



## INFORMATIONS



MOLSHEIM Château des Rohan

(Pléaïde)



Début le jeudi 17 novembre 2022



DURÉE : 02:00

**PROFILS :** Accompagnatrice simplicité et désencombrement

**PRE REQUIS :**

Aucun!

**MATERIEL :** Aucun

**CODE ACTIVITÉ :** 7MO0303

**Prix :** 20.00 €

## DESCRIPTION

La période récente nous a amenés à passer plus de temps chez nous et à réaliser l'importance de notre lieu de vie au quotidien et sur notre bien-être en général.

Pour améliorer leur habitat, beaucoup de gens pensent prioritairement travaux et aménagements.

Mais bien souvent, la problématique n'est pas une question d'espaces insuffisants mais plutôt de trop plein d'objets qui envahissent nos espaces de vie et deviennent une charge à gérer au quotidien.

Notre habitat devrait être avant tout un lieu d'apaisement pour se ressourcer et s'adapter réellement à notre mode de vie et nos besoins.

Les courants minimalistes en vogue aujourd'hui prônent le lien entre bien-être et habitat épuré.

Bien au delà du simple rangement, prendre le temps de faire le tri, de se poser des questions sur chacun des objets qui nous entourent, sur nos liens à eux, nos difficultés à nous en séparer et le pourquoi de cette accumulation peut être un travail porteur pour vivre mieux avec moins, dans un environnement simplifié pour votre quotidien.

Tout au long de cet atelier, nous évoquerons ensemble des pistes de réflexion pour

- des repères et des inspirations sur les principaux courants ou références minimalistes
- les questions à se poser pour entreprendre un grand allègement de sa maison
- les méthodes à aborder pour s'attaquer à ce chantier quand on en ressent le besoin
- des conseils et concepts pour réorganiser les espaces plus simplement et gagner en fluidité
- des partages d'expériences, de vos difficultés et blocages, pour comprendre quels leviers trouver pour passer à l'action pour simplifier votre vie quotidienne et respirer chez vous!



# Vivre mieux avec moins : alléger son habitat pour alléger son esprit



Mme OLSZAK Sarah

## OBJECTIFS

Grâce à cet atelier fait d'échanges et de partages, vous repartirez avec des inspirations et des méthodes pour revoir votre maison avec un nouveau regard, allégé et désencombré, pour plus de simplicité au quotidien.

L'objectif principal : simplifier votre vie quotidienne grâce à un allègement et une réorganisation de votre habitat pour vivre mieux avec moins!

## SÉANCES

Jour	Date	Horaire	Durée	Lieu
Jeudi	17-11-2022	18:30	02:00	Château des Rohan, 39 rue du Château - 67190 MUTZIG