

# Mitt kemikaliesmarta hem – en kurs genom 6 rum

Er guide: Hillevi Persson,  
Sveriges Konsumenter

14 mars 2024



# Välkomna!

DEL 5

Sov- och barnrum



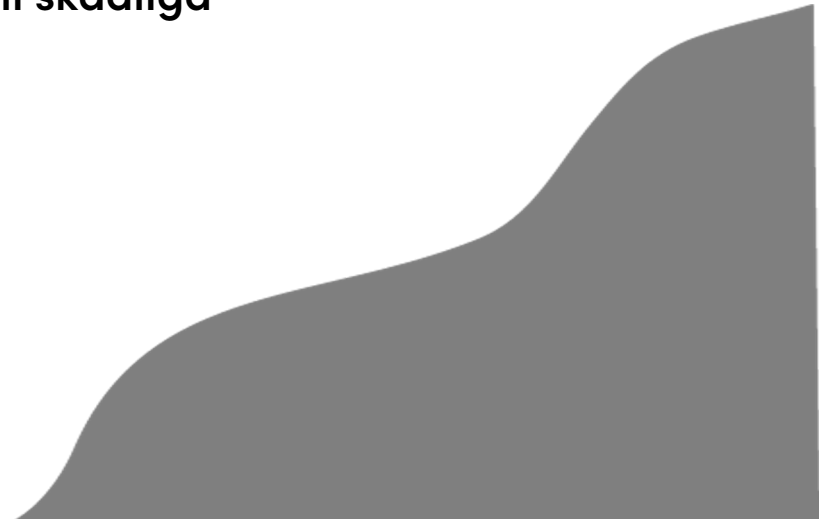
# Syfte och mål

## Syfte för kursen:

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

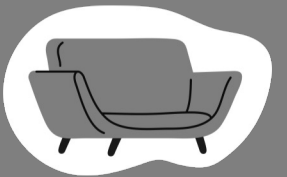
## Mål för dagen:

Att kunna identifiera och veta vilka alternativ som finns till skadliga kemikalier i sov- och barnrum.



## Dagens upplägg:

1. Incheck
2. Sov- och barnrummet
3. Leksaker och träningsredskap
4. PAUS
5. Att vara studiecirkelledare
6. Avrundning och till nästa träff



# Under kursen:



**Skriv gärna  
ditt namn i  
din profil**



**Ha gärna  
kameran  
på och..**



**mikrofon på  
ljudlöst.**



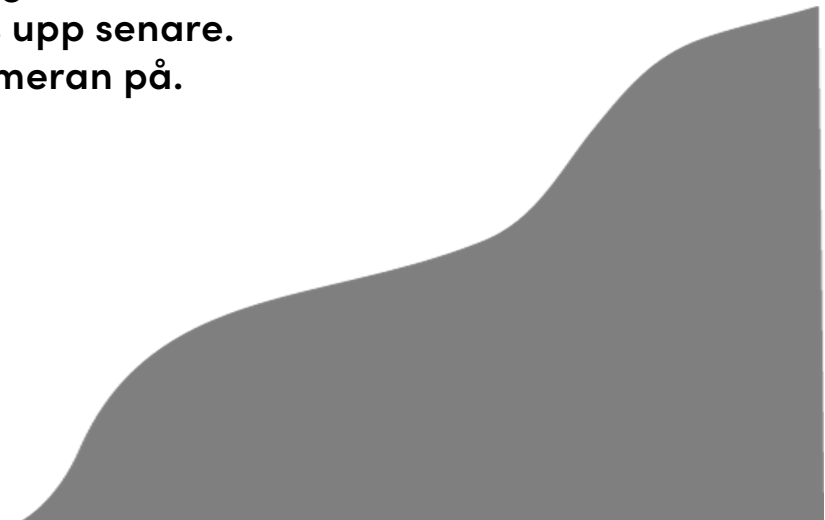
**Ställ frågor  
genom att  
räcka upp  
handen eller  
skriv i chatten.**



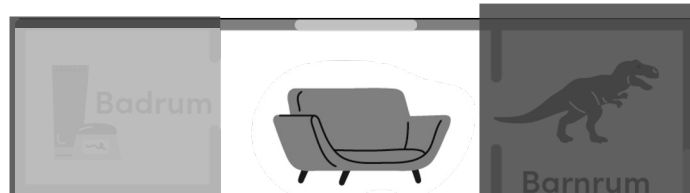
**Vi parkerar  
frågor som kan  
tas upp senare.  
kameran på.**



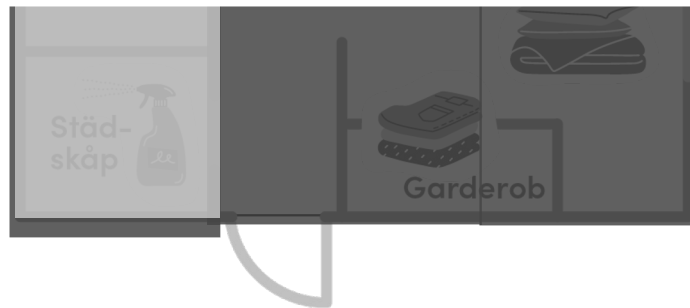
**Vi kommer ta  
en paus!**



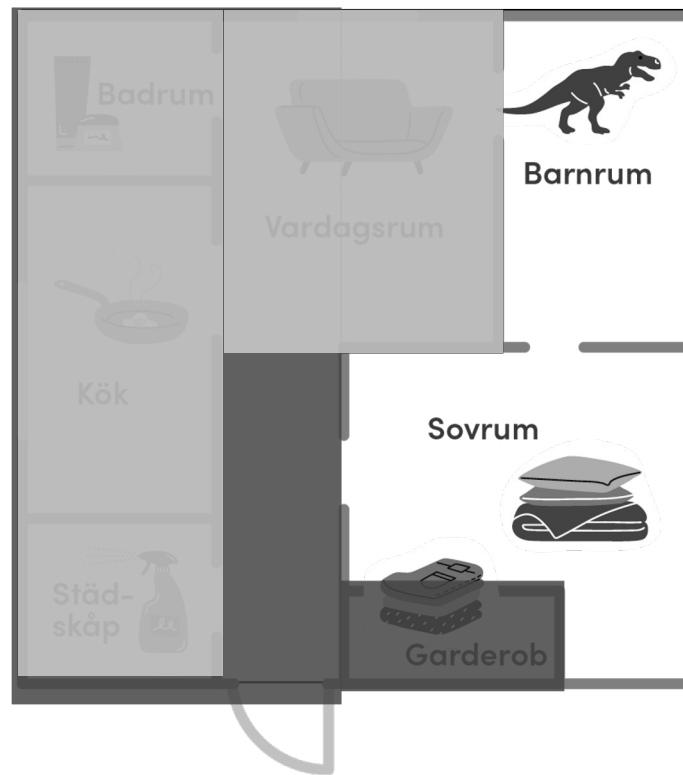
# Reflektion från förra veckan: Mitt kemikaliesmarta vardagsrum och kommunikation



- 1) Hur har tankarna kring vardagsrummet gått sen sist?
- 2) Har du redan delat den kemikaliesmarta länken med någon? Bolla gärna idéer kring att fixa en kemikaliesmart träff!



# Idag: Mitt kemikaliesmarta sov- och barnrum



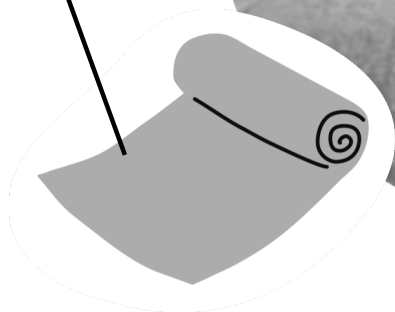
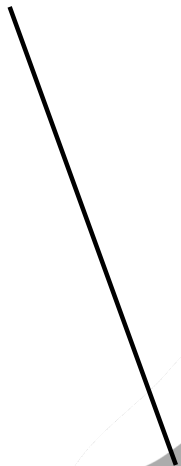


Väggfärg



Textil

Träningsredskap



Golv



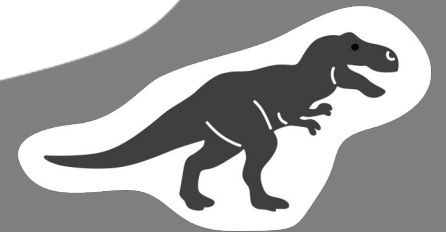
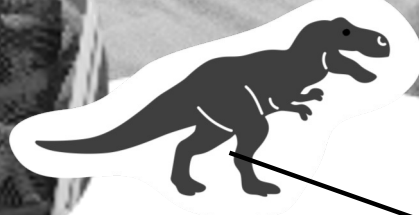
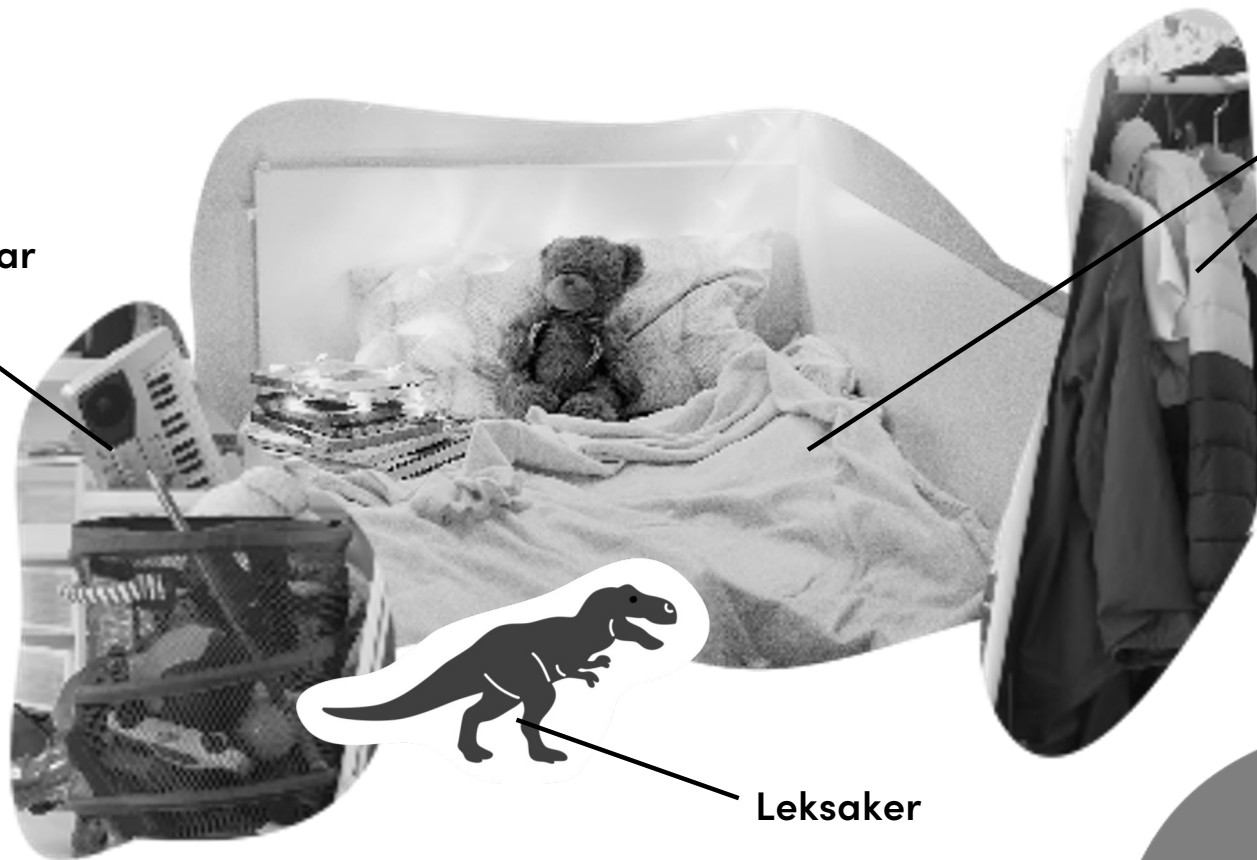


Väggfärg

Hobbyprylar

Textil

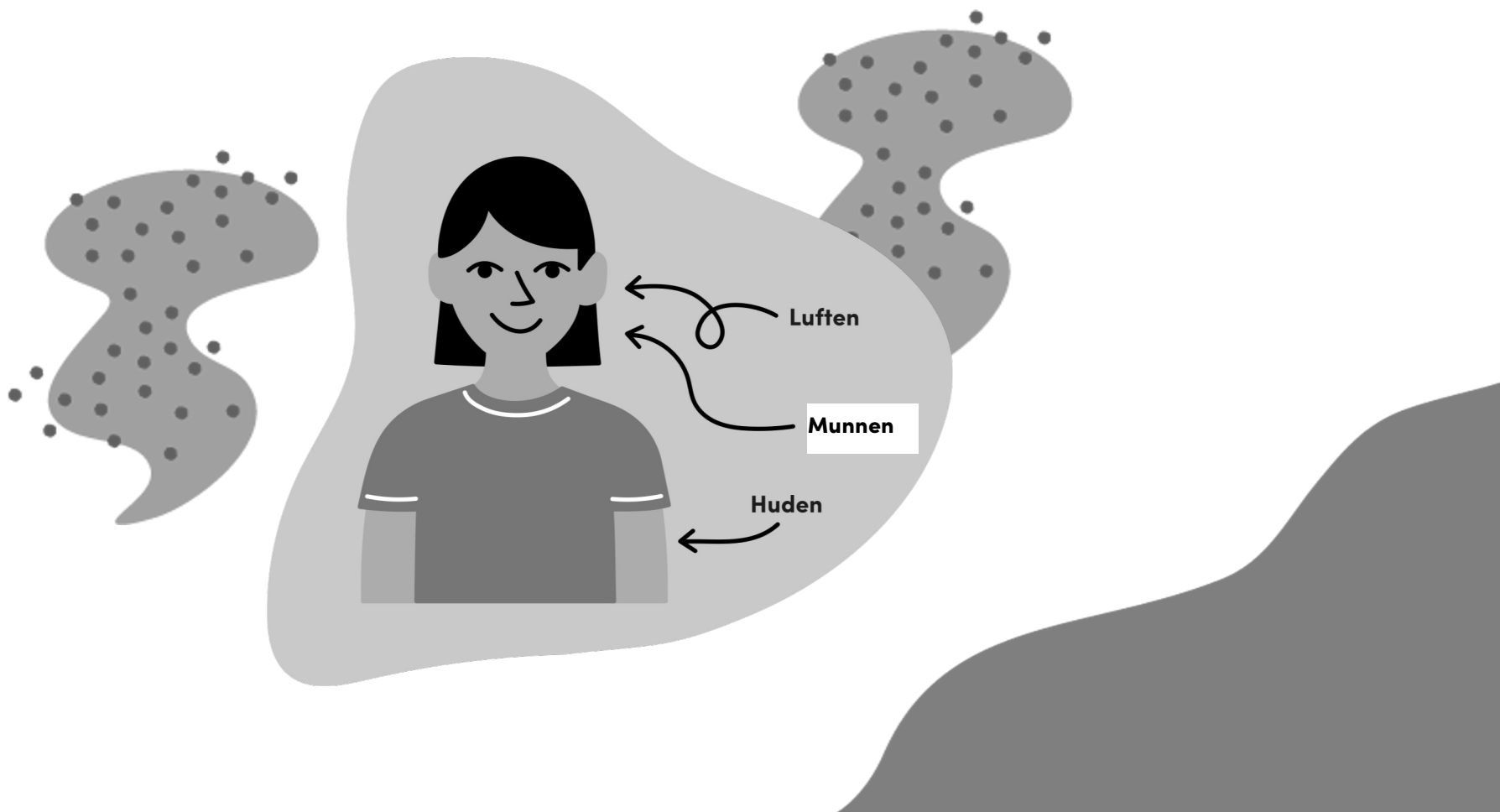
Leksaker



# Kemikalier i vardagen



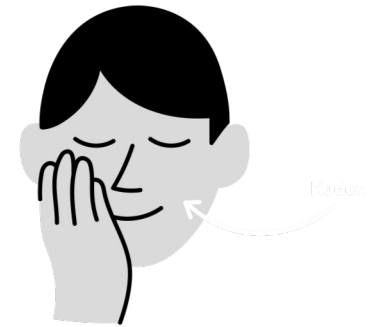
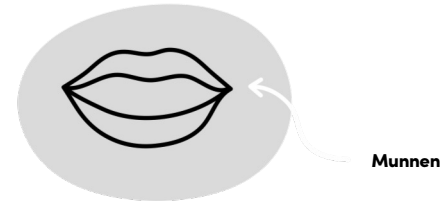
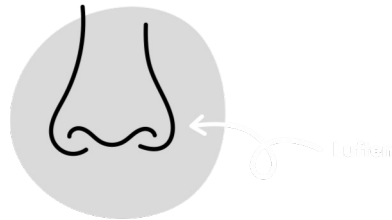
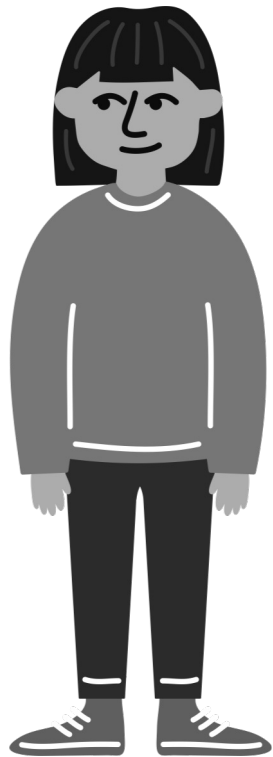
# Hur kommer kemikalier in i kroppen?



# ...i sovrummet via luften och huden



# ...för barn - via luften, munnen och huden



Barn är extra känsliga och mer utsatta:

- Deras kroppar utvecklas fortfarande
- Stoppar saker i munnen
- Kryper på golvet
- Större hudyta per kroppsvikt
- Andas snabbare



# Skriv i chatten!

Gör du något redan idag för att minimera exponering för skadliga kemikalier i sov- eller barnrum?



## Vilka skadliga ämnen kan finnas i sovrummet?

	Var?	Vad?	Möjliga faror
<b>Möbler</b>	Skumgummi från 70-, 80- och 90-talen	Numerera förbjudna flamskyddsmedel	Hormonstörande, hälso- och miljöfarliga
<b>Hemtextilier</b>	Möbeltextilier	PFAS	Hormonstörande, hälso- och miljöfarliga. Bryts inte ner.
<b>Elektronik</b>	Kablar av PVC	Mjukgörare, flamskyddsmedel	Hormonstörande, reproduktionstoxiska, hälso- och miljöfarliga
<b>Golv</b>	Lim (t.ex. epoxiharts)	Formaldehyd, BPA	Formaldehyd: Cancerframkallande, allergiframkallande BPA: hormonstörande, reproduktionstoxisk
	Limmade parkettskivor	Formaldehyd, toluen, fenol (bindemedel och skyddsimpregnering)	Formaldehyd: Cancerframkallande, allergiframkallande Toluen: hormonstörande, reproduktionstoxisk Fenol: mutagen (dvs kan skapa mutationer)
<b>Vägg</b>	Konventionell väggfärg	Mjukgörare, konserveringsmedel och lösningsmedel	Cancerframkallande, allergiframkallande, hormonstörande, hälso- och miljöfarliga
	(Tvättbar) tapet (PVC)	Mjukgörare	Hormonstörande, reproduktionstoxiska, hälso- och miljöfarliga
<b>Mjuka plastprylar</b>	Träningsprylar	Mjukgörare	Hormonstörande, reproduktionstoxiska, hälso- och miljöfarliga

# Vilka ytterliga skadliga ämnen kan finnas i barnrummet?

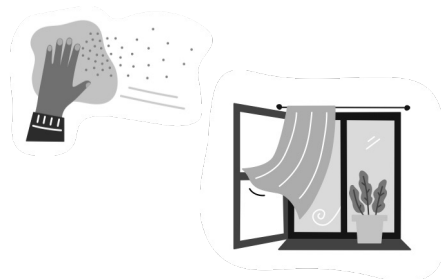
	Var?	Vad?	Möjliga faror
<b>Leksaker</b>	Mjuka plastleksaker (av PVC)	Mjukgörare	Hormonstörande, kan störa fortplantningsförmågan, hälso- och miljöfarliga
	Metallleksaker (omålade)	Nickel	Allergiframkallande
	Serviser (t.ex melamin, plast)	Formaldehyd, BPA	Formaldehyd: Cancerframkallande, allergiframkallande BPA: hormonstörande, kan störa fortplantningsförmågan
<b>Textilier</b>	Madrassöverdrag av PVC	Mjukgörare	Hormonstörande, kan störa fortplantningsförmågan, hälso- och miljöfarliga
	Textiler (t.ex kläder)	PFAS, azofärgämnen, bekämpningsmedel	PFAS: Hormonstörande, hälso- och miljöfarliga. Bryts inte ner. Azofärgämnen: cancerframkallande, kan störa fortplantningsförmågan, allergiframkallande. Bekämpningsmedel: skadliga effekter på hälsa och miljö



# De viktigaste tipsen

– för att minska din exponering av skadliga kemikalier i hemmet

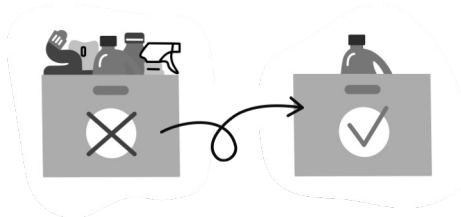
1



## 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 sov- och barnrum

- A** Låt elektroniken stanna utanför sovrummet – eftersom elektroniska prylar kan avge skadliga ämnen.
- B** Undvik mjuka plastprylar – särskilt om de är klubbiga eller luktar starkt, eftersom det kan vara ett tecken på att de då släpper ifrån sig hormonstörande ämnen.
- C** Lek med leksaker som är anpassade efter barnets ålder och tillverkade efter 2013 då EU-regler för kemikalieinnehåll i leksaker skärptes.



# 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.

**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.



**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.

**OBS!** Reglerna gäller för produkter som säljs inom EU.

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

# Elektronik

Elektriska apparater avger små mängder kemiska ämnen till den omgivande luften när de används och blir varma

Att tänka på då det gäller barn/barnrummet:

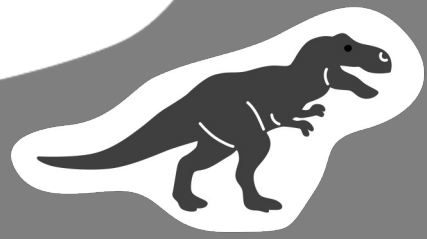
- Låt inte barn stoppa elektriska prylar i munnen.
- Undvik TV eller dator i barnens rum
- Låt inte barn skruva isär elektriska apparater eftersom farliga ämnen kan finnas inne i elektroniken, till exempel på kretskort och liknande.



Bly & kadmium i lödningar

Ftalater + se förra passeti slar

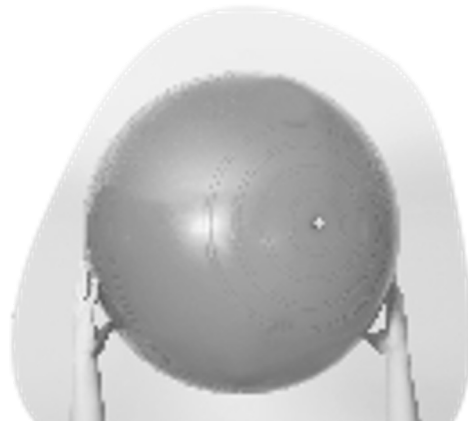
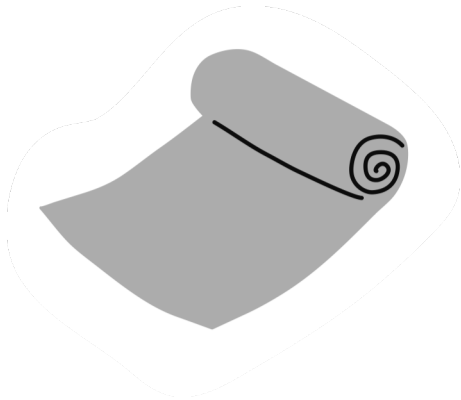
PFAS i hörlurar



# Mjuk plast / PVC



Polyvinyl chloride  
Anses som mycket  
tveksamt på grund av  
många tillsatser som  
mjukgörare



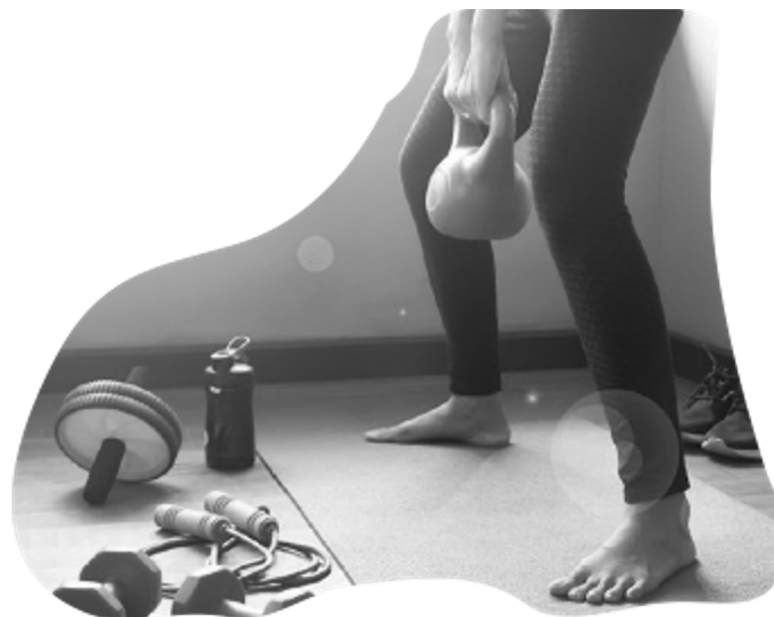
# Test: Träningsredskap

20 av 82 testade träningsredskap i EU innehöll särskilt farliga ämnen

**Kemikaliesmarta tips till konsumenter:**

1. Undvik prylar som är av mjuk plast (PVC) eller billig mörk hård plast.
2. Lämna tillbaka prylar som luktar starkt.
3. Leta efter miljömärkta produkter (Svanen eller EU Ecolabel).
4. Fråga butiken om varan innehåller farliga kemikalier! Använd Kemikalieappen

Källa: Sveriges Konsumenter, 2021



# Lek med leksaker

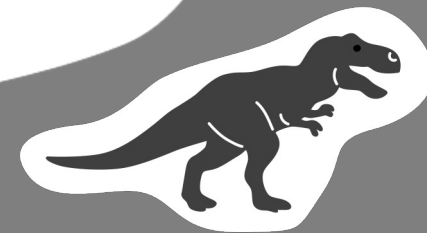
En leksak är designad för att lekas med och är avsedda för barn under 14 år.

CE-märkning

EU:s Leksaksdirektiv:

- Förbud mot 70+ kemikalier
- Nya restriktioner införs kontinuerligt

Typiskt inte en leksak



# Hård plast

Hård ABS-plast finns till exempel i Lego, Playmobil mm anses vara säker för barn att leka med.

Utsläpp och hälsofarliga ämnen vid plasttillverkningen är dock problematisk

Är mitt gamla Lego säkert?

Lego köpt före 1981 kan innehålla nu förbjudna kadmiumfärgämnen men utgör ingen en större risk.



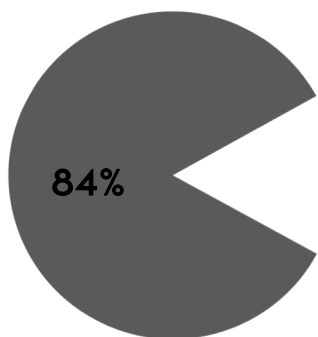
# Begagnade leksaker

Välj begagnat för miljön, plånboken och hälsan!

...men se upp för leksaker som är tillverkade före 2013.

Eftersom EU-lagstiftningen för kemikalieinnehåll i leksaker skärptes 2013.

Studie från Göteborgs universitet visade att:



84% av gamla leksaker och utklädningsprylar i plast innehöll skadliga ämnen som kan orsaka störningar i utveckling och fortplantningsförmåga hos barn.

Även i nyare barnprodukter som testades i studien visade sig 30% innehålla skadliga kemikalier över gränsvärdena.

Källa: Göteborgs universitet, 2022



# PAUS!

Under pausen får du gärna:

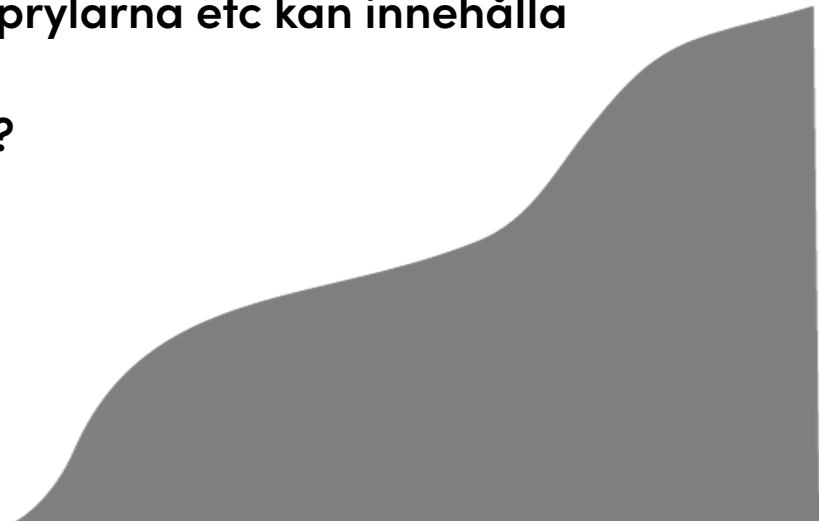
- 1) Ta ett varv i sovrum/barnrum och fundera över vad du har där.
- 2) Lek detektiv – hittar du något som du skulle vilja veta mer om?



# Vad hittade du?

Prata i grupp:

- Vilka prylar eller delar av rummen blev du nyfiken på?
- Var prylarna begagnade, nyköpta och/eller miljömärkta?
- Hur kan du gå tillväga för att undersöka om prylarna etc kan innehålla ämnen som är skadliga?
- Vad gör vi/hur känns det när vi inte kan veta?



# Vill du sprida kunskapen till fler?

- Bli studiecirkelledare
- Få ledarutbildning från ABF
- Bli del av ett nätverk



# Mitt kemikaliesmarta hem – som studiecirkel



6 färdiga  
presentationer



Manus och kurs-  
handledning



Fördjupnings-  
material för varje rum



Digitalt verktyg,  
samtalsunderlag och  
pyssetips för  
kemikaliesmarta träffar



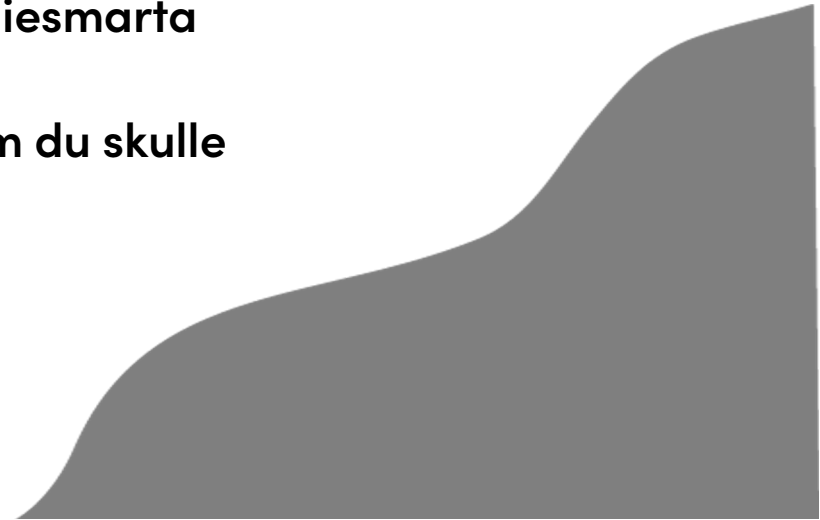
Stöd och utbildning från  
ABF och Sveriges  
Konsumenter



Hjälp med spridning

## Till nästa gång: – kolla barn- och sovrummet

- Titta på svar/svara på frågor om barn- och sovrummet i verktyget och kolla dessa rum
- Bestäm åtaganden och dela med kurskompis
- Börja gärna dela länken med det kemikaliesmarta verktyget med nära och kära.
- Fila vidare på en kemikaliesmart träff som du skulle vilja anordna.



# Låt oss utvärdera!

Skanna med telefonen!



[www.sverigeskonsumenter.se/utv\\_barnsov](http://www.sverigeskonsumenter.se/utv_barnsov)



**Vad bär du med dig från  
dagens pass?**



# Tack för idag!



All info från idag finns på:

[www.sverigeskonsumenter.se/barnrum](http://www.sverigeskonsumenter.se/barnrum)

[www.sverigeskonsumenter.se/sovrum](http://www.sverigeskonsumenter.se/sovrum)

Vi ses nästa vecka i garderoben!

# Läs mer!

Kemitest av träningsprylar (Sveriges Konsumenter, 2020):

<https://www.sverigeskonsumenter.se/nyheter-press/nyheter-och-pressmeddelanden/granskning-sarskilt-farliga-amnen-i-traningsutrustning/>

Råd om kemikalier i barns vardag (Kemikalieinspektion): <https://www.kemi.se/rad-till-privatpersoner/kemikalier-i-barns-vardag>

Bisfenoler i barnprodukter (BEUC, 2023): <https://www.beuc.eu/blog/hormone-disrupting-chemicals-found-in-60-of-121-childrens-products/>

Bisfenoler i konsumentprodukter (Taenk DK, 2023): <https://taenk.dk/kemi/english/bisphenols-should-be-banned>

Leksaker från kinesiska webbshoppar kan vara farliga (Taenk DK, 2023):

<https://taenk.dk/forbrugerliv/familieliv/legetoej-fra-kinesiske-webshops-kan-vaere-farligt-dit-barn>



# Aktivitet!

Om det finns tid över – gör ett pyssel ihop. Recept finns på hemsidan.

