

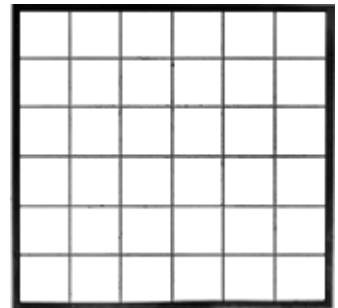


## Lufta er for alle

Møt Núria. Núria er forsker og jobber med å måle luftforurensning på **NILU** – Norsk Institutt for luftforskning. Hun bruker **luftmålere** for å måle hvor ren lufta er i Osloområdet. Det gjør hun for å hjelpe oss å holde lufta ren slik at ingen blir syke av dårlig luft. Ved å måle luftkvaliteten nær din skole kan du hjelpe Núria og andre forskere.

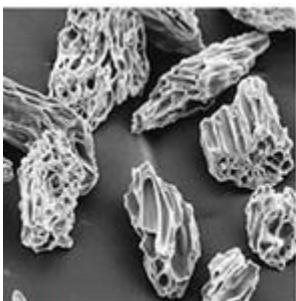
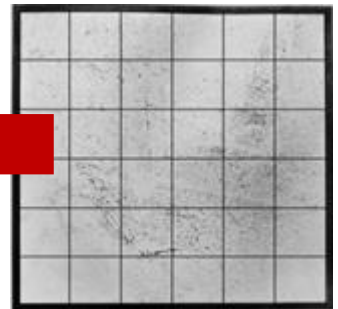
## Ren luft

Lufta inneholder bitte små, usynlige **molekyler** av **gasser** som blant annet oksygen og nitrogen. Alle mennesker og dyr trenger oksygen for å kunne leve. Nitrogen er ikke skadelig.

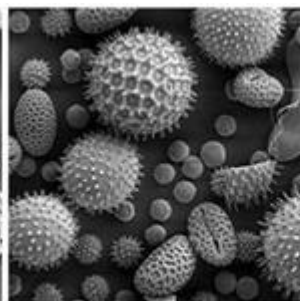


## Dårlig luft

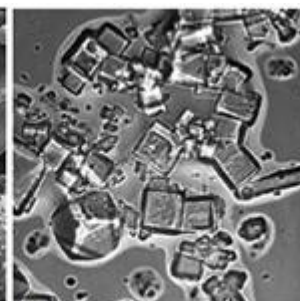
Dårlig eller **forurenset** luft inneholder gasser eller bitte små partikler som kan skade mennesker, dyr og natur. Partiklene kan komme fra mange ulike kilder, som for eksempel fra vulkaner, skogbrann, biler, fabrikker, vedfyring, skip og fly.



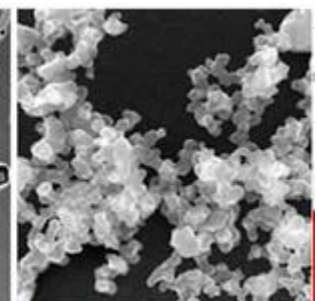
Vulkansk aske



Pollen



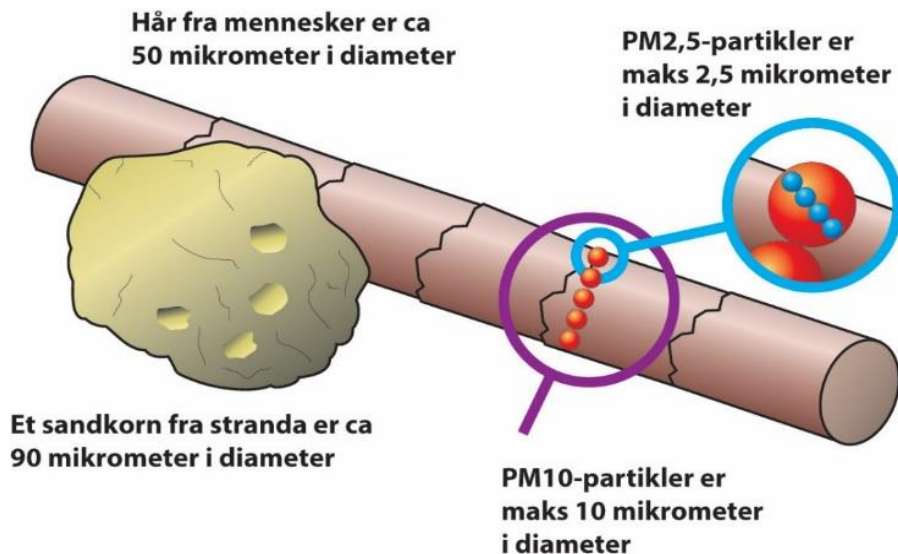
Sjøsalt



Dieselsot

## Veldig små partikler

Noen støvpartikler i luften er utrolig små. De kan være mindre enn tykkelsen på et hårstrå fra mennesker. Disse partiklene kaller vi for **svevestøv**. De måles i **mikrometer**, som er tusen ganger mindre enn millimetrene.



## Din helse

Det er ikke sunt å puste forurenset luft med mye svevestøv og skadelige gasser. Å puste dårlig luft kan gjøre det verre for barn og voksne som har **astma** eller andre sykdommer i lungene. Dessuten kan flere få sykdommer i hjertet, blodårene eller lungene sine. Ni av ti mennesker i verden puster forurenset luft, så problemet er stort. Selv om lufta i Norge er ganske ren mesteparten av tiden, kan det være mye luftforurensning om vinteren og våren noen steder.

### Hva kan vi gjøre for å gjøre lufta bedre der vi bor?

- Mål luften nær din skole, sammen med klassen din.
- Gå eller ta sykkel, buss, t-bane, trikk eller tog i stedet for bil.
- Minn de voksne på å bruke piggfrie vinterdekk i stedet for piggdekk. Da blir det mindre veistøv.
- Unngå å fyre i ovnen/peisen hvis du kan, spesielt hvis du bor i tettbebygd strøk

**Kan du komme på flere ting?**

