

# 17 FÉNYÁRBAN

jó tanács konyhák, étkezők világításához

Nem látja jól a tűzhelyen az ételt, s így nehéz eldönteni, hogy megfőtt-e már? Előfordul, hogy megvágja az ujját, mert árnyékban van a vágódeszka? Konyhában, étkezőben bizony elengedhetetlen a jó megvilágítás. Új sorozatunkban helyiségenként sorra vesszük a lakásvilágítás legfontosabb szempontjait, tanácsokat adunk, hogy mit kell figyelembe venni vásárlás előtt, és bemutatjuk, hová mit érdemes választani.

SZÖVEG: NAGY JÁNOS, A VILÁGÍTÁSTECHNIKAI TÁRSASÁG ELNÖKE (MAGYAR ELEKTROTECHNIKAI EGYESÜLET) FOTÓ: SAFA

## KONYHÁBAN

Szükség van itt általános világításra és ezenkívül helyi (a munkapult, esetleg átadópult, illetve reggelizőasztal) megvilágításra.

1. Az általános világítást a mennyezet közepére szerelt lámpatesttel, vagy rejtetten, a szekrények tetején, hosszában elhelyezett fénycsövekkel, esetleg halogénlámpákkal lehet megoldani.
2. Pontszerű, tükrös halogénvilágítások is használatosak, esetükben azonban számolni kell a jelentős hősugárzással, illetve az irányított fény erőteljes árnyékhatásával.

## A PULT FÖLÖTT

A munkapult megvilágításának megfelelő szintűnek, jó színvisszaadásúnak, kellemes színhőmérsékletűnek és káprázásmentesnek kell lennie.

3. Hogy a pultvilágítás megfelelő szintű legyen, célszerű teljes hosszában egyenletesen felszerelni a lámpatesteket a felső szekrény alá úgy, hogy a munkapult mellett dolgozónak ne legyen a fényforrásra közvet-

A selyemernyős, falra szerelt lámpatestek inkább hangulatlámpáknak valók a nappaliban. Munkafelület megvilágítására alkalmatlanok



len rálátása. Ma már kaphatók lapos (2 cm magasságú) kivételben is csak lefelé világító, fénycsöves és halogénlámpás pultvilágítók. Ezeket a felső szekrény alá, a fal mellé érdemes felszerelni. A korszerűbb lámpatestek egymás után sorolhatók, akár egyszerre, de akár – takarékosan – külön-külön is használhatók.

4. A fényforrás színhőmérsékletének a vizuális komfortérzet szempontjából van jelentősége. Kellemes, meleg fényt bocsát ki a hagyományos izzó, míg hidegen világítanak például a fehér színű LED-ek.

5. A jó színvisszaadású világítás a természetes fényhez hasonlóan a tárgyak valódi színét adja vissza. Ez a megvilágított étel megjelenésénél fontos. Ha a húst rossz színvisszaadású lámpával világítjuk meg, színe annyira eltorzulhat, hogy romlottnak látszik.

6. Ha olerősebb, szabadon sugárzó (minden irányba fényt kibocsátó) lámpatest mellett döntünk, ezt szereljük a felső szekrény külső részére egy takaróléc mögé. Érdemes burás kivitelűt vásárolni, a bura védi a fénycsövet, és biztosítja a jó fényeloszlást.



A konyhában helyi megvilágításnak válasszunk korszerű fénycsöveket, melyeket a felső szekrény belső szélére szereljük fel. Szükség van ugyanitt függesztett lámpákkal megoldott általános világításra is

## VÁSÁRLÁS ELŐTT

- Lakásunk világítási rendszerét tervezzük – tervezzük – meg előre, gondosan!
- Mivel általában nappali fénynél vásárolunk, külön figyelünk – formáján és anyagán túl – a lámpa teljesítményére is.
- A villogás elkerülése érdekében elektronikus előtéttel szerelt lámpatestet érdemes venni, ennek fénye nem fásítja a szemet.
- Biztonságosabb a közvetlenül a hálózatra csatlakoztatott, fixen bekötött pultvilágítás, mint a dugaljról működtetett megoldások.
- A pult helytelen megvilágítása káprázást okozhat. Kápráztathat a fényes felületen megjelenő fénycsó, halogén tükrösképe is. Ezért jobb matt munkalapot használni.
- Pult világításra kettős szigetelésű lámpatesteket válasszunk, ezek biztonságosak, rövidzárlat esetén nem szenvedünk áramütést.
- Inkább a bútor megvilágítását szolgálják a felső szekrény „parkányába” szerelt, tükrös halogénlámpák. Hátrányuk, hogy melegítik a pultnál dolgozók fejét, s a nyitva felejtett szekrényajtó felületét megégethetik. Használataukkor a pult széle tüflágitott lesz, a felső szekrény alá nem jut be a fény.



A konyhai pult helyi megvilágításán túl az étkezőben az asztal fölé is – lehetőleg középre – kell lámpatestet függeszteni, hogy az asztal körül ülők jól lássák egymást és a feltálat étkeket

**7.** Kerülni kell a házilag barkácsolt halogén rendszerek felső szekrény alá szerelését, mivel ezek tűzveszélyesek is lehetnek.

**8.** Amennyiben halogénlámpát használunk, ahány fényforrást szereltünk fel a pult fölé, annyi árnyéka képződik kezünknek a munkafelületen. Vigyázzunk, ez nagyon zavaró lehet!

**9.** Előfordul, hogy a pultvilágítás falra szerelt fénycsöves vagy vonalizzós megoldású. Ez azonban kellő takarás hiányában kápráztat, zavar a látásban, és nem is biztosít egyenletes fényeloszlást a munkafelületen.

**10.** A vonalizzós lámpatestek elavultak. Kiváltásukra alkalmasak a fénycsöves vagy kompakt fénycsöves lámpatestek.

**11.** A korszerű fénycsövek jó színvisszaadásúak és a hagyományos izzóhoz hasonló színhőmérsékletűek.

### ÉTKEZŐBEN

Az asztalnál ülőknek lehetővé kell tenni, hogy egymást és a feltálat ételt jól lássák. Ezért érdemes a világítást közvetlenül az asztal fölött elhelyezni, mégpedig úgy, hogy az a teljes felületet egyenletesen megvilágítsa.

**12.** Ha fal mellé kerül az étkezőasztal, a világítást egy mozgatható, esetleg behajló falilámpával is megoldhatjuk.

**13.** Kaphatók le-föl állítható lámpatestek. Ezek elhelyezésekor és magasságuk beállításakor ügyelni kell arra, hogy ne világítsanak az asztal körül ülők szemébe.

**14.** Vigyázzunk a színes izzókkal, ezek megváltoztatják az ételek színét. Étkezőben, konyhában ne használjuk őket!

**15.** Jó, ha az étkezőasztalnál használt lámpa ernyője nem fénytereszítő. Ha mégis, figyeljünk oda a színére, mivel ez is kedvezőtlenül befolyásolhatja az étel látványát. Így egy kék lámpaernyő alatt a sült hús romlottnak tűnik.

**16.** Az étkezőasztal megvilágítását érdemes külön kapcsolóról működtetni. Felkapcsolásával jelezni lehet: tálalva van.

**17.** Amennyiben térbe nyúló átadó-pultunk van, és ezt gyors étkezésekre is használjuk, gondoskodjunk a megvilágításról. A legegyszerűbb a pult fölé szerelt bútorlapba süllyeszteni néhány kis teljesítményű halogénlámpát, vagy függesztett lámpatestet használni a pult fölött.



Íróasztali lámpákkal nem lehet a pultot jól megvilágítani. Több, különböző irányból érkező, pontszerű fényforrás zavaró árnyékhatást is kelt