











# BYGGBIOLOGIENS 25 VEILEDNINGSPRINSIPPER

Byggbiologi handler om å skape sunne, naturlige, vakre og bærekraftige bo- og arbeidsmiljøer. Det legges særlig vekt på byggematerialer, utforming, samt økologiske, økonomiske og sosiale aspekter.




## INNEKLIMA



-  Tilstrekkelig tilførsel av frisk luft og reduksjon av forurensende og irriterende stoffer
-  Ingen eksponering for helseskadelig mugg- og gjærsopp, bakterier, støv og allergener
-  Materialer med behagelig eller nøytral lukt
-  Lav eksponering for elektromagnetiske felt og trådløs stråling
-  Bruk av strålingsvarme til oppvarming

## BYGGE- OG INTERIØRMATERIALER






-  Naturlige materialer uten skadestoffer og med lav radioaktivitet
-  Optimal balanse mellom varmeisolasjon og varmelagring samt mellom innendørs overflate- og romtemperatur
-  Bruk av fuktbalanserende materialer
-  Lav og raskt avtakende fuktighet i nye bygg
-  God romakustikk og optimal lydisolasjon (inkludert infralyd)

## DESIGN OG ARKITEKTUR






-  Harmoniske proporsjoner og former
-  Stimulerende for syn, hørsel, lukte-, og følesans
-  Så naturlig som mulig belysning og fargesetting, lyskilder med god fargegjengivelsesevne og minst mulig flimring

-  Bruk av kunnskap om fysiologisk og ergonomisk utforming
-  Styrking av regional byggeskikk og lokalt håndverk

## MILJØ, ENERGI OG VANN

-  Så lavt som mulig energiforbruk og bruk av fornybare energikilder
-  Minst mulig negative miljøeffekter under bygging og rehabilitering
-  Vern av naturressurser, flora og fauna
-  Bruk av regionale ressurser, materialer og byggemetoder med best mulig økobilanse i et livsløpsperspektiv
-  Optimal drikkevannskvalitet

## ØKOSOSIALT MILJØ

-  Kort vei mellom boområder, arbeidsplasser, skoler og butikker, god tilknytning til offentlig transport
-  Miljø- og menneskevennlig utforming av bo- og arbeidsområder
-  Integrering av grøntarealer i urbane boområder
-  Legge til rette for selvforsyning, styrke lokale leverandører og tjenester
-  Byggetomter fri for skadestoffer, strålekilder og støy

Som regel er det sjelden mulig å oppfylle alle kriterier. Det etterstrebes derfor en optimalisering innen en individuelt tilpasset ramme.