

Leven aan boord van ISS

Een ruimtestation zo groot als een voetbalveld

In het ruimtestation ISS zijn astronauten druk bezig met wetenschappelijk onderzoek. En werken in de ruimte is niet zo makkelijk als het lijkt.

Overdag merk je er niets van, maar soms is er 's nachts een kleine kans dat je hem ziet. Ongeveer 400 kilometer boven je hoofd vliegt het Internationaal Ruimtestation ISS. Het ruimtestation is ongeveer zo groot als een voetbalveld. In het ISS doen astronauten wetenschappelijk onderzoek. Het leven in de ruimte is erg moeilijk. In de ruimte ben je gewichtloos: er is geen zwaartekracht. Je zweeft alle kanten op. Toch wordt er op het ISS gewoon gewerkt en geleefd. Nou ja, gewoon?

Zonder zwaartekracht worden je spieren slap, want die hoeven niets te doen. Zonder beweging gaat de kalk uit je botten. Om dat te voorkomen trainen de astronauten twee uur per dag. Vloeistof is ook gewichtloos. Toch kan deze astronaut gerust een kopje thee maken. Hij sluit het zakje aan en er komt warm water uit. Klaar!

Van tevoren is al het eten in een voedselcontainer gestopt. Alles zit goed vast, anders zweeft het weg en zit je, als je niet oppast, met een klodder eten tegen de onderzoeksapparatuur.

Opruimen gaat ook heel anders: Met je benen houd je de voedselcontainers vast en met je armen trek je jezelf vooruit.

Hier is de slaapcabine. Omdat je gewichtloos bent, kun je niet blijven liggen, je zweeft weer weg. Daarom is de slaapzak vastgemaakt. Het is nog niet zo makkelijk om erin te kruipen..

Astronauten kunnen bellen en internetten met hun gezin, via satellieten. Daarvoor gebruiken ze deze koptelefoon. Vocht gaat alle kanten op, dus je haren wassen wordt lastig. De astronauten gebruiken een shampoo die je niet hoeft uit te spoelen. Tja en hoe zit dat dan als je moet plassen?

Elke astronaut heeft zijn eigen plastuitje, een soort stofzuigerslang waar je in plast. Het toilet werkt als een campingtoilet of een die je kent uit de trein, er zit een afzuiger aan vast.

En mocht je naast al het onderzoek toch nog even een momentje hebben, kun je genieten van dit prachtige uitzicht. Met dank aan ESA.