

# Checklist

## Votre intérieur est-il propice au bien-être ?

### 1. La circulation dans la maison

- L'entrée est dégagée
- Les couloirs ne sont pas encombrés
- Les meubles ne bloquent pas les passages
- On peut circuler facilement entre les pièces
- Les zones de passage ne servent pas de zone de stockage

*Si plusieurs de ces points ne sont pas cochés, il y a probablement quelques objets qui pourraient être déplacés ou rangés ailleurs.*

### 2. L'énergie de la maison

- Les objets inutilisés ne s'accumulent pas
- Les cartons ne restent pas dans les pièces de vie
- Les surfaces (tables, buffets, meubles) restent relativement dégagées
- Les espaces de repos ne sont pas surchargés d'objets
- L'intérieur donne une sensation d'espace et de calme

*Un intérieur apaisant n'est pas forcément vide. Mais il laisse généralement plus de place à l'espace qu'aux objets.*

### 3. L'organisation du quotidien

- Chaque objet a un emplacement précis
- Les objets du quotidien sont faciles à ranger
- Les placards ne sont pas saturés
- Les objets saisonniers ne restent pas dans l'appartement toute l'année
- Les archives et papiers sont organisés
- Les souvenirs et objets volumineux ne prennent pas trop de place

*Une bonne organisation évite souvent que les objets finissent par s'accumuler dans les coins de la maison.*

### 4. Les espaces dédiés au repos

- La chambre est principalement dédiée au sommeil
- Les dossiers ou cartons ne s'accumulent pas près du lit
- Le salon reste un espace agréable pour se détendre
- Les surfaces principales restent relativement dégagées
- L'espace donne une sensation de calme

*Si ces cases sont difficiles à cocher, c'est peut-être que ces pièces remplissent trop de fonctions à la fois.*