Ny farge på soverommet i 2025

Planlegger du å pusse opp soverommet snart, og leter etter farger som passer? Her er metoden som hjelper deg å finne den riktige fargen som passer deg perfekt.

Av Emma Wold/ifi.no, ifi.no



Hvilken farge gir ro?

Ofte så ønsker vi oss farger som gir oss ro, og som er behagelige å sovne til. Da er et godt triks å velge kaldere farger, som for eksempel blått eller grønt. De oppleves som mer passive farger, enn gult, oransje og rødt. Et tips er å velge duse og såkalt kulørsvake varianter av fargene, uansett hvilken du synes er finest.

Vi vet at farger påvirker oss, og riktige farger skaper trivsel i et rom. På den andre siden kan feil farger gjøre oss utilpass, urolige, og ukomfortable. På et soverom er det to ting som er viktige: vi skal falle til ro, og vi skal våkne. Det kan være et godt utgangspunkt å velge farge etter det du sliter mest med.

For å oppnå stemningen du trenger på soverommet er det ofte passive farger som gjelder. De ligger ofte på den kalde delen av fargesirkelen, og oppleves som roligere og mer dempet. Det kan være et godt utgangspunkt når vi skal velge farge på soverommet.



NORDISK: For mange er denne luftige, nordiske fargepaletten drømmefargen på soverommet.

Velg riktig kulør

For å finne en god farge, er det viktig å forstå på at styrken på fargen er mer avgjørende enn selve fargen. Selv om det nå har vært trukket frem at kalde farger oppleves som mer beroligende og passive, kan selv varme og aktive farger være gode alternativ for soverom.

Det derfor det ofte presiseres at gode soveromsfarger bør være duse, dempet, lyse, eller mørke.

– Jeg er veldig glad i mørke farger på soverommet, også i taket, sier Anita Glende hos Nordsjö, før hun avslører at varme brunorange toner står på toppen av ønskelisten hennes.

Når det kommer til stykket er det din egen mageføelse som forteller deg hvordan du opplever en farge. Farger som okergult, terracotta og fersken er alle i det varme fargespekteret, men populære soveromsfarger. Disse skaper en lun atmosfære, som mange finner avslappende.



TODELT: Her er en behagelig ferskenfarge kombinert med rosa. Et uvanlig, men gøyalt, fargevalg.

Hvor trives du?

Å forstå seg på sin egen mageføIelse kan være en utfordring – hvis vi alle hadde visst nøyaktig hva den sa, hadde vi ikke lurt på hvilken farge vi skulle velge. Hvor senker du skuldrene, puster helt ut og får ro i sinnet?

– Jeg liker best lyse soverom, gjerne med en gammeldags tapet og med noen antikviteter i rommet. En fin lampe i taket er et must, sier Charlotte Holberg Sveinsen, kreativ leder og fargesjef i IFI.

– Jeg skal selv male eget soverom nå snart og da har valget falt på en nydelig pudderfarge på veggene, lys turkis dør og en skikkelig gusjegyllen takfarge – som tar opp gullstoffet som er inni et gammelt fransk skap fra barndomshjemmet mitt, fortsetter hun. – Det har glassdører og inni skapet har jeg bare fine greier: gullsko, fine silkebluser og et gammelt smykkeskrin. Det var egentlig det skapet som satte standarden for resten. Da faller alt annet på plass etter hvert.



ANTIKT: Dette soverommet kombinerer en klassisk tapet med lyse farger og unike gjenstander.

Sett sammen flere farger

For å lage et spennende soverom som appellerer til flere sanseinntrykk, kan du gjøre mye med overflatene i rommet. Uansett hvilken farge du velger, kan den kombineres med en spennende kontrastvegg bak sengegavlen. Enten det er en tapet du liker og som spiller på fargene, en spilevegg, eller noe så enkelt som å male hele eller deler av veggen en annen farge, vil det være med på å gjøre rommet mer dynamisk.

Mens du er i gang, bør du ikke glemme taket. Når du ligger på ryggen i sengen og ser opp, vil også fargen på denne flaten påvirke humøret. Taket kan du enten male i samme farge som veggene, en lysere eller mørkere variant, eller en kontrastfarge som skaper spenning.

Trivsel foran trend

Det er mye som skal stemme når du skal trives på soverommet, og farger på vegg og tak er bare noe av det.

– Først og fremst finne en farge du liker, uavhengig av trender om du klarer det, tipser Glende. På slutten av dagen er det vi som skal trives på vårt eget soverom, ikke naboen. – Ikke være redd for å bruke farger også i taket. Her skal du sove godt, finne roen, lade batteriene og hente ny energi.

– For meg er det viktigste ved valg av farge på soverom at det skal være en fryd å våkne hver morgen. Det første du ser når øynene slås opp bør være noe du synes er fint eller vakkert, og som helst varmer hjertet litt, avslutter Sveinsen.



NATURLIG: Mange nordmenn vil se på dette bildet og føle ro. Her er veggene beiset, og sengen redd opp i behagelige bruntoner.

Så hvilken farge skal du velge?

For deg som vil male soverommet i 2025 blir oppgaven å bestemme deg for hvilken følelse du vil ha når du går inn på soverommet. Trenger du et mørkt og rolig sted å sovne, eller trenger du en fargepalett som skinner når sola slår inn gjennom gardinene – så det er lettere å stå opp?

Sliter du fortsatt med å visualisere hvilken farge som er riktig for deg, kan du ta en tur til nærmeste fargehandel. Der finner du dyktige fargekonsulenter, som kan gi deg personlige anbefalinger fra flere ulike fargekart. På den måten blir det kanskje litt lettere å velge.

Dette minner fargene oss om

Her er en liste om hva de mest populære soveromsfargene minner oss om.

Hvitt: Snø, luft og blanke ark.Grått: Fjell, tåke og regn.Beige: Sand, kornåkre og strå.Gul: Sol, sommerblomster og honning.Rødt: Sterke solned- og oppganger og blomster.Grønn: Natur, skog og frodighet.Blått: Vann, regn og skyfri himmel.



ALLE MULIGHETER: Hva en farge betyr for deg er dypt personlig. Takket være store fargekart fra malingsleverandører i Norge er mulighetene mange.

Mer informasjon

- Alcro: https://alcro.no