

MODERNÍ KUCHYNĚ

A photograph of a modern kitchen. The kitchen features light-colored wooden cabinetry with silver handles. There is a double sink with a chrome faucet, a tiled backsplash, and a hanging pot rack. A tall wooden cabinet stands to the right of the sink area. The floor is covered in light-colored square tiles.

ALENA ŘEZNÍČKOVÁ

- **NOVÉ TRENDY**
- **DISPOZICE**
- **POUŽITÉ MATERIÁLY**
- **SPOTŘEBIČE**

Upozornění pro čtenáře a uživatele této knihy

Všechna práva vyhrazena. Žádná část této tištěné či elektronické knihy nesmí být reprodukována a šířena v papírové, elektronické či jiné podobě bez předchozího písemného souhlasu nakladatele. Neoprávněné užití této knihy bude **restně stíháno**.

Používání elektronické verze knihy je umožněno jen osobě, která ji legálně nabyla a jen pro její osobní a vnitřní potřeby v rozsahu stanoveném autorským zákonem. Elektronická kniha je datový soubor, který lze užívat pouze v takové formě, v jaké jej lze stáhnout s portálu. Jakékoliv neoprávněné užití elektronické knihy nebo její části, spočívající např. v kopírování, úpravách, prodeji, pronajímání, půjčování, sdělování veřejnosti nebo jakémkoliv druhu obchodování nebo neobchodního šíření je zakázáno! Zejména je zakázána jakákoliv konverze datového souboru nebo extrakce části nebo celého textu, umístování textu na servery, ze kterých je možno tento soubor dále stahovat, přitom není rozhodující, kdo takovéto sdílení umožnil. Je zakázáno sdělování údajů o uživatelském účtu jiným osobám, zasahování do technických prostředků, které chrání elektronickou knihu, případně omezují rozsah jejího užití. Uživatel také není oprávněn jakkoliv testovat, zkoušet či obcházet technické zabezpečení elektronické knihy.



Moderní kuchyně

Obsah

Úvod	7
1. Trendy v zařizování nových kuchyní	9
1.1 Co se změnilo	13
1.2 Volba materiálu	14
1.3 Soft, nebo post?	15
1.4 Nové materiály, spotřebiče i možnosti	16
2. Uspořádání kuchyně	17
2.1 Bezpečnost v kuchyni	21
2.2 Kuchyňský nábytek	24
2.3 Skříňkový nábytek	25
2.4 Kuchyň v obývacím pokoji	26
2.5 Kuchyň pro každého	28
3. Dřezy a pracovní desky, drtiče	31
3.1 Co by měl dřez splňovat	31
3.1.1 Velikost dřezu	31
3.1.2 Materiály dřezů a pracovních desek	32
3.1.3 Umístění dřezu	36
3.1.4 Pozor na montáž	37
3.2 Drtiče odpadků	38
4. Kuchyňské spotřebiče	39
4.1 Digestoře	40
4.1.1 Typy digestoří	41
4.1.2 Řešení pro nepřátele hluku	45

4.2	Myčky nádobí	45
4.2.1	Typy myček	46
4.2.2	Myčka šetří peníze	48
4.2.3	Pozor na hluk	50
4.2.4	Stop vodě	50
4.2.5	Proč potřebujeme sůl	51
4.2.6	Čistota v myčce	52
4.3	Chladničky a kombinované chladničky	53
4.3.1	Jakou chladničku zvolit	54
4.3.2	Co všechno v chladničkách najdeme	56
4.3.3	Kam s chladničkou	57
4.4	Varné desky a sporáky	58
4.4.1	Plyn, nebo elektřina?	59
4.4.2	Varné desky	61
4.4.3	Indukční deska	64
4.4.4	Sporáky	64
4.4.5	Elektrické trouby	65
4.4.6	Mikrovlnné trouby	67
5.	Kuchyně pro labužníky	69
5.1	Technika s novými možnostmi	69
5.2	Víno v kuchyni	71
5.3	Vzhůru k baru	72
6.	Stolování a další zajímavosti	74
6.1	Stoly a židle	74
6.2	Prostor pro ukládání nádobí	76
6.3	Textil v kuchyni a jídelně	78
6.4	Osvětlení	79
	Literatura	80
	Rejstřík	81

Úvod

Změnily se u nás kuchyně za posledních deset let? Určitě ano. Odborníci tvrdí, že hned v několika směrech – zlepšily se dispozice, preferuje se jiný vzhled dvířek, zvýšily se nároky na spotřebiče. Módní je spojení kuchyně s dalším obytným prostorem, ustoupil zájem o rustikální a jinak zdobná provedení dvířek, svůj boom prožívá naopak čistý, jednoduchý vzhled zaručující nadčasovost nábytku. Samostatně stojící spotřebiče nahrazují vestavné, bílý smalt vystřídal nerez a hliník.

K „módním vlnám“, které odešly stejně rychle jako přišly, patří například barevné spotřebiče. Úžasné zelené, žluté či modré elektrické trouby (tedy jejich čelní dvířka), mikrovlnné trouby, ale také skleněné desky plynových varných desek – to vše neodvál čas, ale nezájem opatrných zákazníků. Zatímco na veletrzích tyto novinky lidé obdivovali, v prodejnách byl zájem minimální, a to nejen u nás. A tak se potichu vytrácejí z výrobních programů.

Změnily se však i detaily. Například z malých úchytek knoflíkového tvaru se stala téměř důstojná, byť až puristicky čistá kovová madla.

Budme ale upřímní, nová podoba kuchyní je typická zejména pro velká města. Tady i poměrně konzervativní český zákazník přistoupil na světový trend. Ten dává přednost co nejjednodušší podobě čelních ploch, upřednostňuje komínové digestoře, atraktivně řešené dřezy i robustní pracovní desky, jež se někdy v případě použití přírodního kamene šplhají až k 8 cm (běžná tloušťka je kolem 4 cm). A proč tento rozdíl existuje? Vyšší průměrné příjmy v některých městech i množství kuchyňských studií, která předvádějí poslední novinky, samozřejmě ovlivňují náročnost spotřebitelů. Je však důležité, aby si i ti, kdo mají k dispozici jen omezené finanční prostředky, vybrali z nových trendů to, co jim usnadní práci, zkrátí

čas při vaření i mytí nádobí a také zvýší pohodlí a bezpečnost v kuchyni. Velmi podstatný je výběr vhodných spotřebičů. Ušetřit dva či tři tisíce tím, že si pořídíme chladničku s energetickou spotřebou v kategorii „C“ místo v „A“, znamená zaplatit každý rok třeba o dva až čtyři tisíce víc za elektrický proud. A za deset let?! Čím méně máme peněz k dispozici, tím více si musíme všimnout údajů o spotřebě – a počítat. Přesně podle starého hesla „nejsem tak bohatý, abych si kupoval levné věci“.

1. Trendy v zařizování nových kuchyní

Co je typické pro nové kuchyně:

- jednoduchá provedení dvířek
- omezení počtu horních skříněk
- světlé barvy
- vestavné spotřebiče
- zásuvkové skřínky s takzvanými plnovýsuvy
- kvalitní pracovní desky
- rozdílné výšky pracovních ploch
- nové materiály používané na obklad mezi spodními a horními skřínkami
- závěsné kovové programy
- důraz na dřezy
- pečicí trouby umístěné do výšky očí, nejlépe do takzvaného technického bloku
- potravinové skříně vybavené regálovými výsuvy s kovovým rámem
- odpadkové koše na tříděný odpad umístěné ve skřínkách

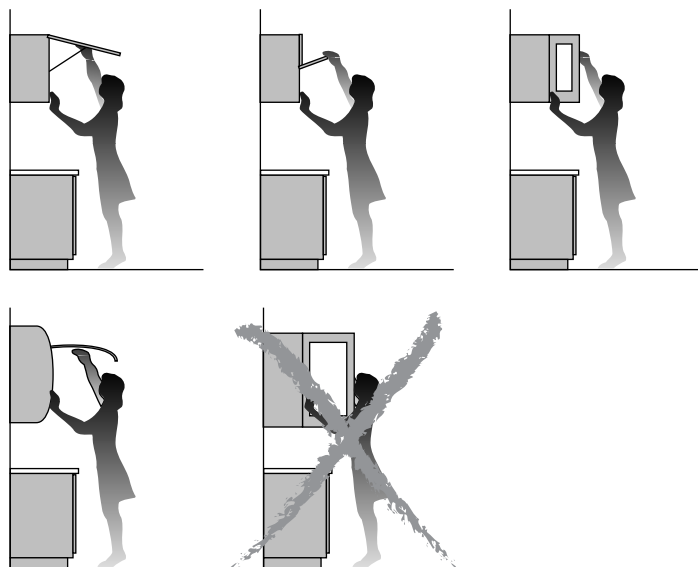
Čím jednodušší dvířka, tím lepší. To je vidět v každém kuchyňském studiu, pokud není právě zaměřené na rustikální nábytek. Změnila se také preference barev. Dříve dominující bílé kuchyně nahradila zejména světlá provedení z buku či olše (výběr dřív je však mnohem širší, nechybí jabloň, smrk, třešeň či javor a další), jež lze doplnit jemnými pastelovými barvami (vanilka, různé odstíny modré či zelené). Zahraniční veletrhy nábytku nabídly v poslední době také výrazné zastoupení modré barvy i celou škálu béžových a okrových odstínů přecházejících až do šedé.

Typické je „prosvětlení“ horní části sestav. To znamená méně skříněk, zato větší využití otevřených polic či alespoň typy s prosklenou čelní plochou. Skřínky s klasickým otvíráním a výškou 58 či 88 cm (to bývaly nejčastější velikosti) nahrazují elementy s výškou pouze 30 nebo 42 cm. Dvířka mívají často podobu klop, které se na začátku vaření zdvihnou nahoru a zavírají se teprve po skončení přípravy jídla. Výhody? Žádné nežádoucí stopy otisků po mouce, těstu či jiných stopách po vaření, které v kulinářském spěchu zanechávají prsty kuchařek, neboli nábytek zůstává čistý. K tomu je třeba připočíst urychlení práce – všechno máme hned po ruce. A také žádné boule a šrámy, protože do zdvižených dvířek těžko někdo vrazí čelem.

pozor →

Poslední police u horních skříněk má být ve výšce 185 cm!

Klopny bývají prosklené, mohou se umístit i dvě nad sebe, ale pozor! Dosáhneme pak do horních polic? Je třeba si uvědomit, že pro pohodlné ukládání a vyjímání nádobí se doporučuje mít poslední polici ve výšce 185 cm. Basketbalisté si sice mohou dopřát nábytek poněkud vyšší, ale běžná populace by se tímto doporučením řídit měla.



Obr. 1, 2

Klopny, posuvná dvířka či tzv. křídla zvyšují bezpečnost v kuchyni

Obdobné pohodlí neboli volný přístup nabízejí žaluziová dvířka, jejichž čelní plochu tvoří „nerezové“ lamely korespondující se vzhledem spotřebičů, zejména elektrických a mikrovlnných trub. Nejde však o nerez, žaluzie jsou vyrobeny z plastické hmoty ABS – akrylonitrilbutadienstyrenu – extruzí. Dekor, v tomto případě tedy nerez, se pak pomocí tepla přenáší na nosný profil, který se nakonec upraví lakováním. Tak se vytvoří potřebný ochranný film. Žaluzie z plastu jsou zárukou, že se ve vlhkém prostředí, v kuchyni tak častém, nebudou nijak deformovat. To o dřevěných žaluziích samozřejmě tvrdit nelze.

Hlavně u architektů navrhujících kuchyňské sestavy bývají oblíbené skřínky, jejichž žaluzie sahají až k pracovní ploše. Tak se za nimi mohou skrýt malé domácí spotřebiče, třeba mixery, kávovary či toastery, takže je není třeba vůbec uklízet. Jsou připraveny k okamžitému použití, stačí jen povytáhnout žaluzii jako roletu u malého obchůdku. Elektrická zásuvka pak může být přímo uvnitř skřínky. Jinak se však úložné prostory z horních skříněk výrazně přesouvají do spodních. A to i díky využívání zásuvkových skříněk se šířkou 60, 80, 90 i 120 cm, které jsou vybaveny takzvanými plnovýsuvy. Zásuvku díky nim zcela vysuneme a máme ihned skvělý přehled o všem, co je zde uloženo.

Svým způsobem jsou proto úžasné i potravinové skříně vybavené výsuvnými regály s kovovými rámy. Po vyjetí regálu okamžitě víme, co ve spíži chybí.

Našemu pohodlí slouží i vestavné spotřebiče. Varné desky, myčky, ale také mikrovlnné trouby nebo chladničky – to vše se zabudovává do odpovídajících skříněk tak, aby byly vyloučeny všechny nežádoucí spáry, v nichž s takovou chutí mizí vše, od malých kávových lžiček až po nešťastně ukápnuté vzorky omáček či polévek. Stačí párkrát za rok uklízet za samostatně stojícím sporákem (manipulace s ním nebývá velká zábava) – a už nedáme dopustit na zapuštěnou varnou desku! A kdo podlehe tlaku časopisů o bydlení a pořídí si troubu ve výšce očí – tedy přesněji někde mezi pasem a očima – tomu se už také nebude chtít ohýbat páteř.

A ještě na něco nesmíme zapomenout – na závěsné programy, jež jsou už téměř automatickou součástí každé kuchyně. Kořenky, závěsné držáky na papír či lahve, krájecí prkénka, ale také nůžky na drůbež nebo nože – to vše se ponechává pověšené na háčcích pěkně po ruce a slouží jako přirozená dekorace kuchyně.

S ní ostatně souvisí celková proměna prostoru mezi spodními a horními skřínkami. Dříve téměř nenahraditelný keramický obklad střídá hliník, nerez, ale také mozaika, sklo nebo obkladové dřevěné desky se speciální úpravou.

Zatímco se však spousta věcí ponechává takřkajíc na odiv, jiné patří pod pokličku. To platí hlavně o odpadkových koších na tříděný odpad. Většinou se umísťují do skřínek s dřezem, případně do jeho těsné blízkosti. Často stačí jen otevřít dvířka a koše vyjedou ven. Vzhledem k oblíbě balených vod i značnému nárůstu plechových obalů (i nevratnosti mnohých skleněných) se staly koše na tříděný odpad důležitou součástí moderní domácnosti.

Tyto trendy, které s takovou chutí prezentují všechny časopisy o bydlení, však nelze úplně zobecňovat. Kuchyně v nových pražských vila-domech vypadají jinak než v panelových domech na severní Moravě nebo v severních Čechách (i když výjimky platí všude).

Je tedy lepší zůstat u osvědčených vzorů a přeplnit každý volný centimetr nábytkem? Rozhodně ne! Každá skříňka, pokud si ji pořídíme, se zaplní. Přemíra nábytku v kuchyních, kterou ospravedlňujeme nutností úložného prostoru, je nešvar, ne skutečná potřeba. A vyšší cena za zásuvky s plnovýsuvy? Pokud nahradíme třeba dvě až tři úzké spodní skřínky s klasickými dvířky za jednu s plnovýsuvy (mohou mít šířku až 120 cm), zaplatíme možná přibližně stejně. Přitom pohodlí je nesrovnatelně větší.

A na čem tedy při pořizování nové kuchyně trvat? Odborníci preferují tři věci. Na první místě by měla být dobrá dispozice včetně dodržení zásad ergonomie, s níž pomůže nejlépe architekt nebo zkušený pracovník kuchyňského studia. Druhé místo patří spotřebičům zařazeným do „áčkové“ kategorie ve spotřebě elektrické energie i vody, třetí příčku obsadily kvalitní pracovní desky. Právě

tip

Širší skříňka s plnovýsuvy stojí téměř stejně jako dvě úzké klasické, ale nabízí nesrovnatelně větší pohodlí.

ty totiž dokážou povýšit i standardně vybavenou kuchyň do jiné, až luxusní kategorie.

V souvislosti s pracovními deskami se ještě něco změnilo – jednotná výška přestala být dogma. Každá pracovní plocha si vynucuje svou vlastní výšku, aby lépe odpovídala vykonávané činnosti a hlavně lidem, kteří u ní pracují. Nejvýše se dostalo mycí centrum – tady najdeme výšku klidně kolem 105 cm, naopak varná plocha se posazuje níže, pod 78 cm. Důvod? Snadná manipulace s nádobím a rychlý přehled o tom, co se děje s krmí i na zadní plotýnce.

1.1 Co se změnilo

V nově stavěných bytových i rodinných domech se stále častěji navrhuji kuchyně spojené s dalším obytným prostorem, aby rodina mohla trávit čas společně. Ve starší zástavbě, hlavně v panelových domech, se při rekonstrukcích alespoň ruší příčky mezi kuchyní a obývacím pokojem, nebo jejich část. V této souvislosti je třeba poctivě přiznat, že kuchyně a její vybavení, zejména pokud jde o spotřebiče, převzaly reprezentativní úlohu, která byla dříve přisuzována obývacímu pokoji. A podoba kuchyní samotných? Zatímco ještě před pár lety byl největší zájem o různá rustikální provedení z masivu nebo byly přední plochy skříněk dokončeny fólií s takzvaným dřevinovým pórem a vylisovanými drážkami, aby byl vyvolán dojem masivního dřeva, dnes je největší zájem o jednoduché, hladké tvary dvířek, případně o rámové konstrukce s výplní z dubové spárovky. Důvod je jasný – snadnější údržba a hygiena. Proto se někteří zákazníci obávají i předních ploch z MDF desek dokončených polyuretanem do vysokého lesku. (Ten se sice objevuje v nabídce většiny světových výrobců, ale pak jde zpravidla o luxusní kuchyně. Jejich uživatelé mívají trochu jiný životní styl – a k dispozici často hospodyně.) Toto provedení odrazuje i vyšší cenou. To byl také důvod, proč největší tuzemský výrobce a prodejce kuchyní Koryna Koryčany předvedl v roce 2003 na brněnském mezinárodním veletrhu

nábytku a bytových doplňků MOBITEX poprvé u nás fólii, která svým lesklým vzhledem dokonale evokovala polyuretanové laky. Samozřejmě za mnohem příjemnější cenu.

Zájem o kuchyně s čelními dvířky z masivního dřeva je kolísavý. Levné verze, u nichž se používá měkké a často nedostatečně vysušené dřevo (borovice, smrk), nesou zpravidla po pár letech výrazné stopy po používání, kvalitní provedení zase znamená náročnější vstupní investici. Navíc se seriózní výrobci brání instalaci těchto kuchyní do nových staveb. Důvodem je vlhkost, která by mohla nábytek poškodit, a to i v případě, že by dřevo splňovalo všechny potřebné parametry (zpomalené vysychání, zpracování při vlhkosti 8 až 10 %, použití pouze kvalitního materiálu tříděného podle kresby i barvy). Pokud na masivu v takovém případě zákazník trvá, mohlo by se mu stát, že prodejce odmítne poskytnout záruku. Ovšem obrátit se pak v takovém případě na truhláře, který kuchyň z masivního dřeva vyrobí v domácí dílně, není nejšťastnější řešení. Drobný řemeslník či malá firma mívají jen těžko k dispozici dokonale vysušené dřevo, navíc často ve snaze ušetřit používají na zadní díly povrchově nedokončený materiál. Výsledek? Nábytek natáhne vlhkost, objeví se na něm nepříjemné spáry i další problémy.

pozor

Drobní řemeslníci někdy používají i méně kvalitní materiály a nedostatečně vysušené dřevo.

1.2 Volba materiálu

A jaký je tedy nejlepší materiál? Každý má své výhody i nevýhody. Kuchyně z lamina představují cenově nejnedostupnější nábytek. Povrch dřevotřískové desky je zde upraven lamináty, které tvoří hmota z několika vrstev. Svým způsobem jejich složení i názvy hodně připomínají „sendvič“ lamel plovoucí laminátové podlahy, a to nám také naznačuje, že bude takový nábytek odolný, snadno se bude udržovat a vydrží i poměrně nešetrné zacházení. Používané dvoumilimetrové, mírně zaoblené plastové hrany u dvířek z lamina, vyznačující se vysokou pevností, zaručují sice odolnost, ale přece jen bychom ji neměli zbytečně testovat!

Laminu se ovšem občas vyčítá to, že nepůsobí dostatečně draze. To však nemusí platit v případě použití provedení „pergamen“. To předvedla jako opět první Koryna na veletrhu MOBITEX v roce 2003. Opticky i hmatem totiž pergamen evokuje dřevěnou dýhu. A kdo tedy cenově nepřijatelnější lamino ocení nejvíce? Určitě mladí lidé s malými dětmi, ale také starší zákazníci, kteří už mívají horší motoriku a potřebují nábytek, který něco vydrží.

Další možnosti jsou kuchyně vyrobené z MDF desek, jejichž povrch je dokončen s pomocí PVC fólie. (MDF – jde o polotvrdé vláknité desky vyráběné takzvaným suchým způsobem z dřevních surovin, vlákna se spojují uspořádáním a aktivací lepivých složek ve vlastní hmotě s pomocí vysokých teplot a tlaků, někdy se pro zvýšení některých mechanických či fyzikálních vlastností přidávají do těchto desek pojiva či další přísady). Jednovrstvá fólie (používá se i výraz termoplast) bývá pro laika na první pohled k nerozeznání od dřevěné dýhy, už proto, že se na ni často používá právě desén dřevin. Povrch nábytku se velmi snadno udržuje. Přední plochy mohou být hladké, dokončené zalisováním v membránovém lisu fólií, nebo s vyfrézovaným plošným dekorem a opět upravené fólií. Tyto zdobné typy však výrazně ustupují.

Pro náročné zákazníky je určen nábytek z masivu, případně z masivu kombinovaného s dřevotřískovou deskou dokončenou dýhou, někdy se objevují i MDF desky upravené jako masiv. Klasický příklad představují „rámečková“ dvířka – rámeček je z masivního dřeva, výplň tvoří dřevotříska. Na dokončení povrchu se nejčastěji používají polyuretanové nebo akryluretanové laky, umožňující následně snadnou údržbu. Aby byly kuchyně z masivu ozdobou bytu, musí být vyrobeny pouze z dostatečně vyschlého dřeva. Zde se opravdu nevyplácí šetřit.

1.3 Soft, nebo post?

V souvislosti s kuchyňským nábytkem, zejména s pracovními deskami, se často používají výrazy jako softforming nebo postforming. Jde o technologie dokončování jednotlivých dílců.

Postforming je vlastně dodatečné tvarování, typické právě pro kuchyňské desky či pracovní stoly. Při postformingu se olepují dvě či více přilehlých (nebo i protilehlých) ploch jediným olepovacím materiálem, který se nenastavuje, například dekorativním laminátem, dekorační fólií či dokonce dřevěnou dýhou.

Softforming je takzvané měkké tvarování, kdy se hrany nábytkových dílců profilovaných do měkkých, zaoblených tvarů (soft) olepují obdobnými materiály jako v prvním případě.

1.4 Nové materiály, spotřebiče i možnosti

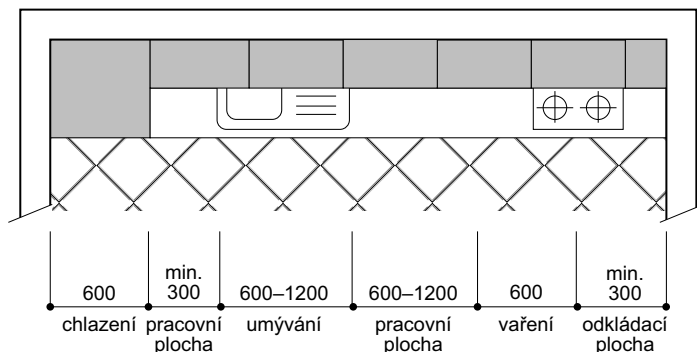
Doslova nepřeborná nabídka na trhu však vůbec neznamena, že by pořízení kuchyně bylo snazší. Naopak. Malá kuchyňská studia nabízejí jen svou produkci, což často znamená jen několik málo typů kuchyní, drobní výrobci si nemohou dovolit ani to, takže zákazníkovi prezentují třeba jen jedinou verzi kuchyně a na stolanu ukážou pár typů dvířek. Výjimkou nejsou ani případy, kdy je prodejna smluvně vázána na jediného výrobce spotřebičů nebo jediného velkoobchodního dodavatele. Řešení? Obracet se jen tam, kde je výběr dostatečně široký a kde je dodavatel schopen – a také ochoten – vyjít nám vstříc, a to i při nestandardních požadavcích. Těmi mohou být atypické rozměry skříněk, ale také spotřebiče od výrobce, s nimiž firma běžně nespolupracuje.

Dalším problémem je náš konzervativní přístup. Občas totiž nevědomky opakujeme dispoziční chyby původní kuchyně, podceňujeme bezpečnost i potřebu dostatečně velkého prostoru pro stolování. Právě tady nám může pomoci odborník. To však občas neradi slyšíme – a ještě méně rádi platíme. Představa, že musíme zaplatit architektovi několik tisíc korun (nebo studiu pár set, které se však v případě objednávky odečítají z konečné ceny) za návrh kuchyně, bývá často nepřijatelná. Výsledek? Chyby, které nás stojí mnohem víc.

2. Uspořádání kuchyně

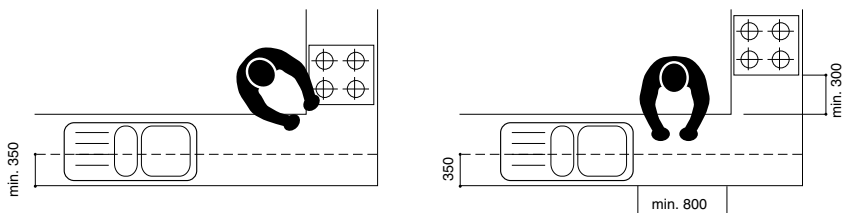
Sestavit jednotlivé skřínky kuchyňské linky můžeme samozřejmě zcela libovolně, ale asi bychom nebyli spokojeni. Existují určitá pravidla, která se vplatí respektovat.

- 1. Dodržet postupné řazení pracovních ploch.** Tedy od mycího centra (dřezu), přes přípravné až k varnému (sporák). Na začátku i na konci nesmíme zapomenout na odkladní plochy! Toto řazení odpovídá běžné přípravě jídla. Přineseme nákup, odložíme jej na pracovní desku (část dáme do ledničky či spíže), pak můžeme začít s omýváním a čištěním. Poté na ploše, která by měla mít alespoň 80 cm (minimum je 60 cm), je možné připravovat jídlo. A nakonec dáme vše vařit či péci.
- 2. Umístění chladničky.** Protože jde většinou o spotřebič značných rozměrů, umístíme ji nejlépe pěkně v rohu. Často si vedle ní řadíme takzvaný technický blok neboli skříňku s vestavnou



Uspořádání prací při rovném provedení kuchyně (nelze-li jinak)

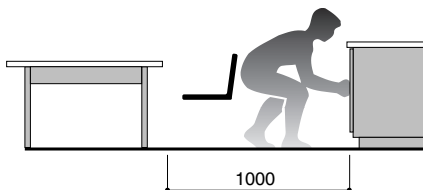
Obr. 3



Obr. 4, 5

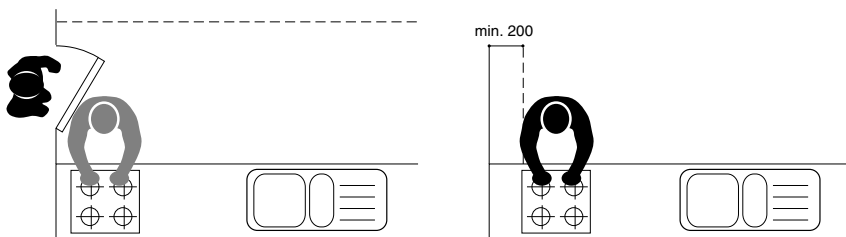
4 / Nesprávné umístění varné desky, při kterém může snadno dojít k úrazu

5 / Umístění varné desky a dřezu v rohové sestavě



Obr. 6

6 / Minimální rozměr mezi stolem a kuchyňským nábytkem



Obr. 7, 8

7 / Umístění varné desky a pečicí trouby – chybné provedení; dveře příliš blízko kuchyňské linky

8 / Správné umístění varné desky, odstup dveří od kuchyňské linky min. 200 mm

pečicí troubou v úrovni mezi pasem a očima (dno trouby tak bývá ve výšce asi 115 cm), nad pečicí pak může být trouba mikrovlnná.

- 3. Všechny výšky v kuchyni by měly odpovídat tomu, kdo zde pracuje nejčastěji.** Třeba dno dřezu patří do takové výšky, abychom na něj mohli volně položit obrácené dlaně. Jakmile se budeme muset ohýbat, třeba jen o 20°, budou nás za chvíli bolet záda. Je to ten nejlepší způsob, jak si znechutit mytí nádobí. Dodržení vhodných výšek platí jak u pracovních ploch, tak u horních skříněk. Jak již bylo řečeno, nejvyšší police by neměla být výše než 185 cm od podlahy. V této souvislosti se často používá výraz **ergonomie**. Jde o souhrn poznatků z antropologie, psychologie i biologie, jež se zabývají vztahem lidí a jejich okolí, především vybavení, které používáme v bytě či na pracovišti. Nad ergonomií bychom neměli jen tak mávnout rukou. Řeší pro nás dvě velmi důležité věci – pohodlí a bezpečnost v kuchyni.

Při součtu šířek všech pracovních ploch můžeme mít pocit, že vaření a mytí nádobí je během na dlouhou vzdálenost. Aby tomu tak nebylo, je ideální řazení linky do tvaru písmene L nebo U. Takzvané dvojřadové uspořádání, kdy máme nábytek po obou stranách, je také poměrně výhodné, což se o jednořadém, tak typickém pro panelákové kuchyně, opravdu říci nelze. Jenže! Tato varianta vyžaduje šířku kuchyně alespoň 240 cm. Není-li takový rozměr k dispozici, měli bychom se pokusit alespoň o provedení ve tvaru L.

Architekti pro to mají pádné důvody – je potřeba zkrátit přecházení od jedné pracovní zóny ke druhé, a to plynule, bez nesmyslného a namáhavého odbíhání k chladničce či ke dřezu. A k tomu je navíc třeba dostatečný prostor pro pohyb, abychom si v kuchyni nepřipadali po příchodu rodiny jako v přeplněném vagónu metra.

Ale úplně na začátku musíme vyřešit umístění kuchyně. Pokud si stavíme rodinný dům, měli bychom respektovat doporučení, že kuchyně má být orientována na severozápad nebo severovýchod, výhled z oken má směřovat na vstupní vrátka a zároveň k hracímu koutku pro děti, zejména jsou-li malé.

tip

Kuchyň by měla být orientována na severozápad či severovýchod.