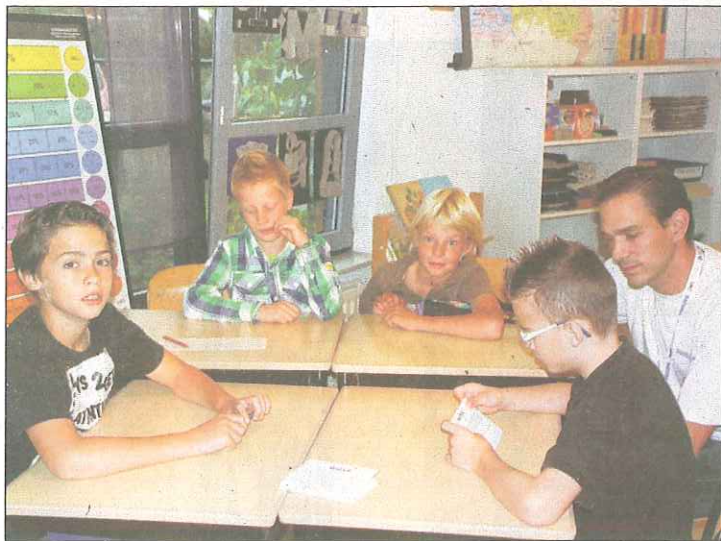


'Van blauw wordt je alerter, geel maakt je suf'

UDEN – De leerlingen van basisschool De Cirkel in Uden-Zuid leren vandaag alles over licht, lucht, water, beweging, lachen en de aarde. Dit alles in het kader van Healthy@School, een project van Philips over energiebronnen en duurzaamheid.

Door Maartje Sampers

De Cirkel is de eerste school in Uden die in een van de klassen een aparte lichtinstallatie krijgt. Het licht, School-Vision genoemd, kan door variatie in sterkte en kleur van licht een positieve bijdrage leveren aan concentratie, het gedrag, het welbevinden en de motivatie van kinderen op de basisschool. Over een maand wordt de installatie opgehangen in het lokaal van groep 6/7 van juffrouw Elma Oudhof. Zij is ook degene die de school op heeft gegeven voor dit internationale project. "De kinderen en ou-



ders zijn er heel enthousiast over. In november moet hetlichtsysteem er hangen en functioneren. De interactieve les fungeert als voorbereiding op het Schoolvision project." Een van de vragen luidt 'welke soort verlichting is het beste voor het lokaal?' Jordi weet daar wel een antwoord op. "De beste verlichting is

die wij binnenkort krijgen," roept hij. Erik vindt dat de lichten niet te fel moeten zijn, "als het bijvoorbeeld donker is buiten en binnen heel licht, dan doet dat pijn aan je ogen," legt hij uit. Alle vragen en opdrachten worden besproken met de vrijwilligers van Symplyhealthy@school, daarna mogen ze een sticker plakken die correspondeert

met de zes elementen. "Het zijn krachten die de kinderen kunnen gebruiken om beter te leren, bewegen en gezonder te voelen en zijn," vertelt Ton Mulderij van Symplyhealthy. "Het project is vorig jaar bedacht door Philips en is wereldwijd opgezet, tienduizend kinderen ervaren nu de effecten van licht." Alle kinderen zouden profijt hebben van dit systeem. "Ik denk wel dat ik ADHD heb, maar ik ben er niet op getest," zegt Jordi. Hij ziet wel iets in de nieuwe verlichting, "ik denk wel dat die lampen effect hebben."

"We weten pas een paar jaar dat licht invloed heeft op je bioritme, dat het lichaam reageert op een bepaalde kleur. Bij blauw is men wakkerder, alerter en actiever. Van geel/oranje licht worden mensen een beetje suf," legt Mulderij uit. "Zo kun je kinderen in de klas boosten of juist laten ontspannen."