

Ni hurtige råd

– lige til at hænge op

1.

Pas indeklimaet – luft ud og gør rent.

2.

Lav varieret mad og brug kun godkendt køkkengrej.

3.

Køb Svanemærkede plejeprodukter.

4.

Køb plejeprodukter uden parfume.

5.

Undgå de farligste ftalater.

6.

Vask alt nyt før brug.

7.

Smid gammelt, blødt plastlegetøj ud.

8.

Køb CE-mærket og uparfumeret legetøj.

9.

Stil voksenkemikalier uden for børns rækkevidde.



Grønne valg i hverdagen

0-6 årige nøjes ikke med at kigge på verden. De rører ved den, sutter på den og bider i den. Derfor er de ekstra udsat for al den kemi, som også er en del af vores hverdag.

I denne folder kan du læse Miljøstyrelsens råd til, hvordan du stiller skarpt på kemien i dit barns hverdag. Både i forhold til hvad dit barn reelt er udsat for, og hvordan du som forælder bør forholde dig til det.

Du kan downloade bogen: "Er der god kemi i dine børns hverdag?" på www.mst.dk/borger/kampagner.

Hvis du har spørgsmål, så kan du ringe til vores Servicecenter på tlf. 70 12 02 11 eller du kan skrive til os på info@mim.dk.

Besøg også vores store borgersektion på www.mst.dk/borger.

.....
MILJØMINISTERIET

Miljøstyrelsen

Miljøstyrelsen · Strandgade 29 · 1401 København K
mst@mst.dk · www.mst.dk



Er der god kemi i dine børns hverdag?

.....
MILJØMINISTERIET

Miljøstyrelsen

Hvor store mundfulde bør man indtage verden i?

Der er næppe noget mere livsbekræftende end et nysgerrigt barn, der indtager verden med hele kroppen. Alt er spændende. Og alt udforskes på alle tænkelige måder: Kan det krammes? Smager det godt? Kan det mon tygges? Og det gælder, uanset om vi taler om et æble, en bold eller et badeforhæng.

Som voksen vil du gerne give dit barn frihed til at opleve. Omvendt er 0-6 årige børn ekstra udsat i en verden, der er spækket med kemi. Så som forældre lyder spørgsmålene snarere: Er det klogt at kramme det? Bør mit barn sutte på det? Er det mon farligt at tygge i?

Miljøstyrelsen har lavet ni hurtige råd, der gør det nemmere for dig at tage stilling. Vil du have flere og mere uddybende svar, så tilbyder vi dig at downloade den gratis bog "Er der god kemi i dine børns hverdag?". Det gør du på www.mst.dk/borger/kampagner.



1 Pas indeklimaet – luft ud og gør rent.

Indeklimaet er faktisk en af vores største kilder til kemi. Derfor er det vigtigt at slå vinduer og døre op og få frisket luften 2x5 minutter hver dag. Kemikalierne fra elektronisk udstyr som tv, pc, dvd-afspiller og spillekonsol aflejrer sig bl.a. i støvet, så det er også vigtigt at få tørret af og støvsuget mindst én gang om ugen.

2 Lav varieret mad og brug kun godkendt køkkengrej.

Næsten al mad indeholder spor af kemiske stoffer. Og jo mere man spiser af én slags mad, jo mere af netop den type kemi får man indenbords. Derfor hjælper du dit barn ved at få det til at spise andet end livretterne. Tjek også, at du kun bruger godkendt køkkengrej – så undgår du selv at tilsætte unødigt kemi til maden.

5 Undgå de farligste ftalater.

Ftalater er en gruppe af stoffer, som bruges til at gøre PVC-plast blødt. Nogle ftalater er hormonforstyrrende, andre er ikke, mens andre igen er under mistanke. De farligste ftalater er DEHP, DBP, DIBP og BBP, som alle er hormonforstyrrende.

7 Smid gammelt, blødt plastlegetøj ud.

Hvis du ved, at det bløde plastlegetøj er produceret før 2007, er det bedst at smide det ud. Det kan indeholde de farlige ftalater, som har været forbudt i alt legetøj siden 2007, og i legetøj til børn under tre år siden 1999. Undgå af samme grund blødt plastlegetøj fra for eksempel loppemarkeder.

8 Køb CE-mærket og uparfumeret legetøj.

Alt legetøj til børn under 14 år skal mærkes med CE-mærket. CE-mærket er producentens eller importørens måde at vise, at produktet lever op til de sundheds- og sikkerhedskrav, der er dikteret af legetøjsreglerne. Køb også legetøj uden parfume, da mange parfumestoffer er allergifremkaldende.

3 Køb Svanemærkede plejeprodukter.

Miljømærkerne, bl.a. Svanen, garanterer dig, at produktet du køber er blandt de mindst miljø- og sundhedsbelastende. Svanemærket kosmetik indeholder ikke en række af de stoffer, som vi ved kan give allergi ved indånding eller hudkontakt. Og heller ikke stoffer, som EU mistænker for at være hormonforstyrrende.

6 Vask alt nyt før brug.

Tøj, sengetøj og håndklæder kommer helt tæt på kroppen, og nyt tøj og tekstiler kan indeholde et overskud af kemiske stoffer, når det er nyt. Derfor er det en god idé at vaske nyt, før du tager det i brug – og husk altid at følge vaskeanvisningen.

9 Stil voksenkemikalier uden for børns rækkevidde.

Sørg altid for at sætte børnesikre kapsler tilbage på flasken efter brug. Og placer alle voksenkemikalier, såsom kosmetiske produkter, vaske-, rengørings- og husholdningskemikalier, mygge- og loppebekæmpelsesmidler uden for børnenes rækkevidde.

4 Køb plejeprodukter uden parfume.

Parfume er en gruppe af stoffer, som kan give allergiske reaktioner. I produkter til børn er parfume unødvendig kemi. Hvis et plejeprodukt indeholder parfume, vil det være angivet med ordene "parfum" eller "aroma".

Ni hurtige råd