

**LET'S MAKE
ROOM FOR
PEOPLE**



Guide d'aménagement
Cuisine



PRESSALIT®

Le bon choix

Chez Pressalit, nous n'accepterons jamais l'idée qu'une mobilité réduite soit synonyme de vie bridée. C'est pourquoi nous sommes aujourd'hui leader dans le domaine d'aménagement pour le secteur des soins.

Nous sommes connus pour notre savoir-faire et pour la qualité et flexibilité intégrées à toutes nos solutions.

En 1976, nous avons été à l'origine des premiers systèmes de salles de bain pour personnes à mobilité réduite et depuis, nous avons accumulé de vastes connaissances. En 2004, forts de ce savoir-faire, nous avons choisi de nous focaliser sur la cuisine. L'approche reste la même : nous voulons développer et proposer des solutions ayant leur point de départ dans les besoins de l'utilisateur et de l'aide-soignant. En même temps, nous voulons respecter les impératifs économiques et de sécurité.

Notre nom est aujourd'hui associé au service de conseil professionnel, basé sur nos connaissances en matière d'évolution pathologique et d'exigences d'espace, dans le domaine d'aménagement de salles de bain.

Nous souhaitons proposer du conseil d'aménagement de cuisine au même niveau élevé. Dès le départ, nous avons donc exploité la recherche la plus récente en matière de développement de cuisines destinées aux personnes à mobilité réduite et mis en place une collaboration avec les principaux spécialistes du domaine.

Le système de cuisine Pressalit s'utilise partout où l'installation de cuisines flexibles est nécessaire.

Quand il s'agit de cuisines fonctionnelles, du bon conseil et des solutions flexibles sont cruciaux.

Table des matières

Philosophie

La cuisine fonctionnelle.....	4
La cuisine flexible.....	5
Agencement et aménagement.....	7

Aménagement de cuisine systématique

Exigences d'espace	8
Passage et superficie de déplacement.....	9
Les quatre types de cuisine.....	10
Disposition des zones de travail	11
Zone de vaisselle.....	12
Zone de préparation.....	14
Zone de cuisson.....	16
Rangement	18
Appareils électroménagers	19
Évier et robinet mélangeur	20
Détails déterminants	21
Zones de confort.....	22
Réglage en hauteur	23
Suggestions d'aménagement – cuisine en longueur	24
Suggestions d'aménagement – cuisine en L	25
Suggestions d'aménagement – cuisine en U.....	26
Liste de contrôle	27



La cuisine flexible

La philosophie Pressalit de la cuisine fonctionnelle répond à toutes ces demandes par une solution globale. Nous développons des solutions adaptées à chaque espace particulier – et à chacun des utilisateurs concernés.

La flexibilité est un facteur clé. Un aménagement flexible favorise l'autonomie de l'utilisateur et lui permet de déterminer les activités auxquelles il ou elle souhaite accorder la priorité. De ce fait, l'utilisateur est plus libre de demander de l'aide au cas par cas. Une telle liberté de choix est de grande importance pour la qualité de vie.

Pour nous, il faut donner la priorité absolue aux bonnes conditions de travail, afin de préserver la capacité de travail de l'utilisateur – et d'assurer à l'aide-soignant un aménagement approprié et sûr de son lieu de travail.

Le système unique de cuisine Pressalit convient, entre autres, à l'aménagement de :

- cuisines collectives et cuisines pour l'enseignement, où plusieurs personnes ayant des bases différentes doivent pouvoir travailler simultanément de façon confortable.
- cuisines de logements pour personnes âgées, qui doivent permettre les activités d'utilisateurs autonomes avec ou sans aide-soignant.

La cuisine Pressalit s'adapte aussi bien aux utilisateurs debout qu'aux utilisateurs en fauteuil roulant.

De nos jours, la cuisine ne sert pas uniquement pour faire à manger. C'est aussi un cadre d'activités sociales. Et si l'utilisateur a besoin d'être assisté dans la cuisine, elle constitue également un lieu de travail pour les proches et le personnel soignant. Quelle que soit leur mobilité, tous ces acteurs doivent pouvoir participer sur un pied d'égalité et se sentir en sécurité.

Or, développer une cuisine fonctionnelle qui tient compte des besoins divers requiert une connaissance approfondie des utilisateurs.

Des études d'utilisateur révèlent que dans bien des cas, le personnel soignant et les proches assurent une grande partie des tâches effectuées dans la cuisine. Il est cependant aussi important de permettre aux personnes ayant une mobilité réduite d'accomplir un maximum de fonctions sans assistance. Tout en économisant du temps et des efforts superflus.

Bien souvent, l'aménagement de la cuisine doit être adapté à plusieurs utilisateurs avec des besoins très différents. Le personnel soignant pose des exigences spécifiques à l'égard de la sécurité et de l'environnement de travail. De même, la direction, les administrateurs et les responsables de l'aménagement ont tous des visions différentes que la solution de cuisine doit satisfaire.



Avantages pour l'utilisateur – debout ou en fauteuil roulant

Indépendance

Les produits de Pressalit favorisent l'autonomie optimale des utilisateurs. Notre solution s'adapte à chaque utilisateur – qu'il soit enfant, adulte, debout ou en fauteuil roulant.

Détails

La conception étudiée, le choix des matériaux et les détails ingénieux du système composent une installation intégrée, sans compromis au niveau des fonctionnalités et du confort.

Estime de soi

Le fait de pouvoir se débrouiller seul dans un cadre sécurisant et esthétique donne des ressources supplémentaires dans le quotidien.



Avantages pour l'aide-soignant – debout ou assis

Environnement de travail

Les produits de Pressalit assurent une réduction au minimum des efforts physiques, des modes de travail plus efficaces et aisés ainsi que de bonnes conditions de travail.

Flexibilité

Les produits de Pressalit sont réglables en fonction des besoins de l'utilisateur et de l'aide-soignant.

Respect

La flexibilité des produits permet l'assistance de l'aide-soignant aux tâches ménagères sans pour autant sacrifier l'intégrité et la dignité de l'utilisateur.



Avantages pour les planificateurs et administrateurs

Conseil

Un service complet de conseil en aménagement de la cuisine fonctionnelle garantit son adaptation parfaite aux utilisateurs et aides-soignants concernés.

Assurance avenir

Le système de cuisine Pressalit rend superflus les travaux de transformation ou de rénovation normalement nécessaires en cas de modification des besoins de l'utilisateur ou d'un changement d'utilisateur.

Design

Pressalit permet de se concentrer sur les facteurs de flexibilité, fonctionnalité et rentabilité, sans compromis aucun sur le design et l'aménagement.



Signification des symboles

-  Four
-  Plaque de cuisson
-  Lave-vaisselle
-  Réfrigérateur
-  Évier
-  Élément bas mobile

Nota : Ces symboles sont utilisés dans les arrangements de plan du présent guide d'aménagement.

L'agencement et l'aménagement d'une cuisine

Une évaluation méthodique des besoins de l'utilisateur et de l'aide-soignant – et des possibilités de la pièce à aménager – constitue la clé d'une cuisine fonctionnelle. Dans certains cas, l'espace doit permettre à plusieurs utilisateurs de s'affairer dans la cuisine en même temps. Dans d'autres, une petite cuisine peut suffire parce que les repas sont livrés de l'extérieur.

Naturellement, les considérations concernent surtout l'utilisateur, mais il ne faut pas oublier les différentes fonctions que peut avoir l'aide-soignant dans la cuisine. Outre les tâches qu'il est amené à y accomplir de façon autonome, l'aide-soignant guide et assiste l'utilisateur dans son travail. Il faut donc prévoir suffisamment d'espace dans la cuisine autour de l'utilisateur pour permettre à l'aide-soignant de porter assistance.

En aménageant une cuisine, il faut tenir compte de différents aspects :

Distance entre les zones de travail

- la distance totale entre l'évier, la table de cuisson et le réfrigérateur. On utilise alors le concept du "triangle de travail", qui permet d'éviter une distance trop importante entre les éléments.

Disposition des zones de travail

- la disposition idéale des zones de vaisselle, préparation et cuisson les unes par rapport aux autres.

Nombre d'utilisateurs – rôles de l'utilisateur et de l'aide-soignant

- le nombre de personnes amenées à utiliser la cuisine simultanément. Cette évaluation précède celle qui concerne la mobilité des utilisateurs.

La cuisine peut être utilisée par un utilisateur ou un aide-soignant à la fois, par exemple :

- un utilisateur autonome équipé d'aide à la locomotion qui se prépare à manger,
- un aide-soignant ou membre de la famille qui prépare à manger pour la personne à mobilité réduite. Le cas échéant, le rôle de l'aide-soignant consiste à exécuter les tâches de cuisine pour l'utilisateur.

Ou alors, la cuisine peut être utilisée par plusieurs utilisateurs et aides-soignants à la fois, par exemple :

- plusieurs personnes qui travaillent indépendamment les unes des autres,
- plusieurs personnes qui travaillent ensemble,
- dans des situations où le rôle de l'aide-soignant consiste à assister l'utilisateur.

Dans les prochaines pages du présent guide d'aménagement de cuisine, nous fournissons une vue d'ensemble structurée de l'espace requis pour l'utilisateur, l'aide-soignant et les outils. Vous trouverez ensuite une présentation des différents triangles de travail et types de cuisine, ainsi que du rapport entre les zones de travail.

La présentation comprend également des exemples d'aménagement de différents types de cuisine et une liste de contrôle utile pour la phase de planification.

Pour de plus amples détails, veuillez contacter Pressalit.

EXIGENCES D'ESPACE

La cuisine doit pouvoir recevoir des utilisateurs équipés de différents types d'aide à la locomotion, aussi bien autonomes qu'assistés par un aide-soignant.

PASSAGE ET SUPERFICIE DE DÉPLACEMENT

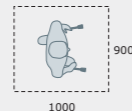
PRESSALIT®



Utilisateur



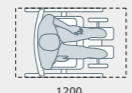
Utilisateur en mouvement



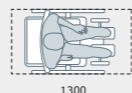
Utilisateur avec cannes



Utilisateur avec déambulateur



Utilisateur en fauteuil roulant manuel



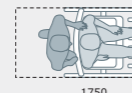
Utilisateur en fauteuil roulant électrique



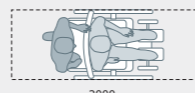
Aide-soignant



Utilisateur et aide-soignant en mouvement



Aide-soignant avec utilisateur en fauteuil roulant manuel



Aide-soignant avec utilisateur en fauteuil roulant confort



Espace

Superficie de déplacement avec ou sans aide-soignant

Utilisateur debout – utilisateur avec canne, béquille ou déambulateur

Superficie de déplacement sans aide-soignant : 1400 x 1400 mm

Superficie de déplacement avec aide-soignant : 1700 x 1700 mm

Utilisateur en fauteuil roulant manuel

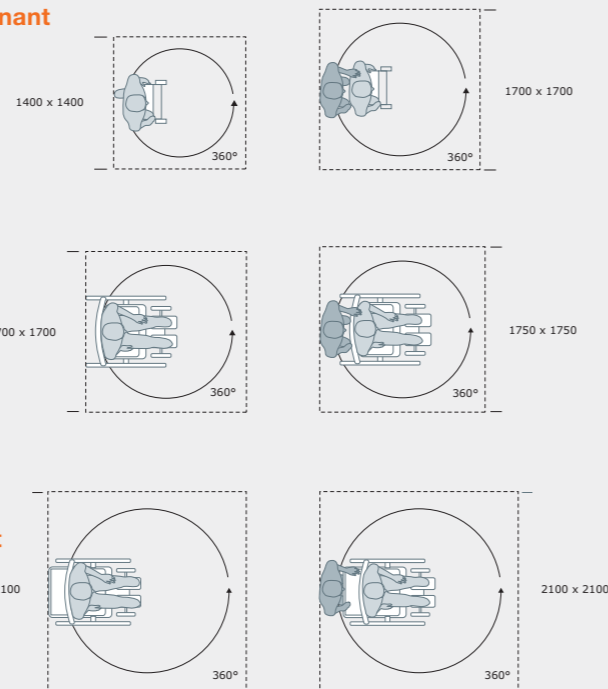
Superficie de déplacement sans aide-soignant : 1700 x 1700 mm

Superficie de déplacement avec aide-soignant : 1750 x 1750 mm

Utilisateur en fauteuil roulant électrique ou confort

Superficie de déplacement sans aide-soignant : 2100 x 2100 mm

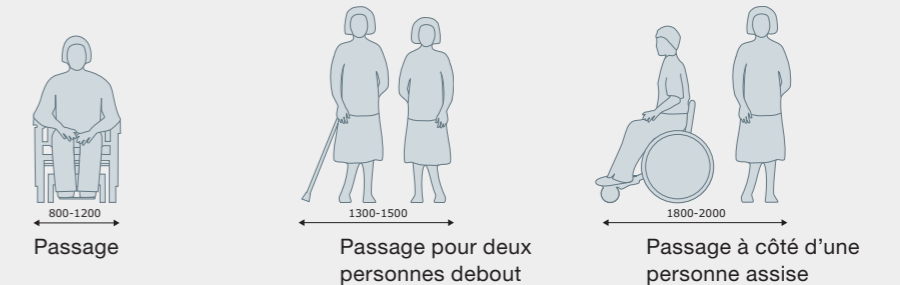
Superficie de déplacement avec aide-soignant : 2100 x 2100 mm



Passage

Il faut prévoir l'espace nécessaire pour le passage dans la cuisine et le couloir.

Une largeur de couloir de 1500 à 1700 mm permet à un utilisateur en fauteuil roulant de faire demi-tour dans le couloir.



Utilisateur autonome

avec deux cannes
avec déambulateur
en fauteuil roulant manuel
en fauteuil roulant électrique

Superficie de déplacement de 90°

1100 x 1100 mm
1100 x 1100 mm
1400 x 1400 mm
1600 x 1600 mm

Superficie de déplacement de 180°

1300 x 1300 mm
1300 x 1300 mm
1500 x 1500 mm
1850 x 1850 mm

Superficie de déplacement de 360°

1400 x 1400 mm
1400 x 1400 mm
1700 x 1700 mm
2100 x 2100 mm

Utilisateur assisté par aide-soignant en fauteuil roulant manuel
en fauteuil roulant électrique

1750 x 1750 mm
2100 x 2100 mm

1750 x 1750 mm
2100 x 2100 mm

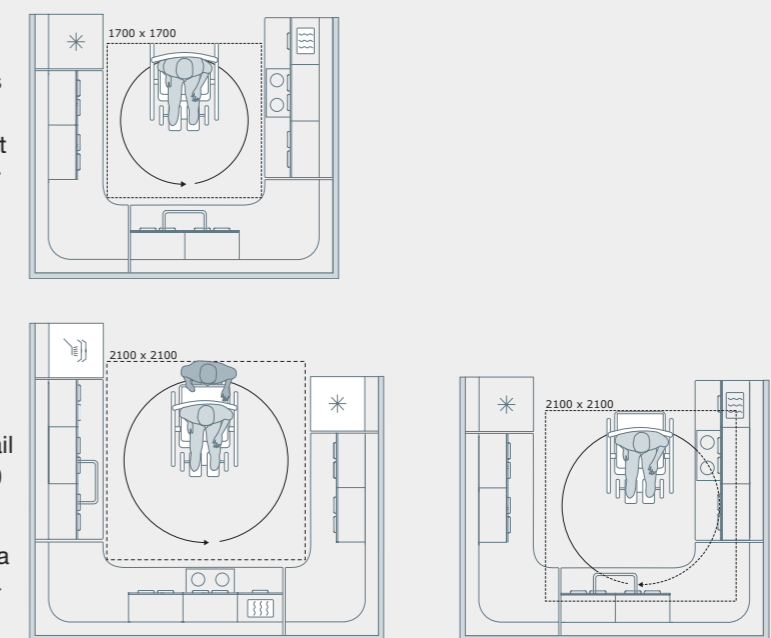
1750 x 1750 mm
2100 x 2100 mm

Espace pour manœuvrer

Il est important de laisser suffisamment d'espace dans la pièce pour permettre aux utilisateurs en fauteuil roulant de manœuvrer. Il faut prévoir une superficie de déplacement de min. 1700 x 1700 mm devant chaque zone de travail dans la cuisine.

Pour les utilisateurs en fauteuil roulant confort, la superficie de déplacement devant chaque zone de travail doit être au min. 2100 x 2100 mm.

Si le plan de travail offre de la place pour les jambes, celui-ci peut être compris dans la superficie de déplacement et donc réduire l'espace libre requis entre les éléments.



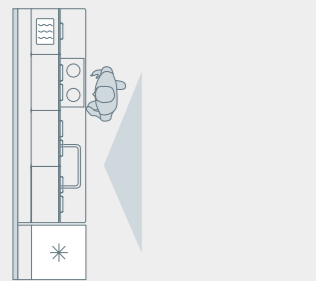
Nota : Les mesures sont basées sur la norme 3028:2001 de l'organisme de normalisation danoise Dansk Standard. La superficie doit être adaptée aux utilisateurs du type d'institution ou d'habitation concerné. En règle générale, la superficie doit être équivalente à 1700 x 1700 mm. Pour des utilisateurs avec un besoin de soins important et des aides à la locomotion encombrantes, nous recommandons une superficie de 2100 x 2100 mm. Toutes les mesures sont exprimées en mm.

Nota : Une cuisine fonctionnelle doit permettre un passage aisé et offrir suffisamment d'espace libre pour que les utilisateurs en fauteuil roulant puissent se tourner. Toutes les mesures sont exprimées en mm.

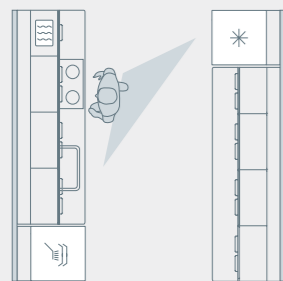
LES QUATRE TYPES DE CUISINE

Le choix du type de cuisine dépend de la pièce à aménager et des conditions physiques de l'utilisateur.

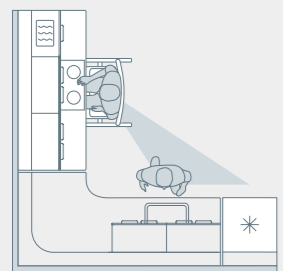
Le triangle de travail s'utilise pour exprimer la distance la plus pratique entre les trois éléments majeurs de la cuisine.



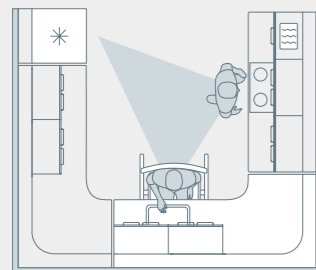
Triangle de travail dans la cuisine en longueur



Triangle de travail dans la cuisine en parallèle



Triangle de travail dans la cuisine en L



Triangle de travail dans la cuisine en U

Triangle de travail

Le triangle de travail est un outil qui permet de savoir si la cuisine est disposée de façon optimale. On obtient le triangle en reliant par des lignes droites trois points constitués par les centres respectifs de l'évier, la table de cuisson et le réfrigérateur afin qu'ils forment un triangle. Ensuite, on mesure la périmètre totale du triangle qui est l'expression des distances dans la cuisine.

La règle empirique veut que la distance totale entre l'évier, la table de cuisson et le réfrigérateur soit de 3600 à 6600 mm. La distance entre l'évier et la table de cuisson doit être de 1200 à 2000 mm. Il faut éviter de rompre l'entité du triangle de travail par des lignes de passage.

Cuisine en longueur

L'aménagement en longueur ne convient pas aux utilisateurs en fauteuil roulant car c'est le type de cuisine avec la plus grande distance entre les différentes zones de travail. De plus, cet aménagement est inconfortable pour une cuisine susceptible d'être utilisée par plusieurs personnes en même temps.

La cuisine en longueur est souvent adoptée dans de petits espaces ou lorsque la cuisine est moins importante, par exemple dans des logements pour personnes âgées où les repas sont livrés ou servis dans une salle commune.

Cuisine en parallèle

Cet aménagement ne convient pas aux utilisateurs en fauteuil roulant ou peu ingambes parce qu'il oblige à déplacer aliments et ustensiles de cuisine d'un plan de travail à l'autre.

L'aménagement en parallèle est souvent adopté dans des cuisines à passage traversant et peu recommandable pour des personnes à mobilité réduite. Un îlot de cuisine est également à bannir.

Cuisine en L

La cuisine en L est tout indiquée pour les utilisateurs en fauteuil roulant ou peu ingambes puisque la disposition angulaire assure une bonne cohésion entre les zones de travail.

Cet aménagement permet de déplacer aliments et ustensiles de cuisine en les poussant d'un plan de travail à l'autre, et donc d'éviter des efforts inutiles. L'aménagement en L s'utilise entre autres dans des cuisines spacieuses où plusieurs utilisateurs travaillent simultanément.

Cuisine en U

La cuisine en U est tout indiquée lorsqu'il y a besoin de zones de travail supplémentaires et assure une bonne cohésion entre elles. L'aménagement réduit les distances et regroupe les zones de travail. Il permet par exemple de déplacer aliments et ustensiles de cuisine en les poussant d'un plan de travail à l'autre, et donc d'éviter des efforts inutiles.

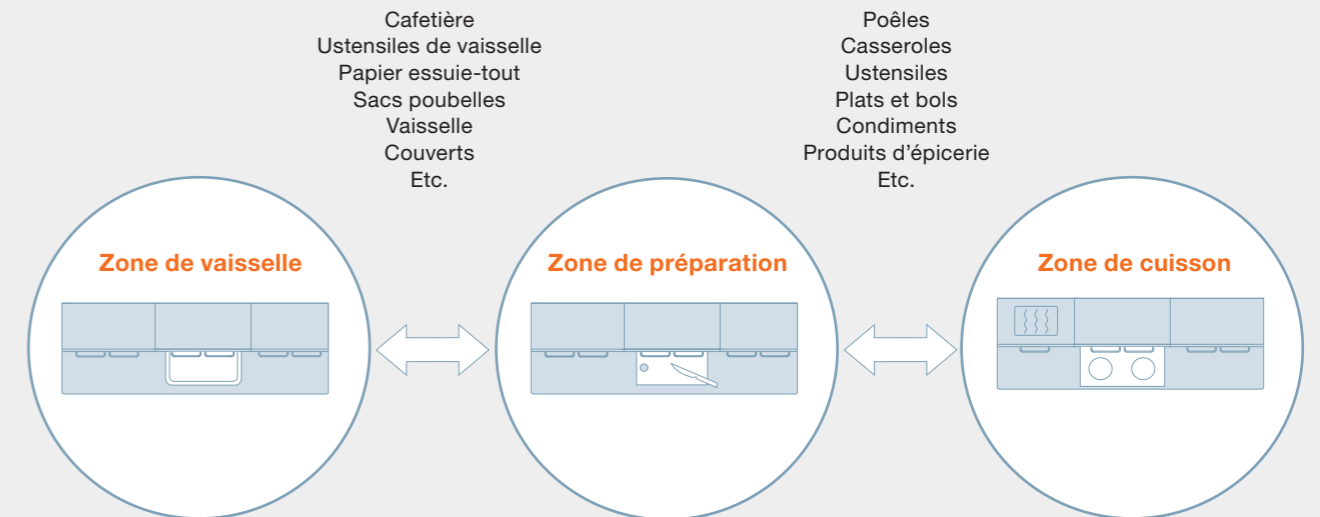
L'aménagement en U s'utilise entre autres dans des cuisines spacieuses où plusieurs utilisateurs travaillent simultanément.

Nota : Le triangle de travail est élaboré en partant du principe d'un utilisateur unique.

DISPOSITION DES ZONES DE TRAVAIL

PRESSALIT®

L'accessibilité d'une cuisine ne dépend pas seulement de son volume. D'autres facteurs déterminants sont la concentration des zones de travail, des distances réduites entre elles et un plan de travail avec suffisamment de place pour les jambes. Un bon agencement tient compte de tous ces éléments.



En principe, une cuisine doit permettre d'effectuer les fonctions suivantes :

Nettoyage, préparation des aliments, cuisson sur plaques ou au four suivie par nettoyage/vaisselle. Il faut également prévoir des possibilités de rangement pour divers aliments, objets de vaisselle et ustensiles.

Les principales zones de travail de la cuisine sont:

La zone de vaisselle

La zone de préparation

La zone de cuisson

Les possibilités de rangement dans chaque zone de travail doivent assurer un accès libre et facile aux aliments et ustensiles.

En règle générale, la zone de préparation doit se trouver entre les zones de vaisselle et de cuisson pour faciliter l'accès au nettoyage et à la finition des aliments.

L'ordre des éléments – zone de vaisselle, zone de préparation et zone de cuisson – peut être inversé.

Dans les pages suivantes, nous présentons les trois zones de travail et leurs rapports mutuels.

Nota : Il est indispensable de pouvoir régler les zones de travail en hauteur pour l'adapter aux utilisateurs aussi bien debout qu'assis – et de prévoir de la place pour les jambes. Toutes les mesures sont exprimées en mm.

Les tâches associées à la zone de vaisselle sont rattachées à la zone de préparation, aux facilités de rangement et à la manipulation des ordures.

La zone de vaisselle est située à droite ou à gauche de la zone de préparation principale.

Zone de vaisselle et rangement

Il faut prévoir suffisamment de place pour ranger les ustensiles de vaisselle, sacs poubelles, objets de vaisselle et couverts à côté de l'évier. Une option consiste à ranger les couverts dans un support posé sur le plan de travail.

Zone de vaisselle et préparation

Il faut laisser un espace de chaque côté de l'évier permettant de poser la vaisselle et les ustensiles de cuisine.

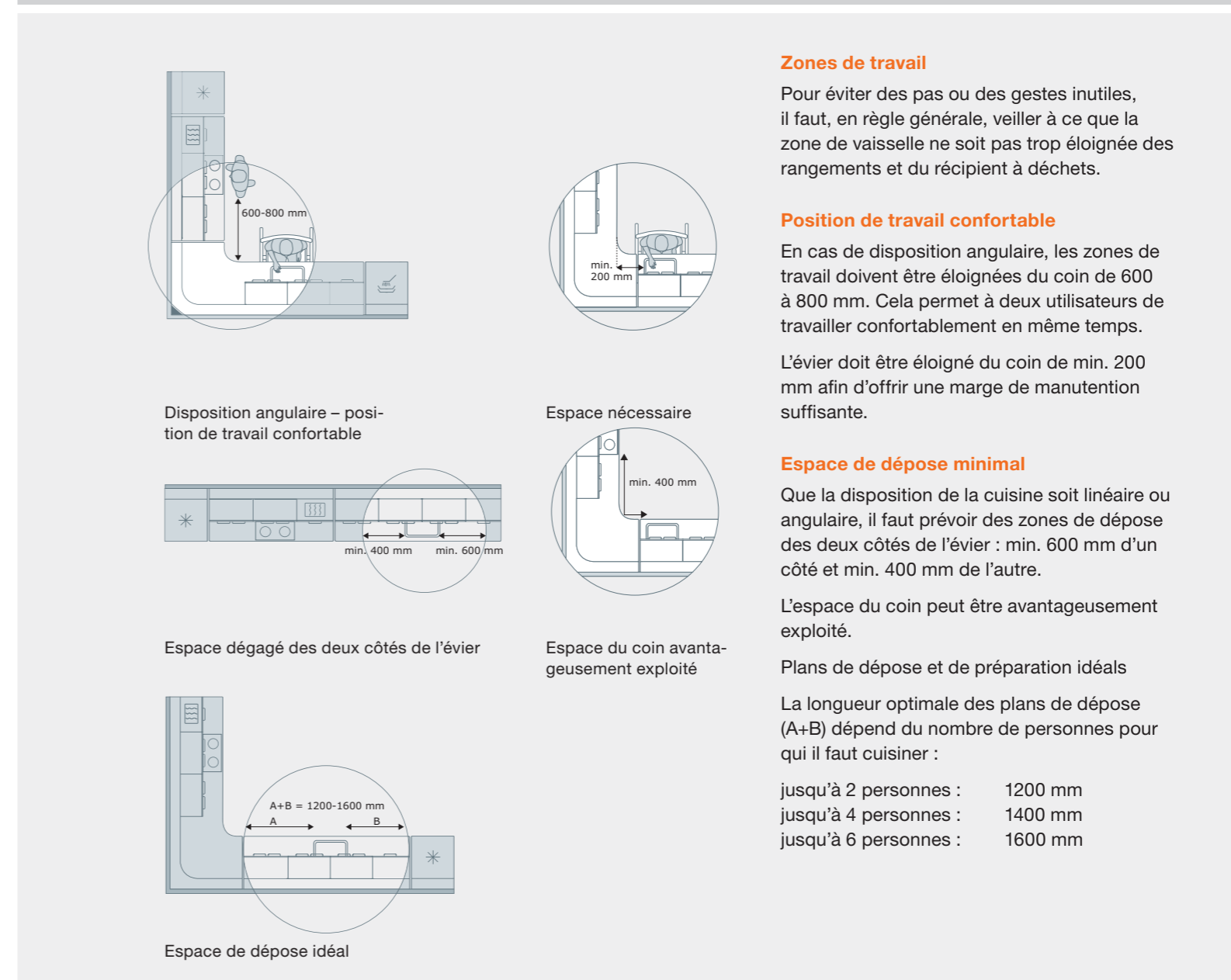
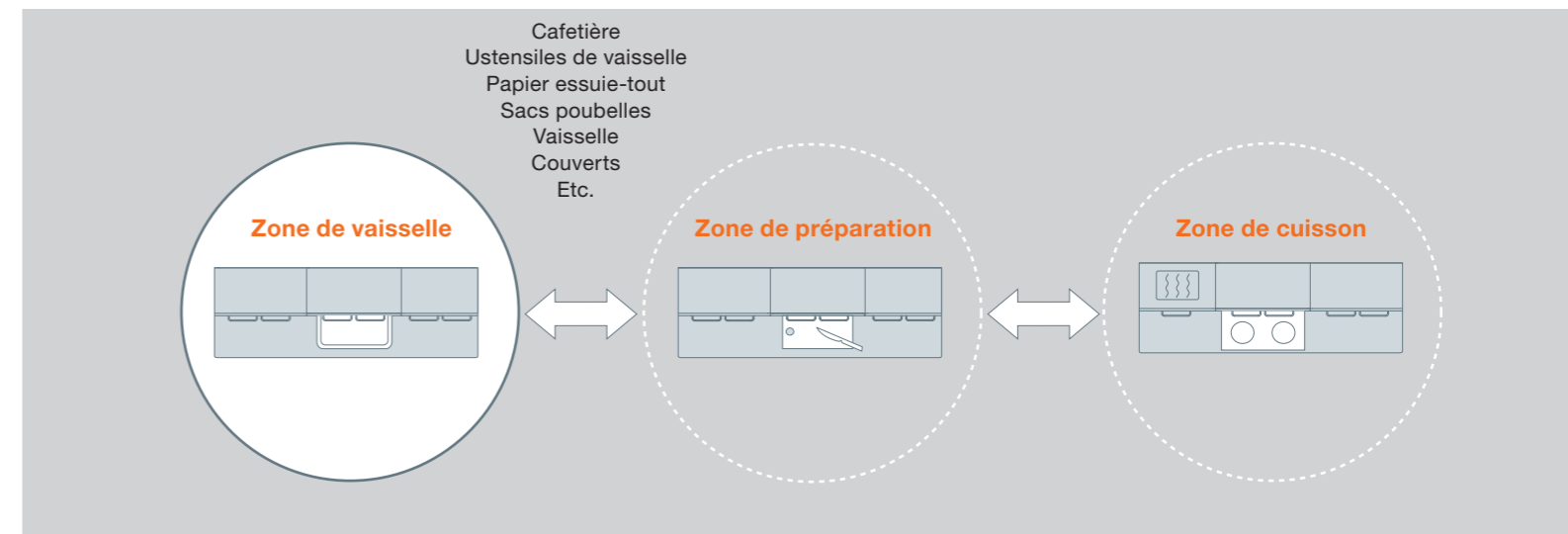
Cela assure également une meilleure hygiène lors de la préparation des divers aliments.

Zone de vaisselle et ordures

La zone de vaisselle doit offrir un accès facile à la poubelle pour simplifier la manipulation des ordures ménagères. Le récipient à déchets doit être situé près de l'évier, par exemple dans un élément bas mobile.

Zone de vaisselle et lave-vaisselle

L'installation d'un lave-vaisselle est recommandée pour faciliter le travail. Il faut prévoir de la place permettant de poser la vaisselle tout près de l'appareil.



Zones de travail

Pour éviter des pas ou des gestes inutiles, il faut, en règle générale, veiller à ce que la zone de vaisselle ne soit pas trop éloignée des rangements et du récipient à déchets.

Position de travail confortable

En cas de disposition angulaire, les zones de travail doivent être éloignées du coin de 600 à 800 mm. Cela permet à deux utilisateurs de travailler confortablement en même temps.

L'évier doit être éloigné du coin de min. 200 mm afin d'offrir une marge de manutention suffisante.

Espace de dépose minimal

Que la disposition de la cuisine soit linéaire ou angulaire, il faut prévoir des zones de dépose des deux côtés de l'évier : min. 600 mm d'un côté et min. 400 mm de l'autre.

L'espace du coin peut être avantageusement exploité.

Plans de dépose et de préparation idéals

La longueur optimale des plans de dépose (A+B) dépend du nombre de personnes pour qui il faut cuisiner :

- jusqu'à 2 personnes : 1200 mm
- jusqu'à 4 personnes : 1400 mm
- jusqu'à 6 personnes : 1600 mm

Nota : Pour plus d'informations sur l'espace nécessaire, veuillez consulter la page 8.

Les tâches associées à la zone de préparation sont rattachées à la zone de vaisselle, à la manipulation des ordures, aux facilités de rangement, à la table de cuisson et au four. La principale zone de préparation est toujours installée entre les zones de vaisselle et de cuisson, car elle est le «point de jonction» des étapes de travail.



Zone de préparation et rangement

Il faut pouvoir ranger tous les objets de vaisselle, couverts, ustensiles et emballages etc. utilisés quotidiennement dans des placards ou tiroirs situés à portée de main de la zone de préparation.

Il en va de même pour les bols et plats utilisés pour la préparation et le service. Quand il s'agit d'une grande cuisine, il faut également disposer les robots de cuisine et le réfrigérateur à côté de la zone de préparation.

Zone de préparation, évier et ordures ménagères

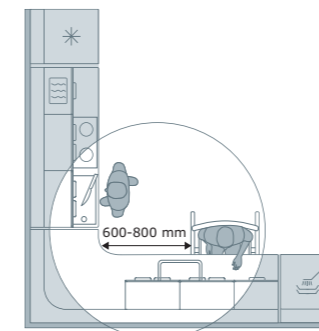
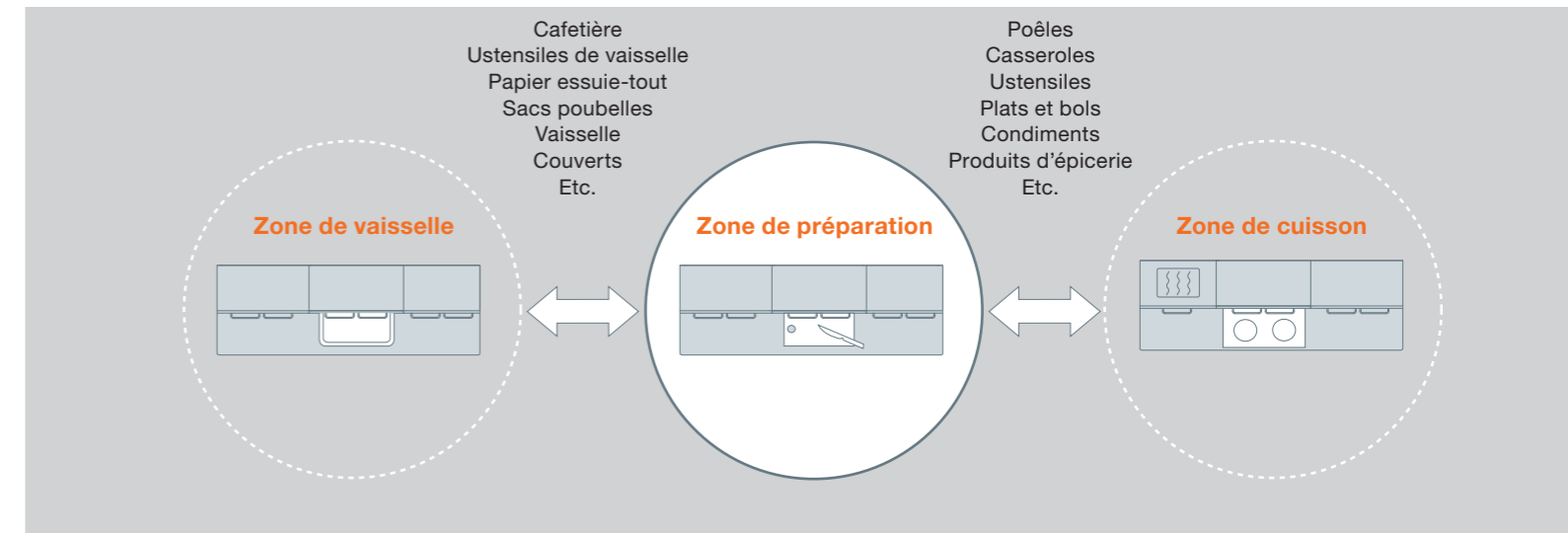
Les rangements de denrées alimentaires doivent se trouver près de l'évier – par exemple pour le nettoyage de légumes – et du récipients à déchets. En outre, l'accès au lave-vaisselle doit être aisé.

Dans une petite cuisine, il est possible d'utiliser une rallonge comme zone de préparation ou table à manger supplémentaire.

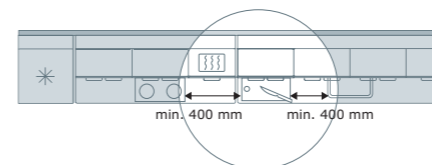
Zone de préparation, table de cuisson et four

Une fois préparés pour la cuisson, les aliments passent aux casseroles, poêles ou plats. Il faut donc ranger tous les récipients et ustensiles utilisés à la table de cuisson et au four à portée de main.

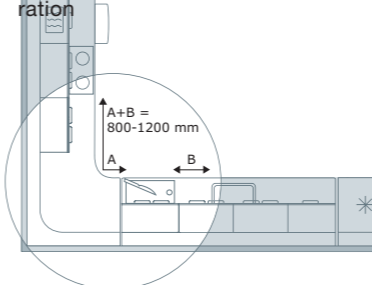
Afin de réduire au minimum les efforts déployés pour soulever des objets lourds, il faut assurer une surface dégagée reliant les zones de préparation, vaisselle et cuisson, pour permettre de déplacer casseroles et plats en les poussant simplement d'un plan de travail à l'autre.



Disposition angulaire – position de travail confortable



Espace dégagé des deux côtés du plan de travail de préparation



Espace idéal de dépôt d'ustensiles

Zones de travail

Pour éviter des pas ou des gestes inutiles, il faut, en règle générale, constituer des postes de travail assez compacts : veiller à ce que la zone de préparation ne soit pas trop éloignée des rangements, de l'évier et du récipient à déchets ainsi que de la table de cuisson et du four.

Position de travail confortable

En cas de disposition angulaire, les zones de travail doivent être éloignées du coin de 600 à 800 mm. Cela permet à deux utilisateurs de travailler confortablement en même temps.

Espace de dépôt minimal

Il faut prévoir un espace dégagé de min. 400 mm de chaque côté de la zone de préparation permettant de poser les ustensiles.

Plans de dépôt et de préparation idéals

La longueur optimale des plans de dépôt (A+B) dépend du nombre de personnes pour qui il faut cuisiner :

- jusqu'à 2 personnes : 800 mm
- jusqu'à 4 personnes : 1000 mm
- jusqu'à 6 personnes : 1200 mm

Il peut y avoir des zones de préparation supplémentaires dans la cuisine, par exemple sous forme de rallonge.

Nota : Pour plus d'informations sur l'espace nécessaire, veuillez consulter la page 8.

LA ZONE DE CUISSON

Les tâches associées à la zone de cuisson sont rattachées aux facilités de rangement, à la zone de préparation et à la zone de vaisselle. La zone de cuisson est située à droite ou à gauche de la zone de préparation principale.



Zone de cuisson et rangement

Casseroles, poêles et plats résistants à la chaleur sont couramment utilisés dans la zone de cuisson. Il convient de ranger tous les ustensiles, produits d'épicerie et condiments soit dans des éléments hauts réglables en hauteur ou des éléments bas mobiles, soit dans des supports extérieurs placés à portée de main de la zone de cuisson.

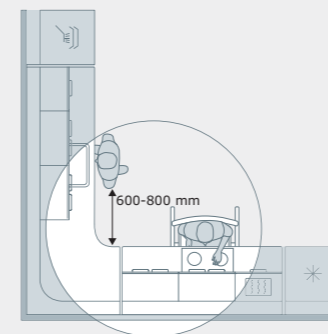
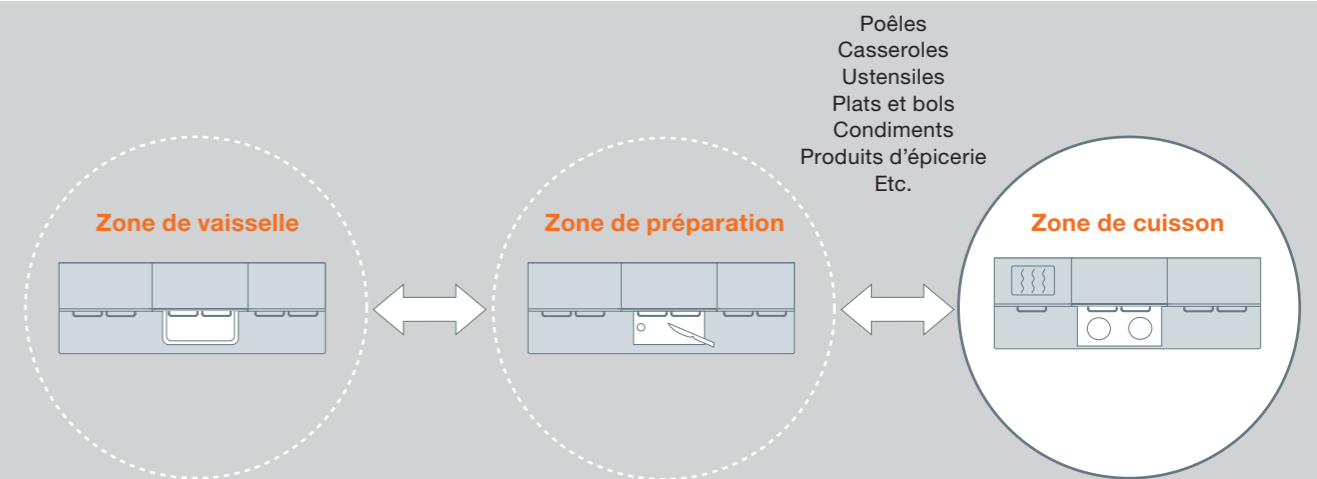
Zone de cuisson et préparation

La zone de cuisson doit être flanquée par une zone de préparation d'un côté et, de l'autre, une surface calorifuge (plan de travail ou support dessous-de-plat) permettant de poser des objets chauds. Il faut séparer la table de cuisson et le four en deux entités indépendantes afin d'assurer de la place aux jambes pour les utilisateurs assis.

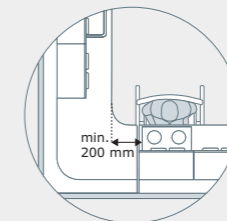
Zone de cuisson et évier

La zone de cuisson et l'évier doivent être rapprochés et permettre le déplacement d'objets lourds d'une zone à l'autre par simple poussée, par exemple pour remplir une casserole d'eau ou vider un récipient d'eau bouillante dans l'évier.

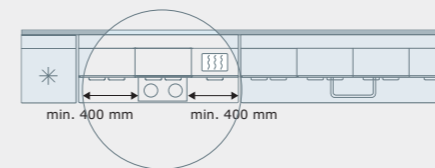
Dans les cuisines spacieuses, il peut être utile d'équiper la zone de cuisson d'une sortie d'eau. Nous recommandons de choisir un robinet à nez extensible.



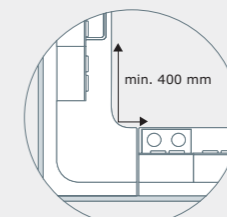
Disposition angulaire – position de travail confortable



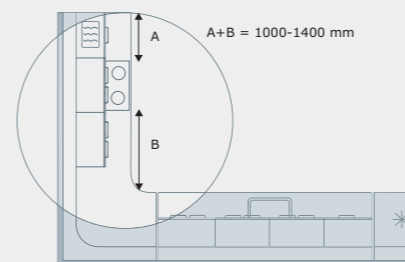
Espace nécessaire



Espace dégagé des deux côtés du plan de cuisson



Espace du coin avantageusement exploité



Espace idéal de dépôt d'ustensiles

Zones de travail

Pour éviter des pas ou des gestes inutiles, il faut, en règle générale, constituer des postes de travail assez compacts : veiller à ce que la zone de cuisson ne soit pas trop éloignée de la zone de préparation, des rangements et de l'évier.

Position de travail confortable

En cas de disposition angulaire, les zones de travail doivent être éloignées du coin de 600 à 800 mm. Cela permet à deux utilisateurs de travailler confortablement en même temps.

L'évier doit être éloigné du coin de min. 200 mm afin d'offrir une marge de manutention suffisante.

Espace de dépôt minimal

Que la disposition de la cuisine soit linéaire ou angulaire, il faut prévoir des zones de dépôt des deux côtés de la zone de cuisson : min. 600 mm d'un côté et min. 400 mm de l'autre.

L'espace du coin peut être avantageusement exploité.

Plans de dépôt et de préparation idéals

La longueur optimale des plans de dépôt (A+B) dépend du nombre de personnes pour qui il faut cuisiner :

jusqu'à 2 personnes :	1000 mm
jusqu'à 4 personnes :	1200 mm
jusqu'à 6 personnes :	1400 mm

Nota : Pour plus d'informations sur l'espace nécessaire, veuillez consulter la page 8.

RANGEMENT

Pour créer une cuisine vraiment fonctionnelle, il est indispensable de pouvoir ranger les denrées alimentaires et ustensiles à côté de la zone de travail où ils sont utilisés. Par conséquent, chaque zone de travail doit disposer de rangements tels que placards, tiroirs, étagères ou place disponible sur le plan de travail.



Les rangements idéals

Le volume des rangements dépend du nombre de personnes pour qui il faut cuisiner :

Jusqu'à trois personnes : 7800 mm d'étagères ou de tiroirs

Jusqu'à six personnes : 10200 mm d'étagères ou de tiroirs

Nota : La cuisine réglable en hauteur peut être conçue complètement sans éléments bas. En effet, un tel aménagement offre plus de place pour les jambes sous les plans de travail. Cependant, ces recommandations ne conviennent pas à toutes les cuisines puisque l'absence d'éléments bas réduit l'espace de rangement.

Rangement associé à la zone de vaisselle

Éléments à ranger à portée de main :

- Vaisselle et couverts utilisés quotidiennement.
- Récipient à déchets, produits et outils de nettoyage, par exemple dans un élément bas mobile.

Des objets de vaisselle et ustensiles utilisés de façon occasionnelle peuvent éventuellement être rangés dans une autre pièce.

Rangement associé à la zone de préparation

Éléments à ranger à portée de main :

- Ustensiles, denrées alimentaires et emballage, par exemple dans un élément bas mobile.
- Robots de cuisine utilisés très fréquemment, à poser par exemple sur le plan de travail ou dans des placards facilement accessibles.

Rangement associé à la zone de cuisson

Éléments à ranger à portée de main :

- Ustensiles de cuisson etc. par exemple dans un élément bas mobile.

Rangement dans le réfrigérateur et le congélateur

Tous les produits réfrigérés et congelés se conservent respectivement dans le réfrigérateur et le congélateur.

Un congélateur est idéal pour les personnes âgées et autres personnes qui n'ont pas la possibilité de faire les courses tous les jours.



APPAREILS ÉLECTRO-MÉNAGERS

PRESSALIT®

Le choix d'appareils électroménagers dépend des besoins et capacités de l'utilisateur principal. Vous trouverez ci-dessous des recommandations générales.



Four

- Nous recommandons un four à poser ou un four encastré avec porte à charnières latérales.
- S'installe aussi près que possible du réfrigérateur pour faciliter le transport des produits réfrigérés et congelés vers le four.
- S'installe à hauteur des yeux, soit à 1200-1630 mm environ.
- Le four doit être réglable en hauteur afin de pouvoir sortir les aliments à une hauteur confortable.

Table de cuisson et hotte

- Séparer la table de cuisson et le four en entités indépendantes permet de créer de la place pour les jambes sous les éléments.
- Pour les utilisateurs ayant une mobilité réduite des doigts ou des bras, nous recommandons l'installation de plaques vitrocéramiques ou à induction commandées par écran tactile.
- Pour les personnes handicapées de la vue, nous recommandons des plaques électriques commandées par boutons rotatifs.
- Le nombre de plaques dépend de la fréquence de cuisson effectuée dans la cuisine. Dans une grande cuisine, il est utile d'avoir 4 plaques linéaires.
- L'isolation thermique de la face inférieure des plaques est impérative pour écarter tout risque de brûlures au niveau des cuisses et des genoux.
- Il convient de prévoir une surface calorifuge à côté des plaques.
- Nous recommandons l'installation d'une hotte à deux boutons (éclairage et aspiration).

Réfrigérateur

- Si l'espace est trop restreint pour un congélateur séparé, il faut choisir un réfrigérateur-congélateur.
- Le réfrigérateur doit posséder la fonction de dégivrage automatique.
- Des étagères et tiroirs démontables en matériau transparent permettent de voir plus facilement le contenu du réfrigérateur.
- La porte du réfrigérateur doit ouvrir à 180°.
- Disposition : min. 300 mm au-dessus du sol.

Lave-vaisselle

- S'installe près de l'évier et la sortie d'eau, à min. 300 mm au-dessus du sol. Un lave-vaisselle à poser est également envisageable.
- Il faut prévoir suffisamment d'espace libre devant le lave-vaisselle pour éviter que l'ouverture de la porte n'entrave le passage.



Nota : Les recommandations ci-dessus comprennent l'espace de rangement nécessaire pour la vaisselle de table, la vaisselle utilisée pour la préparation, les produits d'épicerie, réserves etc. Il est plus facile de dresser et débarrasser la table lorsque l'on accède facilement aux rangements de vaisselle depuis la table à manger.

ÉVIER ET ROBINET MÉLANGEUR

Souvent, les détails font toute la différence en matière d'accessibilité. Il ne faut donc pas négliger des éléments comme l'évier, le robinet mélangeur, les dispositifs de sécurité, les poignées etc. lors de la planification d'une nouvelle cuisine.



Évier

Il faut laisser de la place pour les jambes sous l'évier pour permettre aux utilisateurs en fauteuil roulant de travailler confortablement.

Disposition :

- Aussi près que possible du bord avant du plan de travail.

Dimensions :

- Faible profondeur : 100 à 120 mm afin d'assurer suffisamment de place pour les cuisses et genoux d'un utilisateur assis. Une profondeur de 150 mm convient aux utilisateurs debout.
- Largeur : min. 450 mm.

Autre :

- Il faut monter le siphon et le tuyau d'évacuation aussi près que possible du mur.
- Il faut recouvrir le siphon et le tuyau d'évacuation pour écarter tout risque de brûlures au niveau des jambes et pieds des utilisateurs assis.
- De même, il faut isoler la face inférieure de l'évier pour éviter des brûlures au niveau des jambes.

Robinet mélangeur

Disposition :

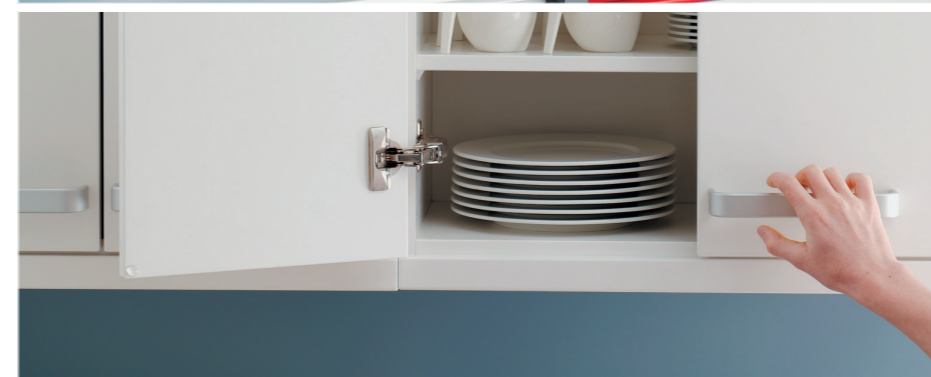
- Le robinet mélangeur de l'évier s'installe à distance de préhension confortable.
- Il peut également être monté sur le mur. Le montage mural facilite le nettoyage, mais n'est pas adapté si la distance de préhension de l'utilisateur est limitée.

Autre :

- Pour les personnes affaiblies ou ayant une distance de préhension limitée, nous recommandons un robinet mélangeur muni d'un long levier de commande, maniable d'une seule main.
- Le bec du robinet mélangeur doit être pivotant et suffisamment long pour être dirigé vers un récipient posé à côté de l'évier. Un robinet mélangeur à tuyau flexible et extensible peut être utile.
- Le réglage de température et de débit doit apparaître clairement par la conception du robinet mélangeur.

DÉTAILS DÉTERMINANTS

PRESSALIT®



Sécurité

Tous les éléments réglables en hauteur (plans de travail, placards etc.) doivent être équipés d'un dispositif d'arrêt sur obstacle afin que l'élément arrête son mouvement s'il bute sur quelque chose. Il faut prévoir une distance de sécurité de min. 25 mm entre chaque plan de travail et le mur, et entre les plans de travail adjacents.

- Il faut isoler la face inférieure des plaques de cuisson et de l'évier pour éviter des brûlures au niveau des genoux et cuisses des utilisateurs assis.
- Au même titre, il faut isoler et recouvrir les installations d'eau et la tuyauterie pour éviter des brûlures au niveau des jambes et des pieds.

Rallonges

- Une rallonge installée par exemple à côté du réfrigérateur ou du four permet de poser temporairement des affaires.
- Dans une petite cuisine, une rallonge peut servir de plan de travail supplémentaire.

Poignées, portes et fixations

- Nous recommandons d'équiper les portes de placard etc. de poignées cintrées, qui sont plus faciles à manier pour des personnes ayant une mobilité réduite des mains et bras.
- La largeur des portes de placard ne doit pas dépasser 300 mm pour ne pas tenir trop de place en ouverture. Les charnières doivent permettre d'ouvrir la porte à 180°. Des portes coulissantes sont également envisageables.
- Les étagères doivent avoir au moins 300 mm de profondeur.
- Fixation des tiroirs avec ouverture complète et fermeture automatique.

Prises électriques et éclairage

- La cuisine doit bénéficier d'un bon éclairage général et dans les zones de travail.
- Les prises électriques pour les machines sorties en permanence (cafetière etc.) doivent être installées sur la paroi arrière. En revanche, les prises qui alimentent les machines à main doivent se trouver à distance de préhension confortable.
- Pour des raisons à la fois esthétiques ou de sécurité, nous recommandons d'encastrer les fils électriques dans le mur ou les meubles.
- Toute installation électrique doit respecter la législation du pays.

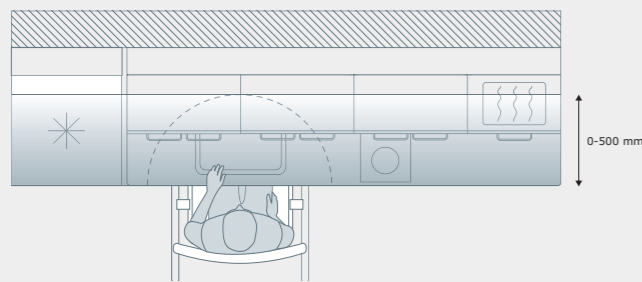
ZONES DE CONFORT

Les zones de confort indiquent des valeurs générales de distance de préhension. Ces valeurs permettent à la plupart des utilisateurs de travailler confortablement. Une cuisine accessible doit être aménagée de sorte qu'un maximum de fonctions soient exécutées dans les zones de confort.

RÉGLAGE EN HAUTEUR

PRESSALIT®

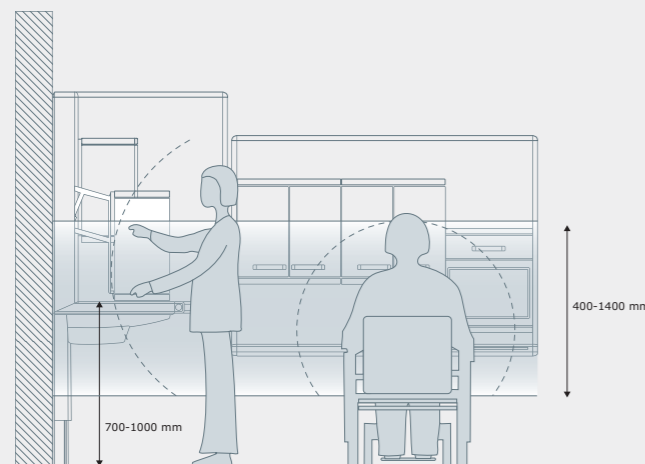
Une hauteur de travail adéquate est décisive pour la qualité fonctionnelle de la cuisine. Il est indispensable de pouvoir régler le plan de travail en hauteur en fonction des efforts impliqués par chaque tâche. Il faut également pouvoir adapter la hauteur des placards, et ranger les appareils électroménagers à une hauteur confortable.



Distance de préhension confortable

Zones de confort – distance de préhension confortable

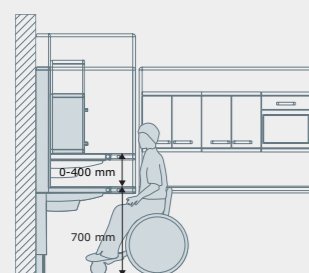
Distance de préhension confortable :
0-500 mm depuis le bord avant du plan de travail
Selon les capacités physiques de l'utilisateur, il peut être difficile de saisir des aliments et ustensiles de cuisine qui se trouvent près du mur.



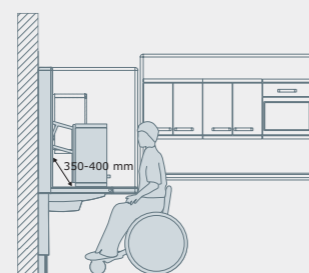
Hauteur de travail et de préhension confortable

Zones de confort – hauteur de travail et de préhension confortable

Hauteur de travail confortable :
700-1000 mm au-dessus du sol.
Hauteur de préhension confortable :
400-1400 mm au-dessus du sol.
Les valeurs de distance de préhension et hauteur de travail confortables, c'est-à-dire des zones de confort accessibles par la plupart des utilisateurs, reposent sur des études de personnes à mobilité réduite.



Réglage en hauteur de plans de travail et d'éléments hauts



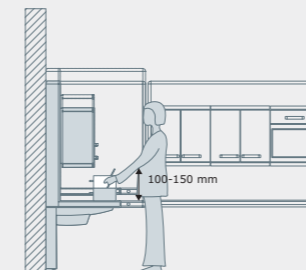
Réglage en hauteur d'éléments hauts

Réglage en hauteur de plans de travail et de placards

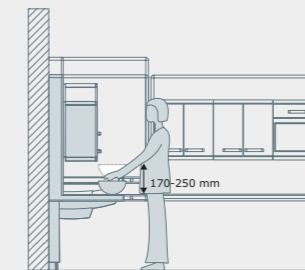
Comme point de départ, le plan de travail doit être installé à 700 mm au-dessus du sol et permettre un réglage en hauteur supplémentaire jusqu'à 1000 mm.

Réglage en hauteur spécifique d'éléments hauts

Les éléments hauts sont fixés à environ 350-400 mm au-dessus du plan de travail et doivent permettre un réglage vers le bas ou vers l'avant.



Travail léger



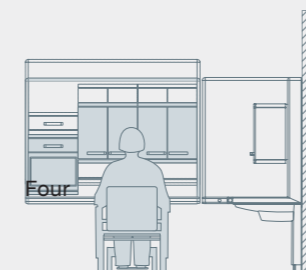
Travail lourd

Hauteur confortable : travaux légers et lourds

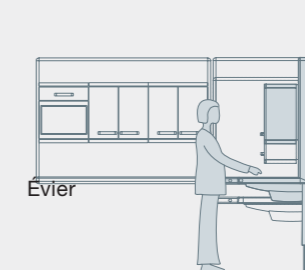
En règle générale, un plan de travail réglé à environ 100-150 mm sous la hauteur de coude convient au travail léger (comme par exemple faire revenir des aliments dans une casserole).

Pour le travail lourd (comme par exemple pétrir une pâte), une hauteur réglée à 170-250 mm sous le coude est plus adaptée.

Ces valeurs s'appliquent aussi bien aux utilisateurs debout qu'aux utilisateurs assis.



Four



Évier

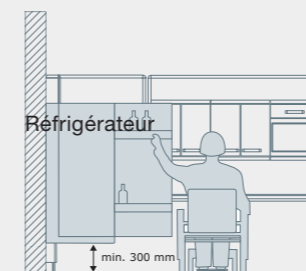
Réglage en hauteur du four

Il est utile de pouvoir régler le four en hauteur pour une hauteur de travail convenable.

Certains modèles de four à micro-ondes peuvent être encastrés dans un élément haut réglable en hauteur.

Réglage en hauteur de l'évier et de la table de cuisson

Souvent, l'évier et la table de cuisson sont encastrés dans le plan de travail et se règlent en hauteur avec ce dernier.



Réfrigérateur

Disposition : réfrigérateur et lave-vaisselle

Il faut disposer le réfrigérateur de sorte que la plupart de ses étagères soient accessibles en position assise. Il faut le poser à min. 300 mm au-dessus du sol.

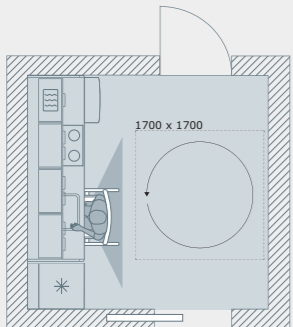
Pour obtenir une hauteur de préhension confortable, le lave-vaisselle doit également être posé à min. 300 mm du sol. Le lave-vaisselle peut être de type « à poser ».

SUGGESTIONS D'AMÉNAGEMENT

Ici et dans les prochaines pages, nous présentons des solutions de disposition en longueur ou angulaire pour cuisines de différentes tailles.

La cuisine en longueur est la plus économique en espace, mais également la moins adaptée pour les

utilisateurs à mobilité réduite.

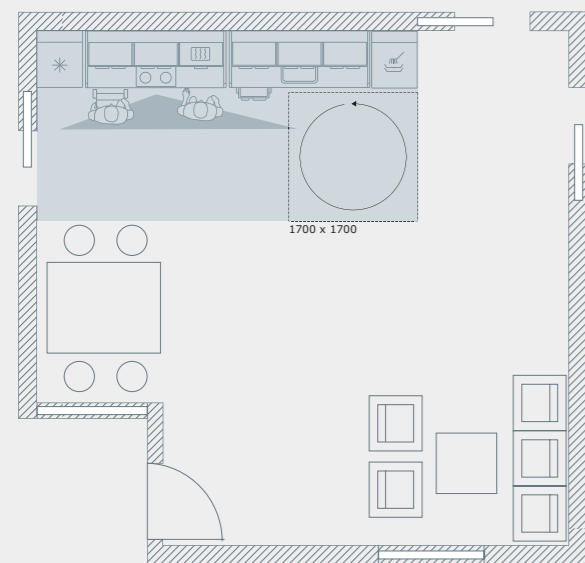


Kitchenette pour un seul utilisateur

La kitchenette est l'aménagement de cuisine le plus minimaliste. C'est une solution adoptée lorsque la cuisine n'a pas une fonction très importante, par exemple dans des logements pour personnes âgées ou de soins, où les repas sont livrés tout prêts. Souvent, ce type d'aménagement offre un espace de passage devant les zones de travail mais ne permet pas l'installation d'un lave-vaisselle.

Superficie :
3180 x 3060 mm, soit 9,7 m² au total

Triangle de travail :
2000 + 1100 + 1100 = 4200 mm



Cuisine de type familial pour plusieurs utilisateurs

Dans ce type d'aménagement, les éléments de cuisine sont situés le long d'un mur dans une pièce spacieuse comprenant également un coin repas et un coin séjour.

Le réfrigérateur et le lave-vaisselle peuvent être placés à l'extrémité des unités de plan de travail réglables en hauteur.

Un lave-vaisselle à poser est également envisageable.

Superficie :
5040 x 2520 mm, soit 12,7 m² au total

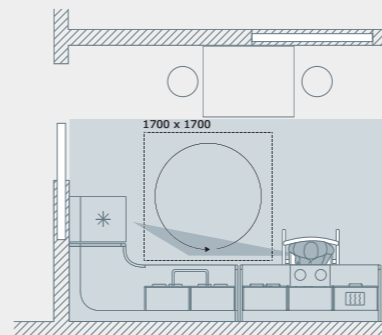
Triangle de travail :
3000 + 1700 + 1300 = 6000 mm

SUGGESTIONS D'AMÉNAGEMENT

PRESSALIT®

La cuisine en L convient aussi bien à un seul utilisateur qu'à plusieurs, puisque la disposition angulaire assure une bonne cohésion entre les zones de travail. Qu'il soit debout ou assis, l'utilisateur y trouve son compte.

Avec la cuisine en U, ce type d'aménagement est le plus adapté, surtout pour une cuisine susceptible d'être utilisée par plusieurs personnes en même temps.

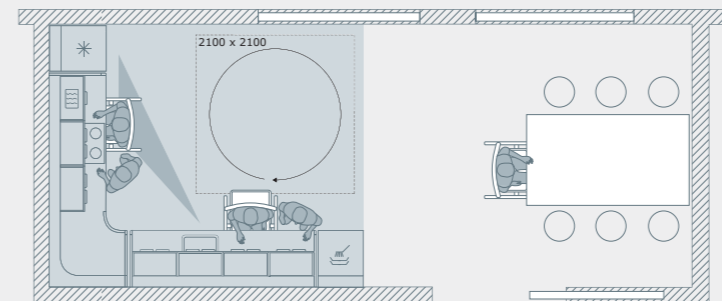


Cuisine pour un seul utilisateur

La cuisine en L offre une bonne cohésion entre les zones de travail et s'utilise par exemple dans des cuisines privées.

Superficie :
2640 x 4140 mm, soit 10,9 m² au total

Triangle de travail :
2800 + 1500 + 800 = 5100 mm



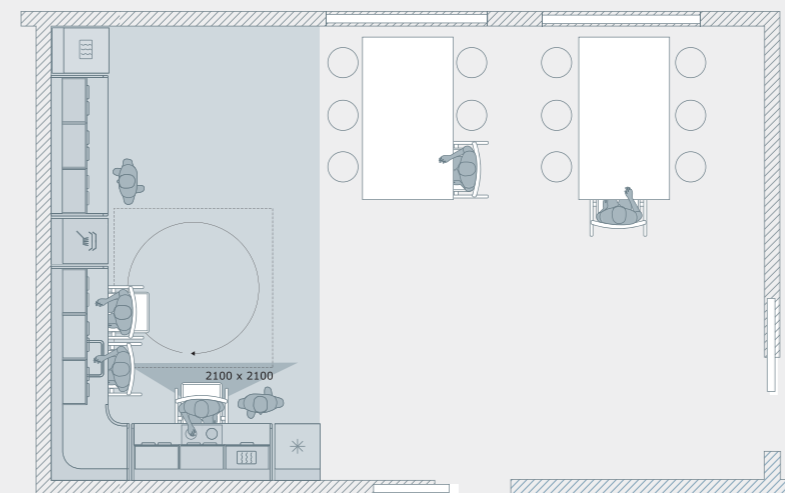
Cuisine pour plusieurs utilisateurs et aides-soignants

La cuisine en L est tout indiquée pour une utilisation par plusieurs personnes, par exemple dans des cuisines pour l'enseignement. En effet, cet aménagement permet à l'aide-soignant de guider et assister l'utilisateur dans ses tâches.

La cuisine doit disposer d'au moins deux plans de travail réglables individuellement en hauteur et deux éléments hauts réglables en hauteur.

Superficie :
4260 x 3480 mm, soit 14,8 m² au total

Triangle de travail :
1200 + 2400 + 1400 = 5000 mm



Cuisine pour plusieurs utilisateurs autonomes

L'aménagement en L est également adapté pour une cuisine susceptible d'être utilisée simultanément par plusieurs personnes travaillant ensemble ou séparément, par exemple dans des communautés d'habitation.

La cuisine doit disposer d'un nombre convenable de plans de travail réglables individuellement en hauteur et d'éléments hauts réglables en hauteur.

Superficie :
3540 x 6000 mm, soit 21,2 m² au total

Triangle de travail :
2200 + 1500 + 1100 = 4800 mm

Nota : Les suggestions d'aménagement peuvent être transposées dans d'autres types d'espace et l'ordre des éléments peut être inversé. Les superficies indiquées ne comprennent pas le coin repas. Toutes les mesures sont exprimées en mm. 1:100.

Nota : Les suggestions d'aménagement peuvent être transposées dans d'autres types d'espace et l'ordre des éléments peut être inversé. Les superficies indiquées ne comprennent pas le coin repas. Toutes les mesures sont exprimées en mm. 1:100.

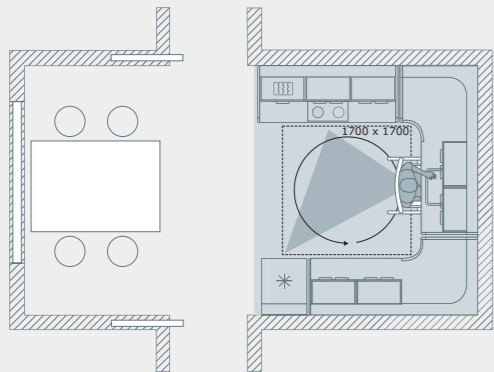
SUGGESTIONS D'AMÉNAGEMENT

La cuisine en U réduit les distances et regroupe les zones de travail. Cet aménagement convient aux cuisines spacieuses nécessitant plusieurs sections individuellement réglables en hauteur et un espace important de rangement et de préparation.

LISTE DE CONTRÔLE

PRESSALIT®

Lors de la phase de planification, servez-vous de cette liste de contrôle afin d'obtenir une vue d'ensemble des facteurs clé pour la cuisine fonctionnelle et accessible.

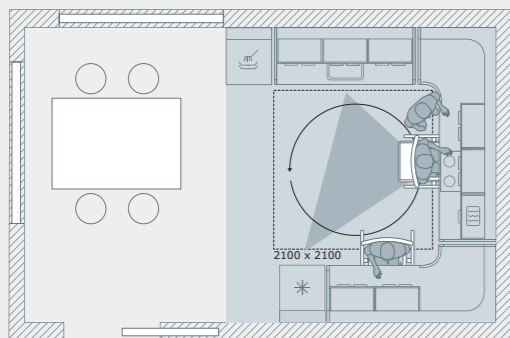


Cuisine pour un seul utilisateur

La cuisine en U offre une bonne cohésion entre les zones de travail et s'utilise par exemple dans des cuisines privées.

Superficie :
3300 x 2940 mm, soit 9,7 m² au total

Triangle de travail :
1300 + 1800 + 1200 = 4300 mm



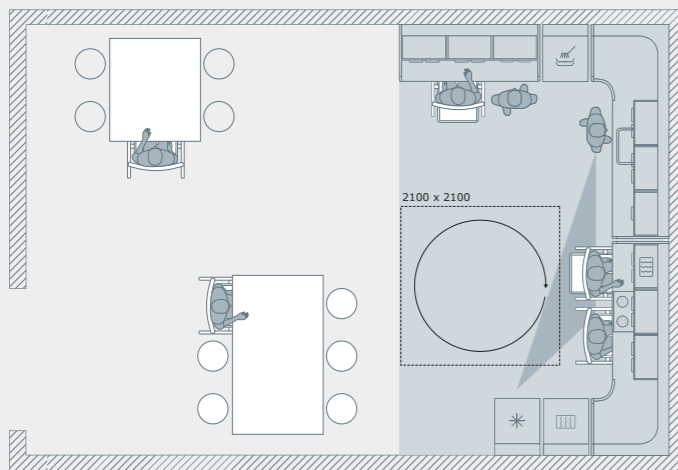
Cuisine pour plusieurs utilisateurs et aides-soignants

L'aménagement en U est tout indiqué pour plusieurs utilisateurs, par exemple dans des cuisines pour l'enseignement, et lorsque l'espace doit permettre à l'aide-soignant de guider et assister l'utilisateur dans ses tâches.

La cuisine doit disposer d'au moins deux plans de travail réglables individuellement en hauteur et deux éléments hauts réglables en hauteur.

Superficie :
3540 x 3900 mm, soit 13,8 m² au total

Triangle de travail :
2000 + 1700 + 1200 = 4900 mm



Cuisine pour plusieurs utilisateurs autonomes

L'aménagement en U est également adapté pour une cuisine susceptible d'être utilisée par plusieurs personnes travaillant ensemble ou séparément, par exemple dans des communautés d'habitation.

La cuisine doit disposer d'un nombre convenable de plans de travail réglables individuellement en hauteur et d'éléments hauts réglables en hauteur.

Superficie :
3540 x 5700 mm, soit 20,2 m² au total

Triangle de travail :
3200 + 2000 + 1400 = 6600 mm

Utilisateur et aide-soignant

- La planification concerne-t-elle un utilisateur particulier ou plusieurs utilisateurs différents ?
- Quelle est la situation de l'utilisateur – est-il équipé d'aides à la locomotion ?
- L'utilisateur suit-il un programme d'entraînement ou de rééducation ?
- Quelles sont les pratiques habituelles de l'utilisateur dans les différentes zones de travail ?
- Quelles sont les tâches à exécuter ?

Type d'habitation ou d'institution :

- Hôpital, centre de rééducation, maison de retraite, institution spécialisée, logement pour personnes âgées et de soins ?
- Habitation privée, communauté, hôtel ou résidence de vacances ?

La pièce

- S'agit-il d'un projet de construction ou de transformation ?
- Dimensions et forme de la pièce ?
- La pièce comporte-t-elle des contraintes relatives au volume ou à la construction – installations spéciales, colonnes, emplacement particulier des portes etc. ?
- La pièce est-elle conforme à la législation et aux normes relatives à l'aménagement de cuisines pour personnes à mobilité réduite ?
- La surface au sol permet-elle à un utilisateur en fauteuil roulant de manœuvrer ?
- Y a-t-il suffisamment d'espace dégagé et d'espace de passage devant les éléments de cuisine et appareils électroménagers ? Les surfaces devant les différentes zones de travail permettent-elles la circulation ?
- Est-il possible de créer de la place pour les jambes en dessous des zones de vaisselle, préparation et cuisson ?

Plans de travail

- Est-il possible de régler individuellement les plans de travail en hauteur ?
- Est-il possible d'établir une surface dégagée reliant les zones de travail pour permettre le déplacement d'objets lourds par simple poussée ?
- Les plans de travail sont-ils dégagés des deux côtés de l'évier et de la cuisinière ?

Rangements

- Les portes des placards mesurent-elles max. 300 mm de large et s'ouvrent-elles à 180° ?
- La cuisine dispose-t-elle d'éléments bas mobiles ?
- La cuisine offre-t-elle suffisamment d'espace de rangement associé aux différentes zones de travail ?
- Les placards sont-ils munis de poignées faciles à manier ?

Appareils électroménagers

- La table de cuisson est-elle séparée du four et munie d'une hotte ?
- S'agit-il d'un four à poser ? Le four est-il réglable en hauteur ?
- Le four possède-t-il une porte à charnières latérales et un tiroir de rangement ?
- Est-il possible d'installer le lave-vaisselle à une hauteur facilement accessible ?
- Est-il possible d'installer le réfrigérateur à une hauteur facilement accessible ?
- La plupart des étagères des meubles de rangement sont-elles installées à une hauteur facilement accessible ?

Détails déterminants

- La profondeur de l'évier convient-elle à un utilisateur assis ? (Profondeur recommandée : 100-120 mm)
- Le siphon et le tuyau d'évacuation sont-ils montés aussi près que possible du mur ?
- Existe-t-il une sortie d'eau supplémentaire près de la table de cuisson ?
- L'isolation de la face inférieure de l'évier et des plaques de cuisson est-elle efficace, ainsi que le recouvrement des conduites et installations d'eau, afin d'éviter tout risque de brûlures ?
- Est-il possible de manier le robinet mélangeur d'une seule main et possède-t-il un bec pivotant ?
- La cuisine dispose-t-elle de dispositifs de sécurité anti-pincement ?
- Les prises électriques sont-elles installées à une hauteur facilement accessible ? La cuisine dispose-t-elle d'un éclairage correct ?

Nota : Les suggestions d'aménagement peuvent être transposées dans d'autres types d'espace et l'ordre des éléments peut être inversé. Les superficies indiquées ne comprennent pas le coin repas. Toutes les mesures sont exprimées en mm. 1:100.

Pressalit est leader dans le domaine d'aménagement pour personnes à mobilité réduite.

Notre philosophie est simple : une mobilité réduite n'est pas synonyme d'épanouissement réduit. Cette idée-force est à l'origine de tous nos designs de cuisines et de salles de bains : « keep living »

Riches de 35 années d'expériences dans le secteur des soins, nous exerçons aujourd'hui nos activités dans le monde entier.

Le respect fondamental de l'entreprise pour La Personne, quelles que soient ses capacités, se reflète également dans sa vision de la société au sens large ou à plus petite échelle dans ses relations et actions au sein de sa localité. Chez Pressalit, la Responsabilité Sociale de l'Entreprise (RSE) est profondément ancrée dans sa stratégie et ses valeurs et constitue un point de repère important pour tous les membres de l'organisation.

Le siège de Pressalit se trouve au Danemark.

Pressalit.com

Pressalit A/S
Pressalitvej 1
8680 Ry
Danemark
t : +45 8788 8788
pressalit@pressalit.com

Pressalit Belux & France
Van der Voort Agenturen B.V.
Ertbruggestraat 111
2110 Wijnegem
Belgique
t: Belgique + 32 3 877 04 44
be@pressalit.com

t: France + 33 187 652 480
fr@pressalit.com

PRESSALIT SUPPORTS UNITED NATIONS GLOBAL



Pressalit's Environmental and Quality Management Systems are certified by LRQA