

# 16 FÉNYJÁTÉKOK

jó tanács a nappali tér megvilágításához

Gondoljuk csak végig, mi mindenre használjuk a nappalit! Itt fogadjuk vendégeinket – legyen hát világos, de hangulatos is a tér! Itt suttogunk titkokat a legjobb barátunk fülébe – ilyenkor elég egy sejtelmes fény sugar. Ide húzódunk vissza egy sarokba, ha zenét hallgatunk vagy olvasunk, kell hát a jó helyi világítás... Mivel a helyiség többfunkciós, a világítás is a különböző tevékenységeknek kell megfeleljen.

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



## NAPPALIVILÁGÍTÁS KORSZERŰEN

1. Legyen a nappaliban jó az **általános megvilágítás**. Megvalósítható ez csillárral, mennyezeti lámpával, de akár rejtetten is.
2. Célszerű helyi világításokkal kisebb **fényszigeteket** kialakítani. Erre a célra fali-, asztali és mozgatható ernyőjű lámpákat alkalmazhatunk.
3. Vigyázzunk, hogy ha a szobában egy időben többen is tartózkodnak, az egyik tevékenység megvilágítása **ne kápráztassa**, ne zavarja a másik személyt.
4. A látási komfort szempontjából nem célszerű csak a helyi (fénysziget-) világítást

használni, amikor a szemünket komolyan igénybe vevő tevékenységet folytatunk (mondjuk olvasunk vagy írunk), mert a fénysziget és a sötét helyiség többi része közötti nagy kontraszt fárasztja a szemet. Ilyenkor jó visszafogottan **deríteni a háttér**et is.

5. Érdemes az alkalomnak megfelelő világítást **fényszabályozás** által biztosítani – ez a megoldás energiatakarékos is. Így olvasáshoz egy-két fényforrással derítjük környezetünket, és egy álló- vagy olvasólámpával biztosítjuk a jó szöveglátáshoz szükséges fényt.

## ÁLTALÁNOS VILÁGÍTÁS

6. A mennyezeti lámpatestek ma már kevésbé elterjedtek. A nappali általános megvilágítása egyszerű **karnisvilágítással** (amikor a függönykarnis mögé égősort szerelünk) vagy **körbefutó, rejtett (párkány-) világítással** is megoldható.
7. Jó, ha az általános megvilágítás **szabályozható**. Ezt fényszabályozós kapcsoló beépítésével vagy a világítási áramkör többfokozatú kapcsolásával lehet megoldani.
8. **Hangulatvilágítás** céljára alkalmas a rejtetten szerelhető, úgynevezett világítócső (műanyag tömlőbe szerelt kis izzólámpák vagy LED-ek) használata.

9. Napjaink divatos fényforrása a **halogénlámpa**, mely apró mérete miatt könnyen beszerelhető kis felületekbe, és besüllyeszthető a nem túl mély álmennyezetekbe is. Fényhasznosítása jobb, mint a hagyományos izzóé, így üzemeltetése gazdaságosabb. Csillogó hideg fényével kiemeli a megvilágított tárgyakat. Mindenfajta berendezési stílushoz illik. Vigyázzunk azonban, mert rossz beállítás esetén zavaró káprázást okozhat.

**FÉNYSZIGETEK**

10. **Irányított fényű lámpatesteket** (így halogénlámpákat) is lehet mennyezetre szerelni, és ezzel ki lehet emelni a szoba bizonyos részeit, ahol valamilyen tevékenység zajlik. Ez a fény-árnyék játék kellemesen hat egy helyiségben.

11. A legfontosabb bútorsziget a nappaliban az **ülögarnitúra** és a dohányzóasztal együttese. Megvilágítására különös figyelmet kell fordítani. Ha látni is akarjuk azt, akivel beszélgetünk, a köztünk lévő asztalra ne helyezzünk lámpát. Előnyös és kellemes állólámpával lágy oldalvilágítást létesíteni, így a szemben ülők jól látják egymás arcát. A szemmagasság fölötti, alul-felül nyitott, nagy burás lámpatest erre a célra a legalkalmasabb.

12. Hogy a **tévészés** ne fárasssa nagyon a szemet, gondoskodnunk kell a háttér derítéséről. Ez egyszerűen megvalósítható egy, a ké-





## TUDNIVALÓK

- A nappali tér megvilágítására meleg szín-hőmérsékletű fényforrásokat válasszunk, így sokkal barátságosabb, otthonosabb lesz a légkör.
- Amennyiben kompakt fénycsöveket használunk, vigyázzunk, hogy ezek ne lógnak ki a lámpatest burájából, mert ez sem esztétikai, sem világítástechnikai szempontból nem jó.
- Halogénvilágítás esetén számolni kell a lámpák jelentős hő kibocsátásával. Ha alacsonyabb a belmagasság, akár a fejünkön is érezhetjük a hőhatást.
- Fontos a halogénlámpák sugárzási szögére is figyelni az egyenes megvilágítás érdekében.
- Vannak alumíniumtükros halogénlámpák és úgynevezett hidegtükrosok. Méretük azonos. Nagy különbség köztük az, hogy az alumíniumtükrosok a hőt a megvilágított térbe sugározzák, míg a hidegtükrosok esetében a hő nagy része a lámpatest mögé kerül. Ezt beépítéskor számításba kell venni.
- A rejtett világítás szerelésekor kerülni kell a fénycsövek találkozásánál keletkező sötét foltokat. Igyekezzünk minél egyenletesebb világítást kialakítani!

- Rejtett világítás esetén nagyobb energiafogyasztással kell számolni, mint a közvetlen világításnál.
- LED lámpatesteket csak visszafogottan és csupán dekorációs célból érdemes használni a nappaliban. Színhőmérsékletük ugyanis hideg, és fényszolgáltatásuk még nem elégíti ki az elvárt megvilágítási szintet.
- Ha képvilágítást létesítünk, olyan világítótestet válasszunk, melynek fénye az alkotás teljes felületére kiterjed. Azok a képvilágító lámpatestek, amelyek csak a festmény felső részét és a rájáratot világítják meg, nem felelnek meg a célnak. A képvilágítást mindig az alkotás nagyságához kell igazítani.
- A lámpabúra színe lehetőleg semleges legyen. A színes burák közül a sárgák, a narancs- és rózsaszínűek kedvezőbbek, mint a zöld és a kék árnyalatai.
- Szemünk kímélése érdekében fokozott figyelmet kell fordítani a televízió elhelyezésére. Jó, ha a tévékészüléket az ülő ember szemmagassága alá helyezzük. A szemmagasság fölött elhelyezett tévékészülék inkább azoknak ajánlott, akik bifokális szemüveget viselnek. Két-három méternél közelebről ne nézzük a televíziót!

szülék mögé szerelt, kis LED lámpával vagy egy 5 wattos kompakt fénycsővel. Csak arra kell vigyázni, hogy a szoba fényforrásai a kép-ernyőről ne tükröződjének vissza.

13. A szoba falára elhelyezett műalkotást szépen ki lehet emelni környezetéből, ha ráirányítunk egy fénynyalábot. Ugyanígy kiemelheto egy szép disznővény, illetve a zöld-sarok is.

14. Nagyon hangulatos a könyvespolcok gyenge háttérvilágítása. De vigyázzunk, a barkácsolások itt különösen tűzveszélyesek! Legjobb a kereskedelemben kapható, és kifejezetten erre a célra kialakított lámpatesteket beszerelni. Hangulatos a szépen megvilágított bársekrény is.

15. Az irányított kiemelővilágítás legegyszerűbben a hidegtükros halogénlámpával valósítható meg. Tervezőskor azonban számítani kell arra, hogy irányított fénye kápráztat, ezért beállításakor figyeljünk arra, hogy a fénynyaláb a nappaliban ülők látószögén kívülre kerüljön.

16. Szabály persze nem állítható fel arra vonatkozólag, hogy ki mit világítson meg, emeljen ki környezetéből. A lényeg az, hogy ne legyen túlzottan vagy a kellenél kevésbé megvilágított egy helyiség, ahol hosszabb ideig tartózkodunk, mert a rosszul tervezett és kivitelezett világítás mellett a szem gyorsan elfárad. Konzultáljunk világítástechnikai szakemberrel a nappali tér fényeinek tervezésekor!