**Jak ani uprostřed města a technologií neztratit kontakt s přírodou? Odpovědí je biofilní design**

**Praha, 13. ledna 2022: Biofilie je stále oblíbenějším trendem v interiérovém designu. Je definována naší vnitřní tendencí hledat spojení s přírodou a hledá řešení, která nás k ní přibližují. Podle nejnovější studie „HEAD DOWNERS 2021“ společnosti VELUX je pro nás příroda nesmírně důležitá, ale zároveň cítíme, že s ní ztrácíme kontakt.**

Studie „HEAD DOWNERS 2021“ vznikla na základě rozsáhlého průzkumu společnosti VELUX realizovaného v osmi evropských zemích: České republice, Chorvatsku, Maďarsku, Polsku, Rumunsku, Srbsku, Slovensku a Slovinsku. Každý čtvrtý z 2408 respondentů připouští, že venku tráví v průměru méně než hodinu denně, a polovina všech respondentů venku tráví nejvíce 2 hodiny za den. Na čerstvém vzduchu většinou nejsme, ani když máme volno. Celkem 70 % respondentů průzkumu potvrdilo, že tráví příliš mnoho času před obrazovkami svých elektronických zařízení. V České republice je tento trend ještě silnější, hlavně mezi lidmi ve věku 18–34 let, z nichž tento názor sdílí 75 %.

Skoro tři čtvrtiny respondentů, nehledě na národnost, přiznalo, že ztrácí kontakt s přírodou. V České republice to potvrdilo 67 % respondentů. Do přírody skoro nechodíme, a když už jsme venku, tak ani nesledujeme své okolí. Tento přístup pramení v našem životním stylu, který nás od přírody oddaluje, nicméně si jí stále velmi vážíme a cítíme potřebu být s přírodou propojeni. Tyto trendy se pak odráží i v designu a architektuře.

Biofilní design je jedním z hlavních témat nadcházejícího designového veletrhu „Salone del Mobile“ v italském Miláně, který se uskuteční v dubnu příštího roku. Od Hermana Millera až po Normana Fostra a od Carlo Rattiho až po Kenga Kumu, ti všichni se zabývají „designováním budoucnosti“, která nám umožní žít udržitelným životním stylem a přiblíží nás k přírodě.[[1]](#endnote-2)

Biofilní design je zároveň efektivním řešením pro tzv. „head downers“, neboli lidi, co se nedokážou odtrhnout od obrazovek svých chytrých zařízení. Díky biofilii mohou žít ve větší rovnováze mezi technologiemi a přírodou. Začleňováním přírodních prvků do interiéru nám do života navrací spojení s přírodou, bez které se zkrátka necítíme dobře, a biofilní design tak napomáhá našemu fyzickému a duševnímu zdraví. Češi se z 91 % domnívají, že příroda je důležitá pro jejich odpočinek, a 84 % z dotázaných potvrdilo, že příroda má pozitivní vliv na jejich zdraví.

**Odtrženi od přírody**

Zpráva společnosti VELUX “HEAD DOWNERS 2021” zjistila, že více než polovina respondentů se pravidelně nedívá na oblohu a ani nepozoruje např. ptáky, mraky či slunce. V České republice jsou to spíše starší lidé, kteří se zastaví a porozhlédnou po okolí: tento zvyk potvrdilo 69 % respondentů starších 50 let, na rozdíl od pouhých 22 % respondentů ve věku 18–34 let. Téměř tři čtvrtiny respondentů nerozpoznají více než 10 druhů ptáků a každý třetí nezná více než 5 druhů stromů. Každý desátý český respondent dokonce rozezná jen jeden nebo dva ptačí druhy. A vůbec nejtěžší bylo pro respondenty průzkumu rozeznat různá souhvězdí a druhy mraků.

Někdy se stačí jen podívat z okna a zahledět se do dáli, abychom díky kontaktu s přírodou načerpali energii a zlepšili tak svou náladu a zdraví. Výsledky ze zprávy společnosti VELUX se shodují s výroky řady významných osobností v oboru architektury, např. Olivera Heatha, který patří mezi nejznámější architekty se zaměřením na biofilní design. Heath nabádá ostatní k tomu, aby se zapojovali do projektů, které monitorují místní přírodu. Jako příklad uvádí výzkum britského programu monitorování opylovačů, jehož účastníci strávili 10 minut počítáním, kolik hmyzu usedne na jednu květinu. Díky blízkému kontaktu s přírodou se po ukončení této aktivity všichni účastníci cítili mnohem lépe.[[2]](#endnote-3)

Průzkum společnosti VELUX jasně ukazuje, že si pozitivní dopad přírody na naše zdraví plně uvědomujeme. Naprostá většina (až 90 %) respondentů říká, že jim příroda chybí, a připouští, že jim kontakt s přírodou pomáhá uvolnit se a je prospěšný pro jejich zdraví (v tento fakt věří 93 % respondentů). Právě proto je biofilní design tak důležitý.

**V interiérech se příroda nejlépe projeví skrze denní světlo a výhled ven**

Amos Goldreich, držitel Mezinárodní ceny za architekturu z roku 2019, identifikoval čtyři klíčové prvky, které v oblasti biofilního designu nelze opomenout. Prvním z nich je vizuální spojení. Interiér musí být navržen tak, aby byl vnější svět, např. zahrada, vidět naprosto odkudkoliv. Druhým bodem je vnesení přírody do interiéru skrze přirozené světlo. Proto se Goldreich snaží, aby všechny vnitřní prostory byly co nejotevřenější a dobře prosvětlené, a to chytrým využitím fasádních i střešních oken. Třetí prvek není vizuální, ale jsou v něm zakomponovány vůně a zvuk. Poslední prvek je definován harmonií mezi ostatními prvky a schopností ovlivňovat prostor, ve kterém se nacházejí.[[3]](#endnote-4)

Dnes se naše životy odehrávají převážně v uzavřených místnostech. Právě proto je důležité, abychom se starali o kvalitu vzduchu a jeho cirkulaci v interiéru. Za den se průměrný člověk nadechne 22 000krát, proto má velký význam časté otevírání oken a vybavení systémy, které zajišťují kvalitu vzduchu v domě.[[4]](#endnote-5) Dobře provětrané místnosti mají pozitivní vliv na lidskou mysl a pomáhají nám s relaxací.

Interiéry, které jsou plně prosvětleny denním světlem, zvyšují produktivitu až o 15 %. Možnost rozhlédnout se a podívat do dálky také zmenšuje riziko krátkozrakosti. Dostatečný počet správně rozmístěných oken propustí do interiéru dostatek světla a čerstvého vzduchu, což má pozitivní účinky na snížení krevního tlaku a tepové frekvence. Podle listu Financial Times, který cituje přední britské architekty, „skoro každý moderní projekt bydlení zahrnuje řešení, jak skloubit interiér s pocitem exteriéru[[5]](#endnote-6)“. Dřevěná okna perfektně reflektují ekologický styl bydlení, zvlášť pokud jsou, tak jako okna VELUX, vyrobena z certifikovaného dřeva těženého v udržitelném množství. Tento způsob výroby je garancí ochrany biodiverzity a volně žijících zvířat a rostlin, udržitelnost navíc zaručuje opětovné zalesňování a výsadbu nových stromů.

**Zodpovědný design chrání přírodu**

95 % všech respondentů studie VELUX „HEAD DOWNERS 2021” se shoduje, že abychom se vyhnuli devastaci klimatu, musí lidé změnit svůj přístup a vztah k přírodě. Příkladem rezidenčního domu, který si zakládá na pozitivním vztahu mezi přírodou a městem, je Bosco Verticale (svislý les) v Miláně[[6]](#endnote-7). Skládá se ze 700 stromů a 20 000 rostlin a vegetace se zde stala zásadním architektonickým prvkem stavby. [[7]](#endnote-8)

Zodpovědnost za udržitelný design nesou v neposlední řadě i výrobci stavebních materiálů. VELUX je jedním z lídrů úsilí o udržitelné stavebnictví a snižování uhlíkové stopy. Již v letech 2007-2020 snížil svou uhlíkovou stopu o 59 %, přičemž původní cíl byl 50 %. V loňském roce se VELUX zavázal dosáhnout 100% uhlíkové neutrality do roku 2030 a současně spustil projekt, s jehož pomocí do roku 2041 vymaže svoji historickou uhlíkovou stopu vyprodukovanou za 100 let existence společnosti.

<https://www.velux.cz/zmente-svuj-pohled>

\*\*\*

**O společnosti VELUX**

Skupina VELUX již 80 let vytváří lepší podmínky bydlení pro lidi na celém světě tím, že jim umožňuje maximálně využít denní světlo a čerstvý vzduch přicházející střechou. Výrobní program této skupiny zahrnuje střešní okna a modulární světlíky, dekorativní žaluzie, produkty stínicí slunce a rolety, jakož i instalace a inteligentní řešení pro domy. Tyto produkty pomáhají zajistit zdravé a udržitelné klima v interiéru, kde lidé pracují, učí se, bydlí, nebo si hrají. VELUX působí v globálním měřítku – prodává a vyrábí ve více než 40 zemích a zaměstnává přibližně 10 200 lidí po celém světě. Skupinu VELUX vlastní VKR Holding A/S, společnost s ručením omezeným zcela vlastněná neziskovými charitativními nadacemi (THE VELUX FOUNDATIONS) a rodinou zakladatelů. V roce 2019 měl VKR Holding celkový obrat 2,9 miliardy eur a nadace VELUX poskytly charitativní dary ve výši 178 milionů eur. Další informace naleznete na adrese [www.velux.com](http://www.velux.com/).

Zpráva **„HEAD DOWNERS 2021“** byla připravena na základě CAWI výzkumu, který v září 2021 uskutečnila skupina VELUX ve spolupráci s agenturou Kantar. Sběr dat se zaměřil na respondenty z osmi zemí ze střední Evropy – Chorvatska, České republiky, Maďarska, Polska, Rumunska, Srbska, Slovenska a Slovinska. Reprezentativní vzorek čítá u každé země 301 respondentů, celkem odpovídalo 2408 osob. Průzkum přinesl informace o životním stylu dnešních Evropanů a poukázal na napětí, které panuje mezi životem v civilizaci a potřebou spojit se s přírodou.

**Kontakt pro média:**

Tereza Procházková, Best Communications, e-mail: [tereza.prochazkova@bestcg.com](mailto:tereza.prochazkova@bestcg.com), tel.: +420 602 250 487

1. <https://www.salonemilano.it/en/articoli/design/discovering-biophilic-design> [↑](#endnote-ref-2)
2. <https://www.oliverheath.com/insights-and-news/news-item-winter-wellbeing-oliver-heaths-ways-to-boost-health-wellbeing-during-winter/> [↑](#endnote-ref-3)
3. <https://journalofbiophilicdesign.com/podcast-journal-of-biophilic-design/amos> [↑](#endnote-ref-4)
4. <https://floridachest.com/pulmonary-blog/lung-facts> [↑](#endnote-ref-5)
5. <https://www.ft.com/content/3fb26ab2-a70c-4e3e-af01-ec907b5c2ba3> [↑](#endnote-ref-6)
6. Bosco Verticale [↑](#endnote-ref-7)
7. <https://www.stefanoboeriarchitetti.net/en/stefano-boeri-biography/> [↑](#endnote-ref-8)