

Gezond nu, gezond blijven

gezond nu

10%
KORTING
bij G&W
Gezondheidswinkels

JULI 2017 | GEZONDNU.NL

Heet, heter,
heetst

- ☀ De zon boost je afweer
- ☀ Eten verkoelt
- ☀ Pepers als pijnstillers

EUROPE FIRST!

DE 7 WAPENS UIT DE ZUID- EUROPESE KEUKEN

Olijfolie, paprika,
peultjes en meer

WORDT JE LEVEN
GEZONDER
als je een
boom plant?

HENNEP HEEFT
DE TOEKOMST

ZWEET BETER

Noodplan tegen

- angstzweet
- opvliegers
- sportzweet

Philippine
OVER ETEN
ALS

feest!

Gezond gaat over wat
je wél mag eten

BP



*‘Zonlicht
zorgt voor
effecten en
contrasten’*



Ontwerpen met de zon

Voor architecten is de zon één van de belangrijkste ontwerptools. Architect Diana Lautenbag maakt dankbaar gebruik van de zon in haar ontwerpen, zowel esthetisch als functioneel voor duurzame verwarming.

“**A**lles ziet er mooier uit door de zon, kleuren worden helderder. Daar waar ik de zon kan gebruiken in mijn ontwerpen, maak ik er dankbaar gebruik van. In mijn ontwerpen kan ik met zonlicht en de daarbij behorende schaduw allerlei effecten en contrasten teweegbrengen. Laatst heb ik bij een villa een zonnescherm ontworpen met een perforatiepatroon. Dat geeft een leuk effect als daar de zon daar vol op gaat schijnen: in de kamer krijg je dan een tekening van cirkels op de muur. Ook werk ik aan de buitenzijde van gebouwen met de werking van de zon. Ik heb bijvoorbeeld met gevelmateriaal gewerkt waar ik verticale vouwen in maakte, als een soort harmonica. De zon draait om het gebouw heen en daardoor verandert de gevel van kleur en reflectie. Hierdoor heeft de gevel nooit dezelfde uitstraling omdat er altijd een ander gedeelte in de zon en in de schaduw valt. Dat wordt dus heel levendig!”

GOED NADENKEN

“Ik gebruik de zon niet alleen om mijn ontwerpen

mooier te maken, ik houd ook rekening met de kracht van de zon. Soms worden er grote projectontwikkelingen gerealiseerd waar woningen lukraak worden geplaatst. Er wordt dan niet goed nagedacht waar glas, maar ook zonwering, wordt geplaatst. Zo'n woning met veel glas en onvoldoende zonwering is gewoon niet fijn bewoonbaar. Daarnaast zorg ik ervoor dat de zon in de winter zo veel mogelijk binnengelaten wordt voor verwarming en in de zomer zo veel mogelijk geweerd wordt. Ik maak gebruik van computermodellen waarmee ik de zon door middel van een filmpje door mijn ontwerpen kan laten schijnen. Zo kan ik precies zien of hij in januari genoeg binnenkomt en in juli wordt geweerd. Door gebruik te maken van de zon kun je veel energie besparen.”

“Ik hou rekening met de zon in mijn ontwerpen, omdat zonlicht iedereen leven aangenamer maakt. Als ik een plattegrond teken van een woning, dan zie ik mezelf al in dat ene hoekje zitten, omdat ik weet dat daar straks de zon schijnt.” ☺

Wie: Diana Lautenbag (37), architect en eigenaar van Lautenbag Architectuur – lautenbagarchitectuur.nl