Onderzoek van TNO wijst uit:

Groen werkt bij vermoeidheid

Hoofddorp, 12 maart 2009 - *Nieuwe onderzoeksresultaten van TNO Kwaliteit van Leven geven meer inzicht in de gunstige effecten van planten op de werkplek. Dat iedereen die langer dan vier uur per dag met een beeldscherm werkt productiever is en zich aantoonbaar prettiger voelt dankzij planten op de werkplek was al langer bekend. TNO-onderzoeksleider John Klein Hesselink: "Eén grote plant per twee werknemers of één grote plant per 12 m2 kantoorruimte geeft al een positief effect!".*

Moe

Vooral vermoeide medewerkers en medewerkers met gezondheidsklachten hebben baat bij planten op de werkplek. De gunstige werking van planten op de gezondheid en het welzijn van werknemers moet vooral gezocht worden in het herstellende vermogen dat planten bieden. Planten in de werkomgeving brengen de beleving van de natuurlijke omgeving terug waar de menselijke soort zich genetisch gezien heeft ontwikkeld. Daarom voelen mensen zich in een groene omgeving het best thuis. Planten hebben een gunstig effect op het psychisch welbevinden waardoor men sneller herstelt van vermoeidheid en overbelasting.

Productiviteit

Juist bij fulltimers is een vermindering van griepklachten vastgesteld en voelde men zich beter in staat om te werken. De duur van uitzicht op de planten lijkt dus van belang. Medewerkers met een hoge herstelbehoefte zijn bij permanent zicht op levend groen productiever.

Advies

Op basis van het onderzoek adviseert TNO om één grote plant per twee medewerkers of één grote plant per 12 m2 kantoorruimte te plaatsen. Daarbij is het van belang dat de planten gelijkmatig over de hele organisatie verdeeld worden, zodat alle medewerkers er baat bij hebben. Zo worden gezondheids- en vermoeidheidsklachten bij met name vermoeide en gestresste werknemers verminderd.

Het onderzoek is door TNO uitgevoerd in opdracht van het Productschap Tuinbouw in samenwerking met de VHG vakgroep Interieurbeplanting. Meer informatie op www.healthygreenatwork.org.

Minder moe en productiever dankzij planten op de werkplek.

TNO: één grote plant per twee medewerkers of één grote plant per 12 m2.