



*Des espaces pensés
pour durer, vivre
et inspirer*

**Le design ne commence pas avec un plan.
Il commence avec vous : vos besoins, vos
habitudes, votre vision du quotidien.**



Catherine Paradis

Technologue en architecture - T.P.
Designer d'intérieur

Bienvenue dans ce guide

Concevoir autrement

Ce guide est pour vous si...

Et vous dans tout ça?

Parce que tout commence par une bonne question...

Quelques pistes pour mieux cerner vos besoins

Des cas concrets et fréquents

Et si l'enjeu dépassait une seule pièce?

Et si on repensait la maison dès sa conception?

Prenez un moment pour explorer vos options

Et si on allait un peu plus loin?

Checklist express

Quel est votre style de vie dominant

Les 3 erreurs les plus fréquentes en aménagement

Et maintenant?

Et si ce n'était pas « plus cher »... mais plus intelligent?

Étude de cas

Ce qui nous distingue

Et si on en discutait

Sommaire du guide

Bienvenue dans ce guide



Je suis ravie de vous accueillir ici.

Que vous soyez au tout début de votre réflexion ou déjà prêt à vous lancer, j'espère que ce guide vous aidera à y voir plus clair.

Vous y découvrirez non seulement ma démarche, mais aussi des questions clés à vous poser, des pistes à explorer, et surtout... de quoi éveiller une réflexion sur votre propre espace.

Prenez un moment, respirez, explorez.

Je vous accompagne à chaque étape, du rêve à la concrétisation.

Bonne lecture,
Catherine Paradis

💡 À lire en toute simplicité

Ce guide est une première porte d'entrée dans l'univers des espaces bien pensés. Il ne demande aucun prérequis, juste un peu de curiosité et peut-être l'envie d'imaginer un espace autrement.

Prêt(e) à concevoir autrement?

 *Catherine Paradis*
Technologue en architecture - T.P.
Designer d'intérieur

Concevoir autrement

Ce qui m'anime

Je suis Catherine Paradis, designer d'intérieur & technologue en architecture.

Ma mission : concevoir des espaces durables, créatifs et profondément humains.

J'unis l'esthétique à la structure pour révéler le plein potentiel de chaque lieu, toujours en lien avec votre réalité, vos valeurs et votre mode de vie.

Ce guide est une porte d'entrée vers ma démarche.

Et concrètement, qu'est-ce que ça change pour vous?

- Une lecture transversale des enjeux techniques et esthétiques
- Un accompagnement fluide, du plan à la finition
- Des solutions qui respectent vos goûts et les normes du bâtiment

Je vous y partage ma vision, mes valeurs et ce que vous pouvez attendre d'une collaboration avec moi.



Catherine Paradis

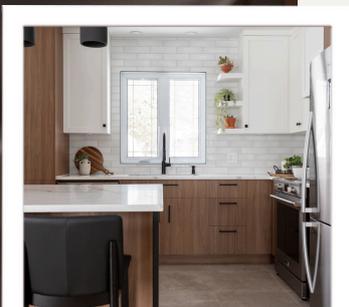
Ce guide est pour vous si...

- ✓ Vous avez un projet de rénovation majeure, d'agrandissement, de transformation complète ou de construction neuve.
- ✓ Vous êtes un(e) professionnel(le) occupé(e), une famille planifiée, un couple en quête d'équilibre ou un(e) préretraité(e) qui souhaite vivre dans un lieu adapté à sa réalité.
- ✓ Vous recherchez une approche à la fois créative, structurée et humaine.
- ✓ Vous souhaitez être accompagné(e) du début à la fin, sans jamais perdre le contrôle de votre projet.

Et ce n'est peut-être pas pour vous si...

- ✗ Vous cherchez simplement quelques idées rapides ou un relooking partiel
- ✗ Vous ne souhaitez pas réfléchir à votre budget ou à votre plan d'action
- ✗ Vous préférez tout gérer vous-même, sans structure ni accompagnement

Ce guide a été conçu pour que vous puissiez choisir en toute clarté si notre démarche résonne avec vos besoins.





Et vous dans tout ça?

Avant toute chose, il y a vous.

Vos besoins. Vos contraintes. Votre rythme de vie.

Ce guide vous a présenté une démarche, une façon d'aborder l'espace.
Mais tout commence par votre histoire, vos envies, votre réalité.

Prenez un instant. Imaginez votre espace de vie idéal.

[Prendre rendez-vous avec Catherine](#)

Parce que tout commence par une bonne question...

Dans un projet de design ou d'architecture résidentielle, la qualité des réponses dépend toujours de la qualité des questions posées.

Et pourtant, il est rare que l'on prenne le temps ou qu'on ait les outils pour formuler des questions réellement porteuses.

- Quelles fonctions doivent cohabiter dans cet espace?
- Le volume existant est-il sous-exploité?
- Y a-t-il des conflits entre circulation, lumière naturelle et usages réels?

En design, le besoin réel n'est pas toujours celui qu'on exprime d'abord. **Et la solution ne réside pas uniquement dans une couleur ou un meuble, mais dans la manière de structurer, de moduler et de hiérarchiser l'espace.**

Ce guide a été pensé pour amorcer cette réflexion. Pour vous aider à revisiter votre espace avec un œil critique, à identifier ce qui cloche... mais surtout, ce qui est plein de potentiel.



Quelques pistes pour mieux cerner vos besoins

Répondez simplement, pour vous-même...

Il n'y a pas de bonne ou de mauvaise réponse, juste une envie de mieux vivre chez soi.

- **Avez-vous identifié les zones les plus problématiques dans votre espace?**(Celles qui vous agacent ou vous ralentissent... tous les jours.)
- **Votre mode de vie a-t-il changé depuis la dernière transformation ou construction de votre maison?** (Un télétravail plus fréquent, une famille qui s'agrandit, un besoin de calme...)
- **Vos pièces remplissent-elles leur fonction optimale ou pourraient-elles être repensées?** (Parfois, c'est l'usage d'une pièce qui est à redéfinir, pas son décor.)
- **Quels éléments rendent votre quotidien plus compliqué... sans que vous sachiez trop pourquoi?** (Un coin toujours encombré, une lumière trop dure, un couloir sans vie, une cuisine où vous reculez sans cesse pour ouvrir les tiroirs...)
- **Si vous deviez réinventer complètement une seule pièce pour qu'elle reflète mieux votre quotidien, laquelle choisiriez-vous et pourquoi?**

[Prendre rendez-vous avec Catherine](#)

Des cas concrets

(et fréquents)

Voici quelques exemples de défis souvent rencontrés dans les projets résidentiels. Peut-être vous y reconnaissez-vous?

- Un salon à plafond cathédrale, difficile à meubler, où l'ambiance semble froide malgré les beaux volumes;
- Une cuisine étroite ou en enfilade, où la circulation nuit aux échanges, à la convivialité... et à l'efficacité;
- Une entrée sans rangement structuré, qui se transforme en zone de chaos dès le retour à la maison;
- Une maison baignée de lumière, mais avec des fenêtres mal positionnées, exposant trop certaines zones et laissant d'autres dans l'ombre;
- Une chambre principale mal proportionnée, avec peu d'intimité et un mobilier mal adapté à la configuration;
- Un escalier central mal intégré, qui coupe la fluidité entre les espaces ou gaspille un potentiel de rangement;
- Un sous-sol semi-aménagé, souvent négligé, qui pourrait pourtant devenir un espace polyvalent (bureau, salle de jeu, espace invité ou zone bien-être);
- Une salle de bain principale mal pensée, où les gestes du quotidien deviennent contraignants et où l'espace est mal exploité;
- Une pièce « fourre-tout » qui n'a jamais trouvé sa vraie vocation et finit par nuire à l'ensemble de la maison.

Et si je vous disais que dans certains cas, une cloison vitrée, une variation de plafond, une percée stratégique de lumière ou un jeu d'implantation sur mesure peuvent tout changer?

Dans chaque projet, l'enjeu n'est pas seulement esthétique, c'est souvent une histoire de proportions, de circulation, de transitions et de vécu.

Et si l'enjeu dépassait *une seule pièce?*

Ce n'est peut-être pas la cuisine qui cloche.
Ni la salle de bain.

C'est peut-être le rythme général, la façon dont les espaces communiquent entre eux.

La circulation. La lumière. Le quotidien, tout simplement.

Quand le mode de vie évolue, famille, télétravail, retour d'un ado, départ d'un enfant, changement de priorités, il devient essentiel de prendre un pas de recul.

- Avez-vous l'impression de toujours contourner quelque chose?
- Certaines pièces sont-elles devenues trop peu utilisées... ou trop sollicitées?
- La lumière naturelle circule-t-elle librement d'une zone à l'autre?
- Y a-t-il des pièces qui "essaient" de tout faire... mais qui ne remplissent vraiment rien à 100 %?
- Avez-vous déjà oublié un potentiel inexploité : vide sanitaire, accès secondaire, ou coin de maison sous-utilisé?

Parfois, ce qu'il faut repenser, ce n'est pas une pièce.

C'est l'équilibre d'ensemble. L'architecture du quotidien. L'intention derrière chaque zone.

[Prendre rendez-vous avec Catherine](#)

Et si on repensait la maison... *dès sa conception?*

Construire du neuf, c'est une occasion rare : celle de créer un lieu qui vous ressemble pleinement, sans compromis.

Mais même avec de bons plans en main, certains angles morts peuvent passer inaperçus... jusqu'à ce qu'ils compliquent le quotidien.

Avez-vous pris le temps de vous poser ces questions?

- La lumière naturelle a-t-elle été réfléchie selon vos moments de vie, et non seulement selon l'orientation du terrain?
- Les circulations sont-elles pensées pour être fluides, ou y a-t-il déjà des zones à contourner, sans le savoir?
- Chaque pièce remplit-elle un rôle clair, aligné avec vos besoins réels?
- Y a-t-il des volumes sous-exploités... ou au contraire, des espaces "impressionnants" mais peu vivables?
- Votre style de vie a-t-il été pris en compte dans la répartition des zones calmes, actives, intimes?

Ces angles morts, on ne les voit pas toujours sur un plan technique. Mais on les ressent chaque jour, une fois la maison habitée.

Prenez un moment pour explorer vos options et concevoir autrement votre espace!

Que ce soit pour une rénovation majeure, un agrandissement ou une construction neuve, ce moment de réflexion pourrait tout changer.

Parce que concevoir autrement, c'est :

- penser globalement,
- structurer intelligemment,
- et créer un lieu où chaque mètre carré a du sens.

👉 Réservez votre appel découverte gratuit

Un échange sans pression, pour faire le point, poser vos questions et imaginer comment votre quotidien pourrait se transformer durablement.

[Prendre rendez-vous avec Catherine](#)

*Et si on allait
un peu plus loin?*

Avant de transformer un espace, encore faut-il savoir quoi observer, quoi questionner... et pourquoi ça ne fonctionne pas comme on le souhaiterait.

Voici quelques outils pour vous aider à amorcer cette réflexion, des amorces de diagnostic pour ouvrir la porte à des changements durables.

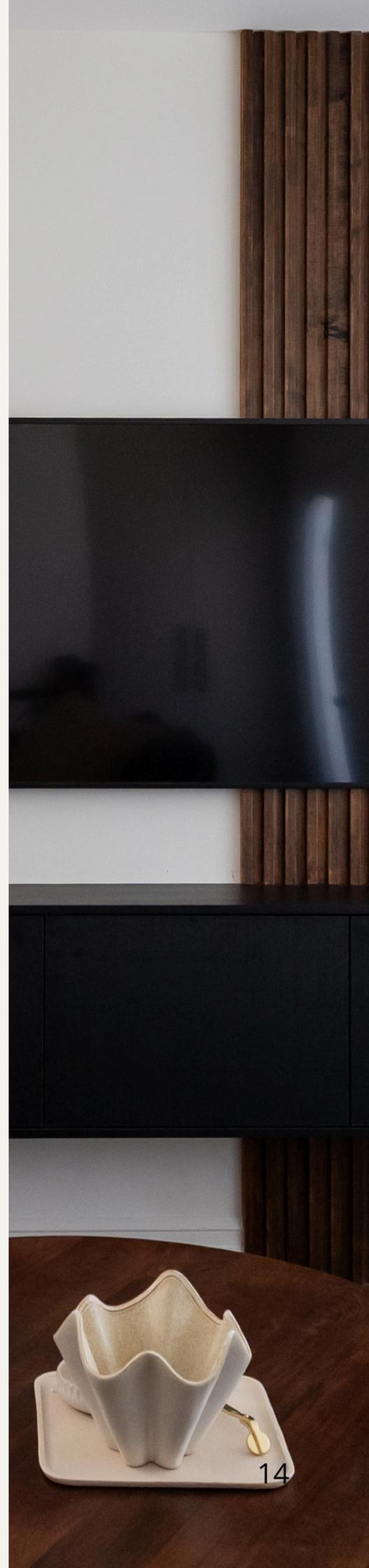


Check-list express :

5 choses à observer avant tout projet de rénovation :

- La lumière naturelle : est-elle bien répartie?
Trop directe? Insuffisante à certains moments?
- Les parcours de circulation : circule-t-on
librement ou y a-t-il des zones « bouchées »?
- Les points de tension : objets déplacés souvent,
accumulation, inconfort visuel ou sonore.
- Les hauteurs oubliées : murs vides, plafonds trop
bas ou mal mis en valeur.
- Les gestes du quotidien : les espaces
soutiennent-ils vraiment vos routines?

Astuce : essayez d'observer votre pièce en restant
debout... puis assis. La perception change
énormément.



Quel est votre style de vie dominant?

Choisissez l'affirmation qui vous ressemble le plus. Pas de bonne ou de mauvaise réponse, juste une meilleure connaissance de vous-même... et de ce que votre espace devrait vous offrir.

- **Cocon** → J'ai besoin de calme, de réconfort et d'un lieu qui me recharge. Mon chez-moi est un refuge, loin du bruit et des stimulations.
- **Dynamique** → Mes journées sont bien remplies, je passe peu de temps au même endroit. J'ai besoin d'un espace fluide, structuré et efficace, sans perte de temps ni de mouvement.
- **Polycentrique** → Plusieurs personnes vivent sous mon toit, avec des rythmes, des activités et des besoins différents. L'espace doit soutenir cette cohabitation sans conflit.
- **Hybride** → Je vis, je travaille, je reçois, je bouge, parfois tout ça dans une même journée. J'ai besoin d'un espace adaptable qui me suive sans m'épuiser.

👉 Votre réalité influence la manière dont vos pièces devraient être conçues. Le rôle d'un design bien pensé est d'orchestrer l'espace en fonction de vos besoins réels, pas d'un idéal figé.

[Prendre rendez-vous avec Catherine](#)

Les 3 erreurs

les plus fréquentes en aménagement

Même avec les meilleures intentions, certains choix peuvent rapidement limiter le potentiel d'un espace. Voici trois erreurs que je vois souvent et surtout, comment on peut les éviter.

1 **Penser aux meubles avant de penser aux usages**

Résultat : des pièces surchargées ou mal proportionnées.

On essaie de faire entrer un mobilier sans réfléchir aux fonctions réelles du lieu. Un bon aménagement commence par les besoins, les circulations, les habitudes de vie.

2 **Sous-estimer la lumière naturelle**

Orientation, surchauffe, contraste, la lumière influence tout.

Un espace harmonieux tient compte de l'ensoleillement, des zones à valoriser... et de celles à apaiser.

3 **Choisir les matériaux ou couleurs trop tôt**

Ce réflexe entraîne souvent incohérences et dépassements de budget. La vision globale devrait toujours précéder les choix esthétiques. C'est ce qui assure la cohérence... et la durabilité.

4 **Sous-estimer le rangement intégré**

Résultat : encombrement constant, surfaces toujours pleines.

Un bon design pense aux objets avant qu'ils s'accumulent. Le rangement doit être réfléchi selon le mode de vie, pas juste l'esthétique.

5 **Ignorer les contraintes techniques dès le départ**

Résultat : surprises en chantier, dépassements de coûts, compromis de dernière minute. | Une conception solide intègre la structure, l'électricité, la ventilation... dès les premières étapes.

Et maintenant?

Vous voyez déjà que transformer un espace ne se résume pas à une couleur ou un meuble.

Il s'agit d'un ensemble de choix, techniques, esthétiques, humains, qui doivent dialoguer ensemble.

Et si on entamait cette conversation, ensemble?

Contactez-moi : 819 582-0853

20+ projets accompagnés avec succès

20 ans d'expérience en design et architecture résidentielle



*Et si ce n'était pas
« plus cher »... mais
plus intelligent?*

Faire appel à une designer d'intérieur, c'est souvent perçu comme une dépense supplémentaire. **Mais quand on y pense vraiment... c'est tout le contraire.**

Un projet bien pensé dès le départ, c'est :

- Des décisions cohérentes et durables, qui évitent les ajustements coûteux quelques mois plus tard.
- Des erreurs évitées : mauvais choix de matériaux, circulation mal prévue, proportions incohérentes...
- Des calculs justes, des volumes optimisés, des plans clairs pour les entrepreneurs.
- Des choix esthétiques réfléchis, qui traversent le temps sans perdre leur âme.
- Un quotidien facilité par un espace fonctionnel, lumineux, adapté à vos vrais besoins.
- Une maison que vous aimez pour vrai, parce qu'elle vous ressemble et vous soutient.

👉 **Travailler avec une designer d'intérieur, ce n'est pas juste une question de style. C'est une stratégie d'investissement dans votre qualité de vie.**

Et quand l'espace est bien pensé, tout le reste devient plus simple.



Étude de cas

De l'encombrement à l'harmonie

Avant : Cuisine en U avec petit îlot. Circulation difficile, peu pratique à deux, et mal adaptée pour recevoir.

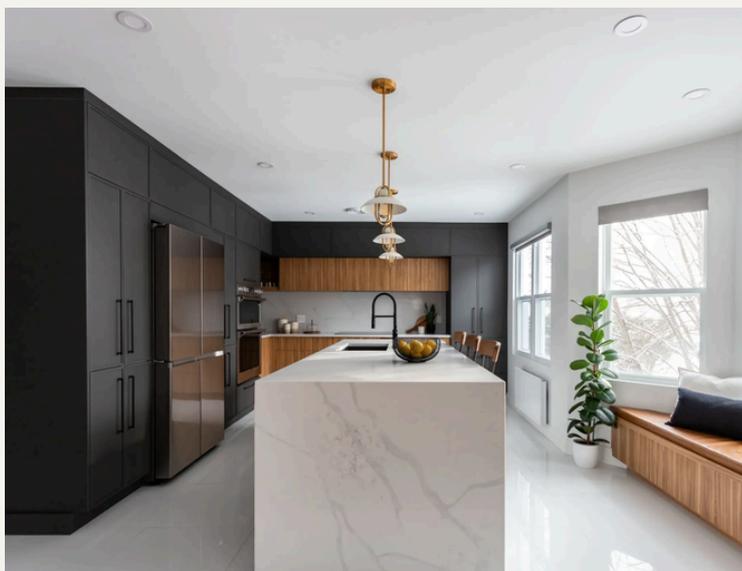
Objectif : Ouvrir l'espace, maximiser la lumière, et créer une cuisine conviviale, pratique... et lumineuse.

Interventions :

- Mur ouvert pour plus de fluidité
- Grande baie vitrée pour éclairer l'espace
- Îlot central spacieux et fonctionnel
- Rangement sur mesure : coin café, banquette, électros intégrés

Résultat :

Une cuisine chaleureuse et structurée, pensée pour les vrais moments de vie.

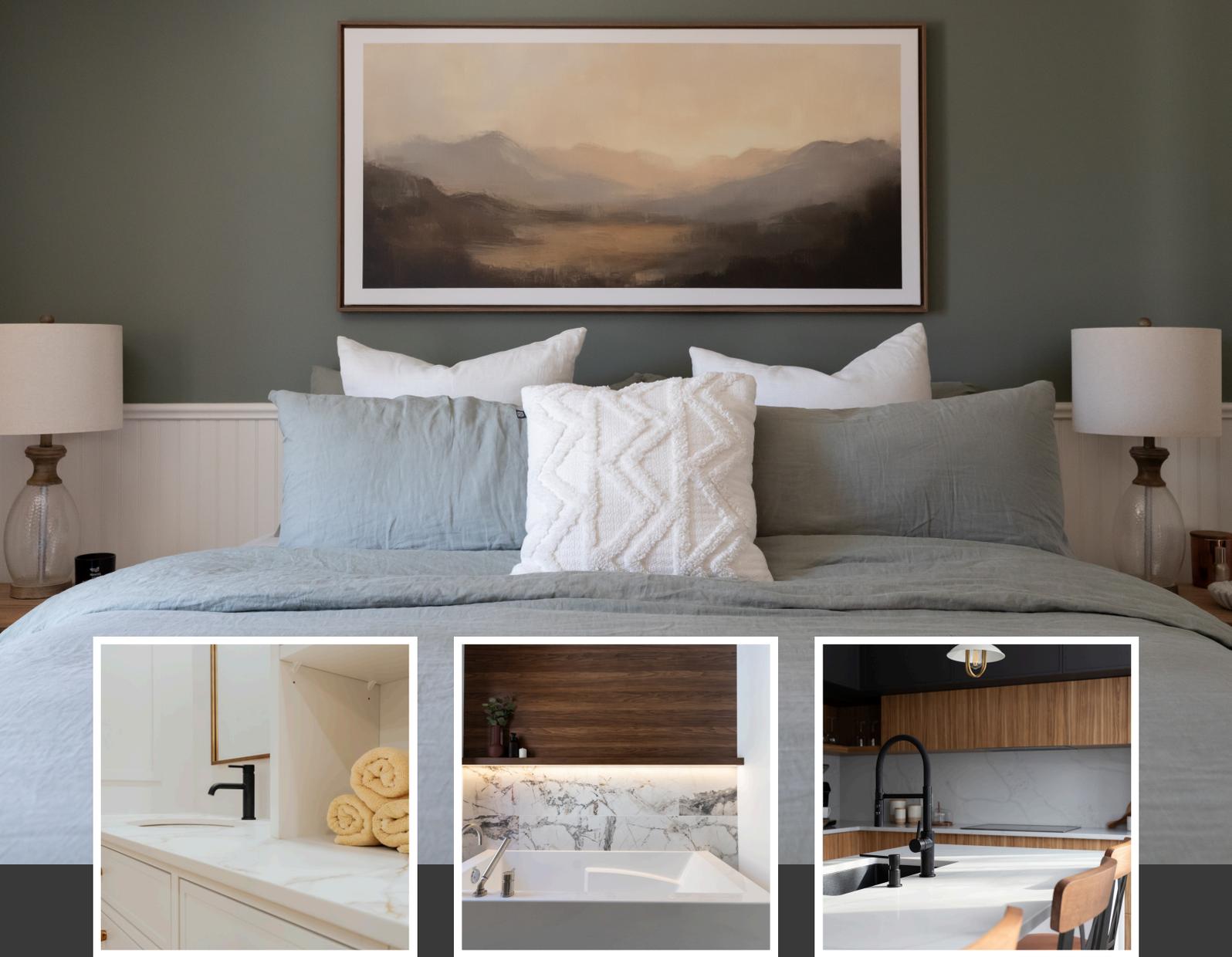


[Voir le projet complet sur le site](#) →



Catherine Paradis

Technologue en architecture - T.P.
Designer d'intérieur



Ce qui nous distingue

Chez Catherine Paradis Design, notre distinction repose sur un équilibre rare :

- Une approche complète qui allie design intérieur et technologie de l'architecture;
- Un processus structuré, fluide et rassurant, en 7 phases claires;
- Une collaboration respectueuse, à l'écoute de votre rythme et de votre réalité;
- Des espaces durables, esthétiques et profondément fonctionnels, pensés pour être vécus, pas seulement admirés.

Et si on en discutait?

Chaque projet est unique.
Le vôtre mérite réflexion, bienveillance et vision.

Si vous vous reconnaissez dans ce guide, je vous invite à faire le premier pas.

L'appel découverte gratuit de 30 minutes est un moment pour :

- clarifier vos intentions
- évaluer ensemble les possibilités
- voir si ma démarche vous convient

Aucun engagement. Juste une conversation vraie.

👉 Planifiez votre appel découverte en cliquant [ICI](#)

ou

🌐 Visitez mon site : catherineparadis.com



Catherine Paradis

Technologue en architecture - T.P.
Designer d'intérieur

