

5 conseils pour illuminer une pièce sombre



En médaillon, Nadège Roy dans le décor du Bocca Nissa à Nice. (Photos Franz Chavarroche et Kevin Tchobanian)

Avec Nadège Roy, la créatrice azurienne de l'agence La Petite Souris, nous avons exploré ce thème de saison... En cette période où la lumière décline.

Notre experte du jour le concède volontiers : « Beaucoup de choses peuvent être modifiées dans une maison ou un appartement, exceptée son orientation, c'est donc un défi. Le manque de lumière peut avoir de tristes conséquences sur nos vies, à commencer par notre moral. Mais il existe des solutions qui devraient vous permettre d'y voir plus clair. »

La preuve avec ces cinq astuces de l'Azurienne Nadège Roy, décoratrice d'intérieur sous le nom de La Petite Souris, qui partage régulièrement ses conseils sur son blog (www.la-petitesouris.com/blog) – comme *Le feng shui pour les nuls* ou *Les 10 erreurs déco à ne pas faire...* – et dans son e-book gratuit, *Au secours je suis déco-larguée !*. Pour illuminer une pièce trop sombre...

1. On mise sur la légèreté

« On privilégie les voilages ou les stores enrouleurs aux rideaux, explique Nadège Roy. Si on tient absolument à conserver ces derniers, on les choisit dans une matière qui permet de laisser passer au maximum la lumière naturelle, telle que le lin par exemple. Dans tous les cas, on opte pour une couleur claire ou des tons neutres afin d'illuminer l'ensemble. Si l'on n'a pas de vis-à-vis, on n'hésite pas à les supprimer. Quitte à accessoiriser ses ouvertures autrement, avec quelques plantes, des bougies ou des objets déco. Et on laisse entrer le soleil. »

2. On revoit son aménagement

« Quels sont les meubles situés devant vos ouvertures ? Cela peut paraître évident et pourtant : lorsqu'il s'agit de choisir comment disposer son mobilier, on pense d'abord à l'aspect fonctionnel de notre configuration avant de se soucier de

la lumière qu'on pourrait obstruer. On choisit des meubles bas et clairs, si possible montés sur pieds fins, pour éviter d'alourdir la pièce. Ainsi, ce grand canapé d'angle gris qu'on adore serait peut-être mieux ailleurs que pile devant la baie vitrée. Surtout si c'est l'unique fenêtre et qu'elle est de taille modeste. »

3. On fait un peu de magie

« Quand une pièce est sombre, on a souvent l'impression que le plafond est très bas, même si, en réalité, il est bien dans la norme réglementaire des 2,50 mètres. Cela donne une sensation d'affaissement et d'oppression. Pour pallier cela, on utilise une petite astuce aux grands pouvoirs : on choisit l'un des murs de la pièce pour le peindre dans des tons chauds et on s'arrête aux 4/5^e de sa hauteur. La bande supérieure sera peinte de la même couleur que le plafond. Le tour est joué : cela a pour effet d'optique d'agrandir visuellement la hauteur de la pièce. »

4. On choisit astucieusement les matières

« Il est primordial d'exploiter à fond le peu de lumière que l'on a. Et pour cela, tous les moyens sont bons. C'est pourquoi, on privilégie astucieusement les matières qui la reflètent. Il y a l'embaras du choix : le verre, le laiton, la laque, les chromes, la peinture satinée plutôt que mate... On pense aussi aux miroirs qui, judicieusement disposés, agrandiront les perspectives et viendront décupler la luminosité de la pièce. Judicieusement ? Un peu d'observation : on repère l'endroit du mur où vient s'accrocher le soleil. C'est ici qu'il faudra les placer ! »

5. On soigne son éclairage

« On laisse tomber les plafonniers et les grandes lumières diffuses et agressives et on se tourne vers plusieurs points de lumières indirectes et modulables : spots, lampes à poser, guirlandes... tout est permis. Mon astuce ? Avec la domotique, il est possible de centraliser toutes ces sources de lumières sur une seule télécommande ou même sur votre téléphone pour les actionner à votre guise. On n'oublie pas les bougies pour leur côté cosy qui apporte reconfort et bien-être. »

LAURENCE LUCCHESI
llucchesi@nicematin.fr



« L'habitat, valeur refuge »

« Lorsque j'ai créé en 2020 La Petite Souris, après avoir été attachée de presse dans la gastronomie pendant dix ans, je suis partie de ce constat : à l'aune du confinement, l'habitat au sens de foyer est devenu notre valeur refuge. Un cocon qui marque la transition avec le monde extérieur, explique Nadège Roy. Chacun étant différent, chaque projet l'est. Mon but

est que, parmi le panel de solutions que je propose (création de planche d'ambiance, modélisation 3D, rendus photo-réalistes, shopping-list personnalisée, accompagnement chez l'artisan), je puisse construire pas à pas avec mes clients leur projet. Je suis une révélatrice d'intérieur, plus qu'une décoratrice. »

www.la-petitesouris.com
www.instagram.com/lapetitesouris_deco/
Rens.06.58.82.32.23. contact@la-petitesouris.com

LA CORSE INTIME PUBLICITÉ

Les eaux fraîches et vives de la Costa Verde

Du côté de San Nicolao, les amateurs peuvent pratiquer le canyoning, loin des sites parfois très fréquentés pendant la saison estivale. Il faut ici suivre le guide. Et les voies tracées par l'eau dans la roche



Faire du canyoning en Costa Verde fait partie des animations phares du territoire, grâce à Canyon Isula, basé à San Nicolao, et géré par Nicolas Sisson, un « barjot » de la discipline ! Cette activité sportive de pleine nature ludique et à sensations, est référencée Canyon Corsica et appréciée notamment pour ses eaux de baignade, son cadre sauvage et sa vue sur la mer. Saut, toboggan, désescalade, descente en rappel ou tyrolienne sont autant de sensations à vivre sur le cheminement, tout en découvrant des paysages et une nature qui ne se livrent pas facilement au regard des visiteurs. Il faut pour cela s'embarquer sous la houlette de Nicolas Sisson, depuis l'accueil à la base Canyon de Moriani-Plage où il distribue le matériel, distille ses précieux conseils, et fait le briefing du parcours de l'une des plus belles curiosités de la région : la cascade de l'Ucelluline,

un canyon à tendance verticale, un petit bijou taillé par la nature avec la descente de l'encaissement qui donne son nom à la rivière U Buccatoghju. Il y a plusieurs descentes en rappel successives, et des sauts de 2 à 5 mètres.

Ces sensations sont réservées à un public plutôt sportif ou ayant déjà eu une expérience dans le domaine. Pour les moins aguerris, il y a la formule Bucca découverte famille (à partir de 10 ans) et la Bucca découverte sportifs (à partir de 13 ans), tout comme la Bucca sensations. À chacun sa formule et son esprit canyoneur !

La rando cycliste

Autre activité sportive de loisirs proposée sur le territoire, la rando cycliste avec le Cyclo Casinca Costa Verde qui sillonne les chemins VTT et croise même, depuis le pont, les courageux adeptes du canyoning ! La petite halte s'impose, avant de repartir sur les routes de l'intérieur dont le panorama renforce la dualité mer-montagne du territoire.

Une table d'orientation grand angle

Non loin de la cascade de l'Ucelluline et ses tunnels creusés dans la roche, une table d'orientation peinte sur grès, offre le panorama grand angle de la Costa Verde. On peut y lire « Ancrée dans la légende des archipels, riche de son histoire et de sa culture, la Costa Verde s'ouvre comme un grand éventail sur le monde. »



CORSICA

visit.corsica



Dispositif de communication cofinancé par le Fonds Européen de développement régional.