

BETER LEREN? VENTILEREN! ADVIES OP MAAT

Zorg dat je lokaal fris blijft door te zorgen voor voldoende ventilatie, een aangename temperatuur en niet te veel stof in je lokaal. De kinderen zullen dan beter geconcentreerd blijven en zij zullen minder klachten ervaren. Hoe je je lokaal fris kunt krijgen staat hieronder aangegeven. Aan het einde vind je verbeterpunten voor jou lokaal. Als deze punten kunnen worden verbeterd, kun jij de frisheid in de klas beter regelen. Bespreek deze punten met de directie.

VENTILATIE

Zorg voor voldoende ventilatie in de klas:

- Zet de ventilatieroosters dag en nacht open
- Zet de ramen open.
- Als je in meerdere gevels ramen of roosters open zet, dan wordt er meer geventileerd. Je hoeft dan de ramen minder ver open te zetten.
- Als het te koud wordt kun je beter niet meteen de alle ramen en/of de roosters sluiten, maar zet juist de verwarming hoger. Voor de gezondheid is het nodig te blijven ventileren.

- Als er onvoldoende of geen ramen open kunnen staan, zet dan de binnendeur open.
- Om het lokaal fris te houden is luchten erg belangrijk. Lucht het lokaal 5-10 minuten vóór de les, tijdens de pauzes en ná de les door ramen en deur tegen elkaar open te zetten. Dit is extra belangrijk indien door (weers)omstandigheden de ramen niet de hele lesdag open kunnen.
- Gebruikt een CO2 meter om te controleren of je voldoende ventileert:
 - Groen: Voldoende ventilatie.
 - Oranje: Matige ventilatie. Dit kan beter!
 - Rood: Onvoldoende ventilatie. Zorg voor meer ventilatie!

TEMPERATUUR

- Een aangename temperatuur in een lokaal is 18 - 20 graden Celsius. De temperatuur kan iets lager worden ingesteld dan de gewenste temperatuur, omdat de kinderen ook warmte produceren. Als de temperatuur niet aangenaam is, stel deze later op de dag een beetje bij.
- Als het koud wordt in de winter, doe dan eens een extra trui aan om energie te besparen.
- Een te warm lokaal is niet goed voor de concentratie. Laat het daarom niet warmer worden dan 22 graden bij

Contact

<http://www.beterlerenventileren.nl>

Of neem contact op met uw plaatselijke GGD. Vind uw GGD op <http://www.GGD.nl>.

koud weer, 24 graden bij mooi weer en 26 graden bij hitte.

- Gebruik als het warm is in de zomer de ventilatieroosters en/of de mechanische ventilatie om het lokaal 's nachts af te laten koelen. 's Ochtends kan dan in een fris lokaal gestart worden.

VOORKOM STOF

- Maak wekelijks de horizontale oppervlakten schoon. Dit gaat het beste als er zo min mogelijk spullen los op kasten en vensterbanken staan.
- Maak de vloer dagelijks schoon met een stofbindende wisser. Zorg dat minstens 1 keer per week de vloer nat gedaan wordt.
- Verwissel de knutselwerkjes regelmatig anders worden ze stoffig.
- Denk aan de schoonmaak van de ventilatieroosters. Deze moeten regelmatig schoongemaakt worden, afhankelijk hoe snel ze vuil worden.

VERBETERPUNTEN LOKAAL

Er zijn een aantal punten niet ideaal in jouw klaslokaal. Hierdoor kunnen klachten ontstaan. Bespreek onderstaande punten met de directie, om het binnenmilieu te verbeteren.

- De hoger gelegen ramen (>1,80 m) en/of ventilatieroosters zijn niet eenvoudig te bedienen als de docent op de grond staat. Hierdoor wordt het voor hem of haar moeilijk om de ventilatie goed te regelen. Als de bediening eenvoudig bereikt kan worden, kunnen de gegeven ventilatieadviezen opgevolgd worden.
- Er zijn producten met organische oplosmiddelen in uw school aanwezig. Het is niet gezond om organische oplosmiddelen in te ademen. Koop daarom op school geen lijm en verf waar deze oplosmiddelen in zitten.

Contact

<http://www.beterlerenventileren.nl>

Of neem contact op met uw plaatselijke GGD. Vind uw GGD op <http://www.GGD.nl>.