

# caixawoman

N.º 12 | TRIMESTRAL | INVERNO | 2011 | 1,50

## ENTREVISTA

*Daniel Sampaio e as famílias do século XXI*

## CURTO-CIRCUITO

**MATEMÁTICA SEM MEDOS**

## EXPERIÊNCIA

## PRÓPRIA

ENTRE NO MUNDO DOS BLOGUES NO FEMININO

## COMPORTAMENTO

*Saiba ser assertiva sem ser agressiva*

**LUÍSA LAMPREIA**

**"SEMPRE FUI EMPREENDEDORA"**

“Podemos jantar à luz de velas?”, pediu o meu filho. Não só me surpreendeu a pergunta, vinda de uma criança, como ainda me sensibilizou por compreender o efeito que a troca da luz artificial, fria, da cozinha pela da das velas, acolhedora e romântica, teria na atmosfera da mesa. Claro que, do alto dos seus cinco anos, achou que seria muito mais divertido comer à média luz e distrair-se com os jogos de sombras e os reflexos. A iluminação é, de facto, determinante no bem-estar, sendo um dos requisitos na escolha da habitação. Ninguém resiste a uma casa luminosa, onde o sol trespassa janelas, esgueira-se por entre móveis, trepa pelas paredes, reflecte nos tectos, aquecendo o espaço e transmitindo boas vibrações. Só por si, a luz é um elemento decorativo e há que saber tirar partido dela.

Em decoração, nunca se deve descurar um projecto de iluminação bem pensado e ajustado a cada divisão e à sua funcionalidade. O ponto de partida é definir a natureza da fonte luminosa, natural ou artificial, e, em função disso, adequar intensidade e grau de difusão. Para Pedro d’Orey, da QuartoSala, empresa que presta serviços de decoração e de *design* de interiores, “o sucesso do projecto de iluminação dependerá do justo equilíbrio entre a intensidade das fontes directas e indirectas. Além disso, a possibilidade de regular a intensidade de cada uma é vital para poder criar diferentes cenários de luz”.

**A sala é, hoje em dia, uma área da casa multifuncional por excelência,** exigindo, por conseguinte, iluminação flexível e apropriada a cada tarefa. Ver televisão, ouvir música e dor mir requerem uma luz indirecta, suave, ao passo que comer, ler, estudar e trabalhar já pedem



Candeeiro de tecto Siam, da Bover, na QuartoSala.



Candeeiro de suspensão Butterfly, da Sompex, www.edinteriores.com

Luz de presença Toy, da Sompex, www.edinteriores.com



Candeeiro de leitura l.cono, da Vibia, na QuartoSala.



Candeeiro de mesa Micro, da Sompex, www.edinteriores.com

## Rumo à luz!

*Qual é a luz ideal? Depende dos ambientes e de quem os utiliza.*

*Por isso, nada melhor do que conhecer algumas regras e seguir os conselhos de quem sabe. Depois, ilumine à sua maneira.* TEXTO DE CRISTINA BELO.

### TRÊS REGRAS DE OURO

1. Criar três níveis de iluminação (tecto, parede e chão) permite maior equilíbrio e conforto. Se a isto juntar o controlo da intensidade através de réostatos, terá a receita certa;
2. Multiplique a área da divisão por 1,5 e obterá a quantidade de potência necessária para iluminá-la de forma eficaz;
3. Nunca escolha um candeeiro só por razões estéticas. Para saber mais conselhos sobre decoração e arquitectura de interiores, consulte o [site www.lardocelar.com](http://www.lardocelar.com)



uma luz directa, mas não agressiva, preferencialmente posicionada de forma a que não encandeie. E, neste caso, uma das soluções é ter uma distribuição equilibrada dos pontos de luz. O especialista da QuartoSala aconselha as lâmpadas de halogéneo que, “apesar de gastarem um pouco mais, criam uma sensação de harmonia e de bem-estar”. Quanto aos badalados *leds*, a doutrina divide-se. Apesar de serem mais económicos, nem sempre oferecem a melhor qualidade de iluminação. Ainda assim, são uma solução para focos indirectos.

**O quarto das crianças é outra divisão com exigências muito próprias,** que merecem ponderação consoante a idade e a fase de desenvolvimento dos petizes. Sarah Pereira e Sofia Floriano, *designers* da Edinteriores, o primeiro *atelier on-line* de arquitectura de interiores e decoração, não hesitam em banir os projectores, os *plafonds* e todo o tipo de iluminação viva e directa do território dos bebés. A escolha deve incidir num candeeiro de halogéneo, mas convém evitar os que têm regulador de intensidade pousado no chão, pois depressa serão um *gadget* tentador nas mãos da criança. Outra magna questão tem a ver com cortinados ou persia-

nas, que, além de aconchegarem o espaço, desempenham um papel importantíssimo na quantidade de luz filtrada. Os cortinados doseiam o fluxo, já as persianas podem barrar a luz (*blackout*) ou permitir a sua entrada em jorro. Quando as crianças passam a necessitar de uma secretária e zona de estudo, nada como aplicar os princípios da iluminação directa, com um bom candeeiro de mesa.

**A cozinha também oferece os seus desafios** e, hoje mais do que nunca, compete em a multifuncionalidade com a sala. As *designers* da Edinteriores sugerem dois tipos de sistema de iluminação: um global, como um *plafond* central que emita uma luz homogénea; e outro pontual, incidindo nas zonas de lavagem e confecção de alimentos. A área de refeição também pode ganhar definição com um candeeiro de suspensão. Arriscar e ousar são palavras de ordem. Mesmo quando a conjugação de estilos parece improvável, o resultado pode ser surpreendente. O mesmo deve aplicar-se no *hall* de entrada, o cartão-de-visita da casa, onde não se deve descurar as sensações que transmite. Pedro d’Orey recomenda um candeeiro de chão escultórico, desde que não seja a fonte principal de luz, pois o efeito será impactante.

Por mais contraditório que possa soar, a verdade é que o desejável em qualquer circunstância é não sentir a presença da luz, integrando-a no espaço de forma difusa e homogénea. Truque de ilusionista? Nada disso. O segredo está tão-somente no perfeito equilíbrio das fontes de luz com o controlo ajustável da sua intensidade para que os nossos olhos não acusem o desconforto e se sintam em casa. ●