

## Tölur vegna lýsingarhönnunar

Hér er tafla sem sýnir viðmiðunargildi fyrir birtu (mælt í lúx) í helstu herbergjum heimilisins. Gildin byggja annars vegar á ráðleggingum Vinnueftirlitsins um lýsingu í íbúðarhúsum og almennum rýmum, og hins vegar á evrópskum stöðlum um innilýsingu.

Mjög algengt er að miða við tvær tölur í heimahúsum: **Almenna birtu** (lýsingin í rýminu sjálfu) og **staðbundna birtu / vinnubirtu** (t.d. beint undir lestrarlampa eða á eldhúsbekk).

Herbergi	Almenn birta (lúx)	Staðbundin / vinnubirta (lúx)	Viðmið og athugasemdir úr heimildum
Eldhús	200	500 - 750	500 lúx er æskilegt við matseld og uppþvott (á eldhúsbekkjum) en 200 lúx duga sem almenn birta í rýminu.
Skrifstofa	200	500 - 750	Fyrir lestur, skriftir og vinnu við tölvuskjá er mælt með 500 lúx á vinnuborðinu til að koma í veg fyrir sjónþreytu.
Þvottahús	200	300 - 500	Mælt er með 300 lúx við þvottastörf, straujun og frágang á fötum.
Stofa	100 - 200	500	200 lúx duga vel fyrir almenna dvöl og tómsundur. Þó þarf 500 lúx staðbundið þar sem setið er við lestur eða handavinnu.
Borðstofa	150 - 200	-	Hér er oftast verið að skapa notalegt andrúmsloft og því dugur svipuð birta og í almennum dvalarrýmum eða veitingasölum (um 150-200 lúx).
Svefnherbergi	100	300	Almenn birta getur verið lág til að halda rýminu róandi. Bandarískir staðlar (fyrir íbúðarhúsnæði) mæla þó með 300 lúx fyrir sjónverkefni, svo sem við lestrarlampa við rúmið.
Hjónaherbergi	100	300	Sama gildir hér og um almenn svefnherbergi; mjúk almenn birta en góðir lestrarlampar sem gefa um 300 lúx.
Baðherbergi	200	300	200 lúx er almennt viðmið fyrir snyrtingar og baðherbergi. Mælt er með að hafa 300 lúx við spegil (mælt á lóðréttan flöt við andlit) til að auðvelda snyrtingu og rakstur.
Forstofa (Andyri)	200	-	Mælt er með 200 lúx í andyrum til að skapa góð umskipti og aðlögun milli dagsbirtu og innilýsingar.
Gangur	200	-	Fyrir ganga og umferðarrými innanhúss er 200 lúx hæfilegt viðmið.
Geymsla	100	200	Fyrir kjallara-geymslur og rými þar sem engin stöðug vinna fer fram dugur oftast 100 lúx, en meira ef finna þarf smáhluti eða lesa á kassa.

### Gott að hafa í huga við hönnunina:

- **Litaendurgjöf (Ra/CRI):** Á heimilum (t.d. í eldhúsi, stofu og við spegla) skiptir miklu máli að velja perur með háa litaendurgjöf. Mælt er með að nota LED perur sem hafa að minnsta kosti Ra >80, en helst Ra >90 í eldhúsi og baðherbergi, svo að matur og húðlitir líti sem eðlilegast út.
- **Aldur heimilisfólks:** Þörfin fyrir birtu eykst mjög mikið með aldrinum. Sextugur einstaklingur þarf til dæmis margfalt sterkari birtu við lestur en fertugur. Þess vegna er mjög sniðugt að vera með ljósadeyfa (dimmera) á heimilinu til að geta stillt birtuna eftir þörfum hvers og eins.