

Att lyssna - att höra - att inget öra förstöra!

Buller?

Vad kan vi göra åt problematiken kring höga ljudnivåer i förskolor,
skolor och på fritidshem.

2006-09-07

Innehållsförteckning

Bakgrund	3
Tillvägagångssätt Eksjö.....	3
Fakta buller.....	5
Enkätresultat	8
Flödesschema	10
Checklista	11
Piloter i förskola, fritidshem och/eller skola	13
Diskussion och åtgärdsförslag.....	14
Länkar.....	16
Bilaga enkätformulär	17

Bakgrund

En nationell enkätundersökning kring barns miljö och hälsa utfördes via Socialstyrelsen under 2003-2004. Det är den första nationella undersökning om både barns miljö och hälsa som har genomförts i Sverige. Ett utökad urval av enkäter har gjorts i länet tack vare kommunernas positiva gensvar. Detta har gjort det möjligt att analysera resultaten på kommunnivå. Förutom länets kommuner har Landstinget, Vägverket och Länsstyrelsen varit med och bekostat undersökningen.

En arbetsgrupp har tillsatts för Eksjö kommun för att driva arbetet utifrån enkätresultaten. Arbetsgruppen har deltagit i en länsgemensam barndialog för att få kunskap och stöd att gå vidare i processen.

Representanter i arbetsgruppen är:

Katrina Larsson, chef för elevhälsan, Eksjö kommun,

Irene Forsberg, skolsköterska, Eksjö kommun,

Peter Larsson, miljöinspektör, Eksjö kommun,

Anne Rydström, folkhälsoplanerare, Landstinget

Enkätresultat barnmiljöhälsa

Arbetsgruppen har valt att arbeta vidare med ”buller” eftersom det utifrån enkätresultaten var något som kändes angeläget. Några enkätsvar gav högre resultat för Eksjö jämfört med länet. Här följer några exempel utifrån frågor som 12-åringarna själva har besvarat.

Det är 23 % som har svarat ja på frågan:

”Har du märkt att det ringer, piper, tjuter eller susar i öronen efter att ha lyssnat på stark musik eller andra starka ljud?” Motsvarande siffra för länet är 19 %.

På frågan om öronsus upplever de flesta att de inte har det men det är ändå 40 % i Eksjö som säger att de har det sällan. Läns siffra ligger på 29 %. Ungdomarna upplever också ljud som störande i skolan. 56 % har svarat ”ja, men mer sällan”, jämfört med 50 % i länet.

Vad gäller 4-åringarna så har föräldrarna besvarat frågorna. Där kan man inte se att barnen har klagat över öronsus. Det man däremot ser är att barngrupperna i barnomsorgen tycks vara större jämfört med länet samt att barnen i Eksjö kommun vistas där längre räknat i antal timmar per vecka.

Tillvägagångssätt i Eksjö

Det finns flera möjligheter att arbeta med bullerfrågan. Arbetsgruppen har valt att i första hand fokusera på barnens miljö på fritidshem, förskolor och skolor. Det handlar bl.a. om:

- organisation och ledarskap (kunskap, personaltäthet, barngruppstorlek, policyfrågor...)
- fysisk miljö (lokaler, mattor, vaxdukar på bord, tassar på stolar...)
- psykisk miljö (musik, stress, gränssättning...)
- pedagogisk miljö (metodik, ute- eller innelektioner...)

Arbetet har genomförts i flera steg.

- En kartläggning har utförts över hur barnhälsovården, skolhälsovården, företagshälsovården och kommunen arbetar med bullerfrågan.
- En enkät har skickats ut till alla fritidshem, förskolor och skolor i kommunen i syfte att få kunskap om vilka åtgärder som ev. har utförts vid för höga ljudnivåer och på det viset få fram goda exempel.

- Denna rapport som är en sammanställning av arbetet inkluderande enkätresultaten. Sammanställningen har delgivits de svarande i syfte att sprida goda exempel och på det sättet förmedla information om möjliga åtgärder för att sänka höga ljudnivåer.
- En uppföljning kommer att genomföras (ev. i form av enkät) efter ca ett halvår för att se om några åtgärder har vidtagits.
- Därutöver planeras för att en eller två verksamheter inom fritidshem, förskola eller skola aktivt ska arbeta med att förbättra ljudmiljön. ”Piloterna” ska följas upp med enkäter och intervjuer. Vilka åtgärder som ska vidtas beror på vilka piloter som deltar, vari problematiken ligger.

Fakta buller

Enligt tidningen Arbetsliv som ges ut av Prevent, arbetsmiljö i samverkan. Nr 3, sept. 2005:

- 200 arbetsskador p.g.a. buller anmäldes under 2004 av personal inom grund- och förskola. Det innebär att ungefär var sjunde bullerskada uppstår i skolan.
- Mätningar i klassrum för årskurserna 7-9 har visat en genomsnittlig ljudnivå under lektionstid på 50-70 dB(A). Arbetsmiljöverkets rekommendation är maximalt 40 dB(A).
- De främsta källorna till störande ljud är prat och slammer från möbler. Yngre elever störs i högre grad än äldre.

Magnus Kihlbom har skrivit en skrift "Om små barns behov och utveckling" utgiven av Myndigheten för skolutveckling. Där finns ett appendix om buller i förskolan hämtat bl.a. från Folkhälsoinstitutet, författare Bitti Ingemansson. Nedan följer utdrag från den artikeln.

Bullrig skola försämrar inläring.

Allt pladdrande, gapande och skrapande med stolar i skolan försämrar minnet och hämmar barnens inläring. Speciellt utsatta är de elever som har brister i det svenska språket, eftersom språkinläringen är extra känslig för buller.

Fakta ljudnivåer:

Över 85 dB (A): innebär ökad risk för hörselskada.

85 dB (A): risk för hörselskada.

55-60 dB (A): normal ljudnivå.

Enligt Arbetarskyddsstyrelsens författningssamling (AFS 1992:10):

Krav på stadigvarande koncentration, kunna samtala obesvärat 40 dB (A) eller lägre

Stadigvarande krav på snabbhet eller uppmärksamhet 60 dB (A)

Bygg- och anläggningsverksamhet, på dansrestauranger och diskotek 80 dB (A)

Staffan Hygge är professor i miljöpsykologi vid Högskolan Gävle och leder för närvarande en studie i hur buller påverkar olika aspekter av minnessystemet. Ljudnivåerna i ett klassrum ligger på ca 65 dB. Via tester har man sett tydliga tendenser att buller påverkar inläringen. Det gäller inte bara när de hör tal i en bullrig miljö, det gäller också när de får en skriven text, att de har svårare att tillgodogöra sig den. Språkbaserade funktioner är särskilt känsliga. Därför drabbas de som inte har fullständigt språk, t.ex. många invandrabarn som inte hunnit lära sig svenska. För att kunna tillgodogöra sig kunskaperna skulle dessa barn därför behöva arbeta i en miljö med lägre bullernivå, 5-10 dB lägre än vad som är vanligt. Detsamma gäller de som har nedsatt hörsel.

Musik i öronen kan vara okey medan man läser läxan men inläringen tar längre tid enligt Staffan Hygge.

Enligt Arbetslivsinstitutets utbildningsmaterial "Hörselhälsa" kan ovanstående bekräftas: Koncentration och inläring kräver intresse, lugn och harmoni men i dagens skola ser verkligheten ofta annorlunda ut. Barn och ungdomar är i dag i hög grad utsatta för ljud och höga ljudnivåer på fritiden men även i skolan, där ljudmiljön många gånger är både livlig och påfrestande. En påfrestande ljudmiljö i skolan kan förutom koncentrationssvårigheter och problem med hörseln även ge andra negativa effekter som trötthet, huvudvärk samt röstförlitning, bland både elever och lärare.

Barngruppens storlek

Barnhälsovårdsöverläkare Ulla Rydå, Landstinget i Jönköpings län, har skrivit en sammanfattning kring barn, språk och buller. Där tar hon även upp betydelsen av barngruppens storlek med tanke på ev. höga ljudnivåer och vikten av en stabil grund för inläring. Ulla utgår från en kunskapsöversikt från Skolverket 2001 där man lyfter fram att gruppens storlek bör vara maximalt 13-15 barn i åldrarna 4-9 år. För de yngsta barnen eller barn med särskilda behov bör gruppen vara mindre. Enligt en annan nationell studie (Skolverket 2002) kan man se att småbarnsgrupperna i Sverige i snitt har 14,1 barn och åldersblandade grupper 18,2 barn. Av barnen 0-3 år gick 64 % på avdelningar med 16 eller fler barn år 2001. Peter Währborg visade i en rapport 2002 att förskolebarn är mer stressade idag än för bara två år sedan. Till barnens stress bidrar bland annat en hög ljudnivå i förskolegruppen som försvårar all kommunikation och motverkar nyanserat samspel.

Vuxna/Personal

Totalt finns omkring en halv miljon personer i yrkesverksam ålder med hörselskador enligt Hörselskadades Riksförbund (HRF), 15 % har tinnitus och 100 000 har en svår form av sjukdomen. Mellan 10-14 % av personerna i arbetslivet har svårt att höra vad som sägs på personalmöten, under utbildningar och i telefonen.

Skador och problem som buller kan orsaka

I skriften "Bullret bort! utgiven av Socialstyrelsen tar man upp vilka skador och problem som buller kan orsaka.

Buller kan skada hörseln. Den som utsätts för starkt buller under kortare tid kan få en tillfällig hörselnedsättning. Hörseln blir för det mesta normal igen om örat får vila en tid. Hos den som utsätts för starkt buller under längre tid kan de ljudkänsliga hårcellerna i innerörat skadas. Det kan bli en bestående skada – en permanent hörselnedsättning – som inte kan botas. Ju starkare bullret är desto kortare tid behövs för att en hörselskada ska uppstå. Vid mycket höga bullernivåer kan en hörselskada också uppstå på ett ögonblick. Impulsjud, t.ex. ett gevärsskott eller ljudet av en spik- eller nitpistol, är speciellt riskabla. Då kan det räcka med enstaka mycket starka knallar för att hörselskadan ska bli bestående. Förutom hörselnedsättning kan starkt buller orsaka andra hörselskador såsom mer eller mindre permanenta öronsusningar eller ringningar – tinnitus. Man kan också drabbas av överkänslighet för ljud och av att ljud blir förvrängda. Ljud som inte är störande för en person med normal hörsel kan vara mycket störande för den som är hörselskadad.

Buller försvårar samtal. En av de mest påtagliga effekterna av buller är att det försämrar möjligheterna till samtal. Man brukar säga att bullret maskerar de ljud vi vill och behöver höra.

Buller kan ge röstproblem. Om bakgrundsbullret är så starkt att man ofta behöver höja rösten för att höras är risken också att man kan få röstproblem på grund av slitage på stämbandsslemhinnan och påfrestning på struphuvudets muskulatur. Kvinnor löper större risk än män att få problem med rösten vid arbete i miljöer där röststyrkan behöver höjas.

Buller kan öka olycksrisken. Genom att buller kan maskera de ljud som behöver uppfattas ökar risken för olyckor i en bullrig miljö. Det blir svårare att höra och korrekt uppfatta tal. Det kan leda till att en muntlig instruktion missförstås, vilket i sin tur kan leda till att en olycka inträffar. Det blir också svårare att uppfatta varningssignaler och andra viktiga ljud, t.ex. ljud från ett fordon som närmar sig.

Buller kan påverka prestation och arbets kvalitet. Buller kan göra arbetsuppgifter mer ansträngande och tröttande. Det kan i sin tur leda till att man presterar sämre.

Buller kan bidra till stress. Arbetsrelaterad stress uppstår när arbetsmiljön innebär krav som man inte klarar av eller inte kan kontrollera. Många faktorer kan bidra till arbetsrelaterad stress och det är sällsynt att det bara finns en orsak. Ljud i arbetsmiljön kan vara en sådan stressfaktor även om ljudnivån inte är så hög att det finns risk för hörselskada.

Ovanstående fakta talar för att något måste göras. Det är inte rimligt att barn och vuxna i förskola, skola och fritidshem ska behöva utsättas för en sådan påfrestande miljö dagligdags.

Resultat från arbetsgruppens enkät till förskolor, dagbarnhem, fritidshem och skolor

Arbetsgruppen satte samman en enkät utifrån frågeställningen ”hur ser det ut i dag med störande ljud på våra förskolor, dagbarnhem, fritidshem och skolor”, antalet frågor var 10 (se bilaga).

Svarsfrekvensen låg på 80 % och såg ut som följer;

- antal förskolor som svarat var 14
- antal familjedaghem som svarat var 3
- antal fritidshem som svarat var 4
- antal skolor som svarat var 5

Generellt sett kan man säga att ganska få verksamheter har gjort en bullermätning men att många trots det har genomfört en rad olika åtgärder mot höga bullernivåer i verksamheterna. Åtgärderna har delats upp utifrån rutinsituationer, den sociala samvaron vid personalstyrd verksamhet och vid den fria leken. Man kan här se skillnader i svaren som mycket beror på vilken verksamhet det är som svarat. Förskola, dagbarnvårdare och fritidshem har till skillnad från skolan ofta större pedagogiska möjligheter att minska ljudvolymen, det kan t.ex. vara genom att dela upp barnen i mindre grupper, mer personal närvarande vid ex. måltider, möjligheter att styra verksamheten i lokalerna osv.

Enkät svar för hur man har förbättrat ljudmiljön för barn/elever utifrån rutinsituationer

Åtgärderna på förskolorna varierar men plastmattor på borden, uppdelning i mindre barngrupper, skydd i form av tennisbollar eller tassar på stolarna samt lugnande och lågt tal är mest förekommande. Några har svarat att de satt nålfilsmatta under borden, köpt nya bord med ljuddämpande skivor, tyst/lugn musik vid måltiderna och någon har lånat ett ”öra”.

Dagbarnvårdare och fritidshem har svarat att de inreder med mattor och tavlor, vaxdukar på borden, barnen kläs på i omgångar, någon inleder dagen med lugn musik och så försöker personal i planeringsarbetet att förskjuta måltiderna så mycket som möjligt för att vara så få elever i matsalen som möjligt.

Även skolorna har uppgett att man försöker styra måltiderna så att få elever vistas samtidigt i matsalen. Vidare har man ”gummifötter” på stolsbenen samt ett sänkt tak i matsalen.

Enkät svar för hur man har förbättrat ljudmiljön för barn/elever utifrån den sociala samvaron vid personalstyrd verksamhet

Bland förskolorna har merparten svarat att man delar upp barnen i mindre grupper och försöker sprida ut verksamheten i lokalerna som man förfogar över. Vidare har ett par förskolor svarat att man använder sig av ett s k bolltrick, en boll får cirkulera och den som har bollen får prata. Vidare försöker man vara mycket utomhus och koncentrera spring mm dit.

Bland fritidshemmen är svaren ungefär de samma, barnen vänjs vid att räkka upp handen när de vill säga något och de får även lära sig att inte avbryta och att lyssna på varandra. Vidare jobbar något fritidshem med massage och belöningssystem vid lektionerna.

För skolornas del handlar det mest om åtgärder av lokalerna (ljudabsorbenter i tak, tennisbollar på bord och stolar mm), att ytterskorna ska tas av, någon skola använder sig ibland av lugnande klassisk musik.

Enkät svar för hur man har förbättrat ljudmiljön för barn/elever utifrån den fria leken.

Hälften av alla förskolor svara att man ”styr” barnen till olika rum, en förskola hade gjort upp ”lekstationer” i olika rum. Flera förskolor har svarat att man har mattor på golvet i lekrummet, plastmattor på borden, låg ljudvolym med radio/musik. Mentaliteten att ”springer gör vi ute” och att personalen talar tyst till barnen och påminner varandra om att fortsätta att göra det finns hos ett par stycken förskolor.

Hos dagbarnvårdarna och fritidshemmen är de vanligaste svaren små barngrupper, mycket utevistelse, man leker ”tysta leken” när de små barnen sover, man bryter av med sagoläsning om ljudnivån blir för hög, barn som behöver springa av sig får gå ut. Någon har skapat ett ”lugnt rum” utan spring och vilda lekar, textilier i lokalerna, korkmattor på borden och samlingsringen har försetts med en mjuk matta.

På skolorna handlar det mest om ljudisolering samt att lek förläggs utomhus.

Enkät svar för hur man har förbättrat ljudmiljön för personalen

Många åtgärder som riktar sig åt att förbättra ljudnivån för barnen ger givetvis även effekt på personalens situation. Flera har uppgett att man köpt in bord med mjuk Tapiflexmatta, någon har även en sådan matta på golvet. Några verksamheter har genomgått hörselkontroll och fått hörselskydd, dessa upplevs dock som svåra att använda i barngrupperna. På skolorna har några lärare i bild, slöjd, gymnastik och musik fått personligt utformade hörselskydd.

Vilka problem återstår för att lösa/mildra effekterna av höga ljudnivåer i verksamheterna?

Bland förskolorna svarar flera att mindre barngrupper skulle vara positivt när det gäller att minska de höga ljudnivåerna, bord med bullerdämpande material och åtgärder av de hårda golven är andra förslag. Två förskolor har angett att de har problem med hög ljudnivå i samband med omklädnad till gymnastiken. Någon säger att fläktsystemet för oväsen.

Dagbarnvårdare och fritidshem trycker på ljuddämpning i taket och att man lägger in mjuka plastmattor och inte hårda golv. Tre fritids uppger att mindre barngrupper skulle vara positivt för ljudnivån.

I skolan verkar störningen av lektionssalarna vara ett problem, någon anser att man bör byta till ljudisolerade dörrar till klassrummen, ljud från skolgården hörs väl in i klassrummen, ”fotplattor” på höga elevbänkar skramlar. Även här verkar matsalsmiljön på en skola vara ett problem som man vill åtgärda.

Flödesschema

Kvinnokliniken

Det är viktigt att upptäcka hörselskador så tidigt som möjligt. Därför testas man alla nyfödda barn på BB.

Barnavårdcentral

Redan under första levnadsåret är hörsel en förutsättning för bästa möjliga samspel mellan barn och vårdare att barnet uppfattar tonlägen i vårdarens röst och själv kan svara med ett normalt joller. För att upptäcka en hörselskada så tidigt är föräldrarna och andra vardagsnära egna observationer det enda praktiska användbara instrumentet.

Vid kontroller på BVC, 2 veckor-2 månader, 3-4 mån, 5-6 månader följs det upp om barnet hör. Vid 7-10 mån görs en hörselanamnes, språkanamnes och BOEL-test.

Från 1-4 år följer BVC upp barnets talutveckling.

Vid Ca 5½ år görs ett hörseltest på BVC.

Flera procent av alla småbarn har under kortare eller längre perioder hörselnedsättning av sk ledningshindertyp i samband med öroninflammationer och öronkatarr, varvid mindre eller större hörselnedsättning kan finnas.

Föräldrar som misstänker hörselnedsättning hos barn måste tas på största allvar.

Skolhälsovård

Skolhälsovårdens hörselundersökningar ska identifiera elever med

- hörselnedsättning, som medför hinder att följa undervisningen och försvåra den sociala utvecklingen.
- hörselnedsättning av betydelse för studie- och yrkesval
- kronisk mellanöresjukdom

Skolhälsovården kontrollerar alla elever i Förskoleklass samt

- bullerexponerade elever i gymnasieskolans yrkesinriktade linjer
- elever som ska kontrolleras p.g.a. tidigare påvisad hörselnedsättning
- ny tillkommande elever som inte hörselundersökts, t ex invandrarelever
- elever med försämrade skolprestationer, som kan tänkas vara betingade av hörselnedsättning

Företagshälsovård

Hälsotest för vissa personalgrupper.

Arbetsgivaren har enligt Arbetsmiljöverkets regler skyldighet att för vissa grupper genomföra olika typer av hälsokontroller, detta görs genom Företagshälsovården.

Hörselkontroll och information (AFS 2005:16) görs 1/g på 3 år för personal i kök, slöjdsalar, AMC, musiklärare, vaktmästare och förskolepersonal.

Bullermätning (AFS 2005:16) görs 1/g på 5 år i lokaler där personal enligt ovan har sin tjänstgöring.

Arbetsmiljöverket gör regelbundna kontroller. År 2005 besökte dom Norrtullskolan och Höreda skola. Under hösten inspekterar dom alla trä- metallslöjdslokaler i hela kommunen.

Checklista

Nedan följer en checklista att utgå från som hjälpmedel för att se vad varje arbetsplats med relativt enkla medel själv kan åstadkomma.

Fysisk miljö

- Välj bort skrapande och skramlande möbler.
- Placera matborden i olika rum.
- Möbler och stolsben kläds med tassar/tennisbollar.
- Ät vid småbord.
- Golvmatta klistras på borden.
- Vaxduk på borden och liggunderlag fasttejpade under bordsskivan.
- Vid nyinköp av bord, välj med ljuddämpande skiva.
- Lägg fram bestick när maten serverats.
- Använd tallrikar, glas och bestick av plast.
- Avskärma stora rum.
- Akustikplattor, ljudabsorbenter, isolering.
- Mjuka lekunderlag och förvaringspåsar till hårda leksaker.
- Stor matta i lekrummet.
- Hörselkåpa till barnen när de snickrar.
- Cyklar och trampbilar leks med utomhus.
- Hörselproppar som personalen kan använda ibland.

Psykisk miljö

- Personalen sänker sina röster.
- Samtal ska ske på nära håll.
- Personal och barn sprids i rummet för att få mindre grupper.
- Åtgärda aktiviteter som skapar buller.
- Lär barnen stänga dörrar tyst.
- Undvik musik när barnen ska sova.
- Undvik flera ljudkällor samtidigt.
- Inget spring inomhus.
- Stå inte för nära högtalare.
- Barnmassage för att varva ner.

Pedagogisk miljö

- Att vuxna äter med barn/elever.
- Uppdelat mellanmål
- Vara ute mycket.
- Bekräfta ett barn som pockar på uppmärksamhet genom att signalera med handen att du kommer om en stund.
- Kartlägg den upplevda ljudmiljön med enkätfrågor.
- Prata om ljudmiljön på personalmöten.
- Prata om ljudmiljön på föräldramöten.
- Skriv gärna en ljudpolicy.
- Bullerörat Sound Ear. (Det gröna örat blir gult vid 85 dB och rött vid 92 dB).

Organisation och ledarskap

- Kunskaper. Ge utbildning till personal.
- Personaltäthet. Fler vuxna i verksamheten
- Barngruppstorlek. Färre barn och elever per grupp i både förskola, skola och skolbarnsomsorg.
- Policyfrågor. Upprätta policydokument
- Informationsmaterial till nya barn och föräldrar

Piloter i fritidshem, förskola och/eller skola

Målsättningen med detta bullerarbete är också att finna ett par verksamheter som kan tänka sig att fungera som ”piloter”. Dessa piloter ska aktivt arbeta med att förbättra ljudmiljön. Vilka åtgärder som ska vidtas beror på vilka piloter som deltar, vari problematiken ligger. Verksamheterna ska följas upp med enkäter och intervjuer. Därefter kommer resultaten att sammanfattas och kommuniceras inom kommunen för spridning samt i länet i anslutning till länsprojektet Barndialogen.

Enkätresultaten visar att flera verksamheter var positivt inställda till att delta som piloter.

Diskussion och åtgärdsförslag

Flödesschemat visar att det finns en uppmärksamhet kring barnets fysiska utveckling från det att barnet är nyfött. Barnavårdcentralen följer barnets hörselutveckling till dess barnet är 5,5 år. Därefter tar Skolhälsovården vid med kontroll av alla elever i förskoleklass.

Skolhälsovården har också ett ansvar att följa olika grupper av elever. Vad gäller personalens hälsa så finns regler som arbetsgivaren följer. Det innebär bl.a. att företagshälsovården har åtaganden vad gäller personalens hälsa. Företagshälsovården utför också ett antal bullermätningar varje år.

När det gäller miljön i förskola, skola och fritidshem finns emellertid brister. Det som har framkommit via enkätutskicket är att det görs en hel del i kommunen men att det inte finns någon mall eller checklista att utgå från. Det varierar hur mycket man arbetar med frågan på de olika arbetsplatserna. Det framkommer också att utbildningsdelen är eftersatt. Det finns idag inga rutiner för att sprida kunskap till personal, föräldrar och barn om höga ljudnivåer och buller. Målsättningen är att arbetet kring buller ska vara mer strukturerat. Vi vill därför på detta sätt sprida goda exempel och ge förslag på möjliga åtgärder. Arbetsgruppen har även som målsättning att följa en eller två fritidshem/förskolor/skolor med åtgärder och mätningar för att på detta sätt sprida kunskap om för- respektive nackdelar.

Checklista

Gå igenom checklistan enligt ovan för att se vilka områden ni inte har täckt in. Åtgärda dessa områden.

Utbildning

Enligt enkätresultaten för Eksjö kommun finns ingen struktur för utbildning. Varken elever eller personal får regelbundet utbildning i hörsel och ljudmiljöns betydelse. Detta föreslås därför som en åtgärd.

Cirka 15 % av befolkningen har tinnitus varav cirka 100 000 har svåra problem. Andelen hörselskador, bl.a. tinnitus och ljudöverkänslighet ökar även bland unga idag. Det är därför en angelägen uppgift att utbilda barn och ungdomar om hur det känsliga hörselsystemet fungerar. Om man har den kunskapen med sig från tidiga år ökar också möjligheten att bevara sin hörsel genom att göra kloka ljudval genom livet. I en undersökning bland elever i årskurs 5 var det endast 11 % (12 av 109 elever) som angav att de hade haft lektioner om hörseln och ljud. Nästan 90 % svarade att de inte hade haft det eller inte mindes. Över en tredjedel ville gärna lära sig mer i ämnet. (Arbetslivsinstitutet, Hörselhälsa).

Hörselhälsa är ett studiematerial för grundskolan som Arbetslivsinstitutet ger ut.

Utbildningsmaterialet är en lärarhandledning och är begränsat till kostnadsfritt max tio exemplar per skola. Exemplar utöver det kostar 50 kr/st inklusive porto. Det är dock tillåtet att kopiera ur häftet för skolbruk.

Se internet www.arbetslivsinstitutet.se eller ring tel: 08-619 69 87.

Huller om Buller - ett pedagogiskt material om hörsel och ljud för förskolan som AMMOT (Artister och Musiker Mot Tinnitus) ger ut.

Materialet innehåller en bok med olika hörsel- och ljudäventyr och en tillhörande musik-cd för barn. Även en handledning ingår med tips och råd kring hur man arbetar praktiskt för en bättre ljudmiljö.

För vidare information se hemsidan www.dbdbdb.nu
Eller kontakta: Maria Blom, Marie Östh AMMOT, tel 08 - 442 32 97
mail: ammot@dbbdbdb.nu

Bullret bort! En liten bok om ljudmiljö i förskolan (Artikelnr: 2006-123-25). Skriften har tagit fram av Arbetslivsinstitutet, Arbetsmiljöverket, Myndigheten för skolutveckling och Socialstyrelsen. Förhoppningen är att den ska ge inspiration till alla som vill förbättra såväl barnens miljö som personalens arbetsmiljö. Kan beställas från Socialstyrelsens kundtjänst, 120 88 Stockholm, fax 08-7799667, e-post: socialstyrelsen@strd.se, webbutik www.socialstyrelsen.se/publicerat Skriften kan också laddas ner från Socialstyrelsens webbplats www.socialstyrelsen.se

Hörselpiloter

I Halmstad kommun har man utbildat personal till "hörselpiloter". Dessa har fått extra kunskap inom området ljud och ljudmiljö. Hörselpiloterna kan sedan hjälpa andra inom förvaltningen/sectorn med tips om enkla åtgärder och hur man kan arbeta pedagogiskt kring ljud. Detta kan vara ett tips för att sprida kunskapen om ljudmiljö inom kommunens organisation.

För mer information kontakta Halmstad kommun. "Vå ? – ett projekt kring ljud och ljudmiljö inom BUF". Tel: 035-137558, E-post: barn.och.ungdomsforvaltningen@halmstad.se

Länkar

www.hrf.se

www.sjukvardsradgivningen.se

www.akustikmiljo.se

www.dbdbdb.nu

www.ecophon.se

Hörselskadades riksförbund
Sjukvårdsrådgivningen, sök på hörsel
Bullerdämpande produkter
AMMOT – Artister och Musiker Mot Tinnitus
Ljudabsorberande produkter för tak och vägg som
uppfyller miljökrav.

Hörsellinjen

HRF har startat Hörsellinjen som erbjuder kostnadsfria svar på frågor om hörsel och hörselskador. Tel: 0771-888000 eller gå in via nätet på www.horsellinjen.se



Enkät om höga ljudnivåer i Eksjö kommuns förskolor och skolor

En nationell enkät om barns miljö och hälsa genomfördes under 2005. Resultatet visade att barn i Eksjö kommun upplever buller som ett problem. Eksjö kommun ingår därför i ett länsgemensamt arbete med inriktning på buller. Vi är en arbetsgrupp som har i uppgift att göra en enklare kartläggning över nuläget för kommunens förskolor och skolor.

Arbetsgruppens huvudsyfte är att ”plocka” fram goda exempel på hur man i Eksjö:s förskolor, fritidshem och skolor arbetat med att sänka ljudnivåerna. Vi är därför tacksamma för svar på nedanstående frågor. Skicka svaren till Katrina Larsson (chef för elevhälsan) **senast den 27/3**.

Arbetsgruppen består av följande personer, har ni frågor så hör av er till oss!

Katrina Larsson (chef för elevhälsan)	0381-36647	lak@eksjo.se
Iréne Forsberg (skolsköterska)	0496-21026	foi@eksjo.se
Peter Larsson (miljöinspektör)	0381-36212	lap@eksjo.se
Anne Rydström (folkhälsoplanerare)	0381-35028	anne.rydstrom@lj.se

Namn på förskola, fritidshem eller skola;

Kontaktperson (inkl. arbetstitel);

Telefonnummer;

1. Har ni under de senaste åren gjort någon bullermätning?
(Bifoga gärna protokoll från sådana mätningar)

.....

2. Har resultatet av mätningen lett till några faktiska förändringar för att dämpa bullernivån och i så fall vilka?

.....

3. Vilka praktiska åtgärder har ni gjort för att förbättra ljudvolymen för barn/elever utifrån rutinsituationer (ex. måltider, påklädning och liknande)?

.....

.....

.....

4. Vilka praktiska åtgärder har ni gjort för att förbättra ljudvolymen för barn/elever utifrån den sociala samvaron vid personalstyrd verksamhet (ex. samlingar, lektioner eller liknande)?

.....

.....

.....

5. Vilka praktiska åtgärder har ni gjort för att förbättra ljudvolymen för barn/elever vid den fria leken inomhus?

.....

.....

.....

6. Vilka specifika åtgärder har gjorts för att minska bullersituationen för personalen?

.....

.....

.....

7. Vilka problem anser du återstår för att lösa/mildra effekten av höga ljudnivåer för barn och vuxna i verksamheten?

.....

.....

.....

8. Har förändringar i verksamheten (eller liknande) lett till ökade problem med höga ljudnivåer?

.....
.....
.....

9. Har ni informationstillfällen för barn/elever/personal på området höga ljudnivåer?

.....
.....
.....

10. Kan ni tänka er att vara med som en "Pilotförskola/Skola" i projektet?

.....
.....
.....

Då var det klart!

Samtliga i arbetsgruppen vill tacka för er medverkan i projektet.

En sammanställning av svar samt mer information på området höga ljudnivåer kommer att delas/skickas ut.