décision doit être collective : "S'engager dans cette démarche nécessite l'adhésion de toute la famille, y compris des enfants".



Garder, ranger, jeter ou vendre...

C'est le moment d'ouvrir les placards... Bien évidemment, qui dit rangement, dit tri ! Sophie se veut rassurante : "On ne jette pas tout ! Pour faciliter la séparation, on peut donner des vêtements à des associations et ainsi leur donner une deuxième vie. On peut aussi choisir de mettre en valeur un objet auquel on tient particulièrement."

En dehors des objets, Sophie s'attache également au classement des documents administratifs. En fonction de la durée légale de conservation, ils seront triés par catégorie (maison, école, santé, travail...) ou jetés. Elle accompagne également des personnes qui travaillent à domicile et doivent réorganiser leur espace de vie, parfois transformer leur salon en bureau.

<https://www.happytouraine.com/ranger-sa-maison-pour-se-sentir-mieux/>

La magie du rangement

En se débarrassant au maximum du superflu, on gagne d'abord de la place. Ensuite, Sophie assure que le rangement est la clef de l'efficacité : "Quand tout est rangé à sa place, forcément on gagne du temps, on ne s'énerve plus à chercher ses clefs". Enfin, désencombrer les lieux permet de faire le vide dans sa tête et développer une plus grande sérénité dans son espace de vie. Selon Sophie, "une maison bien rangée libère la créativité et l'inspiration" !

Quelques astuces pour commencer

- Avant de ranger les décorations de Noël, on se débarrasse directement de celles qui ne nous plaisent plus ou qui ne fonctionnent pas.
- Trier les jouets qui peuvent être donnés à des associations,
- Garder à portée de main uniquement les objets utilisés fréquemment,
- Installer des étagères peu profondes et ordonner sur une seule rangée : on ne va jamais voir ce qui se cache en 2ème, voire 3ème position !
- Éviter les " tiroirs à bricoles", les vide-poches avec les capuchons de stylos, les vis, les boutons, les clés orphelines....
- Installer un porte-manteau à la hauteur des enfants pour éviter les vêtements qui traînent par terre.

Pour en savoir plus...

Sophie Ehrhardt animera une conférence sur les bienfaits du rangement le 2 mars à l'hôtel Kyriad de Joué-lès-Tours dans le cadre du salon "Santé et Bien-être"

<https://www.facebook.com/Ordolys>