

# Contenu détaillé de la formule

## HABITAT&JARDIN

- **Penser vos espaces intérieurs et extérieurs en même temps est vraiment un plus qui permet cohérence et harmonie**
- **Votre lieu de vie prend tout son sens. Il vous permet à tous d'y vivre en pleine conscience, en accord avec vos valeurs et ce qui a du sens pour vous.**
- **Vous faites également une économie de temps, d'énergie et d'argent !**
- **Faire votre design intérieur et extérieur en même temps ne vous oblige pas à les réaliser tout de suite**

### Thèmes abordés

#### ✓ **Permaculture**

- Philosophie de la permaculture qui honore la Vie sur terre au sens large
- 12 principes (Voir la fleur de la permaculture)
- Trucs et astuces pour augmenter la biodiversité et produire à profusion légumes, fruits et fleurs comestibles sans passer tous vos week-ends à jardiner....

#### ✓ **Design de vos espaces en lien avec leurs fonctions et les besoins de chacun**

- Richesse d'un design (vision globale, prise en compte de l'humain, l'animal et de la végétation, interactions des tous les éléments entre eux...)
- Partage des besoins de chacun dans l'écoute et la bienveillance
- Différentes possibilités qu'offrent les lieux
- Distribution des espaces avec des solutions win-win pour que chacun trouve sa place
- Réorganisation des espaces pour allier convivialité et efficacité
- Faisabilité autant au niveau de votre budget que de votre disponibilité et de l'investissement que chacun a envie d'y mettre

#### ✓ **Décoration en lien avec l'atmosphère souhaitée**

Tous les éléments qui peuvent contribuer à rendre l'ambiance qui vous stimule et reflète votre personnalité, vos goûts, ce qui fait de vous un être ou une famille unique :

- à l'intérieur (couleurs des murs et des châssis, styles de meubles, objets, rideaux, stores ou volets...)
- à l'extérieur (potager, verger, poules, terrasses, meubles de jardin, coin de repos à l'ombre, espace de jeux...)

#### ✓ **Création d'un maximum de biodiversité**

- Valeur économique, sociale, culturelle et esthétique de la biodiversité
- Ex : pollinisation des cultures, maintien d'un sol fertile pour la production alimentaire, transformation de déchets et de polluants, régulation des ravageurs des cultures par leurs ennemis naturels, mise à disposition de matières premières pour l'industrie, production de médicaments...

### ✓ **Choix des plantations**

- Equilibre entre plantes nourricières sauvages, plantes nourricières annuelles, plantes décoratives, arbres fruitiers en lien avec l'atmosphère souhaitée
- Temps et énergie disponibles

### ✓ **Trucs et astuces pour un entretien facile**

- Autonomie maximum en créant un écosystème favorable, en laissant travailler la nature à notre place le plus possible et ensuite, lui faire confiance et la laisser se déployer sans trop intervenir
- Ex : Cultures associées, paillage, choix des plantations...
- Réduction des superficies à tondre...

### ✓ **Résistances aux changements**

- Exploration et travail sur vos croyances limitantes (On ne mettrait jamais tout le monde d'accord, je n'ai pas la main verte, un potager, ça prend trop de temps...) grâce aux merveilleux outils de la psycho-énergétique que, rapidement, vous pourrez chacun utiliser par vous-même

### ✓ **Rangement et désencombrement**

- Stratégies faciles (se poser les bonnes questions) pour régulièrement trier, choisir que donner, partager ou recycler et le moins possible jeter
- Sens de l'organisation au niveau de vos papiers administratifs, de vos cours, de vos placards, de votre cuisine, de vos vêtements, de vos outils...

### ✓ **Hygiène de vie**

Des espaces propices à tous les facteurs de votre bien-être :

- à l'intérieur pour qu'ils favorisent votre sommeil, votre envie de vous lever le matin, de cuisiner, de vous mettre à table et manger sainement, de partager des moments ensemble, de travailler ou d'étudier...
- à l'extérieur pour qu'ils favorisent votre envie de jouer, de vous reposer à l'ombre, de cultiver et manger sainement, de partager des moments conviviaux, de travailler ou d'étudier au grand air, de synthétiser de la vitamine D au soleil...

### ✓ **Trucs et astuces pour un entretien éco**

- Produits qui respectent la santé de notre planète
- Zéro déchet en achetant en vrac ou en utilisant du fait maison

### ✓ **Partage des tâches dans la joie**

- Gestion des tâches réalistes pour maintenir ordre et propreté auquel chacun adhère grâce à l'outil de la CNV (Communication Non Violente) et le concept du « win-win »

### ✓ **Partage de votre projet et des tâches dans la joie**

- Projet d'un membre de la famille ou de toute la famille
- Projet d'un membre de la famille et petites mains pour aider
- Projet d'un jardin collectif

- Pas le goût de cultiver un potager ? Prêter un coin de votre jardin à un voisin qui n'en a pas
  - Gestion des tâches réalistes aux quelles chacun adhère grâce à l'outil de la CNV (Communication Non Violente) et le concept du « win-win » pour les vivre comme un plaisir et non comme une corvée
- ✓ **Mode de vie durable**
- Gestes pour participer au bien-être de notre planète : économiser l'énergie et l'eau, recycler, moins acheter ou acheter d'occasion, composter, réduire les superficies à tondre, récolter et échanger vos graines, utiliser des plantes pérennes, des plantes sauvages...
  - Observation des plantes et des animaux (insectes, limaces, papillons...), leurs interactions, leurs besoins...
  - Gratitude à l'égard de tout ce que la nature nous offre généreusement
- ✓ **Solutions win-win privilégiées**
- Outils de la CNV pour remplacer les compromis pas toujours satisfaisants, même parfois frustrants et trouver des solutions « win-win » avec lesquelles chacun sera réellement partant

## Déroulement de votre parcours

- **Etape 1 : Préparation de notre 1<sup>ère</sup> rencontre**
  1. Compléter vos 2 fleurs (cadeaux de bienvenue) et m'envoyer les résultats
  2. Compléter le questionnaire et me le renvoyer
  3. Après réception et analyse des points 1 et 2, vous envoyer le montant des étapes 2 et 3 (Le prix est fixé en fonction de la taille et de la complexité de votre projet)
  4. M'envoyer votre accord et la preuve de paiement de l'étape 2 et 3
- **Etape 2 : 1<sup>ère</sup> rencontre de 2h sur place**
  1. Visiter les lieux
  2. Me remettre les plans
  3. Faire un brainstorming de vos envies, besoins, contraintes (temps, budget, aspects techniques...)
- **Etape 3 : De mon côté**
  1. Explorer les possibles et éventuels échanges de questions-réponses
  2. Planifier mon suivi et le nombre de rencontres nécessaires en fonction de la taille et de la complexité de votre projet
  3. Vous envoyer mes propositions et un outil d'évaluation
- **Etape 4 : De votre côté**
  1. Accepter mon devis détaillé et en payer 50% ou le commenter jusqu'à ce qu'on trouve le devis qui vous convient
  2. Utiliser les outils qui se trouvent dans la boîte à outils pour vous ouvrir aux 'possibles' et profiter au mieux de votre accompagnement

3. Partager vos prises de conscience, l'évolution de vos idées, envies, besoins... et vos questions
4. Evaluer comment mes propositions raisonnent en vous sur une échelle de 0 à 10 à partir d'affirmations que je vous aurai envoyées
5. Partager vos résultats et vos commentaires par retour de mail

- **Etape 5 : De mon côté**

1. Analyser toutes les données que vous m'aurez envoyées, plus vous serez précis, mieux je pourrai préparer notre 2<sup>ème</sup> rencontre
2. Créer un mindmap avec toutes les données (goûts, envies, besoins, contraintes, accord ou désaccord de certains...) que vous m'aurez fournies à partir desquels je pourrai créer le design de votre jardin

- **Etape 6 : Notre 2<sup>ème</sup> rencontre de 2h sur place**

1. Echanger sur le matériel que je vous apporterai (Mindmap, croquis, couleurs, photos, matériaux divers, etc.)
2. Se mettre d'accord sur ce que vous voulez

- **Etape 7 : De mon côté**

1. Créer le design sur grand format à l'échelle des plans que vous m'aurez fourni
2. Faire le cahier de charges pour pouvoir réaliser le projet vous-même ou faire appel à un professionnel ou un mélange des deux (possibilité d'étalement si nécessaire)

- **Etape 8 : Notre 3<sup>ème</sup> rencontre de 1h30 à mon cabinet**

1. Vous remettre votre design et vous l'expliquer
2. Recevoir votre feedback
3. Payer le solde de 50% du devis au comptant sauf si nous avons un accord d'étalement

- Des étapes supplémentaires pourraient être nécessaires si en cours de projet de nouvelles données apparaissent. Dès lors, on décidera ensemble de ce qu'il y a lieu de faire et un nouveau devis vous serez soumis.
- Votre design ne doit pas être nécessairement suivi de la réalisation du projet. Vous pouvez prendre le temps de vous en imprégner, de demander différents devis et de former le budget. Si vous en avez besoin, on pourra toujours prévoir une séance pour faire le point avant la réalisation de votre projet.

## *Ça vous tente ?*

Inscrivez-vous à votre **séance découverte gratuite** et vous serez fixé !