

Healthy Building Network

Hoe creëer je een gezond gebouw?





Healthy Building Network

www.healthybuildingnetwork.com

Licht

- Pas veel (grote) ramen toe voor zoveel mogelijk daglicht.^{1,3}
- Vul daglicht daar waar nodig aan met kunstlicht gebaseerd op het Circadiaanse ritme^{2,6} en blauw verrijkte taakverlichting.¹
- Voorkom verblinding en oververhitting en zorg voor zonnewering, dit kan ook middels bladverliezende bomen en ontwerpkeuzes.^{1,3,7}

Geluid & akoestiek

- Bescherm tegen geluid van buiten en geluidsbronnen van binnen (zoals apparatuur).⁴
- Creëer diverse werkruimtes passend bij diverse werkvormen en neem daarin geluidsarme en afgeschermdes ruimtes in mee.¹
- Pas akoestische maatregelen toe zoals, absorberend systeemplafond, absorberende wanden en schermen, planten en andere materialen.

Binnenluchtkwaliteit & ventilatie

- Zorg ervoor dat ramen geopend⁷ kunnen worden en er voldoende verse luchttoevoer is.^{1,2,3,4,5,7}
- Gebruik gezonde en veilige materiaal met weinig tot zo min mogelijk chemische emissies.^{1,2,4,7}
- Zorg voor een verhoogde ventilatie^{1,2} en ontwerp gebruik naast installaties ook natuurlijke manieren¹ toe zoals atrium, zonneshoorstenen en termietventilatie.

Thermisch comfort

- Zorg ervoor dat gebruikers persoonlijke beïnvloeding kunnen uitoefenen op het thermisch comfort (en andere factoren).^{1,3,5}
- Gebruik planten en water om het binnenklimaat te beïnvloeden.
- Zorg dat de temperatuur tussen 20-25°C in kantoorgebouwen blijft¹ en de luchtvochtigheid tussen 40 en 60%.

Look & feel

- Gebruik van planten (die ook een positieve invloed hebben op de andere factoren), aangevuld met afbeeldingen met natuur en goed lijkende kunstplanten⁶. En zorg voor zicht op natuur en groen buiten.¹
- Gebruik natuurlijke en harmonieuze verhoudingen, vormen, texturen en materialen. Maak analogen met de natuur en ontwerp.natuur inclusief.⁴
- Diversiteit in materialen, texturen, vormen en kleuren.⁸

Bronnen

1. Dutch Green Building Council (2015): Gezondheid, Welzijn & productiviteit in Kantoren, <https://www.dgbc.nl/publicaties/gezondheid-welzijn-productiviteit-in-kantoren-5>
2. Allen, J. G., Bernstein, A., Xiadong, C., Eitland, E. S., Flanigan, S., & Gokhale, M. (2017): For Health: The 9 Foundations of a Healthy Building, https://forhealth.org/9_Foundations_of_a_Healthy_Building.February_2017.pdf
3. Center for People and Buildings (2018): Prestatieverbetering door uw kantoor, https://www.cfpb.nl/media/uploads/publicaties/upload/20180418_White_paper_Prestatieverbetering_door_uw_kantoor.pdf
4. Institut für Baubiologie (jaar onbekend): 25 richtlijnen van de bouwbiologie, <https://www.baubiologie.de/downloads/25leitlinien-nl.pdf>
5. Boerstra, A. & Lijjten J. (2003): Binnenmilieu en productiviteit eindelijk harde cijfers. Verwarming & Ventilatie (juni 2003), p.393-397
6. CBRE (2017): Het sneeuwbaaleffect van Healthy Offices, <https://cbrenl.uberflip.com/i/822291-het-sneeuwbaaleffect-van-healthy-offices/0?>
7. BBA binnenmilieu BV (2015): Kentallen binnenmilieu & productiviteit, <http://www.kantoorvolenergie.nl/wp-content/uploads/downloads/2015/10/BBA-Rapport-Kentallen-binnenmilieu-productiviteit-151015.pdf>
8. Browning, H., Ryan, C. & Clancy, J. (2014): 14 patterns of biophilic design, <https://www.terrapinbrightgreen.com/wp-content/uploads/2014/09/14-Patterns-of-Biophilic-Design-Terrapin-2014p.pdf>

Mede mogelijk gemaakt door:

