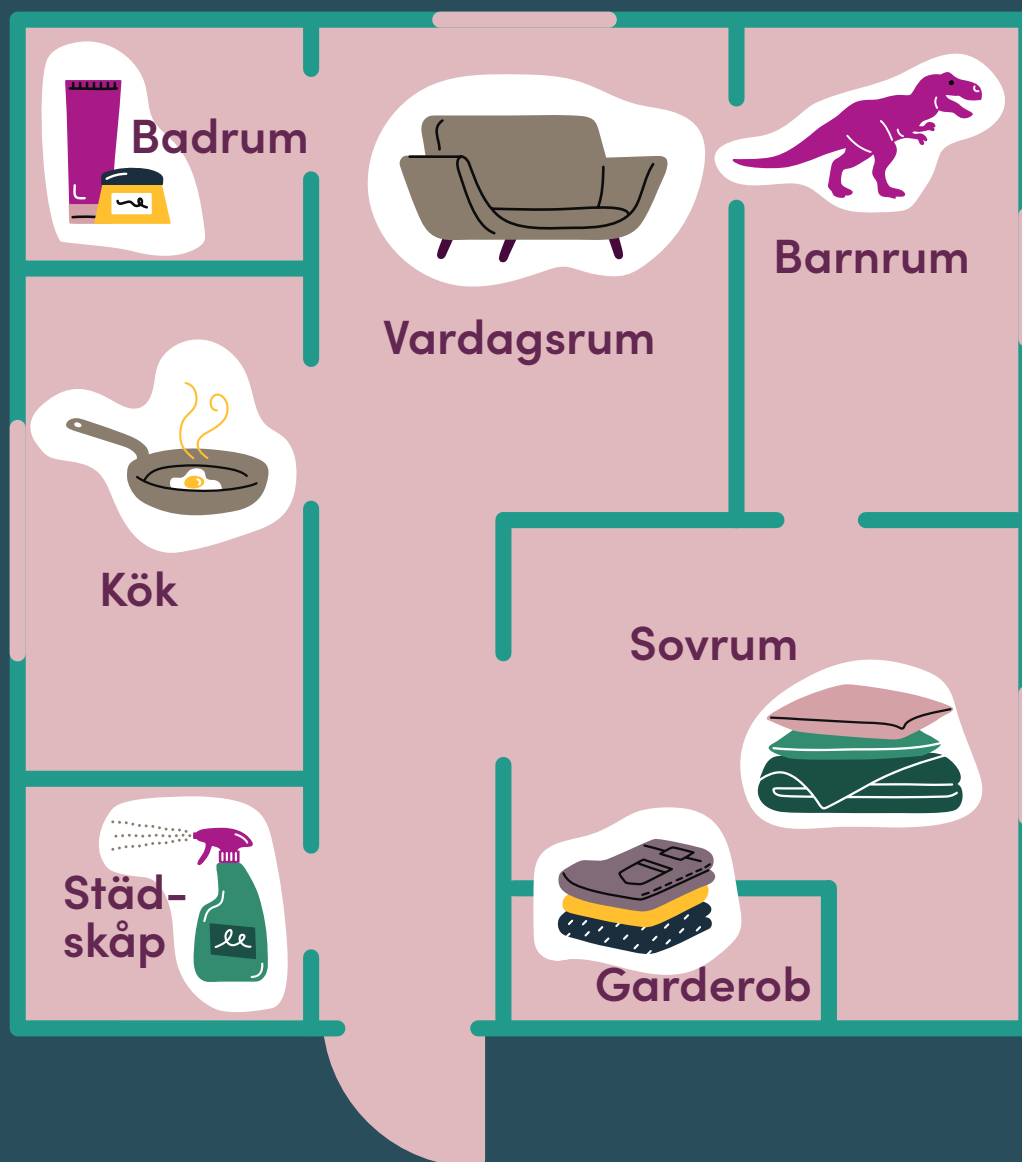


Lektionsupplägg till webbkursen "Mitt kemikaliesmarta hem"



Hej!

Vad roligt att du vill arbeta med *Mitt kemikaliesmarta hem* i undervisningen! Den här lärarhandledningen kompletterar webbkursen *Mitt kemikaliesmarta hem* och ger lektionsförslag på hur eleverna kan utforska webbkursens olika rum, diskutera tillsammans och göra praktiska övningar. Syftet med materialet är att öka elevernas kunskap om skadliga ämnen i vardagen och ge konkreta tips på hur de kan leva och konsumera kemikaliesmart. Materialet syftar också till att stärka eleverna som förändringsaktörer genom att utöva sin konsumentmakt när de granskar och påverkar utbudet av konsumentprodukter på marknaden.

Du väljer själv hur många lektioner du genomför tillsammans med eleverna och kan anpassa upplägget utifrån dina förutsättningar och önskemål. Det enda som behövs är en digital enhet med internet, samt eventuellt material till gör-det-självt-aktiviteterna.

Om Sveriges Konsumenter

Sveriges Konsumenter är en oberoende ideell organisation som arbetar för alla konsumenters rätt till skydd, inflytande och möjlighet att göra medvetna och hållbara val – helt i linje med FN:s riktlinjer om konsumenters behov. Vi arbetar både nationellt, inom EU och globalt för att stärka konsumenters rättigheter. Vi ger också ut den reklamfria tidningen Råd & Rön och driver konsumentvägledning på uppdrag av kommuner runt om i landet.

Innehåll

Detta ingår i materialet.....	3
Mitt kemikaliesmarta hem i undervisningen.....	3
Koppling till läroplanen.....	4
Lektionsupplägg.....	8

Länk till allt material:

www.sverigeskonsumenter.se/kemikaliesmart_skola



Vi hoppas att denna handledning och övrigt material kopplat till webbkursen blir ett användbart stöd i din undervisning – och att det inspirerar eleverna till en kemikaliesmart vardag!

Detta ingår i materialet

1. Lärarhandledning

Dokumentet du har framför dig innehåller förslag på upplägg för hur du kan använda webbkursen *Mitt kemikaliesmarta hem* i din undervisning.

>> Hela skolmaterialet nås via länken: www.sverigeskonsumenter.se/kemikaliesmart_skola

2. PowerPoint-presentationer

Till varje lektionstillfälle finns utkast på en PowerPoint-presentation som du kan använda i klassrummet för att visa eleverna. Tanken är att du inför lektionen laddar ner presentationen för aktuellt rum och redigerar den så att lektionen innehåller de moment som du planerar att ni ska genomföra. Om du vill kan du också ändra samtalsfrågorna så att de får en tydligare koppling till ditt undervisningsämne. Du har helt enkelt fria händer!

>> [Direktlänk till PowerPoint-presentationerna](#)

3. Webbkurs

Webbkursen "Mitt kemikaliesmarta hem" är själva hjärtat i materialet och det är utifrån webbkursens olika rum som lektionstillfällena är uppbyggda.

>> Direktänk till webbkursen: www.sverigeskonsumenter.se/webbkurs_kemi

Mitt kemikaliesmarta hem i undervisningen

Kemikalier finns överallt i vår vardag. Alla är såklart inte skadliga, men det finns vissa som är bra att undvika. Och i våra hem gömmer sig faktiskt en hel del kemikalier som kan vara skadliga för oss och miljön. De kan till exempel hittas i städskåpet, bland köksredskapen, i lampsladdarna eller i dammet under soffan. Genom utbildningsmaterialet *Mitt kemikaliesmarta hem* får eleverna gå igenom hemmets olika rum och lära sig om var skadliga ämnen kan finnas, och vad de kan göra för att undvika dessa. De får även lära sig om hur kemikalielagstiftningen ser ut, olika klassificering av kemikalier och dess skadliga egenskaper, om lurig marknadsföring och vilka märkningar som är att lita på. Till exempel.

Elever som förändringsaktörer

Materialet genomsyras av att uppmuntra eleverna att verka som förändringsaktörer genom att utöva sin konsumentmakt. Vi går igenom olika metoder för hur man kan använda sin konsumentmakt för att göra informerade val och påverka utbudet. Om du vill läsa mer om konsumentmakt finns en artikel på vår hemsida här: >> <https://www.sverigeskonsumenter.se/vad-du-kan-gora/bli-en-smartare-konsument/anvand-din-konsumentmakt/>

Väck elevernas intresse

För att väcka elevernas intresse om kemikalier i relation till hälsa, miljö och hållbar konsumtion är ett tips att koppla ihop det med något som är aktuellt för dem just nu. Det kan till exempel handla om en trendig pryl eller något som rapporteras om i media t.ex. "larm" om skadliga ämnen som hittats i produkter. Lyssna in vad det pratas om bland eleverna, och spana gärna in [Kemikalieinspektionens hemsida](#) där de listar sina senaste nyheter och tillsynsrapporter.



Koppling till läroplanen

Hållbarhet i skolan agenda 2030

Sedan 1994 är utbildning i hållbar utveckling obligatoriskt i svensk skola. Lärande och utbildning för hållbar utveckling (LHU) lyfts som en förutsättning för att nå Agenda 2030 och de globala målen för hållbar utveckling. Enligt delmål 4.7 ska alla studerande få de kunskaper och färdigheter som behövs för att främja hållbar utveckling. Det här undervisningsmaterialet är nära kopplat till mål 12: en hållbar konsumtion och produktion, i synnerhet delmål 12.4 som handlar om en ansvarsfull hantering av kemikalier och avfall, samt 12.8 som handlar att öka allmänhetens kunskap om hållbara livsstilar.



Om materialet Mitt kemikaliesmarta hem

Webbkursen Mitt kemikaliesmarta hem och de tillhörande övningarna stödjer undervisningen i flera av skolans ämnen. Materialet ger eleverna kunskap om hur kemikalier i vardagen påverkar hälsa, miljö och samhälle – och stärker elevernas förmåga att göra medvetna val, både i hemmet och som konsument. Den tilltänkta målgruppen är elever i högstadiet samt gymnasiet, men kan anpassas och användas även för andra målgrupper.

Koppling till kursplaner

Högstadiet, årskurs 7–9 (Lgr22)

Nedan listar vi centralt innehåll i kursplanerna för årskurs 7–9 i Lgr22 som Mitt kemikaliesmarta hem kan bidra till att behandla i undervisningen.

Biologi

- Människans påverkan på naturen lokalt och globalt samt hur man på individ- och samhällsnivå kan främja hållbar utveckling. Betydelsen av biologisk mångfald och ekosystemtjänster.
- Hur den psykiska och fysiska hälsan påverkas av levnadsförhållanden, kost, sömn, motion, stress och beroendeframkallande medel samt hur hälsoproblem kan begränsas på individ- och samhällsnivå.
- Informationssökning, kritisk granskning och användning av information som rör biologi. Argumentation och ställningstaganden i aktuella frågor som rör miljö och hälsa.

Hem- och konsumentkunskap

- Redskap och teknisk utrustning som kan användas vid matlagning och hur dessa används på ett funktionellt och säkert sätt.
- Skillnaden mellan saklig konsumentinformation och annan påverkan på konsumtionsval. Reklam i olika former, även dolda reklambudskap.
- Resurshushållning. Ställningstaganden vid val och användning av livsmedel och andra varor. Hur produktion, transport och återvinning av livsmedel och andra varor påverkar människors hälsa, ekonomi och miljö.
- Rutiner och metoder för rengöring och tvätt.



Geografi

- Globala produktions- och konsumtionsmönster samt flöden av varor och tjänster.
- Människors tillgång till och användning av förnybara och icke förnybara naturresurser och hur det påverkar människans livsmiljöer. Intressekonflikter kring naturresurser.
- Lokalt, regionalt och globalt arbete för att främja hållbar utveckling.

Teknik

- Konsekvenser av teknikval utifrån ekologiska, ekonomiska och sociala aspekter av hållbar utveckling.
- Bearbetning av råvara till färdig produkt och hantering av avfall i någon industriell process, till exempel vid tillverkning av livsmedel och förpackningar.

Kemi

- Utveckling av produkter och material, till exempel läkemedel, funktionskläder och batterier.
- Några produkters livscyklar och påverkan på miljön.
- Informationssökning, kritisk granskning och användning av information som rör kemi. Argumentation och ställningstaganden i aktuella frågor som rör miljö och hälsa.

Samhällskunskap

- Var olika beslut fattas och exempel på hur besluten påverkar individer, grupper och samhället i stort. Individers och grupperns möjligheter att påverka den demokratiska processen.
- Kritisk granskning av information, ståndpunkter och argument som rör samhällsfrågor i såväl digitala medier som i andra typer av källor.

Slöjd

- Jämförelser mellan olika slöjdmaterial utifrån deras kvalitet och påverkan på miljön, till exempel mellan natur- och konstmaterial, förnybara och icke förnybara material.
- Resurshushållning genom återbruk, reparation samt vård av material och föremål.



Gymnasieskolan (Gy25)

Nedan listar vi centralt innehåll i ämnesplanerna för gymnasieskolans Gy25 som Mitt kemikaliesmarta hem kan bidra till att behandla i undervisningen.

Geografi nivå 1 – GEOG1000X

- Globalisering i relation till konsumtionsmönster och produktionsmönster på olika platser i världen.

Kemi nivå 1– KEMI1000X

- Kemins betydelse för vetenskap, individ och samhälle med exempel från historiska och aktuella händelser.
- Frågor om etik och hållbar utveckling med koppling till kemi.
- Kemitekniska tillämpningar inom energi- och miljöområden.
- Granskning av information och argumentation som rör kemi. Skillnader mellan vetenskapliga och icke-vetenskapliga påståenden.

Kemi nivå 2 – KEMI 2000X

- Kemins betydelse för vetenskap, individ och samhälle med exempel från historiska och aktuella händelser.
- Frågor om etik och hållbar utveckling med koppling till kemi.
- Kemitekniska tillämpningar, till exempel inom livsmedels-, material- och läkemedelsområdena.
- Granskning av information och argumentation som rör kemi. Skillnader mellan vetenskapliga och icke-vetenskapliga påståenden.

Naturkunskap nivå 1a1 – NATU1A10X

- Energi, klimat, produktion och konsumtion ur perspektivet hållbar utveckling.
- Etiska frågor med koppling till det naturvetenskapliga innehållet.

Naturkunskap nivå 1a2 – NATU1A20X

- Hållbar produktutveckling. Råvaror, kemiska processer, energiförbrukning och avfallshantering.
- Etiska frågor med koppling till det naturvetenskapliga innehållet.

Naturkunskap nivå 1b – NATU1B00X

- Energi, klimat, produktion och konsumtion ur perspektivet hållbar utveckling.
- Hållbar produktutveckling. Råvaror, kemiska processer, energiförbrukning och avfallshantering.
- Energi, klimat, produktion och konsumtion ur perspektivet hållbar utveckling. Hållbar produktutveckling. Råvaror, kemiska processer, energiförbrukning och avfallshantering.
- Etiska frågor med koppling till det naturvetenskapliga innehållet.

Naturkunskap nivå 2 – NATU2000X

- Materians uppkomst och kretslopp. Organiska och oorganiska ämnen i naturen och industrin samt hur de används och påverkar miljön.
- Kroppens reglering och några organ-system, däribland nerv-, hormon- och immunsystemet.
- Etiska frågor med koppling till det naturvetenskapliga innehållet, till exempel inom bioteknik.

Samhällskunskap nivå 1a1 – SAMH1A10X

- Politiska system lokalt och nationellt i Sverige samt på EU-nivå.
- Resursanvändning, tillväxt, konjunkturer och ekonomisk politik, till exempel frågor om välfärd, grundläggande prisbildning,



företagande, arbetsliv, hållbarhet, jämlikhet och jämställdhet.

- För innehållet relevanta samhällsvetenskapliga begrepp, teorier och modeller i samband med samhällsfrågor.
- För innehållet relevanta metoder för att söka, bearbeta, tolka, värdera och kritiskt granska information från olika källor och medier i digital och annan form i arbetet med samhällsfrågor. Källkritik och källtillit i samhällsvetenskapligt arbete.

Samhällskunskap nivå 1a2 – SAMH1A20X

- Ansvarsutkrävande och medborgarnas möjligheter att påverka politiker inom de olika nivåerna såväl lokalt som nationellt och på EU-nivå.
- För innehållet relevanta samhällsvetenskapliga begrepp, teorier och modeller i samband med samhällsfrågor.
- För innehållet relevanta metoder för att söka, bearbeta, tolka, värdera och kritiskt granska information från olika källor och medier i digital och annan form i arbetet med samhällsfrågor. Källkritik och källtillit i samhällsvetenskapligt arbete.

Samhällskunskap nivå 1b – SAMH1B00X

- Politiska system lokalt och nationellt i Sverige samt på EU-nivå. Ansvarsutkrävande och medborgarnas möjligheter att påverka på de olika nivåerna.
- Samhällsekonomiska strukturer och flöden. Resursanvändning, tillväxt, konjunkturer och ekonomisk politik, till exempel frågor om välfärd, grundläggande prisbildning, företagande, arbetsliv, hållbarhet, jämlikhet och jämställdhet.
- För innehållet relevanta samhällsvetenskapliga begrepp, teorier och modeller i samband med samhällsfrågor.
- För innehållet relevanta metoder för att söka, bearbeta, tolka, värdera och kritiskt granska information från olika källor och medier i digital och annan form i arbetet med samhällsfrågor. Källkritik och källtillit i samhällsvetenskapligt arbete.

Samhällskunskap nivå 2 – SAMH2000X

- Prisbildning, marknadsformer och olika marknader, till exempel finansmarknaden och arbetsmarknaden.
- Samhällsekonomiska system i Sverige och internationellt, däribland olika välfärdsmodeller och skattesystem, utifrån frågor om fördelning, rättvisa samt globala hållbarhetsmål.
- För innehållet relevanta samhällsvetenskapliga begrepp, teorier och modeller i samband med samhällsfrågor.

- För innehållet relevanta metoder för att söka, bearbeta, tolka, värdera och kritiskt granska information från olika källor och medier i digital och annan form i arbetet med komplexa samhällsfrågor. Källkritik och källtillit i samhällsvetenskapligt arbete.

Samhällskunskap nivå 3 – SAMH3000X

- Globalisering utifrån politiska, ekonomiska, sociala och miljömässiga perspektiv, däribland resurs-, produktions- och handelsfrågor.
- Samhällsutmaningar kopplade till ekonomi och resursfördelning.
- För innehållet relevanta samhällsvetenskapliga begrepp, teorier och modeller i samband med samhällsfrågor.
- För innehållet relevanta metoder för att söka, bearbeta, tolka, värdera och kritiskt granska information från olika källor och medier i digital och annan form i arbetet med komplexa samhällsfrågor. Fördjupad källkritik och källtillit i samhällsvetenskapligt arbete.

Teknik nivå 2– TEK12000X

- Tekniska framsteg och teknikutveckling med fokus på framtidens teknik och en hållbar utveckling, till exempel cirkulär ekonomi och nya affärsmodeller.
- Värdering av tekniska lösningar utifrån olika aspekter, däribland genus, etik och hållbar utveckling.



FÖRSTA LEKTIONEN

1. Presentation av lektionsserien (5 min)

Berätta om "Mitt kemikaliesmarta hem" och varför det är relevant utifrån ditt ämnesområde. Hämta gärna inspiration från sid 3 i denna lärarhandledning samt avsnittet om kopplingen till läroplanen på sid 4.

2. Gå igenom intro-delen (10 min)

Gå igenom första delen av webbkursen Mitt kemikaliesmarta hem tillsammans.

Länk till intro: www.sverigeskonsumenter.se/intro



3. Diskussion (15 min)

Diskutera tankar om intro-delen i mindre grupper. Förslag på samtalsfrågor:

- Vad överraskade er eller vad lärde ni er som var nytt?
- Vilka tips eller strategier använder ni redan för ett kemikaliesmart hem?
- Finns det något ni vill börja göra annorlunda för att få ett mer kemikaliesmart hem?
- Vilka utmaningar ser ni för att skapa ett kemikaliesmart hem, och hur kan ni hantera dem?

4. Planera kommande lektion(er)

Låt gärna eleverna vara med och bestämma vilka rum de vill gå igenom under kommande lektionstillfällen.

Bocka för vilka rum ni vill gå igenom och när!

VÅRA LEKTIONER

 ⌚ 6 minuter Intro ☒ Idag	 ⌚ 5 minuter Städkåpet ☐	 ⌚ 7 minuter Köket ☐
 ⌚ 5 minuter Badrummet ☐	 ⌚ 5 minuter Vardagsrummet ☐	 ⌚ 6 minuter Barnrummet ☐
 ⌚ 5 minuter Sovrummet ☐	 ⌚ 7 minuter Garderoben ☐	 ⌚ 1 minut Om webbkursen ☐

Så här ser webbkursen ut!

LEKTION: STÄDSKÅPET

1. Gå igenom rummet (10 min)

Dags att gå igenom städsåpet! Välj om eleverna ska göra det på egen hand eller tillsammans i helklass. Länk till städsåpet: www.sverigeskonsumenter.se/stadskap



2. Diskussion (15 min)

Diskutera tankar om rummet i mindre grupper. Förslag på samtalsfrågor:

- Vad överraskade er eller vad lärde ni er som var nytt?
- Vilka tips eller strategier använder ni redan för ett kemikaliesmart städsåpet?
- Finns det något ni vill börja göra annorlunda för att få ett mer kemikaliesmart städsåpet?

3. Valfri aktivitet (20 min)

Genomför valfri aktivitet av förslagen nedan i mindre grupper.

4. Avslut (5 min)

Avsluta lektionen genom att samla klassen och låt varje grupp kort berätta hur aktiviteten gick. Berätta vilket rum ni ska gå igenom nästa lektion och eventuell hemläxa tills dess.

Förslag på kemikaliesmarta aktiviteter för städsåpet

Påverka utbudet genom konsumentmakt

Undersök utbudet av miljömärkta städprodukter genom att surfa in på några olika webbutikers hemsidor (till exempel livsmedelsbutiker, apotek, m.fl.).

Se om ni kan hitta några produkter med de [tredjepartscertifierade märkningarna](#) som fanns nämnda i webbkursen.

Är utbudet skalt? Mejla butikerna och uppmontra till att ta in miljömärkta produkter!

Gör-det-själv

Gör egna städprodukter av milda ingredienser. Receptförslag på allrengöringsmedel, fönsterputs och tvättmedel finns på länken här: www.sverigeskonsumenter.se/kemikaliesmarta-recept



Förslag på hemläxa från städsåpet

Hemläxa: Kolla hemma

Undersök hur det ser ut i era hem genom att granska produkterna i städsåpet!

- Undersök vilka [färosymboler](#) som finns på dina städprodukter hemma.
- Kolla vilka [miljömärkningar](#) som finns på dina städprodukter hemma.



LEKTION: KÖKET

1. Gå igenom rummet (10 min)

Dags att gå igenom köket! Välj om eleverna ska göra det på egen hand eller tillsammans i helklass. Länk till köket: www.sverigeskonsumenter.se/kok

2. Diskussion (15 min)

Diskutera tankar om rummet i mindre grupper. Förslag på samtalsfrågor:

- Vad överraskade er eller vad lärde ni er som var nytt?
- Vilka tips eller strategier använder ni redan för ett kemikaliesmart kök?
- Finns det något ni vill börja göra annorlunda för att få ett mer kemikaliesmart kök?

3. Valfri aktivitet (20 min)

Genomför valfri aktivitet av förslagen nedan i mindre grupper.

4. Avslut (5 min)

Avsluta lektionen genom att samla klassen och låt varje grupp kort berätta hur aktiviteten gick. Berätta vilket rum ni ska gå igenom nästa lektion och eventuell hemläxa tills dess.

Förslag på kemikaliesmarta aktiviteter för köket

Påverka utbudet genom konsumentmakt

Undersök utbudet av PFAS-fria köksprodukter: surfa in på några webbutiker som säljer husgeråd och leta efter PFAS-fria produkter. Fokusera på produkter med non stick-yta som stekpannor, bakformar och våffeljärn. Ser du "PFAS-fritt" eller "PFC-fritt"? Om det är svårt att hitta information – mejla butiken och fråga!

Gör-det-själv

Gör egna bivaxdukar och använd för matförvaring. [Naturskyddsföreningen har en instruktion för hur du gör!](#)



Förslag på hemläxa från köket

Kolla hemma

Vill ni undersöka hur det ser ut i era hem? Ge er själva i uppgift att undersöka prylarna i köket!

- Undersök om dina prylar i köket som kommer i kontakt med livsmedel är säkra genom att titta efter glas-och gaffel-symbolen.
- Kolla om dina köksprylar som exempelvis matlådor, bunkar, och tallrikar har några symboler för säker användning. Fundera på om du hanterar dem på rätt sätt, eller om du behöver ändra på användningen. [Följ länken här till symbolerna för säker användning.](#)
- Rensa ut plastpyttlar i köket som är repiga eller har en fet och klibbig yta.



LEKTION: **BADRUMMET****1. Gå igenom rummet (10 min)**

Dags att gå igenom badrummet! Välj om eleverna ska göra det på egen hand eller tillsammans i helklass. Länk till badrummet: www.sverigeskonsumenter.se/badrum

**2. Diskussion (15 min)**

Diskutera tankar om rummet i mindre grupper. Förslag på samtalsfrågor:

- Vad överraskade er eller vad lärde ni er som var nytt?
- Vilka tips eller strategier använder ni redan för ett kemikaliesmart badrum?
- Finns det något ni vill börja göra annorlunda för att få ett mer kemikaliesmart badrum?

3. Valfri aktivitet (20 min)

Genomför valfri aktivitet av förslagen nedan i mindre grupper.

4. Avslut (5 min)

Avsluta lektionen genom att samla klassen och låt varje grupp kort berätta hur aktiviteten gick. Berätta vilket rum ni ska gå igenom nästa lektion och eventuell hemläxa tills dess.

Förslag på kemikaliesmarta aktiviteter för badrummet**Påverka utbudet genom konsumentmakt**

Undersök utbudet av miljömärkta rengörings- och skönhetsprodukter genom att surfa in på några olika webbutikers hemsidor. Se om ni kan hitta de tredjepartscertifierade märkningarna som nämndes i webbkursen. Är utbudet skalt? Mejla butikerna och uppmuntra dem att erbjuda miljömärkta produkter!

Gör-det-själ

Gör egen deodorant, hudkräm, torrschampo eller våtservetter. Exempel på recept finns här:

Naturskyddsföreningens länkar till recept för:

- [deodorant](#)
- [bodybutter](#)
- [torrschampo](#)

Ekotipset recept för [egna våtservetter](#).

**Förslag på hemläxa från badrummet****Kolla hemma**

Vill ni undersöka hur det ser ut i era egna hem? Ge er själva i uppgift att undersöka produkterna i badrumsskåpet!

- Undersök om dina produkter i badrumsskåpet har några av de [tredjepartscertifierade miljömärkningarna](#) som nämnts i kursen.
- Kolla ingredienslistorna på dina produkter i badrumsskåpet. Innehåller någon PFAS? Kolla efter ord som innehåller: *PTFE, polytef, perfluoro, polyfluoro*.
- Rensa ut produkter som passerat bäst-före-datum, eller som du av andra skäl anser är onödiga. Glöm inte att läkemedel ska lämnas in till apoteket, och kosmetiskt avfall (t.ex. nagellack, hårsprej och solkräm) ska lämnas till en miljöstation eller återvinningscentral som farligt avfall.



LEKTION: VARDAGSRUMMET

1. Gå igenom rummet (10 min)

Dags att gå igenom vardagsrummet! Välj om eleverna ska göra det på egen hand eller tillsammans i helklass. Länk till vardagsrummet: www.sverigeskonsumenter.se/vardagsrum

2. Diskussion (15 min)

Diskutera tankar om rummet i mindre grupper. Förslag på samtalsfrågor:

- Vad överraskade er eller vad lärde ni er som var nytt?
- Vilka tips eller strategier använder ni redan för ett kemikaliesmart vardagsrum?
- Finns det något ni vill börja göra annorlunda för att få ett mer kemikaliesmart vardagsrum?

3. Valfri aktivitet (20 min)

Genomför valfri aktivitet av förslagen nedan i mindre grupper.

4. Avslut (5 min)

Avsluta lektionen genom att samla klassen och låt varje grupp kort berätta hur aktiviteten gick. Berätta vilket rum ni ska gå igenom nästa lektion och eventuell hemläxa tills dess.

Förslag på kemikaliesmarta aktiviteter för vardagsrummet

Påverka utbudet genom konsumentmakt

- Undersök utbudet av miljövänliga prylar för vardagsrummet genom att surfa in på några olika webbutikers hemsidor. Välj en produktkategori och leta efter de [tredjepartscertifierade märkningarna](#) som nämndes i webbkursen. Är det svårt att hitta information eller är utbudet dåligt? Mejla butikerna och uppmuntra dem att ta in miljömärkta alternativ!
- Granska PFAS-budskap! Surfa in på några webbutikers hemsidor och undersök om det finns någon information om PFAS-innehåll i textilprodukter som soffor eller mattor. Finns ingen information eller är den svår att förstå? Kontakta företaget och ställ frågor.
- Använd er rätt till information (Reach artikel 33) genom att kontakta återförsäljare och be om att få information om en vara innehåller några särskilt farliga ämnen på kandidatlistan.

Förslag på hemläxa från vardagsrummet

Kolla hemma

Vill ni undersöka hur det ser ut i era egna hem? Ge er själva i uppgift att undersöka elektronikprylarna i vardagsrummet!

- Undersök om dina elektronikprylar i vardagsrummet är CE-märkta.
- Kolla plasten: Lukta och känn på plastprylarna i vardagsrummet. Om de luktar starkt eller är klubbiga på ytan bör de slängas på återvinningscentralen.

LEKTION: **BARNRUMMET****1. Gå igenom rummet (10 min)**

Dags att gå igenom barnrummet! Välj om eleverna ska göra det på egen hand eller tillsammans i helklass. Länk till barnrummet: www.sverigeskonsumenter.se/barnrum

**2. Diskussion (15 min)**

Diskutera tankar om rummet i mindre grupper. Förslag på samtalsfrågor:

- Vad överraskade er eller vad lärde ni er som var nytt?
- Vilka tips eller strategier använder ni redan för ett kemikaliesmart barnrum?
- Finns det något ni vill börja göra annorlunda för att få ett mer kemikaliesmart barnrum?

3. Valfri aktivitet (20 min)

Genomför valfri aktivitet av förslagen nedan i mindre grupper.

4. Avslut (5 min)

Avsluta lektionen genom att samla klassen och låt varje grupp kort berätta hur aktiviteten gick. Berätta vilket rum ni ska gå igenom nästa lektion och eventuell hemläxa tills dess.

Förslag på kemikaliesmarta aktiviteter för barnrummet**Påverka utbudet genom konsumentmakt**

Undersök utbudet av miljövänliga barnprodukter genom att surfa in på några olika webbutikers hemsidor. Välj en produktkategori och leta efter de [tredjepartscertifierade miljömärkningarna](#) som nämndes i webbkursen. Är det svårt att hitta information eller är utbudet dåligt? Mejla butikerna och uppmuntra dem att ta in miljömärkta alternativ!

Gör-det-själ

Gör egen slime, lera eller papier maché.

Tips på recept finns här:

www.sverigeskonsumenter.se/kemikaliesmarta-recept

**Förslag på hemläxa från barnrummet****Kolla hemma**

Vill ni undersöka hur det ser ut i era egna hem? Ge er själva i uppgift att undersöka prylarna i barnrummet!

- Kolla om leksakerna i barnrummet är CE-märkta.
- Lukta och känn på plastprylarna i barnrummet. Om de luktar starkt eller är klubbiga på ytan bör de slängas på återvinningscentralen.
- Har du småsyskon hemma? Skapa en säker lekmiljö genom att rensa bort sådant som barnen ofta använder som leksaker – men som egentligen inte är det, till exempel gamla fjärrkontroller, smycken och plastpyttlar.



LEKTION: SOVRUMMET

1. Gå igenom rummet (10 min)

Dags att gå igenom sovrummet! Välj om eleverna ska göra det på egen hand eller tillsammans i helklass. Länk till sovrummet: www.sverigeskonsumenter.se/sovrumsrum



2. Diskussion (15 min)

Diskutera tankar om rummet i mindre grupper. Förslag på samtalsfrågor:

- Vad överraskade er eller vad lärde ni er som var nytt?
- Vilka tips eller strategier använder ni redan för ett kemikaliesmart sovrum?
- Finns det något ni vill börja göra annorlunda för att få ett mer kemikaliesmart sovrum?

3. Valfri aktivitet (20 min)

Genomför valfri aktivitet av förslagen nedan i mindre grupper.

4. Avslut (5 min)

Avsluta lektionen genom att samla klassen och låt varje grupp kort berätta hur aktiviteten gick. Berätta vilket rum ni ska gå igenom nästa lektion och eventuell hemläxa tills dess.

Förslag på kemikaliesmarta aktiviteter för sovrummet

Påverka utbudet genom konsumentmakt

Undersök utbudet av miljövänliga prylar för sovrummet genom att surfa in på några olika webbutikers hemsidor. Välj en produktkategori och leta efter de [tredjepartscertifierade miljömärkningarna](#) som nämndes i webbkursen. Är det svårt att hitta information eller är utbudet dåligt? Mejla butikerna och uppmuntra dem att ta in miljömärkta alternativ!

Gör-det-själva

Förläng livet på gamla sängkläder med ny färg, använd gamla vita bomullslakan och testa växtfärgning. Du kan använda växter, blommor eller varför inte gamla matrester som färgmedel. Avokadoskal och -kärna ger en rosa färg, rödkål blir blått och rödbetsskal blir rödbrunt. Koka ihop färgbadet med valfri ingrediens och låt textilen ligga över natten. Testa er fram!

Förslag på hemläxa från sovrummet

Kolla hemma

Vill ni undersöka hur det ser ut i era egna hem? Ge er själva i uppgift att undersöka vad ni har i sovrummet!

- Undersök om dina elektronikprylar i sovrummet är CE-märkta. Har du väldigt många elektronikprylar i sovrummet? Fundera på om några kan placeras någon annanstans.
- Finns det några plastprylar i sovrummet? Lukta och känn på dem! Om de luktar starkt eller är klubbiga på ytan bör de slängas på återvinningscentralen.



LEKTION: GARDEROBEN

1. Gå igenom rummet (10 min)

Dags att gå igenom garderoben! Välj om eleverna ska göra det på egen hand eller tillsammans i helklass. Länk till garderoben: www.sverigeskonsumenter.se/garderob

2. Diskussion (15 min)

Diskutera tankar om rummet i mindre grupper. Förslag på samtalsfrågor:

- Vad överraskade er eller vad lärde ni er som var nytt?
- Vilka tips eller strategier använder ni redan för en kemikaliesmart garderob?
- Finns det något ni vill börja göra annorlunda för att få en mer kemikaliesmart garderob?

3. Valfri aktivitet (20 min)

Genomför valfri aktivitet av förslagen nedan i mindre grupper.

4. Avslut (5 min)

Avsluta lektionen genom att samla klassen och låt varje grupp kort berätta hur aktiviteten gick. Berätta vilket rum ni ska gå igenom nästa lektion och eventuell hemläxa tills dess.

Förslag på kemikaliesmarta aktiviteter för garderoben

Påverka utbudet genom konsumentmakt

Undersök utbudet av miljövänliga klädesplagg genom att surfa in på några olika webbutikers hemsidor. Se om ni kan hitta de [tredjepartscertifierade märkningarna](#) som nämndes i webbkursen. Är utbudet skralt? Mejla butikerna och uppmuntra till att ta in miljömärkta produkter!

Undersök hur webbutiker kommunicerar om [PFAS](#)-innehåll i funktionskläder och skor, som till exempel skaljackor eller vandringskängor. Finns ingen information om PFAS eller är den svår att förstå? Kontakta företaget och fråga om PFAS-innehållet!

Gör-det-själ

Laga och vårda tillsammans! Har favorittröjan fått ett hål på armbågen, behöver kängorna nya snören eller kanske har du tröttnat på en tråkig t-shirt och vill pimpa den med ett nytt tryck? Anordna en kreativ workshop och förläng livet på era plagg och skodon tillsammans! [Tips på inspiration finns här!](#)

Förslag på hemläxa från garderoben

Kolla hemma

Vill ni undersöka hur det ser ut i era egna hem? Ge er själva i uppgift att undersöka vad ni har i garderoben!

- Inventera hur många plagg du har i garderoben, och hur ofta du använder dom.
- Undersök vilka material som dina favoritplagg består av.
- Undersök om dina klädesplagg och skor har någon av de [tredjepartscertifierade miljömärkningarna](#) som nämndes i kursen.

FÖLJ VÅRT ARBETE!

Facebook facebook.se/sverigeskonsumenter

Instagram instagram.se/sverigeskonsumenter

Webb www.sverigeskonsumenter.se

Kontakt info@sverigeskonsumenter.se



**Delfinansieras av
Europeiska unionen**