

La corretta illuminazione degli ambienti è legata alla disposizione dei mobili: è quindi necessario, quando si studia un tracciato elettrico, avere bene in mente come sarà l'arredamento. Per ottenere un'illuminazione razionale sono necessari: un giusto dosaggio di luce diretta, di luce indiretta e di luce diffusa; l'uso appropriato degli apparecchi illuminanti (a sospensione, a parete, a piede); la scelta di lampade efficienti; la giusta potenza delle lampade; l'opportuna colorazione degli ambienti.

**Illuminazione diretta.** È indispensabile dove si richiede concentrazione di luce, come per esempio sul tavolo da pranzo, sullo scrittoio, sul tavolo da lavoro e nell'angolo lettura.

**Luce indiretta.** È indicata per l'illuminazione generale dei locali: la sorgente luminosa è nascosta alla vista e l'illuminazione è ottenuta per riflessione su superfici chiare. Dovrà essere integrata con apparecchi a luce diretta o diffusa che concentrino la luce nei punti necessari.

**Illuminazione diffusa.** Si ottiene con lampade da tavolo o da terra capaci di creare una certa atmosfera. Le lampade a soffitto, a parete o a piede possono essere indifferentemente studiate per produrre luce diretta, indiretta o diffusa. Per ottenere una buona illuminazione non basta scegliere la lampada appropriata, ma occorre individuare l'esemplare più idoneo alle proprie esigenze.

### **Esempio**

Esistono lampade da parete (appliques) che producono una luce diffusa; altre, sempre di questa categoria, che forniscono un fascio di luce diretta. Se quindi dobbiamo illuminare l'angolo lettura, sceglieremo, tra le appliques, quella in grado di darci una efficace luce diretta. È importante, quando si fa una scelta, non basarsi soltanto su valutazioni estetiche, ma prima di tutto si deve tener conto che una lampada è un apparecchio per fornire una perfetta illuminazione, quindi deve essere adatta allo scopo per cui è destinata: concentrare o diffondere luce e non dar luogo a fenomeni di abbagliamento. Inoltre le sue caratteristiche di consumo dovranno rispondere a criteri di economia. La produzione è così vasta che non è

difficile trovare una lampada che oltre a piacerei riassume tutte le qualità necessarie al nostro caso. Per ottenere una buona resa della lampada scelta è necessario che sia completata con lampadine adatte. Esistono alcuni tipi di lampadine, di importazione danese, che producono una luce rosata, morbida, suggestiva. Hanno un prezzo superiore alle normali lampadine, ma oltre a durare molto a lungo, consumano meno energia grazie al grado molto inferiore di calore che producono. Questo tipo di lampadina è adatto a un'illuminazione diffusa. Anche la colorazione degli ambienti concorre al miglioramento dell'illuminazione. Le tinte chiare alle pareti procurano un migliore coefficiente di riflessione, le pareti lucide più di quelle opache. Rivestimenti in legno scuro e tappezzerie in tessuto o in paglia aiutano a creare un'atmosfera intima e accogliente, ma anche a smorzare la potenza delle lampade. Vediamo, locale per locale, l'illuminazione dei diversi ambienti della casa.

### ***L'illuminazione in cucina***

Illuminare bene la cucina vuol dire facilitare l'utente, voi, durante la fase di preparazione dei cibi. Oltre alla fonte principale di luce (una plafoniera collocata a soffitto, se il locale è piccolo, o un lume a sospensione se non lo è), è necessario distribuire altri punti luce, per esempio sopra il piano di cottura per eliminare le zone d'ombra che si creano tra i fornelli e chi sta cucinando. Generalmente la lampada è prevista nel bordo della cappa che sovrasta il piano di cottura, ma in ogni caso, quasi tutti i mobili per cucina possono essere attrezzati con piccoli impianti di illuminazione. Per poter avere una buona visibilità anche all'interno dei recipienti, bisognerà installare lampade con una potenza di almeno 60 watts. L'interruttore va messo in alto perché gli spruzzi delle cotture non lo raggiungano.

Quando il locale non solo è abbastanza grande, ma è di forma irregolare o a « elle », non basterà una sola fonte di luce a soffitto per garantire una funzionale illuminazione generale. Intanto, se esiste una zona-pranzo, ci sarà una conveniente luce diretta sul tavolo (ottenuta magari con una lampada a saliscendi in modo che l'altezza venga regolata a piacere). Sul tavolo o sul «bancone », utilizzato come tavolo per la colazione, si può anche creare un tratto di soffitto luminoso ribassato; un'altra buona soluzione è installare un binario al centro del soffitto, che ne segua l'andamento per tutta la sua lunghezza, su cui fissare qualche spot che indirizzi la luce nei punti voluti.

### ***L'illuminazione camera da letto***

Una buona illuminazione generale è indispensabile e la si può ottenere con una plafoniera piatta applicata a soffitto (luce diffusa) o con appliques sistemate lungo le pareti. Per leggere o lavorare a letto, occorre un lume a faretto, posato sul ripiano del tavolino o meglio fissato a parete o applicato, con morsetto, al piano: queste soluzioni sono indicate soprattutto nelle camere dei ragazzi (si eviterà così che il lume cada a terra). Il lume a faretto convoglia il fascio di luce in una direzione precisa e lascia il resto del locale in ombra, cosa indispensabile quando la stanza è «doppia».

Quando in camera da letto è stato ricavato l'angolo-toiletta, questo deve essere illuminato in modo che specchiandosi non si rimanga abbagliati dalla luce. Il problema può essere risolto mettendo la fonte d'illuminazione di fianco o sopra lo specchio, usando lampade smerigliate o opaline, oppure collocando la luce dietro la lastra e facendola diffondere attraverso i margini dello specchio preparati in modo da essere antiabbaglianti e rifrangenti come il resto della superficie. Quando c'è spazio al di fuori della stanza da letto, è meglio che l'armadio non stia in questo locale: sia che l'armadio si trovi nel corridoio notte, sia nella stanza da letto, il problema è sempre lo stesso: che i capi di vestiario siano ben visibili ad apertura delle ante. L'illuminazione generale dell'ambiente non è mai sufficiente perché sia le ante semiaperte sia la persona proiettano ombra nell'interno. Per questa ragione sono utili le luci nel mobile, magari incassate nello spessore del cielino dell'armadio per non creare intralci quando si ripongono o si estraggono i capi d'abbigliamento.

### ***L'illuminazione del soggiorno***

È nel soggiorno che la famiglia si ritrova a conversare, leggere, ricevere gli amici o a «vedere la televisione» e, quando la cucina è piccola e non esiste un tinello, è qui che si consumano i pasti. Quando l'ambiente non supera i 20 mq, può accogliere due sole zone che molto

spesso sono l'angolo pranzo e l'angolo conversazione. Perché l'atmosfera intorno al tavolo da pranzo sia calda e intima, l'illuminazione deve essere concentrata e intensa; lo spazio intorno al tavolo deve essere sgombro per permettere una certa libertà di movimento. Ne deriva che l'apparecchio indicato per soddisfare le due condizioni è quello a soffitto con luce diretta. Poiché in un locale che accoglie due zone distinte (pranzo e conversazione) il tavolo va sistemato decentrato, il lume che scende da soffitto deve coincidere con un punto luce che non si trova al centro del locale. Se si abita una casa provvisoria o non si vogliono fare spese supplementari e il punto luce è al centro dell'ambiente, dovremo fare in modo di fissare il filo al di sopra del tavolo con un piccolo gancio a soffitto che qualsiasi elettricista sarà in grado di applicare. Naturalmente il lume non dovrà essere troppo pesante per non strappare il gancio. Tra i lumi moderni ve ne sono molti in materiale sintetico, in carta di riso, in tessuto trattenuto da un leggero scheletro in metallo o in materiale plastico. Una lampada ideale per illuminare il tavolo da pranzo è quella a cono aperto o a emisferica. Se il cono è troppo dilatato, è facile che la luce disturbi la vista di chi siede a tavola: in questo caso si dovrà usare una lampadina argentata o lattiginosa. L'inconveniente è superato se si usa una lampada a doppia riflessione, cioè alla emisferica superiore se ne oppone una seconda che nasconde la lampadina.

Nei locali in cui il tavolo da pranzo non occupa una sede ben definita (tavoli pieghevoli o usati nelle altre ore per un altro scopo) si può ricorrere a un lume a piede o a una lampada a braccio che sporge dalla parete. La zona conversazione del soggiorno va illuminata con luce diffusa, cioè saranno preferite lampade da tavolo o da terra sistemate ai lati del divano o sulla diagonale rispetto all'angolo conversazione. I lumi da terra e quelli da tavolo possono avere altezze diverse e ingombri diversi: dipende anche dalla zona a cui sono destinati. Certe lampade a stelo fili forme con piccolo riflettore orientabile stanno bene se sono slanciate, alte 180-200 cm da terra: dato il loro ridottissimo ingombro, sono da sistemare dove manca spazio. Altre lampade, quasi sculture luminose, hanno bisogno di più « libertà » perché il loro volume è maggiore: questo tipo di lume raggiunge il metro, il metro e venti di altezza. Le lampade da tavolo per la zona conversazione possono essere molto basse, corpi luminosi che si adagiano sui ripiani, o possono avere una base e un cappello come i classici abat-jour: in questo caso, stando seduti sui divani, non si dovrà vedere il portalampada, quindi il lume avrà l'altezza proporzionata a quella del ripiano su cui è posata. Diciamo che i lumi da tavolo tipo abat-jour potranno misurare da 40 a 70 cm secondo l'altezza del piano su cui sono posati. Il lume da soffitto diventa superfluo in soggiorno quando la cucina è abbastanza grande da poterci organizzare l'angolo pranzo: nel soggiorno. Chi preferisse ottenere anche un'illuminazione generale, può scegliere quella riflessa, sistemando tubi fluorescenti in scanalature che definiscono un tratto di soffitto ribassato (dove potrebbero, invece, essere incassati tanti piccoli oblò luminosi). L'illuminazione delle varie zone del soggiorno può anche essere ottenuta con un complesso di piccoli riflettori scorrevoli su un apposito binario a soffitto che indirizzino la luce nei punti voluti. Va anche ricordata l'illuminazione di quadri o di oggetti d'arte. Per i primi sono indicati i piccoli riflettori da parete che mandano la luce in un punto preciso ( luce diretta ); per gli oggetti andrà bene la luce diffusa quando la loro sistemazione è in nicchia o in contenitori con antine di vetro. Il cielino della nicchia o del mobiletto sarà in vetro opalino che scherma lampade fluorescenti. Se gli oggetti sono posati

su una mensola o sui ripiani della libreria, andranno bene piccoli spot agganciati ai ripiani. rimarrà abbastanza spazio per una zona studio, lettura o relax. Sullo scrittoio vi sarà un lume da tavolo a luce diretta che illumini bene il piano, mentre nell'angolo lettura andrà bene una lampada a luce diretta del tipo da terra. Per i tavoli da lavoro o da disegno, i lumi migliori sono quelli a snodo con morsetto per ancoraggio al ripiano del tavolo.

### ***L'illuminazione del bagno***

Quando il bagno, è « normale », senza separazione in zone, due fonti di luce possono bastare: una centrale e una a parete. Non è detto che l'illuminazione generale dell'ambiente debba essere fornita da una luce da soffitto: potrebbero andar bene anche una o due appliques, a luce diffusa ma intensa. Attenzione: se una lampada, data la sua posizione, può essere raggiunta da spruzzi d'acqua, bisogna che sia molto ben isolata (del tipo da esterno, per esempio) per ragioni di sicurezza. Se il lavabo è inserito in un ripiano che fa anche da toeletta, bisogna che lo specchio a parete sia ben illuminato con lampadine si-stemate dietro al perimetro dello specchio, o anche in vista, ai lati, purché siano lampadine antiabbaglianti. La fonte luminosa, quando ci si specchia, deve sempre provenire dal davanti, meglio dai lati, piuttosto che dall'alto (si creerebbero ombre fastidiose).

Anche in cucina, al posto dell'unica lampada centrale, vanno installate luci particolari nei vari punti di attività che sono: preparare i cibi, cucinare, consumare i pasti quando le dimensioni dell'ambiente lo consentono. In quest'ultimo caso è necessario un lume da soffitto con sali scendi, che possa essere abbassato sul piano del tavolo o alzato quando si richiede un'illuminazione generale dell'ambiente. Altra soluzione è un tratto di soffitto ribassato con faretti incassati o, ancora, un binario elettrificato con spot che indirizzano la luce nel punto voluto. Per illuminare da vicino le varie zone di lavoro, possono essere usati i soliti piccoli faretti con supporto in materiale plastico o in metallo.

***Vi serve un Consulente Tecnico di Parte? Vuoi maggiori informazioni ? Contattaci***  
***via*** [Mail](#) o  
***tramite***  
***Telefono***

***Preventivi e Costi***

---

**Articoli correlati:**

**Casi Studio: Link esterni:**

---