



1. Reconnaître les signes du syndrome de Diogène

Accumulation excessive, logement invivable, isolement social, refus d'aide : ce sont les premiers signaux. Ce trouble n'est pas une question d'hygiène ou de paresse, mais souvent un symptôme d'une pathologie sous-jacente.

2. Que dire (et ne pas dire) à un proche ?

A dire : Je suis inquiet , On peut trier ensemble une petite partie ? , Tu mérites un cadre plus sain.

A éviter : C'est sale , Tu es irresponsable , ou jeter ses affaires sans autorisation. Le respect est essentiel.

3. Quand faut-il alerter un médecin ?

Si la situation est grave, un médecin traitant ou un CMP (centre médico-psychologique) peut être saisi. En cas de danger immédiat, contactez les secours ou les services sociaux de votre commune.

4. Comment ne pas culpabiliser ?

Vous ne pouvez pas tout porter seul. Reconnaître ses limites, demander de l'aide, c'est agir. Vous avez le droit de poser un cadre, de refuser d'entrer dans le logement, ou de déléguer.

5. Comment se déroule une intervention ?

Extrême Clean intervient en 24-48h : évaluation, devis gratuit, nettoyage complet, tri, désinfection, dératisation si besoin. Nous travaillons avec discrétion et humanité, main dans la main avec les familles.

6. 10 conseils pour aider sans se puiser

1. Observez sans juger
2. Parlez avec bienveillance
3. Respectez son rythme
4. Fixez vos propres limites
5. Ne jetez rien sans accord
6. Contactez un professionnel de santé
7. Parlez à un service social
8. Cherchez des relais (associations, tuteurs...)



10 conseils pour les proches - Guide Extrême Clean

9. Confiez le nettoyage a des pros

10. Prenez soin de vous aussi

Besoin daide ou dun devis ?

Appelez-nous au 09 80 40 58 71 ou ecrivez-nous depuis notre formulaire de contact.

Nous sommes disponibles 7j/7, partout en France.