

# De lytter og indretter

De to kolleger og indretningsterapeuter, Anne-Mette Fiil og Katrina Lord, har specialiseret sig i at spidse ører, når de skal hjælpe deres kunder med en ny indretning. Der behøver ikke betyde nye dyre møbler, og Anne-Mette Fiil viser her, hvordan hun selv har indrettet sig.

**Anne-Mette Fiil t.v. og Katrina Lord** er autodidakte indretningsterapeuter og mener, at indretning også handler om, at psykologien skal følge med. De lytter og kommer så med en handlingsplan.



**Gem dine minder** i små gennemsigtige montrer. Det råder Anne-Mette sine kunder til, så boligen ikke bliver fyldt op med små pynteting, der samler støv. Her har hun selv samlet et kort fra sin 50-års fødselsdag, eukalyptusgrene plukket i Sydafrika, arvede porcelænsfigurer og strandskaller.



**Huset fra 1800-tallet** på Østerbro er et fint gammelt byggeforeningshus. Her bor Anne-Mette Fiil, hendes mand og datteren Tiffany på 15 år. Haven foran er familien Fiils, mens stuelejligheden har en gårdhave bag ved huset.

||| Vi har sat terapeuterne Anne-Mette Fiil og Katrina Lord stævne i Anne-Mettes bylejlighed på Østerbro. De er begge autodidakte inden for boligindretning og kalder sig ikke indretningsarkitekter eller -coaches, men indretningsterapeuter. Forskellen for de to kolleger er, at når de tager på indretningsbesøg, er det uden løftede pegefingre eller en agenda om at udskeifte kundernes møbler med nyt dyrt design – de lytter sig nemlig til løsninger ud fra kundernes behov, der er vidt forskellige.

Som kolleger påtager de sig hver for sig både store og små indretningsopgaver, og en konsultation varer tre timer. Efter besøget har Anne-Mette eller Katrina løsningen, og laver en udførlig billedbog med en handlingsplan over, hvordan indretningen kan

få boligen til at fungere. Bogen indeholder ikke bare gode ideer, men også billeder af de møbler som kunden eventuelt bør købe, farver som det vil være en god idé at male på væggene, og er der behov for håndværkere, formidler indretningsterapeuterne også det.

For nylig besøgte Anne-Mette en kvinde, som sammen med sin mand havde et stort toetagers parcelhus syd for København. De søgte en løsning på indretningen af en stor stue på første sal.

– Efter at have talt med hende, sporede jeg, at det også handlede om, at hun skulle til at begynde et nyt liv på efterløn. Jeg spurgte til hendes interesser, og hun fortalte, at hun var glad for at sy og faktisk havde et lille syrum bagerst i huset. Derfor foreslog jeg, at når nu hun skulle på efterløn og gå hjemme hver dag, skulle vi skabe et stort rum, som kun var til hende, i stuen på første sal. Et rum med plads til at sy, en væg med billeder af børn og børnebørn, plads til at sidde og læse samt til at have veninderne til kaffe. Der var en superudsigt fra stuen, og den skulle hun nyde hver dag. Jeg foreslog hende, at hun hver morgen skulle lave en bakke med kaffe og gå op på »arbejde« i sit nye arbejdsværelse. Damen var lykkelig, nu vidste hun, hvad hun skulle hver dag, når hun ikke længere skulle være på arbejdsmarkedet, fortæller Anne-Mette, der her viser SØNDAGs læsere, hvordan hun selv har indrettet sig.

**En tv-bænk** til familiens uundværlige hvide stor-skærms-tv har fået plads ved endevæggen. Anne-Mette har valgt netop dette møbel for samtidig at kunne holde orden på diverse ledninger, bøger og cd'er.



**Der er gennemført orden** selv på badeværelset. Her har Anne-Mette lavet et stilleben på en sølvbakke med en stofserviet. Her lægger hun de ting, som hun bruger til hverdag.



**Basisfarven er hvid** i opholdsstuen, dog med et mørkebejdet sofabord fra Ilva. Sofa, stole og den hvide puf er fra Ikea. Den anden puf i hør med lommer kan slås ud til en ekstra madras.





**Spisestuen virker større,** fordi Anne-Mette har sat spisebordet midt i rummet og ikke op ad væggen. Bord og stole er fra Ikea, og springbuk-skindene fra en tur til Sydafrika. De tørrede pilegrene i hjørnet er afklip fra naboen.

## De lytter – og indretter



**På førstesalen** har Anne-Mette indrettet kontor med en ekstra soveplads. Farverne er holdt i hvidt og sort. Her er ledningsfrit, og mapper og arkivkasser er sat på hylder, der er placeret højt oppe på væggen for at udnytte pladsen. Stolene er egentlig bårstole fra Ikea, men også her har Anne-Mette været kreativ: Stolebenene er skåret til, så de passer til skrivebordshøjden og stilen.

**Ekstra soveplads med** topmadras, der fungerer som sengetæppe. Sengen er fra Ikea, og Anne-Mette køber gerne ind i Ikea, hvor hun snupper de gode fund. Det er ikke nødvendigvis altid, at høj pris og god kvalitet følges ad. Og for Anne-Mette er det ikke vigtigt at bo eller indrette med dyre mærkevarer.

**Endnu et godt indretningstip** er denne indbyggede reol til opbevaring af tøj og sager. Anne-Mette er igangsætteren, og hendes mand udfører håndværkeropgaverne. Reolen er noget af det nyeste og mangler endnu at blive hvidmalet.



**Der er åbent til kip** på tredje etage, hvor datteren Tiffany har sit lille refugium og arbejdsværelse.



**Soveværelset er enkelt** i hvidt og blå, og skabene er bare 40 cm dybe, for ellers var der ikke plads til dobbeltsengen. Tøjet hænger på rækker i bredden i stedet for i dybden. Over sengen har Anne-Mette hængt en hylde til malerier. Det fungerer som et lille galleri.



## 10 gode råd fra Anne-Mette og Katrina

1. Værdsæt dine skatte. Ligger dine ting på loftet, er de næppe samleobjekter. Hvis du værdsætter genstandene, så stil dem stolt til skue i hjemmet. I modsat fald, skil dig af med dem!
2. Hvis ikke du har et sted til hver af dine ejendele, bruger du unødvendig tid på at rydde op og forsøge at finde plads. Efterfølgende spilder du tid på at lede efter dem igen.
3. Afslapning kan være umulig, hvis dit hjem er rodet og uorganiseret. Få en »oprydnings-veninde« til at hjælpe dig med at sætte det hele i perspektiv og kassere de unødvendige ting.
4. Når du indretter, så skab gode effekter og stemning via lys.
5. Hold så meget som muligt væk fra gulvet i små rum. Brug hylde i stedet for reoler og skabe. Brug opbevaringskasser, så der ikke roder.
6. Arvestykker kan være fantastiske. Men mange boliger egner sig slet ikke til møbler fra det forgangne århundrede. Bevar eventuelt minderne ved at tage fotos, og lav en beskrivelse af historien bag arvestykket, og hæng det på væggen i stedet. For hvorfor bruge unødvendig energi på at leve med et arvestykke, som man ikke kan lide!
7. Ønsker du farver i boligen, så tilføj dem med tæpper, puder, plaider, malerier og så videre. Ting som kan skiftes ud. For har du først en rød sofa, hænger du på den. Lad store ting som sofaer, lænestole og borde være i neutrale nuancer som hvid, beige, creme, sort eller brun.
8. Overvej, hvor du skal placere det ønskede møbel eller inventar, før du beslutter dig for et større køb.
9. Hold din boligindretning enkel, og bland ikke for mange stilarter sammen, medmindre du har en sikker indretning for øje.
10. Tag kontakt til en indretningshjælp, før du køber dyre designermøbler. Med professionel rådgivning sparer du dyre fejtagelser.

Fiil & Fiil Indretning  
Tlf. 61 71 57 09  
www.indretningsterapi.dk  
www.fiil-fiil.dk