

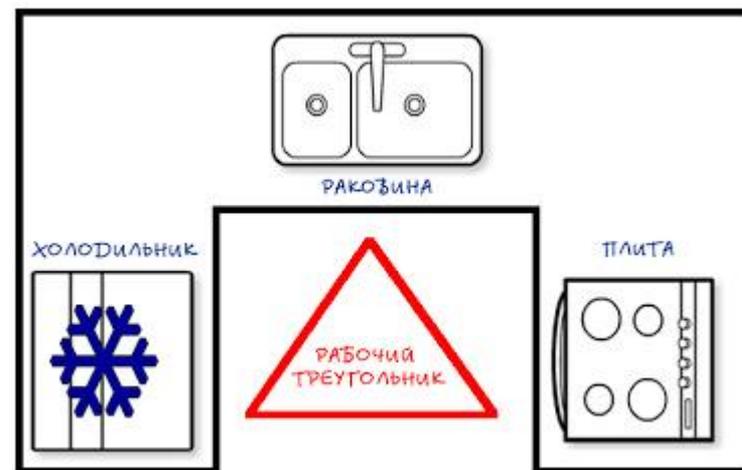
# **РАБОЧИЙ ТРЕУГОЛЬНИК НА КУХНЕ**

**ИГРАЕМ ПО ПРАВИЛАМ**

# ПРАВИЛА ЭРГОНОМИКИ КУХНИ-9 ВАЖНЫХ БАЗОВЫХ ПРИНЦИПОВ

□ Независимо от того, как часто мы готовим и сколько проводим на кухне времени, алгоритм действий у всех одинаковый: достать морковку из холодильника, помыть в мойке и пожарить на плите: (рисунок)

□ Но так как движения наши не линейны и двигаемся мы больше «туда-сюда», то ученые разработали понятие рабочего треугольника. Во главе каждой вершины стоят – холодильник, мойка и плита. Жизнь кипит между ними или внутри этого треугольника. Принципы, по которым взаимосвязаны холодильник, мойка и плита – основа правила рабочего треугольника.



# История правила:

Концепция треугольника для работы на кухне была разработана в 1940-х годах в США в Университете Архитектуры штата Иллинойс. Впервые термин «рабочий треугольник» встречается в исследовательской работе «Small Homes Council-Building Research Council». Исследовательский центр работал в те времена над важными вопросами из области домостроения:

- Как эффективнее спроектировать и построить маленькие дома?
- Как люди используют различные виды пространств внутри дома?
- Какие виды строительных и производственных технологий работают хорошо, а какие нет?
- Какую роль играют планирование, зонирование и дизайн интерьера?
- и многие другие вопросы...

Впоследствии «Правило» вошло в пятитомник «Принципы планирования кухонного пространства, подготовленный для «the American Institute of Kitchen Dealer», сегодня известная американская ассоциация носит наименование the National Kitchen & Bath Association **NKBA**.



# Основные принципы правила рабочего треугольника:

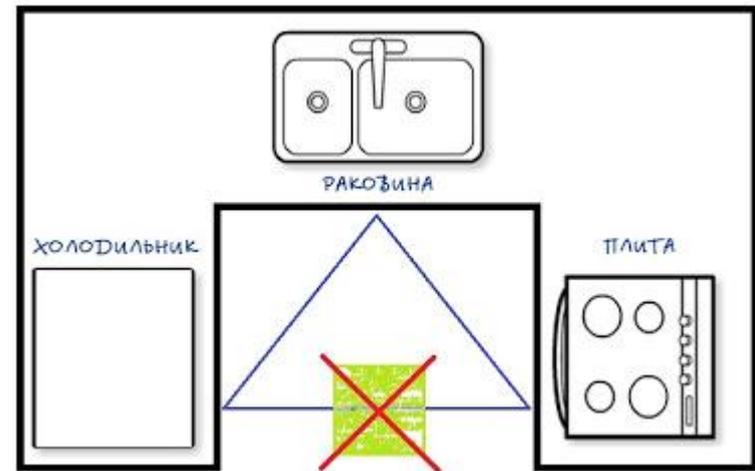
## РАССТОЯНИЯ МЕЖДУ ВЕРШИНАМИ

Стороны треугольника – это пути между рабочими центрами. От расстояния между холодильником, мойкой и плитой зависит удобство и эффективность работы на кухне.

Расстояние между вершинами треугольника не должны быть менее 1,2 м или более 2,7 м.

Сумма всех сторон треугольника должна быть в пределах 4 – 8 метров.

Никаких больших препятствий на сторонах треугольника не должно встречаться.



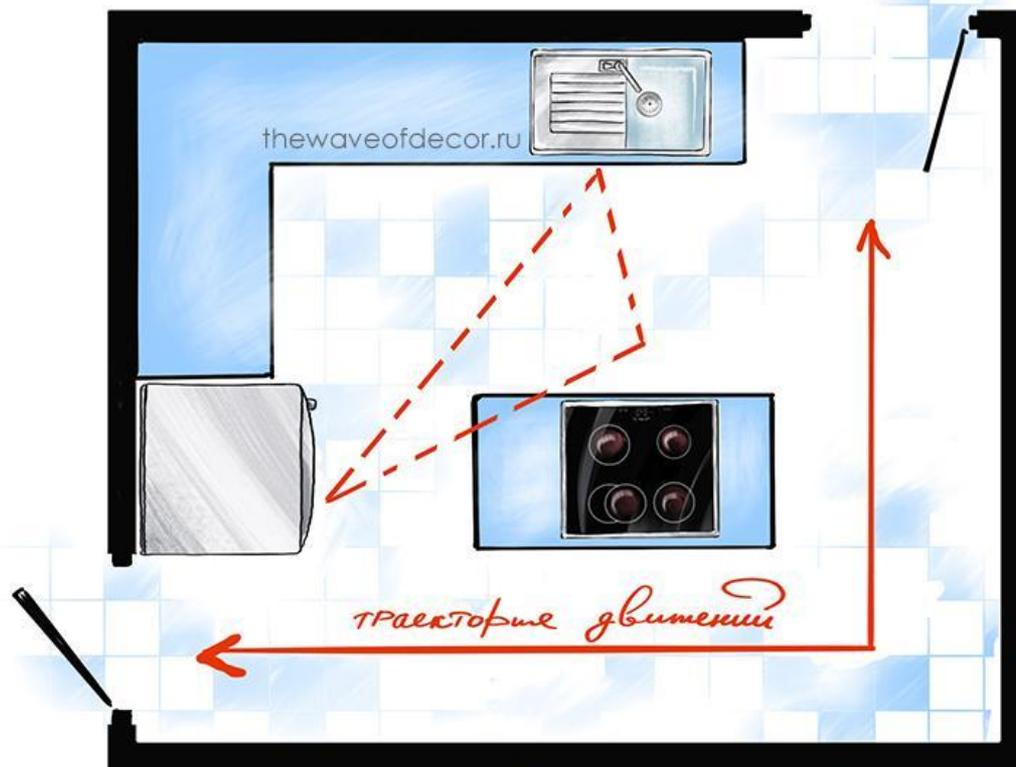
## 2. УСТРАИВАЕМ ПРОСТРАНСТВО ВНУТРИ ТРЕУГОЛЬНИКА



Остров или полуостров на кухне не должен пересекать путь следования между рабочими центрами более чем на 30 см.

Организируйте кухню таким образом, чтобы она не была проходной. Если по-иному не получается, старайтесь основные пути движения человека сделать максимально безопасно. Смотрите иллюстрацию – кухня проходная, однако отделена от траекторий движения островом.

---



*Эргономика на кухне*

---



Ширина прохода между кухонной мебелью не должна быть меньше **110 см** (42 дюйма) – если на кухне работает 1 человек и **120 см** (48 дюймов) если работает более одного человека. По опыту могу сказать, что можно сократить расстояние до 1 метра, но тщательно взвесить все. Проверить пересечение дверей шкафов. Продумать передвижение домочадцев.

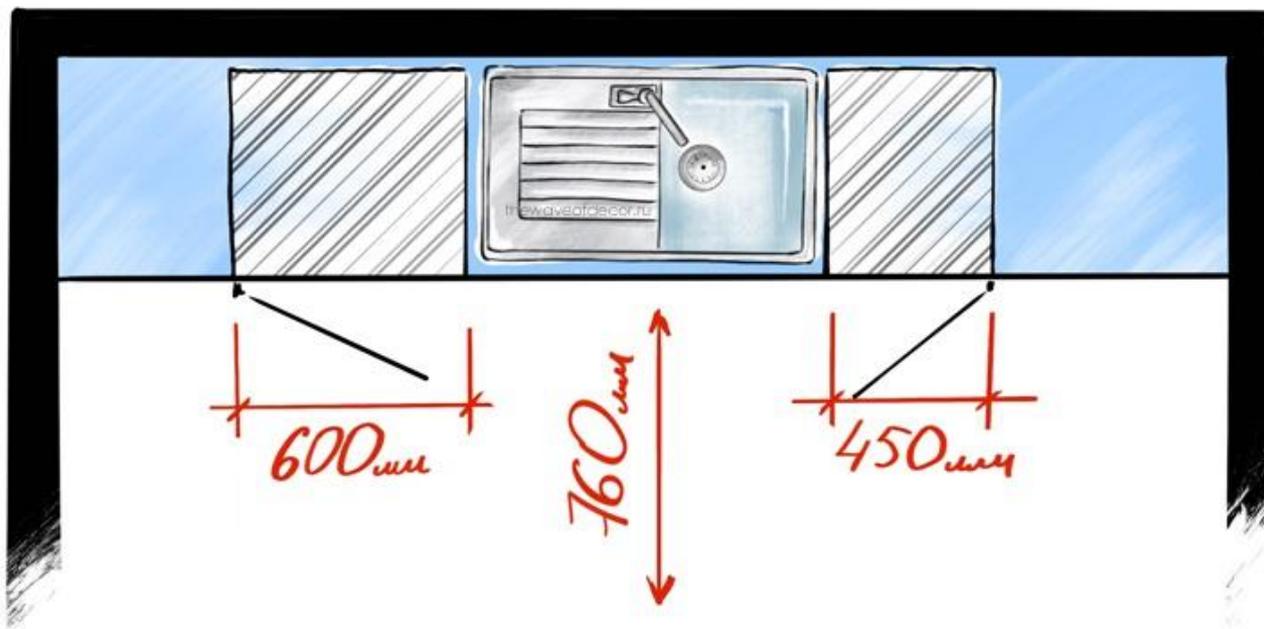
---

### Эргономика на кухне



Раковина на кухне должна иметь с обеих сторон чистые рабочие поверхности не менее **45** см. Сократить можно, но не советую. В быту все равно требуется и посуду помыть руками, и фрукты, овощи. Сушилка или полотенце должны будут находиться рядом с раковиной. И надо учесть их размер. Например, сушилка для посуды от Икеа достаточно большая.

---



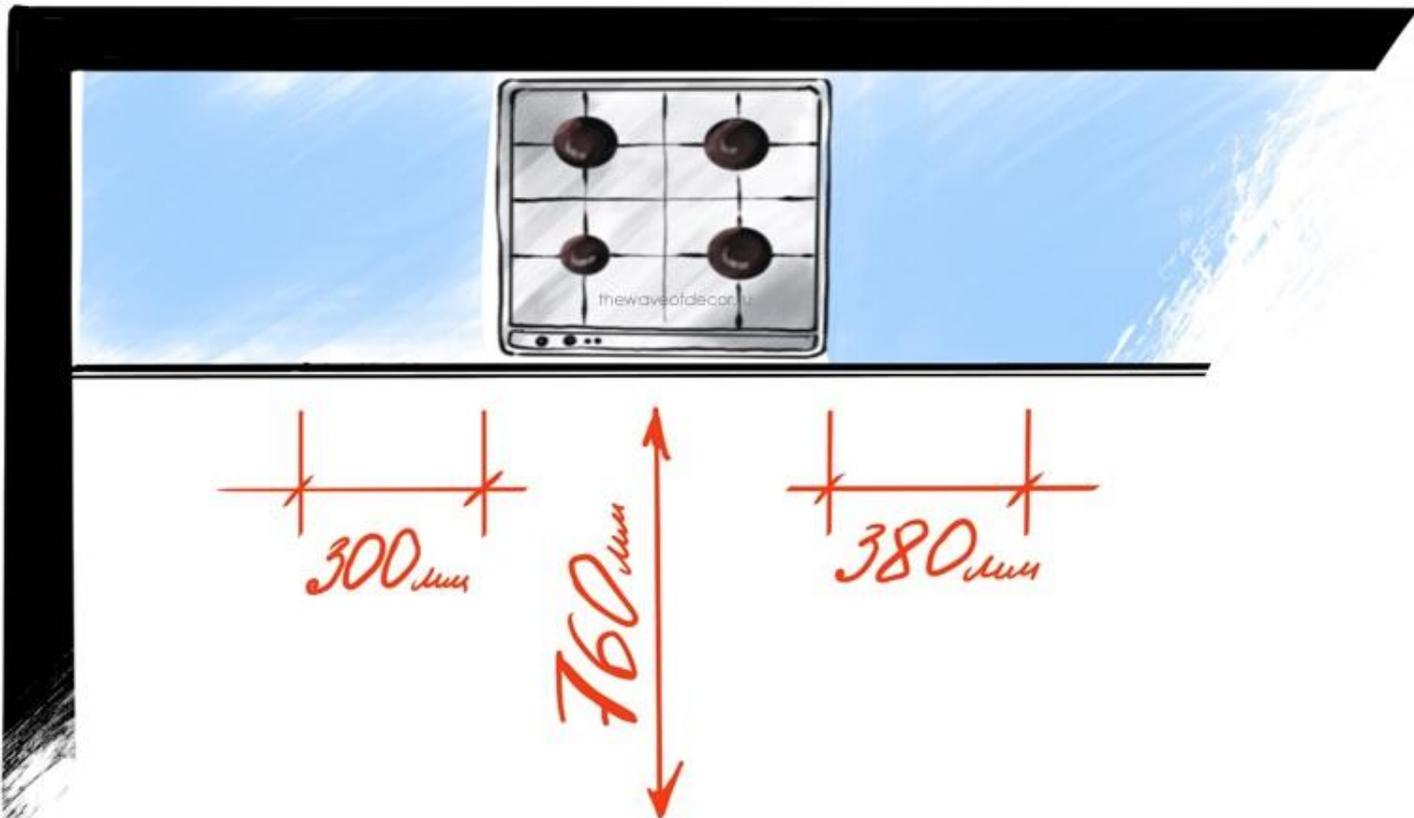
Холодильник должен свободно открываться и не иметь препятствия перед собой. Особенно если размещаете остров напротив холодильника – учитывайте расстояния для свободного открывания дверцы.

---



Плита на кухне должна иметь с обеих сторон чистые рабочие поверхности не менее 30 см с каждой стороны. Помним про горячую сковородку или кастрюлю, которые надо срочно убрать с плиты.

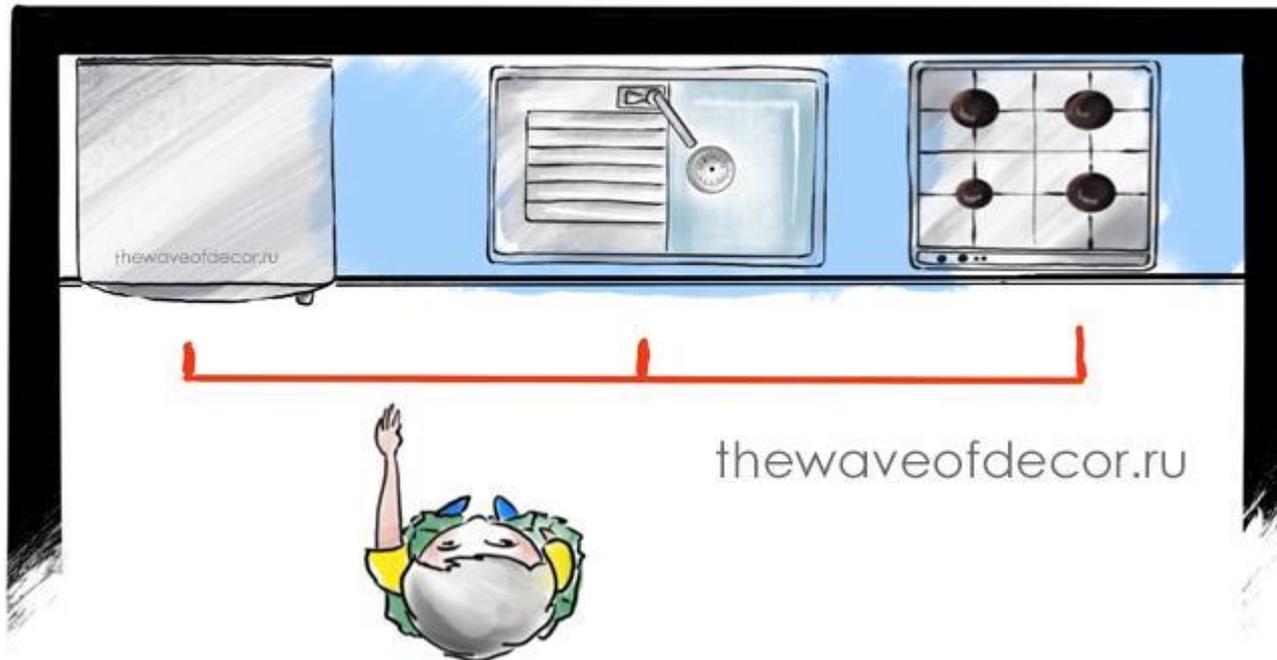
---



Рабочая поверхность должна быть непрерывной. Оптимально основную поверхность для работы расположить между мойкой и плитой. Удобные размеры: 80-90 см в длину и 60 см в глубину. В последнее время принято увеличивать глубину рабочей поверхности до 75-80 см.

### 3. ЛИНЕЙНАЯ КУХНЯ И РАБОЧИЙ ТРЕУГОЛЬНИК

#### *Эргономика на кухне*



Если рассуждать с точки зрения геометрической фигуры, то да – треугольника в линейной кухне нет.

Если рассуждать логично и вспомнить, что: морковь вытащил из холодильника, помыл и пожарил, то все встаёт на свои места.

В линейной кухне, главное, соблюсти расположение предметов друг за другом: холодильник, мойка, плита и расстояния между ними.

---

□ В линейных кухнях две проблемы: или слишком длинная или слишком маленькая. Мой любимый вариант 3,6-4 метра. Тогда все расстояния можно сделать максимально комфортно. Если ваша кухня больше 4 метров не делайте рабочую поверхность 2 метра длиной. Лишние шаги не нужны.

□ А если кухня получается компактной, то обратите внимание на габариты плиты и мойки. Холодильник редко можно заменить на узкую модель, а вот плиту домино рассмотреть стоит обязательно, чтобы сохранить минимальную рабочую поверхность для удобства.



## 4. ОЧЕНЬ МАЛЕНЬКАЯ КУХНЯ И РАБОЧИЙ ТРЕУГОЛЬНИК

---

- ▣ Это тот самый случай, когда на кухне 4-5 кв метров можно забыть про треугольник.
- ▣ На маленькой площади крутимся вокруг своей оси обычно. Там километры негде наматывать. Часто даже холодильник некуда ставить, приходится место ему искать в других углах квартиры.
- ▣ Так что если сейчас вы думаете как все разместить правильно, как уместить все, что надо на кухне и при этом пространство очень скромное, то смело забывайте о треугольнике, но старайтесь всё-таки не ставить плиту вплотную с мойкой. И создайте хотя бы минимальную удобную рабочую поверхность.



- С 40х годов прошлого века много воды утекло. И может показаться, что концепция устарела.
- В 90х годах **НКВА** доработала правила и предложила концепцию, которая уже учитывает большие площади частных кухонь, и дополнительное оборудование, которое прочно вошло в нашу жизнь.

