



Råd og veiledning i skoler og barnehager

Tips om inneklima

Alle skoler og barnehager skal være godkjent av Folkehelsekontoret og følge regelverket i [forskrift om miljørettet helsevern i barnehager og skoler](#)

I § 19 står det; *virksomheten skal ha et tilfredsstillende inneklima herunder luftkvalitet. Temperaturregulering og ventilasjon skal være tilpasset bruksområdet og årstidsvariasjoner. Luftfuktigheten skal ligge på et slikt nivå at fare for muggdannelser ikke forekommer. Ioniserende stråling skal ikke overskride et allment akseptert nivå.*

Hva betyr dette i praksis?

Behagelig temperatur med god luft fra et fungerende ventilasjonssystem, godt renhold, samt radon under grenseverdien.

Hvilke rutiner har dere for oppfølging av inneklima? [Ta inneklima-sjekken](#)
Sjekk denne lenken [FILM om inneklima - for bruk i undervisning](#)

Innelufta skal oppleves som frisk og behagelig. Ventilasjonssystemer skal fungere tilfredsstillende.

- Regelmessig lufting med vindu (sjokklufting)? faste utetider? ute av rommene i friminuttene?
- Er det «riktig» antall personer i rommet i forhold til ventilasjonen? Ved tung luft kan det være aktuelt å sjekke luftskifte og ta en CO²-måling (max. 1000 ppm.) Ventilatorer kan sjekkes med A4-ark. Arket henger fast på et avtrekk(utluft) og blåses inn i rommet på tilluft.
- Har dere en god renholdsplan som blir fulgt opp? gode rydderutiner før vasking? god innredning som minsker støvdeponier? (f.eks. skap i steder for hyller, stående panel i stedet for liggende på vegger, unngå nedhengte lamper fra tak, møbler på hjul er lettere å flytte ved rengjøring), brukes mikrofibernopp i stedet for kost?
- Rutiner for at yttertøy, sko og sekker ikke tas med inn i klasserommene/oppholdsrom?
- Er det fukt eller fuktskader i bygningen? Har det vært vannlekkasje? Er det god drenering rundt bygning? blir takrenner rensket? Blir dette fulgt opp av eier/eiendom?

Temperaturen bør normalt være mellom 19°-24°C i fyringssesongen.

- Hvem stiller på termostatene? Er de godt nok innstilt? Hvem skal egentlig gjøre det?
- Sjekkes temperaturen med eget termometer hvis det er for varmt/kaldt?
- Brukes solavskjermingen riktig? husk at markiser/persienner må ned før sola kommer!

Radon - er en usynlig og luktfri gass som kommer fra berggrunnen.

Radon gir verken hodepine eller dårlig inneklima, men kan over lang tid skade lungene.

- Kjenner dere til radonforekomsten? Hva er verdien fra siste måling? når var det? Dokumentasjon skal oppbevares i internkontrollen.
- Alle bygg over grenseverdi (>100Bq/m³) skal ha radonreduserende tiltak.
- Kopi av resultatene skal oppbevares i internkontrollen. Det bør måles ca. hvert 10. år hvis nivå er under grenseverdi. Hvert 5. år i bygg med radontiltak.

Avvikshåndtering

- Hva er rutinen ved avvik? – hvor meldes stopp i ventilasjonsanlegget, problemer med varmeregulering, forstyrrende støy fra tekniske anlegg, dårlig renhold m.v.? hvem følger opp avvikene?
- Har dere rutiner for håndtering av klager fra barn, foresatte eller ansatte på inneklima?

Måling av inneklimaparametere

Ønsker dere en kartlegging og vurdering av lydforhold, belysning, luftkvalitet eller temp.? ta kontakt med eier/eiendom før bestilling av inneklimamålinger. Viktig at det planlegges og måles riktig, og i vintersesongen. Ta kontakt med Folkehelsekontoret på [e-post](#) for å få tilsendt en veileder for inneklimamålinger.

Overholdes disse punktene oppfylles langt på vei deres krav til oppfølging av § 19 om inneklima og luftkvalitet i forskrift om miljørettet helsevern i barnehager og skoler!