

Blik op licht

Kantoorverlichting

Zonlicht stimuleert onder meer de aanmaak van serotonine: een chemische boodschapper in onze zenuwen die ons vrolijk maakt

1,2 tot 1,5% van het ziekteverzuim te wijden is aan een slecht verlichte werkplek

'Jonge ogen' (20 en 30 jaar oud) hebben aan 100 lux genoeg om goed te kunnen presteren. 'Oude ogen' (boven de 50) hebben daarvoor 3.000 lux nodig

Zonlicht op een onbewolkte dag bedraagt 100.000 lux, en bij bewolking 1.000 lux

Door kunstlicht zijn de afgelopen 50 jaar bijna 2 uur korter gaan slapen

In 1930 bedroeg de verlichtingssterkte op kantoren 30 lux. Vandaag wordt gemiddeld 400 lux in kantoren gemeten

In Nederland brengen zo'n 90 procent van onze binnenshuis door

In Nederland heeft zo'n tien procent van de mensen last van een winterdepressie

Voor het goed verlichten van een werkplek, schrijft de NEN een licht-output van 500 LUX voor

4.000 kelvin is de ideale lichtkleur voor een kantoorruimte

Mensen die in kleurloze of grijze kantoren werken, zijn gemiddeld vaker ziek dan mensen die buiten werken of in kantoren met de juiste kleurinstelling

Wil je een brainstormsessie houden? Dim dan het licht.

Zacht licht bevordert de creativiteit.

Wil je dat rapport gaan typen of die cijfers analyseren?

Alle lichten aan!

Duitse psychologen stelden in 2013 vast dat mensen in het duister creatiever zijn