

# Vitaal Lokaal



**Beter leren en presteren in een  
gezonde omgeving.**

## Een vitaal lokaal ondersteunt de leerprestaties

Op school staat het kind en zijn leerprestaties centraal. Peuters, kleuters en tieners brengen gemiddeld zo'n 25 uur per week door in een klaslokaal. Hoeveel invloed heeft de inrichting van zo'n lokaal eigenlijk op de gezondheid en de leerprestaties van de kinderen? Veel; zo blijkt uit onderzoek.

Ongeveer 80% van de scholen voldoet niet meer aan de eisen van de GGD. Dit komt deels door nieuwe inzichten, deels door beslissingen die tijdens de bouw en het gebruik van scholen vanuit het budget worden genomen. Hierdoor zitten kinderen dagelijks in een ongezonde leefomgeving, bijvoorbeeld in lokalen met te weinig frisse lucht, teveel stof, schimmels en bacteriën of te weinig daglicht.

Los van toenemende ongemakken zoals allergieën, drukte van kinderen, hoofdpijn en een verminderde concentratie, wordt ook steeds vaker een verband gelegd tussen belastende omgevingen en de invloed daarvan op onze gezondheid. Uit onderzoek blijkt bijvoorbeeld dat in Nederland dagelijks 20.000 kinderen en 2000 leerkrachten ziek thuis zitten door klachten die te maken hebben met het binnenklimaat.



Hoe zorg je nu voor een vitale omgeving? Hoe richt je een lokaal zo in dat het kinderen ondersteunt tijdens het leren? Zodat het klaslokaal niet belastend is maar een gezonde omgeving vormt voor het zich ontwikkelende kind? Vitaal Lokaal kenmerkt zich door een integrale aanpak die er via licht, lucht en water voor zorgt dat leeromgevingen weer vitaal worden.

### Licht

De meeste verlichting in klaslokalen bestaat uit 'oude' tl-buizen met eenzijdig licht. Vital Places adviseert volspectrum dagverlichting. Dit is verlichting met een kleurtemperatuur en kleurweergave gelijk aan daglicht. Deze Vital Lights beïnvloeden het bioritme van mensen op een gunstige manier. Ook de aanmaak van vitamine D in de huid gaat gewoon door. Licht met een hogere trillingsfrequentie is daarnaast rustiger voor de ogen en maakt lezen makkelijker, zeker voor kinderen met dyslexie.

### Lucht

Goede lucht is meer dan alleen lucht met een veilig CO<sub>2</sub>-gehalte, voldoende zuurstof en een aangename luchtvochtigheid. Ook het terugdringen van fijnstof en het afvoeren van schadelijke stoffen in de lucht zoals schimmels en bacteriën is een belangrijk aspect van het creëren van een vitale en ondersteunende omgeving. Luchtfiltersystemen met ionisatietechniek, luchtzuiverende planten en speciaal ontwikkeld tapijt dragen bij aan een gezonder binnenklimaat en een betere akoestiek.

### Water

Mensen bestaan voor 75% uit water. Onze hersenen bestaan zelfs voor 90% uit water. Het drinken van voldoende zuiver water is dan ook essentieel voor het evenwichtig functioneren van ons lichaam. Maar niet alleen de hoeveelheid water is belangrijk, ook de samenstelling van het water is cruciaal. Inmiddels bestaan er systemen die drinkwater weer verlevendigen en hun oorspronkelijke bronwaterkwaliteit teruggeven.

Wilt u meer weten over een vitale leeromgeving? Neem dan contact op met Sandra Heuer: [sheuer@vitalplaces.eu](mailto:sheuer@vitalplaces.eu) of bel 06 46 33 11 21.

# Beter leren en presteren? Dat doe je in een Vitaal Lokaal!

- ✓ Voldoende frisse lucht
- ✓ Ruim 60% minder fijnstof
- ✓ Kwalitatief goed drinkwater
- ✓ Een betere akoestiek

Wil je meer weten? Bel 06 46 33 11 21 of mail naar [sheuer@vitalplaces.eu](mailto:sheuer@vitalplaces.eu)

## Vital Places

*Healthy Buildings, Happy People*

[www.vitalplaces.eu](http://www.vitalplaces.eu)