

DEL 3

Mitt kemikaliesmarta hem – en kurs genom 6 rum

Er guide: Hillevi Persson,
Sveriges Konsumenter

29 februari 2024



SK SVERIGES
KONSUMENTER



Projektet LIFE ChemBee (No. LIFE21/GIE/DE/101074245) delfinansieras av EU:s miljöprogram LIFE.

Välkomna!

DEL 3

Badrum



Syfte och mål

Syfte för kursen:

Lära oss olika sätt att minska vår exponering för skadliga kemikalier i hemmet.

Mål:

Att kunna identifiera möjliga källor för skadliga kemikalier i badrummet och känna till åtgärder som kan minska exponeringen.



Dagens upplägg:

1. Incheck
2. Badrummet
3. Hormonstörande ämnen
4. PAUS
5. Kolla ingredienslistor
6. Miljömärkningar vs. Greenwashing
7. Avrundning och till nästa träff



Under kursen:



Skriv gärna
ditt namn i
din profil



Ha gärna
kameran på
och..



mikrofon på
ljudlöst.



Ställ frågor
genom att
räcka upp
handen eller
skriv i chatten.

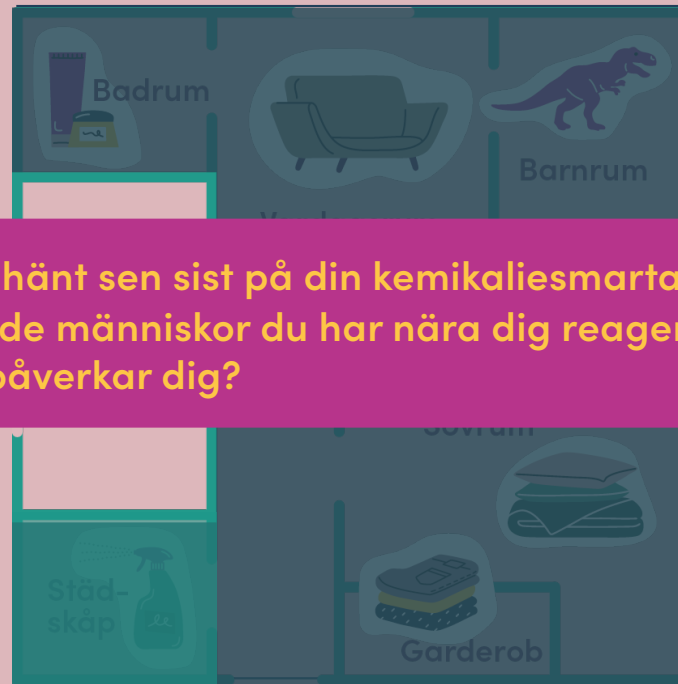


Vi parkerar
frågor som kan
tas upp senare.
kameran på.



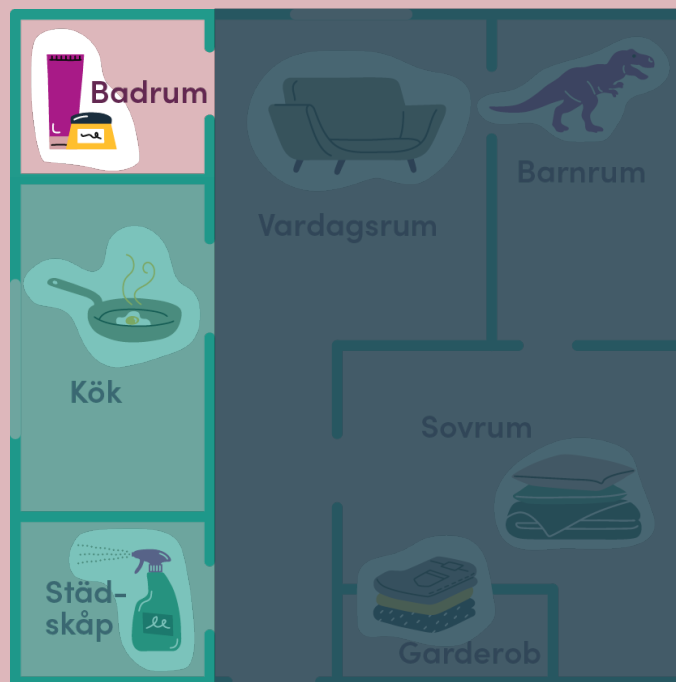
Vi kommer ta
en paus!

Reflektion: Mitt kemikaliesmarta kök



- 1) Vad har hänt sen sist på din kemikaliesmarta resa?
- 2) Hur har de människor du har nära dig reagerat på hur kursen påverkar dig?

Idag: Mitt kemikaliesmarta badrum





Allergiframkallande

Hormonstörande ämnen

Miljöskadliga



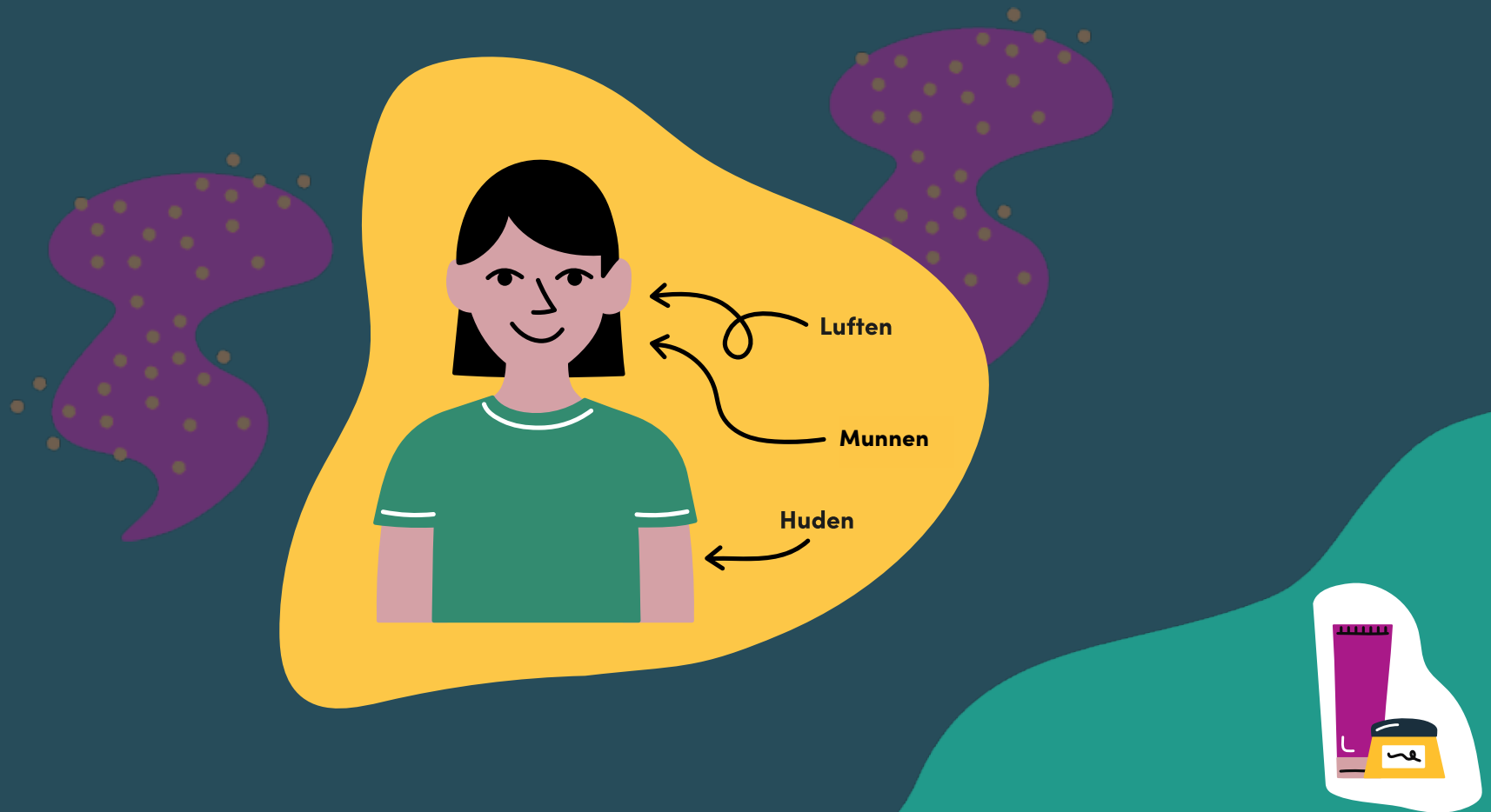
Kemikalier i vardagen



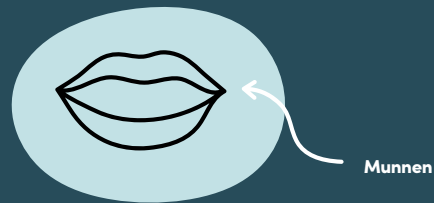
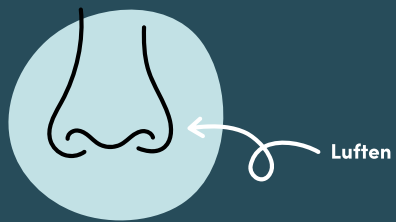
Cocktaileffekten



Hur kommer kemikalier in i kroppen?

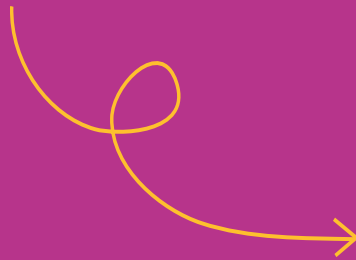


...i badrummet genom



Skriv i chatten!

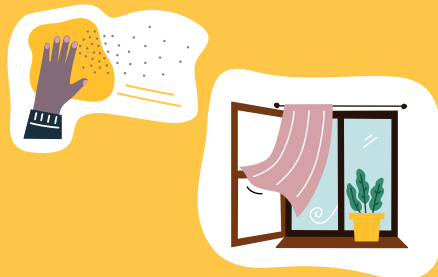
- 1) Hur många produkter (hygien, hårvård, hudvård, skönhetsprodukter...) använder du varje morgon?
- 2) Vad är viktigt för dig när du köper en ny sådan produkt?



De viktigaste tipsen

– för att minska din exponering av skadliga kemikalier i hemmet

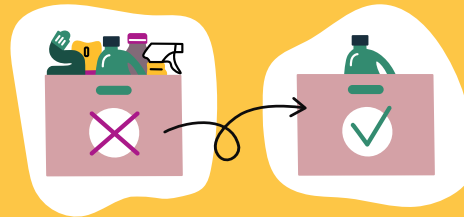
1



Vädra, dammsug & dammtorka

– för att städa bort kemikalier som samlats i dammet

2



Minimera antal produkter & prylar

– för att minska antalet kemikaliekällor (och ta hand om avfallet på ett säkert sätt)

3



Handla medvetet

Handla produkter som omfattas av EU:s regler och titta efter miljömärkningar som är tredjepartscertifierade

Ett kemikaliesmart badrum

A

Välj oparfymerade och ofärgade produkter – så undviker du skadliga kemikalier och allergiframkallande ämnen.

B

Undvik sprayflaskor, konstgjorda rumsdofter och doftljus – som kan sprida skadliga kemikalier och allergiframkallande ämnen i luften.

C

Välj PFAS-fri kosmetika



EU-gemensam kemikalielagstiftning

(som rör konsumentprodukter)



CLP-förordningen innehåller regler om klassificering, märkning och förpackning av kemiska produkter.



REACH-förordningen

Förordningen omfattar både varor och kemiska produkter, och innehåller även regler om att informera kunder om innehåll av farliga ämnen som finns listade på den så kallade **kandidatlistan**.



Kosmetikaförordningen reglerar bl a: produkternas säkerhet, tillverkning, innehåll, märkning & rapportering av oönskade effekter



Leksaksdirektivet Här finns bland annat regler för hur mycket av vissa ämnen som maximalt får läcka ur leksaker, samt förbud mot innehåll av vissa ämnen.



RoHS-direktivet gäller för elektronik, med gränsvärden för innehåll av vissa kemiska ämnen i elektronik.



Tvätt- och rengöringsmedelsförordningen reglerar bland annat en hög skyddsnivå för miljön och människors hälsa.



POPs-förordningen om långlivade organiska föroreningar – miljögifter som är skadliga i låga koncentrationer, som är svåra att bryta ner och som sprids långt från utsläppsplatsen.

Olika myndigheterna har tillsyn för olika kemikalier:

Kemikalieinspektionen inspekterar företag som sätter ut kemiska produkter, bekämpningsmedel och varor på marknaden.

Läkemedelsverket - Läkemedelsverket har också tillsyn över kosmetika, tatueringsfärger, permanent makeup och medicintekniska produkter.

Livsmedelsverket - tillsynsansvar för material som är avsett att komma i kontakt med livsmedel.

Varor vs kemiska produkter

I kemikalielagstiftningen gör man skillnad på **varor** och **kemiska produkter**.

Exempel på **varor** är leksaker, kläder, batterier, möbler och hemelektronik. Även förpackningar är varor.

Exempel på **kemiska produkter** är lim, målarfärg, rengöringsmedel och kemiska bekämpningsmedel.

Förordning = gäller direkt i alla medlemsländer utan att behöva införlivas i den nationella lagstiftningen.

Direktiv = gäller inte automatiskt i medlemsländerna utan måste skrivas in i de svenska lagarna, förordningarna eller föreskrifterna.

Den svenska lagstiftningen om kemikalier finns i Miljöbalken och kompletteras med förordningar som förtydligar lagen inom olika områden.

OBS! Reglerna gäller för produkter som säljs inom EU.

OBS! Regelefterlevnad dålig för produkter som säljs från företag utanför EU via online-marknadsplatser.

Kosmetika i lagstiftningen

- Kosmetiska produkter som säljs inom EU ska uppfylla **kosmetikalagstiftningen**.
- Läkemedelsverket är **tillsynsmyndighet**
- Produkter får inte vara skadliga vid normal användning.
- Det måste finnas innehållsförteckning.

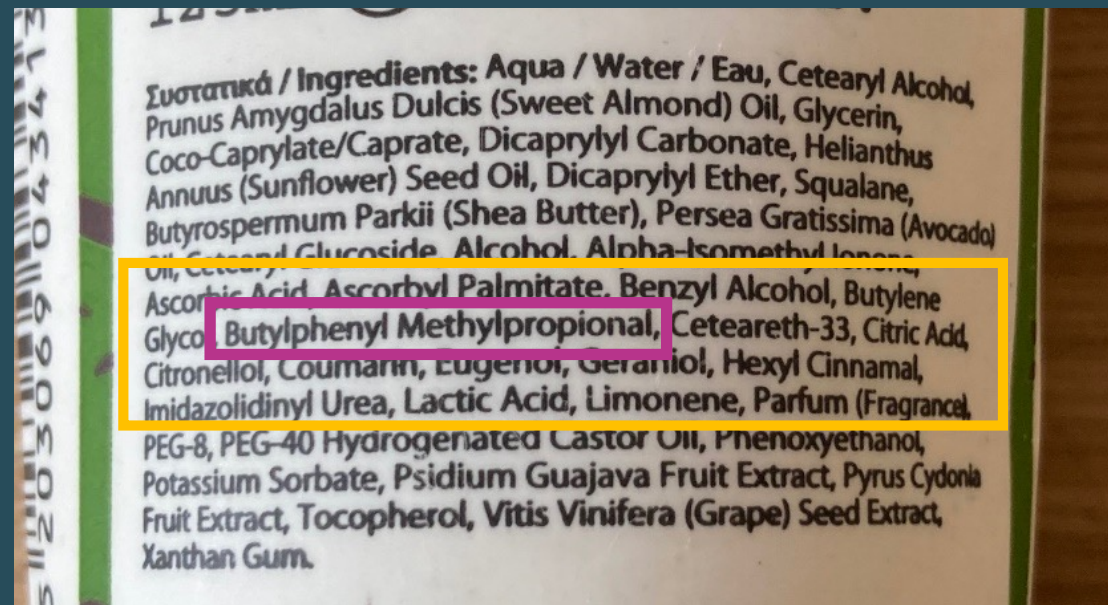


Varför kan **skadliga** kemikalier **ändå** finnas i skönhetsprodukter?

- Forskning om risker pågår kontinuerligt
- Lagstiftningsprocesser tar tid
- Risker anses inte tillräckliga
- Miljöaspekter prioriteras inte alltid i kosmetikalagstiftning

*Allergena parfymämnen

*Hormonstörande och reproduktionstoxiskt (förbjudet i kosmetika från mars 2022)

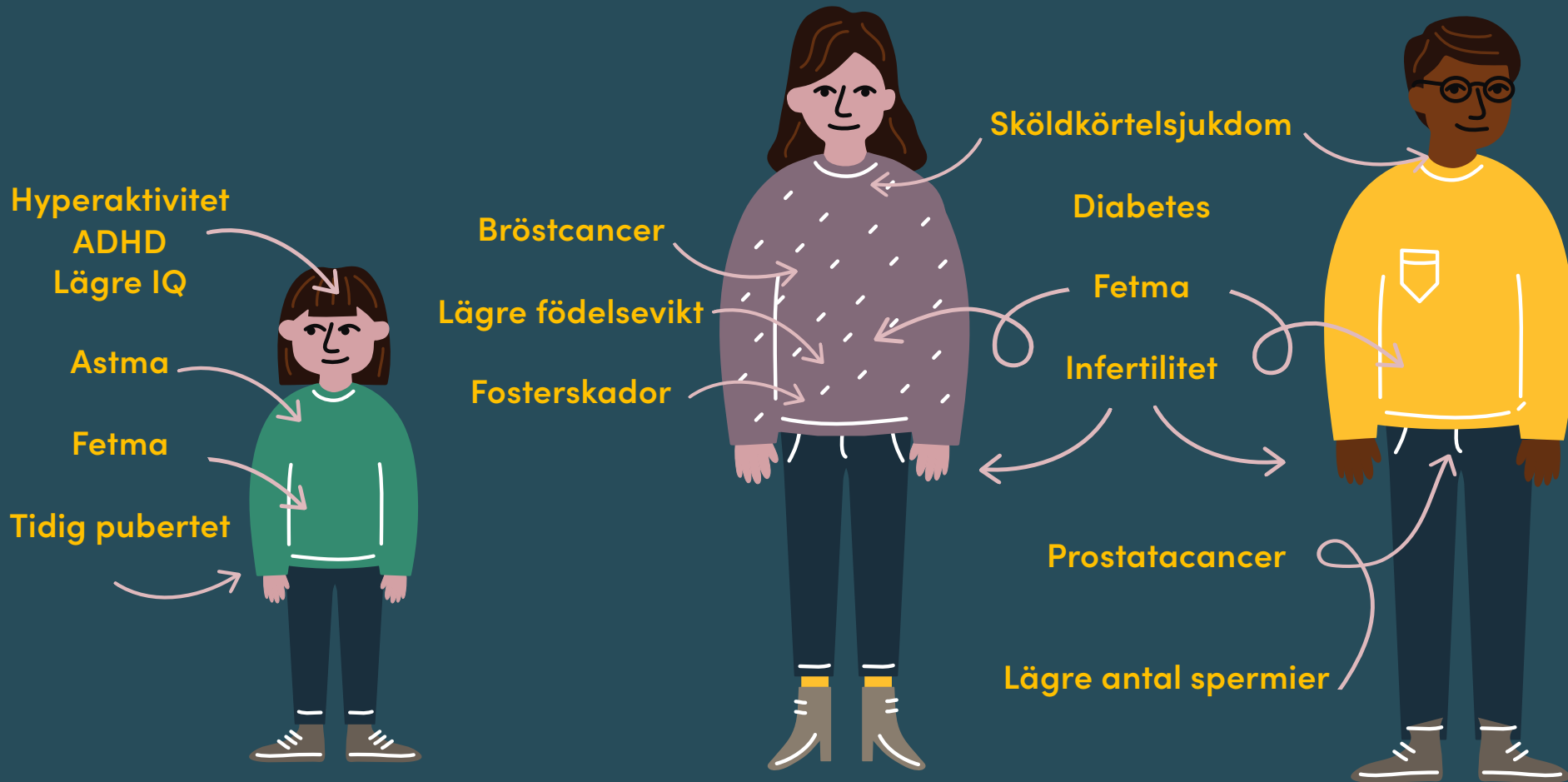


Hormonstörande ämnen

- Hormoner berättar för organ hur aktiva de ska vara
- Vissa kemikalier har liknande strukturer som våra hormoner
- Hormonstörande ämnen kan slå på, stänga av eller ändra normala funktioner
- Kända och misstänkta hormonstörande ämnen
- Exempel på kända hormonstörande ämnen: PFAS, bisfenoler, ftalater, vissa parfymämnen
- Kan ansamlas i kroppen



Hormonstörande ämnen



Granskning: Bara 2 av 31 skönhetsprodukter helt utan skadliga ämnen



Källa: Sveriges Konsumenter, 2020



Granskning: barnkosmetika får underkänt



- **Alla** granskade läppbalsam och sminkset för barn **innehöll** **önskade ämnen**
- Ämnen som kan vara **allergiframkallande, misstänkt hormonstörande och miljöskadliga**
- Läppprodukter “äts upp”
- Produkterna såldes på **H&M, Lindex, KappAhl, Normal, Apoteket Hjärtat, Hemköp, Apotea, Leksakaffären.se, Amazon, Åhléns, Lekia, FyndiQ, Jollyroom och Partyhallen**

Källa: Sveriges Konsumenter, 2021



Granskning: Solskydd

Var **10:e solskydd** innehöll skadliga ämnen

Tänk på:

- Skydda dig i första hand med **keps, kläder & skugga**
- Använd **miljömärkt** solkräm
- Välj bort dagkräm med solskydd
- **Burksymbolen** = tid för säker användning

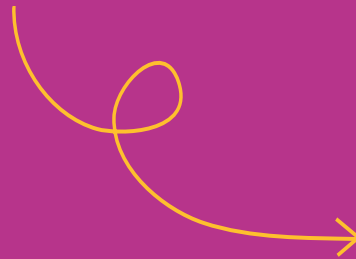


Källa: Råd & Rön, 2023



PAUS!

→ Hämta 2 hud/hårvårdsprodukter som du använder ofta.

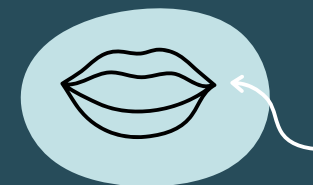
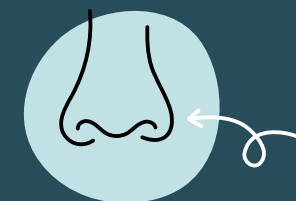


TEORI

Parfym kan orsaka **allergi**

En tredjedel av Sveriges befolkning har allergi eller överkänslighet.

- **Kontaktallergi** mot doftämnen kan utvecklas genom hudkontakt
- Parfymer, allergener och andra irriterande ämnen kan leda till **kontakteksem**
- Starka dofter kan utlösa **astmabesvär**
- **Doftöverkänslighet** drabbar många; kronisk hosta vanligt symptom
- Både syntetiska och **naturliga doftämne** kan utlösa allergier



Färgämnen – onödiga?

- **Hundratals** olika färgämnen
- Ofta **problematiska** för miljön, ibland långlivade
- Negativa hälsoeffekter
- **Onödiga**





Rent i luften?

- Undvik sprayflaskor och rumsdofter som sprider kemikalier i luften
- Om spray används, spraya tätt på en trasa (en centimeters avstånd)
- Syntetiska rumsdofter och doftljus kan påverka doftkänslighet

Var och varför finns PFAS?

Produkter:

Textilier

Trycksaker

Matförpackningar

Pannor/grytor med non-stick

Elektronik

Kosmetika

Växtskyddsmedel

Brandskum

Målarfärger

Byggmaterial

Varför används PFAS i kosmetika?

För att få önskad konsistens.



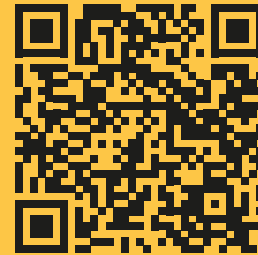
PFAS i kosmetika

- PFAS används i allt från ansiktskrämer till hårvårdsprodukter.
- PFAS hittades i 3,7 procent av sminkprodukter
- Anses inte farlig för den enskilde konsumenten men bidrar till utsläppen av PFAS till miljön
- PFAS kan ersättas eftersom det finns PFAS-fria alternativ för alla de olika produkterna
- **Tips! Undvik produkter med "PTFE" eller ämnen som innehåller orden "polytef", "perfluoro" eller "polyfluoro"**



Aktivitet!

- Kolla innehållsförteckningen på dina produkter. Hittar du problematiska kemikalier?
- Titta efter ämnen från listan på oönskade kemikalier i kosmetika som du hittar här www.sverigeskonsumenter.se/ämnenikosmetika



Miljömärkningar **vs** greenwashing

- Miljömärkningar ska vara oberoende, livscykelbaserade, tredjepartscertifierade, ha transparenta kriterier
 - Ex: Svanen/Nordic Swan, Svalan/Bra Miljöval, EU-blomman/EU Ecolabel
- Astma & Allergimärkning utesluter parfymer och andra allergener
- Tips! Välj produkter med både miljö- och Astma & Allergimärkning
- Märkningar med särskilt fokus (utesluter inte alltid skadliga kemikalier i samma utsträckning): EcoCert, Ekologist/Organic, Vegan, Not Tested on Animals



Miljömärkningar

vs

greenwashing

- Miljömärkningar ska vara oberoende, livscykelbaserade, tredjepartscertifierade, ha transparenta kriterier
 - Ex: Svanden/Nordic Swan, Svalan/Bra Miljöval, EU-blomman/EU Ecolabel
- Astma & Allergimärkning utesluter parfymer och andra allergener
- Tips! Välj produkter med både miljö- och Astma & Allergimärkning
- Märkningar med särskilt fokus (utesluter inte alltid skadliga kemikalier i samma utsträckning): EcoCert, Ekologist/Organic, Vegan, Not Tested on Animals

Greenwashing: vilseledande miljöpåstående.

Vad betyder "naturlig" kosmetika?

"Jag är grön"

"Naturlig"



Aktivitet!

Har produkterna:

- en oberoende miljömärkning?
- en märkning med särskilt fokus?
- något som ser ut som greenwashing?



VERKTYGET



Till nästa gång

- Svara på frågor/titta på dina svar om badrummet i verktyg och kolla ditt badrum
- Bestäm åtagande och dela med kurskompis
- Börja fundera på vilka du skulle vilja sprida vidare kunskapen till



Låt oss utvärdera!

Skanna med telefonen!



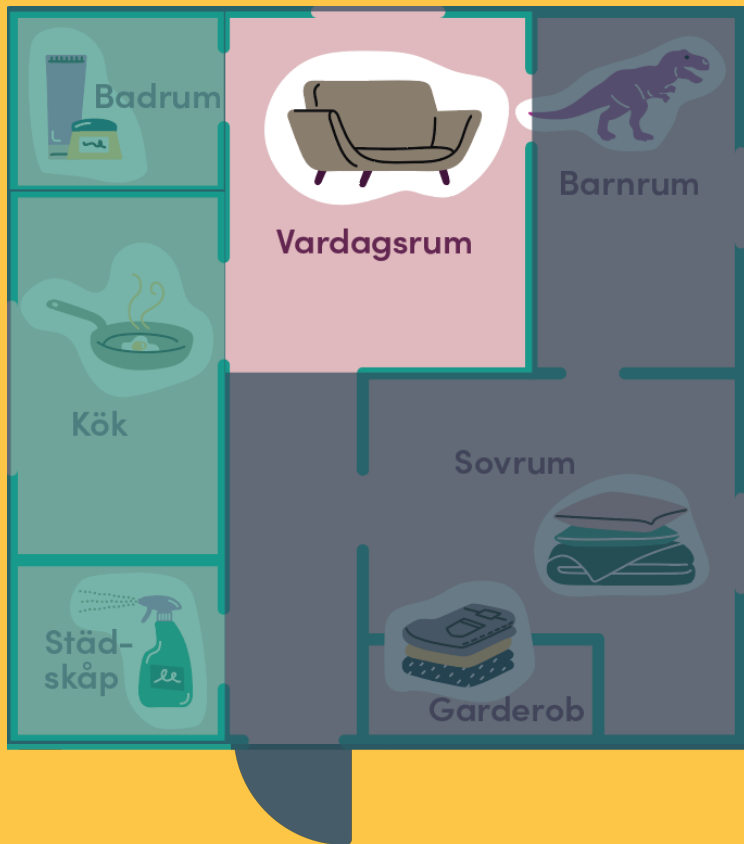
www.sverigeskonsumenter.se/utv_badrum



Vad vill du göra efter dagens pass?



Tack för idag!



All info från idag finns på:

www.sverigeskonsumenter.se/badrummet

Vi ses nästa vecka i vardagsrummet!

Läs mer!

- Tre av fyra skönhetsprodukter får bottenbetyg (Sveriges Konsumenter, 2020): <https://www.sverigeskonsumenter.se/nyheter-press/nyheter-och-pressmeddelanden/granskning-av-skönhetsprodukter>
- Barnkosmetika får underkänt (Sveriges Konsumenter, 2020): <https://www.sverigeskonsumenter.se/vad-vi-gor/kemikalier/pa-allas-lappar-granskning-av-kosmetika-for-barn/>
- Tester av solkräm, mascara, mm inkl skadliga ämnen (Råd&Rön, 2023, prenum. krävs): <https://www.radron.se>
- Köpa kosmetika (Lakemedelsverket): <https://www.lakemedelsverket.se/sv/kosmetika/innehall-i-kosmetika/kopa-kosmetika>
- PFAS i kosmetika: <https://www.kemi.se/arkiv/nyhetsarkiv/nyheter/2021-09-22-pfas-i-kosmetika-bidrar-till-utslapp-av-farliga-amnen-visar-ny-studie>
- Under the label: chemicals in cosmetics (HEAL): <https://www.env-health.org/under-the-label-the-story-behind-chemicals-in-cosmetics/>
- Miljögifter i smink och hudkrämer (Naturskyddsföreningen, 2023): <https://www.naturskyddsforeningen.se/artiklar/miljogifter-i-smink-och-hudkramer/>
- Gifter fyller Östersjön - så kan du bidra till att de minskar (HBL, 2023): <https://www.hbl.fi/artikel/ea9b4fd4-eee9-4149-a5d0-6acefa9761d8>
- Microplastics: <https://www.nationalgeographic.org/encyclopedia/microplastics>