

# HOME STAGING

## Cahier d'exercices

---



Un carnet à remplir  
entre deux rendez-  
vous (ou deux cafés),  
pour celles qui rêvent  
de changement...

Et si, ce mois-ci, au lieu de chercher à tout planifier, vous décidiez juste de faire le point ?

Pas de pression. Pas de to-do géante.

Juste un peu de temps pour vous. Pour écouter cette petite voix qui vous dit parfois : « Et si je changeais de voie ? »

Ce carnet est à remplir à votre rythme, à n'importe quel moment de l'année, pour réfléchir à ce que vous voulez vraiment...

Et peut-être découvrir que le home staging est une option plus accessible et excitante que vous ne l'imaginiez.

SWEET HOME STAGING ACADÉMIE



**PARTIE 1**

# Et si je faisais le point ...



SWEET HOME STAGING ACADEMIE

# Exercice 1

## Ce que je veux fuir / Ce qui m'attire

À remplir sans filtre ! Laissez parler votre intuition, pas votre raison ✍️

### Ce que je ne veux plus :

- Me lever à reculons le lundi
- Travailler sans passion
- Attendre la retraite pour vivre
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

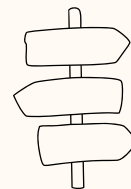


### Ce que j'ai envie de vivre :

- L'autonomie
- Un métier créatif et concret
- La liberté de vie et d'horaires
- 
- 
- 
- 
- 
- 
-



# Mini test : Suis-je faite pour le Home Staging ?



Répondez spontanément...

**J'adore repenser un espace et l'optimiser**

→  oui  non

**Je suis à l'aise pour convaincre, expliquer, embarquer**

→  oui  non

**J'ai envie d'un métier où je vois le résultat de mon travail**

→  oui  non

**Je préfère agir vite plutôt que rester bloquée dans la théorie**

→  oui  non

**Je rêve d'être libre dans mon emploi du temps**

→  oui  non

🔍 Si vous avez coché 4 ou 5 fois "oui" : c'est peut-être le signe que ce métier vous correspond.

👉 Et si vous doutez encore, continuez le carnet...



**PARTIE 2**

# Le home staging en vrai



SWEET HOME STAGING ACADEMIE

# VRAI ou FAUX ?

## Les idées reçues



Cochez ce que vous pensez vrai, puis lisez les réponses :

**Le home staging, c'est faire une déco qui plait à tout le monde**

→  Vrai  Faux

**En home staging, il faut tout changer et remettre à neuf**

→  Vrai  Faux

**C'est un métier où il vaut mieux être manuelle et bricoleuse**

→  Vrai  Faux

**C'est plus facile si on est déjà décoratrice d'intérieur**

→  Vrai  Faux

**On peut en vivre rapidement**

→  Vrai  Faux



→  Faux : c'est un outil de valorisation pour vendre vite et mieux

→  Faux : on part toujours de l'existant, on valorise.

→  Faux : c'est un métier de conception et de coordination.

→  Faux : ce sont deux métiers différents.

→  Vrai : dès vos premières missions !

# Une journée dans la peau d'une home stager

- 09h00 – Café & revue du planning
- 10h00 – Visite d'un bien vide à aménager
- 11h30 – Brief avec l'agence immobilière
- 14h00 – Shopping déco
- 17h00 – Reco client & devis
- 18h00 – Détente (la liberté, c'est aussi ça !)

👉 Ce n'est pas une routine figée, mais une vie pro variée et indépendante.



## Je me projette : et si c'était moi ?

Complétez ces phrases sans réfléchir trop longtemps :



Mon premier client serait peut-être ...

---

---

J'aimerais transformer un appartement avec ...

---

---

Mon compte Instagram s'appellerait ...

---

---

Mon style à moi, ce serait plutôt ...

---

---

Ce que je redoute un peu, c'est ...

---

---

Ce que j'ai très envie de vivre, c'est ...

---

---

**PARTIE 3**

# Ce qui me retient Ce qui m'appelle



## Mes forces

Cochez celles qui vous parlent le plus

- Je suis créative
- J'ai l'oeil
- Je suis à l'aise en relation client
- Je suis motivée
- Je suis organisée
- Je suis déterminée
- Je fourmille d'idées
- J'ai le sens de l'harmonie
- J'adore résoudre les problèmes
- Je suis autonome
- J'ai le souci du détail
- Je repère tout de suite ce qui cloche dans une pièce



## Mes freins

Ce qui me bloque ou me fait douter

- Je ne sais pas par où commencer
- Je ne sais pas où trouver les clients
- Je suis trop vieille pour me reconvertir
- Je n'ai jamais été à mon compte
- Je ne me sens pas légitime
- Je ne me sens pas l'âme entrepreneur
- J'ai du mal à parler d'argent
- J'ai peur qu'on me juge
- Je ne connais personne en immobilier
- Je me dis que c'est trop beau pour moi
- Je me compare souvent aux autres
- La nouveauté me fait peur

Ce carnet n'était que le début de  
votre réflexion...

Mais si vous ressentez cet élan au  
fond de vous, ne l'ignorez pas.

Le home staging a changé ma vie, il  
pourrait bien transformer la vôtre  
aussi.

Je vous souhaite de beaux moments  
de clarté et peut-être à bientôt !

*Alexia*