



## **Tag gegen Lärm 2024: „Ruhe gewinnt, die Zukunft beginnt.“**

(EUHA/Mainz, 15. April 2024) **Der 27. Tag gegen Lärm – International Noise Awareness Day – wird am 24. April 2024 stattfinden. Das Motto lautet: „Ruhe gewinnt, die Zukunft beginnt.“ Ziel in diesem Jahr ist es, die Geräusch-Umwelt zu reduzieren.**

Dazu gilt es, den eigenen Alltag unter die „Lärm-Lupe“ zu nehmen. In der Stadt kann es helfen, aufs Fahrrad umzusteigen und das Auto öfter mal stehen zu lassen. Im Beruf gilt es, Lärmquellen zu meiden oder Gehörschutz zu nutzen. Hier sind nicht nur Arbeitsplätze in der Industrie gemeint, sondern z. B. auch in Schulen und Kindergärten. Dort können Lärmpegel bis zu 140 Dezibel (dB) entstehen. Ab zirka 85 Dezibel kann das Gehör dauerhaft geschädigt werden.

Im Haushalt gibt es ebenfalls verschiedene Lärmquellen, ein Smoothiemaker zum Beispiel bringt es auf etwa 90 dB. Ab und an die Früchte per Hand mit der Zitronenpresse auszupressen, reduziert den Lärm und mindert Stress, der durch Lärm entsteht.

Auch Kinder sind ungeahnten Lärmquellen ausgesetzt. Beim Kauf von Spielzeug empfiehlt es sich, bewusst darauf zu achten, dass es sich um „ohrenfreundliches Spielzeug“ handelt. Knackfrösche, Trillerpfeifen und Tröten und lärmendes Elektrospielzeug verbreiten unnötigen Lärm.

Hörakustikmeisterin und Präsidentin der Europäischen Union der Hörakustiker e. V. Beate Gromke rät: „Ich empfehle, selbst aktiv zu werden und die Ohren zu schützen. Gehörschutz, am besten individuell gefertigter Gehörschutz vom Hörakustiker, ist eine gute Möglichkeit, das Gehör vor Lärm zu schützen. Er wird passgenau angefertigt und ist lange haltbar. Lassen Sie sich von einem Hörakustiker beraten!“

Sie unterstreicht zudem den Präventionsaspekt, denn nur wer heute sein Gehör schützt, kann sich auch in Zukunft auf sein Gehör verlassen

Weiterführender Link: [www.tag-gegen-laerm.de/](http://www.tag-gegen-laerm.de/)

## **Varianten von Gehörschutz**

Individuell gefertigter Gehörschutz: Der beste Schutz des Gehörs wird mit einem maßgefertigten Gehörschutz erreicht. Dieser hat eine definierte und gleichbleibende Wirkung, ist lange haltbar und sitzt passgenau und bequem. Man bekommt ihn bei jedem Hörakustiker.

Aktiver Gehörschutz: Bei dieser speziellen Variante sorgt eine eingebaute Elektronik für die situationsgerechte Lärmdämmung. Leise Signale können passieren, während impulsartig auftretender Lärm abgedämpft wird. Ideal zum Beispiel für Jäger.

Standard-Gehörschutz: Vorgefertigte Gehörschutzstöpsel ohne Filter eignen sich für alle, die sich vor Lärm schützen möchten, ohne bestimmte Anforderungen an den Tragekomfort und die Klangqualität zu stellen. Denn hier werden die gefährlichen hohen Frequenzen stärker gedämpft, was einen dumpferen Klang zur Folge hat.

Kapsel-Gehörschutz: Kapsel-Gehörschutz ist für den beruflichen Einsatz bei sehr lauten Tätigkeiten – in der Industrie oder am Flughafen – geeignet. Durch die Abdeckung des gesamten Ohres und der Knochenleitung ist der Schallschutz sehr groß.

*Hinweis: In diesem Text wird aus Gründen der besseren Lesbarkeit ausschließlich die männliche Form verwendet. Sie bezieht sich auf Personen jeder geschlechtlichen Identität.*

## **Pressekontakt**

**Deine Gemeinschaft ● Dein Wissen ● Deine Zukunft**  
**Europäische Union der Hörakustiker e. V.**

Sabine Stübe-Kirchhof  
Saarstraße 52  
55122 Mainz  
Deutschland

Tel.: +49 (0) 61 31 / 28 30-14  
Fax: +49 (0) 61 31 / 28 30-30  
E-Mail: [presse@euha.org](mailto:presse@euha.org)

Internet: [www.euha.org](http://www.euha.org)  
[www.facebook.com/EUHAeV/](https://www.facebook.com/EUHAeV/)  
[www.instagram.com/euhaev/](https://www.instagram.com/euhaev/)  
[www.linkedin.com/company/euha-ev](https://www.linkedin.com/company/euha-ev)