Institut Qalâmi



ARCHITECTURE & DESIGN D'INTÉRIEUR

Aménager une pièce : les mesures et les règles à connaître

Relever une pièce, la dessiner au 1/50, laisser la place de circuler, choisir la lumière et les couleurs. Avec les repères courants du métier et des grilles à imprimer.

Un bel intérieur commence par des mesures justes. Ce guide donne une méthode pour relever une pièce et la dessiner à l'échelle, puis les repères qui rendent un espace agréable : la place pour circuler, la hauteur des meubles, la lumière, les couleurs.

À LIRE AVANT DE COMMENCER

Les chiffres de ce guide sont des **repères courants**, pas des normes ; quand les sources divergent, une fourchette est donnée. Adaptez-les à votre pièce. Pour l'électricité, le gaz, la plomberie ou un mur à abattre, faites appel à un professionnel qualifié.

01 Mesurer une pièce

Tout part d'un relevé juste : 5 cm d'erreur sur le papier, et c'est l'armoire qui ne rentre pas.

Le matériel

- un mètre ruban rigide de 5 m, ou un télémètre laser (pratique quand on est seule) ;
- du papier à petits carreaux de 5 mm ou du papier millimétré (les grands carreaux se comptent mal) ;
- un crayon, une gomme, un support rigide et, si possible, une deuxième personne pour tenir le mètre.

La méthode en six étapes

1. **Faites un croquis à main levée**, vu de dessus, sans échelle. Nommez les murs A, B, C, D dans le sens des aiguilles d'une montre, en partant de la porte.
2. **Mesurez chaque mur** d'un coin à l'autre, à environ 1 m du sol, au-dessus des plinthes. Notez tout en centimètres. Si un mur n'est pas droit, mesurez en bas et en haut, et gardez la plus petite cote.
3. **Mesurez les deux diagonales**, d'un coin au coin opposé. Murs opposés égaux deux à deux et diagonales égales : la pièce est d'équerre. Sinon, elle ne l'est pas (voyez l'encadré ci-dessous).
4. **Placez les ouvertures** : pour chaque porte et fenêtre, sa distance au coin, sa largeur, sa hauteur et, pour une fenêtre, l'allège (du sol au bas de la fenêtre). Notez le sens d'ouverture.
5. **Relevez ce qui ne bouge pas** : radiateurs, prises, interrupteurs, arrivées et évacuations d'eau, poteaux, poutres, coffres, placards intégrés.
6. **Mesurez la hauteur sous plafond** à plusieurs endroits, et l'épaisseur des murs dans l'encadrement d'une porte, là où on la voit.

L'ASTUCE DES COTES CUMULÉES

Sur un même mur, mesurez tout depuis le même coin, sans déplacer le zéro du mètre : début de la fenêtre à 85 cm, fin à 205 cm, coin suivant à 410 cm. La fenêtre fait donc 120 cm, et les petites erreurs ne s'additionnent plus.

UNE PIÈCE QUI N'EST PAS D'ÉQUERRE

Tracez le mur A à l'échelle. Depuis un de ses bouts, tracez au compas un arc de la longueur du mur voisin ; depuis l'autre bout, un arc de la longueur de la diagonale qui mène au même coin. Les deux arcs se croisent sur ce coin. Même chose pour le dernier coin.

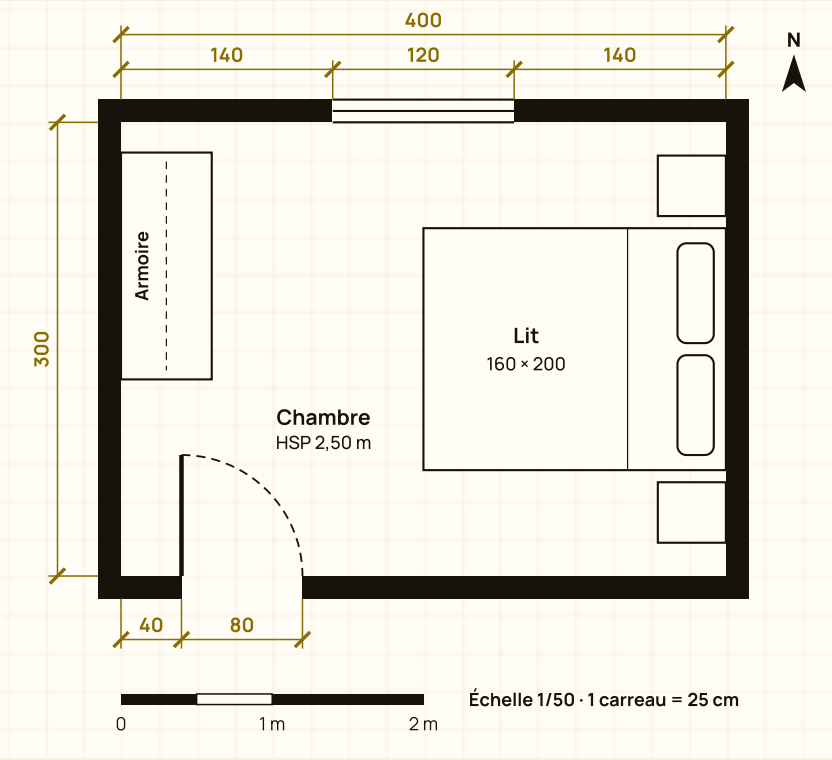
02 Dessiner le plan au 1/50

Une échelle dit combien de fois la réalité est réduite. Au 1/50, tout est cinquante fois plus petit : **1 cm sur le papier vaut 50 cm dans la pièce**, donc 1 m vaut 2 cm. C'est l'échelle courante pour dessiner une pièce avec ses meubles.

LA RÈGLE DE CALCUL

Longueur sur le plan (en cm) = longueur réelle (en m) × 2. Sur du papier à petits carreaux de 5 mm : **1 carreau = 25 cm** et **4 carreaux = 1 m**.

Dans la pièce	10 cm	25 cm	50 cm	80 cm	1 m	2 m	3,60 m	4,20 m
Sur le plan	**2 mm**	**5 mm**	**1 cm**	**1,6 cm**	**2 cm**	**4 cm**	**7,2 cm**	**8,4 cm**
En carreaux de 5 mm	0,4	1	2	3,2	4	8	14,4	16,8



Dessiner pas à pas

1. Écrivez l'échelle sous le plan : « Échelle 1/50 ».
2. Tracez l'intérieur des murs avec les cotes du croquis, puis leur épaisseur vers l'extérieur.
3. Placez les portes et les fenêtres, avec leur symbole.
4. Ajoutez les cotes : une ligne fine parallèle au mur, un petit trait à chaque bout, le chiffre au milieu.
5. Notez le nord, le nom de la pièce et la hauteur sous plafond (HSP).
6. Découpez les meubles dans du papier, à la même échelle, et essayez-les sur le plan avant de déplacer les vrais.

Exemple : une chambre de 4,00 × 3,00 m (16 × 12 carreaux), avec un lit de 160 × 200 cm et une armoire de 60 cm de profondeur. Les murs sont en noir ; la fenêtre, trois traits fins dans l'épaisseur du mur ; la porte, un trait épais et un arc qui montre où elle s'ouvre. Imprimé à 100 % (sans « ajuster à la page »), ce plan est au vrai 1/50 : vous pouvez le vérifier à la règle.

LES AUTRES ÉCHELLES

1/100 (1 cm = 1 m) pour un logement entier. **1/20** (1 cm = 20 cm) pour un détail, une cuisine ou une salle de bain. Au 1/50, une feuille A4 accueille une pièce jusqu'à environ 9 × 13 m.

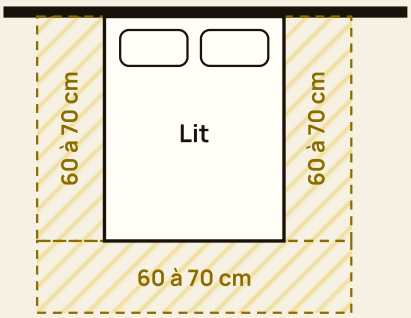
À VOUS : CONVERTISSEZ AU 1/50

Un canapé de 2,20 × 0,95 m. Un lit de 1,60 × 2,00 m. Une table de 1,20 × 0,80 m.

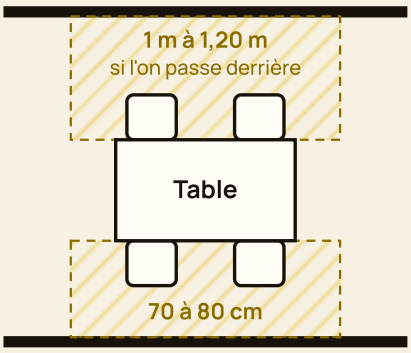
Réponses : 4,4 × 1,9 cm (8,8 × 3,8 carreaux) ; 3,2 × 4 cm (6,4 × 8 carreaux) ; 2,4 × 1,6 cm (4,8 × 3,2 carreaux).

03 Laisser la place de circuler

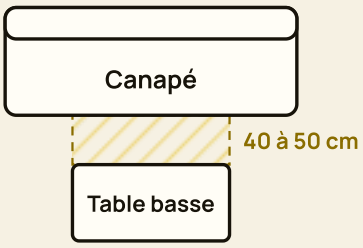
Une pièce agréable se traverse sans se contorsionner. Avant de placer un meuble, réservez la place autour de lui : pour passer, pour ouvrir une porte ou un tiroir, pour reculer une chaise.



Autour du lit



Autour de la table



Canapé et table basse

Les zones hachurées restent libres. Schémas sans échelle.

OÙ	REPÈRE COURANT
Passage principal : entrée, couloir, chemin d'une porte à l'autre	**80 à 90 cm, plus si possible**
Passage secondaire, peu emprunté (entre un meuble et un mur)	**60 cm environ**
Sur les côtés et au pied d'un lit	**60 à 70 cm (50 cm au plus juste)**
Devant une armoire ou une commode, portes et tiroirs ouverts	**80 cm à 1 m**
Entre le canapé et la table basse	**40 à 50 cm**
Du bord de la table au mur, pour reculer sa chaise et se lever	**70 à 80 cm**
Même chose, quand quelqu'un doit passer derrière les chaises	**1 m à 1,20 m**
Derrière un bureau, pour reculer le fauteuil	**80 cm à 1 m**
Cuisine : entre deux plans de travail face à face, ou un plan et un îlot	**1 m à 1,20 m (90 cm au minimum)**
Salle de bain : devant le lavabo, les toilettes, la douche	**60 à 80 cm**

LE TEST DU RUBAN DE MASQUAGE

Avant d'acheter ou de déplacer un meuble, collez son empreinte au sol avec du ruban de masquage (ou posez des feuilles de papier). Marchez, ouvrez les portes, faites semblant de vous asseoir. En dix minutes, vous voyez ce qu'aucun plan ne montre.

LES PORTES D'ABORD

Dessinez toujours l'arc d'ouverture des portes, des fenêtres et des portes de placard : rien ne doit s'y trouver. Une porte qui bute sur un meuble, on la remarque tous les jours.

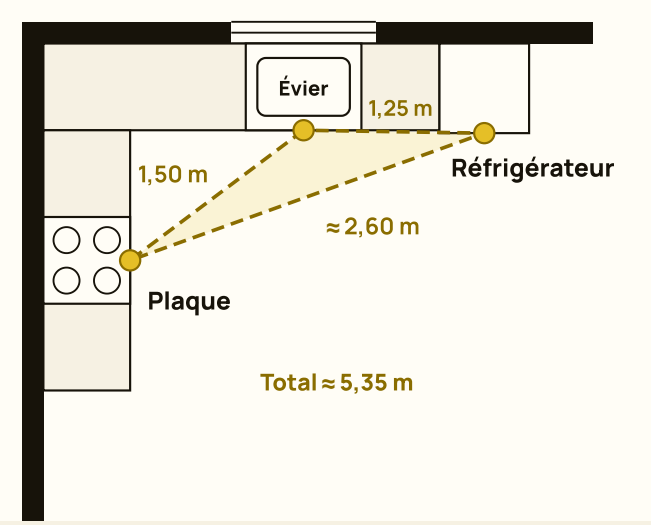
04 Hauteurs et profondeurs

Ces repères valent pour des meubles courants et une taille d'adulte moyenne. Servez-vous-en pour vérifier un plan ou un achat, puis ajustez à votre corps : un plan de travail se place environ **10 à 15 cm sous le coude plié** ; un bureau, à peu près **à hauteur des coudes**, épaules relâchées.

MEUBLE	HAUTEUR	PROFONDEUR, LARGEUR
CUISINE		
Plan de travail	**85 à 95 cm**	60 à 65 cm de profondeur
Meubles hauts	bas des meubles 50 à 60 cm au-dessus du plan	30 à 40 cm de profondeur
Hotte	hauteur au-dessus de la plaque : celle de la notice du fabricant	
Tabouret, comptoir vers 90 cm	**assise 60 à 65 cm**	50 à 60 cm de large par place
Tabouret, bar vers 105 à 110 cm	**assise 75 à 80 cm**	50 à 60 cm de large par place
REPAS ET BUREAU		
Table à manger	**72 à 76 cm**	60 à 70 cm par personne ; 80 cm à 1 m de large pour se faire face
Chaise	**assise 43 à 48 cm**	25 à 30 cm entre l'assise et le plateau
Bureau	**72 à 75 cm**	60 cm de profondeur au minimum, 70 à 80 cm avec un écran
Écran	le haut à hauteur des yeux ou un peu en dessous	à environ une longueur de bras
CHAMBRE		
Lit	**dessus du matelas entre 45 et 60 cm**	matelas courants en France : 90 × 190, 140 × 190, 160 × 200, 180 × 200 cm (ailleurs, les tailles changent)
Table de chevet	à peu près au niveau du dessus du matelas	
Penderie	sous la tringle : environ 100 cm (vestes, chemises) ; 140 à 170 cm (manteaux, robes longues)	55 à 60 cm de profondeur
SALON ET SALLE DE BAIN		
Canapé	**assise 40 à 45 cm**	souvent 85 cm à 1 m de profondeur totale
Table basse	**35 à 45 cm**	environ les deux tiers de la longueur du canapé
Bibliothèque		25 à 35 cm de profondeur
Lavabo, plan vasque	**dessus entre 80 et 90 cm**	
AUX MURS ET AU PLAFOND		
Tableau seul	centre entre 1,45 et 1,60 m du sol, à peu près à hauteur des yeux	
Tableau au-dessus d'un meuble	bas du cadre 15 à 25 cm au-dessus du canapé ou du buffet	
Suspension sur une table	bas de la lampe 60 à 80 cm au-dessus du plateau	
Tringle à rideaux	10 à 15 cm au-dessus de la fenêtre ; elle dépasse de 15 à 25 cm de chaque côté	

05 La cuisine et son triangle d'activité

Dans une cuisine, on va sans cesse du réfrigérateur à l'évier, puis de l'évier à la plaque de cuisson. Ces trois points forment le **triangle d'activité**. Trop grand, on marche beaucoup ; trop petit, on manque de place pour poser et préparer.



Exemple : cuisine en L, vue de dessus, dans l'ordre des gestes (réfrigérateur, évier, plan de travail, plaque). Les distances se prennent du milieu de la façade d'un appareil au milieu de celle de l'autre.

Les repères d'usage

- Chaque côté mesure entre **1,20 m et 2,70 m**.
- Les trois côtés additionnés font entre **4 m et 8 m** environ.
- Évitez qu'un passage ou un îlot coupe le triangle : on se gêne en cuisinant.
- Entre l'évier et la plaque, gardez un vrai plan de travail libre pour préparer : au moins 60 cm, davantage si possible.
- Prévoyez un espace de pose à côté du réfrigérateur et de part et d'autre de la plaque.
- Suivez l'ordre des gestes : sortir (réfrigérateur), laver (évier), préparer (plan de travail), cuire (plaque), servir.

Selon la forme de la cuisine

Linéaire (un seul mur)	Pas de vrai triangle : l'évier au milieu, le réfrigérateur et la plaque de part et d'autre.
En L	L'évier sur un bras, la plaque sur l'autre, le réfrigérateur au bout d'un bras, de préférence celui de l'évier.
En U	Un point par côté : c'est la forme qui donne le triangle le plus facile à équilibrer.
Parallèle	Deux points d'un côté, un de l'autre ; 1 m à 1,20 m entre les deux rangées.
Avec îlot	L'îlot peut porter l'évier ou la plaque ; gardez 1 m à 1,20 m de passage autour.

À ÉVITER

- la plaque collée au réfrigérateur ;
- la plaque sous une fenêtre (rideaux, courants d'air) ;
- la plaque au bout d'un plan, sans place pour poser ;
- un réfrigérateur dont la porte bute contre un mur et ne s'ouvre pas en grand.

À VOUS : VOTRE TRIANGLE

Réfrigérateur → évier	..... m
Évier → plaque	..... m
Plaque → réfrigérateur	..... m
Total (4 à 8 m ?)	..... m

06 La lumière

La même pièce change complètement selon sa lumière. Regardez-la le matin, à midi et le soir avant de choisir les couleurs et la place des meubles.

La lumière naturelle

- Dans l'hémisphère Nord, une fenêtre au **sud** reçoit le soleil une grande partie de la journée ; au **nord**, la lumière est plus froide mais régulière, avec peu ou pas de soleil direct ; à l'**est**, le soleil du matin ; à l'**ouest**, celui de l'après-midi et du soir.
- Les murs clairs renvoient la lumière, les murs foncés l'absorbent. Un miroir près d'une fenêtre, ou face à elle, renvoie le jour dans la pièce.
- Placez un bureau perpendiculaire à la fenêtre : ni éblouissement en face, ni reflet dans l'écran. Pour écrire de la main droite, le jour arrive de préférence par la gauche (l'inverse pour une gauchère).

Plusieurs sources, à plusieurs hauteurs

Un seul plafonnier rend une pièce plate. On combine trois types d'éclairage :

- **général** : plafonnier, spots, appliques, pour voir toute la pièce ;
- **de tâche** : sous les meubles hauts de cuisine, lampe de bureau, liseuse, miroir ;
- **d'ambiance** : lampes basses, lampadaire, lumière indirecte sur un mur ou une niche.

Un variateur adapte une même lampe au moment de la journée (l'ampoule doit être indiquée « dimmable »).

La température de couleur, en kelvins

Exprimée en kelvins (K), elle indique la **couleur** de la lumière, pas sa force. Le chiffre vient de la physique : un métal chauffé devient rouge-orangé, puis de plus en plus blanc. D'où ce paradoxe : **plus le chiffre est bas, plus la lumière paraît chaude** (jaune-orangé) ; plus il est haut, plus elle paraît froide (blanc bleuté).



≈ 1 900 K · chaud — 2 700 — 3 000 — 4 000 — 5 000 — 6 500 K · froid

TEMPÉRATURE	CE QU'ON VOIT	USAGE COURANT À LA MAISON
≈ 1 900 K	la flamme d'une bougie	repère seulement
2 700 K	blanc chaud, proche des ampoules à filament	salon, chambre, lampes d'ambiance
3 000 K	blanc chaud un peu plus net	salle à manger, cuisine, salle de bain
4 000 K	blanc neutre	bureau, coin de travail, dressing, buanderie
5 000 à 6 500 K	blanc froid, proche de la lumière du jour	rare à la maison : atelier, travail précis

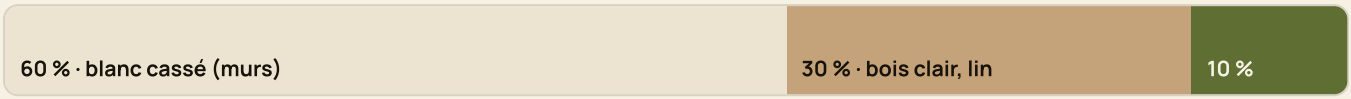
TROIS INDICATIONS À LIRE SUR UNE AMPOULE

- **Les kelvins (K)** : la couleur de la lumière. Dans une même pièce, gardez la même, ou deux très proches (2 700 et 3 000 K) : mélanger 2 700 K et 4 000 K donne des zones jaunes et des zones bleutées.
- **Les lumens (lm)** : la quantité de lumière. Les watts disent ce que l'ampoule consomme, pas ce qu'elle éclaire. Repère : une ancienne ampoule de 60 W donnait environ 800 lumens.
- **L'IRC** (indice de rendu des couleurs, sur 100) : la fidélité des couleurs. Visez au moins 80, et 90 ou plus là où les couleurs comptent : miroir, cuisine, coin couture.

07 Couleurs et proportions

La règle 60-30-10, une règle d'usage

En décoration, on répartit souvent les couleurs d'une pièce ainsi : **60 %** pour la dominante (murs, grandes surfaces), **30 %** pour la secondaire (meubles, rideaux, tapis), **10 %** pour l'accent (coussins, objets, cadres). Ce n'est pas une loi, mais un point de départ qui évite l'effet « tout pareil » ou « trop chargé ».



Exemple : murs blanc cassé, meubles en bois clair et rideaux en lin, touches de vert olive.

Le cercle chromatique



- **Camaïeu** : une seule couleur, du clair au foncé. Calme et facile.
- **Couleurs voisines** : deux ou trois couleurs côte à côte sur le cercle (vert, bleu-vert, bleu).
- **Complémentaires** : face à face (rouge et vert, bleu et orange, jaune et violet). Contraste fort, à garder pour les 10 %.

Jouer avec l'œil

- Les couleurs claires et froides donnent l'impression d'éloigner un mur ; les foncées et chaudes, de le rapprocher.
- Un plafond plus clair que les murs paraît plus haut.
- Un mur du fond plus foncé semble raccourcir un long couloir.
- Les lignes verticales (rideaux longs, étagères hautes) font paraître la pièce plus haute ; les horizontales, plus large.

À VOUS : LA PALETTE D'UNE PIÈCE

60 %	
30 %	
10 %	

Choisir une peinture

- Peignez un grand échantillon, au moins une feuille A4, et regardez-le le matin, l'après-midi et le soir sous vos lampes.
- Sur un grand mur, une couleur paraît souvent plus intense que sur le petit nuancier : en cas de doute, prenez la nuance un peu plus douce.
- Les blancs ne se ressemblent pas : comparez-les côte à côte. Certains tirent vers le jaune, d'autres vers le gris ou le bleu.
- **Mat** : cache les petits défauts, se lave moins bien. **Velours, satiné** : plus lessivables, pour les couloirs, la cuisine, la salle de bain, les chambres d'enfants. **Brillant** : souligne les défauts, plutôt pour les boiseries et les portes.

Les proportions

- Rideaux : ils descendent jusqu'au sol, ou s'arrêtent 1 à 2 cm au-dessus ; trop courts, ils font paraître la fenêtre plus petite.
- Tableau ou miroir au-dessus d'un meuble : les deux tiers à trois quarts de sa largeur.
- Tapis de salon : assez grand pour que les pieds avant du canapé et des fauteuils reposent dessus.
- Tapis sous une table : il dépasse d'au moins 60 cm de chaque côté, pour que les chaises restent dessus quand on les recule.
- Objets groupés par trois ou par cinq, de hauteurs différentes : l'ensemble paraît souvent plus vivant.
- Petite pièce : peu de meubles, mais à la bonne taille ; des meubles sur pieds laissent voir le sol et paraissent plus légers.

08 Avant d'acheter un meuble

Un meuble trop grand, trop profond ou qui ne passe pas la porte coûte cher à renvoyer. Cochez chaque ligne avant de payer.

L'emplacement

- [ ] J'ai mesuré l'emplacement (largeur, profondeur, hauteur) en tenant compte des plinthes, du radiateur, des prises et du rebord des fenêtres.
- [ ] Je connais la profondeur réelle du meuble : accoudoirs, poignées et dossier compris, pas seulement celle de l'assise ou de la façade.
- [ ] Ses portes et ses tiroirs s'ouvrent en grand sans toucher un mur, une poignée ou un autre meuble.
- [ ] La place pour circuler autour reste suffisante (chapitre 03).
- [ ] Je l'ai dessiné à l'échelle sur mon plan, ou j'ai collé son empreinte au sol avec du ruban de masquage.
- [ ] Sa hauteur va avec le reste : canapé et table basse, table et chaises, lit et chevets (chapitre 04).

Le trajet jusqu'à la pièce

- [ ] J'ai mesuré la porte d'entrée, le couloir, les angles à tourner, l'escalier et l'ascenseur (largeur, profondeur et hauteur intérieures).
- [ ] Le meuble, emballage compris, passe par l'endroit le plus étroit du trajet, au besoin en le tournant ou en le basculant.
- [ ] Je sais s'il est livré monté ou en kit, s'il se démonte (pieds, dossier) et qui le monte.

La matière et l'usage

- [ ] La matière supporte l'usage prévu : enfants, soleil direct, humidité, cuisine.
- [ ] L'entretien me convient : housse déhoussable, tissu lavable, surface qui ne marque pas.
- [ ] J'ai vu la couleur ou un échantillon chez moi, à la lumière de la pièce, de jour et le soir.
- [ ] S'il est haut ou lourd, je prévois de le fixer au mur, surtout avec des enfants à la maison.

L'achat

- [ ] J'ai lu les délais de livraison et les conditions de retour avant de payer.
- [ ] J'ai attendu au moins une nuit avant d'acheter un gros meuble repéré « sur un coup de cœur ».

LE BON ORDRE

D'abord le plan, ensuite les grands meubles (lit, canapé, table, rangements), enfin les petits meubles, les luminaires et la décoration. Les grands meubles décident de tout le reste.

09 Votre grille de relevé

Imprimez cette page, emportez-la dans la pièce avec votre mètre, et remplissez-la en suivant la méthode du chapitre 01. Toutes les mesures en centimètres.

Pièce :

Date :

Hauteur sous plafond :

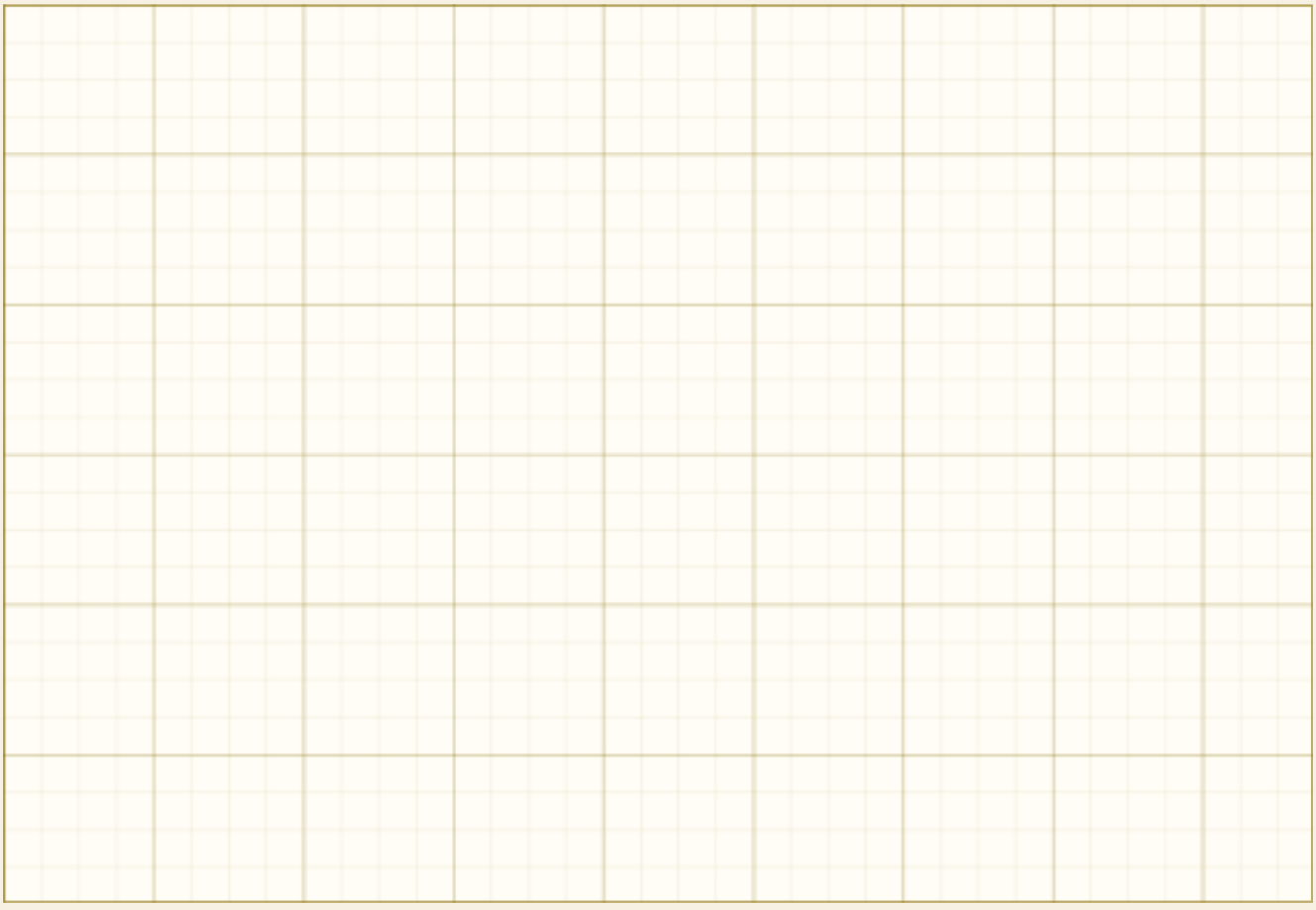
Épaisseur des murs :

Diagonale 1 :

Diagonale 2 :

MUR	LONGUEUR	PORTE OU FENÊTRE	DISTANCE AU COIN	LARGEUR × HAUTEUR	ALLÈGE	PRISES, RADIATEUR, AUTRES
A						
B						
C						
D						
E						

Plan au 1/50 : 1 carreau = 25 cm, 4 carreaux = 1 m



Les traits plus marqués tombent tous les mètres. Imprimez à 100 %, sans « ajuster à la page », pour garder l'échelle.

Pour aller plus loin

La formation Architecture & design d'intérieur de l'Institut Qalâmi, 100 % féminine et à distance, reprend ces bases pas à pas, puis passe à AutoCAD et SketchUp, jusqu'à un projet complet rendu sur D5 Render. Écrivez-nous pour en connaître les dates.

WhatsApp : +971 52 151 9314

contact.qalami@gmail.com

institutqalami.com/architecture-design