

## Gezonde woningbouw

In Nederland brengen we gemiddeld 90% van de tijd binnen door, waarvan 70% in onze eigen woning. Bepaalde groepen verblijven meer dan gemiddeld in hun woning. De kwaliteit van het binnenmilieu is daarom van groot belang voor onze gezondheid. Ongunstige omstandigheden kunnen namelijk leiden tot hinder, stress, depressie, ziekte en invaliditeit. Gunstige omstandigheden kunnen leiden tot ontspanning, tevredenheid, herstel van ziekte, meer vitaliteit en vrijheid.

Er zijn verschillende manieren om aandacht aan een gezonde woning te besteden. Een onderscheid is gemaakt in vier concepten. Dit zorgt voor een duidelijk eindbeeld en geeft de mogelijkheid tot prioritering in maatregelen. De vier concepten zijn de allergeenarme woning, de zorg woning, de stilte woning en de frisse woning. Dit informatieblad is gebaseerd op de GGD richtlijn Gezonde Woningbouw. In deze richtlijn worden concrete maatregelen aangedragen hoe de vier concepten te realiseren zijn. De concepten worden hieronder kort toegelicht. Voor meer informatie en maatregelen per concept kunt u de richtlijn bekijken of contact opnemen met de GGD.

### Vier concepten

#### 1. De allergeenarme woning

In een allergeenarme woning blijven concentraties allergenen en andere prikkels in het binnenmilieu zeer beperkt. De levensvoorwaarden voor huisstofmijten en schimmels zijn slecht en dit betekent dat de woning droog en stof arm is. Mensen met (aanleg voor) een luchtwegallergie worden in deze woning weinig blootgesteld aan allergenen en (astmatische) klachten blijven beperkt.

Vanwege de gevoeligheid van mensen met allergisch astma voor pollen, prikkelende stoffen en thermisch discomfort, moeten ook hiervan de bronnen worden vermeden en gezonde alternatieven worden geïntroduceerd. Voorbeelden van maatregelen:

- situeer de woningen op voldoende afstand van drukke wegen en parken;
- alle vertrekken hebben ramen die op meerdere standen te openen zijn;
- makkelijk schoon te maken radiatoren;
- harde vloerbedekking met emissie-arme lijm of geen lijm.

#### 2. De zorg woning

De zorgwoning is geschikt voor mensen die wegens ziekte of functionele beperkingen (lichamelijk en/of mentaal) bovengemiddeld aan huis gebonden zijn en/of thuis hulp of begeleiding krijgen voor de verzorging van zichzelf en het huishouden, in lichte of zware vorm, zonder of met zorg hulpmiddelen, alarmsystemen e.d..

De woning en de afzonderlijke ruimten zijn ruim, flexibel en ergonomisch opgezet, zodat de 'beperkte' bewoner en de verzorgers efficiënt en veilig kunnen bewegen. Dergelijke woningen zijn in principe trede- en drempelloos. Voorzieningen voor het dagelijks leven en de zorg bevinden zich op korte afstand. Vanwege de vele tijd die thuis wordt doorgebracht, zijn omgevingsfactoren als thermisch comfort, licht en uitzicht erg belangrijk. De voorzieningen die zorgen voor het binnenmilieu moeten automatisch en makkelijk werken volgens een passend week/dagprogramma, met instellingsmogelijkheden per ruimte, welke eenvoudig zijn uit te voeren.

*Meer informatie:*

- [www.woonkeur.nl](http://www.woonkeur.nl)

### 3. De stilte woning

In een stiltewoning zijn stille ruimtes voor wie voor z'n welbevinden afhankelijk is van bescherming tegen geluid. Denk aan de werknemer die 's nachts werkt en overdag slaapt, en iemand die bovengemiddeld geluidgevoelig is. De stiltewoning is andersom ook geschikt voor mensen die zelf veel geluid maken, bijvoorbeeld musici, hobbyisten met machines of mensen die van luide muziek houden. Voor het beste effect wordt eerst geluid bij de bron verminderd of wordt voldoende afstand gehouden tot die bron. Daarnaast is het nodig de overdracht van geluid te beperken door geluidisolatie van de woning of van een deel van de woning.

Het gewenste maximum geluidsniveau in de stiltewoning is 20dB(A) in slaapkamers en 25dB(A) in andere ruimtes, mét gebruik van ventilatievoorzieningen.

*Meer informatie:*

- [www.sbr.nl](http://www.sbr.nl)

### 4. De frisse woning

Radon, fijn stof (roet), benzeen en formaldehyde zijn stoffen die uit bouwmaterialen kunnen dampen. Door geurhinder kunnen acute klachten ontstaan, zoals irritatie van de luchtwegen. Op de lange termijn is er een verhoogd risico op longkanker. In de frisse woning zijn de genoemde stoffen niet of nauwelijks aanwezig. Ook is er geen geurhinder van bouw- of afwerkingsmaterialen. Ten opzichte van de gangbare manier van bouwen en wonen zijn daarmee de gezondheidsrisico's die samenhangen met deze elementen veel lager. Dit concept zal gewaardeerd worden door mensen die bewust willen kiezen voor het vermijden van blootstelling en ook door degenen die zelf een hoge blootstelling veroorzaken zoals rokers.

Een frisse woning wordt gerealiseerd door specifieke keuzes voor constructie, bouwmaterialen en inrichtingselementen, en door het buiten houden van schadelijke stoffen uit het buitenmilieu. Hiermee is dit concept ook geschikt voor gebieden met luchtvervuiling, maar het gezonde effect is gemakkelijker te bereiken op een relatief onbelaste locatie. In dit concept hoort ook een constante basisventilatie met een hogere capaciteit dan gewoonlijk bij de laagste stand, ook wanneer bewoners niet thuis of weinig actief zijn.

*Meer informatie:*

- [www.vibaexpo.nl/home](http://www.vibaexpo.nl/home)

## Financiën

Het realiseren van deze concepten kost meestal extra geld. Echter soms is het zo dat integrale ontwerp oplossingen en technische maatregelen meer een kwestie zijn van aandacht op het juiste moment dan van geld. De meerkosten kunnen in dat geval beperkt of nihil zijn. Hierbij moet niet vergeten worden dat de hogere kwaliteit op termijn besparingen in de exploitatie met zich mee kunnen brengen, ook in de sfeer van energiekosten, schoonmaakkosten, kosten van technisch onderhoud en beperking van de ziektelast. Tenslotte zijn er soms financiële stimuleringsregelingen vanuit de overheid beschikbaar.

## Betrokkenheid GGD

De GGD kan een bijdrage leveren aan gemeentelijk beleid op het gebied van de gezonde woning:

- Voor inhoudelijke ondersteuning op het gebied van één van de bovengenoemde concepten kan de gemeente met de GGD contact opnemen.
- De GGD kan adviseren over gezondheidsaspecten bij beleids- en uitvoeringsplannen, en daarin een onderbouwing geven voor te maken keuzes. Zo kan bijvoorbeeld input over gezondheid gegeven worden bij een bestemmingsplan, maar ook kan het gaan om een specifiek programma van eisen bij een woningpark of schoolgebouw.
- Bij de uitgifte van grond, bij de ontwikkelingsovereenkomst voor een wijk of bij prestatieafspraken met woningcorporaties kan de gemeente eisen over milieu- en gezondheidskwaliteit insluiten in het totale pakket aan afspraken. De GGD kan inhoudelijk adviezen geven over gezondheidsaspecten.
- De GGD kan structureel of met het oog op een bepaald project samenwerken met inspecteurs van Bouw- en woningtoezicht.
- De GGD kan informatie over gezondheidsaspecten leveren voor communicatie met (toekomstige) bewoners.

### Aanvullende informatie

- GPR gebouw is een tool waarmee snel en eenvoudig getoetst en bepaald kan worden hoe duurzaam een gebouw is. GPR gebouw is ontwikkeld voor gemeenten, architecten, projectontwikkelaars, woningcorporaties, vastgoedeigenaren en adviseurs. Eén van de deelaspecten van deze tool is een gezond binnenmilieu. Binnen sommige gemeenten (regio Holland Rijnland) is voorheen een Duurzaam Bouwen Plus beleid vastgesteld. In dat geval is afgesproken voor het deelaspect gezondheid minimaal een 7 te scoren (DuBoPlus Richtlijn).