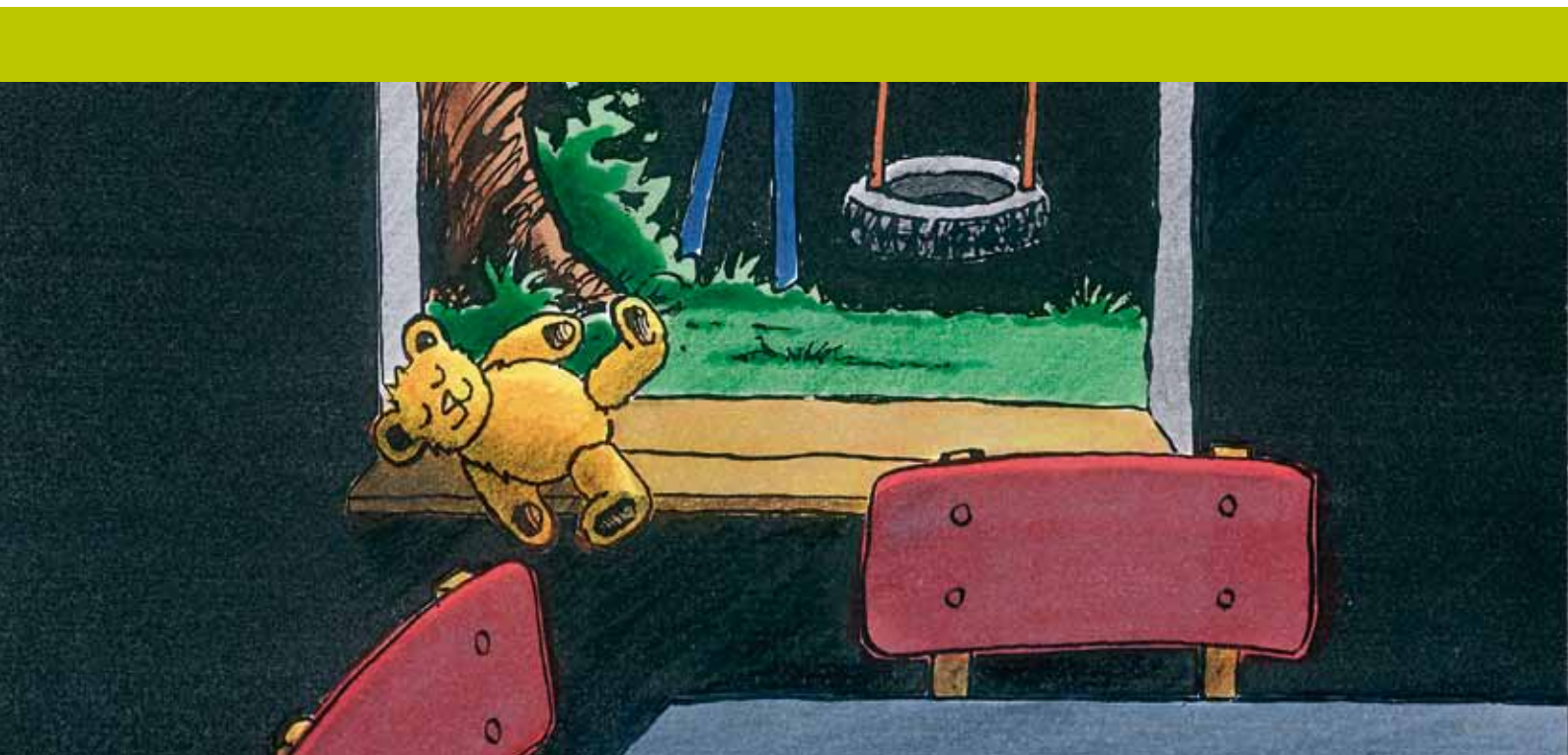


# Om natten er der stille, men om dagen...

Branchevejledning om støj i dagtilbud og SFO

---

Branchearbejdsmiljørådet Social & Sundhed



# Indhold

Støj kan skade	side 4
Støj kan måles	side 10
Det støjer	side 14
Nyttige værktøjer	side 22
Sådan reduceres støjen	side 27
Regler om støj og akustik	side 39

---

Udgivet af  
Branchearbejdsmiljørådet Social & Sundhed  
Studivestrate 3, 2. sal  
1455 København K  
Marts 2010



Tekst: Arbejdsmiljøkonsulent Niels Bang Hansen, [www.sundtogsikkert.dk](http://www.sundtogsikkert.dk),  
og Preben Meier Pedersen, BAR Social & Sundhed  
Tegninger: Søren Sørensen  
Layout: Trojka / Ann Margaret Scales  
Tryk: P. J. Schmidt Grafisk  
ISBN: 978-87-92364-20-3  
Varenr. :15 20 83

# Forord

Støj er stadig et problem i dagtilbud og SFO. Derfor udgiver BAR Social & Sundhed nu en opdateret udgave af branchevejledningen "Om natten er der stille, men om dagen ...".



Siden første udgave i 1999 er der sket en række ændringer i love og regler. Det er indarbejdet i den nye udgave. Der er kommet ny bekendtgørelse om støj og nyt bygningsreglement BR 08. Nye regler om arbejdsmiljøorganisationen kommer i efteråret 2010. Vi har valgt allerede nu at bruge de nye betegnelser – arbejdsmiljøorganisation, arbejdsmiljøudvalg og arbejdsmiljørepræsentant i branchevejledningen.

Vi har også valgt at supplere med nye eksempler og erfaringer fra kommuner, dagtilbud og SFO. Tak til medarbejdere og ledere i Allerød, Hjørring, Roskilde, Kolding og Vordingborg kommuner, som bidrager med deres erfaringer med at begrænse støj i dagtilbud og SFO.

Tak til Per Møberg Nielsen, Akustik ApS, som bidrager med tekniske kommentarer om støj og akustik, og tak til psykolog Kirstine Sort Jensen, som bidrager med artiklen om ICPD (International Child Development Program).

Arbejdstilsynet har haft vejledningen til gennemsyn og finder, at indholdet i vejledningen er i overensstemmelse med arbejdsmiljølovgivningen. Arbejdstilsynet har alene vurderet vejledningen som den foreligger, og har ikke taget stilling til, om den dækker samtlige relevante emner inden for vejledningens område.

**Branchearbejds miljørådet Social & Sundhed, maj 2010.**



## Støj kan skade

Lyd er svingninger i luftens partikler. Støj er lyd, der skader eller generer, det vil sige uønsket lyd.

Støj i dagtilbud og SFO indeholder informationer og er derfor meget forskellig fra industri- og maskinstøj. Det kan være et barn der græder, en kollega der giver en besked, et barn der spørger om noget, en telefon der ringer, et skab der vælter – nogle gange det hele på samme tid! Den ansatte er nødt til at forholde sig til alle lyde. Det bevirker, at man hurtigere bliver træt, og at man svækkes over for andre arbejdsmiljøproblemer som træk, støv, dårlig trivsel m.m.

Det specielle og generende ved støj i dagtilbud og SFO er, at:

- støjen varierer i løbet af en dag, hvor der ofte er meget høje “peaks” – det vil sige pludseligt opståede høje lyde,
- den frekvensmæssige sammensætning er præget af børnestemmers lyse toner, der virker mere generende end de mørke voksenstemmer,
- støjen kommer mange steder fra, og der foregår mange forskellige ting på samme tid, som den ansatte skal have overblik over,
- de mange lyde “lægger sig ind over hinanden” – det gør det vanskeligt at skelne, hvor lydene kommer fra og skelne de enkelte ord fra hinanden.

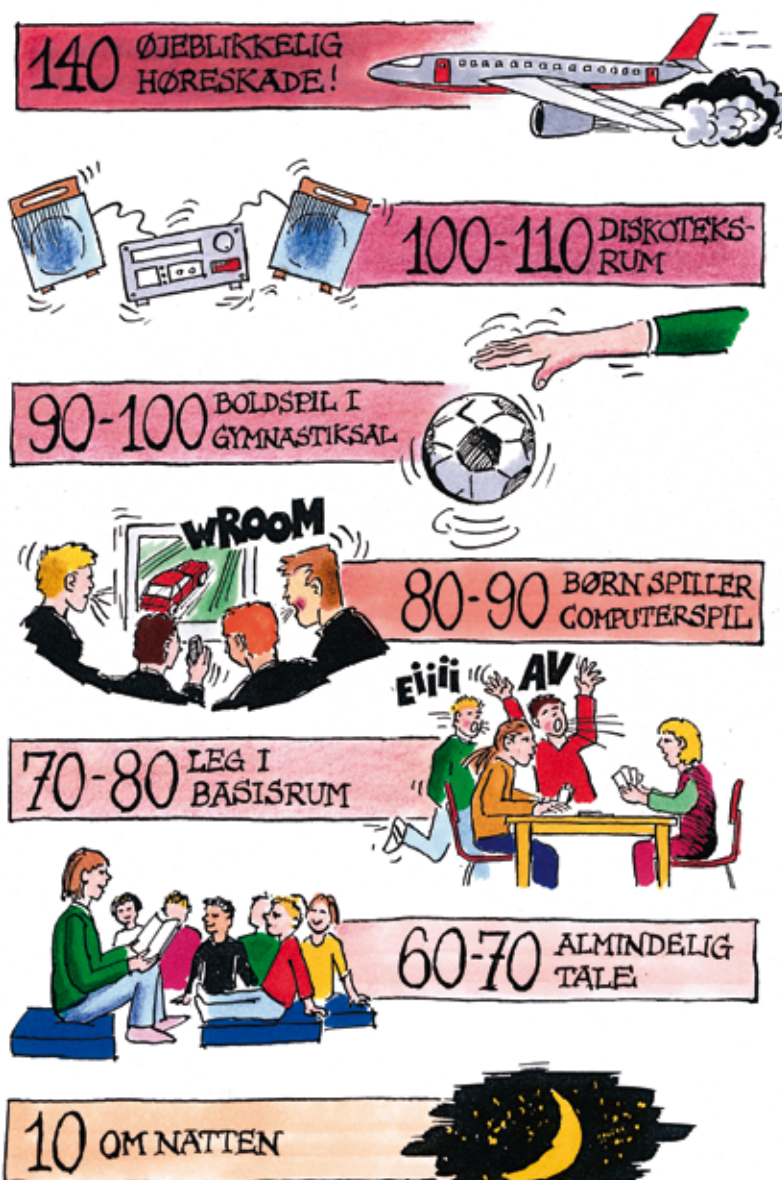
### STØJ OG LYD

Støj er uønsket lyd. Lyd er objektiv og målbar, men opfattes forskelligt fra person til person. Høj musik ved en koncert kan for nogle være ren nydelse, mens den dryppende vandhane kan drive de samme personer til vanvid. Det er ikke kun lydets styrke, der afgør, om lyd er støj. Det er nødvendigt både at reducere den støj, der kan måles, og den lydpåvirkning der opfattes som støj, for begge dele kan resultere i arbejdsskader og dårlig trivsel.

Lyd er svingninger i luftens partikler. Svingningerne danner et tryk. Når trykket rammer øret, sættes nogle følsomme mekanismer i gang i trommehinden i mellemøret og i det indre øre, og energien “oversættes” til forståelig lyd. Vi bliver i stand til at høre noget. Langsomme svingninger giver dybe toner – hurtige giver lyse toner.

Lydtryksniveauet måles i decibel (dB). Det menneskelige øre har ikke samme følsomhed over for dybe toner som over for lyse toner, og når der måles, er det nødvendigt at kompen-

# dB - SKALA



sere herfor. Det gør man ved hjælp af et såkaldt A-filter. Derfor kaldes måleenheden også for dB(A).

Øret kan opfatte et utroligt stort lydspektrum – lige fra lyden af en knappenål, der falder til jorden til larmen fra et jettfly. Decibelskalaen skal rumme alle disse lydtryksniveauer, og derfor har det været nødvendigt med en speciel inddeling. Når man går op eller ned i skalaen, udgør 3 dB altid en fordobling eller halvering af lydpåvirkningen. Det betyder fx, at det dobbelte af 80 dB ikke er 160 dB, men 83 dB.

Hvis man måler niveauet i dagtilbud eller SFO, er det derfor ikke ligegyldigt, om det er på 80 eller 83 dB. Samtidig vil en reduktion af belastningen på 3 dB faktisk betyde en halvering af sliddet på hørelsen.

## STØJ AVLER STØJ

Støj i dagtilbu og SFO har en tendens til at accelerere. Når man taler, er man nødt til at hæve stemmen højere end baggrundsstøjen, hvis den, man taler til, skal forstå det hele. På den måde er man med til at øge støjniveauet, fordi andre personer i lokalet også er nødt til at hæve stemmen, når de taler. Til sidst bliver det vanskeligt at føre en samtale, selv om man sidder tæt på hinanden.

Jo flere personer per m<sup>2</sup> og jo flere støjende aktiviteter, der foregår, jo mere generende og stressende opleves støjen. Desuden vanskeliggøres børnenes sprogstimulering, hvis de ikke kan forstå de voksnes tale. Manglende plads kan gøre det svært at forene børns aktiviteter med et acceptabelt arbejdsmiljø for de ansatte.

Hver gang lydtryksniveauet stiger med 3 dB, er det en fordobling af sliddet på hørelsen. Ifølge arbejdsmiljøloven må den gennemsnitlige belastning på en arbejdsplads, målt over 8 timer, ikke overstige 85 dB. Og spidsværdier af impulsstøj må ikke overstige 137 dB.

Hvis støjniveauet overskrider 80 dB målt over 8 timer, eller hvis der forekommer støjimpulser over 135 dB, skal arbejdsgiveren stille høreværn til rådighed.

Men der bør gøres noget ved støjniveauer langt herunder. Allerede ved 50 dB baggrundsstøj forstår man meget dårligere, hvad der bliver sagt, og man skal hæve stemmen for at "blive hørt".

## RUMAKUSTIK

I rum med en dårlig akustik runger det, støjniveauet er højt, taleforståeligheden er dårlig og det er vanskeligt at høre og forstå, hvad andre siger. Rum med en god akustik er kendetegnet ved, at de er "behagelige" at opholde sig i. Støjniveauet er lavt, og det er let at følge med i samtaler. Taleforståeligheden er god.

Akustikken i et rum bestemmes af, hvor meget fladerne i rummet absorberer lyden. Den lyd der ikke absorberes, reflekteres tilbage til rummet, og jo længere efterklangstiden er, jo mere lyd (støj) reflekteres tilbage.

Er efterklangstiden kort, er muligheden for et lavt støjniveau bedre. Det har nemlig vist sig, at en kort efterklangstid – og altså en god akustik – begrænser lysten til at tale højt. Det er ikke nødvendigt at tale højt for at blive hørt, man behøver ikke overdøve andre. En god akustik har således en dobbeltvirkende kraft.

Desværre gør præcis de samme forhold sig gældende i negative forstand. Dårlig efterklang betyder, at man må hæve stemmen. Det forringer forståeligheden, og støjniveauet stiger

## BAGGRUNDSSTØJ

Et højt baggrunds niveau vil automatisk betyde øget støj – derfor er også støj, som ikke umiddelbart er høj eller generer, af betydning.

## FYSISKE OG PSYKISKE SKADER

Risikoen for at blive udsat for støjgener i dagtilbud og SFO er, både i omfang og hyppighed, større end risikoen for et egentligt høretab.



Om en lyd opfattes generende afgøres af, hvad vi tænker om lyden, og hvilken sammenhæng lyden indgår i. Nogle ansatte vil måske ikke ænse en lydpåvirkning på 95 dB fra boldspil i en gymnastiksal, hvis de selv deltager sammen med børnene. Derimod vil mange nok føle sig generet af en lydpåvirkning på 60 dB fra rockmusik, hvis de er ved at læse højt for nogle børn eller udfører andre mindre støjende aktiviteter. Lyde, vi opfatter som støjende, vil derfor også hurtigere opfattes som belastende. Den fysiske belastning er imidlertid ens uanset hvordan lydene opfattes.

Den menneskelige organisme reagerer både fysisk og psykisk over for støj. Nedsat høreevne er en fysisk skade. Tinnitus og overfølsomhed for støj er skader, man ikke kan lokalisere på samme måde som et høretab

### NEDSAT HØREEVNE

Kroppen påvirkes rent fysisk af støj, og man kan risikere nedsat høreevne. Et begyndende høretab vil typisk vise sig ved, at man har svært ved at høre de lyse toner. Fortsætter slidet på hørelsen, vil høretabet også brede sig til de dybere toner. Et høretab kan ikke helbredes.

### TINNITUS

En del ansatte i dagtilbud og SFO lider af tinnitus (susen eller pibelyd for ørerne).

Sygdommen opstår ofte som følge af høje lyde gennem lang tid, eller ved en kortvarig kraftig lyd. Det kan skyldes arbejde, aktiviteter i fritiden, sygdom, medicin og så videre. Det er ikke muligt i alle tilfælde at fastslå årsagen til tinnitus. Tinnitus kan befinde sig et hvilket som helst sted mellem øret og hjernen og er ikke mulig at lokalisere. Kirurgisk behandling er derfor ikke mulig. Selv overskæring af hørenerven vil intet ændre.

Det er ikke bevist, at man kan få tinnitus af at arbejde i dagtilbud eller SFO, men der er flere tilfælde blandt pædagoger og pædagogiske medhjælpere i forhold til den øvrige del af befolkningen. Undersøgelser viser, at tinnitus og nedsat høreevne ikke nødvendigvis følges ad. For eksempel har kun 50 % af de tinnitusramte i dagtilbud og SFO også nedsat høreevne. For befolkningen som helhed er der 80 % af de tinnitusramte, som også har nedsat høreevne.

Personer, der oplever vedvarende tinnitus bør opsøge en ørelæge for at få undersøgt, om tinnitus skulle være et symptom på en bagved liggende sygdom.

Der kan ofte være hjælp at hente hos det lokale høreinstitut eller kommunikationscenter. De kan ikke fjerne tinnitus, men de kan give nogle gode råd om, hvordan man kan minimere de gener, der måtte være som følge af tinnitussen.

Hjælpen til personer med tinnitus går først og fremmest ud på at lære vedkommende at fjerne opmærksomheden fra sin tinnitus. I en del tilfælde kan høreapparater være en rigtig god hjælp, da lyde fra omgivelserne forstærkes op til et niveau, der er lidt højere end den oplevede styrke af tinnitus. Det kaldes populært for maskering af tinnitus.

Der findes også deciderede tinnitusmaskere. De ligner et ganske almindeligt høreapparat, men de frembringer svage lyde, der sendes ind i øret for på den måde at maskere tinnitussen.

En del personer med tinnitus oplever søvnproblemer. Netop mangel på søvn kan forværre oplevelsen af tinnitus ganske betragteligt. Her kan en såkaldt bed-side-masker være en rigtig god hjælp. Det er et lille apparat, der anbringes ved siden af sengen, og den tilhørende lille højttaler lægges under hovedpuden. Apparatet kan indstilles til at afspille forskellige naturlyde, såsom rislende vandløb, bølgebrus, lyden af regnvejrv. Så i stedet for at lytte til tinnitussen, lytter personen til disse naturlyde.

Endelig bør det nævnes, at muskelspændinger i nakke-region eller kæber (uhensigtsmæssig bidfunktion) kan være årsag til tinnitus. I sådanne tilfælde kan der være hjælp at hente hos en fysioterapeut eller tandlæge.

### OVERFØLSOMHED FOR LYD

En mindre del af personer med tinnitus vil opleve hyperacusis – lydoverfølsomhed, der er overfølsomhed overfor kraftige lyde. Lider man af overfølsomhed for lyd, kan selv almindelige dagligdags lyde forekomme voldsomt generende. Lydoverfølsomhed forekommer sjældent alene, men er typisk en følgelidelse til tinnitus.

Mennesker, der pådrager sig en sådan lidelse, kan i mange tilfælde ikke fortsætte med at arbejde i dagtilbud eller SFO, og kan få problemer på arbejdsmarkedet i det hele taget.

### STRESS

Fysisk kan støj ændre stofskiftet, øge blodtryk og puls, give hovedpine, øge mængden af stresshormoner i blodet, svække immunforsvaret og øge risikoen for hjerte – karsygdomme. Psykisk kan støj have en stressfremkaldende virkning. "Positiv stress" kan få os til at mobilisere fysiske og psykiske ressourcer, der gør os i stand til at klare en truende eller belastende situation. Fortsætter tilstanden over længere tid, kan det blive til "negativ stress" og føre til, at vi nedslides fysisk og psykisk. Studier viser høj sammenhæng mellem klassiske stresssymptomer og generende støj.

### ARBEJDSKADER

Det er vigtigt at skelne mellem skader og gener. En skade, som skyldes en ulykke eller en længerevarende påvirkning, kan være en arbejdsskade, der giver mulighed for erstatning efter lovgivningen om arbejdsskader. Gener vil ikke blive betragtet som en arbejdsskade, med mindre der er tale om en sygdom (erhvervssygdom) som følge af påvirkninger i arbejdet.

Ulykker, som medført arbejdsudygtighed i én dag eller mere ud over tilskadekomstdagen, skal anmeldes til Arbejdstilsynet.

Hvis en læge konstaterer eller får mistanke om, at en person har været udsat for skadelige påvirkninger på sin arbejdsplads og pådraget sig en erhvervssygdom eller på anden måde har pådraget sig helbreds-mæssige ulemper af skadelige påvirkninger i arbejdet, skal han eller hun anmelde det til Arbejdstilsynet. Det er derfor vigtigt, at man går til sin læge, hvis man har været udsat for støj på sin arbejdsplads, og man mener, det har medført en skade.

### TÆT PÅ STØJGRÆNSEN

Målinger i danske dagtilbud og SFO har vist en gennemsnitsbelastning på 82 dB. De 82 dB er et udtryk for meget store variationer, når der ses på institutionstyper, årstid og på de enkelte måledage.



Reglerne om støj siger, at hvis belastningen i gennemsnit over otte timer overstiger 80 dB, skal arbejdsgiveren stille høreværn til rådighed. Ved et gennemsnit på 85 dB og derover i otte timer skal den ansatte bruge høreværn.

Det er individuelt, hvem der udvikler høreskader, men i gennemsnit vurderes det, at

- ved 80 dB belastning i 10 år i gennemsnit 40 timer om ugen er der meget ringe sandsynlighed for at få en høreskade
- ved 82 dB belastning i 10 år vil 1 – 2% (1.000 – 2.000 ansatte i dagtilbud og SFO) udvikle et høretab, som ikke har noget med alderen at gøre. Hørenedsættelsen vurderes at være 20 dB
- ved 85 dB belastning i 10 år vil cirka 4% få en høreskade
- ved 90 dB belastning vil cirka 11% få en høreskade

Risikoen for at få et høretab er altså til stede. Risikoen for at få tinnitus kombineret med et høretab er mindre. Til gengæld kan denne lidelse være invaliderende og have vidtrækkende konsekvenser for både arbejds- og privatliv. Tinnitus er ikke erstatningsberettiget, med mindre man samtidig har fået et høretab.



## Støj kan måles

Lydtryksniveauer kan måles. Man skal naturligvis ikke ofre tid og ressourcer på en støjmåling, hvis støj overhovedet ikke er et problem. Men hvis det i perioder er et problem, kan målinger begrundes ud fra at:

- øret er en dårlig lydmåler
- øret har dårlig "hukommelse"
- man kan få overblik over de perioder, hvor lydtryksniveauet er højt

Øret er – på trods af den fintfølede mekanisme – ikke særlig velegnet til at fastslå et støjniveau. Man vænner sig til støjen.

Lydmålinger kan opdeles i to hovedtyper ud fra deres formål. Den første type er de traditionelle støjbelastningsmålinger, der har til formål at vurdere, om lyden medfører øget risiko for, at den udsatte pådrager sig en støjbetinget høreskade, eller om myndighedskrav er overholdt. I denne type målinger måles der typisk niveauer på over 75-80 dB. Den anden type målinger skal indgå i vurderinger af, hvor generende og forstyrrende lyd er (non auditive effekter). Her fokuseres normalt på niveauer under 80 dB.

Måling af den høreskadende støj foretages groft sagt for at belyse sammenhængen mellem støjen og risikoen for at få en høreskade, og den tager afsæt i lovgivningens regulering.

Den generende lyd er det mere komplekst at forholde sig til. Hvor generende en lyd er, bestemmes af en række fysiske akustiske forhold ved lyden, som lydstyrken, frekvensen, rene toner, impulser, dels af individuelle forhold som holdning til lyden, behov for samtale, præstationskrav og det øvrige arbejdsmiljø.

Øret er heller ikke velegnet til at opfatte, når lydtryksniveauet stiger og falder. En stigning på 3 dB bliver opfattet som en lille ændring, selvom det er en fordobling af lydtryksniveauet og dermed belastningen af øret. Man skal helt op i nærheden af 10 dB, før øret opfatter stigningen som en fordobling

Desuden har øret dårlig "hukommelse". Man kan ikke huske noget særligt præcist om støjniveauet for en eller to timer siden. Man kan huske noget om omstændighederne, og om støjen var generende eller ej, men det aktuelle støjniveau kan man ikke huske noget præcist om.

Stigning i dB	Sådan ændres lyden	Sådan opfattes ændringer i lyden
3 dB	Fordobling af lydpåvirkning	Mindst mærkbare ændring
6 dB	4-dobling af lydpåvirkning	Opleves som en markant ændring af lyden
10 dB	10-dobling af lydpåvirkning	Opleves som en fordobling af lyden

## STØJMÅLING OG LOGBOG

Man skal gøre sig nogle grundige overvejelser, inden man beslutter sig til at få støjniveauet målt i dagtilbud og SFO. Dels er det en teknisk meget krævende opgave, dels er det afgørende, at man ved, hvad man efterfølgende skal bruge målingen til. Støj og efterklangsmålinger skal altid udføres af arbejdsmiljørådgivere med speciale i disse målinger. Det er vigtigt, at målingerne er pålidelige, men det er mindst lige så vigtigt, at et firma kan tolke resultaterne, inddrage personalet og rådgive om mulige løsninger lige fra bedre tilrettelæggelse af arbejdet til støjdæmpende materialer.

Der er imidlertid tre forhold, hvor målinger kan begrundes. For det første omtaler støjbekendtgørelsen adgang til arbejdsmedicinske undersøgelser, og disse krav kan vanskeligt imødekommes, hvis ikke der forinden er målt.

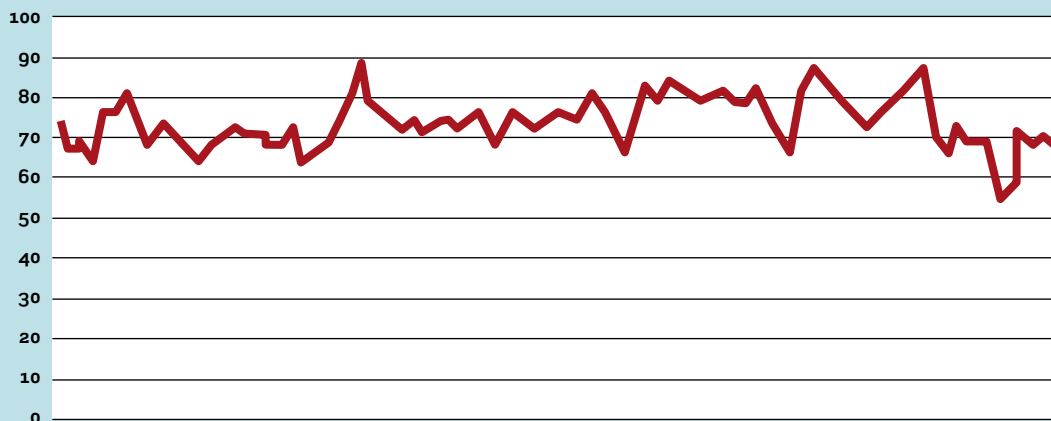
For det andet er der i bekendtgørelsens § 4 beskrevet, at hvis arbejdsgiveren vurderer, at de ansatte udsættes for risici som følge af støj, skal der foretages en vurdering af støjen, og om nødvendigt skal der udføres målinger

En tredje begrundelse for at måle er, at man vil kombinere målingen med en logbog – på den måde kan man målrette indsatsen, og man kan få et ”støjoverblik”, man ellers ikke ville få. Her behøver målingen ikke samme tekniske niveau.

## Fornemmelse af støjniveauer

*Man kan bruge følgende tommelfingerregler, hvis man vil have et skøn over støjniveauet:*

Sådan fornemmes støjen	Sådan opfattes støjen	Støjniveauet er ca.
Generende	Man opfatter ikke almindelig tale på 1 m afstand	80 – 85 dB
Kraftig	Man opfatter ikke kraftig tale på 1 m afstand	85 – 90 dB
Meget kraftig	Man opfatter ikke råb på 0,5 m afstand	90 – 95 dB
Voldsomt kraftig	Man opfatter ikke råb på 0,25 m afstand	95 – 100dB



Kurven viser gennemsnitlig lydniveau per minut

### Måling af lydniveau fra kl. 10:30 til 12:00

Støjmålinger med måleudstyr viser det gennemsnitlige lydniveau minut for minut. Hvis grafen sammenlignes med notaterne i logbogen, kan man forstå, hvor støjen kommer fra, og hvilke muligheder der er for at nedsætte den.

I dette tilfælde er det gennemsnitlige lydniveau i perioden med sanglege (fra kl. 10:30 – 11:00) cirka 70 dB. Spiseperioden (fra kl. 11:00 – 11:30) har et gennemsnitligt lydniveau på cirka 75 dB, men niveauet hvor børnene pusles og lægges (fra kl. 11:30 – 12:00) er over 80 dB. Her kunne man for eksempel overveje, om der er for mange børn ad gangen på badeværelset, når der børstes tænder og pusles.

Det er under alle omstændigheder hensigtsmæssigt at drøfte spørgsmålet om målinger i MED-/arbejds miljøorganisationen.

Skal der måles, skal man være opmærksom på, at det er ofte vanskeligt at få en "typisk" eller repræsentativ måling, fordi støjniveauet svinger meget i dagtilbud og SFO. Det anbefales derfor at måle over flere dage, og helt ideelt også på forskellige årstider.

Hvis ikke målingen blot skal ende i tal, gennemsnitsværdier og grafer, skal den kombineres med, at man udarbejder en logbog. Her kan nogle af de ansatte med jævne mellemrum notere, hvilke aktiviteter de foretager. På den måde kan man sammenligne tallene fra målingen med logbogen og udpege de situationer, hvor støjniveauet er højt og lavt. Derved bliver målingen et godt redskab til at reducere støjen.

### STØJ ER INDIVIDUEL

Det er vigtigt, at den støj, som individuelt opfattes som støj, også kommer på dagsordenen. Da man ikke kan måle denne støj med objektive måleredskaber, må man spørge de ansatte.

Det kan for eksempel foregå ved samtaler med den enkelte, eller ved at man drøfter eventuelle støjproblemer på personalemøder. Gennemføres der egentlige støjmålinger, kan resultaterne med fordel drøftes i sammenhæng med, hvad hver enkelt ansat opfatter som støj, og hvad den enkelte føler sig generet af. Ofte vil der være en sammenhæng mellem høj lyd og generende lyd, men ikke altid. Derfor er det vigtigt at være opmærksom på, at den individuelt opfattede støj ikke glemmes i sammenligningen med tallene og graferne.

## Logbog til brug ved støjmåling

Dato:

Institutionens navn

Dosimeter nr.    båret af:

Navn/e på person/er der bar dosimetret under målingen

Tidsforløb kl.	Angiv <b>hvor</b> personen opholdt sig: (Gr.rum/legeplads/ kontor o.lign.)	<b>Maksimale</b> antal børn, opgjort hver hele time	Hvilke/hvilken <b>aktivitet</b> foregik i rummet
8.30 – 9.00			
9.00 – 9.30			
9.30 – 10.00			
10.00 – 10.30			
10.30 – 11.00	På stuen	10 børn, 2 voksne	Sanglege, højtlesning, vaske hænder før spisning
11.00 – 11.30			
11.30 – 12.00			
12.00 – 12.30	På stuen	10 børn, 3 voksne	Dække bord, spisning
12.30 – 13.00	På stuen og badeværelset	10 børn, 3 voksne	Stille service på rullevojn, pusle, børste tænder, lægge børn i krybber
13.00 – 13.30			
13.30 – 14.00			
14.00 – 14.30			
14.30 – 15.00			
15.00 – 15.30			
15.30 – 16.00			

Støjtogter

Arbejdsmiljørepræsentant

Leder

Logbog over aktiviteter fra kl. 10.30 til 12.00

## Det støjer

Det støjer i dagtilbud og SFO: Børnene støjer, de voksne støjer, og det samme gør brug af legetøj, computere, maskiner, værktøj m.m. Støjen kommer mange steder fra og er umulig helt at undgå. Den kan for eksempel skyldes bygningens akustik, rummenes størrelse, loftshøjden eller antallet af børn. Støjniveauet kan også hænge sammen med børns og ansattes holdning til, hvor meget støj der accepteres, omfanget af støjende aktiviteter, om der er rum til støjende aktiviteter, og om disse rum er lydisolerede. Desuden er det forskelligt fra institution til institution, om der er muligheder for at dele børnene op i mindre grupper, om der er en legeplads, og om der er muligheder for at være ude.

Der er sjældent én årsag til støjproblemer, så derfor er det vigtigt nøje at overveje, hvordan man vil reducere støjen. Hvert dagtilbud og SFO er forskellige, og derfor bør løsningerne tilpasses den enkelte institution.

Der er ikke nogen facitliste til, hvordan man skal dæmpe støjen i dagtilbud og SFO. Men både arbejdsgivere, institutionsledere, arbejdsmiljørepræsentanter og de enkelte medarbejdere bør tage initiativ til og deltage i at reducere støjproblemerne.

Nogle kommuner har, sammen med de faglige organisationer og institutionerne, udarbejdet projekter om at reducere støjen. Projekterne har været forskellige, men generelt har de handlet om:

- analyse af støjproblemernes omfang
- undervisning om støj og støjs skadelige virkninger
- målinger og analyse af målingerne
- akustikken og dens betydning
- temadage hvor målinger og muligheder gennemgås og drøftes
- en fase hvor institutionerne arbejder med at finde løsninger på støjproblemerne
- en afsluttende kursusdag hvor resultater og erfaringer drøftes
- eventuelle kontrolmålinger
- evaluering af indsatsen

### HVAD KAN DAGTILBUD OG SFO GØRE?

Det er naturligt, at det er institutionerne, der tager initiativ til at gøre noget ved støjen, da det er dem, som har problemerne til hverdag.





Først drejer det sig om at få et overblik over støjproblemernes omfang.

Her er det vigtigt at være opmærksom på, at støj er et fælles anliggende. Selvom det kun er en enkelt ansat, der har et problem med støj, bør det drøftes i arbejdsmiljøgruppen eller på et personalemøde. Hvis ikke alle ansatte involveres i støjproblemerne, indsnævres løsningsmulighederne.

Arbejdspladsvurderingen (APV) er et velegnet redskab til at få overblik over problemernes omfang. Her kan I blandt andet få belyst:

- er der ansatte, der klager over støj?
- er kollegaer syge på grund af støj?
- hvornår støjer det?
- er bygningen lovlig?
- hvad skyldes støjen – er akustikken i orden?

Næste skridt er, at dagtilbud og SFO undersøger, hvordan problemerne kan løses:

- hvad kan dagtilbud og SFO selv gøre?
- skal kommunen, bestyrelsen, MED-/arbejdsmiljøudvalget eller eksperter involveres?
- er der økonomi til forbedringer?
- skal dagtilbud og SFO tage initiativ i samarbejde med andre institutioner og eventuelt foreslå kommunen at etablere netværk eller uddannelse og temadage?

Det vil desuden være naturligt, at dagtilbud og SFO sætter fokus på støjproblemer på personalemøder og forældremøder.

### HVAD KAN MED-/ARBEJDSMILJØUDVALGET GØRE?

Arbejdsmiljøgruppen på dagtilbud og SFO kan udarbejde forslag til løsninger og materiale til personale og forældre. De kan også tage emner op i arbejdsmiljøudvalget.

Arbejdsmiljøudvalget kan for eksempel:

- tage initiativer på baggrund af institutionernes APV'er eller henvendelser fra arbejdsmiljøgrupperne
- arrangere temadage og uddannelse om støj
- etablere netværk mellem institutioner, der kan udveksle erfaringer om at nedsætte støjen
- sørge for konsulentbistand til institutionerne (arbejdsmiljørådgiver, konsulentfirmaer, Arbejdstilsynet)
- sætte støjproblemer på dagsordenen på møderne i MED-udvalg/samarbejdsudvalg, ledergruppen eller andre relevante fora
- sørge for at institutionerne løbende følger op på indsatsen mod støj

#### **VORDINGBORG KOMMUNE tog afsæt i APV'erne**

Børne – og kulturdirektør Klaus Michael Jensen fortæller:

I efteråret 2008 gennemførte alle arbejdspladser i Vordingborg Kommune en arbejdspladsvurdering på et standardiseret skema, som vores HR-afdeling havde udformet. Alle APV-skemaer fra daginstitutioner og skoler blev samlet i områdeudvalget for børn og kultur, hvor en arbejdsgruppe bestående af de to sikkerhedsrepræsentanter i udvalget og to lederrepræsentanter gennemgik alle skemaerne.

De anførte problemstillinger blev prioriterede: nogle overlod vi den enkelte institution selv at løse, og nogle prioriterede vi på en skala mellem 1 og 3 efter hvor hurtigt de skulle løses via en særlig pulje til afhjælpning af arbejdspladsmiljøproblemer. Tilbage lå to store bunker: en, der vedrørte rengøring og en, der vedrørte støj.

Den første – den med rengøring – blev inddraget i en igangværende analyse af rengøringsområdet, men den anden – den med støj – kunne vi ikke umiddelbart løse. Det var lidt overraskende, at støjproblemet var et mere generelt problem i institutioner og skoler. Støjproblemer kan jo skyldes flere ting: lokalernes indretning, inventarets beskaffenhed, den adfærd børn og voksne udviser osv.

I områdeudvalget vurderede vi, at vores sikkerhedsrepræsentanter og -ledere havde behov for en større indsigt i støj og støjbekæmpelse, og vi benyttede derfor et af de to lovpligtige årlige møder med sikkerhedsgrupperne til en temadag om støj. En

ekstern konsulent satte med et totimers indlæg fokus på emnet, og det medførte, at alle sikkerhedsgrupper gik hjem for at undersøge, hvad man lokalt kunne gøre for at bekæmpe støjen.

Siden er der købt meget filt og nogle steder sat nye lofter op. En række børnehaver og skoler har indrettet deres lokaler på en anden måde, så støjen bliver begrænset.

Om et års tid vil vi samles igen og se, om vi har fået bugt med støjproblemet.

## HVAD KAN ARBEJDSGIVEREN GØRE?

For kommunale institutioner er det kommunen – eller kommunalbestyrelsen – der er arbejdsgivere. For selvejende institutioner er det typisk dagtilbud og SFOs bestyrelse (forældrebestyrelse), der er arbejdsgiver.

I mange tilfælde vil arbejdsgiveren have de samme handlemuligheder som arbejdsmiljøudvalget. I sidste ende har arbejdsgiveren både det formelle og det reelle ansvar for, at arbejdsmiljøloven overholdes på alle arbejdsgiverens arbejdspladser. Arbejdsmiljøloven pålægger arbejdsgiveren en række pligter, og loven giver mulighed for at straffe arbejdsgiveren for overtrædelse af lovens bestemmelser – i nogle tilfælde også selv om en overtrædelse ikke umiddelbart skyldes arbejdsgiverens fejl.

Arbejdsgiveren skal sørge for,

- at arbejdet kan udføres sikkerheds- og sundhedsmæssigt fuldt forsvarligt,
- at der udarbejdes en skriftlig arbejdspladsvurdering,
- at der føres effektivt tilsyn med, at arbejdet udføres sikkerheds- og sundhedsmæssigt forsvarligt, og
- at de ansatte får nødvendig oplæring og instruktion i at udføre arbejdet på en farefri måde.

Arbejdsgiveren kan til enhver tid tage initiativ til aktiviteter eller projekter, der vedrører arbejdspladsen og dens virke. Det forudsætter selvfølgelig, at de gældende aftaler om samarbejde og medindflydelse respekteres.

### **KOLDING KOMMUNE har gennemført et projekt med fokus på sikkerhedsgrupperne i dagtilbud og SFO**

Ingo Hahn fra Arbejdsmiljøtjenesten Kolding Kommune fortæller:

Indsatsen var rettet mod sikkerhedsgrupperne i 9 institutioner udvalgt blandt de institutioner, som havde påpeget støjgener i deres APV.

Formålet var at nedbringe støjen, give sikkerhedsgrupperne nogle redskaber til at arbejde kontinuerligt med støjproblemer samt at skabe et netværk på tværs af institutionerne.

Kolding Kommunes arbejdsmiljøtjeneste spurgte institutionerne, om de har ført deres handleplaner i forbindelse med støjgenerne ud i livet, og om det har nyttet.

I samarbejde med BUPL planlagde Arbejdsmiljøtjenesten en temadag for sikkerhedsgruppen.

Om formiddagen deltog alle sikkerhedsgrupper i dagtilbud og SFO. Emnet var støj og mulige løsninger, herunder:

- kendskab til støjs skadelige virkninger
- mulige tekniske, bygningsmæssige og pædagogiske metoder til løsning af støjproblemer
- kendskab til regler om støj i dagtilbud og SFO

Eftermiddagen handlede om sikkerhedsgrupperne i de 9 udvalgte institutioner. De arbejdede konkret med kortlægning af støjen i deres egen institution, udarbejdelse af handleplaner og en "hjemmeopgave", blandt andet:

- Hvordan er sikkerhedsgruppernes rolle som "stillekonsulenter"
- Hvordan kan de forankre "støj-tanken" i deres egen institution

### **Sideløbende aktiviteter**

Kommunens tekniske forvaltning besøgte institutionerne for en status på, hvor lidt der skal til, for at løse "her-og-nu-problematikker" indtil renoveringsplanen træder i kraft.

Desuden er det foreslået at forløbet får synlighed, så også børnene og forældrene bliver interesseret i, og inddraget i arbejdet.

### **Efter projektet**

Erfaringerne fra projektet skal efterfølgende indarbejdes i et udviklingsforløb for de øvrige institutioners sikkerhedsgrupper, og der skal udarbejdes en IDE-BANK til nedbringelse af støj.

Projektet havde fokus på følgende fire områder:

### **Bygningsmæssige ændringer**

- flere lokaler
- bedre akustik
- materialet fra APV'erne

### **Pædagogik der dæmper**

- inddrag børnene
- opfinde udespil – fx stratego og rollespil
- voksne som rollemodeller
- ikke stå i hver sin ende af stuen og råbe til hinanden
- ingen vilde lege på gangareal og stuer
- samt at børn ikke medbringer eget, larmende legetøj

### **Planlægning/organisering af arbejdet**

- dele børnene i grupper og sprede sig over hele dagtilbud og SFO, inkl. udearealerne
- benytte udearealerne mere
- central afkrydsning og herefter "guidning" til aktiviteter
- en "velkomst-person" ved indgangen til SFO når børnene kommer efter skolen
- indesko og plastikfutter
- afslapning og massage
- færre børn i gymnastiksal
- kun ét sted til musik

- blød belysning
- en voksen på legepladsen om morgenen, så flere børn kan komme ud
- ændringer i mødeplanen, så hver stue har skiftende ud-af-huset-dage
- færre børn på badeværelse og i garderoben ad gangen
- fleksible pauser
- inddel børn i mindre grupper og fordele børnene i forskellige lokaler
- hvilestund
- fokus på situationer hvor mange voksne og børn er samlet på et begrænset areal
- planlægge en udeaktivitet, hver gang der planlægges en indeaktivitet

### **Indretning**

- bordfodbold flyttet udenfor
- larmende aktiviteter flyttes til andre steder, fx uderummet
- skærmvægge
- fletkurve i stedet for plastkurve
- mindre kurve
- voksdug på bordene
- tæppestykker eller håndklæder på bordene når der leges med fx klodser
- udskift plastkasser med kurve
- lægge legetæpper på gulve
- dupper under stole- og bordben
- anden indretning af lokaler, flere kroge, flere reoler ud fra væggen
- fjerne fx ribben fra et lokale og flytte til et andet
- flytte/fjerne larmende legetøj
- møbler i voksenhøjde

### **Erfaringerne**

En forudsætning for, at arbejdet med at nedbringe støjen ved indretning af dagtilbud og SFO kan lykkes er, at de bygningsmæssige forhold er i orden.

I 8 institutioner viste det sig, at det var påkrævet at foretage bygningsmæssige ændringer.

Erfaringerne viste, at man ved bevidst planlægning og organisering af arbejdet og aktiviteter og ændringer af mødeplanen kan opnå en nedbringelse af støjniveauet. Det væsentlige formål i denne planlægning er at opnå færre børn samtidig i rummene.

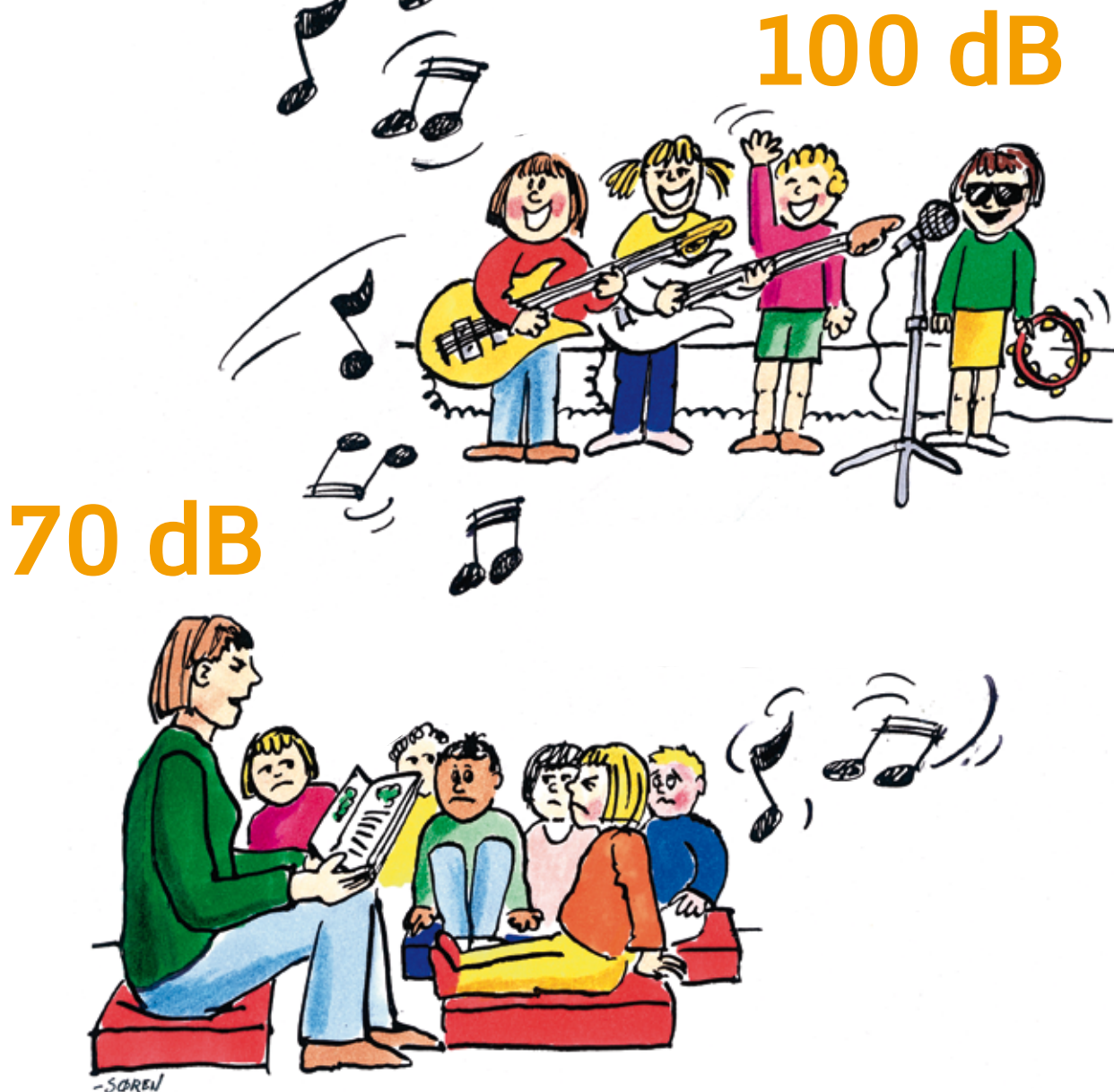
Et andet indsatsområde med stor effekt er den adfærd, børn og voksne udviser. Endelig viste erfaringerne, at de enkelte tiltag hver især måske nok havde en lille effekt, men mange små effekter kan have betydning for det samlede støjniveau.

### **Forudsætninger, som sikrer en god effekt i arbejdet med støj**

For at arbejdet med støj i dagdagtilbud og SFO skal lykkes, pegede nogle af institutionerne på følgende faktorer:

- emnet er diskuteret i personalegruppen og begrebet støj er "defineret"
- enighed om hvad der skal sættes ind overfor
- klare aftaler
- god planlægning
- struktur i dagligdagen og i aktiviteterne
- små grupper
- konsekvens i handlinger





### De fysiske rammer

Et godt støjmiljø og et godt akustisk miljø forudsætter godt institutionsbyggeri, og det forudsætter samarbejde mellem alle involverede parter.

Kolding Kommunes Bygningsafdelingen har systematisk opsamlet erfaringer og viden om forbedringsmuligheder i byggeprocessen og i de færdige bygninger. Den viden er indarbejdet i et standardbyggeprogram, som danner grundlag for nyt institutionsbyggeri – og renovering.

Byggeprogrammet indeholder tillige en funktionsbeskrivelse for en byggestyregruppe. Denne skal bl.a. omfatte institutionsleder samt medarbejder- og sikkerhedsrepræsentanter. Endelig beskriver programmet hvordan sikkerhedsorganisationen skal inddrages og udtale sig om byggeplanerne.



## MEDINDFLYDELSE PÅ ARBEJDSMILJØET

Arbejdsmiljøloven bygger på det princip, at arbejdsmiljøproblemer skal løses dér, hvor de er – på den enkelte arbejdsplads – og at det skal ske i et samarbejde mellem ledelse og medarbejdere. Det sker i arbejdsmiljøorganisationen og arbejdsmiljøgruppen på den enkelte arbejdsplads. Hvis der er indgået lokal aftale om medindflydelse, en såkaldt MED-aftale, kan der være aftalt andre rammer for det lokale samarbejde om arbejdsmiljø.

Medarbejderne har således medindflydelse på arbejdsmiljøet på arbejdspladsen på flere måder: gennem den valgte arbejdsmiljørepræsentant og gennem den samarbejds- og/eller arbejdsmiljøorganisation, der er etableret; for de kommunale institutioner vil det typisk være gennem det lokale MED-system.

Arbejdsgiveren udpeger formanden for MED-udvalg (samarbejdsudvalg) og arbejdsmiljøudvalg. Posten som næstformand varetages af en repræsentant for medarbejdersiden. I kraft af formandsposten har arbejdsgiveren gode muligheder for at tage forskellige arbejdsmiljøspørgsmål op i de pågældende udvalg, men også medarbejdernes repræsentanter har ret til at tage arbejdsmiljøspørgsmål op i udvalgene.

Selvejende institutioner kan efter den aktuelle praksis ikke indgå som en del af den kommunale arbejdsmiljøorganisation, selv om de selvejende institutioner ifølge den overordnede MED-aftale er omfattet af denne aftale. Det udelukker dog ikke, at der kan være et tæt samarbejde mellem kommunes arbejdsmiljømedarbejdere og de selvejende institutioner, fx om formidling af information, kursus- og uddannelses tilbud og koordinering af indsatser og arbejdsmiljøpolitikker.

Reglerne om arbejdsmiljøorganisationen ændres fra 1. oktober 2010, så det bliver muligt at aftale at etablere fælles arbejdsmiljøorganisation mellem en kommune og selvejende institutioner.

# Nyttige værktøjer

Uanset om det er personalet, arbejdsmiljøudvalget eller arbejdsgiveren, der tager initiativ til at gøre noget ved støjen i dagtilbud og SFO, er der nogle nyttige værktøjer, som kan bruges i en indsats mod støjen. For eksempel kan arbejdspladsvurderinger (APV), kurser, møder og samarbejde med andre uden for dagtilbud og SFO være med til at sætte fokus på støjproblemerne og anviser mulige løsninger.

## ARBEJDSPLADSVURDERINGER (APV)

APV'en skal bruges til at få overblik over støjproblemernes omfang. I APV'en kan I blandt andet få belyst, om der er ansatte, der mener, at støj er et arbejdsmiljøproblem, hvor og hvorfor det støjer, og hvad der kan gøres ved det. I APV'en skal virksomheden

- identificere og kortlægge arbejdsmiljøforholdene på arbejdspladsen
- beskrive og vurdere arbejdsmiljøproblemerne
- inddrage arbejdspladsens sygefravær med henblik på at vurdere, om der er forhold i arbejdsmiljøet, der kan medvirke til sygefraværet
- prioritere og opstille en handlingsplan til løsning af konstaterede arbejdsmiljøproblemer
- opstille retningslinjer for at følge op på handlingsplanen

Det er ikke nok blot at udarbejde en APV – der skal også handling bag ordene.

I mange institutioner er der en tendens til at glemme at inddrage det ikke-pædagogiske personale, når støjproblemerne skal løses. Rengøringspersonalet og servicelederne har ikke noget at gøre med pædagogikken og arbejdstilrettelæggelsen, men de har en vigtig funktion i de tekniske løsninger. For eksempel når indretningen af rummene skal ændres, og når der skal lydisoleres. Derfor er det vigtigt, at dagtilbud og SFO også inddrager de ikke-pædagogiske personalegrupper, så der ikke opstår problemer med vedligeholdelse og rengøring.

Institutionerne kan henvende sig til arbejdsmiljøudvalget eller arbejdstager- og arbejdsgiverorganisationerne, hvis de ønsker oplysninger om APV, herunder eksempler på APV-skemaer.

Arbejdsmiljøudvalget har til opgave at koordinere og kortlægge sikkerheds- og sundhedsarbejdet (arbejdsmiljøarbejdet). Det vil være naturligt, at det sker med udgangspunkt i APV'erne fra institutionerne.



De problemer, som institutionerne ikke selv kan løse, vil de som regel involvere arbejdsmiljøudvalget i, og det skal vurdere problemerne og muligheder for løsninger.

Arbejdsgiveren har ansvaret for, at der udarbejdes en skriftlig APV. Det vil desuden være naturligt, at arbejdsmiljøudvalget forelægger problemstillinger vedrørende arbejdsmiljø – blandt andet støjproblemer – for arbejdsgiveren, således at denne kan tage stilling til løsningsmulighederne.

### ● **Allerød modellen**

Allerød Kommune gennemførte en sundhedsundersøgelse, som viste, at støj var et problem i hovedparten af kommunens virksomheder (institutioner). Hovedudvalget udpegede derfor støj som et indsatsområde i en to-årig periode. I samme periode blev gennemført en APV, som bekræftede problemet.

I samarbejde med eksterne konsulenter gennemførte kommunen et pilotprojekt om at dæmpe støjen i dagtilbud og SFO. Projektet skulle alene arbejde med forhold inden for de allerede givne fysiske og økonomiske rammer, dvs. indretningsmæssige forhold og den pædagogiske tilrettelæggelse og organisering af hverdagen.

Erfaringer fra pilotprojektet dannede grundlag for det løbende arbejde med støj i alle kommunens virksomheder. Det viste sig, at fokus på problemerne med støj havde en betydning for den enkelte medarbejders selvoplevede støjgener og trivsel, og at der var en oplevelse af, at man kunne gøre noget ved problemet. En lille ændring hver dag gør en stor forskel over lang tid.

Projektet blev gennemført efter "Allerød modellen", som bygger på medarbejderinvolvering gennem spørgeskemaer, information og intervention:

- intervention på enkelte arbejdspladser kan virke som igangsætter og sprede sig til de øvrige arbejdspladser
- lad medarbejderne selv planlægge og udføre interventionen
- den lille daglige ændring gør en forskel
- initiativer afprøves på den enkelte arbejdsplads ved forsøg og kontrol
- opfølgning
- opmærksomhed på at sikre ejerskab til aktiviteten og spredning af dens resultater

### ● Lyngø Børnehus, Allerød Kommune

Som mange andre børnehaver, har også Lyngø Børnehus været plaget af støj. På den baggrund valgte Lyngø Børnehus, sammen med tre andre institutioner i kommunen, at deltage i et mindre arbejdsmiljøprojekt i samarbejde med Kræftens Bekæmpelse og Allerød Kommune.

Formålet med projektet var at søge støjniveauet nedbragt, vel at mærke uden at det kostede ret meget – altså ved grundlæggende at kigge på relativt simple forhold man selv har indflydelse på.

Og man kom langt. Børnehaven har ikke købt nyt og dyrt udstyr, men har haft fokus rettet på det pædagogiske arbejde, arbejdstilrettelæggelsen og den fysiske indretning.

For eksempel er mange aktiviteter, som tidligere fandt sted indenfor, flyttet ud på legepladsen.

"Og vi har været meget inspireret af de mange bøger, vejledninger og pjecer der findes om støjproblemer" – fortæller Kamma Wiuf, og fortsætter – "Det har faktisk ikke været så svært som vi troede. Det er små dagligdags ting vi har kigget på, og det har stort set virket med det samme – og det behøver ikke at være besværligt".

Lyngø Børnehus har primært haft fokus på:

- flere aktiviteter ud på legepladsen, og inddrag i det hele taget legepladsen i den pædagogiske planlægning
- snak mere med børnene
- skab små legeområder – gerne indrettet til bestemte legeformål

- la' være med at råbe, og vær som voksen bevidst om din egen stemme
- la' være med at løbe indenfor
- opsætning af flytbare skillevægge som samtidig er en støjabsorbent
- indret små legehjørner og kroge
- en mere hensigtsmæssig opdeling af børnene når der spises
- faste pladser til børnene giver færre konflikter
- både børn og voksne skal hjælpe hinanden med ikke at lave støj – gå i stedet for at løbe – tal i stedet for at råbe
- undgå "bisværmen" – altså at alle skal ind eller ud på samme tid

## KURSER OM STØJ

Ud over lokale projekter og temadage findes der ikke kurser og uddannelse om støj for ansatte i dagtilbud og SFO. Det anbefales, at arbejdsmiljøudvalget eller arbejdsgiveren sørger for, at institutioner kan uddanne personalet til at reducere støj.

Den optimale løsning er, hvis en institution afholder et kursus om at reducere støj i dagtilbud og SFO for alle medarbejdere. Men dagtilbud og SFO kan også udvælge en eller flere nøglepersoner, som deltager i et kursus og bliver igangsættere for at gøre noget ved støjen. Det vil være en fordel, at mindst to medarbejdere fra samme institution deltager i kurset, så de har en mulighed for at drøfte løsninger, der passer akkurat til deres institution.

Kursusforløbet bør planlægges og gennemføres i forbindelse med, at dagtilbud og SFO har støj på dagsordenen, blandt andet for at deltagernes rolle i støjarbejdet bliver afklaret før kurset. Efter kurset skal der følges op, så deltagernes viden bliver anvendt i det fremadrettede arbejde.

Det er muligt inden for en økonomisk overkommelig ramme at få gjort den enkelte institution i stand til at arbejde målrettet med støjen. Støjvogterprojekterne kan i øvrigt tilrettelægges således, at flere kommuner samarbejder om et projekt.

På hjemmesiden [www.stojweb.dk](http://www.stojweb.dk) kan I finde eksempler på, hvorledes et støjvogterkursus kan tilrettelægges og gennemføres.

## ARBEJDSMILJØUDDANNELSEN

Den lovpligtige arbejdsmiljøuddannelse for medlemmer af arbejdsmiljøgruppen giver gode muligheder for, at man kan inddrage konkrete arbejdsmiljøproblemer fra deltagernes egen branche.

Arbejdsmiljøuddannelsen skal tage udgangspunkt i deltagernes viden og erfaringer fra deres arbejde i arbejdsmiljøgruppen. Den skal være rettet mod det praktiske arbejde i dagtilbud og SFO. Der er derfor gode muligheder for at branchetone uddannelsen.

Kursusarrangøren kan inddrage deltagernes egne erfaringer, og der kan anvendes eksempler fra den pædagogiske verden. Specielt i den praktiske opgave, som indgår i uddannelsen, kan man inddrage metoder til at reducere støj i dagtilbud og SFO.

Det er op til kursusarrangøren, i hvor høj grad kursisternes egne erfaringer bliver inddraget. Derfor er det vigtigt, at dagtilbud og SFO gør arbejdsgiveren opmærksom på ønskerne til uddannelsen, når der skal vælges arrangør. Arbejdsgiveren kan for eksempel stille krav til kur-

susarrangøren om, at der i uddannelsen inddrages metoder til at reducere støj i dagtilbud og SFO.

Arbejdsmiljøuddannelsen ændres med virkning fra 1. oktober 2010. Læs om ændringerne på [www.arbejdsmiljoweb.dk](http://www.arbejdsmiljoweb.dk).

### KONSULENTBISTAND

Arbejdsmiljøudvalget eller kommunale specialister kan i nogle tilfælde yde tilstrækkelig rådgivning til institutionerne. Men det kan ofte være en fordel at hyre en arbejdsmiljørådgiver eller et rådgivende ingeniørfirma til at udføre støjmålinger eller som proceskonsulenter for institutionerne både før, under og efter en indsats mod støjen.

Også andre private firmaer kan yde konsulentbistand – både gratis og mod betaling. Det er ofte firmaer, som efterfølgende ønsker at sælge støjdæmpende materialer med mere, som ikke tager betaling for konsulentbistanden. Hvad enten bistanden ydes af arbejdsmiljøudvalget, arbejdsmiljørådgiver eller private konsulentfirmaer, er det dog vigtigt at gøre sig klart

- hvilken ydelse er der behov for?
- hvilke krav skal der stilles til ydelsen?

Erfaringerne viser, at mange institutioner ikke har gjort sig grundige overvejelser, før de kontakter arbejdsmiljørådgiver eller et konsulentfirma – de ønsker blot at gøre noget ved støjen.

Derfor er det vigtigt, at arbejdsmiljøudvalget hjælper institutionerne med at stille krav til konsulentydelse og eventuelt hjælper med at finde de bedst egnede firmaer til de konkrete opgaver.

Hvis dagtilbud og SFO i forvejen kender en del til metoder, der kan reducere støj, er det måske en måling af de akustiske forhold, der er behov for. Hvis dagtilbud og SFO derimod ikke har erfaringer med at nedsætte støjniveauet, bør der stilles krav om, at konsulenterne yder en helhedsorienteret rådgivning, hvor de har forståelse for sammenhængen mellem de tekniske, bygningsmæssige, pædagogiske og arbejdsmæssige muligheder for at nedbringe støjen.

### MØDER OG SAMARBEJDE MED ANDRE

Det er en god idé at diskutere eventuelle støjproblemer på forældre- og bestyrelsesmøder, så forældrene kan få forståelse for støjens virkning og blive orienteret om initiativer til at dæmpe støjen. Så har forældrene en mulighed for at påvirke deres børn.

Desuden kan I overveje et samarbejde med andre institutioner. Man kommer lettere i gang med støjbekæmpelse og kan springe nogle led over, hvis man trækker på de mange erfaringer, der allerede er indhøstet af andre.



# Sådan reduceres støjen

Grundlæggende er der fire måder til at dæmpe støjen i dagtilbud og SFO; man kan:

- kan ændre bygningen og de enkelte rum
- ændre eller erstatte inventar
- ændre pædagogikken og måden arbejdet tilrettelægges
- have flere m<sup>2</sup> per barn

Det er ofte en fordel at kombinere disse elementer, men det er noget, der skal afgøres for hver enkelt institution. Der er ikke nogen facitliste til, hvad man skal gøre. Men her er nogle muligheder, man kan diskutere i institutionerne:

## LAV OM PÅ AKUSTIKKEN

En forudsætning for et godt lyd miljø er, at rummets akustiske egenskaber er i orden. Jo hårdere overfladerne (vægge, loft og gulv) i rummet er, jo længere bliver efterklangstiden.

I kirker er der en meget lang efterklangstid, hvor tonerne fra orglet kan blive "hængende" i flere sekunder. Det er med til at give den specielle stemning i en kirke, men i dagtilbud og SFO betyder en lang efterklangstid mere støj. Når mere end to personer taler sammen, bliver det sværere at forstå hinanden, fordi lydene fra den enkelte person er for længe om at forsvinde (falde i lydstyrke) og dermed "dækker" over andre lyde.

Efterklangstiden i dagtilbud og SFO må ikke overstige 0,4 sekunder i institutioner, som får byggetilladelse efter 2. februar 2008 (BR08). For institutioner, der er opført i henhold til tidligere bygningsreglement, må efterklangstiden ikke overstige 0,6 sekunder, men jo kortere efterklangstid jo bedre. Det giver gode forudsætninger for at begrænse støjen, men det er ikke ensbetydende med, at der ikke er støjproblemer.

## Sådan forbedres akustikken

Først og fremmest bør opholdsrum i dagtilbud og SFO være forsynet med akustisk dæmpende materialer, og overflader af hårde materialer bør begrænses mest muligt.

Lofter og vægge kan beklædes med materialer, der absorberer lyden, men det er en løsning, som giver rummet en anden karakter. Der kan også hænges lydabsorberende "bafler" op under loftet.



Gulvet skal være så blødt som muligt. Det er muligt at lægge et gulv, som dæmper støj fra trin, og som samtidig er lunt at sidde på. Undgå hårde gulve som linoleum på beton, men få et blødt gulv, for eksempel naturkork eller linoleum på korkment. Ved nybyggeri og ved bygningsmæssige ændringer er det vigtigt, at der anvendes materialer, som i høj grad kan absorbere lyd.

Derudover kan man

- hænge gardiner op ved alle vinduer, selvom der ikke er behov for at trække dem for; det dæmper lyden, også selvom gardinerne ikke er trukket for
- sætte opslagstavler på væggene
- anvende mange polstrede møbler og madrasser

Disse løsninger er enkle, men kræver mere rengøring. Hvis man ikke ofrer ekstra rengøring, vil det gå ud over indeklimaet.

Desuden bør I være opmærksom på, at

- ventilationsanlægget ikke støjer. Sørg for at det bliver rensset og vedligeholdt. Undersøg eventuelt, om der skal sættes "støjsluser" op. Støjsluser er en indretning på anlæg og rør, der reducerer støj. Ved opsætning af ventilationsanlæg og lignende tekniske installationer anbefales det at stille krav om, at støjbelastningen ikke overstiger 35 dB
- lukke døren til rum, hvor der står opvaskemaskine, vaskemaskine, tørretumbler m.m.
- placere værksteder, tumlerum og lignende så langt væk som muligt fra rum, hvor man gerne vil have ro. I nogle tilfælde kan man flytte om, i andre tilfælde skal der bygges om

## ANVEND RUMMENE ANDERLEDES

Det betyder meget for støjniveauet, hvordan rummene anvendes.

Hvor det er muligt, kan det anbefales at opdele store støjbelastede rum med enten reoler, planter, støjdæmpende vægge eller blot med små tæpper på gulvene, som markerer et territorium. Det giver børnene små nicher at lege i og en fornemmelse af, at der ikke er så mange mennesker i rummet. Det bevirker, at børn og voksne ikke hæver stemmen så meget, og at børnene ikke i samme grad generer hinanden. Erfaringer viser, at specielt alrum og store fællesrum skaber megen uro og støj.

Man kan også adskille støjende og ikke støjende aktiviteter. For eksempel er der ofte larm de steder, hvor der står computere, og derfor bør de rum ikke samtidig være indrettet som læserum. Indret specielle stillerum til læsning og stille lege.

Desuden skal man være opmærksom på "hovedfærdselsårer". Det kan skabe støj, hvis man skal gennem andre børns legeområder for at komme hen til legetøjet.

Hvis møblerne og legetøjet placeres anderledes, kan trafikken – og dermed støjen – reduceres.

Det er også vigtigt at vidensdele. Hvis en gruppe fx har fået til opgave at indkøbe nye borde, skal de vide, at bordene skal have laminerede overflader – og så bløde som muligt. Ellers køber de måske dem, de synes er pæneste, og det er ikke altid det rigtigste i forhold støj.

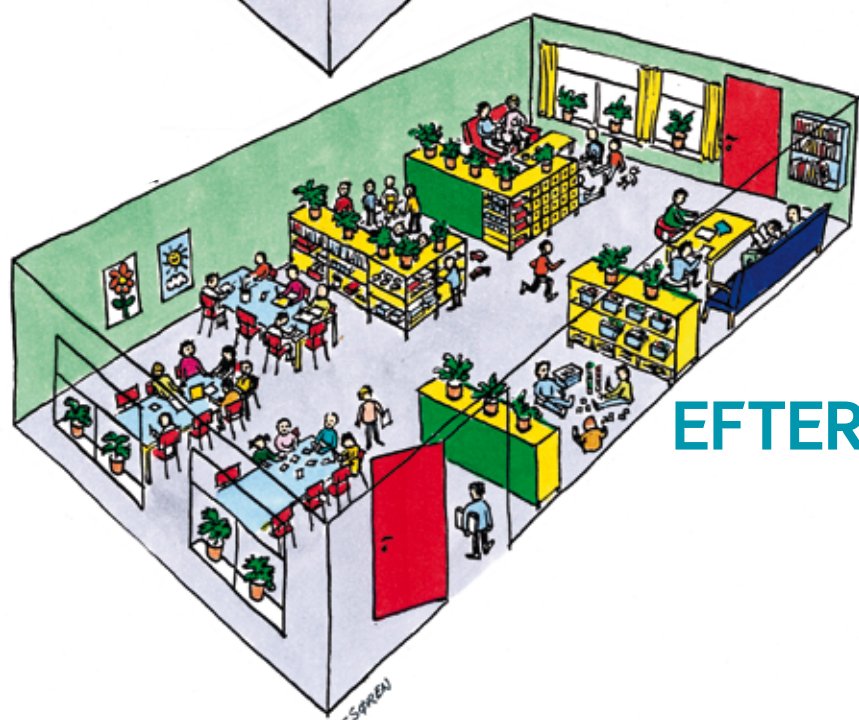
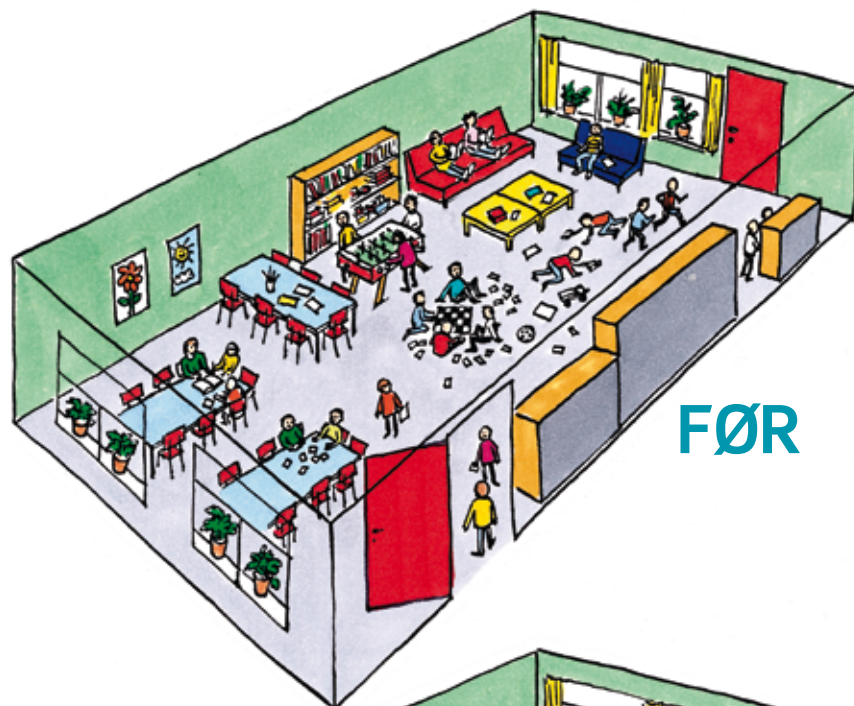
### ● Elverhøj delte rummene op

SFO Vindinge har deltaget i Roskilde Kommunes støjvogterprojekt (Ørenlyd) og gjort meget for at få bugt med støjen. Centerleder ved SFO Vindinge Anette Mette Oxen fortæller:

#### *Hvad blev rummet brugt til, før I lavede om?*

Det blev brugt til meget, hvad det også gør i dag. Børnene sad ved bordene og tegnede, spillede spil som Ludo, Stratego med mere. Det var også dér, vi havde eftermiddagsmåltid fra kl. to til tre.

Som man kan se på tegningen stod bogreolen lige op ad airhockey'et. Det vil sige læsning sammen med et spil, som virkelig larmer. Derudover sad børnene på gulvet rundt omkring og spillede og legede.



### *Hvordan kom I frem til, at der skulle ændres på det?*

Jeg deltog i kommunens støjvogterkursus, "Ørenlyd", hvor vi blandt andet lærte at dele børnenes lege op i stille, rolige og støjende lege. Det skulle bruges til at adskille stille og støjende aktiviteter. Da jeg kom tilbage fra kursus, lavede vi lister over de stille, rolige og støjende lege.

Vi var generelt enige om, hvilke lege der var stille og støjende, men der var også forskellige opfattelser. Det viser jo bare, at selvom støj kan måles, så opfattes det også i nogle tilfælde forskelligt fra person til person. Deltager man selv i en støjende aktivitet, opfattes den som regel anderledes, end hvis man sidder ved siden af og laver noget andet.

Ud fra listerne placerede vi de støjende og de rolige aktiviteter hver for sig, og samtidig delte vi nogle af rummene op.



### *Hvad bliver rummet brugt til nu?*

Lego'et er kommet ind – det var før i puderrummet. Når man ser tilbage, tænker man: "Hvordan kunne vi placere Lego'et i puderrummet?" For børnene, der legede med Lego, blev jo hele tiden forstyrret og fik deres byggerier ødelagt. Man kan også se, at de i dag kan lege i timevis med Lego, hvor de før legede 10 – 15 minutter ad gangen.

Jovo'et (plast byggeklodser) er kommet ind i rummet, og det er trafiktæpperne også. Trafiktæpperne var faktisk også i puderrummet førhen! Til gengæld er airhockey'et røget ind i puderrummet.

Som man kan se på tegningen, har vi sat nogle reoler op for at lave fire små legehjørner til børnene. Der er nu et dukkerum, og der er også kommet et læse- og hyggehjørne. Endelig er der to hjørner, hvor børnene for eksempel kan lege med Lego, byggeklodser eller lege med biler på trafiktæpperne.

Reolerne har bagbeklædning af blød masonit betrukket med stof. Det tager noget af støjen og hindrer at man kigger ind. Børnene sætter stor pris på legehjørnerne.

SFO Vindinge har to musikanlæg, og der er taget stilling til hvor højt der må spilles, og det skal være slukket, når der spises.

Vi har ikke lavet om på eftermiddagsmåltidet, det foregår stadig ved bordene. Der er mindre støj i dag, og det på trods af, at der faktisk er flere børn i rummet!

### *Hvor meget har ændringen af rummet kostet?*

Cirka 10.000 kr. Reolerne har alene kostet 7.000 kr. Det er i øvrigt vigtigt, at de er dybe og solide, så de ikke vælter. Vi har brugt reoler, der er 50 cm dybe.

Resten af pengene er gået til beklædning af reoler, filtdupper under stolene med mere.

### *Har det hjulpet på støjen?*

Ja, det har det. Men man skal ikke tro, man kan klare alle støjproblemer ved simple løsninger. Hvis ikke de akustiske forhold er i orden, og hvis der er for mange børn til rummene, så vil man stadig få støjproblemer.

### **Fortsat fokus på støjen:**

SFO Vindinge arbejder fortsat med støjreducerende tiltag. Absorbenter på væggene i gange og lofter i hele huset – i de to mest "larmende" lokaler (puderrummene), er der også sat absorbenter på væggene.

## **STØJDÆMP KLODSER OG KASSER**

Også når det drejer sig om inventar, er de hårde overflader af stor betydning. Og der er masser af muligheder for at støjdæmpe inventaret. For eksempel kan man:

- købe service, bestik m.m. som ikke er så hårdt – mange plasticrus og tallerkner er meget hårde
- lægge kraftig voksdug på borde med hårde overflader; der kan også anvendes dækkeservietter af plast eller stof

- anskaffe plast- eller naturkurve til børnenes legetøj eller beklæde de hårde kasser med for eksempel liggeunderlag på sider og bund – store bøgetræsklodser der skal ryddes op i en trækasse støjer utroligt meget
- sætte filt, filtdupper, dupsko, tilskårne tæpperester eller andet under møbler, som hele tiden flyttes – en stol uden belægning, der trækkes hen over et gulv, kan hæve støjniveauet til 120-130 dB i et splitsekund
- bruge musemåtter eller liggeunderlag skåret ud i passende størrelse til terningspil
- sætte skumgummi eller gummitætningslister i karmen ved døre
- dække magnetlåsene i skabslåger med malertape eller sætter små gummistykker i karmen på skabet

### TÆNK I NY PÆDAGOGIK

Erfaringer fra mange institutioner viser, at det er muligt at få nedsat støjen en del, hvis det pædagogiske arbejde og tilrettelæggelsen af arbejdet diskuteres og revideres. Pædagogikken skal naturligvis harmonere med bekæmpelsen af støj, og det er i stor udstrækning muligt.

### Undgå bisværme

En af de hyppige situationer, der skaber støj, er børn i flok – også kaldet “bisværme”. Overvej derfor, om der er situationer, der kan tilrettelægges sådan, at der bliver færre børn ved at sprede aktiviteterne over længere tid. Er det for eksempel nødvendigt, at alle børn spiser samtidig, skal på toilettet og have vasket hænder samtidig eller i flyverdragt samtidig, før de skal ud på legepladsen?

Hvis der er “samling” af børnene, så vurder, hvad børnene har ud af det. Måske er det muligt at give beskeder på et tidspunkt, hvor man alligevel har deres opmærksomhed.

Opdel så vidt muligt børnene i mindre grupper, uden at det går ud over pædagogikken.

### Rotationsordninger

Hvis man har meget opdeltede funktioner, kan det betyde, at nogle medarbejdere bliver meget udsat for støj – for eksempel dem der arbejder i værkstedet, eller dem der er med børnene i gymnastiksalen. Det er naturligvis bedst at undgå støj disse steder, men kan det ikke lade sig gøre, kan man overveje rotationsordninger, så det ikke er de samme ansatte, der altid opholder sig, hvor det støjer mest.

### Regler for elektronisk lyd

I nogle institutioner er der radioer, cd-afspillere og båndoptagere, der blot er tændt som baggrundsstøj. Det er med til at hæve det samlede støjniveau. Derfor bør I overveje nogle retningslinjer for, hvordan og hvornår de må bruges. Skal det overhovedet være tilladt at have baggrundsstøj? Hvis ja, hvor højt må man spille? Er der tidspunkter, hvor der **skal** være ro?

### Udearealer og ture ud af huset

Erfaringer fra institutioner, der har haft held til at få nedbragt støjen, viser, at de stort set alle har anvendt udearealerne noget mere.



Enkelte institutioner har ligefrem lavet en arbejdsplan, som betyder, at der altid er en voksen på legepladsen, som planlægger forskellige pædagogiske forløb.

Hvis nogle børn gerne vil ud, skal man altså ikke til først at tage stilling til, om det kan lade sig gøre – børnene kan blot gå ud. Resultatet er, at aktiviteterne på legepladsen i højere grad er blevet en integreret del af institutionernes samlede pædagogiske virke.

Ture ud af huset med mindre grupper af børn reducerer støjen for dem, der bliver hjemme. Derfor kan man overveje, om der er mulighed for flere ture, og om turene kan lægges på støjplagede tidspunkter.

### ● **BØRNEHUSET SØHOLM i Tårs i Hjørring Kommune har planlagt og tilrettelagt det daglige pædagogiske arbejde efter 8 overordnede samspilstemaer**

Samtale med pædagogerne Conny Kristiansen og Helle Johannsen

Børnehuset Søholm i Tårs – Hjørring Kommune – er en almindelig børnehave normeret til 58 børn. Børnehaven er funktionsopdelt.

Børnehuset Søholm arbejder ud fra ICDP (International Child Development Program), som er en pædagogisk metode med fokus på nærvær, anerkendelse og tilstedeværelse.

Ved at inddrage ICDP i det daglige pædagogiske arbejde har Børnehuset Søholm oplevet en betydelig forbedring af arbejdsmiljøet, og at støjen bliver reduceret.

I det daglige kan man ikke "se", at Søholm arbejder ud fra dette specifikke pædagogiske syn, men metoden gennemsyrrer alt, hvad børnehaven laver. Der er noget specielt ved at komme ind i børnehaven ... her er ingen høje stemmer

Personalet er meget bevidste om deres eget stemmeleje, og om deres funktion som rollemodeller. Hvordan taler man til hinanden – både børn og voksne.

"Vi søger hele tiden at "luge ud" i dårlige vaner. Voksne bryder sig ikke om, at der står en i den anden ende af rummet og råber til mig – det gør børn heller ikke".

"Børnene kan finde på at sige: 'Jeg har brug for at du stopper med det der', hvis et barn er udsat for noget, det ikke bryder sig om. En noget usædvanlig sprogbrug blandt børnehavebørn. ... Og det er ikke indlæring – det er læring. – Det har de set, vi gør," siger Helle Johannsen.

#### ***Er ICDP tænkt ind i alt det I laver?***

"Ja – det er det kommet. Det kan det ikke være i alt fra dag et – det kommer hen ad vejen, og vi bruger det sammen med andre, og i alle forhold."

"IDCP er ryggraden i børnehaven – er en del af alt hvad vi laver. Jeg øver mig", siger Conny, "man bliver aldrig færdig. Forældresamarbejdet er også præget af anerkendende relationer, og vi har oplevet et bedre, og for begge parter, mere udbytterigt samarbejde".

"Før kunne man godt gå hjem fra arbejde og ærgre sig over fx en konflikt med et barn, som man ikke fandt, at man fik afsluttet ordentligt. Det gør vi ikke mere", siger Helle – og begge smiler ...

De otte temaer i ICDP kan man arbejde med uafhængigt af hinanden.

Helle fortæller: "Vi bruger et skema til at få kortlagt, hvad der er svært for mig i forhold til barnet, det er det man allerførst skal have klarhed over – et barn kan aldrig være et problem – det kan være i et problem."

"Derfor bruger vi af og til et skema, hvor man kan tjekke, hvor man er i forhold til børn, som ikke trives, og efterfølgende bruger vi dette som redskab ved forældesamarbejdet. Fx kan man blive enige om i personalegruppen, at man overfor et bestemt barn i en periode skal have fokus på tema nr. 4."

### Konflikter og børns selvbestemmelse

Et andet vigtigt element i ICDP'en er børns selvbestemmelse. Conny fortæller: "Den voksne tager ansvar og lederskabet – man skal ikke lade sit barn vælge mellem et hav af muligheder. Jeg bestemmer, at du skal have en trøje på, fordi det er koldt udenfor – du får til gengæld 2 trøjer at vælge imellem."

"Man mødes, så begge parter kan leve med det. Nogle børn kan klare at vælge imellem 2 ting, andre 4-5 ting."

Helle supplerer: "Fordi vi arbejder ud fra nogle enkle og klare principper, kan vi godt nu gå ind i en konflikt, en anden voksen har med et barn – denne indgriben forbliver en del af det pædagogiske arbejde – og ikke et personligt anliggende."

"Vi skelner mellem at acceptere og respektere. Vi respekterer børnene som dem, de nu engang er, men vi accepterer ikke nødvendigvis alt. Men relations- og nærværs-tænkningen har givet os et andet og bedre redskab."

"Vi lærer børnene at aflæse hinandens kropssprog. Hvis to børn er uenige om et eller andet, siger vi til børnene: 'Se på ham – ser han glad ud – eller hvorfor tror du han ser ked ud af det.' Vi guider dem til at bruge nogle alternativer – prøv det her i stedet for."

"Skolen fortæller os også, at de kan registrere, at samarbejdet om de børn, der kommer fra vores børnehave, forløber anderledes."

### Øvelser og video

Søholm arbejder meget med video – at blive trænet i at se, hvordan samarbejdet og samværet med børnene udvikler sig – find de gyldne øjeblikke, siger Helle. – "Find det, der er godt, og gør mere af det; når man kigger på det bagefter, kan man se alle de blikke man får, alle de smil og alle de gange et barn rører ved en eller rækker ud efter en."

"... man kan blive helt høj af at se sådan en videofilm med sig selv, det gode overstiger langt det dårlige – hver gang der sker noget godt fastfryses billedet, og i løbet af bare 5 minutter har man gjort en masse godt – alle de små gode og lidt oversete ting blev pludselig trukket frem..."

Om støjniveauet siger Conny: "Dem der først lagde mærke til, at larmen og uroen var væk – eller i hvert fald reduceret betydeligt – var faktisk forældrene og andre, der kommer i huset. Vi andre, som er i det hver dag, lagde først mærke til det langt senere."

I Søholm bliver der ikke snakket højt, og når der ikke bliver det, spreder det sig som ringe i vandet og får positiv indvirkning på hele huset – i alle situationer.

”Vi har også lavet alle de fysiske forandringer – små legekroge, filtdupper osv. – men kommunikationen er langt den vigtigste – vi snakker med børnene – ikke til dem. Brug ”snakkestemmen” får børnene at vide, når de er på vej op i det røde felt.”

Helle fortsætter: ”Den frustration, man nogle gange kan have når man går hjem – ’... åhh, jeg har ikke bestilt andet end at skælde ud i dag ...’ det oplever vi ikke mere. Man er glad når man går hjem.”

ICDP bygger på 8 pædagogiske samspilstemaer:

### **VÆR TILGÆNGELIG FOR BARNET**

#### **Den følelsesmæssige dialog**

- 1 Vis glæde for barnet
- 2 Se barnets initiativ – juster dig
- 3 Inviter barnet til samtale – lyt og svar
- 4 Giv barnet anerkendelse

### **SKAB FÆLLES OPMÆRKSOMHED**

#### **Den meningskabende dialog**

- 5 Fang barnets opmærksomhed
- 6 Fasthold barnets opmærksomhed – vis følelser og entusiasme
- 7 Forbind barnets oplevelse – uddyb og forklar

### **VEJLED OG OPDRAG**

#### **Den guidende dialog**

- 8 Fortæl barnet hvad det må og skal – trin for trin

Læs mere om ICDP her: [www.servicestyrelsen.dk/wm140797](http://www.servicestyrelsen.dk/wm140797)

### **BØRNEHUSET SØHOLM har gennem lang tid samarbejdet med psykolog Kirstine Sort Jensen**

Kirstine fortæller her om sammenhængen mellem pædagogik og støjende børn.

#### **Pædagogik, der dæmper urol!**

Et barn, der bliver set, anerkendt, opmuntret og guidet af en voksen, opnår selvværd, nysgerrighed og social bevidsthed.

Disse egenskaber identificerer et menneske som i høj grad kender sig selv, både sine styrker og svagheder. Det søger viden og forholder sig reflekterende til denne viden samt engagerer sig i andres ve og vel.

Når et menneske (barn eller voksne) erfarer, at det bliver taget alvorligt, set og respekteret af andre i dets omgivelser (familie, venner, pædagoger m.fl.), vil det styrke den indre ro og medvirke til, at der ikke er brug for at ”råbe højt”, for at få opmærksomhed.

Børn lever op til de voksnes forventninger – både de positive og de negative. Sagt på en anden måde: Barnet samarbejder meget med de voksne, det er i relation med.

Når jeg råber højt, ser de mig	De voksne forstår mig og hjælper mig
Når jeg plager mange gange, så får jeg lov	De voksne viser, de forstår mine ønsker, og giver mig et venligt og tydeligt svar
Når jeg driller, så snakker de voksne med mig	De voksne lytter tit og smiler med øjnene
De voksne siger til mig, hvad jeg skal	De voksne snakker med mig om, hvordan jeg kan gøre

### Relations- og ressourceorienteret pædagogik

ICDP tager udgangspunkt i omsorgskompetencen hos de voksne, der har ansvaret for børnene. Pædagogikken bygger på en bred videnskabelig viden fra udviklingspsykologien.

Barnets udvikling sker optimalt i samspil med sensitive voksne, der kan skabe en følelsesmæssig tryghed og tillid, og som også kan vejlede barnet til at forstå og mestre de udfordringer, som det vil møde i sin opvækst.

Den voksne er den ansvarlige for relationen. Der lægges vægt på at påvirke og øge kvaliteten i samspillet mellem denne og barnet, bl.a. ved at øge bevidstheden om, hvad der kendetegner god omsorg. Det handler om at skærpe omsorgspersonens positive opfattelse af og empati for barnet samt medvirke til, at få øje på barnets ressourcer og muligheder.

Som redskab til at fremme denne omsorgskompetence tages der afsæt i tre dialoger: Den følelsesmæssige, den meningsgørende og den regulerende.

Omsorgen for barnet må tage sit afsæt i emotionel tryghed, hvor den voksne viser positive følelser, følger barnets initiativer og anerkender barnet, som det er. Dernæst må barnet vejledes, således det får gode erfaringer og viden om den verden, det skal leve i. Sidst men ikke mindst må omsorgen være en støtte i at klare dagligdagens udfordringer ved at planlægge sammen med barnet, foreslå brugbare løsninger og understikke rammerne for det.

### Forskellen på ICDP og "traditionel" opdragelse

ICDP bygger på et humanistisk grundlag, hvor barnet opfattes som et individ med behov for kærlighed, respekt og forståelse. Dets udvikling vil ske i et samspil med dets primære omsorgspersoner. Ud fra de erfaringer barnet her gør, vil dets selvopfattelse og selvværd dannes.

Der er tale om at genfinde omsorgspersonens betydningsfulde egenskaber, således at disse kan udfoldes i endnu højere grad til glæde for begge parter.

Glæden, stoltheden og sikkerheden, som således styrkes hos barnet og dets omsorgsgivere, vil fremme en stemning præget af lyst til livet og ro i sindet.

Dermed bliver en sidegevinst: ro i fællesskabet.

● **KOLDING KOMMUNE gennemførte en indsats, som handlede om ergonomi. Det viste sig, at der var en overraskende sammenhæng mellem ergonomi og støj, og at et godt ergonomisk arbejdsmiljø også har støjreducerende effekt**

Børnehaven Toftebo havde besøg af Arbejdsmiljøtjenesten med henblik på at sætte ergonomien til debat. Arbejdsmiljøkonsulent Ingo Hahn besøgte børnehaven og fulgte voksne og børn en formiddag. Medarbejderne blev derefter undervist om ergonomi, og personalet udpegede forhold, som de ønskede ændret.

Disse blev sat ind i en handleplan. Der blev udpeget en ansvarlig person, og der blev udarbejdet løsningsforslag

### **God effekt på rygbelastningen**

Personalet pegede blandt andet på de lave møbler på stuerne. En stor del af hverdagen foregår ved disse møbler, og det er en væsentlig belastning for personalet. Børnehaven besluttede at investere i høje møbler. Bordene fik udskiftet de lave ben med høje ben, og der blev indkøbt høje taburetter.

Indsatsen har haft en tydelig effekt på de ansattes belastning, og de ansatte har mindre ondt i ryggen.

### **Mindre støj**

Til deres overraskelse oplever personalet en sidegevinst ved dette ergonomiske tiltag. De oplever, at støjniveauet i børnehaven er faldet betydelig, og at der er en klar sammenhæng mellem de højere møbler og et lavere støjniveau. "Efter at vi har fået de høje møbler, oplever vi at der kommer mere ro over spisesituationen," siger Kate Schmidt. Specielt de store børn har haft glæde af de høje borde. "Nu sidder børnene mere naturligt, og det giver mere ro ved bordet," siger hun.

### **Personalet mere deltagende**

Personalet oplever også, at de som voksne er mere deltagende i de aktiviteter, som foregår ved de høje borde. Samtidig oplever de, at de høje borde gør, at børnene oplever det hele mere overskueligt, og det giver mindre larm.

### **Ned i fart**

Det synes som om de højere møbler har den effekt, at børnene ikke har helt så meget fart på gennem lokalerne. De høje møbler virker som en forhindring, og på denne måde bremser de farten. Også herved mindskes støjniveauet.

### **Høje møbler, mere plads**

"Umiddelbart kunne man tro, at de høje møbler fylder mere, men det er ikke tilfældet," siger Kate Schmidt. "Børnene har fået nye gemmesteder under bordene og har på denne måde fået mere plads at lege på."

### **En god investering i arbejdsmiljøet**

Udskiftning af bordben til 5 borde og 46 taburetter har kostet børnehaven Toftebo ca. 28.000 kr. inkl. moms. En investering, der er til at mærke – på arbejdsmiljøet i dagtilbud og SFO.

Om der er en klar sammenhæng mellem høje møbler og nedsat støjniveau, er ikke videnskabelig bevist. Men børnehaven Toftebo har en helt klar oplevelse af, at der er en sammenhæng mellem de nye møbler og støjniveauet.

●

### MERE PLADS

En løsning kan også være at få mere plads – det vil sige flere m<sup>2</sup> per barn eller færre børn. Der udvikles støj, og konflikterne tiltager, når der er mange børn på for lidt plads. Støj- og stressniveauet stiger, og man ender let i en ond cirkel, hvor støjniveauet accelererer, fordi man skal overdøve hinanden.

Kan man ikke opnå tilfredsstillende støjmæssige arbejdsforhold ved at ændre bygninger, inventar og tilrettelæggelse af arbejdet, må man kigge på børnetallet i forhold til dagtilbud og SFOs fysiske rammer. Der er ikke regler om børnenormeringer i dagtilbud og SFO. Det afgør den enkelte kommunalbestyrelse.

### FØLG OP PÅ INDSATSEN

Det lyder indlysende, men ikke desto mindre ser man, at en god indsats for et forbedret arbejdsmiljøet går i glemmebogen, og at problemerne langsomt viser sig igen.

Det kan for eksempel ske, hvis der kommer nyt personale, som ikke har viden om et særsomt arbejdsmiljøproblem. Og selvom de har erfaring med at reducere støj, er det vigtigt, at de bliver grundigt indført i de rutiner og retningslinjer, som dagtilbud og SFO har opbygget.

Det kan derfor anbefales jævnligt at drøfte støj og arbejdsmiljø på personalemøder. Det gælder også, selv om der ikke ansættes nye medarbejdere. Erfaringerne viser, at arbejdsmiljøet med fordel kan udvikles hele tiden.

# Regler om støj og akustik



## Arbejdsmiljøloven med tilhørende bekendtgørelser og vejledninger fra Arbejdstilsynet

- ➔ **Det daglige arbejdsmiljø i dagtilbud og SFO er reguleret via arbejdsmiljøloven – Lovbekendtgørelse nr. 268 af 18. marts 2005 med senere ændringer, Bekendtgørelse af lov om arbejdsmiljø.**

Der er ikke regler specifikt om støj i dagtilbud og SFO, men en række bekendtgørelse udstedt ifølge arbejdsmiljøloven og en række vejledninger fra Arbejdstilsynet er relevante for emnet.

Regler om indretning af bygninger findes både i regler ifølge arbejdsmiljøloven og i bygningsreglementet.

Alle regler om arbejdsmiljø findes på Arbejdstilsynets hjemmeside [www.at.dk](http://www.at.dk). På hjemmesiden findes også et særligt tema om støj.

I henhold til arbejdsmiljølovens § 1 skal arbejdsgiveren sørge for, at arbejdet til enhver tid kan foregå sikkerheds- og sundhedsmæssigt fuldt forsvarligt. I praksis skal det ske i samarbejde med arbejdsmiljøgruppen på den enkelte arbejdsplads og med arbejdsmiljøudvalget.

Dette indebærer blandt andet, at arbejdsgiveren og MED-arbejdsmiljøorganisationen i samarbejde skal udarbejde en skriftlig arbejdspladsvurdering. Denne skal løbende revideres ved ændringer i arbejdet, dog minimum hvert 3. år (arbejdsmiljølovens § 15 a).

Arbejdsmiljøloven er uddybet i en række bekendtgørelser:

- ➔ **Bekendtgørelse nr. 575 af 21. juni 2001 med senere ændringer, om virksomhedernes sikkerheds- og sundhedsarbejde.**

Vær opmærksom på, at der ifølge aftalen om medindflydelse og medbestemmelse (MED) kan være aftalt afvigelser fra nogle af reglerne i denne bekendtgørelse; i de tilfælde gælder det, der er aftalt i den lokale MED-aftale. Denne bekendtgørelse vil blive ændret i 2010 i forbindelse med en lovændring.



### ➔ **Bekendtgørelse nr. 96 af 13. februar 2001 med senere ændringer, om faste arbejdssteders indretning**

Bekendtgørelsens indhold er vigtigt for dagtilbud og SFO, men den giver ikke konkrete anvisninger på, hvordan man indretter et arbejdssted.

De væsentligste paragraffer er:

§ 7 om lydforhold ved nybyggeri

§ 22 om påvirkninger fra andre arbejdspladser

§ 23 om isolering mod udefra kommende støj

§ 27 om akustiske forhold og placering af arbejdsprocesser

### ➔ **Bekendtgørelse nr. 63 af 6. februar 2006, om beskyttelse mod udsættelse for støj i forbindelse med arbejdet (støjbekendtgørelsen).**

Høreskadende støj reguleres i støjbekendtgørelsen med en grænseværdibestemmelse og en bestemmelse om unødigt støjbelastning.

Arbejdet skal planlægges, tilrettelægges og udføres således, at risici som følge af støj fjernes ved, at støjen begrænses ved kilden eller sænkes til det lavest mulige niveau. Ingen må udsættes for en støjbelastning på over 85 dB(A) eller spidsværdier af impulser over 137 dB(C).

Unødigt støj omfatter både unødigt høreskadende støj og unødigt generende støj. Unødigt generende støj kan være støj, der forbigående eller varigt forringer den fysiske eller psykiske sundhedstilstand, uden at der nødvendigvis opstår karakteristiske sygdomssymptomer.

Unødigt støjbelastning skal undgås. Støjniveauet under arbejdet skal holdes så lavt, som det er teknisk rimeligt, og de akustiske forhold skal være tilfredsstillende.

Støjbekendtgørelsen supplerer bl.a. bekendtgørelserne om arbejdets udførelse, om indretning af tekniske hjælpemidler og om arbejdsmedicinske undersøgelser efter lov om arbejdsmiljø.

Nogle væsentlige paragraffer i støjbekendtgørelsen citeres i deres fulde ordlyd:

**§ 3** Arbejdet skal planlægges, tilrettelægges og udføres således, at risici som følge af støj, herunder infralyd og ultralyd, fjernes ved, at støjen begrænses ved kilden eller sænkes til det lavest mulige niveau efter principperne for forebyggelse i bilag 1 i bekendtgørelsen om arbejdets udførelse.

**§ 4** Hvis arbejdsgiveren vurderer, at den ansatte udsættes for risici som følge af støj, skal arbejdspladsvurderingen, jf. kapitel 2a i bekendtgørelsen om arbejdets udførelse, indeholde en vurdering af støjbelastningen. I det omfang, det er nødvendigt for at klarlægge belastningsforholdene, udføres målinger.

**§ 5** De metoder og det udstyr, der anvendes i forbindelse med målinger, skal være anerkendte og tilpasset de faktiske forhold, især på baggrund af karakteren af den

støj, der skal måles, eksponeringens længde, faktorer i omgivelserne og måleapparatets art.

**Stk. 2** De metoder og udstyr, som anvendes, skal gøre det muligt at bestemme de parametre, der er defineret i § 2.

**Stk. 3** En stikprøvekontrol skal være repræsentativ for den ansattes personlige eksponering.

**§ 6** Vurdering og måling af støj skal planlægges omhyggeligt og gennemføres med passende mellemrum.

**Stk. 2** Resultatet af vurderingen eller målingen opbevares, så oplysningerne senere kan anvendes.

**Stk. 3** Ved bedømmelsen af måleresultaterne skal der tages hensyn til måleusikkerhed efter almindelig måleteknisk praksis.

**Stk. 4** Hvis arbejdsgiveren ikke selv råder over den nødvendige sagkundskab til at foretage målinger, skal der indhentes ekstern sagkyndig bistand.

...

**§ 9** Unødig støjbelastning skal undgås. Støjniveauet under arbejdet, herunder niveauet for infralyd og ultralyd, skal derfor holdes så lavt, som det er rimeligt under hensyntagen til den tekniske udvikling.

**Stk. 2** De akustiske forhold skal være tilfredsstillende.

**§ 10** Hvis støjbelastningen overskrider 80 dB(A) eller spidsværdierne af impulser overskrider 135 dB(C), må arbejdsgiveren kun lade arbejdet udføre, såfremt der stilles høreværn til rådighed.

**Stk. 2** Hvis støjbelastningen i øvrigt er skadelig eller stærkt generende, må arbejdsgiveren kun lade arbejdet udføre, såfremt der stilles høreværn til rådighed.

**§ 11** Ingen må udsættes for støjbelastning over 85 dB(A) eller spidsværdier af impulser over 137 dB(C).

**Stk. 2** Hvor værdierne i stk. 1 overskrides, skal der straks træffes foranstaltninger, der bringer støjen under værdierne i stk. 1, ske en fastlæggelse af årsagerne til, at værdierne i stk. 1 blev overskredet, og træffes tekniske og organisatoriske foranstaltninger for at undgå, at overskridelsen gentages.

**Stk. 3** Ved valg af foranstaltninger skal der i særlig grad tages hensyn til de i § 8 anførte foranstaltninger.

**Stk. 4** De dele af arbejdsstedet, hvor der er risiko for, at den ansatte udsættes for støj, der overskrider værdierne i stk. 1, skal markeres med passende advarsels- og sikkerhedsskiltning. De pågældende steder skal afgrænses og adgangen hertil begrænses, når det er teknisk muligt.

...

**§ 14** Ansatte, der udsættes for støj som overskrider en støjbelastning på 85 dB(A) eller spidsværdier af impulser på 137 dB(C), skal have adgang til en arbejdsmedicinsk undersøgelse.

**Stk. 2** Der henvises i øvrigt til bekendtgørelsen om arbejdsmedicinske undersøgelser efter lov om arbejdsmiljø.

**§ 15** Ansatte, der udsættes for støj som overskrider en støjbelastning på 80 dB(A) eller spidsværdier af impulser på 135 dB(C), skal have adgang til en høreundersøgelse, herunder en audiometrisk undersøgelse, hvis arbejdspladsvurderingen, jf. §§ 4-7, viser risici, som følge af støj.

#### ➔ **Bekendtgørelse nr. 259 af 20. marts 2007 om brug af autoriserede arbejdsmiljørådgivere (Rådgivningspåbud)**

Ifølge denne giver Arbejdstilsynet påbud om at bruge en autoriseret arbejdsmiljørådgiver til løsning af visse komplekse og alvorlige overtrædelser af arbejdsmiljølovgivningen. Det gælder bl.a.:

Belastende akustiske forhold ved arbejde, der foregår i lokaler i daginstitutioner, hvor der er en gennemsnitlig efterklangstid på mere end 0,6 sekund; og Støjbelastning LEX (8 timer) over 85 dB(A) eller spidsværdier af impulser over 137 dB(C), hvor der ikke umiddelbart foreligger tekniske og organisatoriske foranstaltninger til nedbringelse af påvirkningen.

#### ➔ **At-vejledning D.6.1, juli 2007, om Støj**

At-vejledningen oplyser om følger af støjpåvirkning, om støjgrænser og om støjbekæmpelse.

#### ➔ **At-vejledning A.1.16, december 2008, om Akustik i arbejdsrum (erstatte den tidligere At-anvisning nr. 1.1.0.1)**

At-vejledningen beskriver, hvordan Arbejdstilsynet vurderer de akustiske forhold i et arbejdsrum. Den beskriver også, hvilke forhold Arbejdstilsynet lægger vægt på, når man vurderer, om de akustiske forhold er tilfredsstillende. Generelt skal de akustiske forhold i arbejdsrum være tilfredsstillende. I et skema, som er bilag til vejledningen, er anført de efterklangstider og de absorptionsarealer, som Arbejdstilsynet vil opfatte som tilfredsstillende for de forskellige typer lokaler under normale forhold. Desuden nævner vejledningen forskellige foranstaltninger, der kan forbedre akustikken. I et andet bilag gives byggemyndighedernes krav til de akustiske forhold i bl.a. dagtilbud, SFO og undervisningsrum. Bygningsreglementet, der gælder på det tidspunkt, hvor et arbejdssted indrettes, udgør de mindstekrav, som Arbejdstilsynet stiller til akustikken.

## Bygningsreglementerne

Det nyeste bygningsreglement – BR 08 omfatter byggeri opført efter 1. august 2008, og det gælder også for væsentlige om- og tilbygninger samt væsentlige ændringer af benyttelsen.

For ældre bygninger er mindstekravene de regler, som var gældende i bygningsreglementet på ibrugtagningstidspunktet. Det vil sige bygningsreglementerne fra 1961, 1966, 1972, 1977, 1982 og 1995.

Bygningsreglementet indeholder regler om akustik og støjdemning og angiver, hvilken myndighed der godkender byggeri.

I følge Bygningsreglement 1995, kapital 9.4, skal der for nybyggeri i opholdsrum i daginstitutioner være en efterklangstid, hvis gennemsnitsværdi i frekvensområdet 125 – 2.000 Hz ikke overstiger 0,6 sekund.

I BR 08 er dette krav skærpet til 0,4 sekund. Det betyder, at en lydkilde ikke må være mere end 0,4 sekund om at falde 60 dB.

I bygningsreglementerne er der også krav til lydisolering og trinlyd så lyd ikke forplanter sig til øvrige rum og etager.

Bygningsreglementet BR 08 findes på Erhvervs- og Byggestyrelsens hjemmeside [www.ebst.dk/bro8.dk/bro7/0/54/0](http://www.ebst.dk/bro8.dk/bro7/0/54/0)

Alle tidligere bygningsreglementer findes også på Erhvervs- og Byggestyrelsens hjemmeside [www.ebst.dk/bro8.dk/tidligere\\_reglementer](http://www.ebst.dk/bro8.dk/tidligere_reglementer)





# Mere information

Der findes både trykt og elektronisk materiale, som mere detaljeret fortæller om, hvad der er gjort, og hvad man kan gøre for at bekæmpe støjen. Selvom en del af materialet ikke direkte er målrettet til daginstitutionsområdet, kan det give både inspiration og viden.

## ARBEJDSTILSYNET

Arbejdstilsynet medvirker til et sikkert, sundt og udviklende arbejdsmiljø gennem tilsyn med, at arbejdsmiljøloven overholdes, gennem almindelig information og rådgivning.

Arbejdstilsynet kan påbyde, at forhold, der strider mod loven, regler eller afgørelser, bringes i orden straks, eller inden en tidsfrist. Arbejdstilsynet fokuserer på de væsentligste arbejdsmiljøproblemer og retter indsatsen mod virksomheder med et belastende arbejdsmiljø. Arbejdstilsynet gennemfører systematiske screeninger af alle arbejdspladser. Screening er en hurtig gennemgang af dagtilbud og SFOs arbejdsmiljø. Formålet er at vurdere, om der er væsentlige arbejdsmiljøproblemer; er det tilfældet, gennemfører Arbejdstilsynet et grundigt tilsyn – et tilpasset tilsyn.

Arbejdstilsynet kan stille krav om, at der foretages støjmålinger, hvis de finder det påkrævet.

## DCUM – DANSK CENTER FOR UNDERVISNINGSMILJØ

DCUM er et uafhængigt, statsligt center, der blev etableret i 2002.

DCUM formidler viden om børne- og undervisningsmiljø og udvikler værktøjer til arbejdet med den lovpligtige undervisningsmiljøvurdering, UMV, og den lovpligtige børnemiljøvurdering, BMV.

DCUM understøtter en brugerinddragende og helhedsorienteret indsats i arbejdet med børne- og undervisningsmiljøvurderingen.

DCUM formidler handlingsorienteret viden om børne- og undervisningsmiljø, suppleret af praktikeres erfaringer og gode eksempler ved:

- rådgivning og vejledning
- udvikling af værktøjer
- udvikling af inspirationsmaterialer
- indsamling og videreformidling af praktiske erfaringer og gode eksempler
- formidling af viden om love og regler
- DCUM's viden, værktøjer, inspirationsmaterialer mv. findes på [www.dcum.dk](http://www.dcum.dk)

## TRYKTE MATERIALER

### Grundbog i støjbekæmpelse

Af Jan Gybel Jensen og Per Møberg Nielsen. Udgivet af Arbejdsmiljøfonden (Arbejdsmiljørådets Service Center), 1999

Bogen er ikke målrettet dagtilbud og SFO, men beskriver alle de grundlæggende områder en virksomhed skal forholde sig til, når man vil støjdæmpe. I bogen gennemgås konsekvenser af støj, principper for støjdæmpning, akustisk regulering af arbejdslokaler, akustiske og lyd-mæssige begreber, måling af støj, støjpolitik og lovgrundlaget på støjområdet.

### Branchevejledning Nybyggeri og renovering af daginstitutioner

Branchearbejdsmiljørådet Social & Sundhed, 2007

Gode fysiske rammer er ikke i sig selv en garanti for sundhed, trivsel og arbejdsglæde. Men gennemtænkte rum, som passer til den pædagogiske praksis, er fundamentet under et godt arbejdsmiljø. Vejledningen indeholder ideer, inspiration og oversigter over love og regler, som gælder for byggeri og indretning af dagtilbud og SFO. Vejledningen er bl.a. en hjælp for ledelse, ansatte og sikkerhedsrepræsentanter i dagtilbud og SFO, fritidshjem og klubber til at gå aktivt og konstruktivt ind i byggeprocessen, når der skal renoveres eller bygges til.

### Arbejdsmiljøvejviser nr. 46 – Dag- og døgninstitutioner for børn og unge

Arbejdstilsynet, 2007

Vejviseren giver et overblik over de arbejdsmiljøforhold, som Arbejdstilsynet anbefaler, at institutionerne retter opmærksomheden mod. Den omhandler biologi, løft og arbejdsstillinger, psykisk arbejdsmiljø, støj og indeklimate og kan for eksempel anvendes til arbejdspladsvurderinger.

### Støjundersøgelse 1998/99 – De kommunale daginstitutioner i Københavns Kommune

Landsforeningen for Socialpædagoger, 1999

Undersøgelsen supplerer BUPL og PMF's undersøgelse af støj og indeklimate fra 1998 og er koncentreret om oplevelsen af støj som arbejdsmiljøproblem. Rapporten er baseret på spørgeskemaer udsendt til de ansatte i dagtilbud og SFO.

### Støj og indeklimate – rapport om støj og indeklimateforhold i danske børneinstitutioner

BUPL og PMF, 1998

Rapporten bygger på en undersøgelse af støj og indeklimateet i 176 dagtilbud og SFO, hvor der i 14% af vuggestuerne, i 5% af børnehaverne og i 14% af SFO blev konstateret et gennemsnitligt lydniveau på mere end 85 dB.

### Måling og vurdering af indeklimateet

Af Ole Valbjørn, udgivet af Videncenter for Arbejdsmiljø, 1997

Bogen er ikke i specielt rettet til dagtilbud og SFO, men kan anvendes til at vurdere, om der er behov for at der foretages målinger af diverse indeklimateproblemer, blandt andet støj. Den giver en grundig instruktion i, hvordan målinger bedst udføres, og hvordan man går ind i en dialog med firmaer og rådgivere, der udfører indeklimatemålinger.



## Støj og pædagogik

Erfaringerne viser, at der ved forebyggelse af støj bør tænkes i helhedsorienterede løsninger, hvor både pædagogik, arbejdets organisering og praktiske/tekniske løsninger indgår. Tre pjecer udgivet i samarbejde mellem Socialministeriet, Undervisningsministeriet og KL, 2001.

- **Støj og pædagogik** – om sammenhængen mellem pædagogik og forebyggelse af støj i daginstitutioner og skolefritidsordninger
- **Støj i daginstitutioner** – om praktiske/tekniske løsninger til dæmpning af støjen i daginstitutioner og skolefritidsordninger
- **Støj og uderum** – om brug af udendørsarealer til forebyggelse af støj i daginstitutioner og skolefritidsordninger

De tre publikationer findes i elektronisk form (pdf udgave) på KL's hjemmeside, [www.kl.dk/arbejdsmiljoe](http://www.kl.dk/arbejdsmiljoe).

## CD-ROM'ER

### Der kan man bare høre

1998, Videncenter for Arbejdsmiljø

Cd-rom'en henvender sig til skoleelever, og eksemplerne er taget fra industri- og kontorområdet. Den er opbygget som små tegnefilm og kan anbefales, hvis man på en utraditionel måde vil lære, hvad lyd og støj er, og hvordan øret er opbygget. Man kan opleve, hvordan det er at have en høreskade, man får mulighed for at teste sin egen hørelse og lære noget om, hvordan man bekæmper støj på arbejdspladsen.

### Lyd, støj og hørelse

1998, Videncenter for Arbejdsmiljø

En cd-rom med lyd eksempler. Man kan for eksempel høre, hvordan en tinnitus lyder, og hvordan en musikoplevelse kan blive efter en høreskade. Der er eksempler på betydning af akustik og lyddæmpning af maskiner og værktøj.

## HJEMMESIDER OM ARBEJDSMILJØ OG STØJ

### [www.at.dk](http://www.at.dk)

Arbejdstilsynets hjemmeside, hvor alle regler og vejledninger om arbejdsmiljø kan læses og downloades. Her er også et særligt tema om støj: [www.at.dk/da/temaer/stoej.aspx](http://www.at.dk/da/temaer/stoej.aspx)

### [www.indeklimaportalen.dk](http://www.indeklimaportalen.dk)

Indeklimaportalen indeholder nyheder – bl.a. i form af månedens tema – gode råd, information og retningslinjer om, hvordan man skaber det bedste indeklima på arbejdspladsen. Indeklimaportalen er en fælles portal for de tre BAR Social & Sundhed, Undervisning & Forskning samt Finans/Offentlig Kontor og Administration.

### [www.arbejdsmiljoweb.dk](http://www.arbejdsmiljoweb.dk)

Arbejdsmiljøweb er en hjemmeside om arbejdsmiljø for alle i den offentlige sektor og finanssektoren. Bag hjemmesiden står de tre branchearbejdsmiljøråd (BAR) inden for områderne social & sundhed, undervisning & forskning samt offentlig administration og finanssektoren. Arbejdsmiljøweb er fælles information fra arbejdsgivere og fagforeninger. Her findes udgivelser fra de tre BAR i elektronisk format, og der er nyheder og aktuelle opdateringer til de enkelte udgivelser.

### **www.stojweb.dk**

Støjweb er en elektronisk branchevejledning fra BAR Social & Sundhed. Den indeholder praktiske råd, hjælp til processen, viden om støj – hvordan støj påvirker børn. Der er også et afsnit med spørgsmål og svar om støj.

### **www.arbejdsmiljobutikken.dk**

ArbejdsmiljøButikken er åben døgnet rundt. Her finder du mere end 1.100 titler om arbejdsmiljø. Her er bøger, pjecer og videoer, branchevejledninger, forskningsrapporter, spil og uddannelsesmaterialer.

### **www.arbejdsmiljoviden.dk**

Videncenter for Arbejdsmiljø formidler viden om aktuelle emner og problemstillinger inden for arbejdsmiljøområdet og leder vej til viden og værktøjer. Videncentret udgiver Magasinet Arbejdsmiljø – det eneste magasin om arbejdsmiljø for danske offentlige og private virksomheder. Det udkommer 11 gange om året

### **www.kl.dk**

KL's hjemmeside indeholder undersider om personaleforhold i kommunerne, herunder arbejdsmiljø. En genvej til nyheder om arbejdsmiljø er [www.kl.dk/arbejdsmiljoe](http://www.kl.dk/arbejdsmiljoe)

### **www.danskekommuner.dk**

KL's nyhedsmagasin Danske Kommuner bringer jævnligt artikler om arbejdsmiljø på kommunale arbejdspladser. Nyhedsmagasinet har sin egen hjemmeside. Her er det muligt at søge på forskellige emner, bl.a. 'arbejdsmiljø'.

### **www.bupl.dk**

På BUPL's hjemmeside er der et særskilt tema eller menupunkt om arbejdsmiljø. Her er nyt om arbejdsmiljø og undertemaer om fysisk og psykisk arbejdsmiljø, arbejdspladsvurdering (APV) og sikkerhedsorganisationen, og om børns sikkerhed og sundhed. Her er også information og vejledning om børnemiljøvurderinger.

### **www.foa.dk**

På denne hjemmeside er der information og publikationer om arbejdsmiljø fra FOA – Fag og Arbejde.

### **www.dcum.dk**

Dansk Center for Undervisningsmiljø, DCUM, er et uafhængigt statsligt center, der arbejder for at sikre et godt børne- og undervisningsmiljø i dagtilbud, på skoler og uddannelsessteder.

## **BESTILLING AF MATERIALER**

Alle materialer udgivet af BAR Social & Sundhed og af Videncenter for Arbejdsmiljø kan købes hos ArbejdsmiljøButikken. Benyt muligheden for e-handel på [www.arbejdsmiljobutikken.dk](http://www.arbejdsmiljobutikken.dk), hvor alle udgivelser præsenteres under emner, brancher og typer af materialer. Eller benyt telefonekspeditionen mandag til torsdag kl. 10 – 14 på tlf. 3916 5230.

Arbejdstilsynet udgiver en lang række informationsmaterialer i form af bl.a. arbejdsmiljøvejvisere, indsatsmaterialer og rapporter. De fleste af Arbejdstilsynets informationsmaterialer er tilgængelige i fuldtekstversioner på hjemmesiden [www.at.dk](http://www.at.dk), hvor de også kan printes ud i en udskriftsvenlig version (pdf udgave). Det er ikke længere muligt at bestille trykte udgaver af Arbejdstilsynets regel- og informationsmaterialer.

# Notater





## HVORFOR DENNE BRANCHEVEJLEDNING?

Støj er et problem i mange dagtilbud og SFO. Det er dokumenteret i en række undersøgelser. Derfor er der ingen tvivl om, at der er behov for at reducere støjen. Denne vejledning kan anvendes som et værktøj for institutioner, arbejdsmiljøudvalg, MED-udvalg og arbejdsgivere, der ønsker at gøre en indsats for at nedbringe støjen i dagtilbud og SFO. De gode råd bygger på konkrete erfaringer fra dagtilbud og SFO.

## HVAD KAN DEN BRUGES TIL?

Vejledningen giver mange konkrete tips og metoder til at få nedbragt støjen i den enkelte institution. Man kan også få et indblik i, hvad støj er, hvordan støj skader, hvordan man måler støj og årsager til støj. Der er en oversigt over de væsentligste regler og vejledninger om støj i dagtilbud og SFO. Bagerst i vejledningen er der en liste over litteratur og hjemmesider om støj.

## HVEM HENVENDER DEN SIG TIL?

Vejledningen henvender sig til arbejdsmiljørepræsentanter og ledere af dagtilbud og SFO og til arbejdsmiljøudvalg og MED-udvalg inden for området samt til kommunale arbejdsgivere og bestyrelser i selvejende institutioner.



Arbejdsgivere og arbejdstagere inden for social- og sundhedsområdet samarbejder om initiativer til at skabe et bedre arbejdsmiljø både fysisk og psykisk. Samarbejdet tager udgangspunkt i arbejdsmiljøloven og er formaliseret i Branchearbejdsmiljørådet Social & Sundhed. Branchearbejdsmiljørådet kortlægger branchens særlige arbejdsmiljøproblemer og hjælper arbejdspladserne med at løse dem ved bl.a. at udarbejde informations- og vejledningsmateriale, at holde temamøder samt at udvikle arbejdsmiljøkurser.

I Branchearbejdsmiljørådet Social & Sundhed deltager repræsentanter for KL, Danske Regioner, AC, Kost & Ernæringsforbundet, Dansk Sygeplejeråd, øvrige sundhedsorganisationer i FTF, BUPL, FOA – Fag og Arbejde, Socialpædagogerne og 3F.

Varenummer 15 20 83. Køb branchevejledningen hos [www.arbejdsmiljobutikken.dk](http://www.arbejdsmiljobutikken.dk).

Hent opdateringer samt pdf-versionen på [www.arbejdsmiljoweb.dk/](http://www.arbejdsmiljoweb.dk/)

Yderligere information om arbejdsmiljø i den offentlige og finansielle sektor på [www.arbejdsmiljoweb.dk](http://www.arbejdsmiljoweb.dk)