



DAGLICHT NABOOTSEN – VAN KOEL LICHT IN DE OCHTEND NAAR WARM IN DE AVOND

In de natuur draait alles om licht. Natuurlijk licht beïnvloedt onze belangrijkste hormoon- en stofwisselingsprocessen, geeft de maat aan voor onze inwendige klok en daarmee ritme aan onze dagelijkse bezigheden. Daglicht ondersteunt bovendien onze gezondheid. Iemand die onvoldoende licht krijgt, kan last krijgen van chronische vermoeidheid, slaapstoornissen en zelfs depressie. In situaties waarin niet voldoende natuurlijk daglicht is, is dynamische verlichting de uitkomst.

DYNAMISCHE VERLICHTING, EEN GREEP UIT DE MOGELIJKHEDEN



DYNAMISCHE VERLICHTING EN VERVANGEN DAGLICHT

Dynamische verlichting is een verzamelnaam voor regel- en dimbare verlichtingsarmaturen met meerdere kleuren lichtbronnen. Met de juiste dosering kan kunstlicht het natuurlijke daglicht voor een groot deel vervangen. Om kunstlicht een biologische uitwerking te laten hebben, houdt AENC met allerlei onderdelen rekening. Zo laten we onder andere het licht van een bron met een groot oppervlak komen en een flink deel van uw gezichtsveld verlichten. Door directe en indirecte lichtbronnen te combineren, creëren we een kunstmatige 'hemel'.



DYNAMISCHE VERLICHTING VOOR HET MODERNE KANTOOR

Dynamisch licht versterkt het welbevinden van u en uw medewerkers. Vooral in kantoren of magazijnruimtes met weinig zichtbaar daglicht. En ook in de wintermaanden, waarin er maar een korte tijd daglicht is, heeft dynamische verlichting een positieve invloed op de productiviteit en stemming.



HOE STIMULEREN WIJ DIT NATUURLIJKE VERLOOP?

Ochtend: het hormoon cortisol activeert uw stofwisseling, en uw lichaam wordt geprogrammeerd voor de dagelijkse activiteiten. Het eerste ochtendlicht onderdrukt de productie van het slaaphormoon melatonine. Aan het begin van uw werkdag is stimulerend licht met een koele toon en een hoge lichtsterkte belangrijk.

Voormiddag: in de loop van de dag wordt continu cortisol aangemaakt. Rond het middaguur levert dit een goed prestatievermogen op. Overwegend activerend licht met een koele toon ondersteunt dit.

Namiddag: de aanmaak van cortisol in het lichaam neemt af, de actieve werkfase loopt ten einde. Maar de productie van het slaaphormoon melatonine – door duisternis – is natuurlijk nog niet gewenst. De overgang naar de namiddag wordt nagebootst door een verminderde lichtsterkte met een warmere toon in te programmeren.

DE VOORDELEN VAN DYNAMISCHE VERLICHTING

- Fittere werknemers
- Verbeterde alertheid
- Minder ziekteverzuim
- Betere stemming
- Meer productiviteit