

The background image shows a cluttered interior space, likely a kitchen and dining area. On the left, there is a desk with a laptop, a printer, and various papers. In the center, a television sits on a white cabinet. To the right, a dining table is covered with a white tablecloth and has several items on it, including a jar and some containers. The room is filled with various household items, creating a sense of disarray.

*Stop au désordre !*

**Défi du 1er au 5 avril**

**Sur le groupe Facebook Les astuces de Laura**

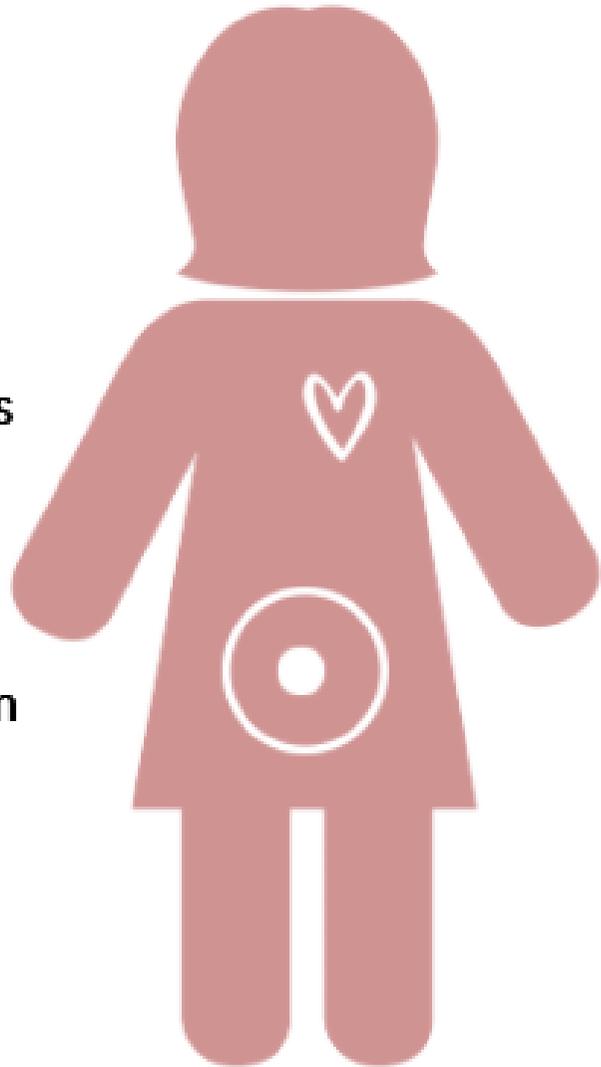


# Défi du jour 1 : Qu'est-ce qui me motive ?

J'observe

Je ressens

J'ai besoin



---

---

---

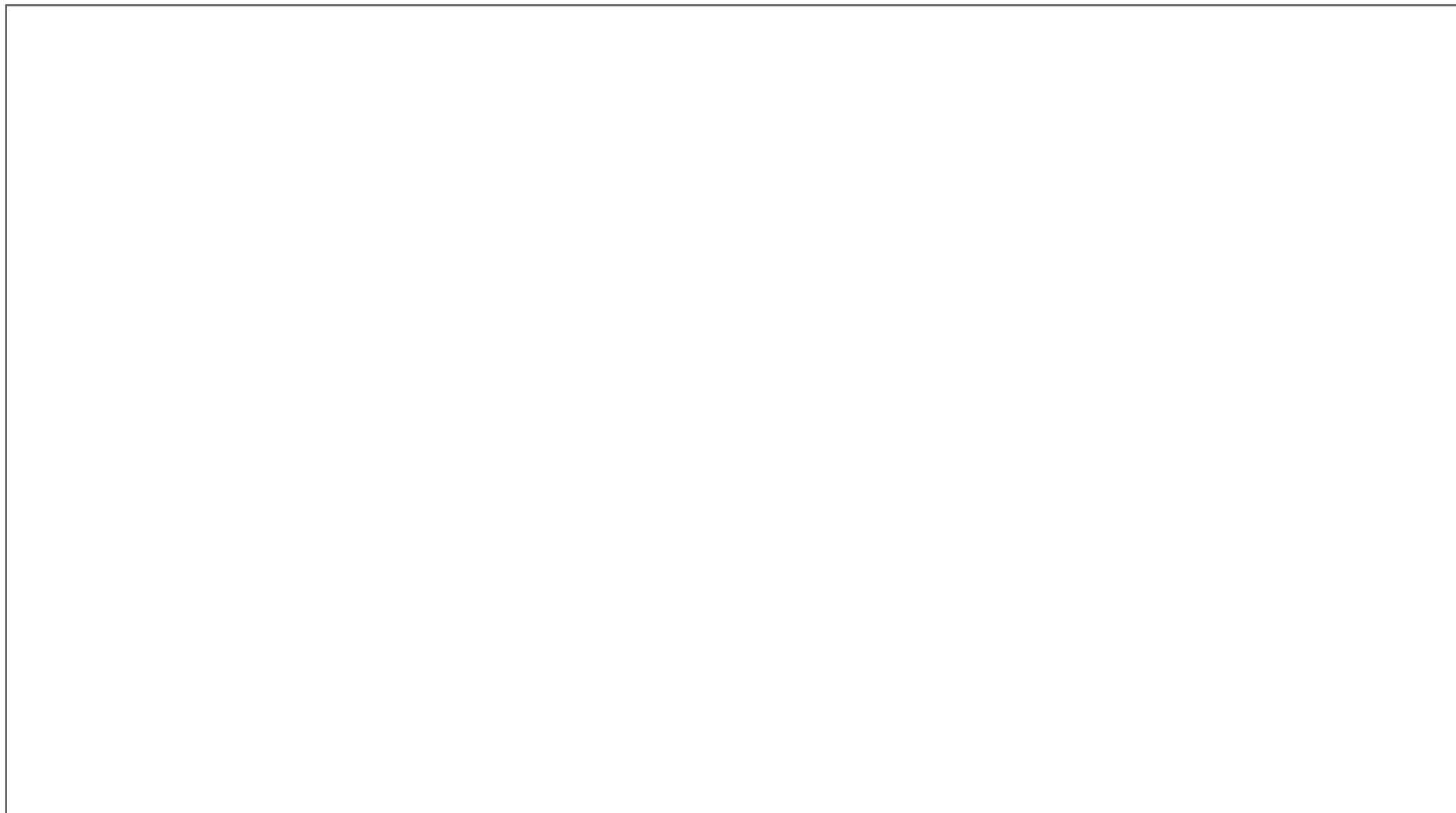
---

## Défi du jour 2 : L'état des lieux de mon logement

---

---

---

A large, empty rectangular box with a thin black border, occupying the majority of the page below the title and horizontal lines. It is intended for a drawing or detailed notes related to the challenge.

## Défi du jour 3 : Je trouve des solutions

Je n'ai pas le temps : \_\_\_\_\_

---

---

---

Je n'ai pas d'aide : \_\_\_\_\_

---

---

---

Je suis fatiguée : \_\_\_\_\_

---

---

---

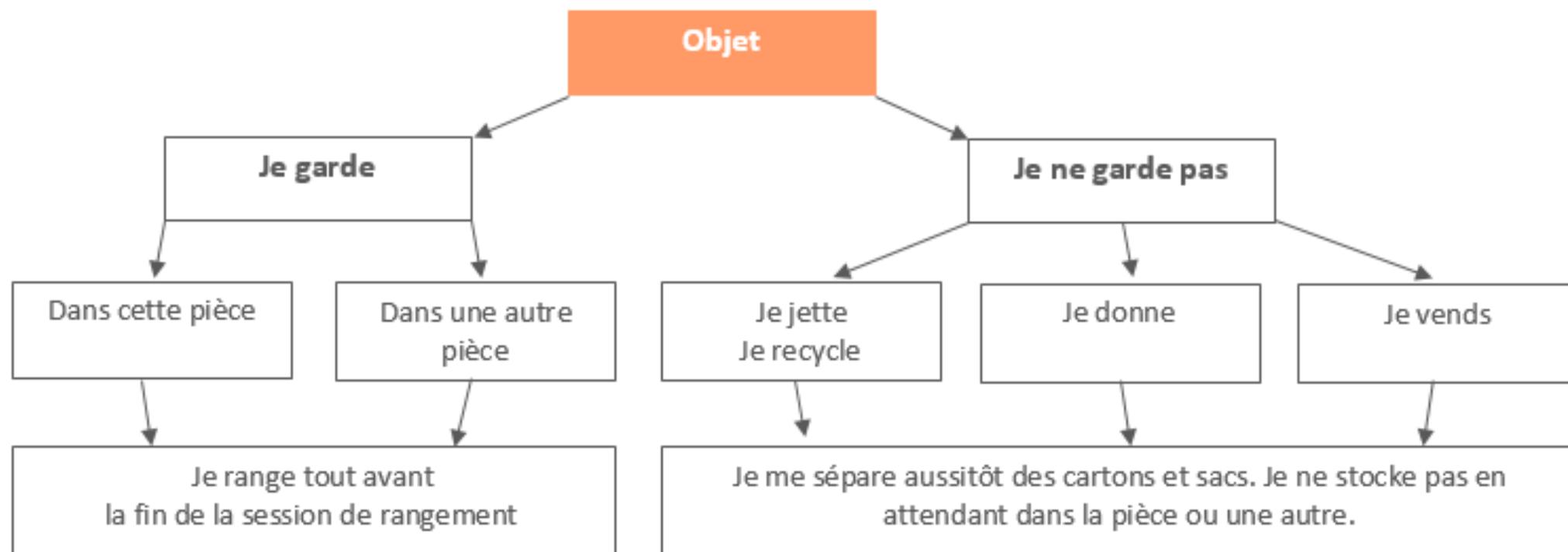
Je n'arrive pas à jeter : \_\_\_\_\_

---

---

---

## Défi du jour 4 : Que faire des objets



Comment ranger : \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

## Défi du jour 5 : Les bons réflexes pour garder mon logement rangé



---



---



---



---



---



---



---



---