



## Gesunde Schule – fit fürs Leben!

Eine Gruppe von Fachleuten hat die Luftqualität in deiner Schule und vielleicht sogar in deinem Klassenraum untersucht. Sie haben an einem Projekt mit dem Namen SINFONIE teilgenommen; die Abkürzung steht für „Schools Indoor Pollution and Health: Observatory Network in Europe“ – Schadstoffe in Schulgebäuden und Gesundheit: Netz der Beobachtungsstellen in Europa. Die Fachleute haben in vielen Ländern gemessen, wie viel Kohlendioxid, andere Gase und Staub die Luft in den Klassenräumen enthält.

Andere Fachleute haben gleichzeitig die Gesundheit von Kindern in Eurer Schule untersucht. Sie haben Lehrern Fragen über ihre Schulen gestellt und Eltern über ihr Zuhause und Krankheiten in der Familie befragt. Unter anderem haben sie die Lungenfunktion der Kinder bestimmt. Dabei wird festgestellt, wie viel Luft man mit einem Atemzug maximal ausatmen kann. Das ist ein wichtiges Maß für die Funktionsfähigkeit und Gesundheit der Atemwege. So konnte untersucht werden, wie sich schlechte Luftqualität auf die Atmung auswirkt.

### ETWAS BEWIRKEN

Reine Luft in Gebäuden und im Freien ist wichtig für deine Gesundheit. Die Luft in Gebäuden kann man verbessern, indem man auf die Verwendung schadstoffarmer Produkte achtet. Sehr wichtig sind auch eine gute Belüftung und regelmäßige Reinigung der Räume. Neben der Luftqualität ist auch das Raumklima bedeutsam: Es sollte sauber und nicht zu warm sein, damit du besser lernen, dich besser konzentrieren und schneller arbeiten kannst und dabei weniger Fehler machst. Saubere Luft im Klassenraum bedeutet, dass

- Schüler und Lehrer weniger gestresst und müde sind und seltener Kopfschmerzen haben;
- weniger Kinder und Lehrer in der Schule fehlen, weil sie Asthmaanfälle oder Infektionen haben



**Frische Luft**

**Saubere  
Klassenräume**

**Lösungsmittelfreie  
Farben**

**Produkte mit Umweltschutzgütesiegeln**

**Gesunde Gebäude**

### TOP-TIPPS

Wenn du die Klasse und dein Zimmer sauber hältst, verbessert das auch messbar die Raumluftqualität. Ganz schlimm ist es, wenn Menschen in Innenräumen rauchen. Selbst durch Lüften bekommt man die Luft nicht mehr sauber.

- Es ist erwiesen, dass eine gute Belüftung das Kohlendioxid der Raumluft verringert. Dadurch kannst du klarer denken und besser lernen. Eine gute Belüftung verringert auch den Schadstoffgehalt. Eventuell könnt ihr eine „Kohlendioxid-Ampel“ aufstellen. Die warnt euch rechtzeitig, wenn die Raumluft zu verbraucht ist.
- Euer Schulwart sollte darauf achten, umweltfreundliche Reinigungsmittel, die durch ein Gütesiegel ausgezeichnet sind, die dein Schulwart auswählen kann.
- Lass Klebstoff- und Farbbehälter nicht offen stehen, wenn du sie nicht mehr brauchst und geh vorsichtig mit Chemikalien um.
- Der Schulhof und vor allem auch die südseitige Fassade deiner Schule sollte im Sommer genügend Schatten bekommen.
- Wenn du im Sommer hinausgehst, solltest du vor allem an sonnigen Tagen deine Haut und deine Augen vor den Sonnenstrahlen schützen. Eine Kappe, Sonnenbrillen und Sonnencreme sind cool und nützlich!

### EIN ZUG FRISCHE LUFT

Wie sauber ist die Luft in deiner Schule? Lies die Tipps auf der linken Seite, und du wirst sehen, was du alles tun kannst, damit du und deine Freunde jeden Tag frische Luft atmen könnt!

- Öffnet in der Pause in allen Klassenräumen die Fenster.
- Macht lieber mehrere Fenster einen Spaltbreit als ein Fenster ganz weit auf.
- Verdeckt die Öffnungen der Lüftungsanlage nicht.
- Bittet euren Lehrer, während des Unterrichts einige Fenster zu öffnen, wenn die Luft im Klassenraum stickig ist.

### KONTAKT

Regional Environmental Center ● Ady Endre ut 9-11 ● 2000 Szentendre  
Ungarn ● Tel: (36-26) 504-000 ● Fax: (36-26) 311-294  
E-mail: [ecsobod@rec.org](mailto:ecsobod@rec.org) ● [coordination\\_sinphonie@rec.org](mailto:coordination_sinphonie@rec.org)

[www.sinphonie.eu](http://www.sinphonie.eu) ● [www.rec.org](http://www.rec.org)