



kreator przestrzeni

Światło warunkuje postrzeganie świata zewnętrznego. Jest także środkiem umożliwiającym kształtowanie przestrzeni oraz budowanie nastroju.

Dominika Grązewicz

Chociaż najbardziej komfortowe dla ludzkiego oka jest światło dzienne, to każdy z nas spędza około 2000 godzin rocznie w pomieszczeniach oświetlonych światłem sztucznym. Światło wpływa na nasze samopoczucie – brak odpowiedniej ilości światła sprawia, że czujemy się przygnębieni i brakuje nam energii do działania. Dlatego tak ważny jest wybór właściwego oświetlenia do mieszkania.

Odpowiednio dobrane oświetlenie może optycznie powiększać pomieszczenie, rozjaśniać je, budować nastrój. Obecnie można zaobserwować tendencję do tworzenia otwartych i wielofunkcyjnych przestrzeni. Właściwie dobrane światło jest fantastycznym środkiem do wyodręb-

nienia w takich wnętrzach stref funkcjonalnych. Może naprowadzać na ciekawe elementy, podkreślać linie podziału na ścianach lub podłodze. W przestronnym wnętrzu istotne jest, by poszczególne źródła światła funkcjonowały niezależnie, dając możliwość iluminacji wybranych fragmentów przestrzeni.

Rodzaje światła

Producenci oświetlenia oferują tak bogaty wybór produktów, że możliwości kreowania przestrzeni światłem są niemal nieograniczone. Jednak podczas planowania oświetlenia w domu, warto wiedzieć, że wyodrębnia się trzy jego rodzaje.

Oświetlenie ogólne powinno delikatnie rozjaśniać całe wnętrze. Służy przede

wszystkim orientacji w pomieszczeniu, dlatego włącznik powinien znajdować się przy drzwiach. Najczęściej funkcję oświetlenia ogólnego pełnią lampy wiszące lub wpuszczane w sufit. Różnego rodzaju żyrandole, plafoniere, nowoczesne systemy reflektorków umieszcza się w centralnym punkcie pokoju, przy czym istotne jest, aby emitowały światło rozproszone we wszystkich kierunkach. Do tego rodzaju lamp warto wybierać energooszczędne źródła światła, ponieważ bywają one bardzo intensywnie eksploatowane.

Oświetlenie miejscowe powinno być mocniejsze od ogólnego, ponieważ daje odpowiednie światło w miejscach, gdzie wykonujemy jakieś czynności – czytamy, gotujemy, jemy posiłki, pracujemy ■.



1 Oświetlenie pozwala na tworzenie klimatu odpowiedniego do rozmowy czy pracy (fot. Philips)

Oświetlenie dekoracyjne pozwala tworzyć nastrój, wydobywać detale, dzielić wnętrze na poszczególne fragmenty. Dzięki niemu można akcentować faktury materiałów lub podkreślać ich kolory. Różne efekty uzyskuje się stosując światło o ciepłych lub chłodnych barwach. Dużo możliwości dekoracyjne stwarzają też kolorowe źródła światła lub klosze ożywiające wnętrze interesującymi efektami świetlnymi 2.

Efekty specjalne

Światłem można wydobyć atmosferę mieszkania. Zastosowanie niestandardo-

wych punktów świetlnych, podświetlane wnęki, detale architektoniczne, oryginalne pamiątki – tworzą szczególny klimat.

Odpowiednio rozmieszczone punkty świetlne pomogą optycznie skorygować wnętrze. Zbyt wysokie pomieszczenie obniżymy, jeśli oddalimy światło od sufitu. W tym przypadku oświetlenie ścienne powinno być zamontowane możliwie nisko, lampa sufitowa musi wisieć na długim sznurze, a światło lamp stojących powinno być skierowane w dół. Natomiast jeśli światło skierujemy w górę,

podwyższy to optycznie pokój. Znakomitym rozwiązaniem będzie sufit podwieszony, w którym instaluje się źródła światła. Takie wnętrze jest odbierane nie jako wyższe tylko bardziej przestronne.

Niewielki pokój będzie sprawiał wrażenie większego, jeśli mocniej oświetlimy jego przeciwległe ściany. Podobny efekt można uzyskać akcentując światłem poszczególne elementy wystroju, umieszczone w różnych miejscach.

Ciekawe efekty daje światło odbite w lustrach czy szklanych półkach. Również kolor sąsiadujących ze źródłami światła ścianek, gzymsów czy sufitów wpływa na odbiór przestrzeni. Biel w połączeniu ze źródłem światła dodaje wnętrzu lekkości. Ściany czy sufity w ciepłym kolorze sprawiają, że również światło będzie odbierane jako ciepłe.

Salon – jasno lub z klimatem

W pokoju dziennym niezbędne jest oświetlenie ogólne, czyli takie, które zastępuje światło dzienne. Sprawia ono, że wieczorem ogarniamy wzrokiem całe wyposażenie pokoju, a poszczególne zakątki nie toną w mroku.

Miejsce przy kanapie i fotelach powinno być zaakcentowane bocznym światłem rozproszonym, które pozytywnie nastraja odpoczywających 3. Stwarza ono odpowiedni klimat do rozmów czy słuchania muzyki. Lamy naścienne i kinkiety nie powinny wisieć bezpośrednio nad fotelami czy kanapą, aby niepotrzebnie nie oświetlały głów siedzących osób.

Oświetlenie kominka nie może być zbyt silne. Nie powinno konkurować z płonącym na nim ogniem, niech będzie jedynie jego oprawą, dającą światło uspokajające i nastrojowe.

Do oświetlenia obrazów najlepsze jest światło bezzieniowe o barwie naturalnej, które zapewniają specjalne lampy na wysięgnikach. Można też użyć reflektorów halogenowych, które należy umieścić w pewnej odległości od obrazu (im większy obraz, tym dalej), najlepiej na suficie i skierować światło przynajmniej z dwóch stron, tak aby powierzchnia obrazu była równomiernie oświetlona. Światło instaluje się także wewnątrz witrynek, kredensów i szaf bibliotecznych. Do oświetlenia wnętrza mebli używa się opraw z żarówkami halogenowymi, bo nie nagrzewają one wnętrza mebla.

2 Lampy plecione ożywiają wnętrze ciekawymi efektami świetlnymi (Galeria Ruffles, fot. Mariola Wołkowicz)





3 W salonie warto stosować różne oświetlenie – przy kanapie do czytania, dekoracyjne przy meblach (fot. Masonite)

Jadalnia w dobrym świetle

Planując oświetlenie tej części domu warto zachować umiar – przestrzeń dookoła stołu nie powinna być ani zbyt jasna, ani za ciemna.

Najlepiej sprawdzają się **lampy o regulowanej długości zawieszenia**. Stoły okrągłe dobrze prezentują się oświetlone lampą zwieszoną centralnie nad środkiem blatu, z jednym lub wieloma źródłami światła. Podłużne stoły można oświetlić kilkoma niewielkimi, bliźniaczymi oprawami, umieszczonymi rzędem obok siebie 4.

Wybierając do oświetlenia stołu barwne, przeświecające klosze, należy zachować dużą ostrożność, ponieważ mogą nienaturalnie zmieniać wygląd

potraw i siedzących osób. Z tego również względu do oświetlenia stołu nie należy używać kolorowych źródeł światła. W jadalni najlepsze będą żarówki dające ciepłe światło.

Dużo uwagi należy poświęcić **oświetleniu ogólnemu**. Zarówno w jadalni usytuowanej w oddzielnym pomieszczeniu, jak i w przestrzeni wielofunkcyjnej, z wydzielonym miejscem do spożywania posiłków, oświetlenie ogólne powinno być równomiernie rozproszone i stonowane.

W kuchni – do pracy

W kuchni trzeba zaplanować kilka źródeł światła. **Światło centralne** musi równomiernie oświetlić całe pomieszczenie oraz sprawić, że będą dobrze widocz-



Zapamiętaj

- Lampy sufitowe należy zawieszać nie niżej niż 220 cm nad podłogą. Wówczas mamy pewność, że oświetlenie nie będzie przeszkadzało przy poruszaniu się po pokoju ani przy otwieraniu drzwi.
- Lampy naścienne i przyścienne powinny być instalowane nie wyżej niż 200 cm od podłogi.
- Minimalna odległość lampy od stołu wynosi 50 cm, ale wysokość zawieszenia najlepiej dobrać indywidualnie, dopasowując do wzrostu mieszkańców. Lampa znajdująca się zbyt nisko będzie siedzącym przy stole świeciła w oczy, zbyt wysoko – będzie oświetlała czubki głów.

ne wnętrza szafek wiszących. W małej lub średniej kuchni wystarczy do tego jedna lampa, w większej – przydadzą się dwie lub trzy.

Bardzo ważne jest dobre **oświetlenie miejsca pracy**, czyli blatu 5. Tutaj doskonale sprawdzą się lampy zamontowane pod wiszącymi szafkami. Może to być kilka niewielkich lampek, których strumień światła będzie padał na blat roboczy, zlewozmywak i kuchenkę. Innym, równie dobrym rozwiązaniem jest podłużna, bezcieniowa świetlówka.

Podczas montowania oświetlenia warto pamiętać, aby snop światła był skierowany na blat i nie raził w oczy podczas pracy.

Nastrojowa sypialnia

Zapewnienie intymności i dobrego wypoczynku ma decydujące znaczenie w pokoju przeznaczonym do snania 6. **Centralne światło** w sypialni powinno być umieszczone jak najbliżej sufitu.

4 W jadalni najważniejsze jest oświetlenie stołu (fot. ID Point)



5 Dobre oświetlenie blatu roboczego w kuchni decyduje o komforcie pracy (fot. Mebel Rust)



Możliwa jest rezygnacja z oświetlenia centralnego, na rzecz szeregu ukrytych lamp, skupiających światło na ścianach.

Niezbędne jest też dodatkowe **oświetlenie przy łóżku**. W tej roli świetnie sprawdzają się kinkiety i lampy ruchome - na przegubach. Szczególną uwagę należy zwrócić na to, czy światło używanej właśnie lampy nie przeszkadza we śnie partnerowi.

Częstym elementem wyposażenia sypialni jest **toaletka**. Do jej oświetlenia świetnie nadają się żarówki halogenowe, wiernie oddające barwy. Toaletkę oświetlamy lampami umieszczanymi po obu stronach lustra.

Natomiast **oświetlenie w garderobie**, montowane na zewnątrz szaf, powinno mieć możliwość ustawienia pod odpowiadającym użytkownikowi kątem. Doprowadzenie światła do poszczególnych przegród i półek jest możliwe dzięki dodatkowemu wbudowaniu opraw z boku, wewnątrz szafy. Zamiast kilku opraw punktowych można wykorzystać, zainstalowaną pionowo, świetlówkę liniową.

Łazienka – jasno i bezpiecznie

Zazwyczaj w łazience montujemy **oświetlenie centralne**, rozjaśniające całe wnętrze. Lampę instalujemy pod sufitem, ale nie koniecznie po środku. W dużych łazienkach dobry efekt da przesunięcie lampy sufitowej w stronę konkretnej strefy – wypoczynkowej lub „pracy”. Można zrezygnować z lampy umieszczonej centralnie, ale trzeba wtedy dobrze zaplano-



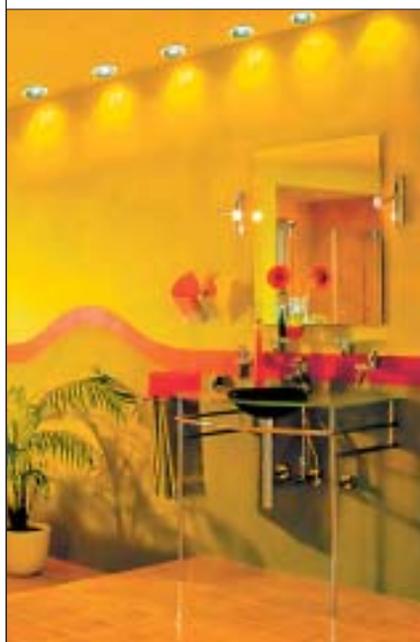
6 Nastrojowe światło w sypialni tworzy klimat (fot. IKEA)

wać inne sposoby oświetlenia kluczowych miejsc.

Najważniejszym miejscem w łazience jest **lustro nad umywalką** 7. Aby je w sposób właściwy oświetlić, po jego obu stronach, na tej samej wysokości, instaluje się dodatkowe lampki. Powinny być tak ustawione, aby nie dawały refleksów w lustrze, a zarazem, żeby na oglądaną w nim twarz nie padały cienie.

W łazience, oprócz estetycznej funkcji oświetlenia, bardzo ważna jest cała instalacja. Oprawy stosowane w tych pomieszczeniach powinny być oznaczone symbolem IP44. W bezpośrednim sąsiedztwie wanny czy prysznica nie należy umieszczać żadnego oświetlenia – zabraniają tego przepisy. Wszystkie gniazdka powinny mieć bolce uziemiające, a kontakty klapki tzw. bryzgoszczelne.

7 W łazience oprócz oświetlenia ogólnego trzeba doświetlić lustro nad umywalką (fot. Paulmann)



REKLAMA

Dawno już nie było w ofercie firmy Markslöjd lamp kolorowych. Od tego roku wprowadziliśmy serie lamp wiszących KYOTO oraz KOBE, a także rodzinę lamp NIKKO. Wykonane zostały ze stali i szkła. Szkło dmuchane jest metodą tradycyjną. Dostępne są w 4 kolorach: dymnym, bursztynowym, fioletowym oraz zielonym (tylko NIKKO). Wysokość lamp dochodzi do ponad 0,5m. Wszystkie są dostępne w wersji wiszącej, NIKKO dodatkowo jako stojąca i stołowa.



www.mslampy.pl

tworzymy nastrój...



oświetlenie

podświetlana płaskorzeźba
z masy gipsowej 30x42 cm (233 zł)
Płaskorzeźba – leżąca kobieta, Studio Forma



foto. Studio Forma



foto. Artemix

imitacja „gwiazdnego nieba” w technologii światłowodowej: białe światło (2010 zł- 76 punktów świetlnych, ok. 2 m²), białe światło z efektem migotania (3220 zł), z różnokolorowym światłem (3490 zł); ciekawe usytuowanie: w łazience np. nad prysznicem. Roblon



foto. Milantex

lampa stojąca z kołowymi świetłówkami – z jednej strony metal wyszlifowany na lustro, z drugiej strony szkło; możliwość niezależnego świecenia (5100 zł – φ 45 cm, 4100 zł – φ 40 cm) Apolonia, Movelight

alabastrowa kolumna (1665 zł) z lampką (844 zł), podświetlany korpus Stock



foto. Ramiko



podświetlana półka na płyty CD, montaż w pionie lub poziomie o dł. 70,5 cm (1361 zł) lub 141 cm (2250 zł) Lalineia, Palluco

foto. Milantex

Podajemy ceny brutto.

system linkowy o dł. 5 m (1889 zł – bez transformatora, 2573 zł – z transformatorem natynkowym) Oligo



szuflada oświetlona w profilu „na wymiar” (ok. 200 zł/m.b.)



półka świetlna z aluminium i szkła (ok. 480-850 zł, dł. 45-120 cm)

foto. Tco. Trading Company:



okrągła świetłówka (ok. 170 zł/szt.)

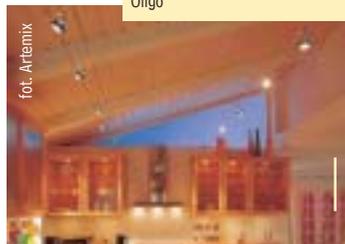


foto. Artemix

pozostałe ceny:
halogeny 15-120 zł
czujnik ruchu od 80 zł

lampa fornirowana z jednym ringiem (4780 zł) lub z pięcioma ringami (4900 zł) Giuko, Itre



foto. Gralux

Info Rynek – firmy

Oświetlenie wewnętrzne

AGA LIGHT CENTRUM

(22) 721 72 72 www.alc.pl

ARTEMIX (Roblon)

(91) 432 90 90 www.artemix.pl

ELEKTROMECHANIKA LIS

(16) 672 39 90 www.lis-oswietlenie.pl

ELGO

(24) 235 20 01 www.elgo.pl

ELMARCO

(58) 552 84 27 www.elmarco.com.pl

ES-SYSTEM WILKASY

(87) 429 96 35 www.essystem.pl/wilkasy

GRALUX (Itre)

(22) 651 05 89 www.gralux.home.pl

KARKO

(71) 318 43 33 www.karko.com.pl

KEMAR

(12) 288 12 80 www.kemar.com.pl

KRULEN Technika Światła

(22) 616 60 54 www.krulen.com.pl

LANGE ŁUKASZUK

(71) 398 08 18 www.langelukaszuk.pl

LARS

(61) 840 40 40 www.lars.com.pl

LENA LIGHTING

(61) 286 03 00 www.lenalighting.pl

LET

(34) 328 52 64 www.let.com.pl

MARBET-OŚWIETLENIE

(61) 876 70 10 www.oswietlenie.net.pl

MARKSLOJD

(61) 849 90 14 www.markslojd.pl

MASSIVE POLSKA

(61) 437 44 00 www.massive.be

MILANTEX (Movelight, Palluco)

(22) 844 34 41 www.milantex.pl

OSRAM

(22) 651 78 69 www.osram.pl

PAULMANN

(32) 785 36 63 www.paulmann.pl

PHILIPS

(67) 351 30 00 www.lighting.philips.com.pl

PRECYZJA ZYGFRYD ŁYCZYWEK

(58) 624 11 48 www.precyzja-gdynia.pl

RAMKO (Stock)

(22) 648 58 31 www.ramko.com.pl

SPECTRA LIGHTING

(22) 866 67 00 www.spectra-lighting.pl

SPOTLINE

(22) 722 49 75 www.spotline.pl

STUDIO FORMA

(61) 297 71 50 www.studio-forma.com.pl

ŚWIATŁO

(22) 474 71 55 www.swiatlo-sc.pl

TARGETTI POLSKA

(22) 863 25 30 www.targetti.com.pl

TCO. TRADING COMPANY

(58) 561 29 18 www.tco.com.pl

ZESI

(52) 333 89 35 www.zesi.com.pl