

De slaapkamer, heerlijke leefruimte

Slapen... De een doet het liefst lang en vaak, de ander wat korter, maar zeker is dat we gemiddeld een derde deel van ons leven horizontaal doorbrengen. Gezien dat simpele feit zou je zeggen dat een eenvoudige ruimte met een degelijk bed erin volstaat, ware het niet dat de slaapkamer anno 21^e eeuw veel meer is dan alleen een plaats waar je enkele uren per etmaal de ogen sluit.

Slaapkamers zijn geëvolueerd tot comfortabele leefruimtes waar je kunt ontspannen, tv kijken, telefoneren, ontbijten en misschien zelfs wel werken. Redenen genoeg om de inrichting van uw eigen warme nestje eens onder de loop te nemen. Om te bepalen hoe uw ideale slaapkamer eruit gaat zien, is het verstandig om eerst vast te stellen welke zaken voor u belangrijk zijn en wat uw leefstijl is. Op basis daarvan kunt u een checklist maken met de meubels en items die u beslist in de slaapkamer wilt terugvinden. En welke sfeer wilt u oproepen? Houdt u van romantisch, strak, landelijk of design? De uitstraling die uw slaapkamer krijgt, wordt grotendeels bepaald door de toegepaste materialen en kleuren van zowel het meubilair en de accessoires. Door vooraf een sfeercollage samen te stellen van kleurstalen en sfeerfoto's uit tijdschriften die u aanspreken, kunt u doelgericht gaan shoppen.

Schuiven met de meubels

Het bed blijft het voornaamste meubelstuk in de slaapkamer. U zult dan ook een exemplaar willen aanschaffen dat niet alleen mooi is, maar waarin u ook heerlijk slaapt. Om hierin een goede keuze te maken, kunt u zich het beste door een vakkundige slaapvoorlichter laten adviseren. Elders in deze uitgave leest u waarop u het beste kunt letten bij uw aanschaf. Waar u uw bed plaatst is afhankelijk van de ruimte van de kamer en natuurlijk de meubels (kasten, nachtkastjes) die u er al dan niet bij koopt. Kiest u voor een vast meubelsysteem (waarbij het bed, de nachtkastjes, de achterwand en de kasten aan elkaar zijn gemonteerd), dan kunt u weinig variëren in de indeling van uw slaapkamer. Met los meubilair hebt u meer de vrije hand. Zet het bed bijvoorbeeld eens onder het raam of zo mogelijk vrijstaand in de ruimte, voor een speels effect.

Voor elke slaapkamer zijn er passende kledingkasten verkrijgbaar, variërend van een losstaand linnenkastje tot een forse, op maat gemaakte inloopkast. Ook hier geldt dat u uw persoonlijke wensen en smaak vertaalt in de keuze voor de voor u perfecte kast. Wilt u meer weten over de huidige trends in slaapkamermeubilair? Het artikel hierna vertelt u de ins en outs.

Woongevoel

Zoals gezegd leent de slaapkamer zich voor meer activiteiten dan slapen alleen. Al was het maar voor het lezen van een goed boek voordat u het licht uitdoet. Een nachtkastje of -tafeltje waarop u uw lectuur kwijt kunt is dan een onmisbaar meubelstuk. Afhankelijk van de beschikbare oppervlakte kunt u overwegen een boekenkast te plaatsen. Deze zijn vrij ondiep en nemen dus weinig ruimte in, maar geven enorm veel sfeer en versterken het 'woongevoel'. Wilt u af en toe werken in de slaapkamer, zorg dan voor een duidelijk afgebakende werkplek, zodat uw slaapkamer rust blijft uitstralen. Berg losse spullen op in dozen en mappen. Een kamerscherm neemt het zicht op mogelijk storende elementen weg.

Tv-kijken in bed

Een televisie in de slaapkamer, desgewenst met videorecorder of dvd-speler, is tegenwoordig eerder regel dan uitzondering. Kijkt u graag televisie in bed? Maak het uzelf dan zo gemakkelijk mogelijk! Plaats de apparatuur op een strategische plek: liefst recht tegenover uw

bed en zo mogelijk iets hoger, bijvoorbeeld op een verhoogde smalle tafel op wieltjes die u over het voeteneinde heen schuift. Ook kunt u een kastje of tv-meubel gebruiken, of een nis creëren in een kastenwand. Om de televisie aan de muur, het plafond of zelfs aan het bed te bevestigen zijn speciale (draaibare) steunen verkrijgbaar. De huidige generatie televisies wordt steeds platter en is daardoor erg geschikt voor toepassing in de slaapkamer.

U kijkt pas echt ontspannen televisie met een steuntje in de rug. En ook het ontbijt dat u 's morgens wellicht in bed nuttigt, gaat er beter in als u zit. Een (elektrisch) verstelbare bedbodem is dan geen overbodige luxe. Met de moderne technieken is niet alleen het ruggedeelte verstelbaar, maar ook het kniegedeelte en het voeteneinde. Ligt dit systeem niet binnen uw budget, dan kunt u hetzelfde effect creëren met veel kussens, die u later als sfeervolle accessoires op uw bed kunt leggen. Met accessoires maakt u uw slaapkamer overigens echt àf, maar daarover leest u in een van de volgende artikelen meer.

Tip:

Nieuwbouw? Vergeet uw aansluitingen niet!

Gezellig, tv-kijken in bed of lekker lang bellen met je zus. Maar al die snoeren maken de slaapkamer wel rommelig. Een nette afwerking met snoergeleiders staat mooier en is veiliger. Betreft u een nieuwbouwwoning? Regel dan voorafgaand aan de bouw dat de aansluitingen voor stroom, telefoon en kabel dààr komen waar u ze nodig hebt.