



Kreativa lösningar åstadkommer bra ljudmiljöer

Bra ljudmiljöer är en fråga som angår alla. Vi blir trötta och okoncentrerade efter en tid i en slamrig miljö. Det här gäller inte bara i en industrimiljö, utan också i skolan och på kontoret.

Text karin lindgren Fotograf per bredberg

Kommunikation och arbetsprestation förbättras om störande ljud avskärmas. Det kan handla om att få bukt med maskiner som väsnas, ventilation som brummar, höga röster, musik, trafikbuller och slammer i största allmänhet. I en anpassad ljudmiljö minskar stressnivån, koncentrationsförmågan ökar och minne och inlärningsförmåga blir bättre.

Samtidigt lever vi i en samtid där det ska vara öppna planlösningar med ljus, luft och nakna ytor. Vi skapar minimalistiska resonanslådor både hemma och på jobbet eftersom ljudet studsar mot hårda ytor. Vad är egentligen en bra ljudmiljö och hur kan man skapa en sådan?

Vi frågade Yvet Martin som är akustiker och har arbetat med många stora projekt, bland annat inom kultursektorn. Just nu har hon uppdrag för Hörselskadades Riksförbund och deras kampanj Befria Samtalet, och åker land och rike runt för att tala på kampanjens seminarier.

Ta bort onödiga ljudkällor

– Grundläggande är att undvika onödiga ljudkällor, säger Yvet Martin. De lägger sig annars som en maskerande matta över ljud som vi behöver höra.

Man börjar med att se till att möbler och maskiner på arbetsplatsen inte låter i onödan. Redan i affären är det bra att till exempel undersöka hur mycket olika stolar låter när man flyttar på dem. Här kan det skilja mycket mellan olika fabrikat. Man

kan också ha en plastmatta under stolar för att ta bort skrapljud. Hårda golv kan behöva en matta för att ta bort stegljud. Ljud i dörrar dämpas med gummilister. Mycket trafikbuller går att ta bort med tätande gummilister i fönstren. Även knappt märkbara spalter utan lister kan ge mycket ljud.

Yvet Martin föreslår att skrivare och övriga kontorsmaskiner separeras från miljöer där människor arbetar. Detsamma gäller kontorets kök, disk- och kaffemaskin. Om någon ändå behöver sitta bredvid dessa slamrande områden kan det placeras en skärmvägg emellan som tar bort ljud.

– Mycket kan man ordna själv på arbetsplatsen, säger Yvet, men i allmänhet behöver en expert anlitas för att justera ventilationen om den bullrar och värmeelementen om de brusar mycket.

Sedan gäller det förstås att vi ska undvika att störa varandra. Att till exempel tala i telefonen själv och samtidigt höra någon annan tala i närheten blir störande.

Hjälper inte att be människor att tala tystare

– Att vi höjer rösten när vi inte hör så bra är en psykologisk effekt, konstaterar Yvet Martin. Den som talar i telefonen, och inte hör så bra vad som sägs i luren på grund av att det är en massa ljud runt omkring, höjer automatiskt sin egen röst. Likadant gör barn i bullriga skolmiljöer. En

tillsägelse om dämpade röster får bara tillfällig effekt när det är ljudmiljön i sin helhet som det är fel på.

Öppna kontorslandskap behöver ha bra bullerdämpande skärmar och det gäller att se upp med vad man köper. Om skärmarna är för hårda blir det istället en oönskad ekoeffekt. Skärmar ska vara hårda i mitten, men mjuka och absorberande på utsidan. Ett sätt att avgöra kvaliteten kan vara att man är två som hjälps åt vid inköpet. Om man lyssnar på varsin sida av tänkbara skärmar kommer man att märka skillnader.

Krävs mer än en liten tavla på väggen

Vill man dämpa ett rum ska ljudabsorbenter användas, men de måste vara i proportion till rummets volym. Det räcker alltså inte med lite textilier och en tavla på väggen. Vid beräkning av behovet tar man hänsyn till både väggytor och antalet människor som kommer att vistas i rummet.

I skolmiljö, där det är mycket liv och stök, brukar rekommendationen vara att ha ljudabsorbenter i hela taket och på mellan en tredjedel och två tredjedelar av väggytan. Det ska inte finnas två parallella hårda ytor.

Ljudabsorbenterna i taket sätts upp i form av plattor som bildar ett nytt undertak med ungefär 250 mm nedpendling från det ursprungliga taket. Luftspalten är viktig. På samma sätt gör man om man dämpar väggar med hjälp av draperier. De ska sättas på lite avstånd från väggen.

Gör rätt från början

– Det gäller att välja rätt kvalitet för det behov man har, säger Yvet Martin. Istället för att planlöst köpa allt som verkar bra, kan det vara besparande att ta in en oberoende expert som går igenom lokalerna och gör ett förslag så att det blir rätt från början.



Besök Hörselskadades Riksförbund och deras kampanj Befria Samtalet på deras kampanjsida www.befriasamtalet.se. Där finns bland annat en ljudsimulator där du kan höra vilken effekt akustiska åtgärder kan få i olika lokaler. Du kan också få en uppfattning om hur ljudmiljöerna kan upplevas av personer med måttlig hörselnedsättning, med och utan hörapparat.