

## Ο Σωστός φωτισμός στο οικιακό περιβάλλον



Ένας από τους πιο σημαντικούς χώρους στη ζωή μας, ο καθαρά ιδιωτικός μας χώρος, είναι η κατοικία μας. Είναι ο χώρος που μας γεμίζει ασφάλεια, γαλήνη και ηρεμία. Όταν οι χώροι της κατοικίας μας συνοδεύονται από τον σωστό φωτισμό, αυξάνεται αυτόματα και η ανάγκη μας να περνάμε περισσότερο χρόνο μέσα σε αυτούς. Η σωστή επιλογή λαμπτήρα για κάθε χώρο ανάλογα με τη λειτουργία του αλλά και τα εναλλακτικά σενάρια σε χώρους που μπορεί να έχουν πολυχρηστικότητα όπως π.χ. το σαλόνι μας, αποτελούν το θέμα μας.

Ξεκινώντας απ' το σαλόνι, το κεντρικό κομμάτι μιας κατοικίας, είναι εύλογο να πιστεύουμε ότι ο συγκεκριμένος χώρος στις περισσότερες κατοικίες είναι πολυπρόσωπος: αποτελεί τον χώρο που θα φιλοξενήσει μια γιορτή, μία συγκέντρωση με φίλους, μια ήρεμη βραδιά με τη συντροφιά ενός βιβλίου ή μιας ταινίας. Η ανάγκη λοιπόν κάποιων σεναρίων φωτισμού κρίνεται επιτακτική. Μία απλή και καλή λύση αναφορικά στον γενικό φωτισμό είναι η τοποθέτηση χωνευτών ή αναρτώμενων φωτιστικών. Ατμόσφαιρα μπορούμε να δημιουργήσουμε με τη χρήση ορθοστατών σε κάποια καιρία σημεία ενώ η δυνατότητα dimming μπορεί να πολλαπλασιάσει τις επιλογές φωτισμού. Ο σωστός καταμερισμός του φωτισμού είναι το πιο σημαντικό κομμάτι στη μελέτη ενός χώρου. Για όσο το δυνατόν καλύτερο αποτέλεσμα το ιδανικό είναι να έχει προβλεφθεί η θέση των επίπλων πριν την μελέτη και τοποθέτηση των φωτιστικών.



Επόμενος σημαντικός χώρος σε μια κατοικία είναι η κουζίνα. Είναι ο χώρος όπου η νοικοκυρά του σπιτιού αφιερώνει αρκετές παραγωγικές ώρες. Επιλέγουμε έναν ομοιόμορφο φωτισμό που όμως μπορεί να γίνει πιο έντονος κατ' επιλογή στους πάγκους που γίνονται οι διάφορες μικρόεργασίες (κόψιμο λαχανικών, πλύσιμο πιάτων, μαγείρεμα κλπ.) Πάνω από το τραπέζι της κουζίνας είναι χρήσιμη η δυνατότητα ενός συνοδευτικού φωτισμού για την ώρα που γευματίζει η οικογένεια.

Στις κρεβατοκάμαρες ένας γενικός φωτισμός του χώρου είναι αρκετός για όλες τις ανάγκες που προκύπτουν. Η κρεβατοκάμαρα πρωτίστως είναι χώρος χαλάρωσης και αυτή θα πρέπει να είναι η σχεδιαστική μας προσέγγιση. Ένας βοηθητικός φωτισμός δίπλα στο κρεβάτι είναι αναγκαίος όταν χρειάζεται να εστιάσουμε στο διάβασμα ενός βιβλίου ενώ δεν θα πρέπει να ξεχνάμε το φωτισμό στις ντουλάπες που στόχο έχει να προσανατολίζει στην επιλογή ρούχων και να αποτυπώνει το χρώμα τους όσο πιο ευδιάκριτα γίνεται.

Τελευταίο αλλά εξίσου σημαντικό, είναι ο φωτισμός στο μπάνιο. Ένας ομοιόμορφος φωτισμός είναι ότι χρειαζόμαστε χωρίς να ξεχνάμε το χώρο της μπανιέρας. Ένα αρκετά συνηθισμένο σφάλμα, είναι την ώρα που κλείνουμε τη κουρτίνα μας να βυθιζόμαστε στο σκοτάδι ενώ η γενική στάθμη φωτισμού είναι ικανοποιητική.

Θα πρέπει λοιπόν να αντιλαμβανόμαστε ότι κάθε περίπτωση επιβάλλει το δικό της τύπο λαμπτήρα και φωτιστικού ανάλογα με τις ανάγκες του χώρου και του χρήστη. Δεν θα πρέπει να ξεχνάμε πως ένας υπερφωτισμένος χώρος είναι το ίδιο προβληματικός με έναν ελλειπτικά φωτισμένο και ότι ο σωστός φωτισμός στον χώρο που περιβάλλει τις ιδιωτικές μας στιγμές είναι πολύ σημαντικός για τη ψυχική μας υγεία και όχι μόνο.

#### **Για τη ΦΩΤΟΔΙΑΠΛΑΣΗ Α.Ε.**

Μιχάλης Σίας  
Αρχιτέκτονας εσωτερικού χώρου  
Μελετητής φωτισμού