

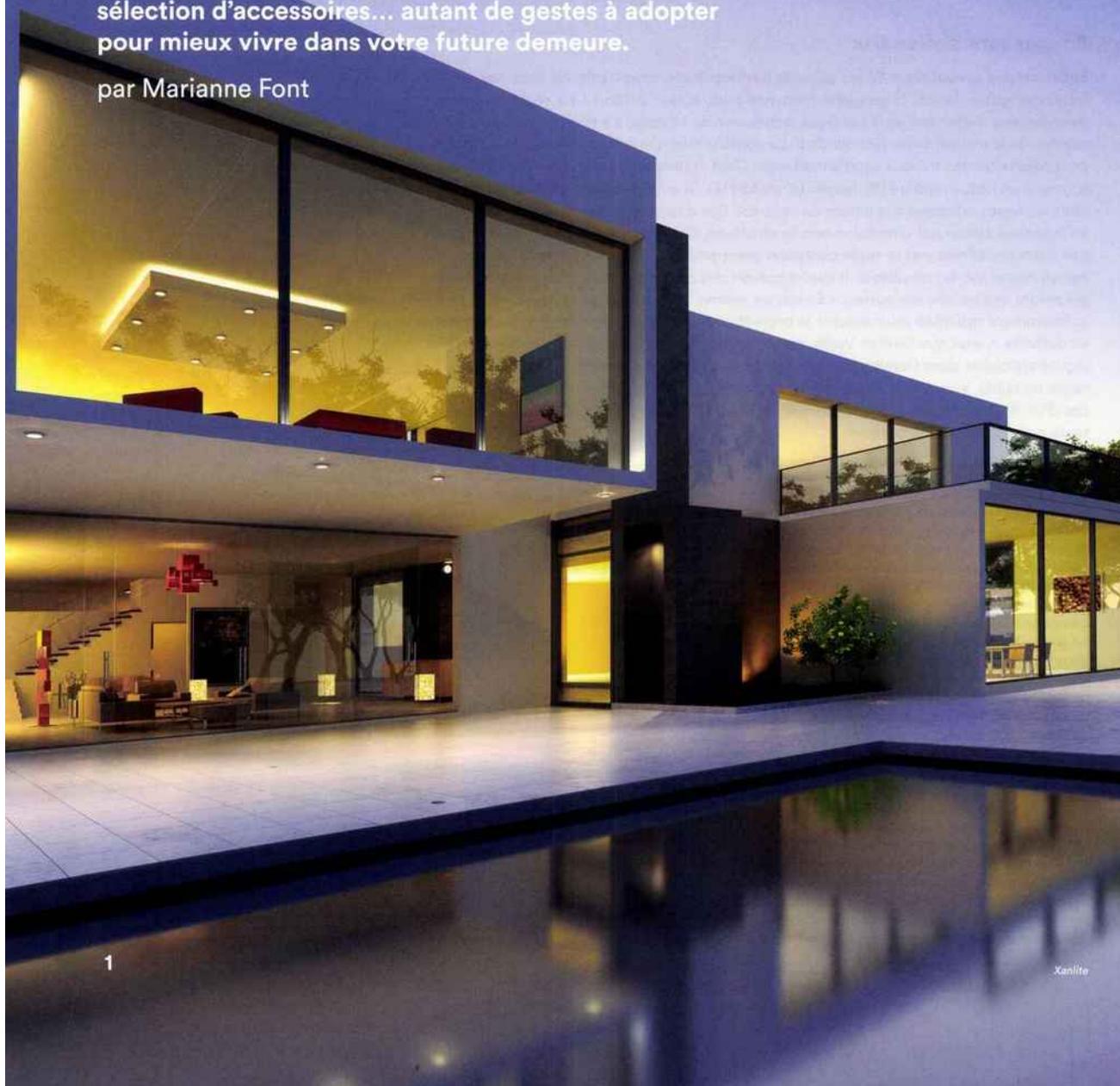


ÉQUIPEMENT

Une maison bien éclairée

Secondaire la lumière dans une maison ? Détrompez-vous, vos choix en matière d'éclairage se révèlent au contraire primordiaux. Orientation des ouvertures, emplacement des prises, sélection d'accessoires... autant de gestes à adopter pour mieux vivre dans votre future demeure.

par Marianne Font



1

Xanlite



1. Dans une maison, la diversité des luminaires vous garantit différentes ambiances adaptées à vos besoins.
www.xanlite-store.com

2. Dans le salon, il est recommandé de multiplier les sources de lumière pour varier les ambiances.
www.keria.com
www.laurielumiere.com

3. Dans une chambre, préférez une lumière douce pour la soirée.
www.owen.fr

4. Pour choisir une ampoule ou un luminaire, il faut désormais se fier au lumen.
studio.sammode.com

Les jours raccourcissent. Le soleil se fait plus discret. Pas de doute, l'automne est bien installé et l'hiver pointera le bout de son nez dans quelques semaines. Une grisaille hivernale souvent mal vécue par beaucoup de Français. Saviez-vous qu'il existe une solution toute simple pour éviter cette déprime saisonnière ? Tout miser sur la lumière dans votre intérieur ! Les Français restent nombreux à négliger cette dimension dans leur maison, se privant au passage d'une source de confort et de bien-être. « *Dans une construction neuve, les apports en lumière naturelle doivent être optimisés pour en profiter le plus longtemps possible toute l'année* », recommande Alexi Hervé, fondateur d'Espaciel, leader des réflecteurs d'éclairage naturel. « *Le plan de l'éclairage électrique devra être étudié en amont pour correspondre aux réels besoins des habitants* », insiste Sébastien Tortu, co-fondateur d'Owen, marque française de luminaires innovants lancée en 2021. Gros plan sur ces gestes qui favorisent la lumière.

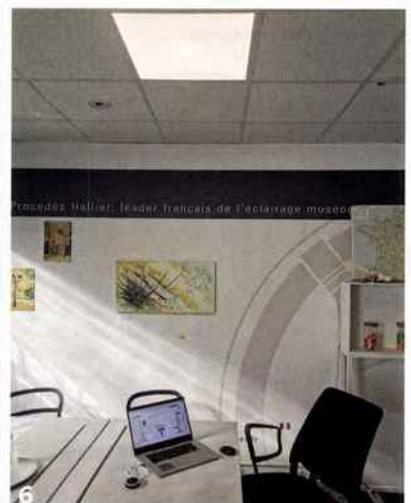
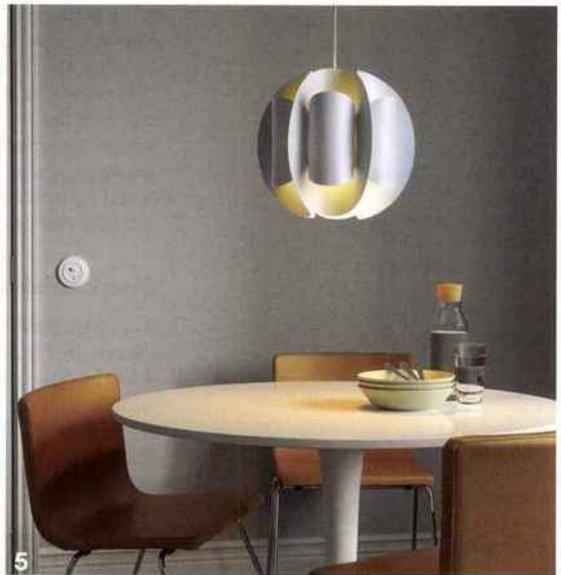
Bien choisir son ampoule

Avec la disparition des ampoules à filament, des halogènes et même des lampes fluocompactes, c'est toute notre vision de l'éclairage qui a été modifiée. Ne reste plus aujourd'hui sur le marché que les fameuses ampoules à led. Privilégiées grâce à leur faible consommation d'énergie (- 80 % par rapport à un modèle à incandescence) et leur durabilité dans le temps (x 10), elles ne proposent pas le même type de lumière. Apprenez à déchiffrer les étiquettes.

Nouvel indice > Pour connaître la puissance d'éclairage d'une ampoule led, il faut désormais se fier au lumen (lm) et non plus aux watts comme auparavant. Le lumen renvoie à l'intensité lumineuse et évidemment plus cette valeur est élevée plus votre ampoule offrira une lumière importante. Dans une chambre ou un salon, pour un éclairage principal, optez pour 100 lm/m². Dans des pièces comme la cuisine ou la salle de bains, comptez plutôt sur 300 lm/m².

Température de couleur > En matière de qualité de lumière, un autre critère apparaît comme important : le kelvin (k) qui permet de connaître la température de couleur. En France, le grand public a accès le plus souvent à des modèles affichant 2 700 k qui créent une lumière très jaune ou 4 000 k qui produisent une lumière plutôt bleue. La lumière neutre plus blanche concerne des valeurs entre 3 300 et 5 300 k. Retenez que plus la lumière est chaude plus vous obtiendrez une ambiance relaxante. Dans les zones de travail, privilégiez une lumière blanche ou bleue.

IRC > Pour percevoir les couleurs comme à la lumière du jour, il faut se fier à l'indice de rendu des couleurs, sur 100. « *Nous avons mis au point nos propres ampoules led, qui possède un IRC de 90, soit assez proche de la lumière du jour. Cela permet de profiter au mieux de la réalité des couleurs, mais aussi des matières que l'on a choisies pour sa décoration* », détaille Sébastien Tortu. Sachez également que certains fabricants proposent des ampoules permettant de changer la température de couleur en fonction de ses besoins.





Vie et Veranda

1. Si vous souhaitez une ambiance chaleureuse, misez sur des ampoules à la lumière jaune. www.lightonline.fr
2. Le réflecteur permet de faire rentrer plus de lumière dans votre maison. www.espaciel.com
3. Les fenêtres de toit constituent une excellente solution pour laisser entrer la lumière du jour. www.velux.fr
4. Dans une maison neuve, les apports en lumière naturelle doivent être optimisés. www.vie-veranda.com
5. L'indice de rendu des couleurs est une indication importante pour choisir ses ampoules. www.ikea.fr
6. Les luminaires Lifi pourraient bien remplacer le wi-fi. uk.lifx.com

Disposer ses luminaires au bon endroit

« La lumière reste le plus souvent considérée de nos jours d'un point de vue purement décoratif. C'est une erreur, car même si un luminaire répond à des critères graphiques, sa vocation principale doit être de vous proposer l'éclairage dont vous avez besoin », estime Sébastien Tortu. Dans votre maison, l'emplacement des luminaires ne doit pas être guidé par votre sens du design, mais avant tout par vos besoins en matière de lumière. Où le poser ? À quelle hauteur ? Quelle largeur de faisceau ? Les réponses varient en fonction des pièces de la maison.

Dans le salon > Dans la pièce à vivre principale de votre habitation, la lumière doit s'inviter dans tous les recoins. Et pour cause : pour lire, dîner avec des amis ou regarder un film, vos besoins en éclairage ne seront pas les mêmes. Premier réflexe dans le salon : multiplier les sources lumineuses. Le plafonnier se réserve une place de choix dans la salle à manger, mais a tendance à disparaître dans la partie séjour. On y préfère les lampes à poser pour une ambiance cosy en fin de soirée. Pour regarder la télévision, le noir complet est à proscrire. Une applique discrète derrière la télévision reposera vos yeux. « Je recommande une cohérence dans les faisceaux lumineux et dans l'indice des couleurs dans une même pièce, sinon le rendu lumineux sera assez désagréable », note Sébastien Tortu.

Dans la chambre > La priorité dans cette pièce plus intime ? Concevoir un espace confortable et protégé. Le défi apparaît comme double dans cette alcôve. D'un côté, vous devez disposer d'une lumière suffisamment dynamique pour vous lever le matin et de l'autre pouvoir créer une ambiance douce et relaxante pour la fin de journée. Oubliez le plafonnier central et préférez des appliques murales à placer au-dessus du lit ou une jolie lampe à poser directement accessible. Pour les lecteurs assidus, la liseuse à tête inclinable se révèle à l'usage pratique et discrète. L'idéal reste d'installer des luminaires avec des variateurs pour jouer sur la luminosité selon le moment de la journée : énergique le matin et tamisée le soir. Pour aller encore plus loin, misez sur des solutions connectées capables de créer différentes ambiances. Et le tout programmable à distance sur un smartphone.

Dans la cuisine > Pas de bons petits plats, sans lumière ! Dans cette pièce où la précision est de mise (découper, ciseler, cuire...), l'éclairage se doit d'être d'abord fonctionnel. Le plan de travail, l'évier et les plaques de cuisson doivent profiter d'un éclairage direct. Les spots intégrés dans le meuble du haut remplissent parfaitement cette mission. Pour autant, les cuisines ont également une dimension plus conviviale, surtout lorsqu'elles donnent directement sur le salon. L'îlot central ou le coin repas, espace que la famille et les amis aiment à investir, méritent un éclairage plus doux. Le mieux ? Ajouter quelques suspensions design équipées d'ampoules à la lumière jaune plus chaleureuse.

CONNAISSEZ-VOUS LE LIFI ?

Ces quatre lettres ne vous disent sûrement rien et pourtant elles s'apprêtent à révolutionner le marché. Comment ? Tout simplement parce que le Lifi pourrait bien être le nouveau wi-fi. En mieux. Cette technologie de communication par la lumière bidirectionnelle et haut débit ne manque pas d'atouts. Elle permet des connexions sans fils, sans ondes radio et sans interférences, réduisant ainsi les risques pour notre santé. Très simple à installer et à utiliser, le Lifi est intégré directement dans un luminaire, il permet des connexions à internet sécurisées autour du cône lumineux. La publication prochaine d'un standard Lifi devrait accélérer le recours à cette nouvelle technique. La marque Lucibel, pionnière sur ce procédé, vient de commercialiser la troisième génération de luminaires Lifi conçus pour être encore plus design et épurés. Et surtout une performance accrue. Lucipanel Lifi bénéficie d'un débit de 100 Mbps (méga-bit par seconde), soit deux fois supérieurs aux luminaires précédents.



Optimiser la lumière naturelle

Saviez-vous qu'un logement sur cinq est orienté au nord ?* Le déficit de lumière naturelle pour les occupants de ces habitations a de réelles implications sur leur bien-être. Ainsi il a été prouvé que la lumière naturelle influe sur notre moral et notre santé : elle booste notre bonne humeur, diminue les maux de tête en fin de journée, constitue un antistress naturel et respecte notre rythme biologique. Elle aide également à fixer la vitamine D dans notre organisme, ce qui favorise le bon fonctionnement de notre système immunitaire. « *Après les longs mois de confinement, les Français ont eu le temps de mesurer ce manque de luminosité chez eux. Ils sont nombreux à vouloir améliorer ce paramètre* », note Alexi Hervé.

Bien orientée > En maison neuve, le premier réflexe du constructeur doit être de prendre en compte l'orientation de votre terrain afin de tirer au mieux parti de la course du soleil. L'implantation de la maison, en conformité avec la dernière réglementation environnementale RE 2020, devra tenir compte de ces paramètres. Le but ? Favoriser les entrées de lumière naturelle quelle que soit la saison. La nouvelle loi prévoit également que les occupants disposent, dans au moins une des pièces de vie, d'une vue sur l'extérieur qui leur permet de voir le ciel et l'horizon. « *C'est un élément essentiel pour permettre aux individus de rester connectés avec l'extérieur, la nature et d'ouvrir son champ de vision* », souligne Alexi Hervé.

Des équipements adéquats > Pour faire entrer la lumière, la taille et le nombre de surfaces vitrées dans la maison a beaucoup augmenté. Selon la loi, elle doit être supérieure ou égale à 1/6 de la surface totale. Pour atteindre, cet objectif, tous les moyens sont bons. Les baies vitrées se déclinent en format XXL, les profilés des menuiseries deviennent ultrafins pour laisser plus de place à la partie vitrée, les fenêtres de toit se transforment en verrière, les portes vitrées deviennent tendance et certains ajoutent même des puits de lumière pour maximiser la luminosité intérieure.

Et le réflecteur ? > Un nouvel équipement malin et performant vient de s'ajouter à cette liste. Les réflecteurs qui s'installent partout où vous en avez besoin. Comment ça fonctionne ? Il s'agit d'un miroir à placer devant les ouvertures pour capter la lumière naturelle. « *Le réflecteur ne réfléchit pas uniquement la lumière du soleil, mais aussi la clarté du ciel* », explique Alexi Hervé. Le matériau qui constitue le réflecteur, mélange d'inox, d'aluminium et de céramique, permet de transmettre 30 % de lumière en plus qu'un miroir traditionnel. Selon vos besoins, vous trouverez différents modèles, à clipser sur une fenêtre, à poser au fond du jardin ou sur un mur. Sachez qu'un réflecteur intelligent couplé à un panneau solaire est désormais disponible. Son petite plus ? Vous n'avez rien à faire, il suit tout seul les rayons du soleil •

*Solen

DÉSINFECTER AVEC LA LUMIÈRE

La lumière joue sur notre bien-être, mais saviez-vous que bien utilisée, elle pouvait également avoir un impact sanitaire ?

Lifx Clean est une ampoule connectée révolutionnaire.

Elle fonctionne avec une lumière HEV puissante et antibactérienne.

Elle se révèle ainsi capable d'éliminer germes et bactéries à l'intérieur

de votre maison, le tout entièrement sans UV. Pour désinfecter

un objet ou une surface, placez-les simplement sous cette lampe

pour une efficacité à 90 %. En la programmant, vous pouvez

également nettoyer de manière automatique toutes les pièces

de la maison. Lifx, 79,99 €, uk.lifx.com

1. Les nouvelles normes imposent des surfaces vitrées plus importantes.
www.solabaie.fr

2. La disposition des luminaires dans une pièce reste essentielle, surtout pour éviter les zones sombres.
www.nedgis.com

3. L'éclairage dans une cuisine doit être suffisamment puissant pour vous permettre de réaliser des tâches précises.
www.mobalpa.fr

4. Pour votre confort au quotidien, l'éclairage doit être pensé bien en amont dans votre projet de maison neuve.
www.keria.com,
www.laurielumiere.com

5. Cette ampoule connectée vous débarrasse des bactéries et des germes.
uk.lifx.com

