HARMONY
DÉCO INTÉRIEUR

Guide gratuit offert par Harmony Déco Intérieur

Et si votre intérieur avait simplement besoin d'être regardé autrement ?

Comprendre ce qui vous dérange, porter un nouveau regard sur votre intérieur et identifier ce qui mérite réellement de changer.



RESSENTIR · VIVRE · APAISER · VALORISER

Quatre clés pour mieux comprendre votre intérieur, sans avoir à tout changer.

Et si quelque chose vous dérangeait chez vous, sans que vous sachiez vraiment pourquoi ?

Avant de regarder votre intérieur, je m'intéresse à ce que vous ressentez.



Nathalie Touly,
Fondatrice d'Harmony Déco Intérieur

Vous avez peut-être déjà éprouvé cette sensation désagréable de ne plus vous sentir tout à fait bien dans une pièce, sans parvenir à identifier ce qui vous gêne.

On pense parfois qu'il faudrait tout revoir. Pourtant, le problème ne vient pas nécessairement de la décoration elle-même.

Une lumière mal adaptée, une circulation peu fluide, des meubles dont les proportions ne correspondent plus à l'espace ou une accumulation d'éléments visibles peuvent influencer votre quotidien.

C'est à partir de ce ressenti que je commence mon travail.

J'écoute ce que vous me racontez, puis j'observe votre intérieur pour comprendre ce qui peut expliquer cette sensation, en tenant compte de vos habitudes, de vos besoins et de ce qui fonctionne déjà.

Mon parcours dans le soin m'a appris à considérer chaque personne dans sa globalité. Aujourd'hui, j'apporte cette même attention aux lieux de vie et à ceux qui les habitent. À travers ce guide, je vous invite à découvrir quatre clés : **Ressentir**, **Vivre**, **Apaiser** et **Valoriser**.

Quatre façons de porter un regard différent sur votre intérieur, de mieux comprendre certaines difficultés et d'identifier ce qui mérite réellement votre attention.

CLÉ 1 · RESSENTIR

« Je ne me sens plus tout à fait bien ici. »

Le ressenti est un indice, pas encore une explication.



Une pièce peut sembler froide, étouffante ou peu accueillante même si elle est joliment décorée. Cette sensation mérite d'être entendue, sans supposer qu'il faut tout remplacer.

MON REGARD DE DÉCORATRICE

Lorsqu'une personne décrit une pièce comme « froide », « oppressante » ou « vide », je ne m'arrête pas à cette première impression. J'observe notamment la lumière, les proportions et les matières pour comprendre ce qui peut provoquer ce ressenti.

À OBSERVER CHEZ VOUS

Observez une pièce à deux moments de la journée. Votre ressenti change-t-il avec la lumière ou la manière dont vous l'utilisez ?

CE QUE CETTE OBSERVATION NE DIT PAS ENCORE

Ce premier constat peut révéler une première piste, sans suffire à identifier ce qu'il faudrait réellement modifier.

CLÉ 2 · VIVRE

Votre maison n’est pas un catalogue.

Un intérieur doit accompagner la vie, pas la mettre en scène.



Les coussins bougent, les objets circulent et les habitudes évoluent. Un intérieur peut être esthétique sans être pratique. Il peut aussi être vivant, avec ses objets du quotidien, tout en restant agréable à habiter.

MON REGARD DE DÉCORATRICE

J’observe les gestes du quotidien : les déplacements, les objets que l’on pose toujours au même endroit, les meubles que l’on contourne. Ces détails me parlent des usages réels, pas d’une pièce idéale figée sur une photographie.

À OBSERVER CHEZ VOUS

Pendant une journée, repérez un trajet peu fluide ou un endroit où les objets s’accumulent naturellement.

CE QUE CETTE OBSERVATION NE DIT PAS ENCORE

Ce repérage révèle une habitude ou un besoin ; il ne détermine pas, à lui seul, le meilleur agencement.

« J'ai beau ranger, ça paraît toujours chargé. »

Et si ce qui fatigue venait aussi de ce que le regard doit absorber ?



Une pièce peut être rangée sans paraître visuellement apaisée. Les objets, les matières et les souvenirs lui donnent du caractère et racontent une histoire. Mais lorsque trop d'éléments sollicitent le regard en même temps, certaines personnes peuvent ressentir une forme de surcharge visuelle.

MON REGARD DE DÉCORATRICE

Une personne m'a confié avoir l'impression que sa pièce n'était jamais rangée. En l'observant, j'ai surtout remarqué une accumulation d'éléments visibles et peu d'endroits où le regard pouvait se poser. Ce qu'elle percevait comme du « désordre » pouvait aussi être lié à une surcharge visuelle.

À OBSERVER CHEZ VOUS

Depuis l'entrée, observez les zones qui attirent immédiatement votre regard. Sont-elles nombreuses et dispersées ?

CE QUE CETTE OBSERVATION NE DIT PAS ENCORE

Cette observation met en lumière une piste, sans établir quelles modifications seraient adaptées à vos habitudes et à la pièce entière.

CLÉ 4 · VALORISER

Et si une partie de la réponse était déjà chez vous ?

Conserver ce qui compte, changer ce qui doit l'être.



Un meuble ancien, un fauteuil auquel on tient ou un objet chargé de souvenirs peuvent devenir le point de départ d'un intérieur personnel, plutôt qu'un obstacle à contourner.

MON REGARD DE DÉCORATRICE

Je regarde ce qui fonctionne déjà, ce qui a une valeur affective ou pratique et ce qui pourrait trouver une nouvelle place. Valoriser l'existant ne veut pas dire tout conserver : il s'agit de faire des choix cohérents plutôt que de remplacer par réflexe.

À OBSERVER CHEZ VOUS

Avant un achat, identifiez un élément que vous souhaitez garder et le besoin réel auquel le nouvel objet devrait répondre.

CE QUE CETTE OBSERVATION NE DIT PAS ENCORE

Ce questionnement aide à clarifier vos priorités, mais ne construit pas encore une direction décorative pour l'ensemble de la pièce.

LE REGARD PROFESSIONNEL

Comprendre ce qui vous gêne, c'est une chose. Savoir quoi changer en est une autre.



CE QUE CES QUATRE CLÉS VOUS ONT PERMIS DE DÉCOUVRIR

Votre ressenti, vos habitudes, ce qui sollicite votre regard et les éléments auxquels vous tenez sont autant d'indices pour mieux comprendre votre intérieur.
Mais chaque pièce est différente. Et une difficulté peut avoir plusieurs causes qui se combinent.

C'EST LÀ QUE MON REGARD DE DÉCORATRICE PREND TOUT SON SENS.

Je mets ces éléments en relation pour identifier ce qui fonctionne déjà, comprendre ce qui mérite réellement d'être modifié et vous orienter vers des choix cohérents avec votre manière de vivre.

Parce qu'améliorer son intérieur ne signifie pas nécessairement tout changer.

POUR ALLER PLUS LOIN

Vous avez commencé à regarder autrement. Et maintenant ?



Vous n'avez pas besoin d'avoir toutes les réponses, ni même de savoir précisément ce que vous souhaitez changer.

Nous pouvons simplement commencer par échanger sur ce qui vous préoccupe dans votre intérieur, vos envies et ce que vous aimeriez voir évoluer.

Votre prochaine étape

Demandez votre Éveil d'Harmonie offert

Un échange découverte de 20 à 30 minutes, sans engagement, pour parler de votre projet et identifier l'accompagnement adapté.

Cet échange ne comprend pas de diagnostic décoratif