



needs cut

- minder leraren afwezig zullen zijn vanwege ziektes.

## Gezonde scholen —Fit voor het leven!

Een groep deskundigen heeft gekeken naar de kwaliteit van de lucht in jou school, en misschien zelfs in je klaslokaal. Zij maken deel uit van een project genaamd SINPHONIE, wat staat voor Schools Indoor Pollution and Health: Observatory Network in Europe [Interne Vervuiling en Gezondheid op Scholen: Observatienetwerk in Europa]. De deskundigen hebben je klaslokaal bezocht en de concentraties van koolstofdioxide en ander gassen gemeten, en ook de hoeveelheid stof in de lucht.

De deskundigen hebben ook gekeken naar de gezondheid van kinderen in vele landen. Leraren hebben vragen gekregen over hun scholen, en ouders zijn gevraagd over hun thuis en over ziektes in het gezin. In sommige klaslokalen hebben artsen met speciale instrumenten de longcapaciteit van de kinderen gemeten. Dit laat zien hoe gezond de longen zijn door te meten hoeveel lucht ze in een keer kunnen inademen. Deskundigen hebben ook de invloed van slechte ventilatie van de klaslokalen onderzocht op hoe jullie kunnen ademen.

### EEN VERSCHIL MAKEN

Het is belangrijk om de binnen- en buitenlucht schoon te houden. De binnenlucht kan worden verbeterd door schone producten te gebruiken, schoon te maken en door te zorgen voor een goede ventilatie. De lucht in je klaslokaal moet schoon zijn en niet te warm zodat je beter kan leren, je beter kan concentreren, je sneller kan werken en minder fouten zult maken. Een schonere binnenlucht betekent dat:

- kinderen en leraren minder stress hebben, minder vermoeid zijn en minder last hebben van hoofdpijn;
- minder kinderen last krijgen van astma;
- minder kinderen naar de dokter moeten gaan voor ademhalingsinfecties;
- minder kinderen school zullen verzuimen wegens ziektes; en



Frise lucht

Schone klaslokalen

Emissiearme verf

Eco-label producten

Gezonde gebouwen

## TOP TIPS

Jouw school zal een gezondere plek zijn als deze schoon en opgeruimd is. Jij en je vrienden kunnen er voor zorgen dat het binnenmilieu beter wordt, door het klaslokaal schoon te houden, door te zorgen voor goede ventilatie en door niet te roken.

- Door goede ventilatie is de hoeveelheid kooldioxide in de binnenlucht minder, waardoor je helderder kunt nadenken en beter kan leren. Goede ventilatie zorgt ook voor een vermindering van schadelijke stoffen in de binnenlucht.
- Je school zou er op moeten letten wat voor schoonmaakmiddelen worden gebruikt, en zou moeten kijken naar alternatieven voor giftige bestrijdingsmiddelen en chemische schoonmaakmiddelen. Er zijn veel milieuvriendelijke schoonmaakmiddelen die jouw school kan kiezen.
- Wees voorzichtig met chemische stoffen. Laat lijm en verf potten niet open nadat je ze hebt gebruikt.
- Je school zou zonneilig gedrag moeten aanmoedigen, door kinderen aan te moedigen zich te bedekken en zich in te smeren met zonnebrand crème op zonnige dagen, wanneer ze buiten spelen, of door de middagzon en daarmee ook de schadelijke UV straling te vermijden.

needs cut

## EEN FRISSE NEUS HALEN

Hoe schoon is de lucht in jouw schoolgebouw? Lees de tips aan de linker zijde en zie hoe veel je elke dag kan doen om zeker te weten dat jij en je vrienden frisse lucht inademen!

- Open de ramen van elk klaslokaal tijdens de pauzes.
- Doe liever meerdere vensters op een kier dan één raam wagenwijd open.
- Blokkeer de ventilatieopeningen niet.
- Als de lucht in jou lokaal muff ruikt, vraag je leraar dan een paar ramen tijdens de les te openen.

## CONTACTEN

VITO • Tel: 014 33 69 52

E-mail: [Marianne.Stranger@vito.be](mailto:Marianne.Stranger@vito.be)

[www.sinphonie.eu](http://www.sinphonie.eu)