

Conférence

# “ HABITAT & MIEUX-VIVRE “


Programme


30.05.26 - MATRAN  
(Restaurant L'EMBUSCADE)



9h00 **Laura Pochon - Décoratrice d'intérieur, Espace Bureau & Habitat**  
**Un intérieur qui s'adapte à vous (et pas l'inverse)**

Un premier appartement, une naissance, un départ à la retraite... nos besoins évoluent au fil de la vie. Et si votre intérieur évoluait avec vous, pour mieux vous accompagner à chaque nouvelle étape ?

 lou.creations.deco  
espace\_bureau.habitat


 www.lou-decoration.ch  
www.espacehabitat.ch




9h30 **Hélène Girard - Hôte du podcast "Faminimaliste"**

**Dépasser ses blocages face au tri**

Désencombrer ne se résume pas à trier des objets: cela touche aussi à nos peurs, nos habitudes et notre histoire. Comprenez les blocages fréquents (objets sentimentaux, "au cas où") et repartez avec des pistes concrètes pour avancer plus sereinement.

 faminimaliste


 www.faminimaliste.com



10h00 **Melanie Liao - Spécialiste en sommeil SomniTEQ**

**Prendre soin de son sommeil: le luxe ultime**

Découvrez comment protéger votre sommeil dans votre chambre à coucher pour profiter d'un sommeil de qualité et gagner en énergie et bien-être au quotidien.

 somniteq

 www.somniteq.ch




*pause café*

11h15 **Sandra Purro - Conseillère financière Padea**

**Financer son projet immobilier: les questions essentielles à se poser**

Choisir de beaux matériaux pour rénover ou aménager un intérieur est un vrai plaisir. Réfléchir à leur financement...un peu moins. Découvrez vos possibilités de financement et réalisez à quel point cela peut être simple.


 padea.sa


 www.padea.ch



11h45 **Laura Pochon - Décoratrice d'intérieur, Espace Bureau & Habitat**  
**Et si vous osiez la couleur ?**

Apprenez les bases essentielles pour intégrer la couleur avec équilibre avec des conseils d'associations pour créer une ambiance qui vous ressemble.

 lou.creations.deco  
espace\_bureau.habitat

 www.lou-decoration.ch  
www.espacehabitat.ch



*pause de midi*

14h00-16h00

*après-midi créative*


L'après-midi est consacrée à 2 ateliers créatifs en parallèle, pour prendre le temps, expérimenter, créer et repartir avec une touche personnelle qui embellira votre intérieur.


L'inscription à un atelier inclut le billet d'entrée à la conférence. Attention, le nombre de places est limité !

**Charlotte - Nomade Stories**

**Atelier décoration textile**

Lors de cet atelier, vous pourrez composer une décoration textile unique en assemblant différentes matières. Superpositions, nœuds, enroulements et associations de textures permettront de créer une pièce personnelle et expressive.

 nomade\_stories


 www.nomadestories.ch




**Déborah - Jardins sur Pérolles**

**Atelier cloche en fleurs séchées**

Lors de cet atelier, vous réaliserez une cloche en fleurs séchées, délicate et intemporelle et vous serez guidé.e.s pas à pas dans la création de votre composition, avec des conseils pour harmoniser les couleurs, choisir les fleurs et équilibrer les volumes.

 jardinsurperolles

 www.perolles29.ch



## INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES

Inscription obligatoire sur le site [www.lou-decoration.ch](http://www.lou-decoration.ch)

**Prix d'entrée conférence 22 Chf** (enfants < 16 ans: gratuit)

**Prix de l'atelier créatif 80 Chf** (incl. entrée de 22Chf)

**Repas de midi 18 Chf** (buffet de grillades/salades, incl. boissons)