

Hörsellinjen

0771-888 000

Har du frågor om ljudmiljö? Eller frågor om något annat som har med hörsel att göra?

Då är du välkommen att kontakta Hörsellinjen, en informationstjänst som drivs av Hörselskadades Riksförbund (HRF).

Hörsellinjen är öppen vardagar mellan 9 och 15 på 0771-888 000. Kostar bara som ett lokalsamtal.

De som svarar är utbildade hörselinformatörer och kan svara på frågor om ljudmiljö, hörsel och olika typer av hörselskador.

Du kan också ställa frågor på www.horsellinjen.se eller skicka e-post till horsellinjen@hrf.se.



HÖRSELLINJEN

Foto: Pernille Tofte/Mira

**befr!
samtalet**

Läs mer om HRFs kampanj för samtalsvänligare ljudmiljö på www.befriasamtalet.se

Hörselskadades Riksförbund (HRF)

Gävlegatan 16, Box 6605, 113 84 Stockholm, tel: 08-457 55 00
texttel: 08-457 55 01, e-post: hrf@hrf.se, www.hrf.se

ljudsmart

– några tips om bra ljudmiljö i skola/förskola



Barnens stora bullerkris

Störande ljud har blivit barnens och ungdomarnas stora miljöproblem. Många vistas nästan dagligen i skolor, förskolor och fritids där det inte är ovanligt med genomsnittliga ljudnivåer på 70 decibel, ungefär som inom verkstadsindustrin.

Allt detta buller drabbar även personalen. Två av tre lärare tycker att ljudmiljön är ett problem varje dag/varje vecka. Över hälften har ofta/ibland svårt att höra vad eleverna i klassrummet säger.

Det störande ljudet tär på både barn och vuxna. Dessutom försämras förmågan att uppfatta, koncentrera sig och minnas. Det blir helt enkelt svårare att lära sig. Särskilt hårt drabbas barn med hörselnedsättning.

Så kan det inte få fortsätta. Det är dags att ta skolans bullerproblem på allvar och se till att ljudmiljön blir bättre. Vill du hjälpa till? Här är några tips om hur du kan börja.



8 tips för dig som vill ha en **samtalsvänlig** skola/förskola

- 1. Föräldrar: Våga kräva bra ljudmiljö – för barnens skull.** Inom barnomsorg och skola är det vanligt med bullriga miljöer som försvårar inläring samt stör koncentration och kommunikation. Hur är det för dina barn? Tala med personalen och andra föräldrar. Acceptera inte dålig ljudmiljö, utan våga ställa krav på att kommunen (eller de som driver verksamheten) ordnar samtalsvänliga lokaler.
- 2. Personal: Ställ krav på samtalsvänlig arbetsmiljö.** Det är mycket verksamhetsljud inom skola, förskola och fritids. Samtidigt är fungerande kommunikation A och O. Det här ställer stora krav på bra akustik. Hur är det där du jobbar? Besväras du av störande ljud? Har du ibland svårt att höra? Prata då med skyddsombudet och/eller arbetsgivaren och begär åtgärder. Det ligger i arbetsgivarens intresse; bra ljudmiljö ger bättre prestationsförmåga och förebygger hälsoproblem, inte minst bland anställda med hörselnedsättning.
- 3. Begär en ljudmiljöanalys.** Vad krävs för att ljudmiljön ska bli bra? Nu är det enkelt att få råd från akustikexperter, tack vare ett samarbete mellan HRF och akustikföretaget ÅF Ingemansson. Gå bara in på www.befriasamtalet.se/analys, fyll i ett formulär om den lokal det gäller och betala in 1 000 kronor till HRFs arbete för bättre ljudmiljö. Inom en månad kommer en skriftlig bedömning med förslag på lösningar. Erbjudandet gäller enskilda lokaler, inte hela byggnader.
- 4. Se till att rätt åtgärder vidtas.** Lokaler för undervisning/barnomsorg ska hålla ljudklass C. Men så är det sällan i dag. För att skapa samtalsvänliga ljudmiljöer kan det ibland krävas en större akustiksanering med ombyggnad, ljudisolering, ljudabsorbenter med mera. I så fall, se till att skolan/förskolan tar hjälp av en akustiker, så att rätt åtgärder vidtas – och på rätt sätt.
- 5. Ställ krav på mindre barn- och undervisningsgrupper.** Buller i skola/förskola beror framför allt på tal och verksamhetsljud i kombination med dålig akustik. Det gäller därför att inte ha för stora barn-/elevgrupper och att planera så att ljudrik verksamhet inte stör arbete som kräver koncentration och kommunikation.
- 6. Inred med ljudsmarta lösningar.** Inredning är ett bra bidrag till den totala ljudmiljön, så tänk på att välja ljudabsorberande textilier, skärmar och möbler. Även en välfylld bokhylla, mattor och tjocka gardiner är effektiva ljuddämpare.
- 7. Skaffa mer kunskap.** Har du frågor om ljudmiljö, om hörselskadade barns behov i skolan eller något annat som rör ljud och hörsel? Vänd dig då till Hörsellinjen (se baksidan).
- 8. Engagera dig.** Ta ställning för bättre ljudmiljö genom att stödja HRFs kampanj "Befria samtalet". Läs mer om vad du kan göra på www.befriasamtalet.se