

Głośny problem - sposoby walki z hałasem

“Od muzyki piękniejsza jest tylko cisza” – stwierdził kiedyś poeta Paul Claudel. Życie w hałasie jest stresujące i silnie demotywuujące. Uciążliwe, niepożądane dźwięki mogą mieć ogromny wpływ na samopoczucie, a nawet na ogólny stan zdrowia. Dlatego w sytuacji zagrożenia hałasem trzeba wiedzieć jak z nim walczyć.

Znaj swoje prawa

Wielu z nas bagatelizuje problem zanieczyszczenia hałasem i beczynnie znosi skutki, jakie za sobą ciągnie. Głośne zachowania sąsiada, przeciągający się remont za ścianą naszego biura albo głośne roboty drogowe obok szkoły, to tylko niektóre z sytuacji, które dotyczą tysiące osób, zarazem nadużywając ich wyrozumiałość. W Polsce prawo chroni nas od życia wśród dźwięków, które przekraczają dopuszczalny poziom decybeli. Komfortu akustycznego możemy się domagać, nawet na drodze sądowej.

Kto może nam pomóc?

Każdy problem musimy zwalczyć innymi środkami. Rodzajów hałasu jest wiele i tyle samo instytucji, które mogą nam pomóc.

“Jeśli powodem naszych zmartwień jest hałas drogowy, np. mieszkamy przy bardzo ruchliwej ulicy, a nie odgradzają nas od niej ekrany akustyczne, powinniśmy zgłosić się do Wojewódzkiego Inspektoratu Ochrony Środowiska. Pomogą oni również w kwestii hałasu przemysłowego, czyli np. kiedy sąsiadujemy z zakładem produkcyjnym, emitującym hałas o wysokim natężeniu. Innym bardzo popularnym problemem są wszelkie uciążliwe dźwięki, które dotyczą mieszkańców bloków i osiedli mieszkaniowych. Źródła hałasu można wymieniać bez końca: tupanie sąsiada z góry, głośny telewizor, praca windy, woda w rurach... Na początku

powinniśmy zgłosić się do administracji budynku, której zadaniem jest podjąć odpowiednie kroki, czyli dokonać pomiarów akustycznych i zgłosić sprawę do odpowiednich instytucji. Jeśli jednak hałas jest wynikiem działań niezgodnych z prawem, np. głośne libacje pod blokiem albo wyścigi samochodowe to mamy pełne prawo zgłosić to na policję. Państwowy Inspektorat Nadzoru Budowlanego udzieli z kolei pomocy w kwestiach związanych z hałasem, który emituje pobliska budowa" - podpowiada Henryk Kwapisz, Prezes Stowarzyszenia "Komfort Ciszy", które za pośrednictwem swojego bloga i mediów społecznościowych edukuje Polaków na temat problemu zanieczyszczenia hałasem.

Działaj na własną rękę

Warto starać się zapobiec powyższym problemom, zanim jeszcze się pojawią. Oczywiście na wiele źródeł zanieczyszczenia hałasem nie mamy wpływu, ale możemy wprowadzić w swoim domu czy mieszkaniu rozwiązania, które zmniejszą skalę problemu. Po pierwsze jeszcze przed kupnem mieszkania należy domagać się od dewelopera wykonania pomiarów akustycznych, aby upewnić się, że dźwięki dochodzące do lokalu nie przekraczają dopuszczalnych wartości. Dużą wagę trzeba przyłożyć również do wyboru okien. Należy zamontować okna o wysokiej izolacyjności, które będą skutecznie tłumić wszystkie hałasy z zewnątrz. Dodatkowo korytarz przepływu uciążliwych dźwięków mogą stworzyć źle rozmieszczone gniazdzka elektryczne. Na to również trzeba zwrócić szczególną uwagę.

Pomocne praktyki

Kiedy wszystkie próby zawiodły albo nie chcemy decydować się na te bardzo drastyczne metody walki z hałasem, pozostaje nam zmniejszyć ten problem, działając doraźnie. Pierwszym sposobem są zatyczki do uszu. Obecnie na rynku można znaleźć dużo modeli, produkowanych z myślą o różnym przeznaczeniu.

Najważniejsze jest jednak, aby były wygodne i nie powodowały bólu głowy. Oprócz zatyczek można zaopatrzyć się w specjalne słuchawki wygłuszające, które przydają się świetnie w otoczeniu hałasu drogowego. Od niechcianych dźwięków należy odpoczywać, dlatego w miarę możliwości zalecane są spacer w otoczeniu odgłosów natury. Jeśli w sercu miejskiej dżungli nie znajdziemy spokojnego parku, pomogą nam nagrania dostępne np. na platformie YouTube, które dadzą nam chociaż namiastkę spokoju.

Walka z hałasem to czynność żmudna i wymagająca. Na szczęście mamy do dyspozycji pomocne metody i instytucje. Najważniejsze to znać swoje prawa i to, jak je egzekwować. Dopiero wtedy problem zanieczyszczenia hałasem stanie się powszechnie znany i łatwiejszy do rozwiązania.