

## „Tag gegen Lärm“

Schnell fahrende Autos, Baumaschinen oder laute Musik - Lärm kann Menschen nicht nur nerven, Lärm kann auch krank machen.



Am „Tag gegen Lärm“ wird auf der ganzen Welt darauf aufmerksam gemacht. Den „Tag gegen Lärm“ gibt es seit 1998, also bereits seit \_\_\_\_\_ Jahren. Er soll uns daran erinnern, dass Lärm schädlich sein kann.

Sowohl Erwachsene als auch Kinder können unter lauten Geräuschen leiden. In vielen Berufen müssen Menschen an lauten Maschinen arbeiten, wie zum Beispiel auf einer Baustelle oder in einer Fabrik. Manche Menschen müssen den Lärm von einem Flughafen oder einer stark befahrenen Straße aushalten, weil sie in der Nähe wohnen.

Vor allem Kinder und Jugendliche sollen über Lärm aufgeklärt werden. Viele junge Menschen hören oft laut Musik über Kopfhörer. Laute Musik über Kopfhörer schadet den Ohren. Menschen können davon schwerhörig werden. Sind die Ohren erst mal geschädigt, lässt sich das nicht mehr rückgängig machen!

Lärm ist generell schlecht für den Körper. Menschen können Probleme mit ihrem Herzen bekommen oder sich ständig erschöpft fühlen. Sie haben dann keine Kraft mehr und können sich kaum noch erholen. Viele Menschen schlafen schlecht, weil sie zu oft laute Geräusche ertragen müssen.

Aber auch Lärm, der nicht besonders laut ist, kann uns schaden. Schon in der Früh rennt der Fernseher, ständig läuft irgendwo Musik und ohne Handy geht gar nichts mehr – unser Körper kann nicht zur Ruhe kommen.

Stille und Ruhe erleben wir sehr selten. Datum sind Stille und Ruhe in der heutigen Zeit besonders wertvoll, denn „in der Ruhe liegt die Kraft“. Daran soll uns der „Tag gegen Lärm“ erinnern.

1. Wozu gibt es den „Tag gegen Lärm“?

- Damit Kinder und Jugendliche weniger Musik hören.
- Damit an diesem Tag niemand an einer lauten Maschine arbeiten muss.
- Damit alle daran denken, dass lauter Lärm krank machen kann.
- Damit es keinen lauten Lärm mehr gibt.

2. Wenn man oft laute Musik über Kopfhörer hört, ...

- ... macht das nichts, denn die Ohren können sich wieder erholen.
- ... kann das Gehör geschädigt werden.
- ... kann man schwerhörig werden.
- ... gibt das dem Körper Kraft.

3. Lärm und laute Geräusche sind für den ganzen Körper schlecht. Warum?

- Weil Lärm kräfteraubend ist und wir uns schneller erschöpft fühlen.
- Weil man dadurch besser schlafen kann.
- Weil wir dadurch nervös oder streitlustig werden.
- Weil man sich nicht gut konzentrieren kann.

4. Lies die folgenden vier Aussagen zum Thema Lärm. Welche treffen auf dich zu?

- Pausenlärm kann mich nerven.
- Manche Geräusche im Schulalltag rauben mir Kraft.
- Radio- und Fernsehgeräusche lassen mich oft nicht zur Ruhe kommen.
- Ohne Geräusche fühle ich mich nicht wohl.

5. Gibt es einen besonderen Ort, an dem du gut zur Ruhe kommst und du die Stille richtig genießen kannst?

- ⇒ Überlege, welche Orte du kennst, an denen es richtig still ist!
- ⇒ Rede darüber! Mach dir Notizen:

---

---

---

---

---