

H.O.M.E.

Habite et Optimise Mon Espace



Les 10 principes à respecter pour une cuisine fonctionnelle

Lorsque vous allez aborder le côté fonctionnel de votre projet, vous entendrez souvent parler, en allant voir des cuisinistes, du « triangle d'activité » : concept des années 50 prétendant que la fonctionnalité d'une cuisine s'étudie sur 3 points: le stockage, le lavage, la cuisson...

Un détail a juste été oublié... le point principal d'activité en fait : LA PREPARATION !!!!

Et oui à l'époque Madame était sensée sauter de joie à l'idée d'avoir un réfrigérateur et une gazinière, alors pourquoi lui offrir un plan de préparation? La table de la cuisine, c'est très bien non ? NON ! Pourtant, en surfant sur internet aujourd'hui, on se rend compte que 90% des cuisinistes utilisent encore ce concept pour mettre en avant l'ergonomie de leurs cuisines !

Désormais parlez plutôt, pour faire professionnel, de « losange d'activités » : alors c'est quoi ce point en plus sur lequel une minorité commence enfin à se pencher, pour parler de losange ?

La standardisation des cuisines équipées ce n'est rien d'autre que l'arrivée du PLAN DE TRAVAIL, avec des meubles dessous, des meubles dessus, et l'évier et la plaque qui s'encastrent dedans ! Mais, si on ne se penche pas avant tout sur ce 4^e point, votre cuisine, même avec un plan de travail, peut être anti-fonctionnelle !



A gauche, Schmidt parle de triangle d'activité sur son blog, à droite, Mobalpa argumente le losange sur son site internet.



1- Adaptez la hauteur de votre plan de travail à votre taille

Vous mesurez moins d'1m65 ? 87cm de hauteur vous suffiront.

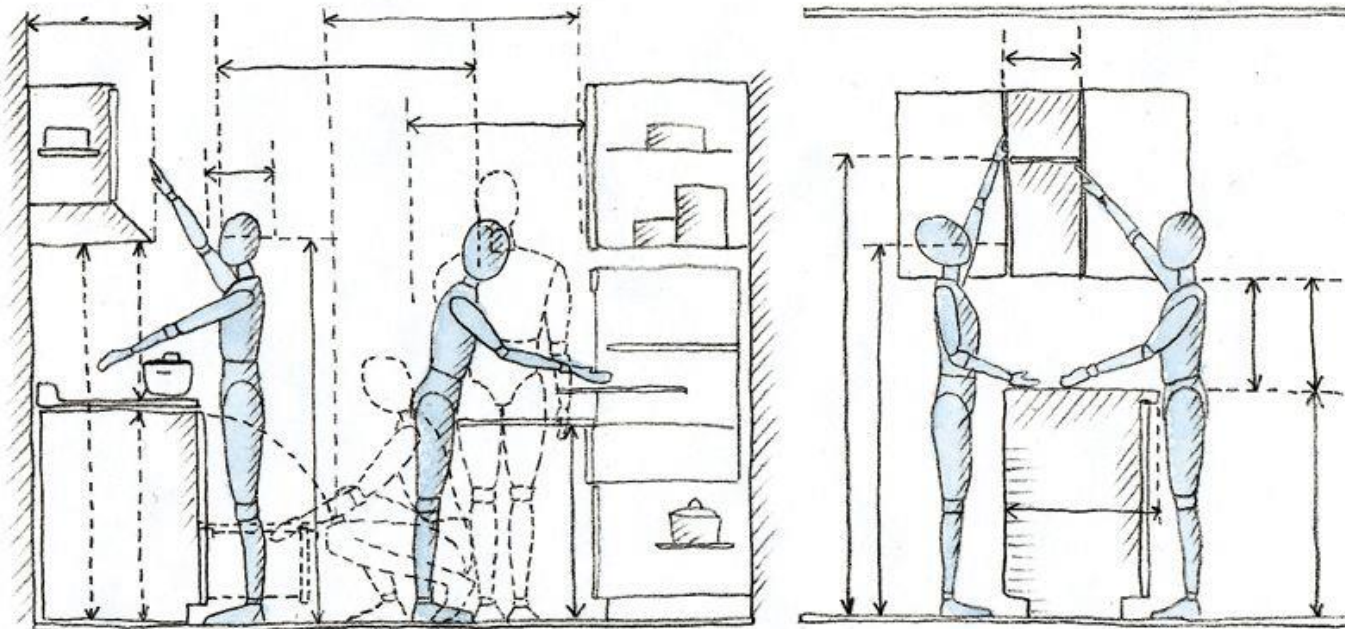
Au-delà, 90cm est un minimum.

Si vous approchez le mètre soixante-quinze, 92-93cm semblent bien.

Et pour celles et ceux qui avoisinent le mètre quatre-vingt, ne vous gênez pas, 96cm, c'est possible !

Si vous êtes en couple, prenez comme référence

- La taille de celui qui cuisine le plus souvent
- la taille du plus petit d'entre vous...
- ou prévoyez 2 hauteurs de plan de préparation (en mettant l'évier et la plaque sur 2 plans parallèles, par exemple : cf point n° 2)



2- Pour encore plus de confort, ne choisissez pas la même hauteur de plan pour la cuisson et pour l'évier

Lorsque c'est possible bien sûr ! La hauteur standard actuelle la plus vendue, 90cm, correspond en fait à une moyenne des deux hauteurs les plus ergonomiques :

- une très haute, pour l'évier (environ 96cm), car, profond, on s'y penche et on se casse le dos en frottant des casseroles qui sont posées 20 cm en-dessous
- une très basse, pour la cuisson (à peine 80cm !), car il n'est pas agréable de tenir le bras en l'air pour remuer ses mixtures.

Alors quelle est la hauteur idéale, pour couper les légumes ? Tout dépend du légume ! :-D

- ➔ Pour éplucher ou faire des tagliatelles de courgettes, vous serez plus à l'aise en hauteur si vous êtes debout, ou au contraire assis avec le légume sur vos jambes (pommes de terres à éplucher, haricots verts à équeuter...)
- ➔ Pour couper et avoir plus de force dans les bras, vous serez plus à l'aise à une hauteur réduite (70 à 80cm)
- ➔ La hauteur standard 90-92cm correspond à cette moyenne. Si, dans votre implantation, vous avez la possibilité de mettre 2 hauteurs de plans, n'hésitez pas, vous gagnerez en confort de travail.



3- Ne collez jamais l'évier à la plaque de cuisson !

Pour cuisiner, vous aurez toujours un ordre d'action :

1- Je lave : mon poisson, mes légumes, dans mon évier

2- Je prépare : j'écaille, j'épluche, je coupe : sur mon plan de travail

3- Je cuis : sur ma plaque de cuisson ou dans mon four

Dans cet enchaînement d'actions, la deuxième est capitale, c'est là que vous passerez le plus de temps. Et c'est cet espace, situé entre l'évier et la cuisson, que vous utiliserez le plus : quelle que soit sa dimension.

On l'appelle le **PLAN DE PREPARATION**, et mieux vaut pour vous qu'il soit d'une longueur confortable !



NB : privilégiez la place de l'égouttoir à l'extérieur de la zone de préparation (contrairement à cette illustration) pour éviter de passer vos légumes au-dessus de la vaisselle à égoutter.

4- Prévoyez également un PLAN DE DEPOSE et un ESPACE PETIT ELECTRO

Et oui, un plan de travail ne sert pas qu'à travailler... On y dépose aussi sa machine à café, son grille-pain, sa bouilloire, sa coupe de fruits, et pourquoi pas sa machine-à-pain, sa yaourtière, son magimix... Anticipez l'encombrement de ces petits électros en dehors de la zone de préparation. Objectif : laisser vide l'espace entre l'évier et la cuisson.

Prévoyez aussi de pouvoir sortir un gâteau du four, ou un morceau de viande du congélateur, sans encombrer votre zone de préparation : anticipez avec une zone de dépose, sur laquelle vous pourrez également poser coupe de fruits, tomates...

Car si vous n'avez pas anticipé ça avant, vous risquez d'être un peu déçu entre la réalité de votre espace de travail et la jolie vue en perspective que vous a vendue votre cuisiniste...



5- Préférez les grands tiroirs plutôt qu'une multiplication de petits tiroirs



Sur une même longueur, **plus on met de meubles ... moins on a de rangement.**

Et oui ! Calculez :

Pour avoir la surface utile de rangement, soustrayez à chaque fois

- l'épaisseur des 2 joues de meubles,
- + les rails,
- + les coulisses des tiroirs !

De plus, il sera beaucoup plus facile d'organiser votre rangement dans de larges casseroiliers.

NB : attention, dans les petites cuisines, préférez les casseroiliers largeur max 90 cm (120cm dans les grandes cuisines) pour pouvoir ouvrir les tiroirs sans se gêner si vous êtes 2 à cuisiner ensemble.

6- Placez le lave-vaisselle juste à côté de l'évier, et sur le même plan !

Ça vous paraît évident ? Et bien au vu de ma petite expérience, ça ne l'est pas pour tout le monde !

Alors le lave-vaisselle à un bout de la cuisine et l'évier à un autre bout, bon, on se doute que c'est pas top.

Mais ne placez jamais l'évier dans un angle avec le lave-vaisselle en perpendiculaire ! Pourquoi ? Tout simplement parce qu'en ouvrant votre lave-vaisselle, vous bloquerez l'accès direct à l'évier. Dommage...



Tout faux !

7- L'évier sous la fenêtre, le four sous la plaque : deux clichés ... pas forcément ergonomiques

Pourquoi plaçait-on traditionnellement l'évier sous la fenêtre ?

L'image de la maman qui passait son temps à faire la vaisselle et qui pouvait en même temps surveiller ses enfants qui jouaient dans le jardin... fini ! Désormais, pour les messieurs comme pour les dames, le lave-vaisselle est arrivé.

Où est-ce qu'on passe le plus de temps dans sa cuisine désormais ? (Relire le principe numéro 3 !)

➔ SUR LE PLAN DE PREPARATION !!! à faire des jolies tartes-aux-pommes ! (Enfin, des fois, ça arrive).



Alors, tant qu'à avoir une fenêtre au-dessus du plan de travail, pourquoi à la fois vous priver d'une jolie vue quand vous être en train d'éplucher vos légumes, et vous embêter à choisir un mitigeur qui passe sous la fenêtre, sous peine de ne plus pouvoir l'ouvrir ?



Le concept du four sous la plaque : pourquoi ? Si vous n'avez pas de cuisine équipée et que vous ne disposez que d'une cuisinière deux-en-un, comme votre grand-mère : pourquoi pas ! Mais si vous avez une vraie cuisine équipée, avec des meubles, un plan de travail, une plaque et un four encastrables individuellement : pourquoi les garder mariés ?

Sous la plaque, préférez plutôt un grand casserolier avec 1 grand tiroir dans lequel vous aurez à portée de main tous vos instruments de torture : fouets, spatules, et autres cuillères en bois, + deux grands coulissants pour y ranger vos casseroles, poêles, marmites, et épicerie comme les pâtes, le riz, et tout ce qui va à la casserole !

Une exception cependant : si vous avez des enfants en bas âge (moins de 7 ans) et que vous aimez cuisiner avec eux, ils auront besoin d'un marche-pied. Il sera alors très gênant de leur demander constamment de descendre de leur marche-pied pour accéder à vos tiroirs les plus utilisés.

8- Les poubelles sous l'évier : l'erreur classique.

Il y a 2 endroits dans votre cuisine, où vous irez le plus souvent :

- L'évier
- La poubelle

Et évidemment, vous aurez aussi besoin, régulièrement, d'accéder à ces 2 points en même temps.

Alors, si vous mettez vos poubelles sous l'évier, vous vous assurez une gêne à chaque usage de votre cuisine.

L'idéal est de placer vos poubelles sous le plan de préparation (entre l'évier et la cuisson), de façon à pouvoir débarrasser votre plan très facilement (épluchures ...) ... et sans gêner la personne qui se trouve à l'évier en même temps !



9- Evitez les meubles d'angle

« Mais comment je fais ? j'ai deux angles dans ma cuisine ? »

D'abord, vous n'avez pas que deux angles, vous en avez quatre, si tant est que votre pièce ou l'espace qui y est dédié soit rectangulaire comme 90% des cuisines. Et cela ne veut pas dire que vous êtes obligés d'y implanter une cuisine en « U », avec 2 angles !

On peut aussi faire deux plans parallèles (implantation en « double i ») et là, miracle ! plus de bagarre avec les angles, plus de tiroirs que l'on ne peut pas ouvrir parce que chéri-chérie est au même moment en train d'ouvrir le lave-vaisselle dans l'angle, ou le four, ou la poubelle, ou un autre tiroir...

Si vous n'avez pas d'autre choix que d'avoir un ou plusieurs angles dans votre cuisine, ne succombez pas à la tentation du meuble d'angle : c'est un attrape-touriste ! En réalité, il existe sur le marché une dizaine de meubles conçus pour soi-disant récupérer du rangement dans l'angle inaccessible.

Au mieux, ils n'apportent aucun rangement en plus, au pire, (souvent), ils sont en réalité du rangement en moins !

Pour constater cela, il suffit de calculer la surface exacte des plateaux de rangement offert par ces systèmes ingénieux. Au prétexte de vouloir récupérer la place du fond, ils rognent sur l'espace qui n'est pas dans l'angle ! Calculez également que ces rangements peu pratiques ne vous permettront pas d'y ranger : bouteilles, sucre, verres et piles d'assiettes ...



10- Pour le rangement de la vaisselle du quotidien, privilégiez les meubles bas (coulissants de préférence)

Les verres et assiettes qui doivent absolument être rangés dans un meuble haut au-dessus de l'évier : encore un cliché !

Vous pouvez très bien ranger verres et bols dans des tiroirs, avec ou sans tapis antidérapant, que craignez-vous ? Vos verres se feront délicatement transporter sur environ 47cm de coulisse, posé sur un plateau parfaitement horizontal, avec, comble du comble, freinage en douceur sur un quart du parcours...

Privilégiez les coulissants pour ranger vos verres, bols, et assiettes :

- Pour que vos enfants puissent vider le lave-vaisselle et mettre le couvert
- Pour vous éviter l'exercice dangereux de tendre les bras en portant une pile d'assiettes
- Vos meubles hauts vous seront bien assez utiles pour ranger bonbons, biscuits, et stock apéro !



Bonne conception, et bon appétit !

VOTRE MAISON, C'EST VOUS.