



La DÉTOX du dressing !



Faire du tri dans sa penderie

J'ai jamais rien à me mettre...

ÉTAPE 1

Sortir l'intégralité de ses vêtements, accessoires et chaussures et faire 3 tas !

Paradoxalement, le contenu de notre penderie peut nous empêcher d'exprimer vraiment notre style. Si on a trop de vêtements, pas facile d'avoir une vue de toutes les combinaisons possibles entre eux. Résultat, cette impression de « j'ai jamais rien à se mettre », et on achète donc de nouveaux vêtements... Bien souvent très similaires à ceux qu'on avait déjà.



1

« Je les adore ! »
Ceux que vous gardez sans hésiter !

Pour ceux-là il n'y a pas question : vous les portez, ils sont à votre taille, correspondent à votre style, vous apportent du réconfort, vous vous sentez bien dedans, ils ont une valeur sentimentale. Bref vous les adorez. C'est important, réfléchissez pourquoi vous les aimez autant, pourquoi vous les portez avec autant de plaisir...



2

« Je sais pas trop... »
Ceux dont vous n'êtes pas sûr-e-s de vous séparer...

Vous les portez peu ou pas du tout mais pour une raison bien à vous, vous hésitez à vous en séparer... une possibilité : vous les rangez ensemble et s'ils ne sont pas portés dans les mois à venir, vous pourrez penser à vous en séparer ?

Attention, on ne jette rien !

« Inutiles, jamais mis... »
Ceux dont vous pouvez vous séparer sans état d'âme

Trop grands, trop petits, en piteux état, neufs avec étiquette (!), presque jamais mis, moches...

3

