



Secrets DE chambre

Literie, couleurs, matières, mobilier : nos conseils pour se concocter le cocon idéal. PAR CAMILLE PETIT

Au calme. Imprimés fleuris, matières naturelles et couleurs douces, voilà un havre de paix simple et charmant. Linge de lit en gaze de coton gaufré, à partir de 37,99 € le drap-housse, « Émeline », La Redoute Intérieurs sur laredoute.fr



► 1 février 2024 - N°424

DÉCO

Grasse mat'. Lovée dans des draps en lin tout doux, on y passerait bien la journée. Linge de lit, maisondevacances.com



En percale de coton bio, 32 €, « Gisèle », carreblanc.com



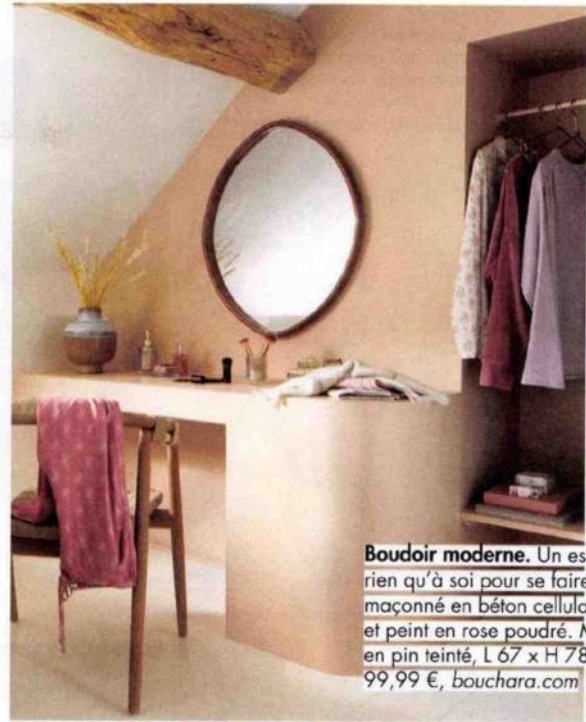
En soie de mûrier, 125 €, « Caresse », anne-de-solene.com



En flanelle de coton, 22,90 €, becquet.fr

VIVE LE LINGE DE MAMIE!

Grand-maman avait raison, rien de tel que les matières d'autrefois pour dormir d'un sommeil de plomb. On se faufile dans des draps en lin lavé, plus souples et joliment froissés. Frais l'été, ils nous gardent au chaud l'hiver. On redécouvre la flanelle, un coton gratté ultra-confortable façon pyjama à l'ancienne. Et on pique à nos aînées leur secret de jeunesse, un oreiller en soie qui garde la peau lisse et le cheveu brillant. Pour garnir nos couvettes et oreillers, on plébiscite la laine, qui s'adapte à la température du corps tout en le laissant respirer (bye-bye la transpi). À s'offrir sur loulenn.fr et drouault.net



Boudoir moderne. Un espace rien qu'à soi pour se faire belle, maçonné en béton cellulaire et peint en rose poudré. Miroir en pin teinté, L 67 x H 78 cm, 99,99 €, bouchara.com

Le bon site

Parlonslitterie.com À la recherche du matelas idéal, du sommier qui va bien ou de la couette parfaite? Avant de craquer, un petit tour par ce site s'impose, histoire de décrypter le jargon des spécialistes (et de mieux savoir ce qui nous convient). Mousse à mémoire de forme, latex et ressorts ensachés n'auront plus de secrets pour nous. Une plateforme claire et objective, initiée par les pros du secteur.



TESTÉE ET APPROUVÉE

→ La couette toute saison. Ni trop chaude, ni trop légère, on la garde toute l'année pour des nuits à bonne température. Garnie de fibres creuses siliconées (le meilleur du synthétique), elle passe en machine. Un très bon rapport qualité/prix. 92 € en 240 x 220 cm, « Cocoon », merinos.fr

STUDIO CALLEE, DRAN S, DANNEUÏHER, FR, ZAZAIR, EMERY, GATTE LE ROULANT, SHUTTERSTOCK.COM, DR



À la belle étoile. Parfum d'ambiance, 15 € les 100 ml, « La nuit sous les étoiles », lothantique.com



À fleur de peau. Masque de sommeil en polyester effet satin avec bride élastique, 9,99 €, hm.com

ON S'ASSURE DE BEAUX RÊVES

Pour des songes heureux, on pschitte dans la chambre (pas trop près du lit, pour ne pas gêner l'endormissement) une senteur gourmande de poire, coing et caramel. Et si les rideaux ne sont pas assez occultants ou qu'un rai de lumière passe sous la porte, on pose sur les yeux un masque de nuit aussi léger que doux. Vite, au dodo!



DÉCO



Tendre est la nuit. Doux mais pas gnangnan, le rose pétale nous apaise illico. Ambiance, maisonsdumonde.com



On rêve! Lampe en grès et Plexiglas, 89,99 €, « Orphée », maisonsdumonde.com



Tête bien faite. Spot à pincer en métal, 25 €, « Hektar », ikea.com



Deux en un. Un luminaire avec une tablette en métal laqué. 74,99 €, hm.com

Sculpturale. Applique en métal effet laiton, intensité réglable, 363 €, « Scribe », bolia.com

En équilibre. Avec un socle en métal effet bois, 35 €, « Len », alineacom.com

Le bon éclairage

La chambre nécessite a minima deux sources d'éclairage. Il faut bien sûr une lumière d'ambiance reliée à l'interrupteur général, type plafonnier, à actionner quand on entre dans la pièce. Mais aussi un ou deux points lumineux près du lit, à éteindre quand on se couche. Appliques fixes ou à tête orientable, lampes à poser sur la table de chevet ou à pincer à la tête de lit, ces petits luminaires d'appoint doivent éclairer sans éblouir. On préserve nos yeux en préférant les globes opaques aux ampoules transparentes et on choisit un blanc chaud, plus apaisant qu'un blanc froid.

21%
Pour un Français sur cinq, le lit est le meilleur endroit de la maison, après le canapé et le jardin mais devant la cuisine. Le chiffre passe à 47 % quand on interroge les jeunes de 18 à 24 ans. Génération flemme?
Étude Ifop pour tousaulit.com

TESTÉ ET APPROUVÉ

→ Cervi Touch de Dodo, l'oreiller qui prend soin de notre dos. Accueil moelleux et soutien ferme, visiblement la bonne combinaison pour soulager nos cervicales malmenées toute la journée. Dès la première nuit, les bénéfices se font connaître et en une semaine, terminé le cou endolori au réveil!
29,99 € en 60 x 60 cm, dodo.fr

