



Podstawowe zasady

■ **Kuchnia**



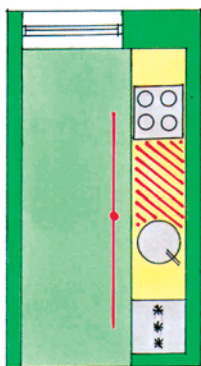
Ewa Milbert, architekt wnętrz

Mimo że meble i sprzęty kuchenne montuje się pod koniec urządzania domu, to szczegółowe zaprojektowanie tego wnętrza potrzebne jest już na początku prac wykończeniowych, zanim elektryk i hydraulik poprowadzą instalacje. Wymaga to iście aptekarskiej dokładności w precyzyjnym wyznaczeniu lokalizacji gniazdek elektrycznych i podłączeń wod.-kan. oraz umiejscowienia rury wentylacyjnej. Przemyślane decyzje zaprocentują później, podczas montażu mebli i sprzętu AGD, nie trzeba będzie bowiem przesuwac, przerabiać czy podcinać od tyłu szafek.

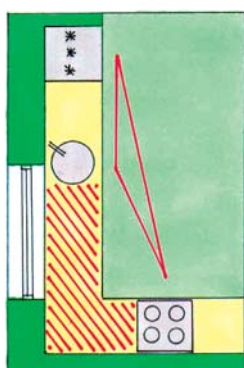


Pierwsza część poradnika pt. „ŁAZIENKA – praktyczne wskazówki” wraz z galerią produktów jest na płycie CD dołączonej do tego wydania BD

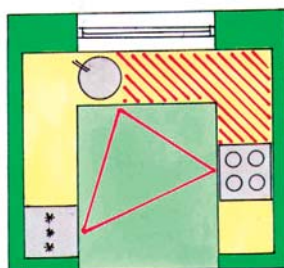
ERGONOMIA – zasada trójkąta



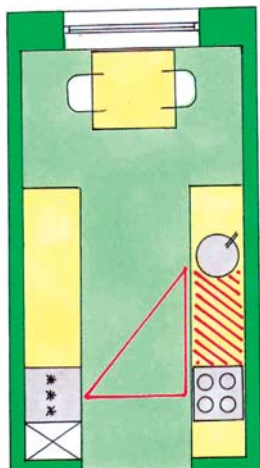
Zabudowa w jednym ciągu



Zabudowa w kształcie litery L



Zabudowa w kształcie litery U



Zabudowa z wyspą

Podobnie jak przy urządzeniu łazienek, również w kuchni trzeba przede wszystkim przeanalizować potrzeby i przyzwyczajenia przyszłych użytkowników zarówno pod względem funkcji, jak i stylu, materiałów wykończeniowych oraz sprzętów kuchennych.

Nawet jeśli skorzystamy z pomocy projektanta w studiu kuchennym, który wykorzystując swoją wiedzę, przedstawi nam projekt funkcyjny, to o materiałach, z których mają być zrobione meble oraz modelach sprzętów powinniśmy zdecydować sami, bowiem styl mebli odzwierciedli nasz gust, a odpowiedni rodzaj i klasa sprzętu AGD zaspokoi nasze wymagania.

Preferencje

W gronie osób, które będą w kuchni gotowały, przedyskutujmy, jakiego wyposażenia oczekują, jakich usprawniających pracę rozwiązań oraz do jakich rytuałów są przyzwyczajone itd.

Kuchnia to miejsce, które jeśli nie będzie intensywnie używane, można zminimalizować do bloku tylko kilku szafek wyposażonych w jednokomorowy zlew, dwupalnikową płytę i podblatową lodówkę, lub rozbudować każdą jej funkcję, wyposażając w wiele uzupełniających sprzętów (zmywarkę, pieczeniową płytę, piekarnik zwykły lub parowy, mikrofalówkę, chłodziarko-zamrażarkę, lodówkę dwudrzwiową, okap lub pochłaniacz najróżniejszych typów, ekspres ciśnieniowy itp.).

Uwzględniając styl życia mieszkańców, liczbę osób w rodzinie, ich wiek i sprawność

fizyczną, przewidujemy optymalne urządzenie wnętrza w meble i sprzęty. Trzeba koniecznie zastosować wygodne dla większości użytkowników usytuowanie szafek i sprzętów, szczególnie istotna jest wysokości ich zamontowania i odległości między nimi (patrz ramka poniżej).

Ergonomia

Wielkość i kształt wnętrza, usytuowanie okna, drzwi, ciągów komunikacyjnych, a także nasze wyobrażenie o wygodzie wpłyną na możliwość zaaranżowania, optymalnego w tych warunkach, ciągu roboczego składającego się ze sprzętów i blatów między nimi.

W pierwszej kolejności należy skupić się na ergonomicznym rozplanowaniu szafek i sprzętów, tak by praca w kuchni była maksymalnie wygodna. Następnie uwzględniając styl, w jakim ma być urządzona kuchnia, można nanieść na plan drobne korekty czy elementy związane z przyszłym wystrojem (murki lub pilastry między szafkami dolnymi lub ścianki z płyt g-k wyznaczające wnękę na lodówkę czy murek, wydzielenie spiżarni itp.).

Sprawdzone zasady dotyczące kolejności ustawiania sprzętów oraz sposoby zabudowy wnętrza kuchennego ciągiem szafek przedstawione są na rysunkach obok.

Ergonomia w kuchni to nic innego jak wygoda użytkownika zabudowy meblowej i poruszania się po pomieszczeniu. Kilka podstawowych zasad opracowanych przez specjalistów ułatwi nam życie, warto je poznać i w miarę możliwości, jakie daje konkretne wnętrza, zastosować.

▶ Nie za nisko i nie za wysoko

- **Blat na szafkach** – wysokość szafek stojących określa się, biorąc pod uwagę wzrost użytkowników; 85–90 cm to standard dla osób o wzroście około 165 cm. Każde 5 cm wzrostu więcej lub mniej powoduje podniesienie lub opuszczenie blatu o 1 cm. Można też wyznaczyć tę wysokość, odmierzając w dół od łokcia 15 cm.
- **Odległość między szafkami stojącymi i wiszącymi** – może wynosić od 35 do 60 cm, w zależności od upodobań. Szafki wiszące są płytsze o połowę od stojących, nie uderzymy się więc w głowę, nawet jeśli powiesimy je bardzo nisko.
- **Górne szafki** – wieszamy jak najniżej, szczególnie jeśli mają fronty klapowe rozmieszczone w dwóch rzędach (2 szafki, jedna nad drugą). Wyższą klapę łatwo otworzyć, ale trudno zamknąć, jeśli znajduje się na wysokości ponad 2 m.
- **Okap** – powinien wisieć 75 cm nad płytą gazową lub 65 cm nad elektryczną (o dopuszczalnych „widełkach” przeczytasz w instrukcji konkretnego modelu).
- **Piekarnik, zmywarka** – w trosce o nasz kręgosłup powinniśmy usytuować te sprzęty wyżej niż bezpośrednio nad podłogą. Optymalna wysokość na ulokowanie piekarnika i zmywarki to 60–70 cm nad podłogą.
- **Mikrofalówka** – umieszczenie jej na bezpiecznej wysokości (a więc niezbyt wysoko) zabezpiecza przed możliwością wylania na twarz lub tors odgrzanej zupy. Jest to bardzo ważne, szczególnie jeśli dzieci będą same korzystały z mikrofalówki.

Właściwa kolejność

Zachowanie właściwej kolejności sprzętów i odpowiednie ustawienie szafek zapobiegnie nadmiernemu dreptaniu po kuchni. Sprzęty powinny być więc ustawione zgodnie z kolejnością wykonywanych czynności podczas gotowania.

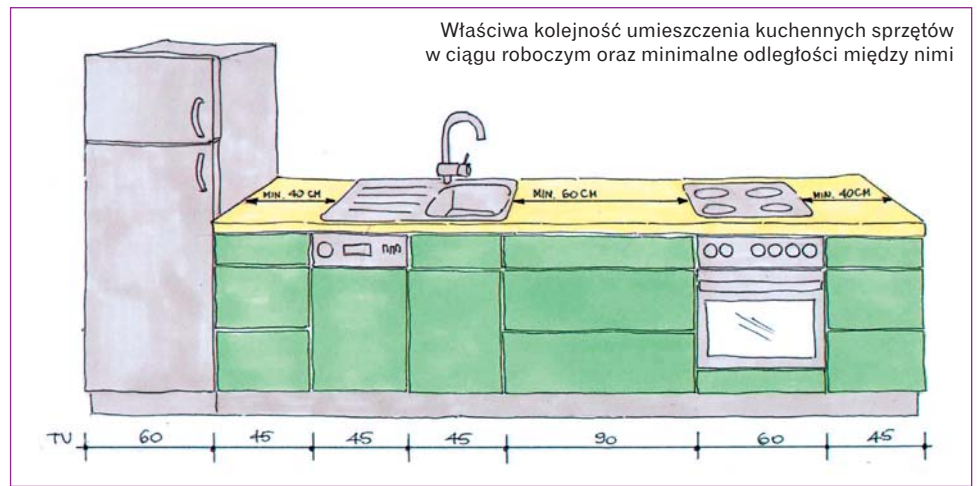
1. Najbliżej drzwi ustawiamy **lodówkę** – nasz magazyn wiktuałów.
2. Nieco dalej, oddzielony krótkim blatem (ok. 40–60 cm), na który wygodnie jest wyłożyć produkty z lodówki – **zlewozmywak** (to w naszej „kuchennej fabryczce” etap procesu mokrego: mycie warzyw czy mięsa, skrobanie marchewki, ociekanie sałaty).
3. Między zlewozmywakiem a następnym sprzętem powinien być **główny blat roboczy** (długości od minimum 60 do 120 cm, a nawet 160 cm). To tu wykonujemy większość prac: siekamy jarzyny, mieszamy sałatki, obtaczamy kotlety, robimy kanapki.
4. Teraz kolej na **płytę grzewczą**, czyli miejsce smażenia, pieczenia i gotowania.
5. Ciąg zabudowy (roboczy) kończy niedługi **blat za płytą** (40–60 cm zupełnie wystarczy do nakładania potraw na talerze, które stąd przenosimy na stół).

Nie zawsze jednak uda się tak idealnie ustawić meble choćby ze względu na usytuowanie pionu wodno-kanalizacyjnego lub kanałów wentylacyjnych, ale zawsze należy przestrzegać kilku dodatkowych zasad.

Zasada trójkąta

Sposoby zabudowy łączą się bezpośrednio z tzw. **ergonomią trójkąta** i dreptaniem między trzema podstawowymi sprzętami kuchennymi. W zależności od wielkości i kształtu pomieszczenia zabudowę kuchenną można zaplanować na kilka sposobów:

- **W jednym ciągu** – jeśli szerokość wnętrza (np. ok. 180 cm) uniemożliwia ustawienie szafek w dwóch ciągach. Na jednym końcu lodówka, potem zlew, następnie płyta i odpowiednie fragmenty blatu między nimi.
- **W dwóch równoległych, osobnych ciągach** – kuchnia musi mieć szerokość minimum 240 cm. Zlew i płytę najlepiej umieścić po jednej stronie, a lodówkę po przeciwnej.
- **W kształcie litery L** – w dwóch sąsiadujących ciągach tworzących całość zabudowy. Dwa sprzęty w dłuższym, jeden, np. zlew w krótszym.
- **W kształcie litery U** – w trzech ciągach pokrytych wspólnym blatem (również minimum 240 cm). Tu każdy sprzęt może znaleźć



Właściwa kolejność umieszczenia kuchennych sprzętów w ciągu roboczym oraz minimalne odległości między nimi

► Co w parze, a co osobno?

- **Nie należy ustawiać tuż koło siebie zlewozmywaka i kuchenki gazowej** – zmywając, można zalać palniki.
- **Kuchenki gazowej nie wolno lokalizować pod oknem** (nawet, jeśli rezygnujemy z okapu, a parapet jest znacznie wyżej niż poziom rusztu) lub bardzo blisko niego – wiatr może zdmuchnąć płomień lub zmienić jego kierunek i w najlepszym razie osmoli się garnek lub ściana, w najgorszym zaś – roznieci ogień.
- **Wolno stojąca kuchenka i nakładany zlew nie powinny dotykać bokiem ściany** – nie będzie ona ciągle ochlapana wodą lub tłuszczem, a na rączkę od patelni będzie więcej miejsca. Te same sprzęty wpuszczane w blat tym bardziej potrzebują odstępu od bocznej ściany, nie powinny też być ulokowane na końcu ciągu szafek.
- **Zlewozmywak korzystnie jest umieścić blisko okna** – będziemy mogli podczas zmywania korzystać z naturalnego oświetlenia, ale radzę nie zastawiać nim całkowicie miejsca pod oknem. Właśnie ze względu na dobrze oświetloną powierzchnię blatu (i nasz odruch odwracania się w kierunku słońca) lubimy tu pracować. Przygotowanie potraw zajmuje znacznie więcej czasu niż zmywanie, które w dobie coraz popularniejszych zmywarek zredukowaliśmy do minimum.
- **Zmywarka powinna sąsiadować ze zlewem** – oprócz sytuacji, kiedy jest on umieszczony w narożniku zabudowy. Wtedy należy zmywarkę odsunąć od zlewu o 60 cm po to, by przy otwartej klapie zmywarki móc wygodnie stanąć przed szafką zlewozmywakową. Podczas załadunku zmywarki często bowiem jednocześnie korzystamy z kosza na odpadki lub płuczemy talerze z resztek.

się na innym odcinku. Żeby zachować ergonomię, zlew powinien być umieszczony w blacie środkowym.

- **Wiele ciągów np. z wyspą** – zlew lub płytę grzewczą można umieścić w wyspie. To rozwiązanie dobre tylko do bardzo dużych kuchni lub wnętrz otwartych.

Meble to styl, ale...

Etap projektowania funkcyjnego gładko mija i wiąże się z ustaleniem stylu mebli i sprzętu oraz dodatków. Niektóre cechy charakterystyczne dla danego stylu występują tylko w nim, a zastosowane niepotrzebnie gdzie indziej będą tworzyły dysharmonię. Cechami charakterystycznymi są nie tylko materiał na szafki czy ozdobne detale, ale też kształt, wielkość, skala i proporcje mebli. Wiedzę w tym zakresie można

posiąść, wertując magazyny wnętrzarskie, katalogi, strony internetowe producentów mebli, zwiedzając sklepy i studia kuchenne. Warto jednak wesprzeć się na fachowcach, czyli projektantach wnętrz lub choćby zasięgnąć porady znajomych z tzw. dobrym gustem. Ograniczonym zaufaniem obdarzamy ekspedientów, to w końcu handlowcy, którym zależy na obrocie, a nie eksperci „eleganciarum”. Nie ulegajmy też bezkrytycznie meblowej modzie, która zmienia się co kilka lat, a meble w naszej kuchni powinny nam służyć przez 15–20 lat.

...nie ulegajmy ślepo trendom

W XX wieku wypracowano wreszcie funkcyjną, ergonomiczną, zwartą zabudowę szafkową z wbudowanymi sprzętami i to niekwestionowane osiągnięcie nowatorskich

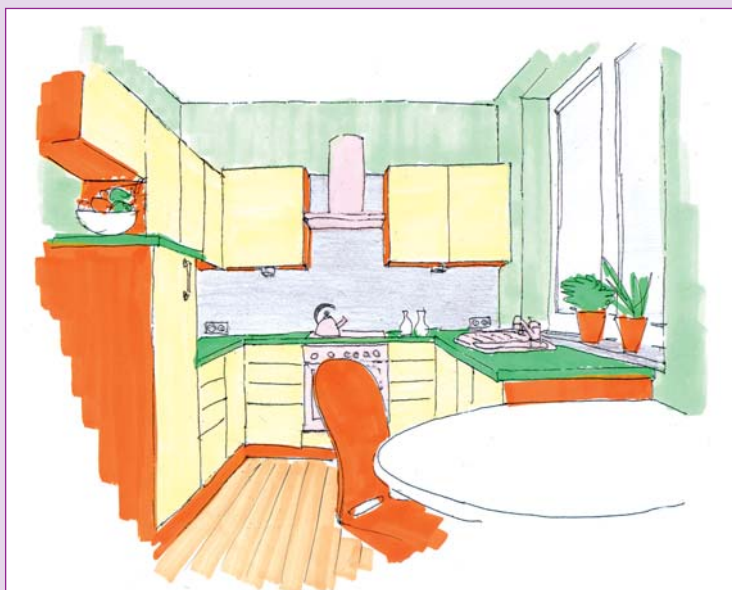
FUNKcjONALNE ROZWIĄZANIA



Zabudowa w linii prostej w jednym ciągu. Przy pogłębionym blacie przestrzeń między szafkami górnymi i dolnymi można zabudować płytkimi szafkami o przesuwnych frontach (by nie kolidowały ze zlewem lub przedmiotami leżącymi na blacie)



Zabudowa otwartej kuchni w kształcie litery L. Ciąg roboczy ograniczają szafy ujęte w drewniane ramy, a w nich lodówka i cargo na jednym końcu i słup z piekarnikiem na drugim



W niewielkim kwadratowym wnętrzu zabudowane są trzy ściany (układ w kształcie litery U). Nie jest zachowany modelowy układ sprzętów, ale zlew pod oknem jest lepiej oświetlony

architektów z lat 20. ułatwiało nam życie i gotowanie przez wiele dziesiątków lat. Ostatnio pojawiły się w studiach kuchennych, a wcześniej w designerskich katalogach tzw. **modułowe meble kuchenne**. Kuchnia nimi urządzona znowu składa się z kilku odrębnych bloków funkcyjnych, między którymi nie ma łączników, a więc utrudnia, a nie ułatwia krzątanie się po kuchni. Trzeba np. przemieszczać produkty lub naczynia przez całą kuchnię, zamiast odstawiać je na blat tuż obok. To rozwiązanie bardziej efekciarskie niż praktyczne.

W ekspozycjach sklepowych nacisk kładziony jest tylko na efekt wizualny. Meble mają zafascynować klienta, przykuć jego uwagę. Dlatego często **fronty są w bardzo mocnych kolorach** albo z najdziwniejszych, niespotykanych fornirów lub **aranżacja mebli jest bardzo minimalistyczna**. Takie rozwiązania w domu się nie sprawdzają, bo do oryginalnego, ale niespotykanego forniru trudno będzie dobrać pasujący stół i krzesła. Dla odmiany czerwony, krzykliwy kolor frontów będzie nas męczył już po godzinie przebywania w kuchni, a tylko jedna, mimo że szeroka, szafka wisząca nie pomieści naszych kubków, kieliszków, szklanek i talerzy.

Modne są obecnie **fronty z egzotycznych fornirów** albo z fornirów modyfikowanych, z płyty MDF lakierowanej na wysoki połysk oraz meble w stylu angielskim, skandynawskim, prowansalskim. Zawsze też szlachetnie wyglądają klasyczne drzwiczki z naturalnego drewna. Wszystkie mają zalety i wady, które trzeba poznać i dopiero potem zdecydować, co w naszej kuchni sprawdzi się najlepiej: trwałość, wygoda w konserwacji i czyszczeniu niski koszt czy możliwość łatwych zmian np. przemalowania na inny kolor po kilku latach.

Materiały

Wnętrze kuchenne buduje kilka odrębnych płaszczyzn, materiałów i kolorów. Udana połączenie tych elementów stworzy harmonijne wrażenie. Zwykle pewne materiały kojarzą się z konkretnym stylem (drewno to klasyka, szkło i metal to nowoczesność), ale to stereotypowe myślenie.

Osobom niewprawionym w urządzenie wnętrz i niemającym odważnej wyobraźni polecam sprawdzone połączenia i sprecyzowane style. Lubiących wyrażać swój niepowtarzalny styl namawiam do eksperymentalnego łączenia nietypowych materiałów i osiągnięcia udanego mixu. Zawsze jednak **powinniśmy starać się ograniczyć różnorodność materiałów i kolorów do trzech głównych**. W rzeczywistości będzie ich trochę więcej, bo mają różne odcienie i stopień połysku. Główne elementy kuchennej składanki to: korpusy szafek, fronty, blat, ściany, sufit i podłoga. Dodatkowo to sprzęty AGD, uchwyty i inna galanteria oraz oświetlenie.

Moja rada wynikająca z wieloletniego doświadczenia, choć zaskakująca przewrotnością: **Komponowanie materiałów wykończeniowych kuchni należy zacząć od wyboru blatu na szafki**. To pierwszorzędny problem do rozwiązania. Blat powinien spełniać pokładane w nim wymagania, ale dla każdego są one inne. Dla jednych przede wszystkim ma być trwały, łatwy w utrzymaniu czystości, wodoodporny. Dla innych decydujący jest wygląd, wrażenia dotykowe, możliwość wykończenia brzegu lub sposoby łączenia. Często koszt nie jest też bez znaczenia. Mimo że różnorodność materiałów na blaty wydaje się być duża (kamienie naturalne, konglomeraty, tworzywa mineralne, laminaty, drewno, blacha stalowa, płytki terakoty, gresu), to uwzględniając ograni-

► Miejsce do jedzenia

Planując kącik lub stół do spożywania posiłków w kuchni, warto postąpić się modułem dla jednej osoby, która potrzebuje:

- 40 × 60 cm powierzchni blatu,
- 60 cm przestrzeni wzdłuż stołu na krzesło,
- 80 cm miejsca za krzesłem, aby móc wygodnie je odsunąć. Przestrzeń ta musi być większa: 110 cm – jeśli za osobą siedzącą jest ciąg komunikacyjny, 130 cm – jeśli stoją za nią szafki, 150 cm – gdy stoją szafki, przy których się gotuje, lub otwierane do przodu sprzęty, takie jak piekarnik czy zmywarka.

czenia stawiane jego cechom, okazuje się, że zawęży się znacznie odpowiadający nam asortyment. A jeszcze kiedy zaczniemy dobierać kolor i wzór pasujące do preferowanego stylu, to okaże się, że... tylko ten jeden albo żaden. Kiedy przebrniemy przez ten etap wyborów, reszta decyzji pójdzie znacznie łatwiej.

Wybór frontów szafek związany jest w znacznym stopniu ze stylem. Mogą być drewniane, fornirowane, lakierowane, laminowane, foliowane lub szklane. Wybór kolorów farb, odcieni bejc czy nadruków na laminatach jest ogromny i łatwo dobrać odpowiedni odcień do wybranego wcześniej blatu. Uzbrojeni w próbki blatu i frontu **wyruszamy na poszukiwanie materiałów wykończeniowych na podłogę i ściany.**

Dobieramy glazurę, terakotę, gres, drewno, metal, szkło, tapety czy inne materiały, które nam się podobają i mogą być zastosowane w kuchni. Tych materiałów jest nieskończenie dużo, więc, przynajmniej w teorii, z wyborem i zakupem nie powinno być problemu. **Kolor farb na ściany** (tam, gdzie nie będą przykryte meblami i płytkami lub np. blachą czy szkłem) **dobieramy na samym końcu** jako ostatni element układanki (w dobie komputerowych mieszalni to pestka), **ale pamiętajmy, by ściany pomalować przed montażem mebli.**

Sprzęt

Wybieranie sprzętu AGD, kiedy w domu są jedynie surowe mury, wydaje się zdecydowanie zbyt wczesne. Nie namawiam, by sprzęty już wówczas kupować, ale warto choć w teorii wybrać ich rodzaje i wielkości.

Może się bowiem okazać, że wymarzona przez nas dwudrzwiowa lodówka z auto-

matyczną kostką albo parowy piekarnik wymagają doprowadzenia wody.

Projektant i wykonawca szafek na zamówienie (zwykle czas realizacji to 6–8 tygodni, podczas których przygotowujemy wnętrza) potrzebuje ściśle wymiarów przewidywanych sprzętów do zabudowy, by uwzględnić je w zabudowie meblowej.

Niektóre sprzęty mają znormalizowane wymiary (większość piekarników i czteropalmnikowych płyt grzewczych) i nie ma większego znaczenia, na etapie projektu, ich marka i konkretny model. Jednak pozostałe sprzęty wymagają sprecyzowania:

- **zmywarka** (o szer. 45 lub 60 cm) – może mieć nakładane drzwiczki na całą płaszczyznę klapy (tzw. zintegrowana) lub niższe z widocznym panelem sterującym;
- **lodówka do zabudowy** – wymaga przygotowania szafy o odpowiednich parametrach korpusu i podziale frontów;
- **okap szufladowy** (zwany też slim) – jego wymiary i konstrukcję również trzeba uwzględnić, by przygotować szafkę oraz zamaskowaną rurę odprowadzającą opary do kanału wentylacyjnego;
- **okap wolno wiszący** – wymaga precyzyjnego przygotowania instalacji, żeby zachować estetykę i wzornictwo niezakłócone nieestetycznymi kablami czy plastikowym kanałem;
- **mikrofalówka, ekspres do zabudowy** czy **inne drobne sprzęty kuchenne**, takie jak mikser, nóż elektryczny, krajalnica, czajnik elektryczny, toster, sokowirówka – trzeba znaleźć dla nich odpowiednie, wygodne miejsce i przygotować podłączenia elektryczne.

Uwaga! Proszę nie zapomnieć o gniazdkach nad blatem (a może w blacie lub chowane pod nim) do podłączania kolejnych sprzętów używanych sporadycznie.

Przykłady można mnożyć w nieskończoność, podsumowując jednym zdaniem – trzeba przemyśleć i opracować każdy szczegół techniczny, by po skończonym procesie urządzania kuchni pomieszczenie to było nie tylko wygodnym miejscem do przygotowywania posiłków, gotowania i jedzenia, ale również cieszyło nasze oczy jako harmonijne wnętrza będące jednocześnie sercem domu.

Dodatki

Ozdobią kuchnię i dadzą komfortu użytkowania takie przedmioty jak: uchwyty, lampy, galanteria i wyposażenie szafek.

■ **Uchwyty** niczym biżuterię do sukni trzeba dopasować do stylu mebli. Najwygodniejsze są niezbyt pokaźne, niezbyt kanciaste przypominające rączkę do walizki. Najłatwiej wsunąć palce lub jeden (gdy pozostałe są w mące lub tłuste), by lekko pociągnąć i otworzyć szafkę lub szufladę. Gałki są mniej wygodne, bo trzeba je objąć dwoma lub trzema palcami, które jak to w kuchni, czasem bywają brudne.

■ Obecnie coraz częściej stosuje się **fronty bezuchwytowe** z odfrezowanym wgłębieniem na palce albo z odpowiednią szczeliną lub zupełnie gładkie z zamkiem od wewnątrz reagującym na lekki docisk i puszczenie. Te ostatnie są jednak zawodne.

■ Nie zapomnijmy o **oświetleniu blatu roboczego** (tylko górne światło nie wystarczy) **lampkami umieszczonymi pod szafkami wiszącymi oraz nad oknem**, jeśli pod nim mamy blat do pracy lub zlew. Również wcześniej trzeba przygotować wypusty instalacji elektrycznej z wyłącznikiem w dogodnym dla nas miejscu. Według mnie najwygodniej umieścić go obok gniazdek nablatawowych.

■ Są wśród nas zwolennicy chowania wszelkich kuchennych utensyliów i tacy, którzy lubią mieć wszystko pod ręką: noże, przyprawy, lejki, sitka, wagę itp. Dla tych ostatnich wymyślono **systemy półek, pojemników, koszyków i uchwytów z magnesami, zawieszanych na szynie**. Umieszcza się ją na ścianie między szafkami stojącymi i wiszącymi. O takim systemie trzeba pomyśleć wcześniej, by podczas układania np. kamiennej okładziny uwzględnić wmontowanie w nią szyny.

■ **Mobilne wyposażenie szafek w kosze, carga, obrotne, obrotowe półki, wyciągane wieszaki i uchylne fronty** na pewno ułatwią korzystanie z nich. Według mnie nic nie jest jednak wygodniejsze od sprawnie działających **szuflad, wysuwających się na całą głębokość**. Mogą być dowolnej szerokości, wysokości i głębokości. Można wyposażyć w nie wszystkie dolne szafki kuchenne, również tę pod zlewem (konieczne jest wówczas jedynie specjalne podcięcie pod syfon). Niskie (10–15 cm) szuflady można zamontować nawet w cokole pod szafką stojącą. Wyposażenie mechanizmów szuflad w spawalnicze i hamulce zapewnia ciche i staranne ich zamykanie prawie bez naszego udziału. Wkłady, organizery do szuflad pozwalają natomiast porządkować ich zawartość i zabezpieczają przed jej przesuwaniem się. To hity na miarę XXI wieku, które w nowoczesnej, wygodnej kuchni są wręcz niezbędne. ■