

Råd till dig som bedriver verksamhet med höga ljudnivåer

Kunskap - Den som är ansvarig för verksamheten behöver ha kunskap, om utrustningen som används, riskerna med höga ljudnivåer, hur hörselskador kan undvikas och vilka riktvärden som gäller.

Lokalen – Lokalen ska vara utformad på ett akustiskt riktigt sätt. Utvärdera om ljudabsorberande material behöver sättas in i lokalen, t ex vid scen, tak, väggar.

Skärmar – För att minska ljudutbredningen från en ljudkälla kan skärmar användas, till exempel vid trumset.

Avstånd till högtalarna – Placera högtalarna så att publik inte kommer för nära. Välj typ och placering så att jämnast möjliga ljudnivå uppnås. Är det lågt i tak är det nödvändigt att placera ut många högtalare, istället för några få stora och komplettera med separata bashögtalare.

Placering av musiker – Ett ökat avstånd mellan musikerna ger en lägre ljudexponering. Placering i höjddled påverkar också musikernas ljudexponering. Genom att placera blåsare i en orkester högre än framförvarande musiker utsätts dessa för lägre ljudnivåer.

Anpassning av ljudanläggningen – Ställ in ljudanläggningen så att ljudnivåerna inte blir för höga. Ljudanläggningen kan även låsas av sakkunnig.

Ljudtekniker – Använd certifierade ljudtekniker vid musikarrangemang.

Kontrollera ljudnivåer – Håll koll på ljudnivåerna genom att använda ljudnivåmätare.

Ljudblockerare – Med ljudblockerare bryts strömmen automatiskt när ljudnivån överskrider en förinställd nivå.

Hörselskydd – Hörselproppar till besökare bör erbjudas. Även om riktvärdena uppnås då olika personer kan vara olika ljudkänsliga.

Digitala instrument – Användning av digitala instrument, till exempel trummor och piano, kan ge bättre möjlighet att hålla lagom ljudnivå.

Ljuddämpning på golv – Ha mattor på golv som ljuddämpare, särskilt under trummor.

Trumstockarnas storlek – För att hålla nere ljudnivån från analoga trummor kan tunna trumstockar väljas.