

Ta vare på hørselen din!

- **Bruk ørepropper**
- **Ta pauser fra musikken**
- **Ikke stå for nær høyttalerne**



Sett inn skumproppen riktig!

- Klem og rull slik at proppen blir smalere
- Dra øret opp med hodet på skakke
- Sett proppen rett inn
- Ikke ta ut proppen der lyden er høy

