7 JOURS POUR DÉSENCOMBRER ET RÉENCHANTER SON INTÉRIEUR

CHALLENGE DE PRINTEMPS

7 DÉFIS LUDIQUES, SIMPLES ET RAPIDES

DES ASTUCES ET CONSEILS

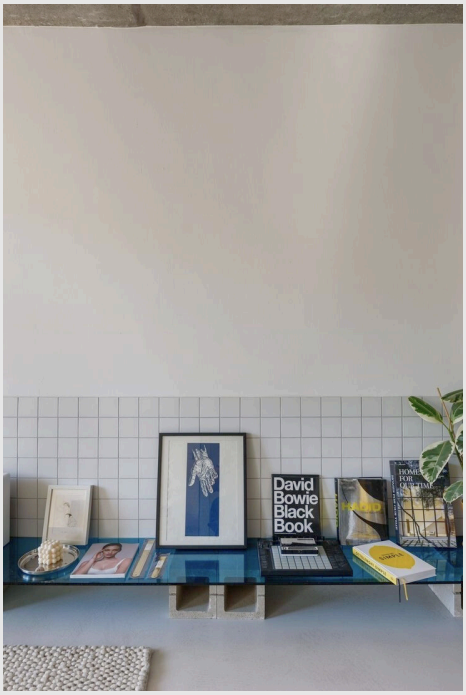
Clean Home

Décoration & Art de vivre

twicy store

Bienvenue.

Clean Home



Le printemps est là, et avec lui, l'envie irrésistible de renouveau. Après des mois passés à accumuler (parfois sans même s'en rendre compte), votre intérieur commence à manquer d'air. Trop d'objets, trop de bazar, trop de choses qui n'apportent plus de joie… Il est temps de faire un grand tri et de redonner à votre maison l'énergie qu'elle mérite !

Mais on sait ce que vous vous dites : "Désencombrer, c'est long et fatigant." Pas de panique ! **On vous a concocté un programme express, ultra-facile et surtout motivant, pour transformer votre intérieur en seulement 7 jours.**

📌 **Le concept ?**

- Un défi par jour, réalisable en 10 à 15 minutes max.
- Des actions simples, rapides et efficaces, adaptées même aux plus réfractaires au rangement.
- Satisfaction immédiate garantie : chaque jour, vous verrez une différence chez vous et ressentirez un vrai bien-être.

🎯 **L'objectif ?**

- Alléger votre espace pour mieux respirer.
- Ne garder que ce qui vous met en joie.
- Redécouvrir votre intérieur et lui apporter une touche de fraîcheur.

🌟 **Pourquoi participer ?**

Parce qu'un intérieur épuré, c'est aussi un esprit plus léger. Ce challenge, c'est votre coup de boost printanier pour retrouver une maison qui vous ressemble, où chaque objet a une vraie place et une vraie utilité.

A propos de nous.

Twicy Store propose depuis 2011 une sélection d'objets déco, une collection pour la maison, des affiches et la papeterie, des ustensiles pour le quotidien, des accessoires lifestyle, des idées cadeaux... En bref, une sélection renouvelée régulièrement.

Chez Twicy Store nous sommes convaincus que notre intérieur reflète notre personnalité, et nous méritons tous qu'il soit unique. Nous mettons un point d'honneur à dénicher des objets qui font vous sentir bien, vous font sourire ou vous inspirent car chaque détail est important pour faire de son habitation un lieu à son image.

On aime le mélange des styles, l'audace, les matières nobles et les atmosphères chaleureuses.

Nous créons des univers pour tous les intérieurs - petits et grands, les belles occasions et la vie de tous les jours.

Concept store multi-marques, nous proposons un mix de marques reconnues, de créateurs talentueux et d'artisanat. Nous sommes constamment à la recherche d'objets coup de coeur, beaux et utiles à la fois pour étoffer notre collection.

www.twicy-store.com

JOUR #1

Clean Home

↘ ON RESPIRE DÈS L'ENTRÉE

L'entrée, c'est un peu la carte de visite de votre intérieur. **C'est aussi le premier espace qui donne le ton quand vous rentrez chez vous.** Si elle est encombrée, chaotique ou remplie d'objets inutiles, elle peut rapidement devenir une source de stress inconsciente. À l'inverse, une entrée bien organisée donne immédiatement une sensation d'apaisement et de clarté.

🎯 **OBJECTIF DU JOUR**
Transformer votre entrée en un espace fluide et accueillant.

☐ ON FAIT PLACE NETTE

Videz entièrement le meuble à chaussures, le porte-manteau, les étagères et le vide-poches. Mettez tout sur le sol ou une table pour mieux voir ce que vous possédez.

☐ ON TRIE SANS PITIÉ

- Les chaussures : Ne gardez à portée de main que celles de la saison en cours.
- Les vestes & accessoires : Un manteau par personne.
- Le vide-poches : Faites le tri et ne gardez que l'essentiel (clés, badge, un petit rangement pour le courrier).

☐ ON OPTIMISE

- Ajoutez une corbeille ou un organisateur mural pour éviter l'accumulation de petits objets.
- Un vide-poches peut suffire pour les clés
- Pensez aux patères murales pour suspendre sacs et vestes sans surcharger l'espace.

☐ ON APPORTE UNE TOUCHE DE BIEN-ÊTRE

- Un miroir pour agrandir visuellement l'espace et un dernier check avant de sortir.
- Une plante pour une touche de fraîcheur et de vie.
- Une bougie parfumée ou un diffuseur pour une ambiance encore plus accueillante.

☐ BONUS

Trouvez un objet déco qui vous met en joie et qui donnera du caractère à votre entrée : un joli vase, une affiche inspirante, un vide-poches original...

JOUR #1

Clean Home

Mes notes

Mission réalisée le

__/__/____

Temps passé

_____

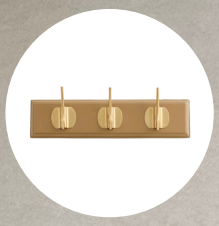
Ma bonne idée du jour

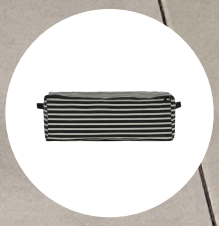
“ ”

RÉSULTAT

Une entrée désencombrée, fluide et agréable... et déjà une sensation de légèreté dès que vous passez la porte ! Mission accomplie.

MA WHISLIST





FAITES VOTRE BILAN

Clean Home

JOUR #1 ON RESPIRE DÈS L'ENTRÉE

AVANT

APRÈS

Ce que j'ai changé

Ce que j'ai ressenti après ce changement

JOUR #2

Clean Home

↘ ON LIBÈRE LE PLAN DE TRAVAIL

Votre cuisine, c'est le cœur de votre maison. Mais soyons honnêtes… **Un plan de travail encombré, c'est l'assurance d'une cuisine qui donne plus envie de fuir que de cuisiner.** Entre les appareils électroménagers, les bouteilles d'huile, les épices qui traînent et les papiers qui s'accumulent, il est temps de faire place nette !

🎯 **OBJECTIF DU JOUR**
Libérer votre plan de travail pour retrouver une cuisine inspirante et agréable.

☑ ON FAIT LE GRAND VIDE

Commencez par retirer tout ce qui est posé sur votre plan de travail. Oui, tout.
Mettez-le sur la table ou le sol pour mieux visualiser l'ensemble.

☑ ON GARDE SEULEMENT L'ESSENTIEL

Posez-vous cette question : "Ai-je besoin de cet objet tous les jours ?"
Oui ? Il reste à portée de main. Non ? Il trouve une place ailleurs dans un placard ou un tiroir.
Les indispensables, c'est quoi ? Un bon couteau, une planche à découper, la machine à café (si vous l'utilisez tous les jours), et quelques épices de base.

☑ ON NETTOIE ET ON REGROUPE INTELLIGEMMENT

- Un bon coup d'éponge sur le plan de travail pour enlever les miettes et les traces.
- On range par catégorie : les huiles et vinaigres ensemble, les épices dans un tiroir ou un joli présentoir, les ustensiles dans un pot pratique…

☑ ON MET EN VALEUR UN BEL OBJET OU ACCESSOIRE

Un plan de travail épuré, ce n'est pas un espace vide et sans âme. Choisissez un objet qui apporte du style : une jolie planche en bois, une bouteille d'huile d'olive design, un mortier en marbre, un livre de cuisine ouvert…

☑ ON AJOUTE UNE TOUCHE DOUCE ET CHALEUREUSE

Pour une cuisine qui donne envie, ajoutez un petit détail cosy : votre tasse préférée, une plante aromatique, une jolie corbeille de fruits, une bougie parfumée…

JOUR #2

Clean Home

Mes notes

Mission réalisée le

__/__/____

Temps passé

_____

Une idée pour plus tard

“ ”

RÉSULTAT

Une cuisine où l’on respire, où l’on a envie de préparer de bons plats et où chaque objet a une vraie place.

MA WHISLIST

FAITES VOTRE BILAN

Clean Home

JOUR #2 ON LIBÈRE LE PLAN DE TRAVAIL

AVANT

APRÈS

Ce que j'ai changé

Ce que j'ai ressenti après ce changement

JOUR #3

Clean Home

↘ ON FAIT ENTRER LA LUMIÈRE

Vous l'avez sûrement déjà ressenti : **un intérieur baigné de lumière donne une sensation immédiate de bien-être.** À l'inverse, une pièce sombre ou mal éclairée peut vite sembler étouffante et triste. Bonne nouvelle, pas besoin de tout repeindre en blanc pour y remédier ! Aujourd'hui, on va maximiser chaque rayon de soleil et chaque source lumineuse pour un intérieur plus lumineux et plus chaleureux.

🎯 **OBJECTIF DU JOUR**
Faire circuler la lumière naturelle et créer une ambiance lumineuse agréable.

☑ ON NETTOIE LES VITRES ET LES ABAT-JOUR

La poussière et les traces sur les fenêtres réduisent considérablement la luminosité d'une pièce. Un rapide coup de chiffon microfibre et de vinaigre blanc, et hop, la lumière entre à nouveau à 100 %

☑ ON LIBÈRE LES FENÊTRES

• Rideaux et voilages : Si vos rideaux sont épais, ouvrez-les au maximum pendant la journée. Si possible, optez pour des voilages légers qui laissent filtrer la lumière sans sacrifier votre intimité.
• Meubles devant les fenêtres ? Vérifiez qu'ils ne bloquent pas la lumière naturelle. Parfois, un simple déplacement de quelques centimètres suffit pour mieux diffuser la clarté.

☑ ON OPTIMISE L'ÉCLAIRAGE ARTIFICIEL

Multipliez les sources de lumière : Un plafonnier, c'est bien, mais souvent insuffisant ! Une lampe d'appoint, un lampadaire ou des appliques permettent de créer une atmosphère plus enveloppante.

☑ ON CRÉE UNE AMBIANCE LUMINEUSE DU SOIR

Le soir venu, on oublie la lumière crue et on mise sur une ambiance feutrée et apaisante :
• Une guirlande lumineuse pour une touche poétique
• Une bougie parfumée pour réchauffer l'atmosphère
• Une lampe à intensité variable pour ajuster l'éclairage selon l'humeur

☑ BONUS

Testez un miroir bien placé (en face ou à côté d'une fenêtre) pour réfléchir la lumière naturelle et illuminer instantanément votre pièce. Effet waouh garanti !

JOUR #3

Clean Home

Mes notes

Mission réalisée le

__/__/____

Temps passé

_____

Ce qui m'a fait du bien aujourd'hui 😊

"

"

RÉSULTAT

Une maison plus lumineuse, plus accueillante et une ambiance qui change tout... Mission réussie !

MA WHISLIST

FAITES VOTRE BILAN

Clean Home

JOUR #3 ON FAIT ENTRER LA LUMIÈRE

AVANT

APRÈS

Ce que j'ai changé

Ce que j'ai ressenti après ce changement

JOUR #4

Clean Home

↘ ON REPENSE UNE ÉTAGÈRE

Les étagères, on les adore… jusqu'à ce qu'elles deviennent un fourre-tout incontrôlable. Trop de livres empilés, des objets déco qui n'ont rien à voir ensemble, des papiers qui traînent… **Résultat : au lieu d'embellir votre pièce, elles finissent par alourdir visuellement votre intérieur.**

🎯 **OBJECTIF DU JOUR**
Alléger, harmoniser et styliser une étagère pour en faire un vrai point fort déco.

☑ CHOISISSEZ L'ÉTAGÈRE OU LA CONSOLE

Elle peut être dans le salon, la chambre, l'entrée ou même sur un bureau.
Idéalement, choisissez un espace qui vous saute aux yeux au quotidien, pour maximiser l'impact du changement.

☑ ON FAIT TABLE RASE, TOUT DOIT DISPARAÎTRE

Videz entièrement l'étagère et placez les objets sur une table ou au sol. Profitez-en pour dépoussiérer ! Rien de tel qu'une surface propre pour repartir sur de bonnes bases.

☑ ON TRIE ET ON GARDE L'ESSENTIEL

Posez-vous les bonnes questions :

- Cet objet me plaît-il encore ?
- Est-ce qu'il a une vraie valeur décorative ou sentimentale ?
- S'il n'était pas là, est-ce que je le chercherais ?

Règle d'or : pas plus de 3 à 5 éléments par niveau. L'œil a besoin de respirer !

☑ ON CRÉE UNE MINI COMPOSITION HARMONIEUSE

Place aux associations bien pensées pour une étagère stylée et équilibrée. Voici quelques idées pour un rendu canon : des livres en vedette, une touche de verdure, un cadre ou une illustration, un objet déco fort, un élément texturé : Panier en osier, bol en bois, bougeoir en métal… Pour jouer avec les matières et donner du relief.

☑ ON ÉQUILIBRE ET ON AJUSTE

On alterne les hauteurs et les volumes (Ne mettez pas tous les objets au même niveau, jouez avec les tailles pour plus d'harmonie, On laisse de l'espace, Le vide est aussi important que les objets. Prenez du recul, regardez sous différents angles, ajustez si besoin.

JOUR #4

Clean Home

Mes notes

Mission réalisée le

__/__/____

Temps passé

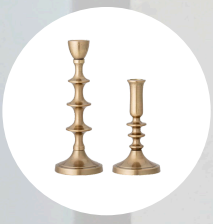
_____

Un objet que j'ai re-découvert 🤗

RÉSULTAT

Une étagère qui n'est plus un chaos visuel, mais un véritable atout déco qui attire l'œil et raconte votre histoire.

MA WHISLIST



FAITES VOTRE BILAN

Clean Home

JOUR #4 ON REPENSE UNE ÉTAGÈRE

AVANT

APRÈS

Ce que j'ai changé

Ce que j'ai ressenti après ce changement

JOUR #5

Clean Home

↘ ON SOIGNE LES TEXTILES

Les textiles, c'est le détail qui fait toute la différence. Ils apportent de la couleur, de la chaleur, de la texture… et pourtant, on les néglige souvent. Un coussin aplati, un plaid oublié au fond du canapé, une nappe qu'on n'a pas changée depuis des mois… Aujourd'hui, on leur donne un coup de frais et on en profite pour transformer l'ambiance de la pièce en un clin d'œil !

🎯 **OBJECTIF DU JOUR**
Rafraîchir, varier et harmoniser les textiles pour un intérieur plus accueillant.

☐ ON SECOUE, ON LAVE, ON RAFRAÎCHIT

• Prenez tous les coussins et les plaids du salon ou de la chambre et secouez-les pour leur redonner du gonflant.
• Passez en machine ce qui peut l'être (housses de coussins, plaids, nappes…). Rien de tel qu'un bon lavage pour leur redonner éclat et douceur.
• Si le textile est trop fragile, aérez-le dehors quelques heures pour le débarrasser des poussières et des odeurs.

☐ ON CHANGE UNE HOUSSE

Envie de renouveau sans dépenser un centime ? Retournez un coussin si l'autre face a une texture ou un motif différent, intervertissez les coussins entre les pièces (chambre ↔ salon) pour un effet de nouveauté instantané, remplacez une housse par une autre aux couleurs plus fraîches ou adaptées à la saison (tons clairs et naturels au printemps-été, couleurs profondes et chaudes en automne-hiver).

☐ ON SORT UNE NAPPE OU UN LINGE FRAIS

Les textiles de table sont souvent sous-estimés, et pourtant, ils apportent immédiatement du style :
• Une nappe légère en lin ou en coton pour une sensation de fraîcheur.
• Un chemin de table simple pour structurer un espace repas.
• Des sets de table en matière naturelle (jute, rotin, bambou) pour une touche bohème.

☐ ON AJOUTE UNE NOUVELLE TEXTURE

Les matières jouent un rôle clé dans l'ambiance d'une pièce. Essayez d'intégrer une texture qui manque : lin lavé pour son côté naturel et aérien, gaze de coton pour un effet doux et vaporeux, coton gaufré pour un look cosy et moderne, velours ou laine bouclée pour un côté chic et réconfortant

---

JOUR #5

Clean Home

Mes notes

Mission réalisée le

__/__/____

Temps passé

_____

Mon endroit préféré de la maison aujourd'hui

“ ”

RÉSULTAT

Un intérieur qui respire la fraîcheur et le confort, juste en jouant avec quelques tissus !

MA WHISLIST

FAITES VOTRE BILAN

Clean Home

JOUR #5 ON SOIGNE LES TEXTILES

AVANT

APRÈS

Ce que j'ai changé

Ce que j'ai ressenti après ce changement

JOUR #6

Clean Home

↘ ON CHANGE UN PETIT DÉTAIL

On a souvent l'impression qu'il faut tout changer pour transformer son intérieur. **Mais parfois, un seul petit détail suffit pour donner un vent de fraîcheur à une pièce.** Une nouvelle poignée sur un meuble, un cadre déplacé, un vase qu'on met en lumière… Aujourd'hui, on va jouer avec les petits changements qui font toute la différence !

🎯 **OBJECTIF DU JOUR**
Apporter un vent de nouveauté avec un changement simple et efficace.

☑ ON IDENTIFIE UN DÉTAIL À CHANGER

Regardez autour de vous et repérez un petit élément qui pourrait être remplacé, amélioré ou déplacé. Quelques idées : une poignée de meuble un peu défraîchie, un cadre qu'on ne voit plus et qui mérite un nouvel emplacement, une lampe qui pourrait être mise en valeur ailleurs, un vase dont on a oublié le potentiel… Parfois, il suffit d'un œil neuf pour voir qu'un simple détail peut métamorphoser un coin de la maison !

☑ ON LE REMPLACE OU ON LE CUSTOMISE

- Changer une poignée : Remplacez celles d'un placard par un modèle plus moderne, en laiton, en céramique ou en cuir.
- Customiser un cadre : Peignez-le, ajoutez une photo ou une illustration qui vous inspire.
- Moderniser un vase : Avec un coup de bombe de peinture effet mat, il devient une pièce tendance.

☑ ON DÉPLACE UN OBJET POUR LE REDÉCOUVRIR

L'idée est de casser la routine visuelle en donnant une nouvelle place à un objet :

- Une lampe de chevet qui migre dans le salon.
- Un miroir qui change de mur et capte mieux la lumière.
- Une affiche qui passe du couloir à la chambre.
- Un coussin du salon qui trouve une nouvelle vie sur le lit.

☑ ON AJOUTE UN PETIT PLAISIR DÉCO

Un détail tout simple peut suffire à créer une nouvelle ambiance :

- Une bougie parfumée pour une touche sensorielle
- Une nouvelle illustration trouvée sur Pinterest et imprimée
- Un petit miroir pour agrandir visuellement l'espace
- Une mini-plante qui apporte une touche de fraîcheur

JOUR #6

Clean Home

Mes notes

Mission réalisée le

__/__/____

Temps passé

_____

Un coin que j'aimerais encore améliorer

RÉSULTAT

Une pièce rafraîchie, un changement subtil mais visible, et surtout une nouvelle énergie chez vous !

MA WHISLIST

FAITES VOTRE BILAN

Clean Home

JOUR #6 ON CHANGE UN DÉTAIL

AVANT

APRÈS

Ce que j'ai changé

Ce que j'ai ressenti après ce changement

JOUR #7

Clean Home

↘ ON AJOUTE UNE TOUCHE PERSO

Bravo, vous êtes arrivé.e au dernier jour de ce challenge ! Tout au long de la semaine, vous avez désencombré, harmonisé et redonné vie à votre intérieur. **Aujourd'hui, on va ajouter la touche finale : celle qui vous ressemble et qui fait que chez vous, c'est vraiment chez vous.** Parce que la déco, ce n'est pas juste des tendances Pinterest ou des intérieurs parfaitement rangés… C'est un espace qui raconte une histoire : la vôtre.

🎯 **OBJECTIF DU JOUR**
Personnaliser une pièce avec un détail qui vous fait du bien.

☑ ON CHOISIT UNE PIÈCE

Regardez autour de vous :
- Quelle pièce mérite un dernier petit coup de magie ?
- Où passez-vous le plus de temps et aimeriez-vous vous sentir encore mieux ?
- Quel endroit pourrait devenir votre coin favori ?

Salon, chambre, bureau… À vous de choisir !

☑ ON Y AJOUTE UN OBJET DÉCO QU'ON AIME

Ici, il n'est pas question de déco impersonnelle, mais d'un élément qui vous fait plaisir. Ça peut être : une œuvre d'art, un livre que vous adorez, un souvenir de voyage ou un objet sentimental qui vous rappelle un beau moment, une pièce chinée qui a du caractère et une histoire à raconter. L'idée ? Un détail qui vous procure un vrai sentiment de bien-être dès que vous posez les yeux dessus.

☑ ON AJOUTE UNE TOUCHE DE NATURE

Rien n'égale une touche végétale pour apporter fraîcheur et énergie à une pièce !
- Une plante verte (pilea, monstera, ficus…) pour un effet apaisant
- Un bouquet de fleurs fraîches pour une note colorée et éphémère
- Une composition de fleurs séchées pour un look bohème et intemporel

---

☑ ON PREND UNE PHOTO ET ON ADMIRE

Capturez votre pièce avant/après, ou juste ce petit coin que vous avez transformé.
Puis, prenez un moment pour apprécier tout ce que vous avez accompli en une semaine.

👏 **Bravo pour ces 7 jours de transformation !**
Et surtout… profitez bien de votre nouvel espace.

JOUR #7

Clean Home

Mes notes

Mission réalisée le

__/__/____

Temps passé

_____

Ce que j'aimerais faire après le challenge 🙌

RÉSULTAT

Un intérieur plus harmonieux, qui vous ressemble et où vous vous sentez vraiment bien. Mission accomplie !

MA WHISLIST

FAITES VOTRE BILAN

Clean Home

JOUR #7 ON AJOUTE UNE TOUCHE PERSO

AVANT

APRÈS

Ce que j'ai changé

Ce que j'ai ressenti après ce changement

Shopping List.

Clean Home

ESSENTIELS CLEAN HOME

Shopping List.

ESSENTIELS CLEAN HOME

Clean Home

Un challenge édité par Twicy Store
boutique en ligne d'articles de décoration et d'art de vivre
www.twicy-store.com

SUIVEZ-NOUS

twicy store