Starbene

PAESE :Italia
PAGINE :41;42;43;44;45
SUPERFICIE :500 %

DIFFUSIONE :(350000)
AUTORE :Di Adriano Lovera

► 1 febbraio 2021

Starbene

PAESE : Italia
PAGINE :41;42;43;44;45
SUPERFICIE :500 %

DIFFUSIONE :(350000)
AUTORE : Di Adriano Lovera

► **1 febbraio 2021**

DIVENTA UN TECNICO DELLE LUCI

Puoi migliorare la visione, aumentare il relax, favorire la concentrazione, creare un'atmosfera intima. D'ora in poi per te lumen e gradi kelvin non avranno più segreti

di Adriano Lovera

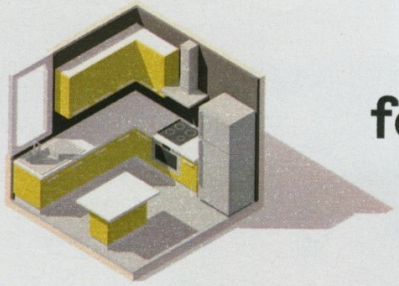
Tra Covid e smart working, spendiamo sempre più tempo in casa. A cucinare, lavorare, cercare momenti di relax, con camere da letto e cucine che, all'occorrenza, diventano uffici "casalinghi". Secondo un sondaggio di Signify, passiamo almeno 8 ore al giorno a contatto della luce artificiale. Ecco allora che bisogna imparare ad illuminare alla perfezione casa nostra, cercando di ottenere la qualità migliore a seconda delle attività da svolgere nelle stanze. Ormai tutti gli esperti sono concordi su un punto: i vari ambienti dell'abitazione non andrebbero illuminati tramite un unico lampadario o faro centrale, ma attraverso diverse soluzioni, a seconda delle esigenze di ogni porzione di stanza. Non importa quanto sia grande.

Starbene

PAESE :Italia
PAGINE :41;42;43;44;45
SUPERFICIE :500 %

DIFFUSIONE :(350000)
AUTORE :Di Adriano Lovera

► 1 febbraio 2021



CUCINA
focus sul piano di lavoro

In cucina, ci sono almeno due esigenze da rispettare: vedere bene sul piano di lavoro in cui si prepara il cibo e avere nel resto una luce gradevole, ma non invadente. «Sotto i pensili e nella cappa d'aspirazione, meglio mettere luci fredde. Questa soluzione stanca meno e permette di vedere con precisione», suggerisce Rudi Manfrin, architetto, art director di Milano Contract District (*contractdistrict.com*).

SIGNIFY-PHILIPS HUE WHITE

Come luce principale si può sceglierne una neutra, magari utilizzando dei faretti a Led di quelli che si possono orientare, oppure mettendo delle lampade pendenti dal soffitto. In entrambi i casi, se è presente anche il tavolo, questo andrebbe illuminato con un fascio diretto.

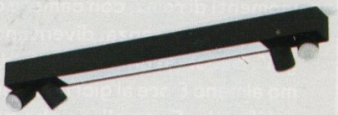
In molte case, non ci sono altre fonti di luce al di fuori del lampadario centrale e delle due lampadine della cappa. In tal caso, un'ottima soluzione è inserire una striscia di luce a Led che corre sotto i pensili e lo scolapiatti. Con un consumo di pochi watt, si cambia il volto della cucina.

QUANTA LUCE SERVE?

È importante conoscere i prodotti e alcuni termini per scegliere le lampadine correttamente. Oggi quelle in commercio per uso domestico sono di 3 tipi: Alogene, Fluorescenti, a Led.

ALOGENE
Sono ancora caratterizzate da un filamento minerale (tungsteno) che diventa incandescente. Sono le più arretrate in fatto di consumi.

FLUORESCENTI
Sono comunemente definite a "risparmio energetico", ma in realtà le più efficienti sono quelle a Led.



LED
A parità di luce emessa, consumano meno energia di tutte. «Rispetto alla vecchia illuminazione, una casa interamente a Led ha bisogno del 70% di elettricità in meno», assicura l'architetto Tommasi.

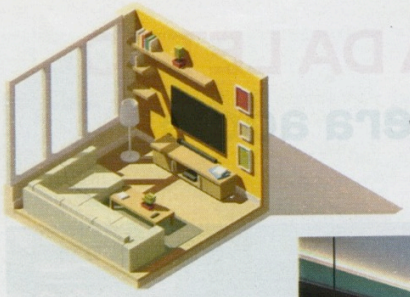
SHUTTERSTOCK (2), GETTY (1), SIGNIFY – PHILIPS HUE CENTRIS

Starbene

PAESE :Italia
PAGINE :41;42;43;44;45
SUPERFICIE :500 %

DIFFUSIONE :(350000)
AUTORE :Di Adriano Lovera

► 1 febbraio 2021



SOGGIORNO va diviso per ambienti

LEDVANCE APPLE HOME KIT

Se c'è spazio, di fianco al divano è ideale una piantana a Led regolabile, con luce calda o neutra, che può essere rivolta verso l'alto se serve solo per accompagnare momenti di relax oppure direttamente verso di noi se stiamo leggendo.

MILANO CONTRACT DISTRICT-PROGETTO PORTA NUOVA

Anche se di piccole dimensioni, nel living avremo almeno tre "spazi" distinti: la zona divano, fatta per il relax e per la conversazione, la zona tv e poi un tavolo, che ormai in tutte le case è multifunzione: mangiare, leggere e lavorare. «Ogni spazio ha bisogno di una fonte di luce dedicata», suggerisce l'architetto Tommaso Tommasi. Un corpo illuminante centrale ormai è in disuso. Con i vari punti luce presenti in stanza, occorre fare in modo che il tavolo sia ben illuminato. Se il punto luce al soffitto corrisponde al posizionamento del tavolo, vanno bene i lampadari a sospensione, altrimenti si opta per i faretti direzionabili, sempre meglio con lampade a Led. «Se il tavolo viene usato anche come postazione di lavoro, consiglio una soluzione pratica: lampade portatili, dotate di batteria interna, che si alimentano tramite Usb», aggiunge l'architetto Tommasi. Altro consiglio: sia per la piantana sia per le altre luci, dove è possibile conviene utilizzare il "dimmer", cioè un regolatore elettronico che permette di aumentare o abbassare l'intensità a seconda dei momenti della giornata.

E la tv? «L'importante è non guardarla mai con il resto della camera completamente al buio. Fa male alla vista. Le luci devono essere puntate verso l'alto, il basso o il muro, ma mai direttamente negli occhi. Una lampada da terra posta a fianco della tv è ideale per illuminare la stanza», osserva l'esperto.

QUANTA LUCE PRODUCONO LE LAMPADINE

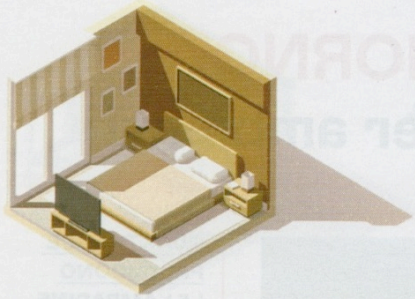
Questa quantità viene espressa con il lumen. Un paragone con le vecchie lampadine a incandescenza, ormai fuori commercio, aiuta nella pratica. Una luce da 25 watt, che avremmo messo nella abat jour, equivale a circa 250-300 lumen, che oggi si possono ottenere con un prodotto a Led da 3-4 watt (5-6 watt se fluorescente). La luce "intermedia", da 60 watt, equivale a 700-800 lumen, che arrivano da un Led intorno agli 8-9 watt (o 12 watt se a fluorescenza). Quella grande da 100 watt, che di solito si installava nel lampadario centrale di una stanza, richiede 1400-1500 lumen, ossia un Led da circa 15 watt (oltre i 20 per l'altro tipo). Trovi tanti altri consigli utili sul sito lampadinagiusta.it.

Starbene

PAESE :Italia
PAGINE :41;42;43;44;45
SUPERFICIE :500 %

DIFFUSIONE :(350000)
AUTORE :Di Adriano Lovera

► 1 febbraio 2021



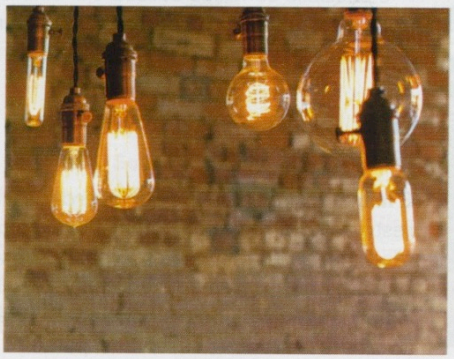
CAMERA DA LETTO
plafoniera addio

«L'armadio va illuminato dall'interno», dice l'architetto Rudi Manfrin. Ci sono tante soluzioni che costano poco, come strisce a Led o luci a pile che scattano solo quando si apre l'anta.

MILANO CONTRACT DISTRICT-PROGETTO LIVING TORTONA

Anche in camera da letto vale la regola di dividere l'illuminazione per funzioni. Il lampadario al centro difficilmente riuscirà a fare luce nell'armadio mentre cerchiamo i vestiti. E voler ottenere tanta luce inserendo un'unica lampadina, di alta potenza, rischia di creare un effetto dissonante in una stanza adibita al riposo. Per favorire il relax si può mettere una luce "principale" calda, di potenza moderata. Chi ha l'abitudine di leggere dovrà scegliere per le abat jour una luce calda o neutra almeno di 4 watt, se parliamo di una lampadina a Led. Altrimenti basta anche meno, se serve solo come luce soffusa.

Se in camera c'è una scrivania per lo studio o il lavoro, meglio illuminarla con una lampada da tavolo.



QUESTIONE DI TONALITÀ

Quante volte ci è successo? Tornare a casa e accorgerci di aver comprato un tipo di luce che non è quel che ci aspettavamo. Il problema di solito è nella tonalità.

* LE LAMPADE E I MOBILI DELLE FOTO: ZONA ARMADIO, SCRIVANIA, PENSILI IN CUCINA, TIVÙ IN SOGGIORNO E SPECCHIO IN BAGNO SONO IN VENDITA DA IKEA.

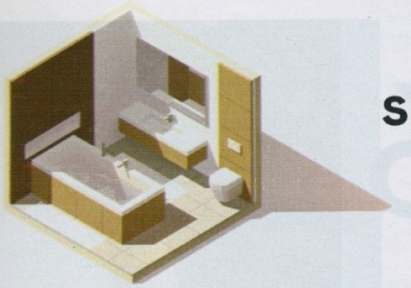
GHÉNOS COMMUNICATION

Starbene

PAESE :Italia
PAGINE :41;42;43;44;45
SUPERFICIE :500 %

DIFFUSIONE :(350000)
AUTORE :Di Adriano Lovera

► 1 febbraio 2021



BAGNO
specchio in primo piano

MILANO CONTRACT DISTRICT-PROGETTO S. AMBROGIO

I faretti in corrispondenza dello specchio del lavabo devono essere più intensi rispetto alla lampada principale di solito posta al soffitto, per evitare ombre fastidiose. «In questo ambiente, carico di vapore, meglio scegliere lampade a Led in tutti i punti luce, perché non scaldano e non presentano rischi con l'umidità», aggiunge l'architetto Tommasi.

In bagno, bisogna fare in modo che lo specchio sia illuminato, meglio se direttamente.

Se c'è una vasca, si potrebbe pensare a una luce regolabile con il dimmer, così da creare una situazione più soffusa quando ci si gode il bagno.

LUCE CALDA

Sulle confezioni è indicata dai gradi kelvin compresi fra 2700 e 3000. «È proprio la tonalità che, in natura, riscontriamo al tramonto o al sorgere del sole. Una gradazione che ci mette a nostro agio, piacevole, con un buon comfort per gli occhi. Va bene per il relax, ma non è una luce che permetta di vedere bene i dettagli o fare lavori di precisione», spiega l'architetto Rudi Manfrin.

LUCE NEUTRA

«È una via di mezzo che permette una buona visione, indicata per esempio per la lampada a corredo della scrivania o nei bagni in cui serve una luce intensa, ed è comunque la scelta migliore per leggere e lavorare», aggiunge l'architetto. È intorno ai 4500 gradi kelvin.

LUCE FREDDA

Andando oltre i 6000 gradi kelvin si parla di luce "fredda", quella dal caratteristico riflesso azzurro-ghiaccio, che solitamente porta alla mente il corridoio di un ospedale o di un supermercato. «Questo tipo di luce piace a poche persone, ma in realtà è quella consente ai nostri occhi di seguire più a lungo un certo tipo di attività, stancando poco la vista», spiega Rudi Manfrin.

GETTY (1)