

# آشپزخانه‌ای روشن و دل‌باز با نورپردازی صحیح نکات برتر داشتن آشپزخانه‌ای امروزی

آرزوکیهان  
مترجم

اکثر مردم عاشق آشپزخانه‌ای دل‌باز و پر نور هستند که هنگام جمع شدن اعضای خانواده، لحظات لذت‌بخش و شیرینی را تجربه کنند. آشپزخانه قلب خانه است؛ هرچقدر آشپزخانه دل‌بازتر و زیباتر باشد مادران بیشتر ترغیب می‌شوند با میل و اشتیاق، زمانی را برای تهیه غذا در آن سپری کنند. به نظر آن چند چراغ باید در آشپزخانه وجود داشته باشد؟ شاید تا زمانی که به طراحی و برنامه‌ریزی آشپزخانه خود نرسیده‌اید متوجه اهمیت این سؤال نشوید. منابع مختلف نور اجازه می‌دهد بتوانیم بر حسب نیاز از یک فضا، چند منظوره استفاده کنیم. این موارد در آشپزخانه می‌تواند شامل پخت و پز، سرگرمی، استراحت و کار باشد. برای داشتن فضایی دل‌جسب باید ترکیبی عالی از زیبایی در کنار روشنایی وجود داشته باشد تا مکان و فضایی مناسب را به مادران برای وقت‌گذرانی در آشپزخانه بدهد. همچنین نورپردازی صحیح می‌تواند فضای همه‌کاره را در اختیار صاحبخانه قرار دهد. به طور عموم اعضای خانواده در آشپزخانه دور هم جمع می‌شوند.

**چند چراغ در آشپزخانه لازم است؟**  
تعداد چراغ‌هایی که باید داشته باشید بسته به اندازه آشپزخانه شما متفاوت است، اما در نهایت هر آشپزخانه باید سه لایه نورپردازی داشته باشد: «روشنایی عمومی یا محیطی، نورپردازی تأکیدی و روشنایی کاری». هیچ چیز بدتر از این نیست که نتوانید راحت و آسوده در آشپزخانه وقت بگذرانید و کار کنید. به همین دلیل باید اطمینان حاصل کنید که مکان پخت و پز باید به اندازه کافی روشن باشد تا بتوانید به راحتی هر آنچه را که نیاز دارید پیدا کنید. چراغ‌های آویزان شده، همیشه یک گزینه عالی برای جزیره‌ها در آشپزخانه است، زیرا نه تنها ظاهری عالی و زیبا دارد، بلکه وقتی به تعداد مناسب در کنار هم قرار می‌گیرد نور کافی ارائه می‌دهد. نورهایی با تایمر که بسته به میزان نور تنظیمی روشن یا خاموش می‌شود نیز گزینه خوبی است. از آنجا که چیده‌مان آشپزخانه‌ها از لحاظ اندازه و شکل در ساختمان‌ها بسیار متفاوت است، باید دقت داشته باشید انواع نورپردازی را در طرح ابتدایی در نظر داشته باشید که نور به صورت چند لایه‌ای به نقاط مختلف بناید تا مطمئن شوید هر یک از لامپ‌ها و وسایل روشن‌کننده هدف خاصی را دنبال می‌کند. به عبارتی، هنگام کار، نورپردازی با زمان پخت و پز متفاوت خواهد بود. از این رو نورآشپزخانه شما باید این سه لایه نور را داشته باشد. ابتدا نور بالای سری یا محیط کافی باشد، سپس نور کاربردی برای فعالیت و کار و بعد از آن نورپردازی تأکیدی برای زمانی که به

نور بیشتری نیاز دارید، مهیا شود. اما دقیقاً تمام این موارد به چه معنی است؟

## شکل نورپردازی

نورپردازی محیطی، فضای کلی آشپزخانه را شامل می‌شود، مانند نورهای توکار. در این حالت فضای عمومی آشپزخانه روشن خواهد شد، سپس مناطق خاصی را که بیشتر مورد استفاده قرار می‌گیرد، مثل پیشخوان با نورپردازی کاربردی برجسته‌تر می‌کنید. نورپردازی کاربردی شامل منابع نوری است که برای مناطق خاصی از فضا که به قفسه‌های بالایی نرسد.

## چه تعداد آویز باید در آشپزخانه داشته باشیم؟

بهرتر است برای کاربردی بودن نورهای

ممکن است نیاز به نور بیشتری داشته باشد یا می‌خواهید توجه را به آن جلب کنید، استفاده می‌شود. اغلب چراغ‌های آویزان و برخی از چراغ‌های دیواری جزو چراغ‌های کاربردی است. نورپردازی اصلی که بالای پیشخوان به اشکال مختلف پنهان یا آویزان طراحی می‌شود اغلب کاربردی است و برای زمان‌هایی مثل خرد کردن مواد غذایی لازم است. نورپردازی تأکیدی برای مناطقی از آشپزخانه شماسست که ممکن است برای زمان‌های زیادی مورد استفاده قرار نگیرد. برای مثال فقط آن را در طول شب یا در طول یک میهمانی روشن می‌کنید. در نورپردازی تأکیدی منبع اصلی نور برای ایجاد روحیه و محیطی آرام در اتاق طراحی شده است.

## به چه میزان نور در آشپزخانه نیاز داریم؟

می‌خواهیم آشپزخانه نور کافی برای انجام کارهای روزمره داشته باشد، اما نمی‌خواهیم آنقدر روشن باشد که کار کردن یا گذراندن وقت در آن ناخوشایند باشد. در این صورت می‌توانیم با ضرب کردن طول و عرض آشپزخانه برای به‌دست آوردن مترمتر و سپس ضرب این رقم در تعداد لومن‌ها، میزان روشنایی کلی را که در آشپزخانه نیاز داریم، محاسبه کنیم. لومن واحد شار نوری است. شار نوری، مقدار نوری است که از یک چشمه نور در واحد زمان پخش می‌شود. لامپ‌های توکار رایج‌ترین و خنثی‌ترین نوع نورپردازی آشپزخانه است. نورپردازی توکار نوعی نورپردازی محیطی است که نورهای هالوژن در سقف فرو رفته و همسطح با دیگر مواد قرار می‌گیرد. این نوع از نورپردازی، آشپزخانه تری از کابینت نصب کنید، در غیر این صورت ممکن است نور به قفسه‌های بالایی نرسد.

آویزان در بالای جزیره آشپزخانه از سه آویز استفاده کنیم اما می‌توان از دو یا حتی یک آویز نسبت به شکل ظاهر و سبک چراغ‌آویز و اندازه آشپزخانه استفاده کنیم. برای آشپزخانه‌های کوچک‌تر، می‌توان یک آویز ترکیبی با فرم گسترده و جالب انتخاب کرد. اگر فضای بزرگ‌تری دارید، می‌توانید به سراغ آویزهای متعدد با پهنای کوچک‌تر و فرم ساده بروید که به صورت گروهی کنار هم قرار دارند. آنچه مهم است هنگام استفاده از سه آویز، دقت داشته باشید نور میانی درست وسط جزیره قرار بگیرد تا تعادل نوری را در محیط برقرار کند. هر چراغ انفرادی باید حداقل ۳۰ سانتی‌متر از لبه جزیره فاصله داشته باشد و برای حد فاصل چراغ‌ها ۶۰ تا ۷۶ سانتی‌متر فاصله لازم است.

## نورپردازی محیطی با در نظر گرفتن خلق و خو و جو!

ایده‌های نورپردازی آشپزخانه باید ترکیب مناسبی از چراغ‌های سقفی و روشنایی کاربردی داشته باشد تا هنگام انجام کارهای روزمره مانند خرد کردن، شستن و پخت و پز مورد استفاده قرار گیرند. با این حال، از آنجا که همچنان دوست داریم از فضا برای معاشرت، غذا خوردن و سرگرمی استفاده کنیم، اغلب اوقات ممکن است برای ایجاد یک فضای آرامش‌بخش به نور کمتری نیاز داشته باشیم. نورپردازی برجسته، مانند چراغ‌های دیواری و لامپ‌ها، بر خلق و خو و روحیه فردی تأثیرگذارند، اما گاهی اوقات می‌توان از لامپ‌هایی با سوییچ‌های جداگانه برای تغییر نورپردازی آشپزخانه استفاده کرد تا در زمان لازم و دلخواه با تغییر میزان نور فضای دلخواه را به‌وجود آورد. توجه داشته باشید دیمر برای همه نورها ضروری است.

## دیمر چیست؟

یکی از پرکاربردترین قطعاتی که در بسیاری از پروژه‌های الکترونیکی از آن استفاده می‌شود دیمر است. دیمر وسیله‌ای است که از آن برای کم و زیاد کردن نور چراغ‌ها استفاده می‌شود. مطمئن شوید که انواع مختلف روشنایی را به کلیدهای جداگانه متصل کنید تا بتوانید بهترین نور را در اوقات و حال و هوای مختلف داشته باشید.

## چراغ دیواری

اگر دوست دارید آشپزخانه‌ای کلاسیک به شکل آشپزخانه خانه‌های مزرعه‌ای داشته باشید بهتر است از چراغ‌های دیواری بیشتری استفاده کنید. استفاده از این نور با لامپ‌های مات در کنار پنجره‌های آشپزخانه، زیبایی خاصی به‌وجود می‌آورد.



هیچ چیز بدتر از این نیست که نتوانید راحت و آسوده در آشپزخانه وقت بگذرانید و کار کنید. به همین دلیل باید اطمینان حاصل کنید که مکان پخت و پز باید روشن باشد تا بتوانید به راحتی هر آنچه را که نیاز دارید پیدا کنید

