

Ζούμε στα κτίρια, είναι τόσο απλό!

Στα κτίρια ζούμε τον περισσότερο χρόνο της ζωής μας. Για τον λόγο αυτό έχουν καθοριστική επίδραση στην καθημερινότητά μας.



Είναι στην φύση μας, να επιζητούμε τη διαρκή επαφή με το εξωτερικό περιβάλλον· να πηγαίνουμε βόλτα με το ποδήλατό μας, να οργανώνουμε εξορμήσεις, είτε ακόμα να ψάχνουμε αφορμή για μια περιήγηση ή ένα περίπατο. Πολλές φορές αναπολούμε την ευχάριστη αίσθηση που μας δίνει το περιβάλλον στην εξοχή, ο φρέσκος αέρας! Έχουμε την τάση να επιθυμούμε να βρισκόμαστε εκτός των κλειστών χώρων γιατί τα κτίρια στην πλειοψηφία τους, δεν κατασκευάστηκαν ώστε να καλύπτουν τις βασικές ανάγκες μας και κυρίως δεν είχαν ως βασικό κριτήριο τις έννοιες **Υγεία και Ευεξία**.



Αυτές οι έννοιες είναι η **βασική συνθήκη** για ένα κτίριο που κατασκευάζεται με αειφόρες πρακτικές. Δηλαδή ένα κτίριο με **ανθρωποκεντρική προσέγγιση!**

Η Υγεία και Ευεξία, είναι κρίσιμοι παράγοντες που επηρεάζουν την σημερινή κοινωνία, την οικονομία και την ποιότητα ζωής των ανθρώπων. Οι επαγγελματίες αλλά και οι ενημερωμένες κοινότητες, μπορούν να παίξουν καθοριστικό ρόλο συμβάλλοντας στην άμβλυση των κινδύνων για την υγεία, μέσω ενός κατάλληλου σχεδιασμού των κτιρίων, με αειφόρες πρακτικές στα σπίτια, τα σχολεία, τα νοσοκομεία, τους χώρους εργασίας κ.λ.π.

Γνωρίζετε ότι

Οι κατασκευαστές ευθύνονται:

- ✓ για το 17% της κατανάλωσης του νερού
- ✓ για το 25% της κατανάλωσης ξυλείας
- ✓ για την εκπομπή περισσότερο από 35% διοξειδίου του άνθρακα (CO₂)
- ✓ για το 40% της κατανάλωσης ενέργειας με συνεχώς αυξανόμενη τάση
- ✓ έως και 50% για την κατανάλωση υλικών πόρων
- ✓ έως και 35% για την αποβολή δομικών αποβλήτων



breeam

Οι 3 κυρίαρχες σχολές πιστοποίησης των πράσινων κτιρίων.

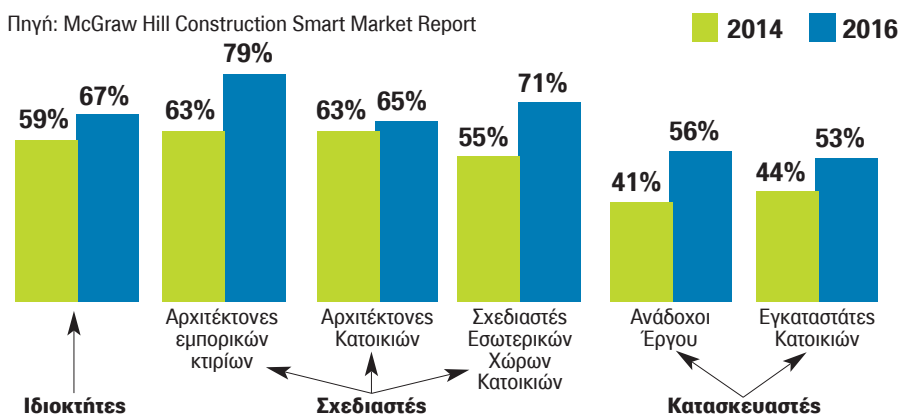
Ο δεσμός του κτιρίου με την υγεία των ενοίκων

Στην προσπάθεια ενημέρωσης και κινητοποίησης της κοινής γνώμης στις Η.Π.Α. πραγματοποιήθηκε μια εκτενής έρευνα στον κλάδο της υγείας, η οποία αποδεικνύει τον ισχυρό σύνδεσμο μεταξύ των ενοίκων και του χώρου και αναλύει τον τρόπο που επιδρά η εσωτερική

ποιότητα του κτιρίου στην υγεία και ευεξία, την απόδοση στην εργασία, την συγκέντρωση κ.α. Η ιατρική πλέον αναζητά και ερευνά τα πλεονεκτήματα ενός αειφόρου σχεδιασμένου κτιρίου, αειφόρου κατασκευής και λειτουργίας και την επίδρασή τους στους χρήστες.

Επιρροή της υγείας των ενοίκων στον σχεδιασμό και την κατασκευή των κτιρίων

Πηγή: McGraw Hill Construction Smart Market Report



Όπως φαίνεται και από το διάγραμμα, όλοι οι εμπλεκόμενοι, ιδιοκτήτες ακινήτων, αρχιτέκτονες, μηχανικοί και κατασκευαστές, επηρεάζονται ήδη σε μεγάλο βαθμό στις αποφάσεις τους όσον αφορά τον σχεδιασμό και την κατασκευή των κτιρίων και αναμένουν ότι η υγεία θα επηρεάζει σε ακόμα μεγαλύτερο βαθμό την δραστηριότητά τους τα επόμενα 2 έτη.

Από την άλλη πλευρά, ολοένα και περισσότερο οι κοινωνίες επιζητούν και ενθαρρύνουν την βιομηχανία να επικεντρωθεί στην υγεία σχεδιάζοντας και κατασκευάζοντας αειφόρα κτίρια.

Οδηγοί στην ενθάρρυνση της βιομηχανίας για σχεδιασμό και κατασκευή αειφόρων κτιρίων τα επόμενα 2 έτη

Επαγγελματικοί χώροι

Μεγαλύτερες απαιτήσεις του ιδιοκτήτη **45%**

Μεγαλύτερη δημόσια ευαισθητοποίηση για τις επιπτώσεις στην υγεία **43%**

Περισσότερα δεδομένα στην σχεδιαστική/κατασκευαστική προσέγγιση που επηρεάζει θετικά την υγεία **38%**

Περισσότερα στοιχεία για την παραγωγικότητα εξαιτίας των πιο υγιών κτιρίων **33%**

Πιο αυστηρές προδιαγραφές **28%**

Περισσότερες πληροφορίες για τα κτιριακά προϊόντα που επηρεάζουν την υγεία **28%**

Κατοικίες

Περισσότερες απαιτήσεις από τους ιδιοκτήτες **63%**

Αλλαγές νόμων ή αυστηρότερες ρυθμίσεις **44%**

Καλύτερη πρόσβαση σε αξιόπιστες πληροφορίες για τις επιπτώσεις των κτιριακών προϊόντων στην υγεία **38%**

Φοροαπαλλαγές ή άλλα οικονομικά κίνητρα **34%**

Καλύτερα εργαλεία μέτρησης των επιπτώσεων στην υγεία **31%**

Χαμηλότερα κόστη **30%**

Καταγεγραμμένοι κίνδυνοι για την υγεία από τον κλάδο της ιατρικής

	Σπίτι	Χώρος Εργασίας	Σχολεία
Έκθεση σε μύκητες και μούχλα	57%	51%	57%
Χρήση τοξικών προϊόντων (καθαριστικά, φυτοφάρμακα, κλπ)	38%	44%	30%
Σχεδιαστικά χαρακτηριστικά που οδηγούν σε ολισθήσεις και πτώσεις	32%	29%	28%
Ατμοσφαιρική ρύπανση εσωτερικού αέρα χώρων	30%	31%	20%
Συνωσιμότητα	30%	27%	34%
Σπίτι/Κτίριο	29%	24%	23%
Έκθεση σε μόλυβδο	20%	18%	27%
Έλλειψη πρόσβασης σε καθαρό αέρα	20%	22%	32%
Έλλειψη πρόσβασης σε φυσικό φως	19%	26%	25%
Ηχορύπανση	9%	16%	9%

Στην αναφορά αυτή, μεταξύ άλλων, η μούχλα και οι μύκητες είναι οι πιο αναγνωρισμένοι κίνδυνοι για την υγεία των ενοίκων, σε κάθε είδους κτίριο. Από την άλλη, οι ερωτηθέντες από τον κλάδο της ιατρικής δυστυχώς δεν έχουν μάθει ακόμα να συνδέουν την επιρροή του κτιρίου με την υγεία του ενοίκου και την ασθένειά του. Αυτό συνέβη γιατί πιθανότατα, αυτού του είδους οι κίνδυνοι στην υγεία δεν συνδέονται άμεσα με τα σημαντικά προβλήματα υγείας που προέρχονται από τον χώρο εργασίας ή διαμονής, σίγουρα όμως επηρεάζονται από αυτά.



Εκτός, βέβαια, από την μούχλα και τους μύκητες, είναι και η έκθεση σε τοξίνες, αλλά και τα κακώς σχεδίασης και κατασκευής κτίρια (καταγεγραμμένες πτώσεις, ολισθήσεις) αναδεικνύονται από το σύνολο της ιατρικής κοινότητας ως οι κίνδυνοι με πολύ μεγάλη συχνότητα παρουσίασης, συνθήκες εντός των χώρων διαμονής, εργασίας αλλά και

Τα πλεονεκτήματα των αειφόρων κτιρίων επιβάλλεται πλέον να γίνονται ολοένα και πιο ξεκάθαρα αλλά και να καταγράφονται με μεγαλύτερη συχνότητα. Οι ιδιοκτήτες του τριτογενούς τομέα έχουν διαπισώσει τα πιο σημαντικά πλεονεκτήματα αειφόρων κατασκευών. Ειδικότερα:

✓ Το 47% των ερωτηθέντων αναφέρουν ότι η μείωση στο κόστος ιατρικής περίθαλ-

ψης των εργαζομένων, ανέρχεται από 1% έως 5%.

✓ Το 66% διαπίστωσαν μεγαλύτερη ικανοποίηση εργαζομένων, καθώς και συμμετοχή σε κοινές δράσεις.

✓ Το 56% διαπίστωσαν μείωση στις απουσίες στο χώρο εργασίας.

✓ Το 23% διαπίστωσαν αύξηση της απόδοσης και της παραγωγικότητας.

Η αναγκαιότητα για πιο υγιή κτίρια

Σε παγκόσμια έρευνα για την επιρροή των αειφόρων κτιρίων στην υγεία και ευεξία, διακρίνεται η αναγκαιότητα των αειφόρων κτιρίων όπως την επισημαίνει ο κλάδος της βιομηχανίας:

- Για το 25% των ερωτηθέντων, η απουσία των εργαζομένων για λόγους υγείας, θεωρείται μεταξύ των πιο κρίσιμων παραγόντων για την αποδοτικότητα της παραγωγής. Το υπόλοιπο 53% το συνυπολογίζει ως έναν από τους σημαντικότερους παράγοντες

επιρροής.

- Το 24%, εκτιμά ότι τουλάχιστον το 5% των εργαζομένων, λαμβάνουν υπερβολική άδεια για λόγους ασθένειας (περισσότερες από 10 ημέρες το έτος).

- Το μεγαλύτερο ποσοστό (άνω του 50%) αναφέρει ότι μεγάλο μέρος της χαμηλής αποδοτικότητας στην εργασία οφείλεται σε άδειες ασθένειας από κρούσματα γρίπης και κρουπαγήματα.

- Επιπλέον το μεγαλύτερο ποσοστό, ανα-

φέρει ότι καταγράφονται κρούσματα ημικρανίας και πονοκεφάλων (19% των εργαζομένων), είτε παράπονα για φαινόμενα κατάθλιψης και άγχους (16% των εργαζομένων) ως βασικοί λόγοι μείωσης της αποδοτικότητας.

- Περισσότεροι από το 50% αποδίδουν την χαμηλή αποδοτικότητα στην έλλειψη σωματικής άσκησης των εργαζομένων και τις ανησυχίες για το σωματικό βάρος και την παχυσαρκία.

Τα οφέλη στην πράξη

Στην ίδια έρευνα για την υγεία και ευεξία και την επίδρασή τους στους χρήστες των κτιρίων παρατηρήθηκαν συνοπτικά τα κάτωθι οφέλη.

Στρατηγικές όπως ο βελτιωμένος εξαερισμός των χώρων και η εσωτερική ποιότητα του αέρα, μειωμένη έκθεση σε τοξίνες, καθώς και οι στρατηγικές σχεδιασμού κτιρίων που ενθαρρύνουν την σωματική δραστηριότητα έχουν

βεβαιωμένα θετικά αποτελέσματα και επιρροή στην υγεία και αποδοτικότητα των χρηστών.

Στρατηγική για Αειφόρα κτίρια εμφανίζεται πλέον και στους ιδιοκτήτες μικρών ακινήτων. Η αίσθηση άνεσης και υγείας και ευεξίας που οι περισσότεροι ένιωσαν στο περιβάλλον εργασίας τους, τους οδήγησε στην κατασκευή κατοικίας με τα ίδια κριτήρια, δηλαδή την ανθρωποκεντρική προσέγγιση.

Οι πιο σημαντικοί παράγοντες μέτρησης της επιρροής της υγείας στα κτίρια



Πως επηρεάζονται και οι ιδιοκτήτες

Από τον κλάδο των αειφόρων κατασκευών, περισσότερο από το 66% λαμβάνει αναφορές από τους ιδιοκτήτες ακινήτων σχετικά με την αίσθηση και τα πλεονεκτήματα που επιφέρει μια αειφόρος κατασκευή στην καθημερινότητά τους. Οι περισσότερες αναφορές (25%) επικεντρώνονται στην υγεία και ευεξία. Οι χρήστες μεταξύ άλλων διαπίστωσαν ότι έχουν λιγότερα κρούσματα ασθένειας καθώς και καλύτερες συνθήκες ύπνου.

Μια σαφής τάση που προκύπτει από τα δεδομένα αυτά, είναι ο καθοριστικός ρόλος που έχει η εφαρμογή των αειφόρων κτιρίων, παγκοσμίως (αειφόρες κατασκευές υπάρχουν πλέον και στην Ελλάδα) και η ο ρόλος που διαδραματίζουν στην εξέταση των παραγόντων της υγείας, στο σχεδιασμό των κατασκευών. Ιδιοκτήτες ακινήτων, αρχιτέκτονες,

μηχανικοί και κατασκευαστές με υψηλό επίπεδο συμμετοχής σε αειφόρα κτίρια, χρησιμοποιούν περισσότερα «πράσινα» προϊόντα και πρακτικές και επηρεάζονται περισσότερο από παράγοντες υγείας στις αποφάσεις που λαμβάνουν στα εκάστοτε έργα τους.

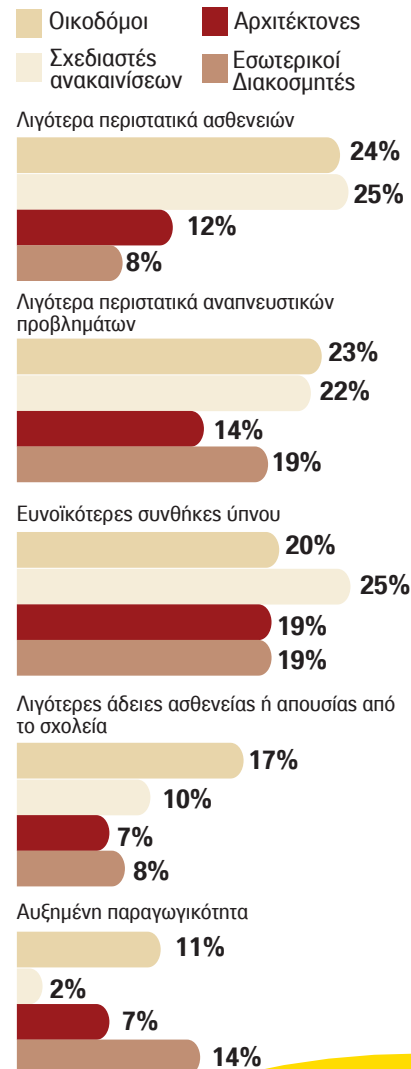


Άρθρο του κ. Δημήτρη Μανωγούδη, Μnx/γου Μnx. Πιστοποιημένου επιθεωρητή Αειφόρων Κτιρίων κατά DGnB

Πηγή: McGraw Hill Construction Smart Market Report

Τα 5 κυριότερα οφέλη στην υγεία που διαπιστώθηκαν από τους ιδιοκτήτες κατοικιών

(Σύμφωνα με έρευνα που πραγματοποιήθηκε από τους παρακάτω κλάδους στους πελάτες τους)



***Μην χάσετε τα επόμενα τεύχη, όπου θα αναλύονται εκτενώς οι διαδικασίες και τα οφέλη από τις πράσινες πιστοποιήσεις κτιρίων.**