

Position paper over meer daglicht in Nederlandse gebouwen

In de huidige bouwregelgeving is meer aandacht nodig om de juiste balans te bereiken tussen energie-efficiency en de gezondheid van de mensen die in gebouwen verblijven. De eisen voor de gezondheidskwaliteit voor mensen in gebouwen liggen op de absolute ondergrens. Tekenend hiervoor zijn de daglichtnormen. Wij pleiten er om die reden voor dat de Nederlandse overheid meer rekening houdt met gezondheidseisen en de levenskwaliteit bij het formuleren van nieuwe bouwregelgeving.

Op 9 juli 2018 is de nieuwe Energy Performance Building Directive (EPBD) in werking getreden. Hierin staan eisen geformuleerd waaraan alle gebouwen in de EU moeten voldoen. Binnen twintig maanden moeten de EU-lidstaten deze eisen overnemen in hun nationale wetgeving. Voor Nederland betekent dit dat de nieuwe EU-normen zullen moeten worden opgenomen op 10 maart 2020 in de Omgevingswet die begin 2021 in werking treedt.

Het Europees Parlement benadrukt in meerdere clausules van het vernieuwde EPBD het belang van 'healthy indoor climate conditions'. Zoals het er nu naar uitziet, kiest de Nederlandse overheid ervoor om deze clausules slechts minimaal te interpreteren. Het daglichtoppervlak blijft, ten opzichte van het Bouwbesluit 2012, onveranderd klein in het nieuwe Besluit Bouwwerken en Leefomgeving (BBL).

Het wettelijke minimum blijft 0,5 m² daglicht per kamer (en een equivalent van een vloer-glas-ratio van 10% dat door een beleidneutrale benchmarkstudie in opdracht van de Rijksoverheid is bepaald op een daglichtfactor van Dtm 1,0) met een woonfunctie. Dat komt neer op een niveau tussen de 58 en 144 lux aan natuurlijk licht. Wetenschappelijke literatuur erkent in brede kring dat mensen een minimaal lichtniveau van 300 lux (verlichtingsniveau) nodig hebben om visuele taken uit te voeren.

Wij vrezen dat hierdoor de gezondheid van toekomstige generaties in gevaar komt. Hieronder worden enkele negatieve gevolgen van het gebrek aan voldoende daglicht uiteengezet, evenals de positieve gevolgen van meer daglicht:



Natuurlijk licht en gezondheid

Natuurlijk licht speelt een essentiële rol in de gezondheid van de mens. Onze biologische klok stelt zichzelf erop af. Daarnaast verhoogt daglicht de alertheid en productiviteit van mensen. Ruimtes met een gebrek aan natuurlijk licht kunnen leiden tot verhoogde vermoeidheid, stress, hart- en vaatziekten en een slechter humeur. Een vitamine D-tekort door te weinig zonlicht kan leiden tot een verhoogde kwetsbaarheid voor ziektes.

Daarnaast is natuurlijk licht belangrijk voor de menselijke gezondheid om tal van andere redenen. Zo draagt het bij aan de preventie van ademhalingsziektes als astma, en vermindert het de effecten van Seasonal Affective Disorder, beter bekend als winterdepressie. Patiënten hebben een comfortabeler verblijf in ziekenhuizen met voldoende daglicht en mogen sneller naar huis dan patiënten in ziekenhuizen die relatief donker zijn.



Productiviteit

Een betere voorziening van daglicht leidt tot een groei in arbeidsproductiviteit die kan oplopen tot 15%.

Bovendien zorgt meer zonlicht voor grotere tevredenheid onder werknemers. Daglicht komt ook de productiviteit van scholieren en studenten ten goede: scholieren in goed verlichte klaslokalen scoren 7% tot 18% hoger op gestandaardiseerde toetsen dan leerlingen in slecht verlichte klaslokalen. Niet alleen daglicht, maar ook uitzicht op natuur komt de productiviteit van werknemers en leerlingen ten goede.

15%

Een goede hoeveelheid daglicht verbetert het leer-
vermogen met 15%.





EPBD

In de aanbeveling van de Europese Commissie van 8 mei 2019 wordt onder meer aangegeven dat het belangrijk is om energieverbruik voor verlichting, ventilatie en het visueel comfort te verbeteren. In Artikel 3 bijlage 1 punt 4 staat aangegeven dat de positieve effecten van natuurlijk licht moeten worden meegenomen. Wij hopen dat de Nederlandse regering dit ter harte neemt.

Tevens moet men in gedachten houden dat binnen de EPBD ramen worden beschouwd als een zwakke factor in de thermische schil van een gebouw. Dit is om de volgende redenen ontrent:

- ramen dragen door binnentredend daglicht gedurende het hele jaar bij aan het verminderen van energieverbruik voor verlichting;
- ramen dragen door passieve zonnewarmte in de winter bij aan een lager energieverbruik voor verwarming;
- ramen kunnen zomernahtkoelte binnenlaten en zo de behoefte aan airconditioning verminderen;
- zonwering voor de ramen draagt bij aan het voorkomen van oververhitting, wat de behoefte aan bijvoorbeeld airconditioning vermindert.

Aanbevelingen

De huidige bouwregelgeving doet te weinig om een goede levenskwaliteit in de woon- en werkomgeving te garanderen. 10% van de Nederlandse kinderen heeft astma. Het aantal gevallen van stress, SAD en vitamine-D-tekorten is al jaren aan het toenemen. De huidige generatie spendeert 90% van haar tijd binnenshuis; frisse lucht en voldoende daglicht zijn noodzakelijk om deze generatie gezond te houden. Wij doen om die reden de volgende aanbevelingen:

1. Hanteer een ruimere interpretatie van de 'healthy indoor climate conditions' in het EPBD dan momenteel wordt aangehouden.
2. Kies ervoor om voldoende daglicht te garanderen in de woon- en werkomgeving in het Besluit Bouwwerken en Leefomgeving. Verwijs voor de bepaling van daglicht naar de nieuwe bepalingsmethode NEN EN 17037.
3. Hanteer de in de Europese norm aanbevolen waarden voor daglichtoppervlak in de nieuwe BBL: Dt 2,1% te behalen op de helft van het werkoppervlak en een minimale Dtm 0,7% over 90% van het referentie vlak in de ruimte.

De huidige politieke agenda van verduurzaming heeft tot gevolg dat grote hoeveelheden gebouwen in Nederland gerenoveerd moeten worden om ze (bijna) energieneutraal te krijgen. Dit is een uitgelezen kans om ook de gezondheid binnenshuis te verbeteren. Door nu in te grijpen, wordt voorkomen dat nieuwbouw op korte termijn weer gerenoveerd moet worden om te voldoen aan de levenskwaliteitseisen van de toekomst.

De Healthy Homes Barometer van 2018 laat zien dat een gebrek aan daglicht leidt tot meer meldingen van een slechte gezondheid. Gebrek aan daglicht is – samen met vocht, oververhitting en kou – een van de vier hoofdoorzaken van een ongezonde leefomgeving. Met de lage renovatiesnelheid van Nederlandse gebouwen (1-2% van de gebouwvoorraad per jaar) kunnen we het ons niet veroorloven er ongezonde gebouwen bij te bouwen.

