



# Natuurinclusief ontwerpen en gezond binnenmilieu

Programmabrochure – datum 3 oktober 2023

8u30: ontvangst

*Welkom voor een koffie en om je rustig te installeren.*

9u00: Verwelkoming + programma – door Yara Helsen, VIBE

Het programma van de dag wordt kort overlopen

9u05: Algemeen kader: uitdagingen, oorzaken, link tussen gezondheid en natuur – door Yara Helsen, VIBE

Tijdens deze lezing wordt het algemeen opzet en kader van de dag geschetst. Wat is de link tussen natuurinclusief ontwerpen en een gezond binnenmilieu en waarom zijn ze zo belangrijk? Je komt meer te weten over wat een gezond binnenmilieu nu net is, wat de uitdagingen zijn en hoe de natuur een belangrijke partner vormt. Ook worden enkele bestaande initiatieven getoond die de natuur en gezondheid met elkaar verbinden.

9u30: One Health en de link met de gebouwen en binnenmilieu – door Roeland Samson, UAntwerpen

Het 'One Health'-principe gaat uit van een holistische benadering waarbij de gezondheid van mens en dier onlosmakelijk en nauw verweven zijn met elkaar en met hun omgeving en leefmilieu. In deze lezing kom je meer te weten over 'One Health' en vanwaar het precies komt. Dit principe is belangrijk in al onze levensdomeinen en komt dus ook aan bod in onze gebouwen en ons binnenmilieu. Maar hoe precies? En waarop moeten we letten bij het maken van een ontwerp of bij de uitvoering van onze gebouwen?

Roeland Samson is bio-ingenieur en hoogleraar aan de Universiteit Antwerpen. Hij leidt er het Laboratorium voor Milieu-ecologie en Stadsecologie. Zijn onderzoek spitst zich toe op het meten van de luchtkwaliteit met planten en op ecosystemen van stedelijk groen. In 2015 ontving hij de Jaarprijs Wetenschapscommunicatie van de Koninklijke Vlaamse Academie van België voor Wetenschappen en Kunsten en de Jonge Academie. Hij heeft al heel wat wetenschappelijke projecten met burgers op zijn teller. In 2014 liet hij inwoners van Antwerpen de luchtkwaliteit monitoren met aardbeiplantjes (het project AIRbezen). Daarna deed hij hetzelfde in Gent met klimop. Hij was ook actief betrokken bij het luchtkwaliteitsproject CurieuzeNeuzen, dat in 2016 in Antwerpen plaatsvond, en waarvoor hij samenwerkte met prof. Filip Meysman, specialist milieuchemie aan de Vrije Universiteit Brussel. AIRbezen wordt momenteel herhaald in Gent.

10u30: pauze



#### 10u45: Biofilie en interacties tussen mens en natuur – door Yara Helsen, VIBE

Biofilie viert de onderlinge verbondenheid tussen de mens en de natuur. De term betekent letterlijk 'liefde voor het leven'. Een biofilisch ontwerp verbetert je gezondheid en mentale welzijn. In deze complexe en dynamische tijden verlaagt het ook je stressniveau. De verbinding met de natuur ontdekken én herontdekken in onze werk- en woonomgeving is broodnodig. Maar waarom ons beperken tot onze werk- en leefruimtes? Voorspellingen geven aan dat ongeveer 70 procent van de wereldbevolking tegen 2050 in een stedelijke omgeving woont. Hoe urbaner we wonen, hoe groter de vervreemding van de natuur. Ons eigen welzijn is vervlochten met het welzijn van de planeet. We moeten naar een mindset groeien waarin we onszelf als deel van de natuur beschouwen.

Yara Helsen is ingenieur-architecte van opleiding. Na een stageperiode was ze tot 2022 aan de slag als architect bij het Mechelse bureau DG architecten. Ze is gebeten door duurzaamheid, de klimaatproblematiek en circulair bouwen. Ze volgde de verdiepende postgraduaatopleiding aan Howest Hogeschool om haar kennis over het topic uit te breiden. Bij VIBE heeft ze de stap gezet naar regeneratieve ontwikkeling en 'living systems thinking'.

Als facilitator regeneratieve ontwikkeling wil ze bij VIBE haar kennis delen met anderen. Yara haar ambitie is om zoveel mogelijk mensen te overtuigen van de voordelen van regeneratieve ontwikkeling en circulair bouwen en daarbij haar eigen kennis over deze onderwerpen te verruimen.

#### 11u45: lunch

#### 12u30: Rondleiding Exploded View – Kamp C

Van april tot en met oktober 2023 kan je The Exploded View Beyond Building bezoeken op Kamp C. De installatie toont meer dan 100 biobased bouwtoepassingen, circulaire bouwmethoden en vertelt het verhaal van de veranderende waardeketen waar het deel van is. Het paviljoen van The Exploded View Beyond Building werd bedacht en ontworpen door Biobased Creations.

Met The Exploded View gaat Kamp C nog verder in op de thematiek van de biogebaseerde en circulaire bouwmaterialen. Ze tonen met deze installatie welke toepassingen vandaag, morgen en overmorgen op de markt zullen zijn en hoe alle schakels in de keten hierin een rol spelen: van grondstof bij de landbouwer tot marktklare bouwtoepassing. Ze willen tonen aan het grote publiek hoe gezond, lokaal, betaalbaar en betrouwbaar deze materialen zijn.

Kamp C is een APB, oftewel een autonoom provinciebedrijf van de provincie Antwerpen. Ze zijn gedreven door transitie, waardoor ze niet in één hokje te plaatsen zijn. Kamp C is als organisatie én locatie uniek in Europa, België, Vlaanderen. Ze zijn grensverleggend, waardoor hun werking ook niet begrensd is. Outside the box is een veelgehoorde term, maar één die zeker aansluit bij de organisatie.

Kamp C wil de transitie naar een duurzame samenleving versnellen door te focussen op twee principes: duurzaamheid en innovatie. Beide met de focus op de bebouwde omgeving en transitie als driver.



13u30: Natuurinclusief ontwerpen: gezonde omgeving voor gezond binnenmilieu – door Dirk Avonts, UAntwerpen

Een gebouw staat niet alleen, maar staat in een bepaalde omgeving en in een bepaalde context. Tijdens deze lezing komt de link naar boven tussen een gezonde omgeving en een gezond binnenmilieu. Lucht, warmte, koeling hangen allemaal samen met onze buitenomgeving. Hoe gezonder die is, hoe beter ook voor ons binnenmilieu en hoe minder we moeten ingrijpen. Tijdens deze lezing kijken we ook naar die natuurlijke omgeving en hoe die een impact heeft op onze gezondheid.

Dirk Avonts heeft jarenlang ervaring als huisarts en is hoofdredacteur van 'Huisarts Nu', het wetenschappelijk tijdschrift van Domus Medica voor huisartsen in Vlaanderen en Brussel. Hij is één van de schrijvers van het boek 'Natuur op doktersvoorschrift', waarin beschreven wordt hoe het bewust opzoeken van natuurelementen onze gezondheid verbetert.

14u30: Natuurlijk welzijn: interieurarchitectuur die de gezondheid bevordert – door Katrien De Keyser, Studio Kompas

In deze lezing zetten we de stap naar binnen, naar het interieur van onze woon- en leefruimten. Hoe kunnen interieurkeuzes bijdragen aan een gezond binnenmilieu. Vluchtige organische stoffen komen vrij uit materialen tijdens de gebruiksfase van het gebouw en hebben een impact op onze gezondheid. Hoe zit dat met natuurlijke materialen? En wat is de impact van kleuren, vormen, patronen, ... in het interieur? Tijdens deze lezing gaan we dieper in op een aantal biofiele principes die onze mentale en fysieke gezondheid verbeteren.

Katrien De Keyser noemt zichzelf levensgenieter, bezige bij en gek op boeken. Als eerste job maakte ze inschattingen voor risico's bij ondernemingen bij een bank. Ze stapte daarna over naar strategie en beleid voor het ondernemingssegment om uiteindelijk als projectmanager transformatieprojecten uit te werken en op te volgen. Na een nieuwe studie Interieurontwerp&design bij Thomas More wil ze nu al deze knowhow combineren in duurzame interieurs. Met haar bureau Studio Kompas wil ze bijdragen aan een duurzame toekomst door in te zetten op regeneratief interieurontwerp.

15u30: pauze

15u45: Het belang van licht en lucht (daglicht, uitzicht, ventilatie) – door Joost Declercq, archipelago architects

In een gezonde binnenomgeving kan daglicht uiteraard niet ontbreken! De impact van daglicht op onze gezondheid, humeur, productiviteit wordt zwaar onderschat. Je voelt zelf misschien ook aan dat je in de zomer veel meer energie hebt dan in de donkere wintermaanden. Ons circadiaans ritme wordt voornamelijk bepaald door licht. Ook het uitzicht op een natuurlijke omgeving en een schone lucht draagt bij aan ons algemeen welzijn. In deze lezing krijg je meer uitleg over de impact van daglicht op de biologische



cyclus van de mens en krijg je aandachtspunten om mee te nemen in je ontwerp en de uitvoering van gebouwen.

Joost Declercq is ingenieur-architect en stedelijk planner. Hij is uitvoerend partner en sustainability manager bij Archipelago, een bureau dat zowel actief is in de praktijk als in het onderzoeksgebied. Ze focussen zich op wonen, (ver)zorgen, leren en werken en beschouwen duurzaamheid als één van hun vier belangrijkste pijlers. Ook zijn ze nauw betrokken bij verschillende onderzoeksprojecten over gezond en duurzaam bouwen. Hij legt uit hoe Archipelago met deze thema's aan de slag gaat en hoe ze evolueren door de projecten.

16u55: Conclusie – door Yara Helsen, VIBE

17u00: Einde