



Gjøvikregionen  
helse- og miljøtilsyn IKS

## STØY I BARNEHAGER OG SKOLER

I barnehager og skoler kan støy være et daglig problem både for barn og voksne. Støy er ofte opphav til unødig irritasjon og plager som hodepine og stress. Bakgrunnsstøy vanskeliggjør også barnas språkopplæring. Det er viktig å vie lydforholdene oppmerksomhet i lokaler hvor mange barn skal leke og utfolde seg samtidig.

### REGELVERK OM STØY I BARNAS ARBEIDSMILJØ

I forskrift om miljørettet helsevern i barnehager og skoler m.v. omhandler § 21 lydforhold:

*” Virksomhetens lokaler og uteområder skal ha tilfredsstillende lydforhold”.*

Veilederen til forskriften beskriver nærmere hva støy er og hva som menes med tilfredsstillende lydforhold.

*” Støy er definert som uønsket lyd. Individuelle forskjeller kan være avgjørende for om man har et støyproblem eller ikke. Støy oppleves som slitsomt, og kan derfor medvirke til stress og helseplager over tid, selv om støyen i seg selv ikke er så høy at den gir hørselsskade. Akseptabelt støynivå vil avhenge av ulike forhold som tid og sted, lydets art og subjektive forhold. Norsk Standard NS 8175:2012 og TEK 10 setter krav til lydforholdene i nye skoler og barnehager. For eksisterende barnehager og skoler byggemeldt før 2008 benyttes NS 8175:2008.”*

Gjøvikregionen helse- og miljøtilsyn IKS (GHMT) fører tilsyn ut fra forskrift om miljørettet helsevern i barnehager og skoler m.v. Godkjenning av nye barnehager og skoler etter forskriften forutsetter at lydforholdene er tilfredsstillende og iht.

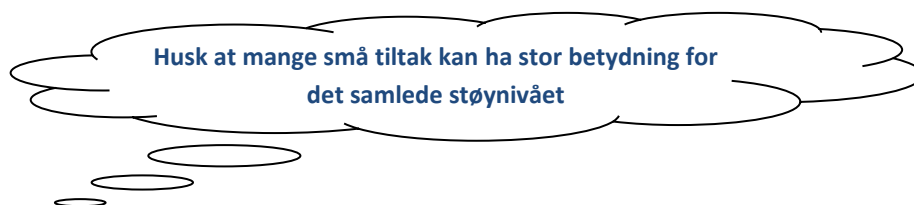
kravene som er gitt i Norsk Standard. Det stilles også krav til lydforholdene i eksisterende barnehager og skoler.

## HVA KAN BARNEHAGER OG SKOLER GJØRE?

Det er viktig å tenke helhetlig i det støyforebyggende arbeidet, både praktisk organisering, innredning og tekniske tiltak. Støydempende innredning og tekniske tiltak kan være viktige bidrag for å bedre akustikken, men disse virkemidlene alene er ikke nok. Støyen beror også i stor grad på barna og de voksnes egne aktiviteter. Derfor er praktisk organisering avgjørende.

Arbeidet med et godt lydmiljø er en **kontinuerlig prosess der alle bør involveres**, både de ansatte og ungene selv. Mange støykilder tenker man ikke på før man begynner å fokusere på dem. Det finnes ingen fasitliste for hvordan støyen kan reduseres. Hver enkelt barnehage og skole bør jobbe systematisk med støyforebygging og regelmessig stille seg spørsmålene: ” **Hva bidrar til støy hos oss?**”, og ” **Hva kan vi gjøre for å redusere støyen?** ”. Ut fra svarene spørsmålene kan det lages egne retningslinjer tilpasset den enkelte barnehage og skole.

Nedenfor er det listet opp noen forslag som kan gi ideer til det støyforebyggende arbeidet. Rådene er i stor grad hentet fra informasjonshefter fra arbeidstilsynene i Sverige og Danmark. For utdypende lesing anbefales å se nærmere på referansene på siste side.



### PRAKTISK ORGANISERING:

- Dele barna i mindre grupper som sprer seg over hele barnehagen/skolen, inkludert utearealene
- Lag retningslinjer for bruk av elektronisk lyd. Det er lett å glemme å skru av musikken etter bruk
- Benytt utearealene mere. Jo flere personer per kvadratmeter og jo flere støyende aktiviteter som foregår, jo mer generende og stressende oppleves støyen. En nærliggende mulighet er derfor å bruke utearealene mer. Morsomme uteaktiviteter frister til mer tid ute
- Unngå roping, og vær som voksen bevisst på din egen stemme
- Snakk med barna om lyd og støy f.eks. forklare at det er viktig å se på den man henvender seg til, og at man blir sliten av støy og høye lyder

### Spisesituasjonen:

- Ha samlingsstund før man spiser, slik at barna faller til ro først
- Faste plasser ved matbordet gir færre konflikter
- Vektlegge den gode samtalen rundt bordet

### Løpende barn:

- Unngå løping innendørs
- Vær oppmerksom på "hovedferdsåser". Det kan skape støy hvis man skal igjennom andre barns lekeområder for å komme til lekene. Hvis møblene og lekene plasseres annerledes, kan trafikken – og dermed støyen - reduseres

### Av- og påkledning i garderoben:

- Små grupper av gangen som kler av og på seg
- La barna ta på tøy selv og la dem få god tid

### INNREDNING OG TEKNISKE TILTAK:

- Erfaringer viser at store fellesrom skaper mye uro og støy. Del opp rommet i mindre soner slik at barna får en fornemmelse av at det ikke er så mange i rommet. Dette kan gjøres f.eks. ved bruk av skjermvegger, støydempende vegger, reoler eller små tepper på gulvene. Dette bidrar til at både barn og voksne ikke hever stemmen så mye, og at barna ikke i samme grad generer hverandre
- Lukk dørene til rom hvor det står oppvaskmaskiner, vaskemaskiner, tørketromler m.m. Lukk også dørene til rom med støyende lek
- Tetningslister i karmen på dører og filt- eller gummiknotter på skapdører. Filtknotter eller tilskårne tepperester legges under møbler og annet som ofte dras over gulvet eller bordet
- Legg kraftig voksdruk på bord med harde overflater. Når nye bord kjøpes kan en skaffe bord med laminerte overflater for å redusere støyen
- Tilfredsstillende lydisolasjon mellom rom og sørg for romdisponering, plassering og bruk som gir gode lydforhold. Plassere verksteder og lekerom så langt vekk som mulig fra de rom hvor en vil ha ro. Innred gjerne spesielle stille rom til lesing og stille leker
- Lang etterklangstid betyr mer støy. Harde overflater på vegger, tak og gulv bidrar til lenger etterklangstid. Kontrollere om etterklangstiden er tilfredsstillende, jf. NS 8175:2012/8175:2008
- Lyddempende plater i tak og vegger. Lydabsorbentene bør tåle vask
- Ventilasjonsanlegget kan støye. Sørg for at det blir rensset og vedlikeholdt. Kontrollere om ventilasjonsanlegget har tilfredsstillende lydnivå jf. NS 8175:2012/ 8175:2008

## UNIVERSELL UTFORMING

Universell utforming innebærer at tilgjengeligheten for personer med nedsatt funksjonsevne i størst mulig grad løses gjennom tiltak integrert i produktutforming, arkitektur, planlegging og tjenesteyting. En funksjonshemming kan f.eks. være hørselshemming. Ved bygging av nye barnehager og skoler eller ved renovering, skal byggene være universelt utformet, jf. plan- og bygningsloven og diskriminerings- og tilgjengelighetsloven. Eksisterende barnehager og skoler må starte arbeidet med tilrettelegging både av ute- og inneområdet så snart de blir kjent med at et barn med nedsatt funksjonsevne skal starte.

**NAV hjelpemiddelsentral Oppland** har et ansvar for formidling av hjelpemidler til funksjonshemmede og kan bistå med utredning, rådgivning og kurs. Se kontaktinformasjon under.

### Referanser:

Helsedirektoratets veiledere til *forskrift om miljørettet helsevern i barnehager og skoler m.v. Miljø og helse i barnehagen, utgitt 03/2014, IS – 2072 og Miljø og helse i skolen, utgitt 03/2014, IS- 2073*, <https://helsedirektoratet.no/retningslinjer/veileder-til-forskrift-om-miljorettet-helsevern-i-barnehager-og-skoler>

*Gode råd om støy i daginstitutioner*. Utgitt i Danmark av Branchearbejdsmiljørådet Social og Sundhed. [https://www.lfs.dk/files/2/gode\\_raad\\_stoej\\_daginstitutioner.pdf](https://www.lfs.dk/files/2/gode_raad_stoej_daginstitutioner.pdf)

*Om natten er der stille, men om dagen...Branchevejledning om støj i dagtilbud og SFO*. Utgitt i Danmark av Branchearbejdsmiljørådet Social og Sundhed. <http://www.arbejdsmiljoweb.dk/media/2197390/om-natten-er-her-stille.pdf>

*Bullret bort! En liten bok om god ljudmiljö i förskolan*. Utgitt i Sverige av Arbetslivsinstitutet, Arbetsmiljöverket, Myndigheten för skolutveckling och Socialstyrelsen. <https://www.folkhalsomyndigheten.se/pagefiles/12934/buller-bort-liten-bok-ljudniva-forskola.pdf>

*Må det støye i barnehagen?* Artikkel skrevet av Eva Barth Haakensen ved Arbeidstilsynet i Norge: <http://www.arbeidstilsynet.no/arbeidervernartikkel.html?tid=78809>

#### Gjøvikregionen helse- og miljøtilsyn IKS

Miljørettet helsevern for Gjøvik, Land, Toten og Gran.  
Hjemmeside: [www.ghmt.no](http://www.ghmt.no)  
E-post: [postmottak@ghmt.no](mailto:postmottak@ghmt.no)  
Tlf: 611 34 290

#### Nav Hjelpemiddelsentral Oppland

Hjemmeside: [www.nav.no](http://www.nav.no)  
E-post: [nav.hjelpemiddelsentral.oppland@nav.no](mailto:nav.hjelpemiddelsentral.oppland@nav.no)  
Tlf: 614 18 080