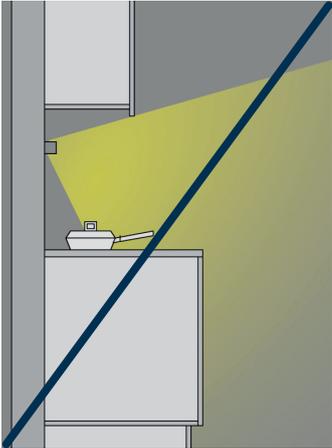


### Die Küche als Arbeits- und Wohnraum

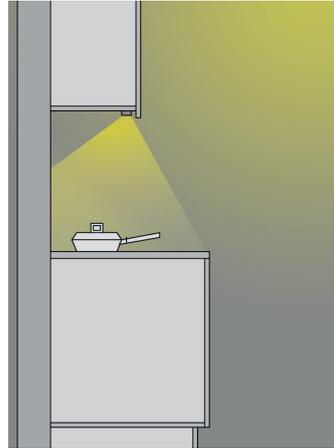
Die meist sehr lange Aufenthaltsdauer in der Küche belegt deren Bedeutung im Alltag. Durch eine Optimierung der Beleuchtung kann die

Selbständigkeit sehbehinderter Menschen verbessert und gleichzeitig die Unfallgefahr erheblich verringert werden.

### Küchenarbeitsplatz mit Oberschränken



Ungeeignete Leuchte / Position



Zweckmässige Leuchte / Position



Anbauleuchte linear



Einbauleuchte linear

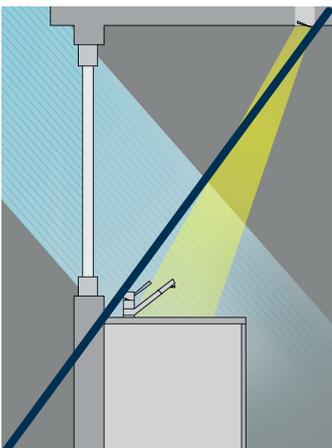
#### Merkmale und Montage geeigneter Leuchten

Längliche, diffus strahlende Lichtprofile die gut entblendet sind und deren LED-Punkte nicht sichtbar sind. Die leuchtende Fläche sollte aus sitzender Position nicht einsehbar sein.

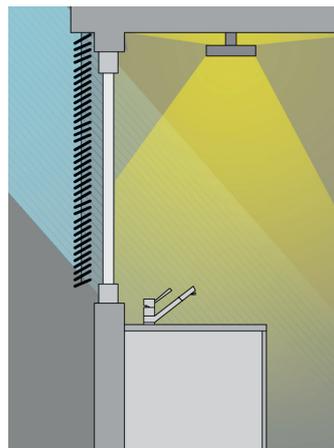
#### Empfehlungen

Eine ausreichende Raum – Grundbeleuchtung mit «weichem», blendfreien Licht und auf den Arbeitsflächen eine Beleuchtungsstärke ab 750lx ist sinnvoll. Längliche Unterbauleuchten sollten gegen vorne gut entblendet sein. Die Positionierung ist möglichst weit vorne unter dem Schrank. Spiegelnde Arbeitsoberflächen sind zu vermeiden.

### Küchenarbeitsplatz am Fenster



Ungeeignete Leuchte / Position



Zweckmässige Leuchte / Position



Pendelleuchte



Deckenanbauleuchte

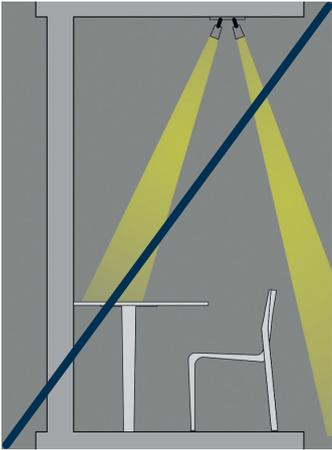
#### Merkmale geeigneter Leuchten

Lichtstarke, längliche Leuchten mit Indirekt- und Direktlichtanteil. Gute Entblendung.

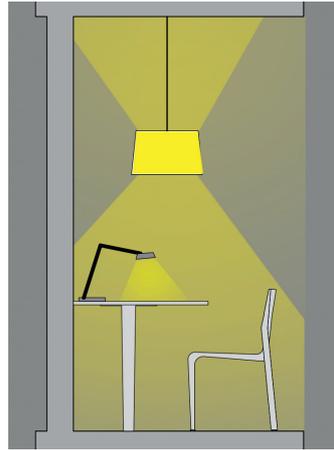
#### Empfehlungen

Eine blendfreie Grundbeleuchtung ab 500lx plus Tageslicht auf der Arbeitsfläche. Leuchten mit grossem indirekten Lichtanteil ermöglichen eine gleichmässige Raumbelichtung (Grundbedingung: weisse Decke). Zu helle Fensterflächen müssen mit Storen gegen Blendung geschützt werden können (verstellbare Storen).

## Küchentisch



Ungeeignete Leuchte / Position



Zweckmässige Leuchte / Position



Pendelleuchte rund



Pendelleuchte linear

### Merkmale geeigneter Leuchten

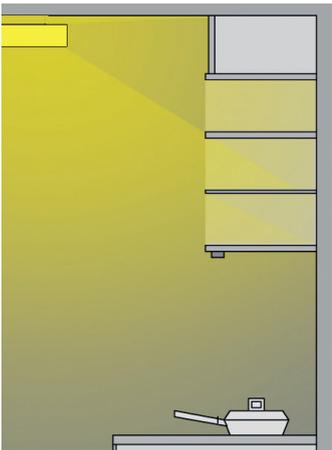
Runde oder längliche Leuchten mit Direkt- und Indirektlichtanteil und einer mikroprismatischen Abdeckung oder einem Abblendraster. Ausführung als Pendel- oder Deckenanbauleuchte. Je nach Lichtbedarf ist zusätzlich eine Tischleuchte einzusetzen.

### Empfehlungen

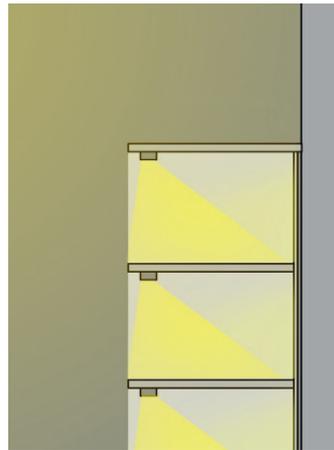
Eine blendfreie, indirekte/direkte Grundbeleuchtung ab 750lx (Tisch)

Eine bewegliche Tischleuchte sorgt für die benötigte Zusatzbeleuchtungsstärke von 1000 – ca. 5000lx für filigrane Handarbeit und Lesen.

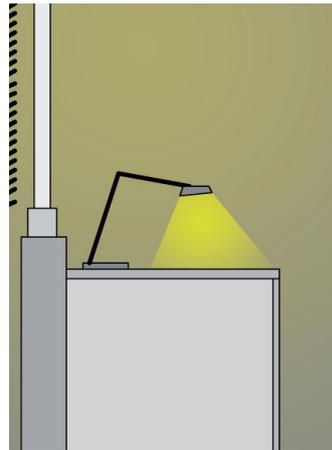
## Ergänzende Leuchtenstandorte und Leuchten



Vorratsschrank / Vertikale Beleuchtungsstärke



Integrierte Schrankbeleuchtung



Bewegliche Leseleuchte



Deckenanbauleuchte



Längliche Leuchte für Schrankmontage



Tischleuchte, E27 Fassung



Tischleuchte LED

### Merkblatt Version 2021-07 / Download weiterer Merkblätter:

[www.szblind.ch](http://www.szblind.ch): Suche nach Merkblätter Beleuchtung



### © Schweizerischer Zentralverein für das Blindenwesen

Koordinationsstelle für Beleuchtungsfragen,  
Niederlenzer Kirchweg 1, CH-5600 Lenzburg  
in Zusammenarbeit mit Lichtbau GmbH, Lichtplanungen, Bern

mit Unterstützung der: **SLG** Schweizer Licht Gesellschaft