

Défi minimaliste

30 jours

| | | |
|---|--|--|
| 1 Faites le tri dans votre dressing | 11 Débarrassez et nettoyez les surfaces de vos meubles | 21 Déconnectez-vous une journée (<i>télé, internet, etc</i>) |
| 2 Armoire à pharmacie, trier vos médicaments | 12 Remettez de l'ordre dans votre boîte mail (<i>désabonnez-vous...</i>) | 22 Les extérieurs : nettoyer balcon et jardin |
| 3 Vos chaussures | 13 « <i>Une chose à la fois</i> » est ta nouvelle devise | 23 Cette journée est pour vous. Prenez soin de vous |
| 4 Trier vos cosmétiques & produits de toilettes | 14 N'achetez rien pendant 24H | 24 Faites du tri dans vos produits d'entretien |
| 5 Séparez-vous de votre téléphone pour la matinée | 15 Prenez une journée et faites du tri dans votre cuisine | 25 Retournez dans votre dressing et réévaluez votre sélection |
| 6 Vider le contenu de votre sac à main | 16 Trier journaux, revues, et livres et faites en don | 26 Trier vos clés |
| 7 Faites le tour de votre linge de maison | 17 Vider vos appareils photos, trier et créer des dossiers numériques | 27 Sortez et allez respirer l'air de la nature |
| 8 Mettez de l'ordre dans et sur votre bureau | 18 Évaluer vos 5 derniers achats | 28 Pensez à votre maison idéale |
| 9 Trier vos CD, DVD et vos disques durs ne garder que le meilleur | 19 Apprenez à dire « <i>non</i> » | 29 Trier vos papiers administratifs |
| 10 Ranger le bureau de votre ordinateur | 20 Câbles, chargeurs, fils, identifier, organiser et stocker chacun d'eux | 30 Objets sentimentaux |