

## **“Nie mogę wytrzymać z sąsiadem” - czyli jak pandemia wpłynęła na odczuwanie hałasu w blokach mieszkalnych**

Po długotrwałym lockdownie wszystko na pozór zaczyna wracać do normy. Pandemia wprowadziła jednak permanentne zmiany w naszym życiu. Przede wszystkim dużo firm przeniosło się na home office, co sprawiło, że dom stał się przestrzenią nie tylko relaksu, ale też pracy. Okazuje się, że zmiana codziennej rutyny zwróciła uwagę wielu lokatorów na dźwięki dochodzące z sąsiednich mieszkań, których wcześniej nie zauważali. Komfort akustyczny stał się warunkiem koniecznym nie tylko w nocy, ale także w ciągu dnia.

### **Po sąsiedzku**

Życie w różnych wspólnotach mieszkaniowych dotychczas było bardzo podobne. Dorośli codziennie wychodzili do pracy, a dzieci do szkoły, najczęściej na około 8 godzin. Wieczorami rodziny spędzały czas razem, relaksując się po męczącym dniu. Jednak odkąd zdalne nauczanie i praca stały się koniecznością, całe bloki mieszkalne musiały zacząć wspólnie funkcjonować. Okazało się to być niełatwym zadaniem, przynajmniej w przypadku niektórych mieszkańców.

### **Głośne melodie**

Jednym z najbardziej popularnych problemów w trakcie pandemii stała się głośna muzyka. Nie chodzi tutaj o huczne imprezy, ale raczej poszczególnych lokatorów umilających sobie czas, puszczać ulubione utwory. Niestety w większości przypadków nie zdawali sobie oni sprawy z natężenia dźwięku, jaki emitują. Można przypuszczać, że puszczać muzykę poza ciszą nocną, nikt nie czuje potrzeby ograniczenia głośności, a dodatkowo w głowie pojawia się myśl - “Przecież i tak

wszyscy są w pracy". Jest ona prawdziwa, jednak w dobie pandemii praca odbywała się w domu, a rozpraszające utwory ją uniemożliwiały.

### **Domowe przedszkole**

Przez długi okres zamknięte były również przedszkola i szkoły. Wprowadzone nauczanie zdalne nie zawsze przynosiło zadowalające rezultaty. Dzieciom, posiadającym nadmiar energii, ciężko było skupić się na nauce. Zamknięte place zabaw sprawiły, że zabawa często przenosiła się do mieszkań. Głośne okrzyki, ciągłe tupanie, bieganie po wszystkich pokojach, czy rzucanie piłką, były istnym utrapieniem dla sąsiadów zmuszonych do pracy zdalnej.

### **Psy mają głos**

Nie tylko w życiu ludzi pandemia wprowadziła radykalne zmiany. Również życie pupili wywróciło się do góry nogami. Osamotniony pies w mieszkaniu od zawsze mógł sprawiać problemy, a sąsiedzi pozostający w dzień w domach musieli wysłuchiwać pieskich arii operowych z tęsknoty za właścicielami. Separacja od domowników wkroczyła na wyższy poziom po miesiącach lockdownu. Zwierzę przyzwyczało się do obecności rodziny w domu i najczęściej było przez to w siódmym niebie. Kiedy kolejne firmy otwierały swoje biura, a dzieci wróciły do szkół, dla psa taka rozłąka była koszmarem. Wycie i jęki zaczęły towarzyszyć sąsiadom w codziennym domowym życiu.

### **Sposób na hałas**

Hałas odczuwalny na bardzo wysokim poziomie podczas pandemii nie dotyczy jedynie naszego kraju. Podobny problem zauważono w innych państwach, np. w Wielkiej Brytanii, gdzie ilość skarg na głośne zachowanie sąsiadów dochodziła

nawet do 1000 dziennie. Dodatkowo 32% zapytanych osób stwierdziło, że uciążliwy dyskomfort akustyczny wprowadził zauważalne uszkodzenia ich zdrowia psychicznego.

Widząc, jak poważne skutki niesie za sobą hałas, trzeba skupić się na rozwiązaniach. Pierwszy krok to rozmowa z sąsiadem, który sprawia nam problemy. Bardzo możliwe, że nie zdaje on sobie sprawy z natężenia dźwięku, jaki emituje. Warto się też zastanowić, czy wprowadzenie zmian akustycznych w naszym domu, nie będzie kluczem do sukcesu. Mowa tutaj o dodatkowych warstwach wygłuszających w ścianach lub np. sufitów podwieszanych, które także wyciszają mieszkanie. Często bardzo skuteczne okazują się również wykładziny, miękkie dywany, zasłony, meble tapicerowane i otwarte regały wypełnione książkami. Dużo porad w tym zakresie oferuje Stowarzyszenie "Komfort Ciszy", które na swoim blogu publikuje wiele wskazówek na temat walki z hałasem.

Pandemia sprawiła, że zaczęliśmy więcej czasu spędzać w naszych domach, a co za tym idzie, staliśmy się bardziej świadomi hałasów wokół. W miarę jak wkraczamy w „nową normalność”, wielu z nas nadal będzie pracować z domu. Co za tym idzie, hałaśliwi sąsiedzi w dalszym ciągu będą sporym utrapieniem. Nawet niewielkie zwiększenie natężenia dźwięków, może powodować zwiększony niepokój i stres, zwłaszcza jeśli zakłócają życie domowe i utrudniają relaks, pracę lub opiekę nad rodziną. Mieszkając we wspólnocie mieszkaniowej, warto mieć to na uwadze, nie tylko dla własnego dobra, ale i komfortu sąsiadów.