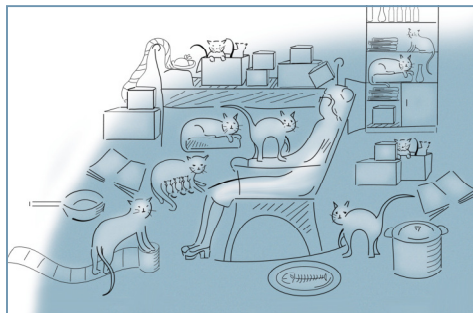


# Qu'est-ce que le trouble d'accumulation compulsive?

C'est un trouble anxieux reconnu caractérisé par :

- une envie incontrôlable d'accumuler des objets divers ou des animaux;
- une difficulté à se départir de ces objets ou des animaux;
- un encombrement qui perturbe les espaces de vie.



## Vos ressources, vos références

Info-Santé et Info-Social : 811

CLSC :

---

---

Pompiers :

---

---

Urbanistes :

---

---

Policiers :

---

---

Organismes communautaires de votre région (centre d'aide pour femmes, pour hommes, pour la famille et lignes d'écoute) :

---

---

---

---

---

---

---

---

Communications - Janvier 2021

## Problèmes d'accumulation et d'encombrement

Peu d'espace, trop de choses



Dépliant d'information  
à l'intention de l'utilisateur

# Problèmes d'accumulation et d'encombrement

## Est-ce qu'il y a un problème avec mon logement?

Parfois, on accumule tellement d'objets que ceux-ci causent un encombrement important de notre domicile. Cela peut causer un problème quand le désordre s'installe et perturbe les espaces de vie comme la cuisine, la salle de bain et la chambre.



Dégagé

Désordre

Encombré



## Pourquoi sommes-nous soucieux de votre situation?

Parfois notre condition de vie peut avoir des conséquences pour nous-même et les autres. Ainsi, quand l'encombrement devient important, il peut causer :

- des odeurs dérangeantes;
- des problèmes de santé pour vous et les autres dus à la qualité de l'air et de la présence de bactéries;
- des risques d'incendie pour votre domicile et vos voisins. L'intervention des pompiers sera aussi plus difficile;
- des problèmes de bon fonctionnement des services tels que la plomberie et l'électricité;
- des dommages à la structure du bâtiment.

Malheureusement, l'encombrement entraîne parfois de l'isolement. Des conflits avec votre famille, vos proches et vos voisins peuvent aussi survenir. Il est normal que vous puissiez ressentir de la gêne ou même de la honte.

## Qu'est ce qui explique mon comportement?

- Cela peut être une cause temporaire telle une dépression ou une situation de vie difficile;
- Parfois, c'est un trouble anxieux que l'on appelle trouble d'accumulation compulsive;
- D'autres fois, c'est un ensemble de facteurs plus complexes. Ressentir un vide affectif ou vivre de l'isolement peut favoriser ce comportement.

Dans tous les cas, on peut se sentir dépassé par la situation. Nous comprenons qu'il peut être difficile de désencombrer ou d'arrêter d'accumuler. Certaines personnes peuvent même avoir des difficultés avec la prise de décisions.

**Nous pouvons vous aider à retrouver votre espace. Des ressources sont disponibles pour vous soutenir.**