🛏️ Чек-лист: прикроватный свет в спальне

Как выбрать удобное освещение и не переделывать после ремонта

Сохраните этот чек-лист перед покупкой светильников или монтажом электрики 👇

☑️ 1. Я понимаю, зачем мне нужен прикроватный свет

💡 *Совет мастера:* если ответ «ну… чтобы был» — почти всегда будет неудобно.
Определите главный сценарий: чтение, расслабление, ночные подъёмы или всё сразу.

☑️ 2. Я не пытаюсь решить все задачи одним светильником

🧠 *Лайфхак:* один источник редко справляется со всем.
Комбинация (бра + ночник, бра + мягкий свет) почти всегда удобнее.

☑️ 3. Я учитываю, один человек или двое будут пользоваться светом

👥 *Совет мастера:* в спальне для двоих у каждого должен быть свой контроль света.
Общий яркий свет у кровати — частая причина раздражения.

☑️ 4. Свет тёплый, а не нейтральный и не холодный

🔥 *Лайфхак:* если свет кажется «приятно белым» днём — вечером он почти всегда слишком резкий.

☑️ 5. Яркость локальная, а не на всю спальню

🔆 *Правило:* прикроватный свет не должен делать комнату светлой.
Если с ним можно убираться — это уже перебор.

☑️ 6. Свет не попадает в глаза ни лёжа, ни сидя

👀 *Совет мастера:* обязательно «примерьте» свет в реальных позах, а не на схеме.

☑️ 7. Формат света выбран под задачу, а не под фото

📸 *Лайфхак:* красивые картинки не показывают, как свет мешает ночью.
Всегда думайте, **куда он светит**, а не как выглядит.

☑️ 8. Я учёл высоту кровати, матраса и подушек

📏 *Совет мастера:* замена матраса часто «ломает» прикроватный свет, если это не учли заранее.

☑️ 9. Выключатель находится под рукой

🔌 *Правило:* если до выключателя нужно тянуться или вставать — светом будут пользоваться редко.

☑️ 10. Я проверил, мешает ли свет второму человеку

🌙 *Лайфхак:* включите свет и посмотрите на него с соседней подушки — это многое меняет.

☑️ 11. Свет не «давит» в маленькой спальне

📐 *Совет мастера:* чем меньше комната, тем компактнее и спокойнее должен быть прикроватный свет.

☑️ 12. Я допускаю, что идеального универсального варианта не существует

🧩 *Главный вывод:* удобный прикроватный свет — это система, а не один удачный светильник.

✅ Контрольная проверка

Если вы можете представить,
как включаете и выключаете свет вечером и ночью,
и при этом он **не мешает ни вам, ни тому, кто рядом**,
— значит, прикроватный свет выбран правильно.

Если выполнено **меньше 70 % пунктов** — лучше пересмотреть решение **до покупки или монтажа**.

📥 Как использовать чек-лист

- сохраните себе
- распечатайте
- возьмите с собой в магазин
- используйте перед монтажом электрики