

MILJÖRIKTIGA VAL

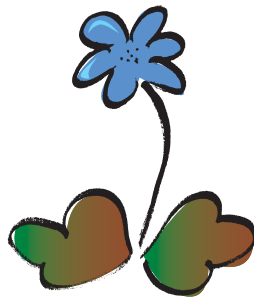


**Välj rätt för miljön
– enklare än du tror**

Utgivare: Miljöbyrån
Tryckning: Mariehamns Tryckeri
Produktion och layout: ViKAN text & layout
Illustrationer: Eva Sundberg

Välj rätt för miljön – enklare än du tror

Din insats gör skillnad



INNEHÅLLSFÖRTECKNING

Förord	3
Tvätt och rengöring	4
Kläder och textilier	6
Elektriska/elektroniska produkter	8
Målfärg, lack och lim	10
Rengöringsmedel för bilen	12
Bottenfärg för båten	14
Tryckimpregnerat trä	16
Hållbar konsumtion	18
Konsumentens minneslista	21
Farligt avfall/farosymboler	22-23
Miljömärkning	24-26
Mer information	28



DIN INSATS GÖR SKILLNAD!

Många av de produkter vi dagligen använder bidrar till utsläpp av ämnen som skadar vår hälsa eller miljön. Det kan ske när produkterna tillverkas, när de används eller när de blir avfall. Ju fler produkter vi använder som innehåller farliga ämnen, desto sämre är det för miljön. Ofta känner vi inte heller till exakt vilka effekter ett ämne har. Det finns tiotusentals ämnen som inte testats ordentligt. Det är också ett skäl att vara försiktig.

Allergier och en del typer av cancer blir allt vanligare hos människor. Forskare tror att det har ett samband med alla främmande ämnen som vi använder. Andra följer är till exempel att fortplantningsförmågan försämrats hos många djurarter. Ozonlagret och atmosfären påverkas av vårt sätt att konsumera. Vi riskerar också att förstöra värdefulla tillgångar, som vårt fiskbestånd.

Flera miljögifter är svårnedbrytbara och följer näringskedjan uppåt för att sluta i fettvävnaden hos sälar, rovfåglar eller människor. De kan spridas långa vägar, bland annat har man hittat miljögifter hos isbjörnar och eskimåer. Via bröstmjolk överförs miljögifter från en mamma till hennes barn.

För att förhindra att skadliga ämnen kommer ut i vår natur är din roll som konsument viktig. Försök att alltid välja produkter som inte innebär en hälso- eller miljöfara. Vi behöver alla ta vårt ansvar för att vi ska komma till rätta med de problem som finns. För att kunna välja rätt är det viktigt att känna till vad som är mer eller mindre skadligt. Om du måste använda en hälso- eller miljöfarlig produkt är det viktigt att du hanterar den på rätt sätt och lämnar den som farligt avfall när det blir aktuellt.

I denna broschyr ger vi dig några tips för en mer miljömedveten vardag. DU KAN GÖRA DIN DEL – och det är inte svårt. Lite omtanke och några nya vanor och plötsligt har du blivit en medveten konsument. Din insats är därför viktig. Lycka till!


6.6 2007
Harriet Lindeman
landskapsregeringsledamot



TVÄTT OCH RENGÖRING

PROBLEMET

Tvättmedel innehåller många ämnen som är skadliga, både för miljön och för vår hälsa. De kan bland annat orsaka allergiska reaktioner. Det är viktigt att läsa på etiketten.

En del medel innehåller antibakteriella ämnen, som till exempel triclosan. Det finns ingen anledning att använda

sådana produkter i ett hem, tvärtom kan de vara skadliga både för hälsan och miljön och dessutom göra bakterier motståndskraftiga mot antibiotika.

LÖSNINGEN

Köp inte produkter som du inte behöver. Specialrengöringsmedel, som

Undvik farosymboler.

Undvik rengöringsmedel med bakteriedödande ämnen (till exempel triclosan).

Välj miljömärkta produkter.

Tvätta alltid fulla maskiner med rätt dosering.

Rengör om möjligt utan kemikalier.

fläckborttagnings- och blekningsmedel, är oftast mest skadliga. Försök klara dig utan produkter med farosymboler, se sid 23.

Välj miljömärkta produkter. Det finns flera miljömärkningar för tvätt- och rengöringsmedel, till exempel Svanen, Bra Miljöval och EU-blomman. Se miljömärkningar på sid. 24.

Undvik produkter som innehåller AFE (alkylfenoletoxylater), flouerade miljögifter och triclosan.

Om du är ansluten till ett kommunalt avloppsreningsverk bör du välja ett tvättmedel med låg fosfathalt och om du har enskilt avlopp bör du välja ett som är fosfatfritt.

- Använd inte för mycket tvättmedel. Vid rätt dosering blir tvätten ren och du belastar varken miljön eller tvättmaskinen i onödan.

- Om du köper koncentrerat tvättmedel och refillpåsar får du mindre avfall.

- Tvätta inte kläder i onödan. Ibland räcker det att vädra dem.

- Städa utan kemikalier. Det finns till exempel mikrofiberdukar som suger upp smutsen utan att du behöver använda något annat än vatten.

- Det är inte nödvändigt att använda sköljmedel. Det belastar miljön och kan orsaka överkänslighet.

- Välj produkter utan parfym.



AVFALL

Tänk på vad du häller i avloppet. Inget reningsverk renar avloppsvattnet fullständigt och en viss mängd kemikalier kommer därför alltid ut i Östersjön där de kan göra stor skada.

Om slammet från ett reningsverk håller god kvalitet är det möjligt att använda det till exempel som gödsel på åkrar. Om det innehåller farliga ämnen måste det behandlas som farligt avfall. Rengöringsmedel kan vara farligt avfall. Läs på etiketten.



KLÄDER OCH TEXTILIER

PROBLEMET

Vid bomullsodling används mycket bekämpningsmedel. Effekterna är störst på platsen där produktionen sker, men svårnedbrytbara kemikalier kan även spridas till andra områden.

Kläder och andra textilier behandlas dessutom med kemikalier som ger färg, slitstyrka och flamskydd. En del av ämnena kan vara cancerframkallade eller ge

fosterskador, andra kan leda till allergier. Flamskyddsmedel kan innehålla svårnedbrytbara organiska bromföreningar som blir kvar länge i naturen.

Det finns regler för användning av vissa farliga ämnen i textilier, till exempel azofärgämnen och formaldehyd. Men att reglera alla ämnen är i dag inte möjligt.

Välj kläder av bra kvalitet och ta hand om dem bra så du kan använda dem länge.

Titta efter ekologiska eller miljömärkta textilier och kläder.

Lämna begagnade kläder till klädinsamling.

Tvätta kroppsnära kläder och sängkläder före användning.

LÖSNINGEN

Det finns ekologiska kläder och textilier. Det innebär att tillverkarna tar hänsyn till miljön under hela processen, från odling till färdig produkt.

EU-blomman är en märkning som visar att produkten tillverkats på ett miljöanpassat sätt. Textilier klassificerade enligt Öko-Tex Standard100 innehåller inte hälsofarliga ämnen. Det finns också textilier märkta med Svanen eller Bra miljöval. Läs mer om märkning på sidorna 24-26.

Undvik kläder som måste kemtvättas. Vid kemtvätt används farliga kemikalier.

Regnkläder kan innehålla PVC-plast. Polyuretan är ett bättre alternativ för miljön. Fluorerade miljögifter som kan finnas i allväderskläder är inte heller bra ur miljösynpunkt.

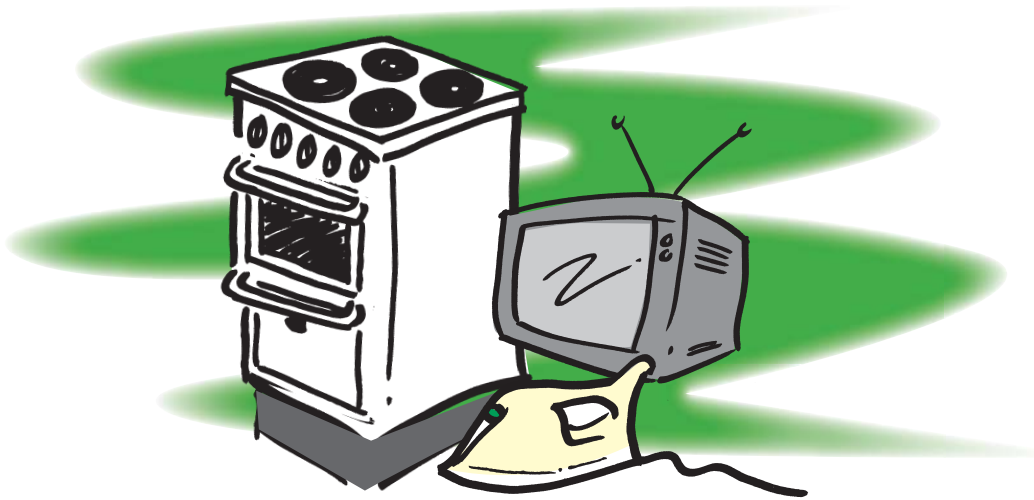
Vid garvning av läder används oftast tungmetaller, men det finns vegetabiliskt garvade lädervaror.

Det finns ofta rester av kemikalier kvar i nya textilier. Tvätta nya sängkläder och underkläder innan du använder dem.



AVFALL

Textilier som kläder, gardiner och annat som du inte längre har användning för, kan du till exempel lämna vidare till secondhandbutiker som Emmaus eller sälja på loppmarknader. Det finns också uppsamlingspunkter runt om i kommunerna.



ELEKTRISKA OCH ELEKTRONISKA PRODUKTER

PROBLEMET

Elektronikprodukter kan innehålla farliga ämnen som kvicksilver, kadmium och bly. Kviksilver finns bland annat i knappcells-batterier, lysrör och energisparlampor. Uppladdningsbara batterier kan inne-

hålla kadmium. Flamskyddsmedel kan innehålla bromföreningar som bryts ner långsamt i miljön och som kan orsaka skada både på hälsa och miljö.

Satsa på kvalitet och varor som går att reparera.

Sök efter miljö- och energimärkning.

Lämna förbrukade apparater/maskiner till butiken eller till den plats som butiken anvisar.

LÖSNINGEN

Om du satsar på kvalitet och varor som går att reparera är det bättre både för miljön och din ekonomi.

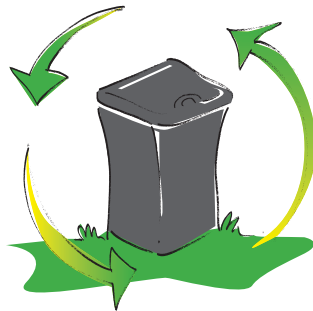
Det börjar finnas allt fler miljömärkta produkter på marknaden, bl.a. Svanenmärkta datorer.

Var uppmärksam på elförbrukningen. Moderna kylar och frysar drar mindre energi och är också bättre ur kemikaliesynpunkt. Vid köp av ny kyl och frys hjälper energimärkningen dig att välja

det energisnålaste alternativet. Till exempel förbrukar maskiner med den bästa energiklassen, A, över 45 % mindre än den genomsnittliga maskinen. Fråga försäljaren.

Välj inte produkter som innehåller kloretrade plaster, till exempel PVC.

Använd uppladdningsbara nickelhydridbatterier (märkta med NiMH) som inte innehåller kadmium. Läs på etiketten eller fråga försäljaren.



AVFALL

Elavfall klassas som farligt avfall och det är viktigt att det tas omhand på rätt sätt. Elektriskt och elektroniskt avfall kan lämnas till mottagningsstationerna eller i butiken när du köper en ny produkt. Tänk på att en del leksaker också är elektronikavfall. Kylskåp och frysar kan innehålla gaser som förstör ozonlagret.



MÅLARFÄRG, LACK OCH LIM

PROBLEMET

De flesta målarfärger, lack och lim innehåller ämnen som är skadliga för hälsan och miljön. Men det finns alternativ.

Produkterna kan grovt indelas i två grupper utgående från om de är baserade

på organiska lösningsmedel eller vatten. Organiska lösningsmedel innehåller flyktiga ämnen som lätt kommer ut i miljön och orsakar skada. De kan också orsaka yrsel, huvudvärk och infektioner i luftvägarna hos människor.

Använd vattenbaserade produkter om du kan.

Sök efter miljömärkta produkter.

Kom ihåg att ha bra ventilation när du målar eller limmar.

LÖSNINGEN

Välj vattenbaserade produkter om möjligt. I dag är dessa i många fall lika bra som lösningsmedelsbaserade. Fråga om råd i affären.

Linoljefärg är inte tillverkad av petroleumprodukter och är därför ett miljövänligare alternativ, så länge man undviker att späda den med lösningsmedel.

Sök efter varor märkta med Svanen eller EU-blomman. I Folksam's Byggmiljöguide www.folksam.se/ByggaRenovera hittar du exempel på bra produkter. Där finns också andra tips.

- Kom ihåg ventilationen när du målar, lackar eller limmar. Ta paus och gå ut i friska luften i bland.
- Skölj inte använda penslar i handfatet. Det medel du använder för att rengöra penseln ska inte heller hällas ut i avloppet.



AVFALL

Rester av målarfärg, lack och lim är farligt avfall. Lösningsmedel som terpentin och lacknafta skall också samlas in som farligt avfall. Tomma burkar, urskrapade och torra, lämnas i kärlet för metall.



RENGÖRINGSMEDEL FÖR BILEN

PROBLEMET

Produkterna som du använder för bilvård kommer förr eller senare ut i naturen. Specialmedel är ofta starka, effektiva och innehåller kemikalier som kan vara

skadliga. Rester av avfettningsmedel och olika petroleumprodukter bryts långsamt ner i naturen.

Använd miljömärkta medel.

Mekanisk tvätt är bättre än starka kemikalier.

Biltvätt med slutet system är det bästa sättet att tvätta bilen.

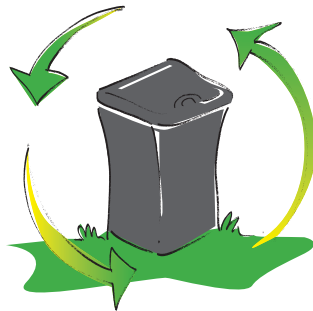
LÖSNINGEN

Välj miljömärkta medel. Ett alternativ är vanligt hårschampo som brukar fungera bra. Använd inte mer rengöringsmedel än du behöver.

Det är bättre för miljön att tvätta mekaniskt med borste än att satsa på starka kemikalier. Det är bättre för miljön att tvätta bilen i en biltvätt än på gården.

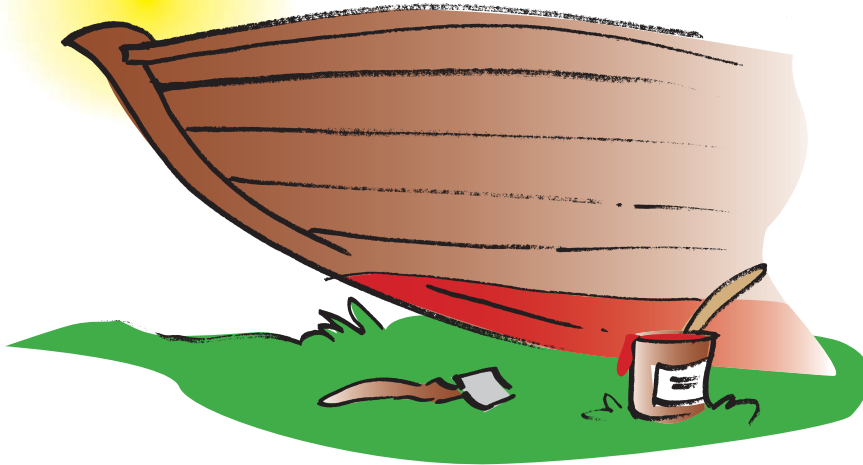
Om man tvättar bilen hemma på gården sköljer man också av alla ämnen som bilen samlat på sig under körning. Dessa ämnen sprids då ut i naturen.

Bäst är det att tvätta bilen i en biltvätt som har slutet system för tvättvattnet, vilket Svanenmärkta biltvättar har.



AVFALL

Rester av rengöringsmedel kan vara farligt avfall.



BOTTENFÄRG FÖR BÅTAR

PROBLEMET

Bottenfärger används för att hindra havstulpaner och andra organismer från att fästa på skrovet. Färgerna har orsakat stora skador i vattenmiljön, särskilt i hamnar, vid varv och vid tungt trafikerade farleder. Många arter påverkas, bland annat störs fiskens fortplantning och tillväxten

av tång, alg och musslor hämmas. Flera ämnen som tidigare var tillåtna, bland annat TBT eller tributyltenn, är i dag förbjudna. Men bland de ämnen som tillåts finns fortfarande många som inte är bra för miljön.

Välj bottenfärger som inte innehåller koppar.

Rengör skrovet under säsongen och ta upp båten regelbundet om det går.

Bottenfärg är farligt avfall.

LÖSNINGEN

Fråga efter bottenfärger som innehåller lite eller ingen koppar. Mindre skadliga produkter är under utveckling.

Det finns bottenfärger som gör ytan så hal att inga organismer får fäste. En del bottenfärger av den här typen fungerar bra i kombination med borstning.

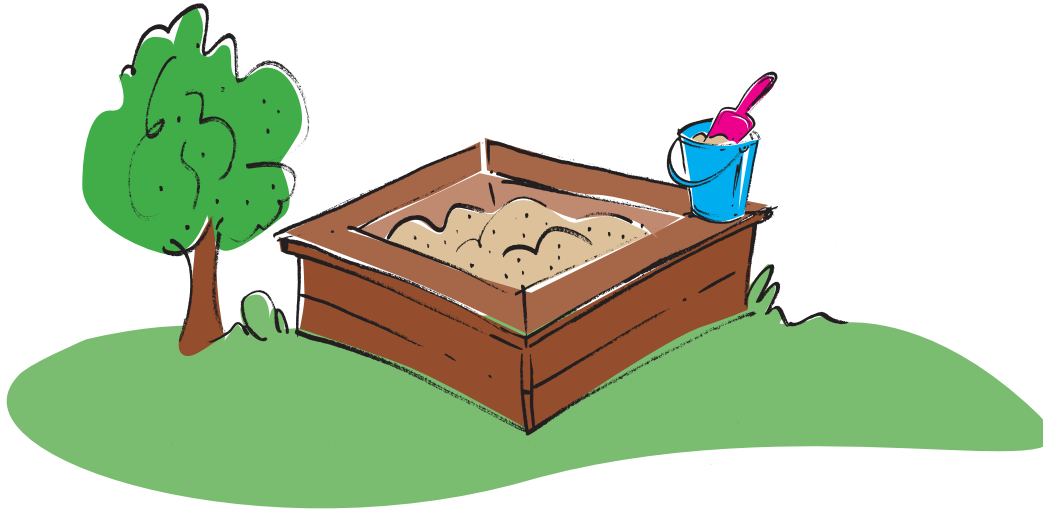
- Sjösätt inte båten innan det är dags att börja använda den. Och ta upp den när säsongen är slut.
- Om du tar upp båten ibland och låter den torka behöver du inga bottenfärger.

- Havstulpaner kan borstas bort med rotborste när de satt sig fast på båtskrovet men fortfarande är riktigt små. På så sätt undviker du helt att använda miljöfarliga bottenfärger.
- Anläggningar för båtbottentvätt finns bland annat i Stockholm.
- En tur i sötvatten håller havstulpanerna borta.
- Välj miljömärkta produkter för rengöring av båten.



AVFALL

Rester av gammal bottenfärg är farligt avfall. Samla upp färgflagor då du skrapar eller slipar din båt på land.



TRYCKIMPREGNERAT TRÄ

PROBLEMET

Det mesta av det impregnerade träet som är i användning är impregnerat med kemiska ämnen som salter av tungmetaller eller kreosot. Trä som är impregnerat med kreosot är brunsvart, exempelvis telefonstolpar är ofta impregnerade med kreosot.

CCA-impregnering innehåller salter av koppar, krom och arsenik. Varken kreosot- eller CCA-impregnerat trä får numera användas på platser där människor kommer i upprepad kontakt med det. Nya regler för användning av impregnerat trä infördes under år 2004.

Undvik trä som är impregnerat så förhindrar du uppkomst av farligt avfall.

Bygg så att träverket inte i onödan kommer i kontakt med marken.

Använd träslag som på ett naturligt sätt är motståndskraftiga mot röta.

Bränn aldrig tryckimpregnerat trä. Det ska lämnas som farligt avfall.

Miljögifterna i tryckimpregnerat virke kommer efter hand att laka ut till omgivningen. När impregnerat trä ska bytas ut måste det behandlas som farligt avfall.

LÖSNINGEN

Det finns mer miljöanpassade trämaterial, till exempel tryckimpregnerat trä som inte innehåller tungmetaller. Titta efter märkningen för att veta vilken typ av impregnering som använts. Affären kan upplysa om lämpligaste val beroende på användningsändamål.

Vissa typer av träslag såsom ek och lärkträd är naturligt mer motståndskraftiga mot röta.

Om trämaterialet inte kommer i direktkontakt med marken är det inte nödvändigt att använda tryckimpregnerat.

Genom att olja tryckimpregnerat material minskar du utlakningen av tungmetaller.

Använd inte impregnerat trä i grönsakslandet, i barnens sandlåda eller där du hanterar mat.

Om du har tryckimpregnerat virke runt barnens sandlåda, bör sanden bytas en gång per år. Ett bättre alternativ är att byta ut virket.



AVFALL

Impregnerat trä är farligt avfall. Det får inte brännas i vanliga ugnar eller i öppen eld eftersom det orsakar giftiga gaser och aska.



HÅLLBAR KONSUMTION

PROBLEMET

I dag konsumerar vi mer än vad jorden hinner producera. Vi tär alltså på kapitalet i stället för att leva av räntan och det försämrar förutsättningarna för kommande generationer. Ofta är vi inte medvetna om hur mycket resurser som gått åt för att producera varorna vi köper i butiken. För att till exempel tillverka ett par jeans krävs det

315 kg naturresurser, fastän själva varan väger mindre än ett kg.

Resursfördelningen är inte heller rättvis. En femtedel av världens befolkning i den så kallade västvärlden konsumerar omkring fyra femtedelar av alla jordens resurser.

Vi producerar också hundratals kg avfall per person och år. Förutom att minska mängderna är det också viktigt att avfallssortera för att ta vara på värdefulla material och minska belastningen på miljön.

Många varor som vi förbrukar tillverkas i utvecklingsländer. Ibland produceras de på ett sätt som kränker mänskliga rättigheter. En del arbetare utsätts för olika typer av gifter och i vissa fall utnyttjas barnarbetskraft.

LÖSNINGEN

För att vår konsumtion ska bli mer hållbar finns några saker vi kan göra.

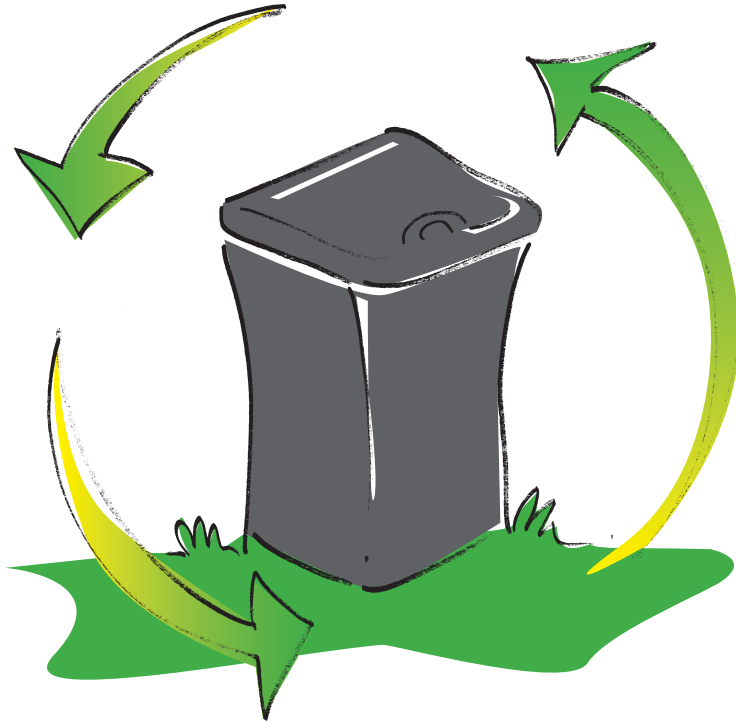
- Avstå helt från saker du inte behöver.
- Genom att köpa begagnat och lämna det du inte vill ha till Emmaus eller loppis förlänger du varornas livslängd.
- Lämna så mycket material som möjligt till återvinning.

Det är bra att känna till hur varor producerats och varifrån de kommer eftersom transportsträckan har stor betydelse för en produkts miljöpåverkan. Fråga i affären och välj det bästa alternativet.

Välj så långt som möjligt produkter som går att återvinna när de blir avfall.



Rejäl handel-märkningen (rättvisemärkt) garanterar bland annat att barn inte utnyttjats som arbetskraft och att man inom produktionen tagit hänsyn till arbetsförhållandena och miljön.



KONSUMENTENS MINNESLISTA

- Köp inte saker i onödan.
- Då du väljer en produkt, tänk på vilken typ av avfall produkten och tillverkningen av den bidrar till.
- Välj produkter utan onödigt förpackningsmaterial.
- Kasta inte bort användbara saker, utan för dem till återanvändning. Någon kan behöva det som du inte längre behöver.
- En billig produkt är i allmänhet inte den mest hållbara. Satsa på kvalitet.
- Ta hand om dina saker så att de håller länge.
- Välj närproducerat för det minskar transporterna och därmed koldioxidutsläppen.
- Köp ekologiska varor. De har producerats utan gifter och konstgödsel.

FARLIGT AVFALL

Allting vi använder blir förr eller senare avfall. När saker slängs sprids också skadliga ämnen till miljön runt omkring: till luften och vattnet, till djur och växter. Det finns många exempel på hur skadliga ämnen hittar vägen tillbaka till oss människor.

Genom att ta vara på det farliga avfallet förhindrar vi att skadliga ämnen sprids och kommer ut i vår natur. Farligt avfall kan lämnas i miljöcontainern som cirkulerar runt på Åland och till uppsamlingspunkten i din kommun. Apoteken tar emot gamla mediciner och fotoaffärerna gamla fotokemikalier. Elektronikvaror tas emot av butikerna eller vid bemannade mottagningspunkter. Hör av dig till Ålands Problemavfall Ab om du har frågor som rör farligt avfall.

Farligt avfall är bland annat

- ackumulatörer och batterier
- kyl och frys
- batteridrivna leksaker och apparater
- oljerester, oljefilter, oljehaltiga trasor
- bekämpningsmedel och dess förpackning
- impregnerat virke
- fotokemikalier och -papper
- lösningsmedel (organiska)
- färgrester, lim och lack
- mediciner
- kvicksilvertermometrar
- lysrör, lågenergi- och halogenlampor

FAROSYMBOLER



Hälsoskadlig/
Irriterande



Mycket giftig/
Giftig



Frätande



Miljöfarlig



Extremt/
Mycket brandfarlig



Explosivt



Oxiderande



Måttligt hälsoskadlig
(frivillig symbol).

MILJÖMÄRKNING



Svanen är det nordiska miljömärket och innebär att produkten är bland de mest miljöanpassade i sitt slag. Svanen finns på bland annat tvättmedel, rengöringsmedel och trycksaker. Du kan också hitta Svanenmärkta hotell. www.svanen.nu



EU-blomman är EU:s miljömarke. På samma sätt som Svanen innebär EU-blomman att produkten hör till de mest miljöanpassade i sitt slag. Märket finns bland annat på målarfärg och textilier. www.blomman.nu www.eco-label.com



Bra Miljöval

Bra miljöval är Svenska Naturskyddsföreningens märke för produkter som är bättre alternativ med tanke på miljön. www.snf.se/bmv/index.cfm



Öko-Tex är en märkning för textilier som innebär att produkterna inte innehåller rester av bekämpningsmedel, tungmetaller, formaldehyd med mera. De får inte heller innehålla giftiga eller allergiframkallande ämnen.

www.oekotex.com www.ifp.se



TCO:s miljömärkning finns på skärmar, datorer och andra kontorsapparater. TCO har även tagit fram krav för miljömärkning för mobiltelefoner.

www.tcodevelopment.se



EnergyStar är en miljömärkning för energieffektiva produkter.

www.eu-energystar.org/se/index.html



FSC står för Forest Stewardship Council och omfattar trä- och andra skogsprodukter. Organisationen, som är internationell, har tagit fram riktlinjer för ett ekologiskt, ekonomiskt och socialt hållbart skogsbruk.
www.fsc-sverige.org



PEFC är ett europeiskt system för certifiering av ett hållbart skogsbruk.
www.pefc.org

Krav är den märkning som används i Sverige för ekologisk odling, Luomu är den finska motsvarigheten, och Ekologiskt jordbruk är EU:s märke.
www.krav.se www.finfood.fi/luomu
ec.europa.eu/agriculture/qual/organic/logo/index_sv.htm





Svalan betyder att en produkt rekommenderas av Astma och Allergiförbundet som ett bättre alternativ ur allergisynpunkt.

www.astmaoallergiforbundet.se/rek_prod

Det finns också en hel del andra märken som inte är egentliga miljömärken, till exempel märken som företag själva sätter på sina varor. Det finns skäl att vara lite misstänksam mot sådana märken, eftersom de inte nödvändigtvis bygger på en oberoende organisations krav och kontroll på samma sätt som ovannämnda märken.

MER INFORMATION

Ålands landskapsregering. Social- och miljöavdelningens verksamhetsområde är välbefinnandet hos människor, djur och miljö. Avdelningen har bland annat till uppgift att utveckla, planera, samordna, följa upp och utöva tillsyn över social-, hälso- och sjukvården samt miljöhälsovården och miljövården.
www.regeringen.ax/socialmiljo

Ålands Agenda 21-kontoret upprätthålls av Ålands Natur och Miljö och arbetar med information om hållbar utveckling och kopplingen mellan vårt vardagsliv och globala miljöfrågor.
www.agenda21.ax

Ålands Miljöservice (MISE) har ansvaret för avfallshanteringen i de flesta åländska kommuner. Är din kommun inte med i MISE kan du vända dig till ditt kommunkansli med frågor rörande avfallshanteringen.
www.mise.aland.fi

Ålands Problemavfall (ÅPAB) sköter om samordning av återvinning och insamling av farligt avfall på Åland.
www.apab.net

Statens miljöförvaltning verkar för hållbar utveckling, god livsmiljö, naturens funktionsförmåga och för bättre boende.
www.miljo.fi

Konsumentverken i Finland och Sverige är statliga myndigheter med uppgift att informera om konsumtion och ta tillvara konsumenternas intressen.
www.kuluttajavirasto.fi och www.konsumentverket.se

Giftinformationcentralen informerar om riskerna med de vanligaste hushållskemikalierna.
www.gic.se

Välj rätt för miljön

– enklare än du tror

Varje dag använder vi kemikalier på olika sätt. Många av dem kan vara skadliga, både för oss själva och för naturen. Den här broschyren hjälper dig som funderar på vad du kan göra för miljöns bästa.

Du får råd och tips om rengöring, målning, kläder, elektroniska produkter och mycket mer. Om du väljer de mest miljöanpassade produkterna och ser till att avfallet tas om hand på rätt sätt har du kommit en god bit på väg. Alla kan göra sin del – och det är lättare än du tror!

Broschyren är utgiven av Ålands landskapsregering i samarbete med Agenda 21-kontoret.

