



Kemikalier – i förskolan

Uppdrag och aktiviteter för en kemikaliesmart förskola



Innehåll

Introduktion	3
Uppdrag 1: Leksak eller inte leksak?	4
Aktivitetskort 1: Pappdatorer och burktelefoner	8
Uppdrag 2: Rensa bland leksakerna!	9
Aktivitetskort 2: Strumpfilurer och strumpsorkar.....	13
Uppdrag 3: Pyssla klokt!	14
Aktivitetskort 3: Lera och älgar	18
Uppdrag 4 Kemikaliesmarta kök!	19
Aktivitetskort 4: Grillspett och grönsaker	23
Uppdrag 5: Köpa nytt? Köpa rätt!	24
Aktivitetskort 5: Vad betyder märket?.....	32
Uppdrag 6: Städa kemikaliesmart!	33
Aktivitetskort 6: Barnens egna städkort	37
Uppdrag 7: Ren utan problem!	38
Aktivitetskort 7: Sånger om handtvätt	42
Uppdrag 8: Vila och gosa giftfritt!	43
Aktivitetskort 8: Mysiga mjukisormar	47
Uppdrag 9: Koll på era kemiska produkter?	48
Aktivitetskort 9: Koll på farosymboler	52
Uppdrag 10: Kemikaliesmarta gårdar	53
Aktivitetskort 10: Pilkojor och Pinngarnar	61
Återanvänd smart-lista	62
Brev till vårdnadshavare	64
Affisch med alla uppdrag	65

Introduktion

Kemikalier i förskolan



Kemikalier finns lite överallt och de kan vara både bra och dåliga. Många kemikalier har vi människor stor nytta av, men vissa kan vara skadliga för människor och miljö.

Det finns kemikalier som kan skada genom att till exempel ge allergi och en del misstänks kunna påverka hormonsystemet eller nervsystemet. Barn är extra utsatta eftersom deras kroppar inte är färdigutvecklade. Små barn stoppar dessutom många saker i munnen – inte bara leksaker.

Du som arbetar på förskolan har en viktig roll för att minska mängden skadliga ämnen som barnen kommer i kontakt med.

I det här materialet finns 10 uppdrag och aktivitetskort för både pedagoger och barn. Vad är bra ur kemikaliesynpunkt och vad kan ni rensa bort? Hur är det med gamla mjuka plastleksaker eller bildäck på förskolegården? Här kan ni hitta både svar och tips på kemikaliesmarta aktiviteter som ni kan göra tillsammans med barnen. Gör allt från början till slut eller plocka de delar som passar er. Kanske har ni redan påbörjat detta viktiga arbete.

Uppdrag 1: Leksak eller inte leksak?

Det här uppdraget går ut på att leta efter och sortera bort prylar som inte är tänkta som leksaker från början.



Foto: Jenny Brandt

Varför är det viktigt?

Saker som inte är tänkta som leksaker kan innehålla miljö- och hälsofarliga ämnen. Barn är extra utsatta eftersom deras kroppar inte är färdigutvecklade. De befinner sig dessutom nära golvet (damm), smakar på mycket (inte bara mat) och andas och äter mer, i förhållande till sin kroppsvikt, än vad vuxna gör.

Det är bra att alltid använda sig av försiktighetsprincipen och välja det säkra före det osäkra. Barnen är det viktigaste vi har!



Vad ska bort?

Leta tillsammans efter prylar som inte är tänkta som leksaker från början och samla allt ni hittar på ett bord. De viktigaste prylarna att söka efter är:

- Gammal elektronik som tangentbord, mobiltelefoner och kameror. Dessa innehåller bland annat flamskyddsmedel och tungmetaller.
- Skor och väskor i konstskinn och plast – framförallt de av PVC-plast. Dessa kan innehålla tungmetaller och ftalater. Känner ni er osäkra – sortera bort!
- Smycken och kläder med metalledetaljer. Dessa kan innehålla bly, kadmium och nickel.
- Nycklar och kvitton. Nycklar kan innehålla bly och nickel. Kvitton kan innehålla bisfenol A.
- Byggmaterial som PVC-rör, armafex, kablar och tryckimpregnerat trä som används som lekmaterial. Dessa kan innehålla flamskyddsmedel, ftalater och tungmetaller.
- Teatersmink/smink för barn. Detta räknas som kosmetika. Innehållsdeklaration ska finnas på all kosmetika, men sminkprodukter för barn är ibland dåligt märkta eller saknar innehållsförteckning. Ta bort produkter som saknar innehållsförteckning, de kan till exempel innehålla allergiframkallande ämnen. Smink som är avsett för dockor ska inte användas på barn.

GÖR SÅ HÄR

Gör er av med sakerna på bordet. Genom att sortera bort detta från förskolan gör ni en betydande insats för att minska mängden farliga ämnen som barnen kommer i kontakt med. Och det finns mycket roligt att ersätta dessa prylar med. Några tips hittar ni på sista sidan.

Vill ni veta mer om flamskyddsmedel, ftalater, bisfenol A, bly, nickel m.m.? Sök efter dessa ämnen på Kemikalieinspektionens webbplats <https://www.kemi.se/>

PVC

PVC (polyvinylklorid) kallas ibland endast för vinyl. Det är en av de vanligaste plastsorterna och den är från början mycket hård. För att göra PVC mjuk tillsätts mjukgörare som t.ex. ftalater. Flera ftalater har visat sig vara särskilt farliga och begränsas nu delvis genom EU:s kemikalielagstiftning. Några ftalater är exempelvis förbjudna i alla leksaker och barnavårdsartiklar. Sakerna som sorteras bort i detta uppdrag räknas inte som leksaker.



Foto: Gewoldt / iStockPhoto.com

Var slängs prylarna?

Det beror lite på vilken kommun ni bor i och vilken lösning ni har på just er förskola. Åker ni själva till återvinningscentralen eller hämtas ert sorterade avfall av ett företag? Har kommunen en plan för *giftfri förskola* med speciella anvisningar? Ta reda på hur det fungerar hos er. Ni kan alltid fråga kommunen eller det lokala avfallsbolaget. Här kommer trots allt några generella tips.

Elektronik = Elavfall:

Ska inte slängas i vanliga soporna då det räknas som farligt avfall. Ta med eller skicka till återvinningscentralen.

Metallsmycken och nycklar:

Räknas som metallskrot. De ska inte slängas i "vanliga" metallåtervinningen (endast för förpackningar). Ta med eller skicka till återvinningscentralen.

Väskor och kläder

(av konstskinn och med metall detaljer): Eftersom det ni sorterat ut kan innehålla farliga ämnen bör det inte återanvändas. Små kläder och väskor kan oftast slängas i den vanliga soppåsen som går till förbränning (avgaserna renas) men större mängder blir istället grovsopor. Ta med eller skicka till återvinningscentralen.

Byggmaterial:

Grovsopor! Ta med eller skicka till återvinningscentralen.

Bra att veta om återvinning!

FTI:s återvinningsstationer (gröna behållare) är endast till för tidningar och förpackningar. Återvinningscentraler är bemannade stationer för bl.a. grovsopor, elektroniskt avfall, kyl och frys.

Hur involveras barnen?

Det är självklart viktigt att inte skrämman upp barnen men samtidigt kan det bli konstigt om roliga saker försvinner utan att ni pratar om varför. Prata, speciellt med de äldre barnen, om att vissa saker innehåller ämnen som inte är bra för kroppen. De passar inte som leksaker på en förskola där det finns mindre barn som stoppar det mesta i munnen. Vänd sedan fokus mot vad ni kan göra istället!

Kan ni göra pappersdatorer eller kartongtelefoner? Kan ni göra egna smycken? Kan ni sy väskor av återvunnet och tvättat tyg? Kan ni köpa enkla (tvättbara) tygväskor och pynta dem tillsammans? Kan ni bygga något av naturmaterial? Vad har barnen för idéer? Använd gärna aktivitetskortet till detta uppdrag för att komma igång.

En annan idé kan vara att involvera barnen som "spanare" i detta uppdrag. Låt barnen leta efter och samla ihop gammal elektronik. Prata om varför dessa inte är så bra som leksaker och uppfinn tillsammans bättre alternativ.

Kommunicera!

Berätta för vårdnadshavarna att ni jobbar med att rensa ut prylar som kan innehålla farliga ämnen. Berätta vilka gåvor ni gärna tar emot (t.ex. böcker och utklädningskläder – men utan konstskinn och metall detaljer) och vilka ni tackar nej till (de som ni sorterat ut i detta uppdrag).

HjdgU[] fbUca
? Ya [U]Y|bgdY_hcbYb|ggjXU"? Ya [U]Yf
]Vf|bgj UFXU|Î'ca j €XbUXg\ Uj UfbUj]"
}gUa Yf. \Hdg ##k k k" Ya |"gY#
Ya [U]Yf!|!j UFXU Yb# Ya [U]Yf!|!
Vf|bgj UFXU

Aktivitet 1: Pappdatorer och burktelefoner

*Vill ni göra kemikaliesmarta pappersdatorer eller kartongtelefoner tillsammans?
Här får ni tips och idéer.*

Samla allt material som kan behövas och låt barnen fundera på hur just deras dator, surfplatta eller telefon ska se ut. Vill de ha siffror på telefonen eller kanske en fin bild? Hur ska knapparna se ut eller ska det inte finnas några knappar alls? Vill de klippa ut bokstäver till datorn? Låt barnen använda sin fantasi!

Tips på material:

Kartong
Träbitar
Hårda knappar
Papperstidningar med fina bilder
Papper
Pennor
Saxar
Lim för barn



Vill ni att telefonerna ska fungera? Prova att göra burktelefoner tillsammans. Allt ni behöver är två pappersmuggar, snöre (eller garn) och en spik (eller något annat vasst). Gör ett litet hål i botten på de två muggarna och peta in snöret. Fäst snöret på insidan genom att knyta massa knutar eller sätta fast en knapp. Sedan är det bara att börja prata, och lyssna. Om snöret är rakt och spänt så kommer det att fungera. Prova er fram!

Uppdrag 2: Rensa bland leksaker!

Det här uppdraget går ut på att leta efter och sortera bort leksaker som är uttjänta eller inte är lämpliga för barn i alla åldrar.



Varför är det viktigt?

En del leksaker (både nya och gamla) kan innehålla miljö- och hälsofarliga ämnen. Regler för leksaker är strängare än för många andra varugrupper och EU:s regelverk utvecklas hela tiden, men det betyder inte att allt är frid och fröjd. Små barn som tuggar och suger på saker ska göra det på leksaker som är ämnade för det, det finns strängare regler för barn under 3 år. Vissa gamla leksaker kan innehålla ämnen som vi idag vet är farliga. Men vad ska bort? Det får ni reda på i detta uppdrag.



Foto: blackenz / iStockPhoto.com

Vad ska bort?

Leta tillsammans efter leksakerna i den här listan och samla allt på ett bord.

- Gamla, mjuka plastleksaker. Dessa kan exempelvis innehålla ftalater (mjukgörare) som nu är förbjudna. EU-reglerna har skärpts i omgångar, så ju nyare plastleksaker desto bättre. Samla alla mjuka plastleksaker som ni tror är tillverkade före 2007 och läs gärna mer om plast på nästa sida. Mjukt = det som är mjukare än Legoklossar.
- Plastleksaker som är kladdiga eller luktar. Det kan betyda att leksaken släpper ifrån sig farliga ämnen.
- Leksaker som doftar. Det kan vara allergiframkallande doftämnen.
- Vätskefyllda saker. Dessa kan innehålla mineralolja som kan orsaka kemisk lunginflammation om leksaken går sönder.
- Elektroniska leksaker. Kan innehålla flamskyddsmedel och tungmetaller, exempelvis bly. Elektriska och elektroniska leksaker är de som har batteri, sladd eller solceller.
- Trasiga leksaker där färgen/emaljen lossnar eller plasten har gått sönder. Förutom att barnen kan skada sig, så kan färgen innehålla bl.a. tungmetaller.
- Överväg även att rensa ut leksaker som inte är CE-märkta (Gäller leksaker köpta efter år 1990). CE-märkningen innebär att tillverkaren lovar att varan uppfyller de säkerhetskrav som EU ställer. Observera att CE-märket kan ha funnits på förpackningen, kan ha klipps bort från mjuka leksaker eller helt enkelt försvunnit med tiden. Alla leksaker utan CE-märkning behöver därför inte per automatik rensas bort men gärna ses över.

Gör så här

Gå igenom sakerna som ni samlat ihop. Genom att rensa bort dessa leksaker gör ni en betydande insats, men ni måste själva besluta vad som är rimligt att slänga just nu. Vissa saker kanske ni byter ut efter hand. Tips vid nyinköp hittar ni i uppdrag 5.

En viktig tumregel: Undvik att barn tuggar och suger på saker som inte är avsedda för det.



Foto: dohfygn / iStockPhoto.com

Var slängs leksakerna?

Var de utsorterade leksakerna ska slängas eller sopsorteras beror lite på vilken kommun ni bor i och vilken lösning ni har på just er förskola. Åker ni själva till återvinningscentralen eller hämtas ert sorterade avfall av ett företag? Har kommunen en plan för *giftfri förskola* med speciella anvisningar? Ta reda på hur det fungerar hos er. Ni kan alltid fråga kommunen eller det lokala avfallsbolaget. Här kommer några generella tips.

PLASTLESAKER:

Eftersom det ni sorterat ut kan innehålla farliga ämnen bör det inte återanvändas. Små plastleksaker kan slängas i den vanliga soppåsen som går till förbränning (och då renas avgaserna), men större mängder blir istället grovsopor. Ta med eller skicka till återvinningscentralen.

ELEKTRONISKA LEKSAKER = ELAVFALL:

Ska inte slängas i vanliga soporna då de räknas som farligt avfall. Ta med eller skicka till återvinningscentralen. OBS! Allt som drivs av batterier räknas som elavfall. Lösa batterier sorteras separat.

ÄR ALL PLAST FARLIG?

All plast är inte farlig men det är bra att använda sig av försiktighetsprincipen. Att minska antalet plastföremål på en förskola kan vara ett sätt.

I plasten finns kemikalier som ger den dess speciella egenskaper. PVC-plast är t.ex. en mycket hård plast från början, men den kan göras mjuk om mjukgörare som t.ex. ftalater tillsätts. Flera ftalater har visat sig vara särskilt farliga för hälsan. Mjukgörare som ftalater kan läcka ut ur leksakerna och tas upp av kroppen. Det finns strängare regler för leksaker som är till barn under 3 år och för de leksaker som är avsedda att stoppas i munnen och regelverket utvecklas hela tiden. Därför är det viktigt att barnen leker med leksaker som är avsedda för rätt ålder.

Vill ni veta mer om ftalater kan ni söka efter detta på Kemikalieinspektionens webbplats: <https://www.kemi.se/>

BRA ATT VETA OM ÅTERVINNING!

FTI:s återvinningsstationer (gröna behållare) är endast till för tidningar och förpackningar. Återvinningscentraler är bemannade stationer där bl.a. grovsopor, elektroniskt avfall, kyl och frys lämnas in.

Hur involveras barnen?

Det är självklart viktigt att inte skrämman upp barnen, men samtidigt kan det bli konstigt om roliga leksaker försvinner utan att ni pratar om varför. Prata, speciellt med de äldre barnen, om att vissa gamla leksaker kan innehålla ämnen som inte är bra för kroppen och att sådana inte passar så bra på en förskola där det finns mindre barn som stoppar leksakerna i munnen. Vänd sedan fokus mot vad ni kan göra istället!

Gör nya leksaker tillsammans med barnen! På aktivitetskortet till detta uppdrag hittar ni instruktioner för fina strumpfilurer (handdockor) eller strumpsorkar (gosedjur). Eller var kreativa och upptäck helt nya leksaker tillsammans med barnen. Använd gärna

var "återanvänd smart-lista" om ni skapar eget och titta på uppdrag 5 om ni ska köpa nytt.

Kommunicera!

Berätta för vårdnadshavarna att ni jobbar med att rensa ut prylar som kan innehålla farliga ämnen. Berätta vilka gåvor ni gärna tar emot (t.ex. tvättbara tygleksaker och hela kvalitetsleksaker) och vilka ni tackar nej till (de som ni sorterat ut i detta uppdrag). Tipsa gärna om Kemikalieinspektionens sida "Kemikalier i barns vardag" om vårdnadshavarna vill läsa mer. <https://www.kemi.se/kemikalier-i-vardagen/kemikalier-i-barns-vardag>

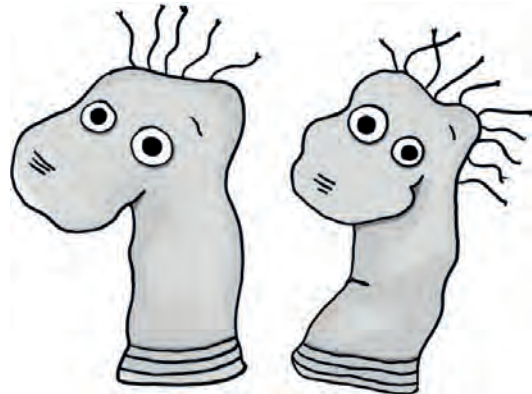
Aktivitet 2: Strumpfilurer och strumpsorkar

*Vill ni göra kemikaliesmarta strumpfilurer tillsammans?
Här får ni tips och idéer.*

Samla in omaka strumpor till förskolan och sedan är det bara att sätta igång. Strumpfilurer kan se ut lite hur som helst. För att få ögon på strumpfiluren kan ni sy fast knappar, rita eller limma fast små tygbitar (med barnvänligt lim förstås). Ni kan använda garn eller tyg som hår. Låt barnen använda sin fantasi och göra en alldeles speciell strumpfilur. Kanske går det att göra en lejonstrumpfilur eller varför inte en krokodil?

Det fiffiga med strumpfilurerna är att de kan vara handdockor i en dockteater. Både barn och vuxna kan sätta upp föreställningar när strumpfilurerna är klara.

Om ni vill kan ni stoppa tyg eller bomullstussar i strumpan innan ni börjar dekorera den. Knyt sedan fast ett snöre runt strumpan så att innehållet inte åker ut. På det här sättet får ni en gosig liten strumpsork istället.



Uppdrag 3: Pysla klokt!

Det här uppdraget går ut på att leta efter och sortera bort pyssel som inte passar på en förskola.



Foto: Jenny Brandt

Varför är det viktigt?

När barnen pysslar kan de komma i kontakt med miljö- och hälsofarliga ämnen i exempelvis lera, lim och färg. Det är bra att alltid använda sig av försiktighetsprincipen och välja det säkra före det osäkra. De allra minsta barnen bör t.ex. inte använda köpta leror och liknande produkter eftersom de stoppar allt i munnen.

När det gäller pyssel finns många bra alternativ. Det blir både roligt och lätt att göra rätt. Men vad ska bort? Det får ni reda på i detta uppdrag.

Vad ska bort?

Leta tillsammans efter pysselmaterial som inte passar på en förskola och samla allt ni hittar på ett bord. Det viktigaste är att söka efter:

- **Modellera och lekmassa av olika slag.** En del av dem innehåller PVC, t.ex. cernitlera, och kan innehålla skadliga ftalater. Naturliga leror kan ibland innehålla bly. (Roliga recept för egna leror följer med detta uppdrag.)
- **Material som inte saluförts som leksaker** t.ex. produkter som sålts i en konstnärsbutik för professionell användning. Dessa ska undvikas på förskolan eftersom de inte är avsedda för barn och därför kan innehålla olämpliga ämnen.
- **Pennor, färger, kriter och lim** som inte är avsedda för barn. Det ska tydligt framgå att de är för barn. Färger och lim för barn är oftast vattenbaserade och fria från lösningsmedel. Ta bort de med lösningsmedel (har en stark lukt).
- **Sudd som luktar eller innehåller PVC-plast.** Dessa kan innehålla allergiframkallande doftämnen och ftalater. Känner ni er osäkra – sortera bort!
- **Byggmaterial** som PVC-rör, armafex, kablar, bitar av plastgolv, slangar, däck och tryckimpregnerat trä som används till pyssel. Dessa kan innehålla flamskyddsmedel, ftalater och tungmetaller.
- **Förkläden och dukar av PVC-plast** (speciellt äldre). De kan innehålla skadliga ftalater.

TIPS!

Tänk också på att vädra när ni stryker pärlplattor eller laminerar.

BRA ATT VETA!

Regler för leksaker är strängare än för många andra varugrupper, men allt hobbymaterial räknas inte som leksaker.

Fråga gärna leverantören om hobbymaterialet klassas som leksak. Om inte, fråga om det trots allt ändå uppfyller motsvarande krav, med lågt innehåll av miljö- och hälsoskadliga ämnen. Fler tips inför inköp hittar ni i uppdrag 5.

EXEMPEL PÅ DET SOM RÄKNAS TILL LEKSAKER ÄR:

- **Färg, pennor och kriter** där det tydligt framgår att de är till barnlek
- **Modellera och lekmassor för barn** (men leror som ska härdas i ugn och modelleror som består av PVC bör ändå inte användas av de minsta barnen)

EXEMPEL PÅ DET SOM INTE RÄKNAS TILL LEKSAKER:

- **Många färger** (färgpennor, målarfärger, kriter osv.)
- **Kontorsmaterial**, t.ex. lim och tejp

GÖR SÅ HÄR

Gå igenom sakerna på bordet. Genom att rensa bort olämpligt pyssel gör ni en betydande insats, men ni måste själva besluta vad som är rimligt att slänga just nu. En del saker byter ni kanske ut efter hand. Tänk framförallt på att pysselmaterialet ska vara avsett för barn, att ni funderar en gång extra när ni återanvänder material och att ni tvättar händerna när ni pysslat klart.

Det är också viktigt att undvika att barnen tuggar och suger på saker som inte är avsedda för det.



Foto: Hemnja / iStockPhoto.com

Var slängs prylarna?

Var prylarna slängs eller sopsorteras beror lite på vilken kommun ni bor i och vilken lösning ni har på just er förskola. Åker ni själva till återvinningscentralen eller hämtas ert sorterade avfall av ett företag? Har kommunen en plan för *giftfri förskola* med speciella anvisningar? Ta reda på hur det fungerar hos er. Ni kan alltid fråga kommunen eller det lokala avfallsbolaget. Här kommer några generella tips.

FÄRG OCH LIM:

Ska inte slängas i vanliga soporna då det räknas som farligt avfall. Ta med eller skicka till återvinningscentralen. (Även vattenbaserade färger kan räknas som farligt avfall.)

ANNAT PYSSELMATERIAL:

Eftersom det ni sorterat ut kan innehålla farliga ämnen, bör det inte återanvändas. Små saker kan slängas i den vanliga soppåsen som går till förbränning (där avgaserna renas) men större saker blir istället grovsopor. Ta med eller skicka till återvinningscentralen.

BYGGMATERIAL:

Grovsopor! Ta med eller skicka till återvinningscentralen.

Bra att veta om återvinning!

FTI:s återvinningsstationer (gröna behållare) är endast till för tidningar och förpackningar. Återvinningscentraler är bemannade stationer för bl.a. grovsopor, elektroniskt avfall, kyl och frys.

Hur involveras barnen?

Precis som i de andra uppdragen kan det vara bra att prata med barnen om varför något rensas bort (speciellt de äldre barnen). Berätta att vissa pysselmaterial innehåller ämnen som inte är så bra för barn, men att det finns mycket roligt som kan användas istället!

Gör egen fingerfärg eller magisk lera och bygg skulpturer eller gör bokstäver med det ni hittar i naturen. På aktivitetskortet kan ni upptäcka nytt pyssel tillsammans med barnen. Eller låt barnen skapa eget av kemikaliesmarta material. Att återanvända material är ofta positivt, men ibland dyker det upp saker som inte passar som pysselmaterial på en förskola. Läs vår ”återanvänd smart-lista” för vägledning.

När det gäller förkläden kan ni alltid be vårdnadshavarna ta med gamla urtvättade T-tröjor som barnen kan ha på sig. Ni kan också köpa in nya förkläden. Se uppdrag 5 för tips vid inköp.

Kommunicera!

Berätta för vårdnadshavarna att ni jobbar med att rensa ut prylar som kan innehålla farliga ämnen. Berätta vilka gåvor ni gärna tar emot (pysselmaterial som är anpassat för barn) och vilka ni tackar nej till (de som ni sorterat ut i detta uppdrag). Tipsa gärna om Kemikalieinspektionens sida "Kemikalier i barns vardag" om vårdnadshavarna vill läsa mer: <https://www.kemi.se/kemikalier-i-vardagen/kemikalier-i-barns-vardag>

Aktivitet 3: Lera och älgar

Gillar ni att leka eller experimentera med lera? Här finns två kemikaliesmarta recept som ni kan prova tillsammans!

Förskolan Trollebos fina leklera

Blanda ihop:

- 4–5 dl vetemjöl
- 2 dl salt
- 1/2 dl matolja
- 1 msk citronsyra

Häll sedan, tillsammans med en vuxen, i varmt vatten tills leran blir lagom kladdig.

Visste ni förresten att det går att göra älgar av toarullar och grenar? Titta på bilden och försök att tillverka era egna toarullsdjur. Kanske kommer ni på ännu fler varianter tillsammans?

En magisk smet för regniga dagar

Blanda 1 dl stärkelse (potatismjöl) med ungefär 1 dl vatten. Smeten blir hård när ni rullar den i handen och flyter iväg när ni håller handen still. Om den torkar är det bara att hälla i lite mer vatten så fungerar det igen.



Uppdrag 4: Kemikalie- smarta kök!

*Det här uppdraget handlar om vad som är viktigt
för att göra köket mer kemikaliesmart.*



Foto: Henjua / iStockPhoto.com

Varför är detta viktigt?

Oönskade kemikalier kan hamna i maten på olika sätt, t.ex. vid odling och djuruppfödning, produktion, tillagning eller servering. Barn är extra utsatta eftersom deras kroppar inte är färdigutvecklade. Dessutom äter barn mer, i förhållande till sin kroppsvikt, än vad vuxna gör.

Det här är ett viktigt område där förskolor kan se över sina rutiner och det är alltid bra att använda sig av försiktighetsprincipen. Råden i detta dokument är till viss del förenklade för att minska risken för felanvändning av olika material i köket. Välj det säkra före det osäkra!

Bra att veta i köket

Läs igenom texten och rutorna i detta uppdrag. Gå sedan igenom innehållet tillsammans i personalgruppen. Gå varvet runt och ta upp det som ni inte kände till sedan tidigare. Försök att tillsammans markera punkter som är viktiga för er att ta tag i.

1. Gör en grön prick vid det som redan är ok på er förskola.
 2. Gör en röd prick vid det som ni vill åtgärda omedelbart.
 3. Gör en gul prick vid det som ni ska tänka på framöver, t.ex. vid inköp.
 4. Bestäm vem som gör vad och när detta ska ske.
- Plastredskap för tillagning och servering av varm mat ska vara godkända att klara höga temperaturer. Märkning som visar detta ska finnas på produkten eller förpackningen som den levererades i. Är ni osäkra kan ni fråga leverantören eller sortera bort. Använd gärna porslin eller glas när ni värmer mat.
 - Svarta plastredskap av polyamidplast (nylon), har i vissa fall visat sig läcka skadliga ämnen som exempelvis anilin (MDA). Om ni har svarta köksredskap kan ni antingen fråga leverantören om det finns någon garanti för att redskapen inte innehåller anilin eller helt enkelt byta ut dem till metall- eller träredskap.
 - Ni bör inte använda en förpackning i mikrovågsugn, om det inte finns märkning som visar att det går bra.
 - Matförpackningar (som t.ex. glasslådor) är inte gjorda för att återanvändas till annan mat än den som de är avsedda för. Då kan oönskade ämnen hamna i maten. Risken kan vara större om uppvärmning sker i förpackningen. Om du är osäker bör de sorteras bort.
 - Undvik att förvara mat i repiga plastförpackningar.
 - Handskar av vinyl (PVC) kan innehålla skadliga mjukgörare. Mjukgörarna kan frigöras vid användning och hamna i maten. Om handskar behövs kan handskar av polyeten (PE) eller nitril vara ett alternativ. Titta även efter "glas och gaffel"-symbolen eller någon text som visar att handskarna får komma i kontakt med livsmedel. Används felaktiga handskar på er förskola? Byt ut eller använd god handhygien.
 - Välj gärna plastfilm av polyeten (PE) istället för PVC (vinyl) som innehåller mjukgörande ämnen. PVC-plastfilm kan vara problematiskt i kontakt med fel sorts livsmedel.
 - Aluminium (som folie, vissa kastruller och engångskärl) ska inte användas till förvaring av sur mat för då kan aluminium lösas ut i livsmedlet. Exempel på sur mat är saft, kräm, juice, bärpaj, tomatsås och vinäger.
 - Diskunderlägg, skärbrädor och diskmedel ska inte innehålla antimikrobiella ämnen eftersom de kan vara skadliga för människa och miljö. Är ni osäkra på vad ni har kan ni fråga leverantören eller sortera bort. →

- "Non-stick"-material som kan finnas på exempelvis stekpannor, ugn formar och skärbrädor är ifrågasatt ur miljösynpunkt då det kan innehålla bl.a. perfluorerade ämnen. Enligt Livsmedelsverket finns inga hälsorisker förknippade med användningen, men många förskolor väljer att ersätta dessa med rostfritt, gjutjärn och trä (skärbrädor).
- Bisfenol A (BPA) är ett omdiskuterat ämne. BPA kan finnas på insidan av konservburkar och i plasttallrikar/glas/karaffer gjorda av vissa polykarbonatplaster(PC). BPA är förbjudet i nappflaskor i hela EU. Sverige har ett eget förbud mot BPA i matförpackningar för barn upp till tre år. Många förskolor väljer av försiktighetsskäl bort både konservburkar och serviser av polykarbonat. Vissa kommuner har också tagit beslut om BPA i sina kemikalieplaner.
- Använder ni konservburkar är det viktigt att inte förvara mat i öppnade konservburkar. Metaller från burken kan läcka ut om det skyddande innerskiktet är skadat.
- Märkningen med "glas och gaffel"-symbolen eller orden "till livsmedel" visar att varan får komma i kontakt med livsmedel. Denna märkning ska finnas på allt i köket (på produkten eller förpackningen som den levereras i). Om det är uppenbart att produkten är avsedd för livsmedel behövs ingen märkning (t.ex. på bestick).
- När det gäller dricksvatten bör man spola i vattenkranen tills vattnet är riktigt kallt. Varmt vatten kan bland annat innehålla bly och koppar som kommer från ledningarna.

Ni kan läsa mer på www.kemi.se eller www.livsmedelsverket.se

Var slängs prylarna som sorterats bort?

Var prylarna som sorterats bort ska slängas eller sopsorteras beror lite på vilken kommun ni bor i och vilken lösning ni har på just er förskola. Åker ni själva till återvinningscentralen eller hämtas ert sorterade avfall av ett företag? Har kommunen en plan för giftfri förskola med speciella anvisningar? Ta reda på hur det fungerar hos er. Ni kan alltid fråga kommunen eller det lokala avfallsbolaget. Här kommer några generella tips.

Förpackningar återvinns i kärl för just förpackningar medan annan köksutrustning oftast sorterar som grovsopor! Ta med eller skicka till återvinningscentralen.

Ekologisk mat

Många förskolor ökar andelen ekologisk mat. Ekologiska val minskar kemikalieanvändningen i jordbruket och minskar därmed spridningen av kemikalier i miljön.

Exempel på varor att byta ut är:

- Bananer och vindruvor (inklusive russin)
- Mejeriprodukter
- Kött
- Potatis
- Kaffe

Läs mer här:

www.livsmedelsverket.se/livsmedel-och-innehall/ekologisk-mat1/

www.naturskyddsforeningen.se/artiklar/5-viktiga-varor-att-byta-till-eko/

Plast i köket?

När det gäller arbetsredskap och servis finns många saker att ta hänsyn till (hygien, vikt, buller m.m.), men många förskolor väljer bort plast som en försiktighetsåtgärd då plast idag är mycket omdiskuterat. Istället används porslin, glas och rostfritt eller trä. Många behåller plastservis till utflykter.

Hur involveras barnen?

Ju mindre onödigheter i maten desto bättre, är det ofta ur kemikaliesynpunkt. Passa på att väcka ett intresse hos barnen för råvaror och matlagning från grunden när ni gör detta uppdrag. Kanske följer intresset med barnen senare i livet? Undersök tillsammans var maten kommer ifrån, eller vad det finns för ingredienser i en maträtt. Kan ni visa alla ingredienser var för sig och undersöka dem med era sinnen? Odlå gärna några av ingredienserna själva eller laga något tillsammans! På aktivitetskortet till detta uppdrag tipsar vi om enkla grönsaksspett.

Vill ni ha mer inspiration?

Livsmedelsverket har samlat förskolepedagogers och förskolekockars

idéer kring hur ni på ett roligt och lärorikt sätt kan involvera måltiden i verksamheten. Läs mer här: <https://www.livsmedelsverket.se/matvanor-halsa--miljo/maltider-i-vard-skola-och-omsorg/forskola>

Kommunicera!

Berätta för vårdnadshavarna att ni jobbar med att göra köket mer kemikaliesmart. Det brukar vara mycket uppskattat! Tipsa gärna om Kemikalieinspektionens sida "Kemikalier i barns vardag" om vårdnadshavarna vill läsa mer: <https://www.kemi.se/kemikalier-i-vardagen/kemikalier-i-barns-vardag>

Aktivitet 4: Grillspett och grönsaker

Ju mindre onödigheter i maten desto bättre är det ofta ur kemikaliesynpunkt. Vill ni väcka ett intresse för råvaror och matlagning hos barnen?

Pröva att grilla grönsaker tillsammans vid nästa utedag! Låt barnen göra varsitt eget grillspett med grönsaker (eller spett med kalla grönsaker om ni inte har grillmöjligheter) och prata om det ni äter.

Vad heter grönsakerna? Var kommer de ifrån? Hur växer de? Hur smakar de? Vad betyder det om en grönsak är ekologisk? Vilka grönsaker skulle barnen vilja odla?

Visa gärna bilder på grönsaksplantorna när barnen gör sina spett (om ni inte har riktiga plantor att visa upp förstås).



FÖRENKLAT OM EKOLOGISKA GRÖNSAKER

Om en grönsak är ekologisk så användes inga gifter när den odlades. Den som odlat grönsaken har helt enkelt tagit extra mycket hand om alla växter och djur runt omkring.

Uppdrag 5: Köpa nytt? Köpa rätt!

Det här uppdraget handlar om att tänka kemikaliesmart vid inköp.



Foto: Berrardasu / iStockPhoto.com

Varför är det viktigt?

Genom att tänka till vid inköp så kommer förskolan successivt att bli bättre ur miljö- och hälsosynpunkt. Ibland kan det kännas krångligt att välja varor. Vad är egentligen bäst ur kemikalisympunkt? I det här uppdraget finns tips som kan underlätta.



Foto: CreativaImages / iStockPhoto.com

Lär er mer tillsammans

Det här uppdraget är bra att titta på innan ni ska köpa något. Gå igenom alla tips tillsammans i personalgruppen och samtala sedan kring frågorna.

- 1. Vad fungerar bra med inköpen idag? Vad skulle ni vilja utveckla vidare?**
- 2. Känner ni igen några av de miljömärkningarna som tas upp i detta uppdrag? Finns någon av dem med i de produktkataloger ni använder för inköp?**
- 3. Vad är viktigt för er när ni beställer leksaker och hobbymaterial till verksamheten? Hur kan ni göra för att få med kemikalieaspekter när ni väljer?**
- 4. Vem beställer städ- och köksutrustning till er verksamhet? Kan ni påverka dessa inköp för att göra dem mer kemikaliesmarta? Hur?**
- 5. Hur går det till när ni köper möbler till verksamheten? Kan ni påverka dessa inköp om de inte är kemikaliesmarta? Hur?**

Har ni bråttom med att beställa något kan ni alltid leta upp tipsen ni behöver och spara frågorna till ett senare tillfälle.



Foto: Fascinadora / shutterstock.com

Tips vid inköp

Viktigt om upphandling!

Om ni jobbar på en kommunal förskola kan det vara så att upphandlaren redan ställer krav på miljöprestanda och kemikalieinnehåll i själva upphandlingen. Ta kontakt med upphandlaren om ni inte redan vet svaret på följande frågor.

- Har det ställts krav på miljöprestanda och kemikalieinnehåll i upphandlingen?
- Är varorna som är att föredra ut miljö- och hälsosynpunkt markerade på något sätt i produktkatalogerna?

Även om det ställts krav i upphandlingen behöver det inte betyda att alla varor och produkter i det upphandlade sortimentet är lika bra. Här har ni som förskolepersonal en viktig roll. På nästa sida kommer tips som kan underlätta era val. Samma tips gäller självklart även förskolor som inte är kommunala.

FRÅGA LEVERANTÖREN

Kom ihåg att ni alltid kan fråga leverantören om ni känner er osäkra. Kanske har ni även en person på kommunen som är ansvarig för *giftfria förskolor*, eller någon liknande satsning, som kan svara på era frågor. Kommunala förskolor beställer "avropar" från det upphandlade sortimentet (Se mer information till vänster).

Vi har valt att förenkla tipsen nedan så mycket som möjligt, men använd gärna Kemikalieinspektionens webbplats om ni vill veta mer (www.kemi.se).





Leksaker

(se även uppdrag 1 och 2)

Om det inte är tydligt, fråga gärna leverantören

- om det gjorts tester som visar att leksakerna uppfyller de kemikaliekraav som gäller för leksaker
- om leksakerna är anpassade för förskolebarnens ålder (kraven är strängare för leksaker till barn under 3 år, samt för de leksaker som är tänkta att stoppas i munnen).
- om det finns miljömärkta leksaker eller motsvarande.
- om träleksaker är gjorda av homogent trä (hela trästycken och ej spånskivor).
- om tygleksaker är fria från flamskyddsmedel, formaldehyd och vatten-, fett- och smutsavvisande ytbehandlingar.
- om leksakerna är tvättbara. Genom att tvätta textilleksaker kommer ni långt.

Alla leksaker ska vara CE-märkta (läs mer om CE-märkning senare i detta uppdrag)

Om plastleksaker

För att göra plast mjuk används olika kemikalier som kallas mjukgörare. Dessa kemikalier kan läcka ut ur plasten. Alla plastmaterial är inte skadliga men det är bra att använda sig av försiktighetsprincipen. Att minska antalet plastföremål på en förskola kan vara ett sätt.

Många väljer att undvika framförallt PVC-plast, polykarbonatplast (PC) och plast som innehåller mjukgörare (t.ex. ftalater).





Foto: Andrey Arnyagov / shutterstock.com

Köksutrustning (se även uppdrag 4)

Allt som används i kontakt med mat ska vara avsett för detta ändamål. Fråga leverantören om detta inte framgår tydligt.

Det är bra att:

- välja handskar av polyeten (PE) eller nitril (istället för PVC/vinyl).
- välja glas, porslin, rostfritt och trä framför plast, speciellt i kontakt med varm mat.
- välja stekpannor och kastruller tillverkade av exempelvis rostfritt stål, kolstål eller gjutjärn framför stekpannor och kastruller med "non-stick"-beläggning (om det fungerar ur arbetsmiljösynpunkt).
- välja skärbrädor, disktrasor och husgeråd utan antimikrobiell behandling eller "non-stick"-beläggning (perfluorerade ämnen).
- välja glasförpackningar, kartongförpackningar eller frysförpackningar framför konserverburkar.

Möbler och textilier (se även uppdrag 8)

Fråga gärna leverantören om det finns:

- textilprodukter t.ex. sängkläder med miljömärkning eller motsvarande.
- textilprodukter t.ex. gardiner, dukar, vaxdukar, förkläden och madrassöverdrag som är fria från flamskyddsmedel, ytbehandlingar med fluorerade ämnen och ftalater.
- madrasser och stoppade möbler som inte innehåller flamskyddsmedel (om det finns inte brandskyddsregler som motsäger detta).
- madrasser och kuddar i annat material än skumgummi, t.ex. bomulls-, ull- eller polyestervadd. Tips! Att vädra nya skumgummimadrasser ordentligt någon dag innan användning fungerar också.
- möbler med färger och lacker som är miljömärkta eller motsvarande.
- möbler utan förkromade detaljer (metalldelar på möbler).





Foto: BOONROONG / shutterstock.com

Städa, sköta och tvätta (Se även uppdrag 6 och 7)

Fråga gärna leverantören om det finns:

- handskar av polyeten (PE) eller nitril (istället för PVC).
- torra papperstvättlappar som blöts med vatten (dessa innehåller inte parfym och konserveringsmedel).
- tvättmedel, tvålar, krämer och städprodukter som är både miljömärkta och parfymfria.
- städprodukter t.ex. handdiskmedel, rengöringsmedel, golvpolsk och fönsterputs, utan perfluorerade ämnen och antimikrobiella medel (med undantag för handsprit om det finns riktlinjer att använda sådan).
- miljömärkta blöjor.

Bra att veta: Skötbord räknas som barnavårdsartiklar och omfattas av lagstiftningen där exempelvis vissa ftalater idag är förbjudna.

Hobbymaterial (se även uppdrag 3)

Fråga gärna leverantören om det finns:

- material som uppfyller de kemikaliekrav som gäller för leksaker (allt hobbymaterial klassas nämligen inte som leksaker).
- lim och färg som är avsedda för barn, vattenbaserade och fria från lösningsmedel.
- färger, lim och papper med miljö/hälsomärkning.
- stärkelsebaserade limstift, utan lösningsmedel och råolja-baserade komponenter
- modell- och leklorer som är baserade på vegetabiliska vaxer och oljor eller bivax.

Tips! Gör egna leror! Recept finns kopplat till uppdrag 3.



Svanen



Bra Miljöval



Oeko-Tex



Astma och
Allergiförbundet

Svalan



Oeko-Tex



GOTS



CE-märket

Några märkningar som är bra att känna till

Dessa märken innebär bl.a. att krav har ställts på kemikalieanvändningen.

Lär er ännu mer om miljömärkningar på Konsumentverkets webbsida www.hallakonsument.se där också en mer utförlig tabell över märkningar inom miljö och hållbarhet finns.

- Svanen, Bra Miljöval och EU Ecolabel är tre oberoende miljömärkningar för produkter och tjänster.
- Svalan är Astma- och Allergiförbundets märke på produkter med låg allergirisk.
- Oeko-Tex är en märkning för textilier som testats för ett urval skadliga ämnen, till exempel allergiframkallande färgämnen och metaller.

- GOTS är en internationell märkning för tyg. Märkningen ställer krav på att tyget ska innehålla minst 95 procent ekologiskt material.

Vissa produkter, exempelvis leksaker och elektrisk eller elektronisk utrustning för hemmabruk, ska vara CE-märkta. CE-märket innebär att varan uppfyller de europeiska säkerhetskraven och hjälper dig att välja säkra produkter. Vid kontroll har det dock visat sig att det inte alltid stämmer. Det är företagen själva som märker produkterna utan att de regelmässigt granskas av någon annan. Det finns också märken som påminner om den europeiska CE-märkningen, men som inte är det. Men på dessa varor är avståndet mellan C och E tätare. För att den europeiska CE-märkningen ska vara korrekt ska den se ut som märkningen här bredvid.

Källa: Kemikalieinspektionens ”Kemikalier i barns vardag”

Hur involveras barnen?

Att kunna konsumera på ett miljö- och hälsomedvetet sätt är inte alltid lätt, men det är en viktig pusselbit för att minska mängden farliga ämnen i vår vardag. Till detta uppdrag kan ni involvera barnen på olika sätt. Här finns två olika förslag.

1. Lär er mer om miljömärkningar. Undersök miljömärkningen Svanen, KRAV eller något annat märke. Vad betyder märket? Kan ni hitta märket någonstans på förskolan? Har barnen sett märket hemma eller i affären? På vad? Bli Miljömärkes-spanare tillsammans! Se aktivitetskortet för mer inspiration.
2. Prata med barnen om vad som är viktigt att tänka på när ni ska köpa nya saker till förskolan. Inspireras av våra öppna frågor och lyssna på barnens kloka tankar och funderingar.

- Vad är en bra leksak egentligen? Vad har barnen för spontana tankar? Hur tänker ni som vuxna? (Rolig? Fin? Hållbar? Spännande? Inte giftig eller vass?)
- Varifrån kommer leksakerna på förskolan? Vad är de gjorda av? Vem har gjort sakerna? (Ta gärna med några olika leksaker till samlingen och titta på dem)
- Finns det onödiga leksaker? Hur tänker barnen?

När ni pratar konsumtion med barnen är det viktigt att de inte skuldbeläggs för rutiner och vanor i sina hem. Barnen har begränsade möjligheter att påverka de vuxnas beteende och ska inte känna ansvar för dessa. Det handlar mer om att så små frön hos barnen så att de kan göra medvetna konsumtionsval när de själva blir vuxna.



Aktivitet 5: Vad betyder märket?



Det här är några vanliga märkningar som syns i våra mataffärer. Men vad betyder de? Ta reda på mer tillsammans! Vilka frågor och funderingar har barnen? Kan ni hitta märkningarna någonstans på förskolan? Passa på att ta en tur till affären för att tillsammans spana efter märkena där. Låt gärna barnen förbereda några frågor till butikspersonalen. I rutorna finns mycket förenklade beskrivningar till barnen.

Om ni hittar Svanen eller Falken (Bra Miljöval) på något i affären, till exempel en tvål, då betyder det att den som har gjort tvålen har tänkt lite extra på att växter, djur och människor inte ska skadas när tvålen tillverkas eller används.

Om ni hittar någon KRAV-märkt mat i affären, till exempel potatis, då är potatisen ekologisk. Det betyder att den som har odlat potatisen har tagit extra mycket hand om alla växter och djur runt omkring potatisakern och inga gifter har släppts ut i naturen.

Om ni hittar den här svalan på något i affären, till exempel en salva, så betyder det att den salvan är extra bra för huden, speciellt för personer med känslig hud. I salvan finns då inga parfymer eller ämnen som kan irritera eller orsaka allergi.

Villni veta mer?

Här kan ni läsa mer om Svanen: www.svanen.se

Här kan ni läsa mer om Bra Miljöval: www.bramiljoval.se

Här kan ni läsa mer om Astma- och Allergiförbundets märke: astmaoallergiforbundet.se

Här kan ni läsa mer om KRAV: www.krav.se



Uppdrag 6: Städa kemikaliesmart!

Det här uppdraget går ut på att se över städrutinerna på förskolan, så att även de blir kemikaliesmarta.



Varför är detta viktigt?

En hel del oönskade kemikalier samlas i dammet. Om städningen fungerar bra på en förskola minskar därför mängden miljö- och hälsofarliga ämnen som barnen kommer i kontakt med.

Det kan också finnas anledning att se över vilka städprodukter som används på förskolan (rengöringsmedel m.m.). Städprodukter innehåller kemikalier och det är viktigt att välja smart, använda städprodukterna på rätt sätt samt förvara dem klokt. Gör ni detta har ni kommit en bit på vägen mot en kemikaliesmart förskola.

Att förbättra	Vems ansvar?	Att ta reda på	Vems ansvar?

Hur ser städningen ut på er skola?

Ta lite mötestid för att prata om städrutiner! Här finns frågor och tips som ni kan utgå ifrån. Det är bra om förskolechefen är med under detta samtal. Det är förskolechefen eller delegerad persons ansvar att se till att lokalerna är rena och välsköta. Anteckna vad som sägs så att ni lätt kan skriva en ”att göra”- lista. Ta gärna hjälp av rubrikerna i bilden ovan när ni gör er egen lista.

Frågor att utgå från

- Hur fungerar städningen på förskolan i stort? Vad fungerar bra/mindre bra?
- Finns det en tydlig ansvarsfördelning där det framgår vad en eventuell städfirma respektive verksamheten ska göra (så att inget faller mellan stolarna)? Kan något förbättras här?
- Hjälper pedagoger och barn till för att underlätta städningen? (t.ex. genom att plocka undan). Vad kan förbättras?
- Förvaras leksaker, pyssel m.m. på ett bra sätt för att underlätta för städningen? Vad kan förbättras?
- Finns det rutiner för tvätt av textilier (filtar, mjukdjur, mattor och eventuella gardiner)? Vad kan förbättras?
- Finns det rutiner för vad som ska ske om en lågenergilampa går sönder? Vad kan förbättras?

- Finns det rutiner för vädring i samband med städningen? Vad kan förbättras?
- Städas högt belägna ytor så ofta att damm inte samlas? Vad kan förbättras?
- Är produkterna (rengöringsmedel m.m.) som används vid städningen lämpliga ur kemikaliesynpunkt? Är de miljömärkta? Används rätt produkter för rätt typ av golv? Dessa frågor kan vara knepiga att svara på, men det är viktigt att förskolechefen eller annan ansvarig tar reda på svaren.
- Har specifika krav ställts vid upphandlingen av städentreprenör (om ni är en kommunal förskola)?
- Hur och var förvaras städprodukterna? Vad kan förbättras?
- Finns det rutiner för att följa upp städningen, både den egna och den som en eventuell städfirma utför?

Folkhälsomyndighetens allmänna råd om städning i skolor, förskolor, fritidshem och öppen fritidsverksamhet hittar ni här: www.folkhalsomyndigheten.se/publicerat-material/publikationsarkiv/f/fohmfs-201419/

Städtips

Naturskyddsföreningen:

Städningen på förskolan är viktig eftersom många av miljögifterna samlas i dammet där barnen leker. Särskilt de minsta barnen får i sig miljögifter via dammet. Dammtorkning och moppning av golven några gånger i veckan är bra. Det ska göras när barnen inte är i lokalerna eftersom dammet rörs runt i luften under städningen. Ett snabbt korsdrag när man städar är heller inte fel.

/ Naturskyddsföreningen.

Läs mer: <https://www.naturskyddsforeningen.se/inspiration-tips-och-verktyg/13-punkter-som-giftbantar-forskolan/> (hämtad 2021-12-28)

SISAB:

Felaktig städning kan bidra till direkta hälso- och miljöproblem. Det vanligaste felet är att man vid städning använder för mycket vatten på golven. Fukten ligger då kvar under golvsocklar och trösklar. Om golvet är belagt med linoleummatta kan till exempel för mycket vatten och felaktig städning leda till en nedbrytning av mattan. Fukten påskyndar då även nedbrytning av material i väggar och golv vilket bidrar till dålig luft som kan leda till olika hälsoproblem. Självklart får ingen bli sjuk av att vistas i våra skolor! Vi ser idag hur allergier hos barnen blir allt vanligare i vårt samhälle. Tyvärr kan forskarna inte exakt peka på vad som orsakar många av allergierna men man vet att bra städning är extra viktigt för barn med allergier. Genom att nivån av damm, partiklar och smuts hålls på en låg nivå minskar de allergiska reaktionerna.

/Städhandboken, SISAB (Skolfastigheter i Stockholm AB).

Läs mer: <https://sisab.se/globalassets/2-hyresgast/stadning/stadhandboken.pdf> (hämtad 2021-12-28)

Sundbybergs kommun:

Alla nya textilier ska tvättas innan användning, det gäller även kuddar och mjukdjur. Nya textilier kan innehålla rester av kemikalier från tillverkningen och mycket av dem försvinner vid tvätt. Det är viktigt att tvätta alla textilier som gardiner, filter och mjukdjur regelbundet eftersom textilier samlar damm och damm binder diverse skadliga ämnen.

/Sundbybergs handlingsplan för giftfria förskolor.

Läs hela här: https://www.sundbyberg.se/download/18.21158211145d3afd3fo7ec64/1399561037734/giftfria%20of%C3%B6rskolor_a4.pdf (hämtad 2021-12-28)

Nacka kommun:

Städrutiner ska finnas där det framgår vem som städar, var, hur och hur ofta. Här ska även storstädning och rengöring av textilier, möbler, leksaker, ”taylor” (t.ex. lysknappar och dörrhandtag) och gymnastiksalarna ingå. Rum där barn och elever vistas stadigvarande samt hygienutrymmen ska städas dagligen. Städningen kommer att bli bättre om lokalerna planeras och inreds för att vara lättstädade. Att använda hela och släta ytskikt är ett exempel. Ett annat är att förvara leksaker och annan utrustning i lådor som är enkla att flytta. Utökad städning kan behövas av särskilt belastade miljöer. Högt belägna horisontella ytor, ventilationsdon, lampor och liknande ska städas i den omfattning som behövs för att undvika att damm samlas. Stoppade möbler och textila mat-tor bör dammsugas varje dag. Gardiner, draperier, textila leksaker, utklädningskläder, madrasser med mera bör tvättas minst två gånger per år. Gymnastikredskap ska rengöras i tillräcklig omfattning. En gång per månad kan vara lämpligt.

/Egenkontroll för hälsa och miljö – så funkar det, Nacka kommun. Läs hela broschyren här: <https://www.nacka.se/arbete-foretagande/tillstandsguiden/alla-tillstand/skola-forskola-fritidshem---anmalan/undervisningslokal-egenkontroll/> (hämtad 2021-12-28)

Hur involveras barnen?

När lokalerna städas är det bra om barnen inte är inomhus eftersom en hel del damm rörs upp i luften. Men barnen kan självklart vara med och plocka undan så att lokalerna blir mer lättstädade. På aktivitetskortet till detta uppdrag kan ni hitta inspiration för att göra undanplockningen roligare.

Kommunicera!

Berätta för vårdnadshavarna att ni jobbar med att få förskolan mer kemikaliesmart. Det brukar uppskattas! Tipsa gärna om Kemikalieinspektionens sida "Kemikalier i barns vardag" om vårdnadshavarna vill läsa mer. <https://www.kemi.se/kemikalier-i-vardagen/kemikalier-i-barns-vardag>

Aktivitet 6: Barnens egna städkort

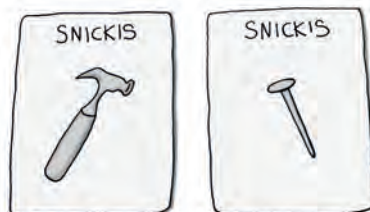
*Att få bort damm är kemikaliesmart och barnen kan hjälpa till genom att plocka undan innan städning. Vill ni göra undanplockningen lite mer spännande och till ett roligt moment för barnen?
Pröva att göra städkort tillsammans!*

Börja med att prata om städning. Hur tycker barnen att ett rent och städat rum ser ut? Vad är viktigt för dem?

Klipp nu ut lagom stora kort i vit kartong och skriv rummets namn som rubrik på varje kort, t.ex. pysselhörnan, snickarrummet m.m. Gör lika många kort som ni har barn på avdelningen och gör fler kort för de rum där det brukar finnas mycket att plocka undan. Låt sedan barnen rita något på korten som visar vilket rum det är. När alla är klara får de berätta vad de ritat och så lägger ni korten i en fint dekorerad ask.

När det är dags att plocka undan för dagen kan ni nu samla alla barn och ta fram asken. Gör det lite spännande och be varje barn att dra ett städkort. Kan de se vilket rum som de ska ansvara för så att där blir fint? Vilka ska städa tillsammans denna gång? Låt barnen visa upp och berätta för varandra vilket rum de fick. Samla ihop korten och låt barnen gå till "sina" rum för att plocka undan. Ha gärna en återsamling och prata om hur det gick.

Tips på material:
Vit kartong (ca 10x10 cm)
Papper
Sax
Kritor



Uppdrag 7: Ren utan problem

Det här uppdraget handlar om skötbord, handskar, tvättservetter, tvål, krämer, handtvättsrutiner m.m. Även här kan förskolan vara kemikaliesmart.



Foto: Hughstonelan / iStockPhoto.com

Varför är det viktigt?

Att tvätta händerna är smart, både för att undvika smitta och för att minska risker med kemikalier, då damm och annat som kan innehålla miljö- och hälsofarliga ämnen tvättas bort.

Det kan också finnas anledning att se över vilka hygienprodukter, skötbäddar och handskar som används, eftersom de kan innehålla ämnen som inte bör finnas i barns vardag.

Vad finns på er förskola idag?

Gå tillsammans igenom skötrum och toaletter på förskolan och svara på påståendena nedan. Vad stämmer på er förskola?

1. Vi har tagit bort handskar av vinyl (PVC) som kan innehålla skadliga mjukgörare och ersatt dessa med handskar av nitril eller polyeten (PE).
Stämmer/Stämmer inte
2. Vi har bytt ut gamla skötbordsmadrasser (äldre än 2004) som innehöll skumgummi och/eller de som hade överdrag av PVC-plast.
Stämmer/Stämmer inte
3. Våra tvålar och krämer är oparfymerade.
Stämmer/Stämmer inte
4. Våra tvålar och krämer är miljömärkta.
Stämmer/Stämmer inte
5. Vi har inga våta tvättlappar (som kan innehålla parfym, konserveringsmedel och andra miljö- och hälsoskadliga ämnen) i den dagliga verksamheten, utan använder framförallt torra papperstvättlappar som blöts i vatten.
Stämmer/Stämmer inte
6. Våra blöjor är miljömärkta och/eller godkända av Astma- och Allergiförbundet.
Stämmer/Stämmer inte
7. Städprodukter för badrummen (rengöringsmedel m.m.) är miljömärkta.
Stämmer/Stämmer inte
8. Städprodukter för badrummen (rengöringsmedel m.m.) förvaras på en säker plats så att inte barnen kommer i kontakt med dem.
Stämmer/Stämmer inte
9. Vi använder inte doftspray.
Stämmer/Stämmer inte
10. Vi har bra rutiner för handtvätt på förskolan. Vi tvättar enligt HYFS-metodens rekommendationer (se nästa sida).
Stämmer/Stämmer inte
11. Barnen tvättar även händerna efter pysselstunder.
Stämmer/Stämmer inte



Foto: Vrabelpeteri / iStockPhoto.com

Era svar

Om ni svarat ”Stämmer” på de flesta, eller till och med alla frågor på föregående sida, så är det fantastiskt bra! Fundera tillsammans över det ni svarat ”Stämmer inte” på. Utgå gärna från dessa frågor.

- Vad är rimligt att ändra?
- Vad kan göras nu?
- Vad kan göras på sikt?
- Vem är ansvarig för vad?

Hyfs om handtvätt

HYFS (Hygiensjuksköterska i förskola) säger att handtvätt ska ske

- före alla måltider, även mellanmål
- efter toalettbesök
- efter blöjbyte
- efter att ha snutit näsan
- när händerna är smutsiga

Tips!

För kommunala förskolor kan det vara så att krav på miljöprestanda och kemikalieinnehåll har ställts i själva upphandlingen. Varorna och produkter som är att föredra ut miljö- och hälsosynpunkt kan vara utmärkta

i produktkatalogerna. Kontakta upphandlaren om ni inte vet hur det fungerar hos er. I uppdrag 5 finns fler tips om ni ska köpa nytt.

Hur är det med solkräm?

Försök att få barnen att leka i skuggan mitt på dagen. Bästa solskyddet är i allmänhet kläder och solhatt. Solkrämer är bra som komplement. Välj ett solskyddsmedel som är anpassat för barn. Bäst är det att välja vattenfast kräm med solskyddsfaktor 30 eller högre. Det är viktigt att upprepa insmörjningen och att smörja in solkrämen jämnt och tjockt.

Vill ni jobba mer

med minskad smittspridning?

HYFS (Hygiensjuksköterska i förskola) har mycket material som rör detta. Läs mer här: www.vgregion.se/hyfs Ni kan även hitta information på Folkhälsomyndighetens webbplats; www.folkhalsomyndigheten.se

Hur involveras barnen?

Att tvätta händerna är viktigt av flera anledningar. Det minskar smittspridning, men också mängden miljö- och hälsofarliga ämnen som barnen kan få i sig. På aktivitetskortet till detta uppdrag finns två sånger som kan göra handtvätten roligare och mer noggrann.

Kommunicera!

Berätta för vårdnadshavarna att ni jobbar med att få förskolan mer kemikaliesmart. Det brukar uppskattas! Tipsa gärna om Kemikalieinspektionens sida "Kemikalier i barns vardag" om vårdnadshavarna vill läsa mer: <https://www.kemi.se/kemikalier-i-vardagen/kemikalier-i-barns-vardag>. Broschyren går att läsa och beställa gratis på www.kemikalieinspektionen.se. Tipsa även om HYFS:s webbplats (se länk ovan). Där finns foldrar och information om smittspridning.



Aktivitet 7: Sånger om handtvätt

*Att tvätta händerna är viktigt av flera anledningar.
Det handlar både om att minska smittspridning och minska
mängden miljö- och hälsofarliga ämnen som barnen får i sig.*

Rimma med barnen och gör en egen sång om handtvätt eller prova någon av sångerna nedan. Prata också med barnen om varför det är viktigt med handtvätt. Att det finns smuts som vi inte vill få i oss och att all smuts faktiskt inte syns.

Be barnen att ta lite tvål på händerna, öppna vattenkranen och därefter börja sjunga sången. När sången är slut är händerna rena.

Tvätta, tvätta liten hand...

Melodi: "Blinka lilla stjärna"

**Tvätta, tvätta liten hand
Bort med smuts och bort med sand
Mellan, i och ovanpå
Gnugga tummen, båda två
Tvätta, tvätta liten hand
Bort med smuts och bort med
sand!**

Tvätta händerna så bra du kan

Melodi: "Klappa händerna så fort du kan"

**Tvätta händerna så bra du kan
Tvätta händerna så bra du kan
Tvätta bakom och tvätta fram
Tvätta munnen lite grand**

Text: Eva Dahrén och Sofie Arfvidson

Dessa sångtexter och många fler finns på HYFS webbsida (Hygiensjuksköterska i förskolan). Där kan ni också hitta annat material som rör minskad smittspridning på förskolan. Läs mer här: www.vgregion.se/hyfs



Uppdrag 8: Vila och gosa giftfritt!

Det här uppdraget går ut på att se över vilka sovmandrasser, skumgummikuddar och textilprodukter som finns på förskolan och vad som kan göras så att barnen får vila och gosa fritt från miljö- och hälsofarliga ämnen.



Varför är det viktigt?

Madrasser, madrassöverdrag, skumgummiprodukter och textilier kan innehålla miljö- och hälsofarliga ämnen. Men vad är farligt och vad kan förskolan göra? Det får ni reda på i detta uppdrag.

Sant eller falskt?

Läs påståendena tillsammans i personalgruppen och ringa in sant eller falskt.

1. Gammal skumgummi kan innehålla bly och otillåtna flamskyddsmedel.
Sant / Falskt
2. Det är vanligt med gamla skumgummimadrasser på förskolor.
Sant / Falskt
3. Flamskyddsmedel används för att fördröja eller hindra att ett material börjar brinna. Vissa av medlen är hälso- och miljöfarliga.
Sant / Falskt
4. Det går att få ett bra brandskydd utan att använda ifrågasatta flamskyddsmedel.
Sant / Falskt
5. Att minska mängden plast på en förskola kan vara ett sätt att öka brandsäkerheten utan flamskyddsmedel.
Sant / Falskt
6. Även nya skumgummimadrasser kan innehålla rester av farliga kemikalier.
Sant / Falskt
7. Det är viktigt att vädra nya skumgummimadrasser som luktar kemiskt.
Sant / Falskt
8. Äldre madrassöverdrag av PVC-plast kan innehålla hormonstörande ämnen som är otillåtna idag.
Sant / Falskt
9. Nyköpta textilier (filtar, mjukdjur m.m.) kan innehålla rester av farliga kemikalier.
Sant / Falskt
10. Det är viktigt att tvätta nya textilier (filtar, mjukdjur m.m.).
Sant / Falskt
11. Det är viktigt att tvätta textilier regelbundet eftersom de samlar damm (som i sin tur binder diverse skadliga ämnen).
Sant / Falskt
12. Utevistelse är bra för barnens hälsa.
Sant / Falskt

Svaren hittar ni under rubriken på nästa sida.

Vad kan förskolan göra?

Allt på föregående sida är faktiskt sant! Här finns tips på vad ni kan göra för att få en mer giftfri vila och kuddlek.

- Har ni äldre vilmadrasser, skumgummikuddar, och madrasskydd (äldre än 2004)? Byt ut när ni har möjlighet! Dessa kan innehålla ämnen som är förbjudna idag. Det gäller framförallt äldre madrasser med en kärna av polyuretan (PU). Äldre madrasser av polyeter/polyester kan behållas, om de inte har PVC-överdrag.
- Det finns madrasser och kuddar i annat material än skumgummi t.ex. bomulls-, ull- eller polyestervadd. Om ni köper nya madrasser av skumgummi – vädra dessa ordentligt någon dag innan barnen ska använda dem. Fler tips vid inköp finns i uppdrag 5.
- Tvättar ni nya textilier innan användning? Om inte, gör det! Exempel på textilier är filter, kuddöverdrag, kuddar, tygsaker, gosedjur, handdukar, gardiner m.m.
- Vädrar och tvättar ni sedan dessa textilier regelbundet? Om inte, gör det! Se uppdrag 6 om att städa kemikaliesmart.

Det kanske inte är rimligt att byta ut och ändra allt på en gång, men gör en prioriteringslista och kom ihåg att det ni gör har betydelse, även om ni inte kan göra allt på en gång.

Vill ni veta mer om flamskyddsmedel?

Sök efter detta på <https://www.kemi.se/> (Kemikalieinspektionens konsumentwebb) eller på www.msb.se (Myndigheten för samhällsskydd och beredskap).

Hur involveras barnen?

Det är självklart viktigt att inte skrämman upp barnen, men samtidigt kan det bli konstigt om roliga leksaker, som skumgummikuddar, försvinner utan att ni pratar om varför. Prata, speciellt med de äldre barnen, om att vissa gamla leksaker kan innehålla ämnen som inte är bra för kroppen. De passar inte så bra på en förskola där det finns mindre barn som biter på kuddarna. Vänd sedan fokus mot vad ni kan göra istället!

Gör egna mjukisdjur av begagnade tyger, virka vänskapsband med de äldre barnen och passa på att vila ute ibland. Läs en saga och vila under ett träd eller prova ute-yoga på en filt.

På aktivitetskortet till detta uppdrag hittar ni lite mer inspiration för giftfria mysstunder.

Kommunicera!

Berätta för vårdnadshavarna att ni jobbar med att rensa ut prylar som kan innehålla farliga ämnen. Berätta vilka gåvor ni gärna tar emot (t.ex. tvättat tyg för en eventuell gosedjursverkstad).

Tipsa gärna om

Kemikalieinspektionens sida

"Kemikalier

i barns vardag" om vårdnadshavarna

vill läsa mer: <https://www.kemi.se/kemikalier-i-vardagen/kemikalier-i-barns-vardag>.

Aktivitet 8: Mysiga mjukisormar

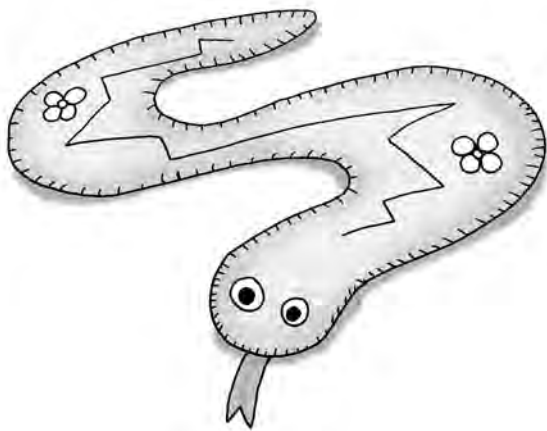
Sy kemikaliesmarta mjukisormar tillsammans med barnen, eller vårdnadshavarna. Tänk dig när det finns 20 ormar med olika utseende i soffan på förskolan. Då blir det färgglatt och fint och inbjuder verkligen till lek och mys.

Tips 1

Förbered en syverkstad så att vårdnadshavarna kan sy varsin mjukisorm på förskolan under inskolningen. Återanvänd gärna tyger, exempelvis gamla kläder.

Tips 2

Sy mjukisormarna tillsammans med barnen. Låt barnen välja tyger som sedan pedagogerna klipper och syr ihop på maskin. Barnen stoppar ormarna och kan hjälpa till med ögon och dekoration.



Material

Två 12 cm breda tygstycken i valfri längd, tygbitar eller garn till tunga och ögon, sax, sytråd och stoppningsmaterial (som tygremсор eller ekologisk stoppning). Använd gärna begagnade kläder i olika mönster, både som tyg och stoppning.

1. Klipp ut två 12 cm breda tygstycken och en tunga.
2. Sy ihop bitarna så att även tungan fästs, men lämna en ganska stor öppning längst bak på ormen. Tänk på att sy ihop ormen "ut och in".
3. Vänd ormen åt rätt håll och stoppa den.
4. Sy ihop öppningen och sy gärna garnögon så att även de minsta kan leka med ormarna (knappar lossnar lätt).

Uppdrag 9: Koll på era kemiska produkter?

Vilka kemiska produkter har ni på förskolan? Är de märkta med farosymboler (piktogram)? Förvaras de på rätt sätt? Har ni en uppdaterad kemikalieförteckning? Detta, och lite till, reder ni ut i detta uppdrag.



Varför är det viktigt?









Kemiska produkter som maskindiskmedel, tvättmedel, rengöringsmedel, lim, målarfärg m.m. kan vara mycket farliga för barnens hälsa vid ett olyckstillbud.

Farliga kemiska produkter har farosymboler eller faropiktogram. Det är viktigt att ha koll på vilka kemiska produkter som finns eller används på förskolan. De ska förvaras oåtkomligt för barn och det ska enligt lagkrav finnas säkerhetsdatablad och en uppdaterad kemikalieförteckning över dessa.

Gå på jakt efter farliga kemiska produkter!

1. Samla skyddsombud eller all personal och gå på skattjakt efter kemiska produkter med farosymboler eller faropiktogram (se några exempel nedan). Samla allt ni hittar på ett bord. Ta även fram er kemikalieförteckning och alla sparade säkerhetsdatablad som beskriver produkten, hur den är farlig och hur den ska hanteras m.m.
2. Gå sedan igenom punkterna på nästa sida

Har ni redan stenkoll på alla farliga kemiska produkter på förskolan?
Titta igenom hela uppdraget och gör valda delar.

	Gammal	Ny
Mycket giftig		
Brandfarlig		
Skadlig / irriterande		
Miljöfarlig		



- Används alla kemiska produkter som ni hittade? Behövs de? Om inte, sortera bort som farligt avfall och beställ inte produkten igen.
- Förvaras produkterna på ett bra sätt i vardagen, oåtkomligt för barn? Om inte, byt förvaringsplats (högt upp och/eller inlåst är bra).
- Finns det säkerhetsdatablad för varje faroklassad kemiskprodukt? Om inte, kontakta leverantör eller tillverkare.
- Säkerhetsdatabladet är ett papper med produktens namn, innehåll, info om hantering, hur det är farligt, vad som ska göras vid en olycka m.m. Säkerhetsdatabladet ska förvaras intill produkten.
- Har ni läst igenom säkerhetsdatabladerna? Om inte, gör det nu! Läs framförallt avsnitt 4 om åtgärder vid första hjälpen och avsnitt 7 om hantering och lagring.
- Finns det en uppdaterad kemikalieförteckning över samtliga kemiska produkter som används inom verksamheten och som kan innebära risker ur hälso- och miljösynpunkt? Om inte, uppdatera!
- Om ni har en städentreprenör, har ni koll på vilka kemiska produkter som används av dem? Om inte, be om säkerhetsdatablad även för dessa produkter. Kanske kan förskolechefen eller ansvarig upphandlare vara till hjälp om detta känns krångligt?
- Vill ni veta mer om märkning och farosymboler läs mer här: <https://www.kemi.se/kemikalier-i-vardagen/vara-rad-om-kemikalier/markning-och-farosymboler>

Hur involveras barnen?

Barnen är självklart inte med och sorterar bland kemiska produkter, men de kan involveras på andra sätt. Att känna igen farosymboler är viktigt även för dem. Vad betyder dödskallen eller utropstecknet? Vad får barnen för associationer till bilderna? Var ska dessa produkter ska förvaras och hur ska barnen göra om de hittar något med en farosymbol? På aktivitetskortet till detta uppdrag finns några tips på hur ni kan samtala med barnen om dessa symboler.

KOMMUNICERA!

Berätta för vårdnadshavarna att ni jobbar med att få förskolan mer kemikaliesmart. Det brukar uppskattas! Tipsa gärna om Kemikalieinspektionens sida "Kemikalier i barns vardag" om vårdnadshavarna vill läsa mer: <https://www.kemi.se/kemikalier-i-vardagen/kemikalier-i-barns-vardag>.









Aktivitet 9: Koll på farosymboler

På förskolan kan ni hitta en eller flera av dessa farosymboler på t.ex. diskmedel, handsprit, tvättmedel och rengöringsmedel. Det är viktigt att även barn lär sig att dessa märken signalerar fara på något sätt.

Välj ut några av farosymbolerna (både nya och gamla) och titta på dem tillsammans med de äldre barnen. Ta gärna fram en faromärkt flaska och visa hur det kan se ut i verkligheten. Vad tycker barnen att bilderna visar? Är symbolerna lika varandra på något sätt? Vad betyder de? Vad ska barnen tänka på när de ser en farosymbol? Vilka frågor och funderingar dyker upp? Kanske kan barnen rita av en av symbolerna?

Det är lättare att lära om barnen både får se, höra och göra.

Läs gärna mer om farosymbolerna på <https://www.kemi.se/kemikalier-i-vardagen/vara-rad-om-kemikalier/markning-och-farosymboler>

	Gammal	Ny
Mycket giftig		
Brandfarlig		
Skadlig/ irriterande		
Miljöfarlig		

Uppdrag 10: Kemikalie- smarta gårdar



Foto: belchonock/shutterstock.com

Varför är det viktigt?

Att vara utomhus är kemikaliesmart i sig. Det stora luftombytet gör att även om det i vissa fall kan förekomma hälsofarliga ämnen, så blir halterna oftast låga.

Trots det är det bra att se över vilka saker och material som används på gården och succesivt ersätta exempelvis gamla däck och impregnerat virke med andra, mer kemikaliesmarta, material och lösningar. I det här uppdraget hittar du svar på vanliga frågor om utemiljön och inspiration för att skapa kreativa gårdar som främjar uteleken.



Foto: Pressmuster / shutterstock.com

VAD ÄR KEMIKALIESMART PÅ FÖRSKOLEGÅRDEN?

Till det här uppdraget samlade vi in frågor från förskolepersonal runt om i landet.

Börja med att läsa alla frågor och svar tillsammans i personalgruppen (se nedan). Fundera sedan på hur er förskolegård ser ut och om det är något som ni skulle kunna förbättra

ur kemikaliesynpunkt eller tänka på framöver när gården ska rustas upp. Oftast är det inte så bråttom – det handlar mer om att byta ut och förbättra allt eftersom. Utgå gärna från punkterna i slutet av uppdraget när ni pratar om er förskolegård.

Frågor och svar

Är det farligt med däckgungor och däck i hinderbanan?

Gummidäcken kan innehålla flera hälsoskadliga ämnen. Så länge barnen är påklädda och inte slickar på eller stoppar däck i munnen så är risken att utsättas för dessa ämnen liten. Samtidigt är det bra att utgå från försiktighetsprincipen i miljöer där framför allt små barn vistas ofta. Om ni ska anlägga en ny lekplats bör gamla däck undvikas. Däck på befintliga lekplatser behöver inte bytas ut omedelbart men försök att ersätta dem successivt och undvik att odla det som är tänkt att ätas i däcken. Att tvätta händerna efter lek med däck är en klok försiktighetsåtgärd.

Försiktighetsprincipen

Av försiktighetsskäl är det ibland klokt att agera redan vid misstanke om risk, även om det saknas vetenskapliga bevis för att någonting är farligt för människors hälsa eller miljön. Principen nämns i flera internationella miljökonventioner och regelverk.

Foto: Fsgreen / shutterstock.com



Vilka hälsorisker finns det med gummifallskydd och konstgräs?

Om fallskyddet och konstgräsplanen innehåller gummigranulat från uttjänta däck kan det ingå ett flertal kemiska ämnen med farliga egenskaper. Hur detta kan påverka hälsa och miljö är inte helt klarlagt. Kemikalieinspektionen bedömer att det fortfarande finns kunskapsluckor, till exempel gällande möjliga hälsoeffekter på lång sikt. Dessutom sprids lösa gummipartiklar från konstgräs och gummiytor lätt till miljön. Använd er av försiktighetsprincipen även här! Undvik granulat av återvunnet gummi när nya konstgräsplaner eller fallskydd ska anläggas. Det är också lämpligt att kräva att entreprenören använder ett miljöbedömningssystem som Byggvarubedömningen, SundaHus eller BASTA och att de satsar på den mest ambitiösa nivån. Är ni en kommunal förskola kan ni föra en dialog med kommunens upphandlare om detta. Befintliga gummiytor/konstgräsplaner behöver inte bytas ut omedelbart men försök att ersätta dem successivt.

Gummimaterial har sina fördelar men ibland kanske naturliga alternativ som sand, gräs, grus eller barkflis kan vara ett minst lika bra alternativ. Eller varför inte en varierad miljö med olika underlag och växtlighet?



Foto: Romnophoto /shutterstock.com

Hur farligt är det med impregnerat trä/virke?

I impregnerat trä finns olika typer av kemiska ämnen som ska skydda virket från skadedjur och svamp. Dessa ämnen kan tyvärr också vara skadliga för människor. Använd därför obehandlat virke till konstruktioner i odlingslandet, sandlådor och andra konstruktioner som ofta kommer i kontakt med människor, mat eller djur. Kärnvirke från exempelvis tall, har ett naturligt skydd mot rötangrepp. Det går också att förstärka träet med olja utan lösningsmedel, exempelvis linolja.

Vissa impregneringar kan vara värre än andra. Kreosotimpregnerat virke innehåller mycket skadliga ämnen. Telefonstolpar och järnvägsslipers är impregnerade med kreosot. Kreosotimpregnerat virke ska därför inte användas på lekplatser.

Lastpallar, kabeltrummor och plaströr från byggen

– Hur kemikaliesmart är det och vad finns det för alternativ?

Det ställs höga krav på material och varor som är avsedda för barn. Eftersom byggmaterial inte är tänkta som leksaker kan de innehålla hälso- eller miljöfarliga ämnen. Träet kan till exempel ha impregnerats med farliga ämnen för

att undvika rötangrepp eller skadedjur. Samtidigt är ni ute i friska luften. Om ni använder eller återbrukar prylar och material med okänt innehåll så är det mycket bättre att vara ute än inne. Var också noga med att barnen inte biter eller suger på materialet. Det är bra att i så hög grad som möjligt satsa på naturmaterial, obehandlat trä, material från vår "återanvänd smart-lista" och leksaker som var menade som leksaker från början.

Kan gamla, mjuka, plastleksaker som inte är lämpliga inomhus ändå lekas med ute i friska luften?

Gamla mjuka plastleksaker kan innehålla och avge farliga ämnen, men det stämmer att mängden vi utsätts för blir lägre utomhus. Inne samlas vissa farliga ämnen i luft och damm. Utomhus blir det inte dammigt och luftombytet är stort. Det är därför viktigt att börja med att se över inomhusmiljön. Samtidigt kan barnen stoppa leksakerna i munnen även utomhus. Se därför till att successivt få bort dem helt från förskolan eller försäkra er om att de minsta barnen inte suger och biter på dem. Ta gärna en titt på uppdrag 1, 2 och 5 om ni inte redan har gjort det. Där får ni koll på vilka leksaker som är kemikaliesmarta och så får ni tips inför nyinköp.



Foto: MNStudio / shutterstock.com

Vilken målarfärg kan vi använda för att måla stenar utomhus?

När ni målar och skapar tillsammans med barnen ska ni använda färger, kitor och lim som är avsedda för barn. De ska vara vattenbaserade och inte innehålla skadliga lösningsmedel. Om ni vid något tillfälle, behöver använda annan färg utomhus – leta efter färg med miljömärkning!

Är det samma regler och riktlinjer i alla kommuner?

Det finns vissa gemensamma regler för tomten/friytan på en förskola. Dessa hittar ni på <https://www.boverket.se> (om tillgänglighet, brandskydd och skydd mot olyckor), men sedan gör ofta kommuner olika prioriteringar och avvägningar. Därför kan det se lite olika ut runt om i landet.

Går det att påverka en stor fastighetsägare gällande utemiljön?

Ja det går! Stora kommunala fastighetsägare utgår från vad kommunen eller stadsdelen beställt. Om ni är en kommunal förskola ska ni därför kontakta kommunen och framföra era önskemål. Om ni är en privat förskola har ni istället dialog direkt med fastighetsägaren.

Vad ska vi tänka på när vi grillar med barnen?

Det finns mycket att tänka på. Tändvätska är en viktig del. Varje år skadas barn av tändvätska och de behöver inte svälja särskilt mycket för att skadas. I värsta fall kan det vara livshotande. Undvik tändvätska på förskolan eller hantera den mycket varsamt. Som alternativ finns bland annat tändpapper, elektrisk grilltändare och skorstenständer. Ett annat kemikaliesmart tips är att inte äta för mycket bränd mat från grillen, eftersom bränd mat inte är nyttigt att äta.

Så här skriver Livsmedelsverket:

Använd ved (gärna lövträd) eller grillkol när du grillar. Använd inte kottar eller impregnerat virke.

Låt bränslet brinna en tid så att lågorna försvunnit och kolen är grå innan du börjar grilla. De skadliga ämnena finns nämligen framför allt i lågorna. Undvik att det droppar ner fett, marinad eller bitar av det du grillar. Grilla maten gyllenbrun snarare än mörkbrun.

Läs mer på www.livsmedelsverket.se



Foto: BMJ/shutterstock.com

Hur är det med solkräm?

Försök att få barnen att leka i skuggan mitt på dagen – gärna i lövskugga (se länktips nedan). Bästa solskyddet är annars kläder och solhatt. Solkrämer behövs som komplement. Välj då en som är anpassad för barn.

Vilka växter är lämpliga på en förskolegård?

De flesta växter är bra på en förskolegård. Träd, buskar och annan växtlighet ger skugga och skydd för den brännande solen, spännande lekplatser bland grenar och stenar och dessutom skydd för regn

och bläst. Med tanke på förgiftningsrisken bör ni undvika växter som idegran, tibast och gullregn. På www.giftinformation.se/vaxtregister/ finns mer information om specifika växter. Vilka växter som ni sedan väljer beror på vad ni vill göra. Vill ni med hjälp av växter skapa gångar eller kojor för barnen så kan ni exempelvis använda grenar från en pil (se aktivitetskortet till detta uppdrag). Vill ni istället öka den biologiska mångfalden och locka fjärilar till gården kan ni plantera fjärilarnas favoriter.



Foto: Laurie Hocking /shutterstock.com

VILL NI LÄSA MER OM KLOKA OCH KREATIVA UTEMILJÖER?

Här har vi samlat lite länktips där ni kan hitta både inspiration och fakta kopplat till utemiljön på förskolan.

Allmänna råd om friyta för lek och utevistelse vid fritidshem, förskolor, skolor och liknande verksamhet,

Boverket, BFS 2015:1 FRI:

www.boverket.se/sv/lag--ratt/forfattningssamling/gallande/fri---bfs-20151/

Gör plats för barn och unga! En vägledning för planering, utformning och förvaltning av skolans och förskolans utemiljö. 2015. Boverket och Tankesmedjan Movium:
www.boverket.se/globalassets/publikationer/dokument/2015/gor-plats-for-barn-och-unga.pdf

Solskyddsfaktorer Sju tips för Säkrare lekplatser och friskare barn. 2009. Inspirationsfolder från Strålsäkerhetsmyndigheten: <https://www.stralsakerhetsmyndigheten.se/publikationer/informationsmaterial/solskyddsfaktorer--sju-tips-for-sakrareleplatser-och-friskare-barn/>

Skolgården, Förvaltning och utveckling av förskole- och skolgårdar. 2015. Idéskrift från Sveriges Kommuner och Landsting:

<http://www.offentligafastigheter.se/publikationer/skolgarden.211.html>

- Hur har ni det på er gård?
- Är det något som ni vill ändra nu direkt?
- Vad vill ni göra på sikt?
- Vem gör vad?
- Hur involverar ni barnen? (tips finns på nästa sida)

Hur involveras barnen?

Om ni ska ändra om på gården är det ett fantastiskt bra tillfälle att involvera barnen. Ett sätt är att utgå från barnens intressen och lekar. Var leker barnen? Hur leker de där? Går det att inreda gården efter barnens lekar? Vill många klättra? I ett nedhugget träd kan många få plats att klättra samtidigt – se bara till så att det inte kan rulla iväg. Lagas det mycket kottsoppa och stenköttbullar? Kanske kan ni hitta en rostfri diskbänk till gården och göra ett "skafferi" med naturmaterial? Ett naturskafferi med pinnar, stenar, kottar är bra till mycket – inte bara matlekarna. Vill barnen att förskolan ska ha en bil/cykeltvätt till leken? Snickra ihop en stadig ram av obehandlat trä som barnen kan cykla igenom och häng upp och tygremsor eller rep som symboliserar vatten. Vill barnen bygga kojor? Ta hjälp av aktivitetskortet till detta uppdrag för att göra en alldeles speciell koja. Att ha en varierad miljö på gården ökar

i sig barnens möjligheter till inflytande – att kunna välja mellan olika "rum" på gården eller mellan olika aktiviteter.

Kommunicera!

Berätta för vårdnadshavarna att ni jobbar med att göra gården mer kemikaliesmart. Det brukar vara mycket uppskattat! Det kan också vara bra om vårdnadshavarna har läst detta uppdrag inför eventuella fixardagar på gården.

Tipsa även om Kemikalieinspektionens broschyr "Kemikalier i barns vardag", om vårdnadshavarna vill läsa mer: <https://www.kemi.se/kemikalier-i-vardagen/kemikalier-i-barns-vardag>

Aktivitet 10: Pilkojor och pinngranar

*Var kreativa på ett kemikaliesmart sätt och använd mycket naturmaterial.
Gör en Pil-koja eller bygg en gran med pinnar och rep. Här ser ni hur!*

PINNGRANEN

På Riddersborgs förskola har barnen och pedagogerna byggt en egen gran av insamlade pinnar och rep. Granen är med i alla årstider. Ibland är den full med påskpynt, ibland är det en julgran och ibland är den pyntad med blommor. Prova att göra en ni också! Ingen blir den andra lik – men alla blir fina på sitt sätt. Ett tips är att ta tre längre pinnar till stammen och se till att få en stadig fot.



Foto: Riddersborgs förskola

PILKOJOR

Långa pilskott som sticks ner i marken och formas till en koja kan rota sig och sätta blad. Tänk att det enkelt går att bygga en livs levande koja eller tunnel.

Så här gör ni:

- Köp 50 pilskott som är minst 2, 5 m långa (vill ni göra större koja behövs fler skott)
- Rita en cirkel med ca 1,5m i diameter och gräv upp ett planteringspår längs cirkelns ytterkant.
- Plantera pilskotten med 10-15 cm mellanrum (med undantag från öppningen). Skotten ska luta lite utåt och planteringsdjupet ska vara ca 30 cm.
- Böj sedan pilskotten inåt och fäst ihop i mitten med kraftiga snören.
- För att göra pilkojan lite stadigare så är det bra att "väva" in pilgrenar vågrätt runt kojan (som ett löst skärp).
- Vattna mycket första sommaren och vårda sedan kojan genom att klippa den då och då.

Återanvänd smart

Att återanvända material och prylar är ofta bra för miljön, men ibland kan det som återanvänds innehålla miljö- och hälsofarliga ämnen. Vad är ok och vad är inte ok att återanvända till skapande eller lek på en förskola? Här får ni några tips!



Foto: Jenny Brandt

Listorna är förenklade. På baksidan finns mer information för den som vill veta mer.

INTE OK

Slangar och däck
Bitar av gammalt plastgolv
Armaflex (används vanligtvis som rörisolering)
Impregnerat trä
Kasserad elektronik
Frigolit från förpackningar
Gammalt skumgummi
Rör från byggen
Kablar och kabelrullar
Konservburkar och kassa-kvitton
Nycklar och smycken
Skor och väskor i konstskinn och plast – framförallt de av PVC-plast.
Gamla, mjuka plastleksaker

OK

Tvättat tyg
Kläder (utan metall detaljer/ytbehandling)
Toarullar och hushållspappersrullar (om de inte stoppas i munnen)
Mjölkkartonger och andra kartongförpackningar
Mat- och dryckesförpackningar i plast
Glasburkar
Böcker
Papper (gärna utan trycksvärta som färgar av sig)
Obehandlat trä
Glasspinnar
Korkar
Kastruller och annat husgeråd i rostfritt eller trä

Tips! Använd gärna naturmaterial – grenar, kottar, stenar m.m.

Fördjupning och länktips

Här har vi samlat mer information om flera de material och prylar som vi nämner i ”återanvänd smart-listan”.

Vad kan de innehålla?

Trämateriäl kan vara behandlat med olika typer av kemiska ämnen som ska skydda virket från skadedjur och svamp. Dessa ämnen kan tyvärr också vara skadliga för människor.

Plaströr och bitar av plastgolv kan bl.a. innehålla hälsofarliga ftalater (mjukgörare) som är förbjudna i leksaker.

Armaflex (rörisolering), **frigolit** från förpackningar och gammalt **skumgummi** (före 2004) kan bl.a. innehålla skadliga flamskyddsmedel.

Slangar och däck kan innehålla bl.a. cancerogena ämnen.

Nycklar, metallsmücken och metall-detaler på kläder kan innehålla mycket bly, kadmium och nickel.

Skor och väskor i konstskinn och plast (framförallt de av PVC-plast) kan innehålla tungmetaller och hälsoskadliga ftalater som är förbjudna i leksaker. Mer information om saker som inte är menade som leksaker hittar ni i uppdrag 1.

Gamla, mjuka plastleksaker kan även de innehålla ftalater (mjukgörare) som numera är förbjudna. EU-reglerna har skärpts i omgångar. Mer information om leksaker hittar ni i uppdrag 2.

Konservburkar och även **kapsyler, burklock och kvitton** innehåller ofta bisfenol A – ett hormonstörande ämne som är förbjudet i nappflaskor i hela EU.

Var lite försiktig om dessa saker används. Det är inget som barnen bör tugga på (kanterna kan dessutom vara vassa). Samma gäller för CD skivor som är gjorda av bisfenol A. Det är inget att tugga på eller såga sönder men det går bra att till exempel hänga upp CD-skivor för att få fina reflektioner.

Toa- och hushållsrullar och andra produkter av returpapper kan vara skadliga att suga/tugga på eftersom de kan innehålla kemikalierester. Men att göra toarullsälgar eller annat pyssel går jättebra! Mer information om hobbymaterial hittar ni i uppdrag 3.

Matförpackningar (som t.ex. glasslådor) är inte gjorda för att återanvändas till annan mat än den som de är avsedda för. Men de går alldeles utmärkt att leka eller skapa med dessa.

Är det skillnad om vi är utomhus?

Ja det är skillnad. Inne samlas vissa farliga ämnen i luft och damm. Utomhus blir det inte dammigt och luftombytet är stort. Vi har ett sprillans nytt uppdrag för just förskolegården. Där finns svar på vanliga frågor om utemiljön och inspiration för att skapa kreativa gårdar som främjar uteleken. Se uppdrag nummer 10 Kemikaliesmarta gårdar.

Kemikaliesmart förskola

Bra att veta för vårdnadshavare



Hej!

Vi vill berätta att vi jobbar för att göra förskolan mer kemikaliesmart. Till vår hjälp har vi material som stiftelsen Håll Sverige Rent har tagit fram i samarbete med Kemikalieinspektionen. Kika gärna på materialet! Ni hittar det på www.skräplabbet.se

Varför är det så viktigt med kemikaliesmarta förskolor?

Mycket av det vi använder dagligen innehåller kemikalier. Många av dessa är helt ofarliga men det finns de som kan orsaka skada på människor och miljö.

Barn är extra utsatta eftersom deras kroppar inte är färdigutvecklade. De befinner sig dessutom nära golvet (damm), smakar på mycket (inte bara mat) och andas och äter mer i förhållande till sin kroppsvikt, än vad vuxna gör.

Därför ser vi över vad som finns på förskolan och försöker undvika material och produkter som innehåller sådana kemikalier som kan innebära en ökad risk.

Exempel på vad vi gör

- Rensar bland leksakerna och annat som barnen leker med.
- Tänker kemikaliesmart vid nyinköp och återbruk.
- Ser över städrutiner.
- Pratar med och involverar barnen på ett anpassat och klokt sätt.

Lästips

Kemikalieinspektionen har tagit fram material med tips till vårdnadshavare. Ni hittar det här: <https://www.kemi.se/kemikalier-i-vardagen/kemikalier-i-barns-vardag>



Vårt arbete för en kemikaliesmart förskola

Vi jobbar för att göra förskolan mer kemikaliesmart. Till vår hjälp har vi material som Håll Sverige Rent har tagit fram i samarbete med Kemikalieinspektionen. Materialet består av tio uppdrag och här kan ni se vilka vi jobbat med hittills.

DE HÄR UPPDRAGEN HAR VI GJORT:



UPPDRAG 1:

Det här uppdraget går ut på att leta efter och sortera bland prylar som inte är tänkta som leksaker från början.



UPPDRAG 2:

Det här uppdraget går ut på att leta efter och sortera bort leksaker som är uttjänta eller inte är lämpliga för barn i alla åldrar.



UPPDRAG 3:

Det här uppdraget går ut på att leta efter och sortera bort skapande material som inte passar på en förskola.



UPPDRAG 4:

Det här uppdraget handlar om vad som är viktigt för att göra köket mer kemikaliesmart.



UPPDRAG 5:

Det här uppdraget handlar om att tänka kemikaliesmart vid inköp.



UPPDRAG 6:

Det här uppdraget går ut på att se över städrutinerna, så att även de blir kemikaliesmarta.



Uppdrag 7:

Det här uppdraget handlar om skötbord, handskar, tvål, krämer m.m. Även här kan förskolan vara kemikaliesmart.



Uppdrag 8:

Det här uppdraget går ut på att se över vad som kan göras så att barnen får vila och gosa fritt från miljö- och hälsofarliga ämnen.



Uppdrag 9:

Det här uppdraget handlar om kemiska produkter och hur dessa ska hanteras på förskolan.



Uppdrag 10:

Det här uppdraget handlar om kemikaliesmarta och kreativa förskolegårdar.



Håll Sverige Rent är en ideell organisation, som arbetar för minskad nedskräpning, ökad återvinning och för att främja individers och organisationers miljöansvar. Vi stöttar skolor och förskolor i deras hållbarhetsarbete genom verktyget Grön Flagg och genom att sprida erfarenheter och lärande exempel inom vårt nätverk.

Vi tar också fram pedagogiskt material om nedskräpning och återvinning, som finns att hämta på www.skräplabbet.se

