



Doucement vers le Printemps

MON CARNET DE
RANGEMENT ANTI-STRESS

Shabby Karen
harmonie au fil des saisons

Table des Matières

- 1. Semaine 1 : Entrée & Zone d'accueil**
- 2. Semaine 2 : Salon & Coin Lecture**
- 3. Semaine 3 : Cuisine & Garde-manger**
- 4. Semaine 4 : Chambres des enfants**
- 5. Semaine 5 : Chambre parentale & Dressing**
- 6. Semaine 6 : Salle de bain & Linge de maison**
- 7. Semaine 7 : Bureau, Papiers & Coin administratif**
- 8. Semaine 8 : Espaces extérieurs & Balcon**
- 9. Semaine 9 : Revue Générale & Finitions**
- Finalisation & Préparation au Printemps**

INTRODUCTION

Hello, c'est ShabbyKaren!

Souvent, on entend parler du “ménage de printemps” alors que le printemps pointe déjà le bout de son nez. À peine les premiers rayons de soleil apparaissent qu'on se sent submergé-e par l'idée de tout nettoyer et de tout trier en un temps record.

Cette année, je vous propose de changer de rythme : au lieu d'attendre le printemps pour vous lancer, pourquoi ne pas vous y mettre doucement, semaine après semaine, dès maintenant ? L'idée, c'est d'arriver à la nouvelle saison la tête légère et la maison déjà bien rangée. Comme ça, vous pourrez juste profiter des beaux jours sans cette charge mentale.

Je vous partage ici un planning détaillé, réparti sur plusieurs semaines, où l'on s'attaque à une zone ou un thème précis de la maison à chaque étape. On avance pas à pas, en douceur, pour transformer son intérieur sans se mettre la pression. Bonne lecture et bon rangement !



Shabby Karen

SEMAINE 1

Entrée & Zone d'accueil

**Désencombrer**

Commencez par retirer tout ce qui traîne dans l'entrée : chaussures devenues trop petites ou abîmées, vieux parapluies cassés, vestes hors-saison qu'on n'utilise plus. Décidez si vous devez jeter, donner, vendre ou stocker ailleurs.

Examinez aussi les petits objets qui s'accumulent : clés inconnues, piles usagées, courrier non trié.

**Organiser**

Prévoyez un meuble ou un rangement spécifique pour les chaussures (par personne, ou par type de chaussures). Créez un espace dédié où chacun peut accrocher son manteau pour éviter les amas.

Si l'espace est réduit, des crochets au mur ou un porte-parapluie peuvent être très pratiques.

**Personnaliser**

Une entrée dégagée donne tout de suite une impression de clarté et de sérénité. Vous pouvez poser une petite console pour y déposer le courrier entrant et éviter qu'il ne se disperse partout.

SEMAINE 2

Salon & Coin Lecture

**Préparer le terrain**

Commencez par retirer du salon tout ce qui n'y appartient pas (jouets, linge propre, sacs à dos oubliés). Déplacez temporairement ces objets dans un autre endroit pour y voir plus clair.

**Trier & Ranger**

Concentrez-vous d'abord sur les livres, magazines, journaux ou DVD. Décidez de ce que vous souhaitez garder, donner ou vendre. Rangez ensuite soigneusement ceux qui restent (par genre, par taille, ou par fréquence d'utilisation). Passez au canapé, aux coussins et plaids : secouez-les, pliez-les, et stockez ceux qui ne servent plus pour la saison en cours.

**Optimiser l'espace**

Vérifiez la table basse (ou le meuble télé) : retirez tout ce qui s'accumule (courrier, bibelots inutiles). Réservez un petit panier ou tiroir pour la télécommande, les câbles, etc., afin d'avoir un salon dégagé et agréable.

SEMAINE 3

Cuisine & Garde-manger

**Tri des denrées**

Ouvrez chaque placard et tiroir. Sortez tout ce qui s'y trouve. Regardez les dates de péremption et mettez de côté ce qui est périmé. Réunissez ensuite les produits à consommer rapidement et placez-les à l'avant des placards.

**Réorganisation**

Regroupez vos produits par catégories (pâtes, riz, conserves, sauces...) et, si possible, stockez-les dans des bocaux transparents (c'est plus visuel et pratique). Pour la vaisselle, conservez seulement ce dont vous avez vraiment besoin au quotidien. Le surplus ou la vaisselle « réservée aux grandes occasions » peut être stocké plus loin pour dégager de l'espace.

**Plan de travail**

Désencombrez le plan de travail : laissez-y uniquement les appareils et ustensiles que vous utilisez tous les jours. Tout ce qui sert peu (appareils à gaufres, robot volumineux, etc.) peut trouver sa place dans un placard ou un cellier.

SEMAINE 4

Chambres des enfants

**Vêtements**

Commencez par sortir tous les habits des placards et tiroirs. Triez ce qui est trop petit, abîmé ou plus de saison. Rangez les vêtements par catégorie (hauts, bas, sous-vêtements, pyjamas) pour aider les enfants à s'y retrouver. Si vous avez le temps, prévoyez un sac pour ceux qui sont en bon état mais ne vont plus : donnez-les à des associations ou vendez-les en seconde main.

**Jouets**

Mettez tous les jouets au même endroit. Vérifiez ceux qui sont cassés ou incomplets. Les jouets non utilisés depuis longtemps peuvent être donnés ou rangés s'ils ont une valeur sentimentale.

Rangez les jouets restants par "type" (puzzles, figurines, blocs de construction, etc.) afin que chaque catégorie ait son espace.

**Aménagement**

Si possible, libérez un coin pour les activités calmes (lecture, coloriage). Plus la chambre est organisée, plus l'enfant prend plaisir à y jouer et à la garder en ordre.

SEMAINE 5

Chambre Parentale & Dressing



Vêtements du quotidien

Sortez tout de votre penderie et de vos tiroirs. Sélectionnez vos vêtements de saison et placez-les à portée de main. Rangez hors de vue ce qui ne sert pas actuellement (vêtements d'été en plein hiver, par exemple).



Accessoires & Chaussures

Rassemblez tous les accessoires (bijoux, sacs, ceintures) au même endroit. Vérifiez lesquels vous aimez vraiment et lesquels vous ne portez plus. Donnez, vendez ou stockez le reste pour libérer de la place.

Faites de même pour les chaussures : gardez celles de saison à portée et mettez de côté ou donnez celles qui ne sont plus portées.



Organisation optimale

Classez vos vêtements par type (pantalons ensemble, t-shirts ensemble) ou par tenue complète, selon vos préférences. L'important est de faciliter votre routine matinale et de gagner du temps au quotidien.

SEMAINE 6

Salle de bain & Linge de maison



Produits de beauté & Hygiène

Videz vos placards et tiroirs de salle de bain. Vérifiez les dates de péremption sur vos produits. Jetez (ou recyclez) ce qui est trop vieux ou plus adapté à vos besoins. Regroupez les produits par usage (cheveux, visage, corps) pour vous y retrouver plus facilement.



Linge de maison

Rassemblez toutes vos serviettes, draps, gants de toilette, torchons. Vérifiez l'état de chaque pièce : celles qui sont trop usées peuvent servir de chiffons ou être recyclées. Rangez le linge en piles bien nettes pour gagner de la place.



Rangement

Privilégiez des boîtes ou paniers étiquetés si vous avez beaucoup de petits articles (pincettes à cheveux, coton-tiges, etc.). Moins il y a de fouillis, plus votre salle de bain restera agréable et facile à nettoyer.

SEMAINE 6

Salle de bain & Linge de maison

**Produits de beauté & Hygiène**

Videz vos placards et tiroirs de salle de bain. Vérifiez les dates de péremption sur vos produits. Jetez (ou recyclez) ce qui est trop vieux ou plus adapté à vos besoins. Regroupez les produits par usage (cheveux, visage, corps) pour vous y retrouver plus facilement.

**Linge de maison**

Rassemblez toutes vos serviettes, draps, gants de toilette, torchons. Vérifiez l'état de chaque pièce : celles qui sont trop usées peuvent servir de chiffons ou être recyclées. Rangez le linge en piles bien nettes pour gagner de la place.

**Rangement**

Privilégiez des boîtes ou paniers étiquetés si vous avez beaucoup de petits articles (pincettes à cheveux, coton-tiges, etc.). Moins il y a de fouillis, plus votre salle de bain restera agréable et facile à nettoyer.

SEMAINE 7

Bureau, Papiers & Coin administratif

**Tri des papiers**

Récupérez tous vos documents qui traînent (factures, relevés, papiers médicaux...). Regroupez-les par catégories : assurances, banque, impôts, etc. Classez-les dans des chemises ou des dossiers clairement étiquetés.

Faites la même chose côté numérique : triez vos e-mails, supprimez les courriers indésirables et archivez ce qui doit l'être.

**Organisation du bureau**

Videz les tiroirs et classez le contenu. Jetez (ou recyclez) stylos et marqueurs qui ne fonctionnent plus. Rangez câbles et chargeurs pour ne pas les laisser s'emmêler.

**Optimisation**

Placez à portée de main tout ce que vous utilisez souvent (carnet, agenda, stylos). Les objets moins utilisés peuvent être rangés dans un tiroir. L'objectif est d'avoir un espace de travail clair et accueillant.

SEMAINE 8

Espaces extérieurs & Balcon



Nettoyage général

Si vous avez un balcon ou un jardin, enlevez les feuilles mortes, nettoyez le sol, retirez les objets inutiles ou abîmés (vieilles jardinières, décorations hors d'usage).

Si la météo le permet, passez un coup de balai ou de serpillière sur le sol, nettoyez les vitres donnant sur l'extérieur.



Organisation & Rangement

Si vous avez des équipements de jardin ou de sport, faites le point : ce qui n'est plus utilisé peut être donné ou vendu, ce qui sert doit être rangé en fonction de la fréquence d'utilisation (à portée de main ou dans un lieu de stockage).



Préparation au printemps

Vous pouvez déjà prévoir vos semis ou vérifier l'état des plantes existantes. Cette remise en ordre vous permettra d'envisager plus facilement un petit potager ou un balcon fleuri lorsque la saison sera plus clémente.

SEMAINE 9

Revue Générale & Finitions



Check final

Faites un tour pièce par pièce et dressez une liste de ce qu'il reste à faire : ampoules à changer, petites réparations, objets encore en trop, etc.

Voyez aussi si vous avez besoin d'ajuster l'organisation mise en place dans les semaines précédentes (par exemple, déplacer un meuble, rajouter un panier de rangement...).



Ajustements

Regardez chaque espace, vérifiez l'état du sol, la poussière, les vitres. Quelques petits gestes de ménage peuvent suffire à parfaire votre intérieur.



Derniers détails

Profitez-en pour revoir la déco : changer un coussin, une housse de canapé, accrocher une photo ou un cadre. En fin de semaine, vous devriez avoir une maison déjà bien ordonnée et prête pour la belle saison !

CONCLUSION

Finalisation & Préparation au Printemps



Maintenant que vous avez parcouru toutes les étapes de ce programme d'organisation, vous vous trouvez sur la dernière ligne droite avant l'arrivée de la belle saison. Il s'agit de peaufiner les détails pour aborder le printemps l'esprit léger. Voici quelques pistes :

- **Dernier tour d'horizon** : Passez en revue chaque pièce pour vous assurer qu'il ne reste plus de petites zones oubliées. Jetez un œil aux placards, tiroirs, étagères ou coins perdus qui auraient pu échapper à votre tri.
- **Petites réparations** : Profitez de cette phase de finalisation pour remplacer une ampoule, recoller une étagère branlante ou revisser une poignée de porte. Mieux vaut régler ces bricoles avant de se concentrer sur la prochaine saison.
- **Affiner l'organisation** : Vérifiez si les solutions de rangement adoptées vous conviennent vraiment au quotidien. Peut-être aurez-vous envie de déplacer quelques paniers, tiroirs ou boîtes pour un accès plus pratique.
- **Préparation au printemps** : Une fois la maison dégagée et ordonnée, vous pourrez vous concentrer sur ce que vous souhaitez entreprendre dès que les beaux jours pointeront le bout de leur nez : nouveaux projets déco, activités en extérieur, ou tout simplement un peu de temps libre pour vous et vos proches.

Félicitations, vous venez de mettre en place un rythme progressif, sans surcharge, pour transformer votre intérieur. En accueillant le printemps avec une maison déjà organisée, vous vous offrez la liberté de profiter pleinement de cette saison qui symbolise le renouveau. Bonne continuation dans votre démarche slow, et profitez de chaque instant !

Shabby Karen
harmonie au fil des saisons



À propos de moi & où me suivre



Bonjour à toutes et à tous,

Je suis ravie d'avoir partagé ces astuces et ce planning avec vous ! Si vous souhaitez approfondir le sujet et découvrir plus de conseils d'organisation, de DIY, d'astuces maison ou tout simplement plonger dans mon univers, n'hésitez pas à me rejoindre sur mes autres plateformes. Je publie régulièrement du contenu vidéo, des tutos et des partages du quotidien pour vous inspirer et vous accompagner dans votre routine.

- Instagram : @shabbykaren
- TikTok : @shabbykaren
- YouTube: @shabbykaren

Chaque semaine, j'y poste des vidéos en lien avec l'organisation, la décoration et la vie de famille. Votre soutien et vos retours sont précieux, alors n'hésitez pas à vous abonner et à partager ce qui vous a plu !

Mentions légales

© 2025 @shabbykaren. Tous droits réservés.

Cet e-book est mis à disposition à titre informatif uniquement. Les informations qu'il contient ne constituent pas un conseil professionnel personnalisé et ne garantissent aucun résultat précis. L'auteur ne peut être tenu responsable d'éventuels dommages résultant de l'utilisation du contenu. Toute reproduction, diffusion, même partielle, est interdite sans autorisation écrite préalable.

Shabby Karen
harmonie au fil des saisons

