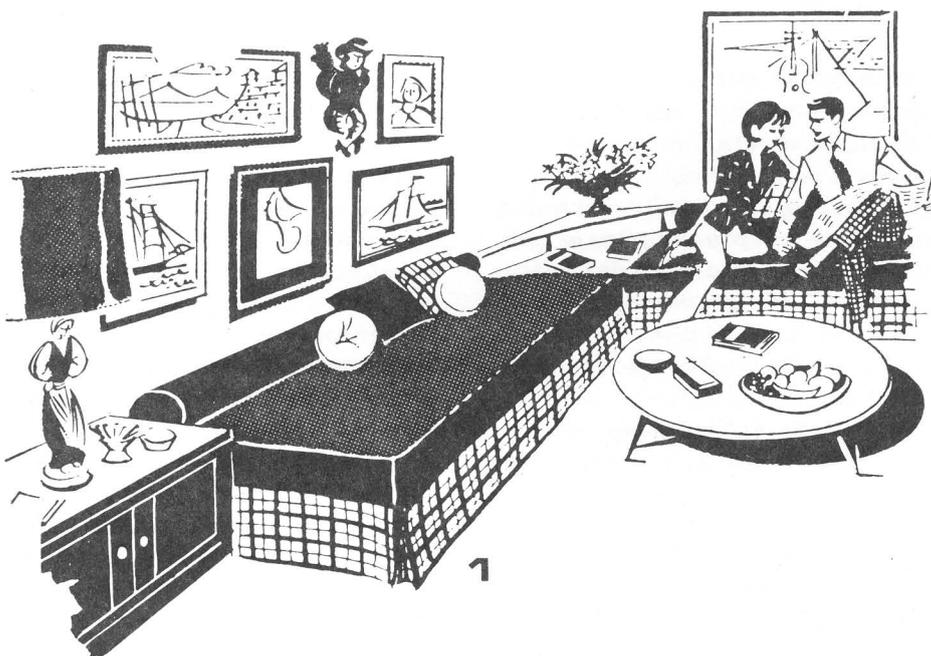




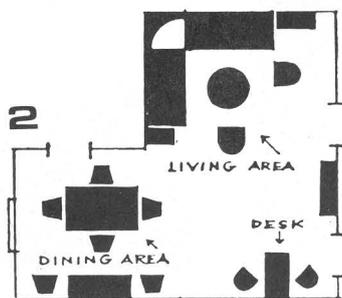
APARTAMENTOS



1. Pequeñas ideas para apartamentos de una sola habitación

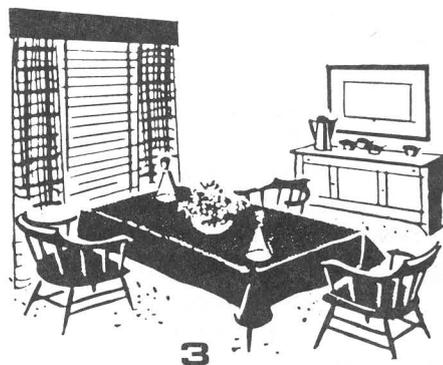
Para una joven pareja que tenga que vivir en un apartamento de sólo una habitación, ofrecemos aquí una ingeniosa idea que ayudará a despejar la sensación de claustrofobia que pueda experimentar y, al mismo tiempo, servirá para aprovechar al máximo el más pequeño espacio. Como puede observar por el diseño número 1 las camas del estudio se pueden convertir fácilmente en sofás y las mesas, en mesas de juego o de comedor; y en los cajones se podrán guardar muchas cosas quedando todavía espacio para un escritorio. Aunque usted puede combinar los muebles y accesorios como le plazca, la mejor solución para

que el conjunto resulte decorativo y económico, es valerse de un diseño de colorido sencillo. Aquí, por ejemplo, la nota distintiva está en los tejidos empleados. Con unas cubiertas en verde sólido y unas faldas a cuadros las camas se han convertido en unos bien ordenados sofás. Los cojines están confeccionados en tonos suaves, verde y blanco. Para las sillas se pueden hacer unas almohadas a cuadros y para los sillones se pueden emplear otras de colores lisos.



2. Aquí le damos el plano para que sepa cómo hacerlo

Este diseño no solamente muestra cómo podrá usted agrupar sus muebles para lograr el máximo confort sino cómo separar la habitación en dos partes para crear la sensación de que son dos salas diferentes.



3. Comodidad y buena apariencia

La parte destinada a comedor no solamente tiene un aire invitador y atractivo sino que ilustra más claramente cómo puede usted simplificar el colorido del conjunto. En la parte destinada a sala de estar, el tejido del mantel y el que recubre la galería de la ventana es de colores lisos, sólidos y el de las cortinas, a cuadros. Si se quiere desayunar cerca de la ventana, se puede correr hasta allí el pequeño bufete adosado a la pared.

¿SE SABE DOMINAR?

Decía Saint-Exupéry que el hombre se descubre cuando se mide con la dificultad. Y no le faltaba razón. Hoy es fácil "descubrirse" ya que las dificultades brotan por doquier; disfrazadas de una forma u otra, se presentan haciéndonos frente y exigiendo de nosotros una respuesta inmediata.

Si esta respuesta es irreflexiva, alocada, turbulenta, entonces la dificultad sabe que nos domina y puede hacer de nosotros lo que quiera. Si, por el contrario, la reacción ante el inesperado problema, aunque rápida, obedece a una madurez fruto de la reflexión y el autodomínio, pasaremos por el mundo dominándole y sin dejarnos avasallar.

El siguiente test dirá, al examinar las reacciones, si dominamos o somos dominados.

1. Si alguien le molesta, ¿se enfada o se enfurruña con facilidad?
2. ¿Pierde el control si siente sobre sí una mirada fija mientras estudia o trabaja?
3. Cuando el sueño le vence, ¿se tumba en la cama tranquilamente?
4. ¿Tiene ideas fijas que le amargan y quitan un poco el gusto de vivir?
5. ¿Se muerde las uñas, o se enrolla maquinalmente un mechón de pelo al hablar?
6. Mientras come bombones o pasteles, o algo que le gusta mucho, ¿es capaz de decir "basta" si lo cree necesario?
7. ¿Corta tajante una conversación si disiente de la interlocutora?
8. Si el trabajo que está haciendo no sale a su gusto ¿se enfada con la máquina, pluma, plancha, ... que está usando?
9. Al encontrarse con una amistad, ¿saluda tímidamente o se excita?
10. Por la noche o cuando está sola ¿se siente como paralizada de miedo?

Puntúese en cada respuesta de 0 a cinco puntos, señalando el 5 el sí más rotundo y el 0 la mayor negación.

Si alcanza 50 puntos no cabe duda de que la vida ajetreada la domina. No es muy dueña de sí misma y debe cuidar este factor.

Si la puntuación llega a 40 le será más fácil solucionar la dificultad.

Si sólo tiene 30 puntos no es usted muy constante en su manera de actuar.

Si alcanza los 20 es usted más dominadora que dominada.

Si tiene sólo 10 es una mujer bastante serena.

Si tiene 0 puntos es usted tan perfecta que le aconsejamos repita el test, pues podría haberse equivocado en algo.

En
la
cocina

