



Een kantoor met klimmuur, groene wand of een geluidscherm van vogelgeluiden of kabbelend water. Kantoorgebouwen moeten natuurlijk geen pretparken worden, maar een gezond gebouw kan wel degelijk meehelpen aan het duurzaam inzetbaar houden van medewerkers.

TEKST | Diederik Wieman

Lekker in  
je vel,  
goed in  
je hoofd:

# GEZOND GEBOUW biedt meerwaarde

Lichtinval en kleur zijn belangrijk in het a.s.r.-gebouw

**A**ls het om duurzame inzetbaarheid gaat zijn er veel knoppen om aan te draaien. Een goede werk-privébalans bijvoorbeeld, (bij)scholing en opleiding, aanpassing van werk, een gezonde leefstijl en voorkomen van psychosociale arbeidsbelasting, zoals te hoge werkdruk en geweld, agressie en pesten op de werkvloer. Alle goede intenties en maatregelen kunnen hun effect verliezen wanneer de werknemer dag in, dag uit in een gebouw zit dat niet de juiste, stimulerende werkomgeving creëert.

Steeds meer partijen zien de toegevoegde waarde van zo'n gezond gebouw. "Het neemt echt een vlucht", stelt Antwan van Haaren, senior adviseur Duurzaamheid & Gezondheid bij ingenieurs- en adviesbureau DGMR.

"Natuurlijk zien beleggers en vastgoedontwikkelaars dat hun vastgoed meerwaarde krijgt en makkelijker te verhuren of te verkopen is. Maar ze zijn ook intrinsiek gemotiveerd om een gezond gebouw te ontwikkelen. Ook werkgevers hebben veel belangstelling. Ze willen de goede dingen doen, een beter gebouw hebben voor de mensen die er werken."

### Comfortabel

Bij DGMR werken circa tweehonderd mensen waarvan de helft advies geeft hoe je gebouwen comfortabel kunt maken voor de mensen die er werken. "We doen dat al bijna veertig jaar", zegt Van Haaren, "maar in die tijd is er wel veel veranderd. Vroeger waren we vooral probleemoplossend. We werden ingeschakeld als er geluidsoverlast was, schimmelplekken op de muur of wanneer het condens van de ramen droop. Tegenwoordig zitten we helemaal aan de voorkant van projecten en bekijken we samen met de architect hoe we een gebouw gezond, duurzaam en comfortabel kunnen



**Antwan van Haaren (DGMR):** "Dat je het over water, geestelijk welzijn en bewegen van mensen hebt. Dat maakt dat je heel anders gaat nadenken over het ontwikkelen van een gebouw"

krijgen. We zijn erg blij dat er nu een methodiek is, een maatlat, die je kunt toepassen om een gezond gebouw te ontwikkelen."

### WELL

Van Haaren doelt op de WELL Building Standard. De standaard werd ontwikkeld in de Verenigde Staten en is voor het eerst uitgekomen in 2014 onder het onafhankelijke International WELL Building Institute (IWBI). De standaard kenmerkt zich door een holistische aanpak. Waar 'duurzaam bouwen' zich traditioneel focust op zaken als duurzame materialen, milieuaspecten en het binnenklimaat, gaat de WELL Building Standard een stap verder door ook voeding, beweging, vitaliteit en een gezonde geest mee te nemen bij renovatie of nieuwbouw van gebouwen. Van Haaren: "Ook wij waren altijd gefocust op de gebouwgerelateerde aspecten, zoals het gebruik van juiste verlichting, thermisch en akoestisch comfort. Terwijl er natuurlijk veel meer zaken zijn die zorgen dat werknemers zich gezonder kunnen voelen in een gebouw."

De WELL Building Standard is het resultaat van zeven jaar durend onderzoek naar het effect van werkplekgerelateerde factoren op welzijn. Alleen de aspecten waarvoor voldoende wetenschappelijk bewijs is dat ze een positief effect op gezondheid of comfort hebben, zijn opgenomen in de standaard.

De standaard omvat tien aandachtgebieden met elk zijn eigen set eisen en voorwaarden:

Lucht, Uitstoot van materialen, Water, Licht, Akoestisch comfort, Thermisch comfort, Beweging, Voeding, Mind/geestelijk welzijn en Sociale gezondheid.

"Van de tien aandachtgebieden zijn er vier bouwgerelateerd. De andere zes zijn concepten waar je eigenlijk →



Werken in een huiskamer setting (Edge Olympic)



Ongestoord werken (a.s.r.)



In een groene omgeving kom je sneller tot rust

niet zo over nadenkt als je een gebouw ontwikkelt. Dat je het over water, geestelijk welzijn en bewegen van mensen hebt. Dat maakt dat je heel anders gaat nadenken over het ontwikkelen van een gebouw”, aldus Van Haaren.

Er zijn steeds meer bedrijven die deze weg inslaan. Total Human Total Care (o.a. Arboned) bijvoorbeeld, heeft zijn bedrijfspand in Son en Breugel gerenoveerd volgens de WELL-normering. Manager facilities Myrthe Schrijnemakers: “Vitaliteit en gezondheid lopen als een rode draad door het gebouw. Hierbij staan beweging, ontspanning en voeding centraal.” Een van de belangrijkste thema’s is het tegengaan van sedentair (zittend) gedrag, waarbij het streven is om minimaal een half uur per werkdag te bewegen. Daarom zijn er tafels voor staand overleg, zit-stabureaus, deskbikes en heeft het pand zelfs een klimwand en ‘living walls’. Deze laatste bestaan uit zachte panelen waar je tegenaan kunt hangen om te bellen of staand te overleggen. Ook zijn er moswanden en worden planten als natuurlijke scheidingswanden tussen de werkplekken gebruikt. In de buitenruimte kunnen medewerkers wandelen en fruit en verse kruiden plukken in de moestuin.

### **Betrokkenheid**

Het Amsterdamse EDGE Technologies is een vastgoedtechnologiebedrijf dat gebouwen ontwikkelt die een actieve bijdrage leveren aan de gezondheid van mens en milieu. EDGE Olympic is het eerste gebouw in Nederland dat de hoogste WELL certificering (platinum) heeft behaald. Eigenaar EDGE Technologies heeft er zijn hoofdkantoor en verhuurt de rest van het gebouw aan een vijftiental bedrijven. Florijn Vriend, Product Lead Wellbeing bij EDGE Technologies, vertelt waarom het bedrijf zich toelegt op duurzaam en gezond bouwen. “Duurzaamheid en welzijn zijn twee zaken waarin gebouwen een belangrijke rol spelen. Gebouwen zijn verantwoordelijk voor 38% van de CO<sub>2</sub>-uitstoot. Ook zijn het grootverbruikers van water en energie. Daarnaast blijkt uit

onderzoek van Gallup dat 85% van de medewerkers zich niet betrokken voelt bij hun werk of bedrijf. Wij denken dat gebouwen een grote bijdrage kunnen leveren aan het oplossen van beide problemen. Daarom is ons motto: ‘the world needs better buildings’.

### **Biologisch fundament**

“Als ontwikkelaar hebben we uiteraard geen invloed op de cultuur, leiderschap, management van een bedrijf. Wel kunnen wij ervoor zorgen dat onder andere de biologische fundamente van een pand in orde zijn. De zaken die helpen om je lichaam en geest goed te laten functioneren. Dan praat je over gezonde lucht, voldoende (dag)licht, geluidsniveaus en temperatuur. Kortom, de randvoorwaarden om goed in je vel te zitten en daarmee ook goed in je hoofd.”

Omdat EDGE Technologies ontwikkelaar én bewoner is van EDGE Olympic is, kon het bedrijf bovenop de randvoorwaarden voor het gebouw, de WELL normering ook op de kantoren toepassen en zo een ideale werkomgeving creëren. Er is meubilair gebruikt met een lage VOS-uitstoot (vluchtige organische stoffen). Op plekken waar minder daglicht komt, is er een circadiaans lichtstelsel; de verlichting gaat mee met het ritme van de dag. Licht, maar ook de temperatuur kan per werkplek via een app op de smartphone individueel worden aangepast en er wordt twee keer zoveel verse lucht in het pand geblazen als het bouwbesluit voorschrijft. Ook zijn er veel akoestische maatregelen getroffen omdat geluid een grote stoorzender is. Bijzonder is de ‘sound scaping area’, een soort gordijn van natuurlijke geluiden (kabbelend water, zingende vogels) dat het geluid van buitenaf neutraliseert. De technologie maakt het mogelijk om alles te meten. Temperatuur, luchtvochtigheid, CO<sub>2</sub> gehalte in de ruimtes zijn live te volgen. En medewerkers kunnen een sensor

# Van alle medewerkers voelt **85%** zich **niet betrokken** bij hun werk



dragen die meet hoeveel (dag)licht ze krijgen. “Op basis daarvan zijn er collega’s die een halte eerder uitstappen, of bewust een werkplek bij het raam zoeken. Je krijgt door te meten inzicht in wat het gebouw met je doet.”

## Intuïtief

Ook zijn er verschillende zones: open werkplekken, stiltezones, een bibliotheek, beplekken, hoekjes waar je met z’n tweeën kunt overleggen en vergader-ruimtes voor grotere groepen. Gezond leven neemt ook een belangrijke plaats in. De bouw en indeling van het pand zet mensen op intuïtieve wijze tot bewegen aan. De trap heeft bijvoorbeeld een prominente plek gekre-

Veel groen en aparte zitjes (Edge Olympic)

gen. “Je kunt er bijna niet omheen”, stelt Florijn Vriend. “De lift hebben we bij wijze van spreken verstopt.” Ook zijn er een gym en een game room. En in het restaurant biedt de cateraar een gevarieerde, gezonde lunch en staan bij alle gerechten de ingrediënten, calorieën, allergenen en portiegroottes vermeld. “Er is veel informatie om de juiste keuzes te maken.”

## Ethische verantwoordelijkheid

Ook aan ‘Mind’, het geestelijk welzijn wordt aandacht besteed. Er is een meditatie- en stiltezone en de natuur is naar binnen gehaald: op vrijwel elke vierkante meter staat een plant en er is een grote wand met klimplanten. “Onderzoek van de Universiteit van Oregon toont aan dat mensen sneller tot rust komen in een groene omgeving.” EDGE biedt haar medewerkers ook stressmanagementplannen en houdt goed de privé-werkbalans in de gaten. “Je brengt gemiddeld een derde van je volwassen leven door op je werk. Vastgoedontwikkelaars en werkgevers hebben een ethische verantwoordelijkheid om omstandigheden te creëren die gezond zijn en in ieder geval niet tot gezondheidsrisico’s leiden.” Daarnaast moet de werkomgeving vooral inspireren. “Dat is een belangrijke factor waardoor mensen betrokken, bevlogen en gemotiveerd raken. Het gebouw kun je daarom ook inzetten voor talent attraction. Belangrijk, want kenniswerkers zijn schaars. Wij merken het resultaat, we krijgen veel sollicitaties zonder dat er vacatures openstaan.”

## Combinatie

Net als Edge Technologies, vindt ook verzekeraar a.s.r. dat het gebouw een belangrijke component is van aantrekkelijk werkgeverschap. Het hoofdkantoor van de verzekeraar is met een vloeroppervlak van 86.000 vierkante meter een van de grootste kantoorgebouwen van Nederland. Een grootscheepse renovatie maakte het in 2015 ook tot een van de duurzaamste kantoorgebouwen van het land. De kantoorkolos met gewassen grindtegel-uitstraling transformeerde tot een open, transparant gebouw, ingericht op plaats- en tijdonafhankelijk werken van de circa 3500 medewerkers. Een pand met maximale daglichtintrede, daktuinen, binnentuinen, stiltezones, →



Links: a.s.r. in Utrecht. Transparant en geïntegreerd in het landschap  
 Midden: Edge Olympic Amsterdam  
 Rechts: De trap is speels en niet te missen (Edge Olympic)

uiteenlopende vergaderplekken en zelfs werkplekken in de tuin, waar stroom uit zonnepanelen de laptops en smartphones voedt. Het a.s.r.-gebouw kreeg de hoogste BREEAM-NL-certificering, een al langer bestaande beoordelingsmethode om de duurzaamheidsprestatie van gebouwen te bepalen. BREEAM beoordeelt op negen duurzaamheidsonderwerpen: management, gezondheid, energie, transport, water, materialen, afval, landgebruik en ecologie en vervuiling.

### In beweging

Adviseur HR Strategie, Beleid & Innovatie Marianne Hijman benadrukt dat alleen een gezond pand niet voldoende is. "Tegelijkertijd moet je als werkgever faciliteren dat medewerkers continu aan hun vitaliteit, inzetbaarheid, ontwikkeling en persoonlijke groei kunnen werken. Bij a.s.r. werd daar altijd al veel aan gedaan. Sinds vorig jaar hebben wij al deze activiteiten gebundeld in het programma 'In beweging bij a.s.r.'.

Het programma biedt via zes pijlers aandacht voor onder meer de mentale en fysieke gezondheid van werknemers, de persoonlijke groei en inzetbaarheid. "Zonder de toevoeging 'duurzame'", benadrukt ze, "want dat is voor ons een vanzelfsprekendheid." De eerste twee aspecten komen op veel manieren tot uitdrukking. Van gratis fruit op de afdelingen en verantwoorde maaltijden in het restaurant, tot trainingen mindfulness en stressreductie. Ook is er een fitnessruimte en kunnen medewerkers fietsen lenen om in de pauze een tochtje te maken. Om de persoonlijke groei te faciliteren biedt a.s.r. onder meer vaardigheidstrainingen, loopbaancoaching en werk-



Buitenwerkplek met zonnepaneel voor stroomvoorziening (a.s.r.)

shops. Levensinvulling, een van de zes pijlers, gaat over zaken als ouderschaps-, studie- of onbetaald verlof, maar bijvoorbeeld ook om training financieel inzicht voor zestigslussers.

"En we vinden dat ook zingeving een belangrijke bijdrage levert aan werkgeluk. Daarom maakt a.s.r. uren en financiële middelen vrij voor vrijwilligerswerk."

Ook omgeving is een van de pijlers. Uitgangspunt is het tijd- en plaatsonafhankelijk werken dat acht jaar geleden bij a.s.r. werd ingevoerd. Er zijn geen vaste werkplekken maar werkvlekken, zones waarin de mensen hun werk doen. Het gebouw is bovendien afgestemd op de verschillende behoeftes. Wie dat wil kan gebruik maken van fietsbureaus, zit-stawerkplekken, van staand-vergaderen-plekken, stiltezones of 'keukentafels'. "Je kunt besluiten om buiten te werken in de tuin, of op de dakterrassen. Of natuurlijk thuis. We zeggen altijd: 'je mag hier werken, maar ook op het strand'."

### Employability

De vraag is natuurlijk wat het effect van dit alles is. Bijvoorbeeld op het ziekteverzuim en het personeelsverloop. Voor Marianne Hijman zijn dat echter geen maatgevers. "a.s.r. is intrinsiek gemotiveerd om haar werknemers een gezonde, duurzame werkomgeving te bieden en dat iedereen kan werken aan zijn eigen ontwikkeling en inzetbaarheid. Natuurlijk hopen we dat het op termijn ook effect heeft op bijvoorbeeld de verzuimcijfers, maar lager verzuim is geen doel op zich. Wel doet het iets voor je employability. Dat merken we ook weer nu het nieuwe trainee wervings- en selectieprogramma is gestart. Je ziet duidelijk dat ook die doelgroep geïnteresseerd is in zaken als maatschappelijk verantwoord ondernemen, tijd- en plaatsonafhankelijk werken en persoonlijke ontwikkeling." ←