



湯兆榮指，燈光顏色會影響整個空間的色調。

燈光

買前測亮度 牆色要配合

除了顏色之外，睡房的燈光亦是關鍵。Andy指，燈的光暗及數量安排視乎不同人的喜好：「像我這樣，沙發旁會放一座地燈，因為喜歡看電視時只剩它亮着。」一般以房間來說，盡量會避免用明顯的燈泡或燈源，多改用壁燈、燈槽或多採用自然燈光。至於光暗及燈光顏色，以現時較常用的LED燈泡而言，房間至少用3000K偏黃的暖白燈，3500K至4000K會偏白；傳統省電燈泡則用25W黃白燈。不過Andy提醒，在同一空間下：「不要光管加LED燈泡，一定是錯的，燈的種類必須用同類型的。」

光管燈泡忌混裝

Andy特別強調，燈光顏色會影響整個空間的色調，因此在選取地板、傢俬及牆身顏色時，要與燈光顏色一併考慮。舉例用帶琥珀色或暖色調的燈光，物料的颜色就不建議用太深或太黃，因為燈光打上去後，物料就會自然變暗或變得更黃；如果燈光偏白，物料則可能需要用深一度的顏色。

不少人喜歡做假天花，在上面裝燈槽打光。Andy稱，若用白色的假天花，回光就會是米黃色；若假天花塗的是橙色或深色系，打出來的燈光則會變啡或變黃。因此買燈的時候，最好先開一次看看燈光顏色及亮度。

另外，Andy指窗簾就像相機的濾色片，房間內的顏色配合好後，不要忽略窗簾布的颜色，因為太陽光照射在窗簾布時，會令整個房間的顏色變得不一樣。例如窗簾布是粉藍色的話，房間就會變得偏青白色，但假如房間整體物料的颜色是暖色系，感覺就會好奇怪。在這個時候，可以加紗簾或者較深色的布補救，以緩和顏色。



湯兆榮為活動提供的睡房設計。

著名設計師教你 睡房的佈置技巧



湯兆榮指今年潮流興綠色，家居設計可用，但要配搭得宜。

顏色

適量用淡綠 助穩定情緒

「在我而言，睡房就像森林一樣，感覺非常放鬆，因此設計也應該是優游舒服為主。」Andy先從顏色說起：一般房間多用暖色，香港的住宅和房間，六七成人要求Earth-tone等自然色系，較少人喜歡房間黑沉沉。除非客人有特別要求或主題，才會特別用上希臘或西班牙風格等色彩。

不過採訪當日身穿綠色上衣的Andy笑言：「今年『超興』綠色，你看我就知道了，屋企今年都可以用綠色，不過要配搭得宜，例如加少許藍色。」睡房則較多選用淡雅色彩，如淡綠色及粉綠色。

小記翻查資料，原來在色彩心理學角度來說，淡綠色有舒緩緊張情緒的作用。對於情緒不穩容易急躁的人來說，可在房間用上淡綠色；粉紅色可以減少腎上腺素分泌，讓情緒變得穩定，自閉症或精神壓抑者不妨在房間加少許粉紅色，但切忌過量，否則會令人感覺煩躁。

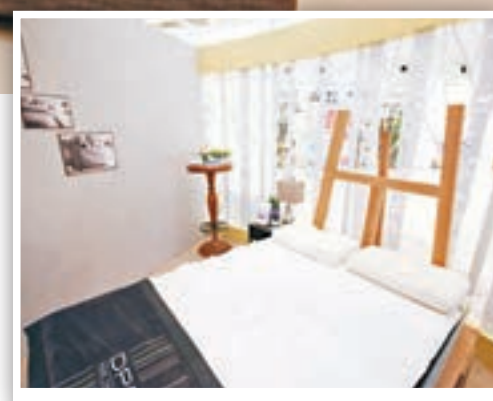
Andy又說，如果容易失眠或情緒不穩定的話，房內同時可以放香薰或有效改善情緒的音樂，令精神放鬆起來。



時下有品牌提供電腦測量選配床褥服務。

睡房選色功效

淡綠色：	舒緩緊張情緒，讓眼睛放鬆，情緒不穩定及急躁者宜用。
粉紅色：	可令人腎上腺素分泌減少，穩定情緒，自閉症或精神壓抑者適宜；切忌過量，不然會令人感覺煩躁。
藍色：	有鎮靜作用，一般上班族適用；患有高血壓或心臟病者，可用淺藍色，以利于血壓下降、脈搏恢復正常。
紫色：	有安神作用，但對運動神經同心臟系統有壓抑作用，所以心臟病患者應慎用紫色。
中立色：	包括黑色、白色、灰色和棕色等，靈活度高，可給予空間生命力，又可讓感覺寧靜下來。
淺橙黃色：	可誘發食慾及有助鈣質吸收，長者居室宜用淺橙黃色。
紅色：	可增添喜慶氣氛，新婚者居室可用；過量會令人產生焦慮情緒，失眠、神經衰弱、心血管病者忌用。
金黃色：	易導致情緒不穩定，抑鬱症或狂躁症者大忌。



湯兆榮不建議睡房採用升高地台設計。

設計

地台易積塵 不建議升高

睡房設計一般講究簡潔和淡雅，那麼睡房是否愈少擺設愈好呢？Andy直言：「香港的房屋太小了，很難的。」一般港人的睡房除了放衣櫃外，還有睡床和書櫃等，時下流行升高地台，多數在床的位置升高一級，方便收納雜物。不過，升高地台有優點亦有缺點：「個人就不太建議用升高地台，因為地台裡面很容易累積灰塵。」

Andy補充，睡房設計需按照客人性格和要求而定，但大多數他會視乎要求作中性處理。

床褥枕頭承托力要好

寢具方面，Andy指床褥及枕頭是最貼身的東西，必須為自己覺得最舒服的。床褥最重要並非選擇厚度，在於其物料。時下有床褥品牌提供電腦測量選配床褥服務，為人體量身訂做最適合的床褥。「功能性的床褥由不同顏色的組件組成，因應背部不同部分的需要，提供最好的承托力。」Andy特別推薦有背疼或脊椎問題等的人嘗試採用。至於枕頭，不宜過低、過硬或過軟，最重要是能承托頸部，以防止扭傷。

Andy最後提醒，需留意房間電掣的位置，畢竟電壓有機會影響睡眠，在設計的時候，床頭的位置或床頭櫃最好能離電掣遠一點。

參加睡眠展 贏設計服務

話說主要以設計商業和公共空間聞名的Andy，說起床褥卻能滔滔不絕，原來是因為早前他為高級床褥品牌DPM設計其「點·睡眠」活動場地，因此對寢具有了深一層的了解。他笑言：「功能性的床之前都聽過見過，但原來真挺有特色的，組合式度身訂做的產品，讓人睡覺時能夠更放鬆舒服。」

DPM為期4星期的「點·睡眠」活動，於沙田Home Square舉辦，至5月11日結

束。任何人士到任何DPM銷售點或HomeSquare活動現場，就可進行電腦測量選配床褥服務，並參與其床褥比拚活動，參加者更有機會獲得5,000元的現金券。現場還有大抽獎，幸運兒可獲得DPM每星期送出十張價值高達20,000元的點對點床褥。另外，於展覽期內在HomeSquare DPM分店消費滿10,000元，即有機會贏取由Andy操刀的「寢室設計服務（總值超過5萬元）」。



風水命理運導師 區仲德

龍飾擺放得宜催財添貴

在玄空風水氣場中，「龍」代表權威，亦代表富貴吉祥。若能擺放得宜，當可催財添貴；反之，錯誤擺放一些「龍」形狀物，則會招致小人纏身，財運漸退。

在家宅風水氣場中，屋宅可分為五個方位，所謂：「左青龍、右白虎、前朱雀、後玄武、中勾陳。」青龍位及白虎位在風水氣場學裡是極度相反的，蓋因青龍位「貴人」地也，主朋友及同僚之助力，屬吉祥位，是在宅的左邊位置。

白虎位「小人」位也，主是非、敵人及同僚之阻撓。屬凶煞位，是在宅的右邊位置。故此，在家宅風水氣場中，只許「龍欺虎」，不許「虎欺龍」。若宅之青龍左方有力，居住者便容易得到貴人助力。反之，白虎右方有力為「白虎欺青龍」，易招小人纏繞、妒忌，是非必多。

「龍」是四靈之首（四靈是指：龍、鳳、龜、麟四獸），故在歷代王朝中，皇帝以金龍來代表自己的至高無上地位，「龍」是代表權威及富貴吉祥之意。故此，現代人喜歡在廳內置放此類物品以添祥瑞之氣。

四大類龍飾 擺放位不同

龍的擺設飾物有以下數種，第一種「龍牌」，為小型飾物，凡生肖屬鼠、虎、兔、猴、雞年出生人士，均宜佩戴此類飾物，有催財及解煞作用。第二種「金龍」則指金屬鑄造之飾物，龍水配合，家宅中「龍」形飾物置放最宜近水，更宜放在魚缸的頂部或兩旁位置，可收催旺之效。

第三種石龍，最宜擺放在枱之左邊位置，為權力和貴人助力，事業及財運定可轉順，色澤宜採用灰色

或黑色最佳。第四種木龍：此類木製的「龍」狀物，大多數是安裝在牆上以作吉祥或制煞作用，亦可放在枱上左方的青龍位置，但效應不及石龍之快速。

須留意金龍龍口不宜向山，否則財運不增反退；也不宜放在宅之文昌位內，否則功名受阻礙及學業難成；龍口不宜向溝渠口，否則招致財運反覆。

石龍則不宜擺放在枱之右方或宅之右方，易招小人纏繞及樹敵，引致事業阻礙重重。「龍」形狀物不宜放置在房內或將「龍」口對着床頭，易令人心驚膽戰，疾病叢生。

另外，「龍」的數目最宜一條、二條或七條。若然放在「動財位」內可擺放二條、七條或八條。九條龍的佈局不宜放在「動財位內」，蓋有刑剋之故也。

按揭熱線

經絡按揭轉介市場總監 劉圓圓



供樓負擔仍屬健康水平

今年首季樓市表現良好，土地註冊處記錄顯示，一手私人住宅註冊量達3,583宗，較去年同期的1,323宗有明顯增長。政府修例收緊「一約多伙」，打擊投資買賣，新措施生效後，未有對市場造成衝擊。一手新盤及二手市場依然有價有市，歸根究底與樓宇供求失衡有關。

在新措施實施前以「一約多伙」形式購入多個單位的買家，要留意物業轉售問題，由於若干單位屬於同一張契約，日後轉售時需要請律師做拆契的動作，以便售出相關單位。至於相連單位可以獲得豁免15%的從價印花稅，但需注意相連單位必須向屋宇署入則，如被發現未入則，業主日後會被追稅。

目前樓價已經連升11個月，發展商見市場反應熱烈，屢屢提價加推；二手業主見市場類似的單位成交屢屢破頂，亦變得惜售，有需求的買家惟有追價入市。同時銀行估價亦會跟貼市價，究竟現時供樓負擔是否超出正常水平呢？

銀行間借貸成本低

美國對上一次加息已經是第三年第三次加息。本

港的銀行體系盈餘仍達2,595億元水平，最新的一個月期銀行同業拆息報0.38%，是今年拆息水平的低位，反映銀行之間的借貸成本低。銀行亦力爭按揭業務份額，H按的「H加部分」稍稍回落，由去年初的1.7%，減至最新的1.28%，累計已經有42點子的跌幅。

同時銀行亦增加現金回贈，最新增加至1.65%。要計算供樓負擔比率，需要參考幾個因素，包括按揭利率、樓價及收入水平。一般銀行對於五成以下的供樓負擔水平視為健康，四成的供樓負擔更受銀行歡迎，反映買家的財政狀況穩健。

目前並無大幅飆升

根據經絡按揭轉介研究部的數字，今年首3個月的供樓負擔比率分別為44%、44.2%及44.5%。因為樓價上升的關係，明顯較去年同期平均約40.9%的負擔比率稍高，但仍屬於健康水平，反映雖然樓價有所上升，但在按息下降的此消彼長下（最新拆息報0.38%，H按實際按息為1.66%），供樓負擔並無因此大幅飆升，仍然維持在合理的健康水平。