



Avril

15 jours de challenge pour un quotidien plus fluide et serein

JOUR 1

Trier son sac à main ou son attaché-case

JOUR 2

Ranger et épurer sa table de chevet

JOUR 3

Faire de la place dans un tiroir de la cuisine

JOUR 4

Organiser un petit espace du quotidien (ex: l'entrée, la salle de bain)

JOUR 5

Noter ses priorités pour la semaine à venir

JOUR 6

Dégager une étagère et ne garder que l'essentiel

JOUR 7

Lister 3 actions qui faciliteraient votre quotidien

JOUR 8

Trier un tiroir de vêtements (ex: sous-vêtements, chaussettes)

JOUR 9

Ranger son espace de travail pour plus de clarté

JOUR 10

Faire le tri sur son téléphone en supprimant 10 photos ou applications inutiles

JOUR 11

Ranger un espace "fourre-tout" que vous repoussez depuis longtemps

JOUR 12

Faire le vide sur sa table de salle à manger ou sur son plan de travail

JOUR 13

Trier ses e-mails et se désabonner des newsletters inutiles

JOUR 14

Noter 3 choses positives qui ont changé depuis le début du challenge

JOUR 15

Choisir un petit tri à faire et célébrer son avancée !