

Checklist Geluidshinder in de Kinderopvang

Vraag 1

Komt het voor dat jeopje werk met stemverheffing moet praten als je op één meter afstand van je collega staat?

Ja: ga naar [advies 1](#)

Nee: ga naar [vraag 2](#)

Vraag 2

Is er sprake van hinderlijk geluid? (Als geluid hinderlijk is, betekent dit dat mensen zich in meer of mindere mate ergeren aan het heersende geluidsniveau.)

Ja: ga naar [vraag 3](#)

Nee: einde van de checklist

Soms: ga naar [vraag 3](#)

Vraag 3

Wordt het hinderlijk geluid veroorzaakt door schreeuwende en/of gillende kinderen?

Ja: ga naar [advies 2](#)

Nee: ga naar [vraag 4](#)

Soms: ga naar [advies 2](#)

Vraag 4

Wordt het hinderlijk geluid veroorzaakt door botsen/gooien/spelen met hard speelgoed?

Ja: ga naar [advies 3](#)

Nee: ga naar [vraag 5](#)

Soms: ga naar [advies 3](#)

Vraag 5

Is er een hoorbare echo in de ruimte (een 'slechte akoestiek')?

Ja: ga naar [advies 4](#)

Nee: ga naar [vraag 6](#)

Vraag 6

Komt het hinderlijk geluid uit een naastgelegen ruimte?

Ja: ga naar [advies 5](#)

Nee: ga naar [vraag 7](#)

Vraag 7

Komt het hinderlijk geluid uit een bovengelegen ruimte?

Ja: ga naar [advies 6](#)

Nee: ga naar [vraag 8](#)

Vraag 8

Komt het hinderlijk geluid van een ventilatiesysteem of andere apparatuur?

Ja: ga naar [advies 7](#)

Nee: ga naar [vraag 9](#)

Vraag 9

Komt het hinderlijk geluid van buiten?

Ja: ga naar [advies 8](#)

Nee: einde van de checklist

Op de volgende pagina volgen de adviezen

Adviezen

Advies 1: schadelijk geluid

Schadelijk geluid is geluid dat de bovengrens van 80 dB(A) overschrijdt. Als het geluid van korte duur is, kan het gehoor zich herstellen. Maar als je 40 uur per week wordt blootgesteld aan gemiddeld 80 dB(A) of hoger, bestaat de kans op gehoorschade.

Doe nader onderzoek naar de blootstelling aan schadelijk geluid:

- Stel vast op welke plaatsen dit geluid voorkomt.
- Hoe hoog is het geluidsniveau?
- Brengt dit hoge geluidsniveau risico's met zich mee?

Ga door naar [vraag 2](#).

Advies 2: schreeuwende en/of gillende kinderen

Natuurlijk moeten kinderen zich kunnen uitleven. Het maken van geluid is hier een onderdeel van. Maar als kinderen overmatig schreeuwen en gillen, is dat een vorm van ongewenst gedrag. Dat gedrag kun je beïnvloeden.

- Probeer ervoor te zorgen dat kinderen alleen schreeuwen op plekken die ervoor geschikt zijn: buiten of in een akoestische geschikte ruimte.
- Geef zelf het goede voorbeeld door langzaam en niet te luid te spreken.
- Maak afspraken met je collega's en trek één lijn: wanneer grijpen jullie in?
- Leer kinderen op een geschikt volume te spreken, bijvoorbeeld in de vorm van een spel.
- Laat een kind naar je toekomen als het je iets wil vertellen.
- Voorkom een overdaad aan prikkels. Richt de ruimte niet te vol in en kies rustige kleuren.
- Probeer de aandacht van de kinderen af te leiden als je de indruk krijgt dat ze blijven gillenzonder dat ze zelf weten waarom.
- Zorg dat kinderen een plek hebben om zich 'uit te leven' en waar ze geen geluidsoverlast veroorzaken.
- Zorg dat er in het rooster momenten zijn waarop kinderen zich mogen uitleven en andere momenten waarop ze rustig moeten zijn.
- Maak goede afspraken met de kinderen en wees alert op situaties dat het lawaai toeneemt.

Ga door naar [vraag 4](#).

Advies 3: botsen/goeien/spelen met hard speelgoed

'Hard' speelgoed en harde vloeren kunnen erg hinderlijk geluid veroorzaken.

- Vervang lawaaiig speelgoed door stiller speelgoed.
- Leg vloerkleden op plaatsen waar kinderen met lawaaiig speelgoed spelen. Kies voor kleden met een antislip-onderlaag om uitglijden te voorkomen en zorg dat de kleden wasbaar zijn op 60°C in verband met de hygiëne.
- Maak afspraken met je collega's en trek één lijn over 'wild spelen': wanneer grijpen jullie in?

Ga door naar [vraag 5](#).

Advies 4: hoorbare echo

Als er een hoorbare echo in de ruimte is, kan het zijn dat de nagalmtijd te lang is. Voorkom nagalmtijden langer dan 1 seconde. Een nagalmtijd van 0,5 tot 0,7 seconde is optimaal.

- Beperk de nagalmtijd door geluidsabsorberend materiaal aan te brengen op bijvoorbeeld het plafond, onder de tafels en aan de wanden.
- Laat een gespecialiseerd bedrijf uitrekenen hoeveel van welk absorberend materiaal nodig is.
- Plaats meer gordijnen en kussens. Zorg dat die goed reinigbaar en brandveilig zijn. Plaats echter geen textiele vloerbedekking, in verband met de hygiëne.

Ga door naar [vraag 6](#).

Advies 5: geluid uit een naastgelegen ruimte

- Plan luidruchtige activiteiten goed in, zodat geluidsoverlast in omliggende ruimtes wordt voorkomen.
- Dicht geluidstekken zoals kabelgoten en leidingdoorvoeren.
- Maak de aansluitingen van de wanden op de vloer, het plafond en aangrenzende wanden kierdicht. Als dit onvoldoende werkt, kunnen zwaardere en meer isolerende wanden het probleem beperken.
- Gebruik bij voorkeur geen schuifwanden om groepen te scheiden. Die houden het geluid onvoldoende tegen.

Ga door naar [vraag 7](#).

Advies 6: geluid uit een bovengelegen ruimte

Zorg voor een extra geluidsisolerende laag onder de vloerbedekking van de bovenruimte.

Ga door naar [vraag 8](#).

Advies 7: geluid van ventilatiesysteem of andere apparatuur

Ventilatiesystemen kunnen geluidsoverlast veroorzaken door de lucht die door roosters stroomt of doordat de motor van het ventilatiesysteem lawaai produceert.

- Vervang het rooster door een stiller type of zet de ventilatie tijdelijk op een lagere stand (maar niet uit).
- Isoleer de ruimte waarin de motor staat.
- Plaats de machine op trillingsdempende steunen.
- Stel de motor los op van het gebouw, zodat deze geen trillingen (en dus geluid) doorgeeft.

Bij geluid door de airco:

- Plaats een stillere airco.
- Verplaats de airco naar een plek waar deze minder overlast geeft.
- Voorkom dat trillingen aan het gebouw worden doorgegeven, bijvoorbeeld door de airco op rubber voeten te plaatsen.

Bij geluid door ventilatoren (fluitende toon):

- Stel de schoepen van de ventilator anders in.
- Laat de draaiende delen uitbalanceren.
- Voorkom scherpe bochten in ventilatiebuizen.
- Brengt eventueel een geluiddemper in een ventilatiekanaal aan. Dit heeft wel als nadeel dat de ventilatie afneemt.
- Zet het ventilatiesysteem niet uit en plak het niet af, want goed ventileren is belangrijk.

Bij geluid door andere apparatuur:

- Let op het volume van de radio.
- Zet apparatuur niet onnodig hard.
- Zet de printer in een aparte, afgesloten ruimte.
- Telefoon niet op de groep.

Ga door naar [vraag 9](#).

Advies 8: geluid van buiten

- Zorg voor een betere geluidsisolatie van de gevel door kieren af te dichten en ramen en deuren te voorzien van tochtstrips.
- Kies bij een verbouwing of nieuwbouw voor speciaal geluidwerend glas.
- Ventileer door middel van geluiddempende ventilatieroosters (zogenaamde suskasten) of mechanisch.
- Voorkom dat het raam open moet worden gezet voor ventilatie.