



HALL & GARDEROB - RÅD FÖR RIVSTART

- Använd näsan

Luktar kläder eller skor "kemiskt"? Kanske antimögemedel eller lösningsmedel. Stinker de badanka är det troligen mjukgörande ftalater. Luktar något konstigt så finns där något konstigt.

- Tvätta nya textilier före användning

Nya textilier kan innehålla mängder av ohälsosamma kemikalier som du inte vill ha på din hud eller i dina lungor. Tvätta nya kläder, lakan, kuddar, gosedjur... allt! Välj miljömärkta och oparfymerade tvättmedel.

- Förläng klädlivet

När du väl tvättat ur kemikalieresterna gäller det motsatta: Vädra ofta, tvätta mer sällan. Häng-torka istället för att torktumla så slits tyget mindre.

- Bojkotta antibakteriellt

Sportkläder som inte ska lukta svett innehåller biocider: giftiga inte bara för bakterierna utan oftast också för dig och för vattenlevande organismer.

- Fira fluorfri fritid

Funktionsplagg behandlas med ofta med perfluorerade ämnen som stöter ifrån sig vatten och smuts. De är skadliga och bryts ner extremt långsamt. Fluorfria alternativ finns - våga fråga! Också när du själv köper impregneringsmedel till exempel till skorna.

- Återanvänd

Second hand, klädbytdagar, kreativt lappade favoritjeans och ärvda kläder till barnen minskar kemikalieförbrukningen. Dessutom har de kemikalierester som fanns från början troligen tvättats ur. **Undantag: äldre regnkläder och annat av vinyl.**

- Handla miljömärkt och materialmedvetet

Ekologiskt odlad bomull och kläder med olika miljömärkningar är hårdare granskade än lagstiftningen kräver: mer skonsamma för både människor och miljö. Välj bort syntetfibrer som läcker mikroplaster i tvätten. Se vår lilla materialskola på nästa sida.

- Välj plast utan ftalater

Sportkläder, T-shirts och barnkläder med plasttryck innehåller ofta hormonstörande plastmjukgörare. Fråga efter PVC-fria alternativ.

- Sko dig kemikaliesmart

Plastskor och konstläder(plast) innehåller bl a mjukgörare. Asien-importerade skor kan innehålla starkt allergiframkallande antimögemedel. 85 % av allt äkta läder garvas med hjälp av krom, en mycket giftig tungmetall som inte bryts ner i naturen. Fråga efter naturgarvat (vegetabiliskt garvat) läder och miljömärkta skor. Köp kvalitetsskor som du vill ta hand om och modeller som går att reparera.

- Odlad din personliga stil

Köp få men väl valda plagg i kvalitet som håller. Satsa på signaturplagg som du vill använda mycket och länge, och som passar ihop med det du redan har. Mindre kemikalier i alla led.

