

Miljöpartiet de gröna i Sundsvall

Motion om försök med dagsljusbelysning i skolorna

Elever som får "vårljus" presterar bättre. Under vintermånaderna har vi brist på dagsljus i Sverige och det gör att vi blir lättare trötta och får svårt att koncentrera oss.

Ett försök gjordes i Lindeborgsskolan i Malmö med att byta ut de vanliga ljusarmaturerna, mot dagsljuslampor bl a i ett av klassrummen på mot ett blåaktigt ljus. Det har även provats på andra skolor i Sverige och då har man sett att det ökar prestationerna och även bättrar på humöret. Man har gjort studier som påvisat att detta ljus har fungerat bra bl a på matematiklektioner.

Det aktuella belysningssystemet ändras automatiskt under dagen från ett intensivt blått ljus på morgonen till ett varmt rött ljus på eftermiddagen. När eleverna kommer in på morgonen så är ljuset blåare och mer intensivt för att väcka barnen och för att få ner mängden av sömnhormoner. Sedan blir ljuset mjukare och med en rödare ton under förmiddagen fram till lunch. Efter det blir ljuset intensivt igen för att råda bot på "matkoman", och faller sedan tillbaka till ett rött och mysigt ljus vid fyrasnåret.

Ljusets karaktär kan ha stor inverkan på hur vi människor mår. "Det blir också allt mer känt att ljusmiljöns karaktär och kvalitet är väsentlig för trivsel, välbefinnande och hälsa. Det nya dynamiska ljuset ger möjlighet att skapa bättre livs- och arbetsmiljöer för trafik, förskolor, skolor, inom sjukvården och för äldre. Det går att dynamiskt styra ljusets karaktär så att miljön blir mer aktiverande eller lugnande" Så skriver t.ex. Lunds Universitet i sin Forsknings och Innovationsagenda inom belysningsområdet.

"- Depressioner och nedstämdhet ökar i samhället, och det är något som vi ser speciellt hos yngre. Det är också de som är minst utomhus. När man pratar med skolhälsovården är de problem de ser – ökade sömnproblem, nedstämdhet och trötthet – precis de som förknippas med brist på ljus. Sämst mår unga kvinnor, och det är de som är ute allra minst", säger Arne Lowden, sömn och stressforskare som forskar om ljus och välmående vid Stockholms Universitet.

Miljöpartiet föreslår kommunfullmäktige att besluta:

- Att i en av kommunens skolor göra ett försök och utvärdering av styrd s.k. "dagsljusbelysning"



Miljöpartiet de gröna i Sundsvall genom
Angel Villaverde, gruppledare