

# Fit met Fitwel

Mensen brengen gemiddeld 85 procent van hun tijd binnen door<sup>1</sup>. Het binnenklimaat in de woon- en werkomgeving heeft daarom grote invloed op de gezondheid van gebouwgebruikers en bezoekers. Wat is het mooi dat de gebouwde omgeving kan bijdragen aan de gezondheid van deze gebruikers. Met Fitwel bijvoorbeeld. Fitwel optimaliseert de gebouwde omgeving om zo de algehele gezondheid van gebruikers te verbeteren.

Auteur: Tessa Voorwinden, technisch specialist Bouwfysica en Duurzaamheid

Net als de WELL Building Standard is Fitwel een certificaat voor gezonde gebouwen. Waar een WELL-certificaat zich vooral focust op de individuele gezondheid, richt Fitwel zich op de volksgezondheid. Fitwel is gebaseerd op 7 gezondheidseffecten en 12 categorieën. Fitwel focust zich vooral op fitness en beweging, voeding en water, licht en uitzicht en houdt daarbij rekening met de mentale gesteldheid. Onderstaande afbeelding maakt inzichtelijk welke gezondheidseffecten aan bod komen binnen Fitwel.



<sup>1</sup> Atlas Leefomgeving (2018, juli) *Binnenmilieu*. <https://www.atlasleefomgeving.nl/meer-weten/bouw/binnenmilieu>

## Het certificaat

Van oorsprong is Fitwel Amerikaans, geïnitieerd door de Amerikaanse overheid en gebaseerd op meer dan 3.000 onderzoekstudies over welzijnseffecten op werknemers. Fitwel is een gezamenlijk initiatief van de Amerikaanse Centers for Disease Control and prevention (CDC), samen met de General Services Administration (GSA). Het Center for Active Design (CfAD) is de exploitant van Fitwel en verantwoordelijk voor de certificering.

Het Fitwel-certificaat wordt behaald via een scorecard. Deze scorecard bestaat uit meer dan 63 strategieën waaraan unieke punten gekoppeld zijn. De te behalen punten worden gewogen naar de impact op de gebruikersgezondheid. Uiteindelijk leidt de puntenopstelling tot een 1-, 2-, of 3-sterren certificaat op basis van in te dienen documenten. Dit wijkt af van WELL waar vooral op prestatie wordt geverifieerd. Fitwel is daarmee wat laagdrempeliger en ook een stuk goedkoper dan WELL. De certificaten richten zich op kantoor- en woongebouwen. Sinds kort is ook een campus-certificaat beschikbaar!

## Fitwel vs. WELL Building Standard

Zowel Fitwel als de WELL Building Standard zetten zich in voor gezonde gebouwen. De belangrijkste overeenkomsten en verschillen zijn uiteengezet in de tabel hieronder.

tabel 1: verschillen en overeenkomsten met Fitwel en WELL Building Standard

	<b>Fitwel</b>	<b>WELL Building Standard</b>
<b>Totstandkoming</b>	<i>Gebaseerd op aantoonbare data van CDC over welzijnseffecten</i>	<i>6 jaar R&amp;D met peer review vanuit wetenschap, medische wereld en uit praktijk</i>
<b>Door wie opgesteld</b>	<i>CDC/GSA/CfAD</i>	<i>Delos/IWBI</i>
<b>Projecttypes</b>	<i>Single- en multi tenant Kantoorinterieur Appartementsgebouwen Campussen</i>	<i>Unieke WELL scorecard wordt gebaseerd op locatie, gebouwfunctie en bouwtype</i>
<b>Certificatieniveau 's</b>	<i>1 ster/2 sterren/3 sterren</i>	<i>Silver/Gold/Platinum</i>
<b>Registratie- en certificatiekosten</b>	<i>Laag</i>	<i>Hoog</i>
<b>Wat wordt gecertificeerd</b>	<i>Volksgezondheid op basis van welzijnseffecten</i>	<i>Individuele gezondheid op basis van menselijk systeem</i>
<b>Hercertificering</b>	<i>Elke 3 jaar</i>	<i>Elke 3 jaar</i>
<b>Voorwaardelijkheden</b>	<i>Geen</i>	<i>Verplichte features voor een certificaat</i>
<b>Verificatie</b>	<i>Gebaseerd op documentatie</i>	<i>Gebaseerd op gemeten prestaties</i>

## DGMR en Fitwel

Gezondheid van de gebruiker krijgt steeds meer een centrale plek in het ontwerp en de realisatie van gebouwen. Samen met de opdrachtgever kijken wij hoe gezondheid geïmplementeerd kan worden in het gebouw. DGMR heeft zowel WELL Accredited Professionals als een Fitwel Ambassador in huis om u te adviseren.

**DGMR**

November 2018

[www.dgmr.nl](http://www.dgmr.nl)