

SPIS TREŚCI

Przedmowa IX

Wstęp XI

1. Zdrowa architektura	1
1.1. Ewolucja znaczenia zdrowia w historii architektury i urbanistyki	2
1.2. Choroby związane ze środowiskiem zbudowanym	10
1.2.1. Choroby związane z urbanizacją	10
1.2.2. Chore budynki	17
2. Cechy ZAZ (Zdrowej Architektury Zrównoważonej)	25
2.1. Omiczność	27
2.2. Kryterialność	27
2.2.1. Zapisy w ustawach oraz innych regulacjach prawnych (Świat, UE, Polska)	28
2.2.2. Prace naukowe organizacji pozarządowych	32
2.2.3. Metody diagnozowania zdrowego budynku	36
2.2.3.1. Systemy certyfikacji wielokryterialnych	37
2.2.3.2. Systemy oceny budynków	45
2.3. Integralność	47
2.3.1. Integralność prac projektowych	47
2.3.2. Zarządzanie	48
2.3.2.1. Zarządzanie terenami zewnętrznymi	50
2.3.2.2. Zarządzanie budynkiem – niwelowanie ekspozycji użytkownika na szkodliwe związki	55
2.3.2.3. Zarządzanie budynkiem – zdrowe wyposażenie biur	60
2.3.2.4. Edukacja	62
2.4. Jakość	62
2.4.1. Zdrowe środowisko zewnętrzne budynku	63
2.4.1.1. Zdrowa struktura miejska	63
2.4.1.2. Jakość powietrza wokół budynku	67
2.4.1.3. Promieniowanie	69
2.4.1.4. Temperatura. Redukcja wyspy ciepła	70
2.4.1.5. Kontekst budynku	71

2.4.1.5.1. Widoki za zewnątrz	71
2.4.1.5.2. Tereny zieleni	73
2.4.1.5.3. Tereny wodne	74
2.4.2. Zdrowe środowisko wewnętrzne	75
2.4.2.1. Jakość powietrza wewnętrznego	75
2.4.2.2. Komfort termiczny	80
2.4.2.3. Jakość oświetlenia wewnętrznego. Cykl cyrkadiany	82
2.4.2.4. Jakość wody	87
2.4.2.5. Projektowanie czystego i łatwego w czyszczeniu wnętrza budynku	87
2.4.2.6. Biofilia	91
2.5. Jednostkowość	91
2.5.1. Czynniki społeczno-socjologiczne	92
2.5.2. Psychologia miejsca	95
2.5.3. Wsparcie kondycji psychicznej człowieka	98
2.5.4. Wsparcie kondycji fizycznej człowieka	100
2.5.5. Opinia użytkownika jako nowe narzędzie zarządzania obiektem	104
2.6. Elastyczność oraz tymczasowość funkcjonalno-użytkowa Budynki a pandemie	106
3. Narzędzie do uzdrawiania budynku oraz terenów zewnętrznych: matryca ZAZ	109
4. Zakończenie	141
4.1. Dalsze kierunki rozwoju nurtu zdrowej architektury	141
4.2. Dlaczego brakuje manifestów?	147
4.3. Refleksje, wnioski	147
Zdrowa Architektura Zrównoważona – wybrane definicje i pojęcia	151
Akronimy	157
Bibliografia	159
Spis ilustracji	167
Wykaz tabel	169
Indeks	171
Indeks osób i organizacji	173