

*Le premier pas vers une amélioration des symptômes est d'abord de reconnaître le problème.*

*Une approche à petits pas avec du soutien est préférable à un grand ménage forcé.*

## Conséquences sur la santé de l'utilisateur

Les problèmes de santé les plus souvent rencontrés sont dus :

- à la qualité de l'air et à la présence de bactéries;
- aux risques de chutes.

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

## Les conséquences du trouble d'accumulation et d'encombrement

- Des odeurs dérangeantes.
- Des risques d'incendie. L'intervention des pompiers sera aussi plus difficile.
- Des problèmes de bon fonctionnement des services, telles la plomberie et l'électricité.
- Des dommages à la structure du bâtiment.

## L'intervention

L'approche multisectorielle est à privilégier, il faut s'occuper à la fois :

- du logement;
- de l'utilisateur.

Cette approche doit se faire :

- à petits pas;
- avec de petits objectifs;
- dans le respect des capacités de l'utilisateur.

## Ressources d'aide

### CLSC

Le CLSC peut offrir des services lorsqu'il y a un désir d'améliorer sa situation.

### Organismes communautaires

Consultez le répertoire des organismes communautaires : centres d'aide pour femmes, pour hommes, pour la famille et les lignes d'écoute.


[211qc.ca/repertoire/laurentides](http://211qc.ca/repertoire/laurentides)

**Les municipalités** sauront aider à améliorer la situation à domicile.

**Les pompiers**, de leur côté, aideront à éliminer les risques liés aux incendies.

### 811 Info-Santé et Info-Social

Pour plus d'information  
[santelaurentides.gouv.qc.ca/  
trouble d'accumulation  
et d'encombrement/  
Santé publique/Environnement](http://santelaurentides.gouv.qc.ca/trouble-d-accumulation-et-d-encombrement/)

 Plus de 100 installations  
en santé et services sociaux

Centre intégré  
de santé  
et de services sociaux  
des Laurentides  
**Québec** 

LE CISSS DES LAURENTIDES  
complice de votre santé

## Le trouble d'accumulation et d'encombrement

Peu d'espace,  
trop de choses



Communications - Novembre 2023

Dépliant d'information

Québec 

# Le trouble d'accumulation et d'encombrement

## Le trouble d'accumulation et d'encombrement

Le trouble d'accumulation et d'encombrement se définit comme étant un comportement d'accumulation qui :

- amène un encombrement visible et extrême du logement;
- perturbe l'espace de vie;
- menace la santé de l'utilisateur.

Cela peut être accompagné ou non de malpropreté.



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

Le problème survient souvent de façon insidieuse. Le désordre s'installe tranquillement et perturbe les espaces de vie comme la cuisine, la salle de bain et la chambre.

Il y a tellement d'objets que ceux-ci causent un encombrement important du domicile.

## Quelle est la différence entre le désordre et l'encombrement

**Le désordre**, c'est quand les choses ne sont pas à leur place bien rangées et classées.

**L'encombrement**, c'est quand une pièce est remplie à l'excès, on ne peut plus circuler et on en perd son utilité.



Dégagé

Désordre

Encombré

## Qu'est-ce qui explique ce comportement?

- Cela peut être une cause temporaire, telles 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, il est normal de 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.

## En général, qui souffre du trouble d'accumulation et d'encombrement?

- De 1 à 2 % de la population.
- Généralement des personnes seules.
- Autant les hommes que les femmes.
- Une proportion de 10 % des personnes âgées de 65 ans et plus.

*Nous pouvons vous aider à retrouver votre espace.*

*Des ressources sont disponibles pour vous soutenir.*