

---

TRANSFORMEZ VOTRE  
INTÉRIEUR EN UN COCON  
AUTOMNAL CHALEUREUX ET  
AUTHENTIQUE

Guide conseil



# PENSÉE DE SAISON

Alors que l'automne s'installe doucement, il est temps de réinventer nos espaces pour les rendre plus chaleureux, plus personnels, et surtout, plus apaisants.

Cette période de l'année, où la nature ralentit et se pare de teintes douces, nous invite à en faire de même dans nos intérieurs.

Chez **Intérieur & Soi**, nous croyons fermement que chaque objet de décoration peut raconter une histoire, refléter une émotion et contribuer à transformer nos maisons en véritables refuges.

Que vous soyez à la recherche d'une ambiance réconfortante ou d'une touche de poésie artisanale, nous espérons que ces pages sauront éveiller votre créativité et vous encourager à explorer la magie de l'automne chez vous.

Prenez le temps de vous reconnecter à votre intérieur, et surtout, à vous-même.

Belle lecture et douce transformation.

Joëlle,  
Fondatrice d'Intérieur & Soi



Intérieur & Soi

“

L'automne est le printemps de l'hiver.  
*Henri de Toulouse-Lautrec*

”



# 01

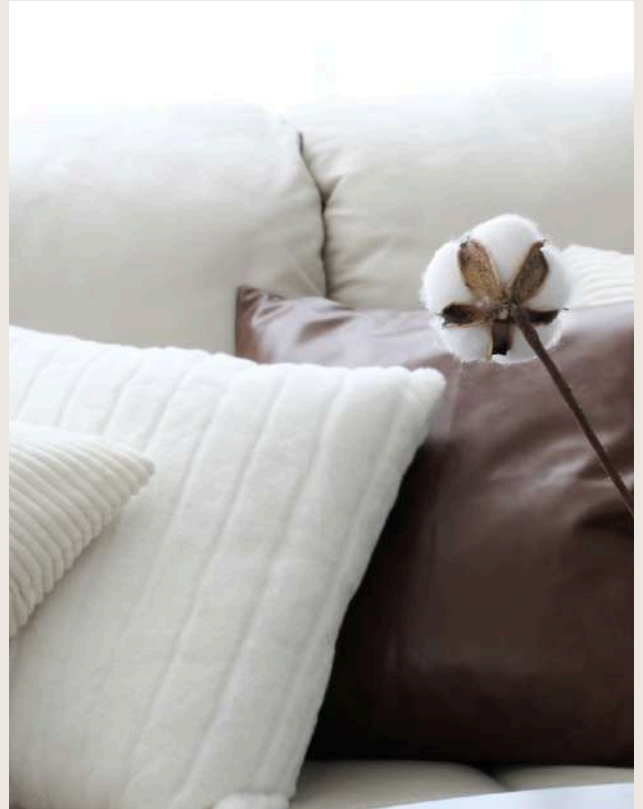
## CHOISIR DES PIÈCES CHARGÉES D'ÉMOTION ET DE SENS

L'automne est propice à la reconnexion avec vos souvenirs et vos émotions. Selon l'écrivain George Moore, "Un homme voyage pour se découvrir, mais parfois il ne voit rien, jusqu'à ce qu'il revienne chez lui." Ce sont souvent les objets du quotidien qui nous rappellent qui nous sommes. Une céramique héritée, un souvenir rapporté d'un voyage lointain, ou encore un cadeau chargé d'émotion peuvent transformer un espace en cocon intime.



### *Conseils pratiques :*

- Intégrez des objets hérités ou artisanaux pour apporter une touche unique et personnelle à votre intérieur.
- Souvenirs de voyage ou cadeaux familiaux peuvent être au cœur de votre décoration.
- Optez pour des bougies parfumées et textiles rappelant des souvenirs précieux.



## | 02

### MISER SUR LE CONFORT AVEC DES MATIÈRES NATURELLES

L'automne est la saison où l'on aspire à se réfugier dans la douceur des matières naturelles. En intégrant des matières telles que la laine, le coton ou le lin, vous créez un espace où chaque élément invite à la détente. Un plaid en laine mérinos, des coussins en lin tissé, ou encore un tapis artisanal apportent non seulement du confort, mais aussi une connexion à l'essentiel.

#### *Conseils pratiques :*

- Investissez dans des plaids et coussins en matières naturelles pour un intérieur cosy et chaleureux.
- Ajoutez des tapis artisanaux, parfaits pour habiller le sol d'une texture douce et confortable.
- Mixez les textures pour accentuer l'effet cocooning dans votre espace : "Le luxe est dans chaque détail" (Hubert de Givenchy).

# 03

## CRÉER UNE AMBIANCE CHALEUREUSE AVEC DES COULEURS D'AUTOMNE

Les couleurs jouent un rôle essentiel pour renforcer l'atmosphère d'un intérieur. Pour l'automne, misez sur des tons naturels comme les ocres, bruns, oranges mais aussi le vert mousse, qui rappellent les paysages changeants de la saison. Ces couleurs réchauffent visuellement votre intérieur, tout en s'harmonisant parfaitement avec des pièces artisanales et des matières naturelles.



### Conseils pratiques :

- Utilisez des accessoires comme des coussins ou des rideaux dans des tons chauds pour renforcer l'atmosphère automnale.
- Introduisez des objets en bois, en céramique pour un intérieur à la fois chaleureux et authentique.
- Osez les mélanges de couleurs inspirés de la nature.

# 04

## VALORISER L'ARTISANAT : UNE DECORATION PLEINE DE SENS

Dans un monde qui va vite, l'artisanat est le symbole même du « slow living ». Chaque création est unique, et derrière chaque pièce se cache une histoire. Comme le disait William Morris, "N'ayez rien chez vous que vous ne sachiez utile ou que vous ne trouviez beau." Chaque pièce fabriquée à la main, qu'il s'agisse d'un vase en céramique ou d'un tapis tissé à la main, incarne l'authenticité. Chaque objet est le témoin de l'amour du travail bien fait. L'artisanat enrichit votre espace de vie et le rend profondément personnel. Il permet de donner à votre intérieur une âme.



### *Conseils pratiques :*

- Explorez des objets artisanaux issus de différents savoir-faire pour diversifier votre décoration.
- Recherchez des pièces qui racontent une histoire ou s'inspirent de techniques ancestrales.
- Combinez plusieurs créations pour enrichir votre espace.



# 05

## FAIRE DE VOTRE INTÉRIEUR UN REFUGE ACCUEILLANT

Votre maison doit être un lieu de refuge et de bien-être.

Créez des coins cosy dédiés aux moments de bien-être.

Un fauteuil confortable près d'une fenêtre, quelques livres préférés, des bougies, des plaids, tout cela contribue à créer une ambiance douce et réconfortante.

### *Conseils pratiques :*

- Utilisez un éclairage doux pour créer une atmosphère apaisante.
- Personnalisez votre espace avec des objets porteurs de souvenirs.
- Créez des coins cosy pour vous réfugier, vous ressourcer sur un fauteuil confortable près d'une fenêtre, notamment pour des moments de lecture ou de méditation.

©interieuretsoi





# | 06

## ENRICHIR L'ATMOSPHERE AVEC DES SENTEURS ET DES SONS APAISANTS

L'automne ne se vit pas seulement à travers ce que l'on voit, mais aussi à travers ce que l'on ressent. Intégrer des senteurs et des sons dans votre décoration permet de créer une atmosphère encore plus enveloppante et réconfortante. Des bougies parfumées aux notes boisées ou épicées, des diffuseurs d'huiles essentielles ainsi qu'une sélection musicale apaisante peuvent faire toute la différence pour transformer votre intérieur en un sanctuaire de détente.

### *Conseils pratiques :*

- Choisissez des bougies parfumées avec des senteurs chaleureuses comme la cannelle, le cèdre ou la vanille pour une ambiance automnale complète.
- Utilisez un diffuseur de parfums pour parfumer discrètement votre espace.
- Créez des playlists de musiques douces ou des bruits de nature pour accompagner vos moments de repos et renforcer votre sensation de confort.

## UN COCON D'AUTOMNE CHALEUREUX ET AUTHENTIQUE

L'automne est le moment parfait pour redonner vie à votre intérieur et lui offrir une autre perspective avec des objets porteurs de sens, des matières naturelles et des couleurs chaleureuses.

Comme l'écrivait Marcel Proust,

“  
Le véritable voyage de découverte  
ne consiste pas à chercher de  
nouveaux paysages, mais à avoir de  
nouveaux yeux  
”

## À PROPOS DE CE GUIDE

Ce mini-guide a été conçu pour vous inspirer et vous donner des idées pour intégrer des objets chargés d'émotions dans votre décoration automnale.

Chez **Intérieur & Soi**, nous croyons que chaque objet raconte une histoire et mérite une place spéciale dans votre espace de vie.

N'hésitez pas à nous contacter ou à nous suivre sur Instagram et Facebook pour partager vos idées et vos créations.

**Pour ne rien manquer de nos conseils déco et de nos inspirations saisonnières, abonnez-vous à notre newsletter et recevez des idées exclusives directement dans votre boîte mail.**

[Je m'abonne](#)



Nous sommes impatients de voir comment vous transformerez votre intérieur en un cocon automnal authentique et plein de sens.



[WWW.INTERIEURETSOI.COM](http://WWW.INTERIEURETSOI.COM)