

INVESTEREN IN WELBEVINDEN MEDEWERKERS BETAALT ZICH TERUG

BETERE PRESTATIES IN GEZONDE GEBOUWEN

Dat nieuwe kantoorgebouwen duurzaam zijn, is inmiddels vanzelfsprekend. Volgende stap is de aandacht voor gezondheid en welzijn van mensen die in een gebouw actief zijn. Als bij ontwerp, materialen en installaties een gezonde werkomgeving centraal staat, voelen medewerkers zich niet alleen beter; ze presteren ook beter.

Universiteit Twente en vastgoed- en huisvestingsadviseur CBRE deden in 2016 onderzoek naar het effect van werkplekaanpassingen op gezondheid. Er werden vijf elementen geselecteerd waarbij de meeste impact werd verwacht: licht, groen, voeding, ontspanning en beweging. In het Amsterdamse CBRE-kantoor werd een testomgeving ingericht waar ruim 120 medewerkers zeven maanden lang gevolgd zijn. Door de aanpassingen voelden deelnemers zich substantieel gezonder, energiever en gelukkiger. Ook presteerden zij meetbaar beter.

NATUURLIJK LICHRITME

Het menselijk lichaam is ingesteld op het natuurlijke verloop van daglicht. Omgevingslicht bepaalt wanneer we actief zijn en wanneer we slapen. Kunstmatige verlichting in kantoren verstoort dit ritme. Het zwakke, gele licht dat daar meestal brandt, maakt dat mensen slaperiger worden.

In de proef bij CBRE werd een dynamisch lichtstelsel geïnstalleerd dat het natuurlijke ritme van de zon volgt. Bij de start 's ochtends was het licht warm en geel, overdag stimulerend koel blauw. Aan het einde van de werkdag werd weer overgeschakeld op geel, warm licht; een signaal om te ontspannen. Aanvankelijk moesten medewerkers wennen, vooral omdat het licht overdag feller was dan gebruikelijk. Maar de gewenning verliep snel. Na een maand voelde 50% zich gezonder, 71% voelde zich energiever en 76% gelukkiger. De prestaties verbeterden met 12%.

IDEEËN DOOR ONTSPANNING

Naast de inzet van dynamische verlichting leverde het onderzoek nog meer aanbevelingen op. Zoals: stimuleer medewerkers om gezonde alternatieven te kiezen voor suiker en cafeïne. Vergroot de natuurlijke ruimte door meer planten op de werkvloer. En zorg dat mensen voldoende beweging krijgen. Na een wandeling in de buitenlucht zijn ze alerter en productiever. Bijkomend voordeel: tijdens een periode van ontspanning ontstaan vaak de beste ideeën.

GROENE GEVEL

De gemeente Venlo trekt sinds 2016 volop de aandacht met haar circulaire Stads Kantoor. Het CO2-neutrale gebouw produceert ruim 60% van de eigen energie en gebruikt geen gas. Gezondheid van mensen vormt een belangrijk uitgangspunt. Aspecten als licht, lucht, temperatuur en geluid kregen veel aandacht. Eyecatcher vormt de grote groene gevel. Die zuivert de lucht (denk aan stikstof) in een straal van 500 meter, zet CO2 om in zuurstof, isoleert tegen zowel geluid, hitte als kou en fungeert als waterberging.

GEZONDE BUSINESSCASE

De universiteit van Maastricht onderzocht of het Venlose Stads Kantoor inderdaad zorgt voor gezondere mensen en een hogere productiviteit. Aspecten als luchtkwaliteit, licht en temperatuur werden als substantieel beter ervaren dan in de voormalige huisvesting. Bij medewerkers die verhuisden naar



Foto Bert Reiberger – J.P. Van Eesteren

de nieuwbouw namen gezondheidsklachten met 50% af. Opmerkelijk is dat de positieve effecten groter waren bij mensen met een hogere leeftijd.

Ook los van de impact op medewerkers zorgt het circulaire Stadskantoor voor een gezonde businesscase. De investeringen in duurzaamheid leveren al vanaf het eerste jaar een positieve cashflow op.

KANTOORGEBOUW VAN HET JAAR

Het Venlose Stadskantoor is meermaals bekroond. Ook de nieuwe huisvesting van groene bank Triodos in Driebergen viel in de prijzen. Dit duurzame, circulaire en volledig remontabele gebouw – een ontwerp van RAU Architecten – werd door Architectenweb be-

Het nieuwe Triodos-kantoor is in volledige harmonie met de omgeving

GEZONDE GEBOUWEN ZIJN EEN TROEF OP DE ARBEIDSMARKT

kroond als kantoorgebouw van het Jaar 2019. Het Triodos-kantoor bestaat vrijwel geheel uit hout, afkomstig uit een duurzaam beheerd Duits bos. De draagconstructie is met 165.312 schroeven aan elkaar bevestigd. Mocht het gebouw in de toekomst niet meer nodig zijn dan kan het eenvoudig uit elkaar gehaald worden. Alle gebruikte elementen zijn vastgelegd in materialenbank Madaster. Zo is exact bekend wat later voor mogelijk hergebruik beschikbaar komt.

KRINGLOPEN SLUITEN

Het Triodos-kantoor ligt op landgoed De Reehorst, pal naast station Driebergen-Zeist. Het gebouw is in volledige harmonie met de omgeving. Terrasvormige daken zorgen

voor een natuurlijke overgang. Met een maximale hoogte van 25 meter blijft het complex onder de boomgrens.

Zoveel mogelijk kringlopen worden gesloten; denk aan energie, water en afval. Het gebouw is energieneutraal, onder meer door warmte- en koudeopslag en zonnepanelen. Die bevinden zich op het dak van de parkeerplaats en kunnen elektrische auto's zowel laden als ontladen. De vrijkomende energie kan gebruikt worden voor het kantoorgebouw.

HOUTEN KATHEDRAAL

De ongeveer 480 Triodos-medewerkers beschikken straks over een 'fijne werkplek met respect voor de omgeving en milieu', aldus de jury van het Kantoorgebouw van het Jaar. De architect spreekt van een houten kathedraal. Volgens Thomas Rau moeten de mensen

ZILVER, GOUD EN PLATINA

Energielabels en een BREEAM-certificering geven informatie over de mate van duurzaamheid. Maar hoe weet een huurder of medewerker dat hij te maken heeft met een gezond gebouw? De WELL Building Standard, kortweg WELL legt de positieve impact vast op de gezondheid en het welzijn van de gebruikers. Dit internationale keurmerk richt zich op zeven categorieën: lucht, water, licht, voeding, vitaliteit, comfort en geest. De mate waarin een gebouw bijdraagt aan welzijn en gezondheid wordt uitgedrukt in WELL-classificaties zilver, goud of platina.

die er werken ervaren dat hemel en aarde door het gebouw met elkaar worden verbonden. De gevels zijn volledig van glas, waardoor daglicht tot diep in het kantoor doordringt. Ramen kunnen worden geopend – tegenwoordig bijna bijzonder – zonder dat de klimaatregeling wordt verstoord. Speciaal glas zorgt voor een aangename binnentemperatuur en het groendak heeft 's zomers een verkoelende werking.

BINNEN EN BUITEN WERKEN

De vorm van kernen en plafonds – geïnspireerd op een paddenstoel – versterkt de verbinding met de omliggende natuur. Zachte kleuren en natuurlijke materialen zorgen voor een rustige werkomgeving. Er is veel aandacht voor geluid en akoestiek. Ook als het om werk gaat, vervaagt bij het Triodos-kantoor het onderscheid tussen binnen en buiten. Het openluchttheater op het landgoed kan gebruikt worden voor vergaderingen en in de bostuinen is overal wifi. Gezond gedrag wordt ook gestimuleerd via mobiliteit. Parkeerplaatsen bevinden zich op enige loopafstand. Treinreizigers zijn sneller ter plaatse maar fietsers worden maximaal in de watten gelegd. Zij kunnen parkeren onder het kantoor.

TROEF VOOR TALENT

Als mensen zich prettiger voelen, presteren zij beter. Daarom is het verstandig bij nieuwbouw niet alleen oog te hebben voor duurzaamheid maar ook te investeren in het welbevinden van medewerkers. De financiële impact daarvan is zelfs substantieel groter dan een besparing op energiekosten. De twee gebouwen in dit artikel maken deel uit van een groeiend aantal voorbeelden. Bedenk daarbij dat een gezonde, aantrekkelijke werkomgeving niet alleen de productiviteit verhoogt. Het is ook een krachtige troef in de strijd om het steeds schaarsere talent op de arbeidsmarkt.



Foto Bert Rietberg - J.P. Van Eesteren