



„Liebe Erwachsene, unsere Ohren brauchen Schutz!“

Wenn es um den Schutz des Gehörs unserer Kinder geht, sind wir **alle** gefragt. Ob wir Kinder beaufsichtigen oder für Unterhaltung sorgen – Bewusstsein und Wissen sind die Grundlage für gesunde Ohren.

Gerade in der Familien- und Freizeit setzen wir uns und unsere Kinder immer wieder gesundheitsgefährdendem Lärm aus. Was sollte auf Veranstaltungen, aber auch im Alltag beachtet werden?

Tipps für

***Eltern/
Kinderbetreuer*innen:***

Informieren Sie sich über unseren Hörsinn und klären Sie die Kinder auf.¹

Anregungen und Empfehlungen für den Alltag bieten die nächsten Seiten...

***Veranstalter*innen/DJs
/Bands/Musiker*innen:***

Schon einfache Maßnahmen können dazu beitragen, dass keine Ohren zu Schaden kommen. Details erfahren Sie auf den nächsten Seiten...

¹

Der Unterschied zwischen Lärm und Schall: <https://mobil.hessen.de/planung/1%C3%A4rmschutz/der-unterschied-zwischen-schall-und-1%C3%A4rm>

Blogbeitrag zur Aufklärung: <https://kinderbuero.at/blog/expertinnen-sicht-kinder-vom-laerm-weghalten>

Lärm macht krank: <https://www.laermmachtkrank.at>

Beratung für Kinder und Eltern: www.neuroth.com/kinderakustik

Wie cool sind taube Ohren? <https://www.umweltservice.graz.at/infos/laerm/Laermmerkskan.PDF>

Was wir Erwachsenen vor allem **bei Kinder- und Familien-Veranstaltungen bedenken und umsetzen** sollten, wenn es um den Schutz von Kinderohren geht...



„Wir Kinder sollten genügend Abstand² zur Lärmquelle (in der Regel zu den Boxen) einhalten.“

Tipps für

Veranstalter*innen:

Machen Sie die Bereiche vor den Boxen nach Möglichkeit unzugänglich. Machen Sie Hörproben bezüglich des erforderlichen Abstandes.

Eltern:

Klären Sie Ihre Kinder auf und achten Sie darauf, dass sie Abstand halten.



„Wir Kinder brauchen eine Möglichkeit, uns von einer Lärmquelle im Raum zu entfernen.“

Tipps für

**Veranstalter*innen/
Tontechniker*innen:**

Verteilen Sie die Boxen im Raum so, dass nicht überall dieselbe Lautstärke vorherrscht.

Eltern:

Erscheint Ihnen die Lautstärke in gewissen Bereichen zu hoch, verlassen Sie diese mit ihrem Kind.



„Wir Kinder brauchen Lärmpausen.“

Tipps für

**Veranstalter*innen/
Tontechniker*innen:**

Besteht der Veranstaltungsort aus mehreren Räumen beschallen Sie nicht alle Räume, schaffen Sie Ruhebereiche. Die Lautstärke innerhalb eines Raumes sollte variieren.

Bands/DJs:

Planen Sie Musikpausen ein.

Eltern:

Suchen Sie mit Ihren Kindern zwischendurch ruhige Orte auf.

² Hörakustikexperte Andreas Grill würde mindestens 2-3 Meter Abstand empfehlen.



„In den Pausen halten wir Kinder uns oft in Boxennähe auf und werden, wenn die Musik wieder einsetzt, von der Lautstärke überrascht.“

Tipps für

Veranstalter*innen: Sperren Sie nach Möglichkeit die Bereiche direkt vor den Boxen ab.

**Tontechniker*innen/
Bands/DJs:** Gestalten Sie die Wiederaufnahme der Musik nach der Pause mit einem Fade In.

Eltern: Achten Sie darauf, dass sich Ihre Kinder nicht direkt vor den Boxen aufhalten.



„Die Lärmgrenze sollte für uns Kinder 80 Dezibel (dB)³ nicht überschreiten.“

Tipps für

**Veranstalter*innen/
Tontechniker*innen/
Bands/DJs:** Nutzen Sie Apps fürs Handy⁴, diese liefern gute Messwerte zur Orientierung und entsprechenden Anpassung der Lautstärke. Die Lautstärke sollte in den Veranstaltungsräume sollten nach Einrichtung der Musikanlage an verschiedenen Punkten gemessen werden.

Eltern: Wenn es nicht möglich ist, sich in 1 Meter Entfernung ungestört zu unterhalten, ist es zu laut. Auch Eltern können die Lautstärke via App nachmessen.

Sprechen Sie Veranstalter*innen bzw. Bands/DJs an, wenn es Ihnen zu laut erscheint.

³ Ab 85 Dezibel (dB) Dauerschallpegel müssten Arbeitnehmer*innen bereits zwingend Gehörschutz tragen, Beschäftigte unter 18 Jahren bereits ab 80 Dezibel.

⁴ Unsere App-Empfehlungen: „LärmApp“ des deutschen HNO-Berufsverbandes oder „Decibel Meter“.



„Wenn die Lärmgrenze 80 dB überschreitet, brauchen wir Kinder bei Veranstaltungen einen Gehörschutz.“

Tipps für

Stellen Sie Gehörschutz (zum Beispiel in Form von Ohrstöpseln) zur Verfügung.

**Veranstalter*innen/
Tontechniker*innen/
Bands/DJs:**

Weisen Sie im Vorfeld beispielsweise bei der Bewerbung der Veranstaltung auf erhöhte Lärmbelastung hin.

Überlegen Sie im Vorfeld, ob Ihr Kind prinzipiell an Veranstaltungen mit hoher Lärmbelastung teilnehmen soll.

Eltern:

Statten Sie Ihr Kind mit einem Kapselgehörschutz aus, welcher die sicherste Variante darstellt. Dieser wächst mit dem Kind mit, weil der Bügel verstellbar ist. Ein Hörakustiker hilft Ihnen bei der Auswahl.

Wenn es dennoch nach dem Besuch von Veranstaltungen bei Kindern zu einer Wesensveränderung oder zur Klage über Ohrenscherzen kommt, sollte man unbedingt einen HNO-Arzt aufsuchen.

„Wir sollten wieder mehr Ruhe zulassen und genießen. Alle Erwachsenen sollten hierbei an ihre Vorbildwirkung denken. Kindern sollte es möglich sein, Lauschen zu erlernen.

Ruhephasen verhindern, dass das Gehör nicht komplett abstumpft.“

Petra Sudy, Hörakustikermeisterin

Was wir Erwachsenen **zu Hause, in Betreuungssituationen und in der Freizeit beachten** sollten, wenn es um den Schutz von Kinderohren geht...



Tipps für

„Wir lieben Musik und Spiele, aber nicht alle Kopfhörer sind für unser Gehör geeignet.“

Eltern:

Achten Sie beim Kauf von Kopfhörern für Ihre Kinder auf eine integrierte Lautstärkenbegrenzung (max. 85 dB).⁵



Tipps für

„Manche Spielzeuge sind für unsere Ohren zu laut.“

**Eltern/
Kinderbetreuer*innen:**

Probieren Sie das Spielzeug, welches Geräusche oder Musik macht, vor dem Kauf bzw. der Weitergabe an Kinder selbst aus: Halten Sie es an die Ohren und testen Sie, ob die maximale Lautstärke noch angemessen erscheint.

⁵ Kinderkopfhörer im Test: https://www.chip.de/artikel/Die-besten-Kopfhörer-für-Kinder-im-Test_170033350.html



Tipps für

„Wenn wir Bausteine und Spielzeuge ausleeren, kann dies extremen Lärm erzeugen.“

**Eltern/
Kinderbetreuer*innen:**

Das Ausleeren von Spielzeugschachteln auf Teppichen kann den Geräuschpegel erheblich mindern.



Tipps für

„Unsere Ohren brauchen Pausen.“

**Eltern/
Kinderbetreuer*innen:**

Sorgen Sie immer wieder für Ruhepausen – ohne Musik, ohne Fernseher, laute Spielzeuge oder sonstige Hintergrundgeräusche. So können sich die Kinderohren erholen und die Konzentrationsfähigkeit wieder steigen.

Denken Sie daran, dass nicht nur die Lautstärke an sich, sondern auch die Dauer der Beschallung Auswirkungen haben können.

Der Leitfaden ist das Ergebnis eines Runden Tisches auf Einladung des Kinderbüros im Jänner 2020. Dieser folgte auf die Kontaktaufnahme besorgter Eltern mit dem Kinderbüro, die sich bei einer Kinderfaschingsveranstaltung fragten, was man Kinderohren zumuten darf.

Folgende Experten wirkten an der Diskussion mit: Kurt Schulz, technischer Leiter der Grazer Spielstätten, Hörakustikmeister Andreas Grill von der Neuroth AG; Thomas Huber, Pressesprecher der Neuroth AG; Thomas Plautz vom Kinderbüro; Peter Krogger als engagierter Vater und Anstoßgeber für das Thema; Rudolf Ruthofer, Referatsleiter für Lärmbekämpfung und Schallschutz am Grazer Umweltamt.

Für weitere Recherche standen uns Bernadette Müller, Sicherheitsbeauftragte des SVB und Petra Sudy, Hörakustikermeisterin bei der Neuroth AG zur Verfügung. Die Initiative geht auf Sarah Hutter und Peter Krogger zurück. Danke an alle Mitwirkenden!