


Góð ráð fyrir græn jól



 Eru varasöm efni í jólagjöfinni?

 Veldu smart – veldu Svansmerkt!

 Það besta fyrir barnið þitt

Góð ráð fyrir græn jólainnkaup

1. VELDU GÆÐI FREKAR EN MAGN

Forðumst óvandaðar eftirlíkingar sem bila oftast fljótt og enda í staðinn í ruslinu.

2. LEITAÐU AÐ SVANI!

Svansmerktar vörur fást í öllum helstu verslunum og úrval þeirra fer stöðugt vaxandi. Svanurinn klikkar ekki.

3. GERÐU KRÖFUR SEM NEYTANDI

Það má spyrja í búðum. Máttur neytandans er mikill því hann getur aukið eftirspurn eftir umhverfsvænni vörum og þá mun markaðurinn auka framboðið.

4. VERTU UPPLÝSTUR NEYTANDI

Skoðuðu www.graenn.is.



Jólunum fylgja mikil innkaup og þá er um að gera að velja rétt.



Notum hugmyndaflugið við innpökkunina!

Hefðbundinn jóla- og gjafapappír er ekki endurvinnanlegur vegna efnainnihalds í litum og annarrar sérmedhöndlunar við framleiðslu. Ef marka má tölur frá nágrannaþjóðum okkar fara fleiri tonn af jólapappír í ruslið um jólahátíðarnar sem leiðir til mengunar og mikils álags á umhverfið.

Ýmsir valkostir eru í stöðunni sem geta dregið úr mengun þegar pakka á inn jólagjöfum:

- Veljið pappír sem hægt er að endurvinna, t.d. pappír sem er merktur þannig eða einfaldan maskínupappír.
- Búið til gjafaöskjur úr endurvinnanlegum pappír, t.d. skókassa, sem hægt er að skreyta á persónulegan hátt
- Dagblöð, tímarit eða plaköt geta komið vel út sem gjafapappír og útkoman getur orðið mjög frumlegur jólapakki
- Útbúið gjafapoka úr efnisafgöngum sem síðan er hægt að nota áfram til annarra hluta þegar búið er að taka utan af pakkanum.
- Endurnýtið gjafapappír sem er heill og endurnýtanlegur
- Stilltu notkun gjafaborða í hóf. Hægt er að nota garn í staðinn eða skreyta pakkann á annan máta. Notaðu hugmyndaflugið! Hægt er að flétta garn úr ýmsum litum.
- Það er góð hugmynd er að setja tvær gjafir saman í eina með því að nota sjálfa gjöfina í innpökkunina, t.d. tauinnkaupapoka, trefla, sjól og dúka. Margar frábærar innpökkunaráferðir er hægt að nálgast á veraldarvefnum, eins og t.d. á www.recyclenow.com og www.furoshiki.com. Þar eru tillögurað flottum lausnum sem eru skemmtileg tilbreyting frá hefðbundnum jólapökkum. Það er ekkert kjánalegt eða asnalegt að nota síðan taudúkinn bara aftur til innpökkunar fyrir næsta gjafapakka; bara smart hugsun og gaman að fylgjast með ferðalagi dúksins næstu jólin.



Útgefandi: Umhverfisstofnun | Heimilisfang: Suðurlandsbraut 24 | Ritstjóri: Bergþóra Hlíðkvist Skúladóttir | Ábyrgðarmaður: Kristín Linda Árnadóttir | Forsíðu- og opnumynd: Edda Hrönn Kristinsdóttir | Vefsíða: www.ust.is | Sími: 591 2000



Á hverju ári eru búin til mörg ný efni sem langflest eru til gagns en sum geta verið varasöm og þá sérstaklega fyrir þá sem eru viðkvæmir," segir Kristín Lind Árnadóttir forstjóri Umhverfisstofnunar.

Mikilvægt að allir geti tekið upplýstar ákvarðanir

Umhverfisstofnun vinnur að velferð almennings með því að beita sér fyrir heilnæmu umhverfi, öruggum neysluvörum og verndun og sjálfbærri nýtingu náttúruauðlinda. Stofnunin sinnir stjórnsýslu, eftirliti, fræðslu og þjónustu við fyrirtæki og almennig. Kristín Linda Árnadóttir er forstjóri Umhverfisstofnunar.

Nú eru jólin á næsta leiti og innkaup jólagjafa fram undan. Á sama tíma berast reglulega fréttir af skaðlegum efnum í alls kyns vörum. Hvernig stendur á því að það eru varasöm efni í neytendavörum?

Mörg efni eru notuð við framleiðslu á vörum og stundum kemur í ljós síðar að efni sem í upphafi var talið í lagi er það ekki eða að þegar blandað er saman ákveðnum efnum þá geta hin svokölluðu kokteiláhrif gert efni varasöm. Á hverju ári eru búin til mörg ný efni sem langflest eru til gagns en sum geta verið varasöm og þá sérstaklega fyrir þá sem eru viðkvæmir, eins og börn og fólk með ofnæmi eða óþol.

Hvaðan koma þessi hættulegu efni og hvar enda þau?

Fáar vörur sem fást á Íslandi eru framleiddar hér. Eins og umbúðirnar bera með sér eru þær oft

framleiddar í til dæmis Kína eða öðrum fjarlægum löndum sem ekki hafa jafn stranga löggjöf og við hér. Mikilvægt er að athuga hvort vara sé CE merkt sem þýðir að hún er framleidd í samræmi við evrópska staðla og uppfylli þær kröfur sem við gerum. Að velja umhverfsvottað er líka auðveld leið fyrir neytendur sem vilja velja betri kostinn fyrir heilsu og umhverfi. Neytendur þurfa hins vegar að vara sig sérstaklega á fölsuðum vörum þar sem þá er algjör óvissa fyrir því hvaða efni eru í vörunni. Þegar við ræðum um hvar efnin enda er mikilvægast að huga að sorpflokkun. Í mínum huga er ljóst að það sem endar í urðun mun hafa í för með sér mengun en það sem er flokkað felur í sér verðmætastöpun.

Af hverju geta yfirvöld ekki fjarlægð allar vörur með hættulegum efnum af markaðnum?

Yfirvöld hafa eftirlit með merkingum vara sem fluttar eru inn og seldar í verslunum. Erfitt er að skoða innihaldsefni í hlutum því það kallar á dýrar rannsóknir. Þar höfum við þó tekið þátt í sam-evrópskum verkefnum eins og til dæmis greiningu innihaldsefna í flugeldum. Annars leggjum við áherslu á að fylgjast vel með niðurstöðum rannsókna frá nágrannaþjóðum okkar. En það eru ýmsar leiðir til að flytja vörur inn til landsins og jafnframt kaupa margir vörur erlendis frá, sumir jafnvel

beint í gegnum veraldarvefinn. Því tel ég mikilvægt að koma upplýsingum á framfæri til almennings, eins og til dæmis með www.graenn.is, svo að allir hafi næga vitneskju til að geta tekið upplýstar ákvarðanir um kaup á vörum. Þannig getur hver og einn verndað sig og sína fjölskyldu fyrir varasömum efnum. Jafnframt verður að hafa í huga að efni sem fullorðnir þola mjög vel geta verið varasöm fyrir börn. Þetta á til dæmis við hormónaraskandi efni.

4. Hvað er verið að gera til að bæta ástandið, bæði á Íslandi og á alþjóðavísu?

Efni berast með veðri og hafstraumum á milli heimsálfa og virða ekki landamæri. Efni sem eru þrávirkt og brotna ekki niður ná síðan að safnast fyrir í fæðukeðjum náttúrunnar. Því er mikilvægt að vinna að þessum málaflökki á alþjóðlegum vettvangi. Þar er markmiðið að tryggja að efni sem eru hættuleg séu ekki sett á markað eða tekin af markaði ef rannsóknir leiða í ljós að efni eru varasöm. Við höfum innleitt svokallaða REACH löggjöf sem nær til allrar Evrópu og miðar að því að láta framleiðendur efna sýna fram á að þau séu ekki hættuleg áður en þau eru sett á markað í stað þess, eins og verið hefur, að það sé á ábyrgð stjórnvalda að sýna fram á að efni séu hættuleg. Ábyrgðin á að sjálfsögðu að vera hjá þeim sem framleiðir efnið.

● HVAÐ LEYNIST UNDIR RÚMINU?

Nýlega var unnin rannsókn sem fólst í því að efnagreina ryk undir rúmi í tólf löndum um allan heim. Fjöldi skaðlegra efna fannst í rykinu eins og t.d. blý, kadmíum og þalöt sem eru plast-mýkingarefni. Þau lönd sem tóku þátt í rannsókninni voru Svíþjóð, Belgía, Ítalía, Tékkland, Þýskaland, Ungverjaland, Filippseyjar, Kenía, Malasía, Suður-Afríka, Tansanía og Úganda og kom ekkert land betur út en annað.



Láttu skynsemina ráða

Decubal ecological eru lífrænt vottaðar og Svansmerktar húðvörur

- Body Cream rakagefandi líkamskrem
- Hand Cream mýkjandi handáburður
- Body Lotion létt húðmjólk
- Face Cream nærandi andlitskrem

Decubal Ecological húðvörurnar henta sérlega vel þurri og viðkvæmri húð og fást í apótekum

DECUBAL 
ECOLOGICAL

Án:

- parabena
- ilmefna
- litarefna



Íslendingar eiga met í neyslu



Sigurður Eyberg Jóhannesson, leikari og söngvari, er umhverfisfræðingur og starfar sem verkefnisstjóri Garðarshólms, sem er fræða- og menningarmiðstöð með sjálfbærnisþema sem er nú í smíðum á Húsavík.

FRETTAÐIÐ/ANTON

Frá örófi alda hefur maðurinn lifað af gæðum náttúrunnar, nýtt sér hana og aðlagð umhverfið að þörfum sínum. Með sívaxandi fjölda, vaxandi neyslu almennings og framleiðslu á vörum sem hannaðar eru til að endastífelst styttra er álag á vistkerfi jarðarinnar orðið meira en nokkru sinni.

Sigurður Eyberg Jóhannesson er leikari og söngvari hljómsveitarinnar Deep Jimi and the Zep Creams. Sigurður er einnig menntaður umhverfisfræðingur og starfar nú sem verkefnisstjóri Garðarshólms, sem er fræða- og menningarmiðstöð með sjálfbærnisþema sem er nú í smíðum á Húsavík. Hann hefur skoðað áhrif mannsins á umhverfið á ýmsan hátt, til dæmis með tilraunum á eigin skinni.

TAKMARKAÐAR AUÐLINDIR

„Íbúar jarðarinnar eru um 7 milljarðar og við höfum takmarkað landsvæði til að framfleyta okkur, ekki bara með mat heldur með alla neyslu. Í raun og veru er hægt að rekja alla neyslu til einhverra náttúruauðlinda, því allt sem mannkynið nýtir kemur frá jörðinni. Ein aðferðanna sem notaðar eru til að mæla ágang mannkyns á náttúruauðlindir jarðar er svokallað Vistspor. Útreikningar á Vistsporinu ganga því út á að rekja neysluna niður í þá náttúruauðlind sem við á. Með því er hægt að mæla hversu stórt landsvæði þarf til að framfleyta mannum, með allri hans neyslu, allt frá matnum sem hann borðar til kaupa á fatnaði, rafmagnstækjum og orku og

eldsneytis sem notað er til húshitunar og ferðalaga – og allt þar á milli,“ útskýrir Sigurður.

„Algengast er að mælieiningin sé sett á þjóð og þá er mældur ágangur þeirrar þjóðar á náttúruauðlindir jarðar. Með því að taka allt landsvæði jarðarinnar og deila með heildarfólksfjölda á jörðinni, getum við reiknað hversu mikið land hver einstaklingur hefur til afnota til að standa undir eigin neyslu svo að við séum ekki að ganga of mikið á auðlindirnar og minnka getu þeirra til að sjá fyrir okkur.“

„Vistsporið hefur verið reiknað út fyrir margar þjóðir og hefur komið í ljós að almennt á Vesturlöndum erum við talsvert langt yfir þessum mörkum. Ef allir jarðarbúar myndu lifa á sama hátt og við þá myndi það sennilega ekki taka okkur nema nokkrar vikur að rústa allt vistkerfi jarðar.“ Sigurður gerði meistaraverkefni sitt einmitt um Vistspor Íslands.

ÍSLENDINGAR EIGA MET Í NEYSLU

„Við Íslendingar erum samkvæmt þessari rannsókn minni, miðað við höfðatölu, neyslufrekasta þjóð heims. Meðal Íslendingur tekur meira til sín af auðlindum jarðar en meðal íbúi nokkurrar annarrar þjóðar og höfum við þá meiri áhrif á umhverfið miðað við höfðatölu en nokkur annar,“ segir Sigurður.

„Aðalástæðan er að sjálfsögðu sú að við erum afskaplega miklir neytendur. Vissulega kemur það líka inn í að lega landsins er þannig að langt er að flytja vörur að og ferðast en fyrst og fremst er það neysla okkar sem hefur svona gríðarleg áhrif á umhverfið, þó að húshitun og rafmagn hér á landi sé mun umhverfisvænna en gengur og gerist erlendis.“

ERFITT AÐ MINNKA NEYSLU MIKIÐ

„Ég hef einnig reiknað mitt eigið Vistspor. Ég skoðaði mína eigin neyslu og hélt að ég væri mjög umhverfisvæn þegar ég byrjaði. Mér fannst neysla mín vera svo lítil miðað við það sem ég sá í kringum mig og ég hélt að ég væri í um það bil á þessum sjálfbærnimörkum, en það kom í ljós að ég var með fimm sinnum meiri neyslu en þessi viðmið segja til um.“

„Seinna gerði ég svo markvisst tilraun til að lifa innan þessara neysluviðmiða, mig langaði að vita hvað ég þurfti að minnka mína neyslu mikið til að falla innan þeirra. Við tókum þetta upp og erum búin að gera heimildarmynd sem kemur út bráðlega. Þetta var gríðarlega erfitt fyrir mig, mjög erfitt vegna þess að við erum búin að móta samfélag sem gerir okkur illa kleift að draga úr neyslu þannig að við föllum innan þessara marka. Það sem mér þótti erfiðast var að minnka bílnotkun og líka að breyta mataræðinu, til dæmis að minnka kjötneysluna. Það þarf mjög mikið landsvæði til að framleiða kjöt. Það kom mér einnig á óvart hvað rafmagnstæki hafa mikil áhrif. Í einni farsíma getur farið meira en tonn af hráefni sem að mestu endar á haugunum, a.m.k. ekki í farsímanum.“

ÞURFUM NÝTT MÓDEL

„Til að þetta gangi upp þurfum við að skipta út þessu módeli sem við erum með. Sem er þetta, módel hagvaxtar, sem snýst um að það þarf alltaf að vera að auka neyslu almennings til að halda hjólum hagkerfisins rúllandi, sem kallar á meiri notkun á nánast einnota hlutum, sem svo er hent og svo kaupir þú meira til að

halda neyslunni uppi og þú heldur áfram að fylla jörðina af drasli sem er ekkert annað en hráefni á villigötum. Þannig að við erum að nýta auðlindirnar of mikið og illa. Við erum að búa eitthvað til sem er illa framleitt og hendum því svo bara strax á haugana og þar erum við með tugi hráefna í einni vöru og af því að þeim er öllum blandað saman þá er ekki hægt að nýta þær aftur, og þá eru þær bara sorp.“

HVETUR FÓLK TIL AÐ VERA MEÐVITAÐ

„Allt það sem við erum að tala um er náttúrulega eitthvað sem fólk verður bara að ákveða sjálf hvort það vilji taka til sín. Fyrst og fremst snýst þetta um að horfa í eigin barm og skoða sína neyslu. Að spyrja sjálfan sig, þarf ég á þessu að halda? Ekki bara fara að versla til að fara að versla. Það er konsept sem meikar engan sens, en ef þig vantar eitthvað, t.d. eldhúsbörð, þá myndi ég segja að þú ættir að kaupa gott eldhúsbörð sem gæti enst þér jafnvel alla ævina. Þá er það ekkert endilega óumhverfisvænt, heldur þinn eðlilegi hluti af kökunni sem eru þessar sameiginlegu auðlindir jarðar. Það er náttúrulega alveg sjálfsagt að fólk vanti eldhúsbörð – við megum ekki vera einhverjir píslarvottar og leyfa okkur ekki neitt. En þegar þú ert farinn að taka meira af kökunni en er þinn eiginlegi hluti: átta sjónvörp, tveir bílar? Hvað þarf maður til dæmis margar eldhúsinnréttingar um ævina, þarftu að skipta út gamalli eldhúsinnréttingu? Kjarninn í þessu er að kaupa það sem maður þarf og kaupa vandaða vöru sem endist og ef þú vilt vera ennþá betri, að kaupa notaða vöru. Þá skrifast engin neysla á þig – þá

er þú að framleiða vöruna, hún er ekki framleidd sérstaklega fyrir þig og þú ert að lengja líftíma hennar, og neyslan á henni skrifast á einhvern annan. Einnig að gera við bílaða hluti. Þetta eru allt hlutir sem minnka álag á okkar sameiginlegu auðlindir.“

GRÆN JÓL

„Varðandi jólagjafir, er mitt ráð að gefa þjónustu! Ég held að þetta geti verið svolítið kjarni þess hvernig við breytum hagkerfinu. Gefa nudd til dæmis. Eitt-hvert dekur. En burtséð frá gjöfum, þá er það líka að vera með eldabusku, að vera með einhvern sem þrífur hjá þér og svona, þetta eru bara toppmál. Þetta er neysla, þarna ertu að nota peningana þína í að gera líf þitt betra og okkur finnst þetta mikill munaður, en þetta er miklu betra fyrir umhverfið, betra fyrir samfélagið í heild en að vera alltaf að kaupa sér einhverja hluti. Að nota betur þá hluti sem maður á en nota peningana til þess að eiga meiri frítíma. Verja tíma með börnunum, vinunum, að ferðast eða hvernig svo sem maður vill verja sínum frítíma.“

En lykilatriði í þessu öllu er að vera ekki þjakaður af samviskubiti vegna þessara mála. Við, mannkynið, erum búin að vera gríðarlega dugleg og skapandi síðustu áratugi og aldir og eigum að vera stolt af því. Hins vegar megum við ekki loka augunum fyrir því að aðstæður hafa breyst á jörðinni vegna athafna okkar og við því verðum við að bregðast ef ekki á að fara illa. En í þessu liggja tækifæri og spennandi tímar fram undan þar sem við greiðum úr þessu og sættum aftur samfélag manns og náttúru.

ÖFLUG VIRKNI
án kemískra efna

NÁTTÚRULEGAR
ILMOLÍUR
ferskur ilmur



Allt sem þú þarft er smá **ATTITUDE**[®]
umhverfisvæn og húðvæn hreinsiefni sem virka

HÚÐVÆNT
án ertandi ilm- og litarefna

UMHVERFISVÆNT
framleitt samkæmt
ströngustu umhverfisstöðlum

CO2NEUTRAL

NOT TESTED
ON ANIMALS

EcoLogo



blettahreinsir



baðherbergishreinsir



yfirborðshreinsir



glærhreinsir



sturtuhreinsir



uppvottalögur



uppvottaefni



mýkingarefni



þvottaefni og mýkingarefni



þvottaefni

Græn jólagjafahugmynd!

Gefðu heimatilbúna gjöf! Hvar liggja hæfileikarnir? Í þrjónaskap, sultugerð eða listum?



Hvaða jólatré er „grænast“?

EKTA TRÉ?

Þegar skoðuð er efnanotkun við ræktun jólatrjáa og orku- og auðlindanotkun við flutning þeirra þá kemur í ljós mikill munur á íslenskum og innfluttum trjám. Við ræktun íslenskra jólatrjáa er notað lítið sem ekkert af varnarefnum, en víða erlendis eru bæði notuð illgresis- og skordýraeitur. Einnig ber að nefna þá hættu sem stafar af sjúkdómum sem geta borist með trjám þegar þau eru flutt hingað til lands. Þegar orkunotkun vegna flutninga er skoðuð þá hefur íslenska tréð augljóslega forskot; því styttri flutningsleið – því minni eldsneytisnotkun og útblástur. Íslensk jólatré hafa því yfirburði fram yfir innflutt tré þegar horft er á efna- og orkunotkun. Nú gefst fjölskyldum kostur á að fara út í skóg og höggva sér jólatré sem er bæði góð og skemmtileg samvera.

PLASTTRÉ?

Við framleiðslu á plastjólratrjám er notað mun meira af orku og auðlindum en við ræktun ekta trjáa. Plastið er upphaflega framleitt úr olíu og auk þess er framleiðslan orkufrek og vegalengdin löng frá framleiðslu til markaðar, þar sem langflestar plastjólratré eru framleidd í Asíu. Mikið af úrgangi myndast síðan þegar þessum trjám er hent, ef þau eru ekki flokkuð og endurunnin. Ef plasttré er notað í mörg ár má segja að neikvæðu umhverfisáhrifin þynnist út. Hins vegar þarf að nota plastjólratré í 20 ár svo það verði að betri kosti en ekta tré.

● ÞÚ ÁTT RÉTT Á AÐ FÁ UPPLÝSINGAR UM HÆTTULEG INNIHALDSEFNI

Samkvæmt nýjum evrópskum reglum varðandi efni sem kallast REACH þá hefur neytandinn rétt á að fá upplýsingar um hvort viðkomandi vara innihaldi varasöm efni sem eru á svokölluðum kandidáttalista Efnastofnunar Evrópu. Varan getur verið alls kyns, t.d. íþróttaskór, húsgögn eða leikföng. Hægt er að spyrja í búðum og hjá framleiðanda og skal svarið afhent án endurgjalds innan 45 daga. Þetta á að gefa neytandanum betra tækifæri til að taka upplýsta ákvörðun um sín innkaup og setur aukna ábyrgð á seljandann að vita hvað hann er með í höndunum. Á kandidáttalista eru nú 53 efni sem geta verið krabbameinsvaldandi, valdið stökkbreytingum, raskað frjósemi auk þess að brotna ekki niður í náttúrunni en safnast í staðinn fyrir og valda þannig skaða.



Grænt og vænt – kíktu á www.graenn.is

www.graenn.is er ný fræðslusíða Umhverfisstofnunar um grænan lífsstíl. Þar má meðal annars finna upplýsingar um varasöm efni í neytendavörum og hvernig hægt er að sniðganga þau, ásamt umfjöllun um öryggismál, samgöngur, garðinn o.fl. Einnig er lögð áhersla á endurvinnslu en með því að flokka sorpið á réttan hátt leggur þú þitt af mörkum til að koma í veg fyrir að hættuleg efni endi í umhverfinu og hafi þannig áhrif á þig síðar. Bergþóra Hlíðkvist Skúladóttir er ritstjóri www.graenn.is.

Hvert er markmiðið með nýju síðunni?

Fyrst og fremst að bjóða almenningi upp á að fræðast um hvað hægt er að gera, skref fyrir skref til að tileinka sér umhverfisvænni lífsstíl. Við leggjum áherslu á að gefa góð ráð sem auðvelt er að fara eftir í amstri nútímans. Við vonum að fólk taki vel í þessi ráð og að samfélagið þokist í rétta átt, t.d. með aukinni eftirspurn með umhverfsvottuðum vörum og þjónustu en slíkt hefði í för með sér minni mengun og þar með betri lífsgæði fyrir okkur öll. Við viljum jú öll búa í heilsusamlegu umhverfi.

Er þörf fyrir svona vef?

Já, það finnst okkur alveg tvímælaust. Til dæmis hefur umræða um efni í neytendavörum aukist gríðarlega



Bergþóra Hlíðkvist Skúladóttir er ritstjóri www.graenn.is sem er ný fræðslusíða Umhverfisstofnunar.

FRETTAHLAÐIÐ/ANTON

í nágrennalöndum okkar og fylgjum við í fótspor þeirra með www.graenn.is. Fylgifyskur þess nægtsamfélags sem við búum í er að í kringum okkur er allt fullt af vafasömum efnum eins og til dæmis í snyrtivörum, raftækjum, málningu, húsgögnum og fötum. Reglulega berast síðan fréttir af skaðlegum áhrifum þessara efna eins og að geta valdið krabbameini eða raskað hormónajafnvægi líkamans. Málið er flókið því að þó svo eitt varasamt efni hafi lítil áhrif á heilsu og umhverfi þá er lítið vitað um samanlögð áhrif efna í kringum okkur, svokölluð kokteíláhrif. Ef ekki er hugað að flokkun og endurvinnslu þá enda þessi skaðlegu efni úti í náttúrunni þegar við hættem að nota vöruna og geta þannig haft áhrif á okkur síðar.

Þetta hljómar ekki vel. Á maður þá að sleppa jólagjöfunum í ár fyrst allt er svona hættulegt?

Nei, það er nú ekki boðskapur

síðunnar. Hins vegar vonum við að www.graenn.is auðveldi almenningi að velja það sem er betra fyrir heilsuna og umhverfið. Við getum tekið sem dæmi leikföng, sem því miður geta innihaldið skaðleg efni. Þar er hægt að hafa sem viðmið að kaupa ekki leikföng með sterka lykt því ilmefnin geta valdið ofnæmi, velja eingöngu CE-merkt sem þýðir að framleiðandinn uppfyllir grunnkröfur Evrópu og að sniðganga óvönduð leikföng eða eftirlíkingar sem oftast eru framleidd í risaverksmiðjum í Asíu undir litlu eftirliti. En það má líka benda á að hægt er að gleðja ástvinu með ýmsu öðru en hlutum sem oftast enda í ruslinu og valda mengun. Hægt er að gefa einhverja upplifun eins og t.d. leikhúsmiða eða nudd eða jafnvel eitthvað sem gefandinn skipuleggur sjálfur. Í hraða nútímans er oft mesta gleðin fölginn í því að gera eitthvað skemmtilegt saman.



UMHVERFISSTOFNUN

Einstaklingar Atvinnulíf Umhverfisstofnun

Einstaklingar » Grænn lífsstíl

Veidi
Loftslagsbreytingar
Náttúra
Grænn lífsstíl
Meðganga og börn
Garðurinn
Hávaði
Heimilið
Lærðu að þekkja merkin!
Snyrtivörur
Varasöm efni
Mengandi starfsemi
Hnatræn mengun
Loftgæði
Umhverfismerki
Líffræðileg fjölbreytni
Úrgangur
Vatnsgæði

GRÆNN LÍFSSTÍLL

MEÐGANGA OG BÖRN
Börn eru smáaxin og mun næmari fyrir efnun í umhverfinu en fullorðnir.
» NÁÐAR

HÁVADI
Hávaði er talinn eitt af stærstu heilbrigðisvandamálum nútímans.
» NÁÐAR

LÆRDU AÐ ÞEKKJA MERKINI!
Hættumerkin á efnavörum, þríhyrningarnir á plastumbúðum, leiðarvísir um umhverfismerkjafrumskögn og ný sundlaugamerki
» NÁÐAR

VARASÖM EFN
Hér er að finna fróðleik um 13 hættulegu efnin í neytendavörum sem geta skaðað heilsu þína og umhverfi.
» NÁÐAR

GARÐURINN
Mikilvægt er að átta sig á því, að þegar úðað er með skordýraeitri, þá drepast öll skordýr sem eitrið lendir á, hvort sem þau eru skaðleg eða gagnleg.
» NÁÐAR

HEIMILIÐ
Hver eru heilsu- og umhverfisáhrif húsgagna, hreinsivöru og rafmagnstækja?
» NÁÐAR

SNYRTIVÖRUR
Snyrtivörur eru ómissandi hluti af daglegu lífi okkar og flest okkar notum margar og mismunandi tegundir á dag.
» NÁÐAR

LEITAÐU AÐ SVANSMERKINU!

FJÖLBREYTT VÖRUÚRVAL

Sápur, snyrtivörur, handklæði, sængurföt, fatnaður, bleiur, dömbindi, þvotta- og hreinsiefni, örtrefjaklútar, eldhús- og salernis-pappír, ljósritunarpappír, tölvur, sjónvörp, prentarar, þvottavélar, málning, parket, húsgögn, bíla- og bátahreinsiefni, leikföng, hótél, prentun, ræstiþjónusta, verslanir, veitingastaðir & margt margt fleira

BETRA FYRIR UMHVERFIÐ OG HEILSUNA

 SVANURINN
ER Á FACEBOOK
OG Á SVANURINN.IS


UMHVERFISSTOFNUN
Umsjónaraðili Svansins á Íslandi

Varasöm efni í vörum og hlutum

Allt í kringum okkur eru efni og því miður eru sum þeirra skaðleg heilsu okkar og umhverfi. Þessi varasömu efni koma til dæmis frá iðnaði, samgöngum og sorpi sem ekki er meðhöndlað á réttan hátt, en geta einnig verið í vörum og hlutum sem við notum dags daglega. Mörg þessara efna eyðast ekki heldur safnast fyrir í umhverfinu og geta endað í matnum sem við borðum, vatninu sem við drekkum og loftinu sem við öndum að okkur. Þú getur lagt þitt af mörkum við að minnka magn skaðlegra efna í umhverfi þínu með því að velja vörur án efna sem hafa skaðleg áhrif á heilsu og umhverfi.

SNYRTIVÖRUR

Snyrtivörur eru ómissandi hluti af daglegu lífi okkar og flest notum við margar og mismunandi tegundir á degi hverjum. Vanda skal valið því ýmsar snyrtivörur innihalda efni sem geta haft skaðleg áhrif á heilsu okkar og umhverfi. Þessi varasömu efni eru til dæmis rotvarnarefni, ilmefti, litarefni eða önnur efni sem geta valdið ofnæmi. Vert er að hafa í huga að snyrtivörur geta borist með frárennslisvatni út í umhverfið. Framleiðendum snyrtivara er skylt að gefa upp öll innihaldsefni á umbúðum. Þannig er hægt að forðast verstu efnin og efni sem þú ert með ofnæmi fyrir. **Hægt er að kaupa snyrtivörur án skaðlegra efna.**

SNUÐ OG PELAR

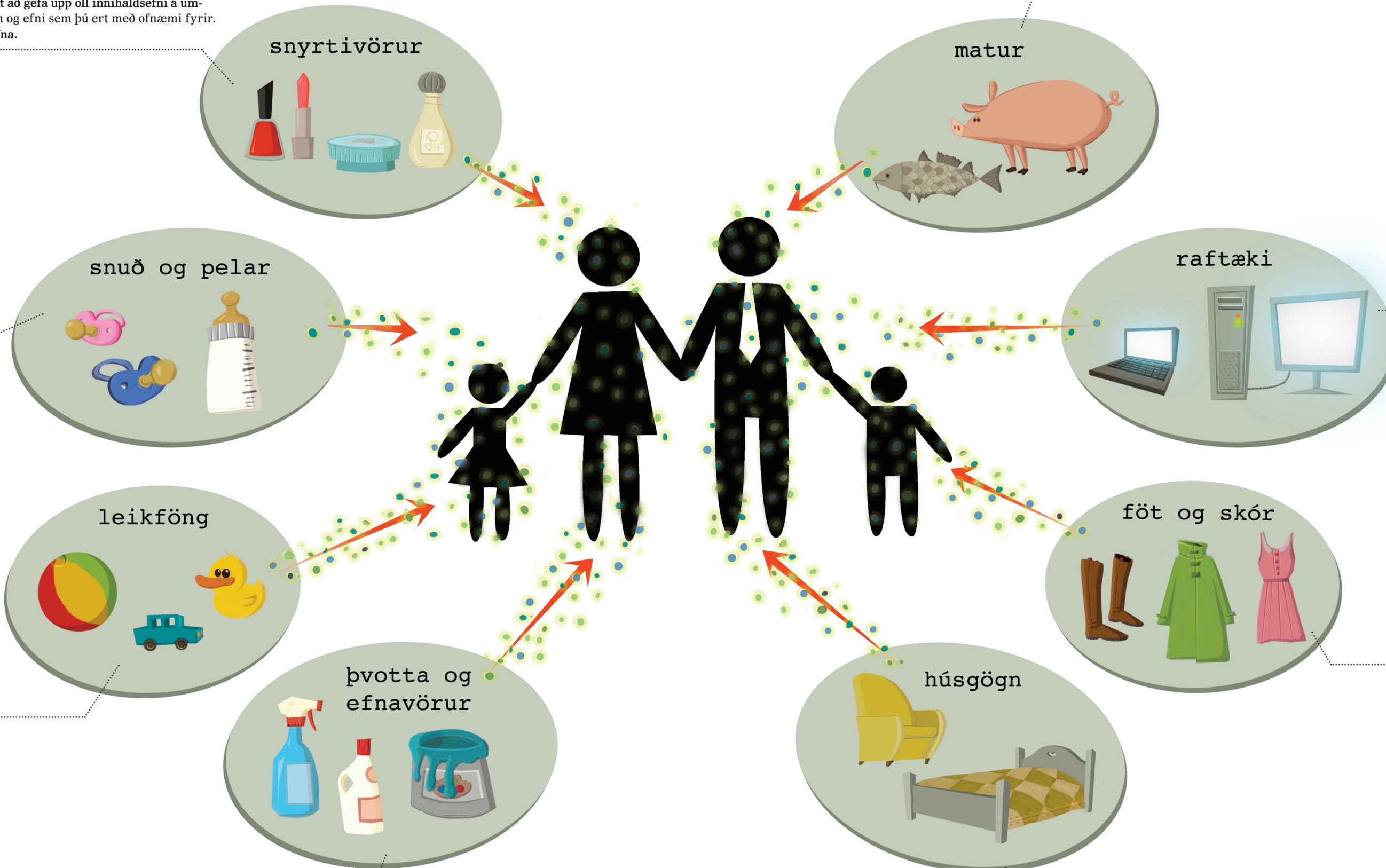
Pelar og harði hluti snuðsins (ekki sjálf túttan) geta verið úr polykarbonatplasti sem inniheldur skaðlega efnið BisfenolA (BPA). BPA getur valdið ertingu og ofnæmi í húð og raskað hormónajafnvægi. Þetta er umdeilt efni og hafa Danir bannað sölu á pelum sem innihalda BisfenolA. Það sama var gert hér á landi í ágúst 2011. Því er mikilvægt að skoða innihaldslýsingu þegar pelar og snuð eru keypt.

LEIKFÖNG

Reglur um leikfangaframleiðslu eru mjög strangar en þrátt fyrir það innihalda sum leikföng efni sem geta verið skaðleg bæði heilsu barnsins og umhverfinu. Flest leikföng á heimsmarkaði í dag eru framleidd í Asíu. Á þessum mörkuðum ríkir mikil samkeppni og sumir framleiðendur fara ekki eftir settum reglum um efna-innihald. Því finnast reglulega leikföng á markaði sem innihalda of mikið af varasömum efnunum eins og t.d. þungmálma og plastmýkingarefni sem kallast þalót. Auk þess ber að varast leikföng sem búa til mikinn hávaða. Við val á leikföngum skal velja CE-merkt leikföng sem er yfirlýsing framleiðandans um að leikfangið uppfylli grunnkröfur Evrópu um öryggi leikfanga.

ÞVOTTA- OG EFNAVÖRUR Á HEIMILUM

Til eru margvíslegar þvotta- og efnavörur á heimilum eins og t.d. þvottaefni, hreinsiefni, málning og lökk. Mörg þessara efna geta verið ertandi og jafnvel ætandi og haft skaðleg áhrif á heilsu. Því skal ætíð lesa vel varúðarupplýsingar á umbúðum, geyma efnin þar sem börn ná ekki til og flokka á réttan hátt þegar umbúðum og afgöngum er hent. Hreinsiefni fara með frárennslisvatni út í umhverfið. **Með því að velja umhverfisvottaðar vörur lágmarkar þú notkun þína á varasömum efnunum og því magni sem berst frá þér út í umhverfið.**



MATUR

Á Íslandi gilda strangar reglur um matvælaframleiðslu og matur má ekki innihalda efni sem eru skaðleg heilsu eða umhverfi, hvort sem hann er framleiddur hér eða innfluttur. Hins vegar inniheldur margt af því sem við borðum örliðið af varasömum efnunum úr umhverfinu sem hafa safnast fyrir í lífkeðjunni. Þó er sjaldnast hættulegt að borða slíka matvöru, en á löngum tíma geta efnin sem koma úr ýmsum áttum safnast fyrir í okkur og valdið veikindum.

RAFTÆKI

Á hverju heimili má finna ýmiss konar raftæki sem við teljum til sjálfsagðra þæginda eins og t.d. þvottavél, sjónvarp, tölvu og farsími. Raftæki innihalda ýmis efni og eru sum þeirra skaðleg heilsu og umhverfi, eins og t.d. brómer-úð eldtefjandi efni. Þau hafa fundist í ryki innanhúss og eru talin koma frá raftækjum. Efnin geta líka losnað út í umhverfið við framleiðslu raftækisins eða ef raftækinu er ekki fargað á réttan hátt. Þá geta efnin borist út í umhverfið og haft þannig skaðleg áhrif á bæði umhverfið og okkur sjálf. Skila skal öllum raftækjum til viðurkenndra móttökustöðva þegar notkun á þeim er hætt og kostar það ekkert. Þar eru tækin meðhöndluð þannig að þau valdi ekki mengun.

FÖT OG SKÓR

Það er oft efnalykt af nýjum fötum því við framleiðslu á fatnaði og skóm eru notuð ýmis efni sem sum sitja eftir í vörnunni þegar hún er tilbúin til sölu. Sum þessara efna eru skaðleg heilsu og umhverfi og geta t.d. verið ofnæmisvaldandi. Veljum Svansmerkt fót ef slíkt er í boði. Margir framleiðendur hafa fengið Svansvottun á hluta af sinni framleiðslu og því er vert að skoða fót með tilliti til umhverfismerkja. **Góð regla er að þvo fót áður en þau eru notuð í fyrsta skiptið því við þvottinn hverfa langflest þeirra skaðlegu efna sem notuð voru við framleiðsluna.**

HÚSGÖGN

Húsgögn eins og stólar, borð og skápar eru jafnan framleidd úr tré, málm og/eda plasti og geta innihaldið efni sem eru skaðleg fyrir umhverfið og heilsuna á ýmsan hátt. Þessi efni geta gufað upp í litlu magni frá húsgögnunum við notkun, en einnig við framleiðslu og förgun. Húsgögn geta líka innihaldið ofnæmisvaldandi efni. **Látum lofta vel um ný húsgögn í nokkra daga eftir að þau eru tekin í notkun.**

Græn jólagjafahugmynd!

Gefðu áskrift. Þekkirðu sjónvarpsjúkling – gefðu honum áskrift að góðri sjónvarpsrás og tónlistarunnandinn fær áskrift að tónlistarvaferslun.

● MÓÐIRIN



Ákveðin efni í snyrtivörum, sápum og sjampói o.fl. geta borist með brjóstamjólkinni eða frá húð móður til blóðrásarinnar og þannig til barnsins. Því ættu ófrískar konur og mjólkandi mæður að huga vel að því hvaða vörur þær nota fyrir sjálfar sig. Það er oft erfitt að átta sig á innihaldslýsingum á umbúðum og upplýsingar um innihaldsefni geta verið misvísandi. Þumalputtareglan ætti því að vera sú að nota sem minnst af snyrtivörum á þessum mikilvæga tíma lífs þíns og velja Svansmerktar vörur þegar þær eru í boði. Sem dæmi má nefna að Svansmerkt brjóstáinnlegg innihalda ekki ofnæmisvaldandi eða heilsuskaðleg efni. Það eru jafnframt lítil neikvæð umhverfisáhrif af framleiðslu þeirra.



● **BÖRN OG EFNI** Börn eru mun viðkvæmari fyrir skaðlegum efnunum í umhverfinu heldur en fullorðnir. Þau eru lítil, með viðkvæma húð og ónæmiskerfið er ekki fullþroskað. Börn þola minna magn af skaðlegum efnunum en fullorðnir. Börn komast í snertingu við meira magn af efnunum en fullorðnir. Þau setja hluti upp í sig og skríða um á gólfinu þar sem eru leifar af efnunum. Skaðleg efni geta leynst í öllum vörum og þess vegna er mikilvægt að vera meðvitaður um áhættur og velja skynsamlega. Með því að velja umhverfisvottaðar vörur tryggir þú að barnið þitt verði ekki fyrir neikvæðum áhrifum vegna hættulegra efna. Svannurinn auðveldar þér valið.



● **HVAÐ ER UMHVERFISMERKI?** Norræna umhverfismerkið Svannurinn og Evrópublómíð eru dæmi um áreiðanleg umhverfismerki. Þessi merki byggja á ströngum umhverfis-, heilsu og gæðakröfum sem ná til alls lífsferils vörunnar frá framleiðslu til förgunar. Óháður aðili hefur vottað að kröfur umhverfismerkisins séu uppfylltar og eru kröfurnar endurskoðaðar og hertar reglulega. Framleiðendur hafa sjálfir frumkvæði að því að sækja um vottun og geta einungis þeir bestu uppfyllt kröfur og fengið vottun. Því er umhverfisvottuð vara og þjónusta ávallt besti kosturinn fyrir umhverfið og heilsuna. Nánari upplýsingar um umhverfismerki er að finna á www.grænn.is.

„Slow food“ og „Fast food“

„Slow food“ er hugmyndafræði sem er upprunnin á Ítalíu og kom fram fyrir 25 árum. Hún varð til sem mótvægi við „fast food“ byltinguna þegar McDonalds-

keðjan opnaði skyndibitastað við spænsku tröppurnar í Róm. Slow food-hreyfingin leggur áherslu á mat úr heimabyggð, af plöntum ræktuðum af innlendum fræj- um og bústofni sem er einkennandi fyrir heimahéraðið. Hreyfingin leggur áherslu á sjálfbæra fæðu- framleiðslu og hvetur til neyslu framleiðsluvara frá framleiðendum heima í héraði, til mótvægis við hnattvædda landbúnaðarframleiðslu.



Svandís Svavarsdóttir afhendir nýbókunum foreldrum fyrsta Svanspokann. Í honum er bæklingur sem fjallar um umhverfismerkið Svanninn og mikilvægi þess að velja umhverfisvottað fyrir ungbörn.

5.000 börn um land allt fá Svanspoka!

„Ágætis byrjun“ er verkefni sem Umhverfisstofnun stendur fyrir til þess að kynna Svanninn og hvetja foreldra til að nota umhverfismerki sem hjálpartæki við vörur.



„Mér er hvarvetna mjög vel tekið,“ segir Elva Rakel Jónsdóttir sem nú kynnir verkefnið.

Í daglegu lífi komast allir í snertingu við óteljandi efni sem mörg hver eru varasöm. Ekki ætti þó að láta sér fallast hendur því neytandi hefur alltaf val og það er ekki síst mikilvægt að nýta sér það þegar valdar eru vörur fyrir ungbörn og mjólkandi mæður. Með því að velja umhverfisvottaðar vörur fram yfir aðrar tekur maður sjálfur stjórnina og velur í auknum mæli hvaða efni maður kemst í snertingu við. Verkefnið Ágætis byrjun gengur út á að dreifa Svanspokum til nýbakaðra foreldra. Verkefnið er unnið að norski fyrirmynd en þar hefur sambærilegt verkefni verið í gangi síðan árið 2005. Í pokunum er bæklingur sem fjallar um umhverfismerkið Svanninn og

mikilvægi þess að velja umhverfisvottað fyrir ungbörn. Í pokanum eru einnig vöruprúfur en tilgangurinn er ekki að kynna einum af bæklingur sem fjallar um umhverfismerkið Svanninn og

breitt úrval af ungbarnavörum og því hafa foreldrar raunverulegt val um vöru sem er betri fyrir umhverfi og heilsu. Verkefninu er ætlað að ná til alls landsins og er miðað við að öll börn fædd á Íslandi á tímabilinu nóvember 2011 til nóvember 2012 fái pokann. Pokunum er dreift á fæðingardeildum á landsbyggðinni og heilsugæslu á höfuðborgarsvæðinu. Starfsmaður Svansins, Elva Rakel Jónsdóttir, segir að hjúkrunarfræðingar og ljósmæður taki vel í verkefnið. „Ég er þessa dagana að kynna verkefnið fyrir hjúkrunarfræðingum á höfuðborgarsvæðinu og mér er hvarvetna mjög vel tekið. Ég held að heilbrigðisstarfsfólk sjái þörfina fyrir fræðslu af þessu tagi en með verkefninu er í raun verið að sameina umhverfismál og lýðheilsuáhrif.“ Yfirhjúkrunarfræðingur heilsugæslunnar í Miðbæ, Jóhanna Eiríksdóttir, telur verkefnið brýnt. „Hér tókum við því fagnandi að styðja við umhverfshugsun, ekki veitir af.“



● **VEFNAÐARVARA** Börn eru í sífelldri snertingu við vefnaðarvöru eins og fatnað, sængurföt eða handklæði. Vefnaðarvara getur innihaldið leifar af varnar- og litarefnum eða öðrum efnunum sem eru skaðleg umhverfi og heilsu. Svansmerktar vefnaðarvörur eru framleiddar á ábyrgan hátt. Þær eru án ofnæmisvaldandi litarefna og annarra heilsuskaðlegra efna. Umhverfisáhrif af framleiðslunni eru lítil, sérstaklega þegar miðað er við notkun á skordýraeitri og öðrum varasömum efnunum. Svannurinn vinnur stöðugt að því að fá meira úrval af Svansmerktri vefnaðarvöru á markaðinn. Þú getur lagt þitt að mörkun – með því að velja Svansmerktan fatnað, sængurföt og handklæði þegar þú sérð þau.

● **BLEYJUR OG BLAUTPURRKUR** Hvert ár fæðast um það bil 5.000 börn á Íslandi. Samtals nota þessi börn líklega 50.000 bleyjur dag hvorn! Bleyjur eru eitt af því mikilvægasta sem nýfædd börn nota. Þær eru í sífelldri snertingu við viðkvæm svæði á veigamesta þroskatímabili barnsins. Svansmerkt bleyja er mild fyrir húð barnsins. Hún inniheldur engin húðökrem eða ilmefni og í hana er notuð lífrænt ræktuð bómull. Svansmerkt bleyja er laus við PVC plast og er ekki bleikt með klórsamböndum.



Þóra Sigurðardóttir gaf í fyrra út bók sem heitir Foreldrahandbókin. Í henni fá foreldrar ráðleggingar og reynslusögur um allt milli himins og jarðar sem tengist því að eignast barn.

Þú þarft ekki að kollvarpa lífinu þó þú veljir það **besta** fyrir barnið

Rithöfundurinn Þóra Sigurðardóttir á tvö ung börn, eins árs og þriggja ára. Í fyrra gaf hún út bók sem heitir Foreldrahandbókin en í henni fá foreldrar ráðleggingar og reynslusögur um allt milli himins og jarðar sem tengist því að eignast barn. Elva Rakel Jónsdóttir hjá Umhverfisstofnun settist niður með Þóru og spjallaði við hana um efni í umhverfi barna okkar.

fyrir mér bleyjum og blautpurrukum, því þegar maður uppgötvar að blautpurkur eru finasta hreinsiefni fyrir eldhúsinnréttingar þá fer maður að hugsa sig um. Það virðist engum vera umhugað um okkur. Þabbi var til dæmis að hita sér núlúslúpu í bolla um daginn. Ég stoppaði hann og sagði að hann mætti ekki setja duftið ofan í því það inniheldi MSG og svo mætti alls ekki hita súpana í þessu frauðplasti því það væri stúfult af eiturefnum sem losna við hita. Hann bara horfði á mig og sagði: „Af hverju er þá verið að framleiða þetta“. Það er þetta sem mér blóskrar svo mikið.

Ég nota líka þvottaefni í mjög litlu magni og þá helst Svansmerkt. Af ungbarnavörum, velurðu þá eitthvað ákveðið fyrir börnin þín? Ég hef mestmegnis notað einnota bleyjur í gegnum tíðina og dauðskammast mín fyrir það. En ég er mjög meðvituð um hreinsiefni og hef verið að búa til mínar eigin blautpurkur. Eins notaði ég líka ilmjkarnaolíur og setti til dæmis piparmyntudropa á fötin hjá börnunum til að fæla flugur í burtu. Þú þarft ekki að spreypja allt með eitri. Mannkynið lifði af áður en öll þessi efni voru til staðar. Við erum búin að færast svo langt í burtu frá náttúrunni en mér finnst vera mikil vitundarvakning þessa dagana.

Hefurðu verið að skoða umhverfismerki? Þekkirdu til dæmis Svanninn? Ég skal viðurkenna að ég er ekkert rosalega sleip, en ég samt er mjög veik fyrir öllu sem er umhverfismerkt og ég vel það frekar. Mér finnst það mætti vera meiri fræðsla um merkin því það er mín reynsla að fólk sækir frekar í umhverfismerkt heldur en hitt.

En hvernig er það í þínum vina- hóp, eru menn meðvitaðir um að vera gagnrýnir í vali á vörum fyrir börnin sín? Já og það er aukast gríðarlega mikið og sérstaklega þegar kemur að næringu. Vinurinn mínar spá mikið í þetta og af þeim hef ég lært mikið og þrátt fyrir að vera ekki sú sleipasta í eldhúsinu er þetta að hafast hjá mér. Þetta

Hvað dettur þér í hug þegar talað er um efnainnihald í vörum? Þegar ég var að skrifa bókina þá blóskraði mér því mér fannst ég uppgötva það sem ég vil kalla skort á neytendavernd. Ég hélt að framleiðendur bæru hag okkar fyrir brjósti og það var rosalegt áfall þegar ég fattaði að svo er ekki. Ég áttaði mig á því að þessi takmarkaða neytendavernd nær til barnanna okkar líka, til að mynda með BPA í pelum. Mér þarf allveg svakalega, þá sérstaklega þegar ég fór að kynna mér þetta betur. Þegar ég var ólétt af mínu fyrsta barni var varla hægt að fá BPA lausa þá á Íslandi. Ég pant- aði mér þetta allt saman, pela og snuð, að utan og þá laust við BPA. Svo hélt maður að BPA væri eina skaðlega efnið en fer smám saman að velta fyrir sér; hvað með öll hin efnin. Þetta er bara eitt af mörgum. Eins fór ég að velja

litlar breytingar sem við þurfum að gera til að breyta miklu og þó það sé enginn heilagur þá er betra að gera þínulítið gott en að gera ekkert. Til dæmis að taka út sterk hreinsiefni á heimilinu og minnka þvottaefni. Sólarvörnin er annað gott dæmi því þá ertu að maka á húðina, stærsta líffæri líkamans, mikið af óæskilegum efnunum. Með einföldum aðgerðum getur maður örugglega tekið í burtu 60% af þessu óæskilega sem börnin eru í snertingu við dags daglega. Síðan getur þú tekið á við hin litlu atriði en maður gerir það bara í rö- leghæitunum. Það eru þessi stóru atriði sem skipta máli.

Hvað finnst þér um úrvalið á umhverfisvottuðum vörum? Það er næsta stóra sprengingin og því fyrr sem framleiðendur fatta það því betra. Við vitum að það eina sem knýr þá áfram er gróðavon þannig að ef þeir uppgötva að fara inn á þessar braut- kröfur. Við erum farin að standa meira með sjálfum okkur og miss- ungur okkur stórum yfir hvað allt er stórkostlegt svo lengi sem það er í fallgum umbúðum. Hvað getur maður gert sem foreldri þegar kemur að því að velja fyrir börnin sín? Það vilja allir foreldrar það allra besta fyrir börnin sín. Stund- um held ég að þessi trogstreita myndist á milli þæginda og þess sem er það besta. En maður veit allveg að þetta er ekkert mál. Við lært mikið og þrátt fyrir að vera ekki sú sleipasta í eldhúsinu er þetta að hafast hjá mér. Þetta

er ekkert rosalega sleip, en ég samt er mjög veik fyrir öllu sem er umhverfismerkt og ég vel það frekar. Mér finnst það mætti vera meiri fræðsla um merkin því það er mín reynsla að fólk sækir frekar í umhverfismerkt heldur en hitt.

Úrval af Svansmerktum vörum og þjónustu aldrei meira

Norræna umhverfimerkið Svanurinn var stofnað árið 1989 og hefur náð gífurlegum árangri. Alls er búið að veita yfir 2.000 Svansleyfi fyrir 6.000 vörur, sem þýðir að úrvalið af umhverfisvænni vörum er orðið mjög gott. Íslenskar verslanir bjóða sífellt breiðara úrval af Svansmerktum vörum, enda fer eftirspurnin vaxandi. En hvað gerir Svansmerktu vöru betri fyrir umhverfið og heilsuna? Anne Maria Sparf frá Umhverfisstofnun stendur fyrir svörum.

VIÐ GETUM HAFT ÁHRIF

Það getur verið vandamt að finna upplýsingar um hvernig vörur eru framleiddar og hvort þær innihaldi vafasöm efni. En hvernig getur hinn almenni neytandi lagt sitt af mörkum í um-



Anne Maria Sparf

hverfismálum og valið skaðlausar vörur? „Ein leið er að velja umhverfisvottað. Með því að velja Svansmerktar vörur og þjónustu lág-

STRANGAR KRÖFUR

Svanurinn hefur þróað kröfur fyrir meira en 60 mismunandi vöru- og þjónustuflokka, allt frá hreinsiefnum og hjólbörðum til hótela og prentsmíðja. Kröfurnar ná ávallt yfir allan lífsferil vörunnar, allt frá hráefnum yfir í framleiðsluferlið, notkun og úrgang. Til að mynda þarf viður í Svansmerktum vörum að vera úr sjálfbærri ræktun, lágmarka þarf orkunotkun við framleiðslu, notk-



Úrvalið af Svansmerktum vörum er mjög fjölbreytt.

un hættulegra efna er takmörkuð og tryggja þarf rétta meðhöndlun úrgangs. „Svansmerktar vörur og þjónusta hafa farið í gegnum óháð vottunarferli sem tryggir að þær uppfylla ströngustu mögulegu umhverfis- og heilsukröfur. Einungis þær bestu geta fengið vottun,“ lofar Anne.

AF HVERJU ER SVANSMERKTA TÖLVAN BETRI?

Oft heyrir spurt af hverju umhverfimerkta varan sé betri en önnur. Getur vara, svo sem tölva eða dekk, verið umhverfisvæn? „Í sjálfu sér er ekkert sem við framleiðum beinlínis umhverfisvænt, en umhverfimerktar vörur hafa minnstu mögulegu áhrifin á umhverfið. Svansmerktar tölvur nota minni orku, eru endurvinnanlegar og án hættulegra eldvarnar-efna. Svansmerkt dekk eru endingargóð, hljóðlaus og menga minna. Strangar kröfur Svansins tryggja að varan er ávallt besti mögu-

legi kosturinn fyrir umhverfið og heilsuna.“

ER UMHVERFISMERKTA VARAN DÝRARI?

Margir halda að umhverfimerktar vörur séu dýrari en aðrar sam- bærilegar vörur, er það rétt? „Nei, Svansmerktar vörur eiga ekki að

ÍSLENDINGAR VELJA SVANSMERKT

Yfir 70% Íslendinga þekkja Svansmerkið skv. könnun frá árinu 2010. Um 40% velja Svansmerkt stundum eða alltaf. „Þetta eru sterk skilaboð til verslana. Ekkert annað merki nær þessum árangri,“ bendir Anne á. „Könnunin staðfestir einnig að margir treysta því ekki

„Svansmerktu varan er öruggt val fyrir umhverfið og heilsuna. Með því að velja Svansmerkt geta allir haft áhrif.“

vera dýrari, þvert á móti. Könnun sem Neytendasamtökin gerðu árið 2010 sýndi fram á að Svansmerktar vörur voru í flestum tilfellum ekki dýrari, og yfirleitt fær maður meira fyrir peninginn þegar maður kaupir Svansmerkt. Þvottaefnið dugur í fleiri þvotta, pappírinn þurrkar betur eða tölvan endist lengur. Svanurinn gerir nefnilega einnig gæðakröfur á vörur,“ staðfestir Anne.

að almennar vörur sem seldar eru í verslunum séu lausar við hættuleg efni. Nær 80% treysta því hins vegar að Svansmerkt vara sé gott val fyrir umhverfið og um 50% tengja merkið við strangar kröfur.“

VARIST GRÆNÞVOTT – EKKI ER ALLT GRÆNT SEM SÝNIST

„Það er ljóst að almenningur leitast í auknum mæli við að kaupa

umhverfisvænt, ekki síst vegna eigin heilsu,“ segir Anne. „Margir framleiðendur notfæra sér þessa eftirspurn og auglýsa sig sem græna eða umhverfisvæna, þótt ekkert standi á bak við það. Þess vegna hvet ég fólk til að forðast vörur sem lokka neytendur með fullyrðingum á borð við eco-friendly, green eða chemical free. Öruggasti kosturinn er ávallt að velja vörur sem eru merktar með trausta umhverfimerki, svo sem Svaninum eða Evrópuþrólu.“

FJÖLBREYTT ÚRVAL Í VERSLUNUM

Úrval Svansmerktra vara hefur stóraukist á Íslandi á undanförunum árum. Margir kvarta þó enn yfir því að það sé erfitt að finna Svansmerktar vörur í verslunum. „Flestar íslenskar dagvöruverslanir hafa bætt úrvalið af Svansmerktum vörum með aukinni eftirspurn. Yfirleitt er hægt að finna allt það helsta sem mann vantar í hillunum, svo sem þvottaefni og uppþvottatöflur, eldhúsrúllur og salernispappír, sápur og sjampó, snyrtivörur svo sem svitalyktareyði, bleiur, dömubindi, blautklúta og jafnvel servíettur. Við hvetjum verslanir til þess að merkja vörurnar betur í hillunum til að auðvelda fólk að finna vörurnar.“

Nýlega hafa apótekin einnig stórbætt úrval Svansmerktra vara. „Það er ánægjulegt að sjá hversu gott úrvalið er orðið. Fyrir nokkrum árum var erfitt að finna umhverfimerktar snyrtivörur án ofnæmisvaldandi efna, nú er hægt að velja á milli margra vörumerkja,“ lýsir Anne.

Sumar verslanir leggja meiri áherslu á Svansmerktar vörur en aðrar. „Ég hef heyrt um fólk sem velur verslun eftir því hversu gott úrval umhverfimerktra vara er. Þetta verður eflaust þróunin á næstu árum þegar Íslendingar verða meðvitaðri um vafasöm efni í neytendavörum,“ bætir hún við. „Veldu vel og veldu Svansmerkt næst þegar þú verslar.“



Ert þú tilbúinn fyrir 2012?

Dagatalakubbarinn vinsælu hafa verið framleiddir hjá GuðjónÓ í rúman áratug. Hefðin er sterk og útlit kubbsins hefur haldist eins frá því að elstu menn muna. Hægt er að velja milli átta spjalda sem öll skarta landslagsljósmyndum. Einnig bjóðum við upp á mánaðartöl og borðalmanök.

Við elskum umhverfið - allan ársins hring





Ferð þú nokkuð í jólaköttinn?

Okkur finnst við hæfi að bjóða upp á umhverfisvænni jólapappír. Pappírinn er prentaður báðumegin. Á annarri hliðinni skoppar jólakötturinn um örkina og vitnað er í vísur Jóhannesar úr Kötlu um Jólaköttinn. Hin hliðin skartar litríkum teikningum af fatnaði og minnir á að sá fer í jólaköttinn sem ekki fær nýja flik!



GUDJÓNÓ
VISTVÆN PRENTSMÍÐJA



● HVAD ER PARABEN?

Paraben eru flokkur efna sem eru m.a. notuð sem rotvarnarefni í snyrti- og hreinsivörum fyrir bæði börn og fulloröna. Rotvarnarefni viðhalda gæðum vörunnar til lengri tíma. Rannsóknir á dýrum hafa sýnt að paraben raska hormónastarfsemi og að áhrifin aukast með stærð sameindarinnar. Svansmerktar snyrtivörur innihalda ekki paraben.

● HUGMYNDIR AÐ SVANSMERKTUM JÓLAGJÖFUM

- Dekraðu við ástina þína með heilnæmum Svansmerktum snyrti- og húðvörum
- Hannaðu þína eigin myndabók, dagatal, spil eða veggspjald fyrir ömmu og afa hjá Svansmerktri prentsmiðju
- Gleddu vinkonuna með gjafakorti á Svansmerkt kaffihús
- Kaupu Svansmerktan fatnað eða ritfangasett fyrir barnabörnin
- Gefðu frænkunni Svansmerkt handklæði eða sængurver
- Verðlaunaðu fjölskylduna með helgarferð á Svansmerkt hótél úti á landi



Um þessi jól skulum við hugsa okkur vel um við matarinnkaupin og kaupa bara það sem við ætlum að nota.

Notum matvælin okkar **betur** um jólin

Við vitum öll að matvörur spretta ekki tilbúna fram í hillum verslana en að öllu jöfnu veltum við framleiðslu á matvörum lítið fyrir okkur. Fæstir vita til dæmis að um 24.000 lítra af vatni þarf til að framleiða 1 kg af súkkulaði (www.brugmerespild-mindre.dk). Áætla má að í ruslunni á meðalheimili sé í það minnsta 20% úrgangsins matvæli. Það má líklega álykta sem svo að almenn vanþekking okkar á framleiðsluáferðum matvæla sé ein af ástæðum þess að við hendum svo gífurlega miklu af matvælum árlega.

Um þessi jól skulum við hugsa okkur vel um þegar kemur að matarinnkaupum og reyna að kaupa bara það sem við ætlum að nota. Gleymum ekki afgangum í ísskápnnum heldur gerum ráð fyrir þeim og skipuleggjum matseðil vikunnar með þá í huga eða frystum þá og tökum fram seinna. Einhverju þarf samt alltaf að fleygja og þá er upplagt að kynna sér heimajarðgerð á vef Umhverfisstofnunar um grænan lífsstíl (www.graenn.is). Höldum grænni jól í eldhúsinu.

Verndar viðkvæma húð

Einstaklingum sem hafa ofnæmi fyrir ilmefnum fjölga nú stöðugt. Neutral vill ekki eiga þátt í því. Þeir sem einu sinni fá ofnæmi fyrir ilmefnum losna nefnilega aldrei við það. Þess vegna inniheldur Neutral engin ilmefni eða önnur ónauðsynleg aukaefti. Flýttu þér á ilmefnalaust svæði.



Græn jólagjafahugmynd!

Gefðu bágstöddum. Öll þekkjum við fólk sem allt á og ekkert vantar. Gefðu til góðs málafnis í þeirra nafni og sendu þeim kort sem útskýrir hvernig gjöfin mun nýtast til góðs.



Neutral vörur eru viðurkenndar af dönsku astma- og ofnæmissamtökunum.

Neutral[®]
verndar viðkvæma húð

**Tobba Marinós**

1. Ekki nægilega en ég hendi ekki gleri, plasti, áldósum eða pappír og stefni á að flokka enn frekar á næstu árum enda er það staðreynd að flokkun verður sett í lög fljótlega. Við erum ákaflega sein í þessum efnum en ég vandist því að flokka þegar ég bjó í Bretlandi og fannst það lítið mál.
2. Já. Ég kann því miður ekki nóg á þessa hluti en er að lesa mér til og forðast því til dæmis msg og paraben. Ég reyni að versla sem náttúrulegast.
3. Já en mér finnst umhverfisstofnunin oft ekki vera nægilega sjáanleg á vörunni.
4. Því miður er ég enn að kaupa plastpoka. Skal bæta mig í því!

**Gillz**

1. Nei ég er með allt lóðrétt niðrum mig. Ég hendi öllu í einn poka. Nema dósir, ég geymi þær og gef síðan krökkunum sem koma reglulega að safna dósum!
2. Ég velti því fyrir mér já. Charles Poliquin, sem er einn af mínum uppáhalds styrktarþjálfurum, skrifaði grein um efnið BPA sem er í plasti. Þar sagði hann að efnið geti líkt eftir hormóninu estrógeni og þar sem ég er vöðvasmiður þá er estrógen ekki það hormón sem ég hef mikinn áhuga á! Ég er nógu kvenlegur fyrir og þarf ekki meira af því!
3. Nei ég hef aldrei þælt í því!
4. Ég kaupi plastpoka í búðum. Ég hef aldrei keypt fjölnota poka. Ég er með allt niðrum mig.

**Svandís Svavarsdóttir**

1. Já – ég flokka sorp.
2. Já – það geri ég.
3. Kaupi alltaf Svansmerkt þegar ég kem því við. Svaurinn er örugg leiðsögn fyrir neytendur sem vilja vera ábyrgir gagnvart umhverfinu.
4. Sitt á hvað, en á nokkra mjög góða fjölnota poka sem eru líka mikið notaðir. Fer eftir því hversu vel dagurinn er skipulagður og innkaupin þar með.

**Katrín Júlíusdóttir**

1. Já ég flokka heimilissorp í fernt og allt stærra sorp fer ég með í Sorpu.
2. Já ég reyni alltaf að kaupa sem hreinastan mat. Ég kaupi sjaldan unna matvöru.
3. Mínar áherslur þegar kemur að innkaupum eru hollusta, íslensk framleiðsla og lífrænt þegar það er hægt.
4. Ég kaupi yfirleitt plastpoka.

**Bragi Valdimar Skúlason**

1. Ég flokka sorp í: mögulega ekki sorp, hugsanlega sorp, pottþétt sorp og frekar óþægilega lyktandi dót sem sennilega er sorp.
2. Stundum velti ég því fyrir mér hvort t.d. sjampóbrúsin minn sé vitsmunavera, og gæti þar af leiðandi innihaldið úraníum eða jafnvel andefni.
3. Örugglega, en ég fer ekki í svangreinaralit á vörum sem ég þarf að umgangast daglega.
4. Ég kaupi alla þá poka sem að mér eru réttir. Stundum jafnvel einn poka fyrir hverja vöru, til að henni líði eins og hún sé sérstök.

**Jón Gnarr**

1. Já, ég flokka bæði lífrænan úrgang og pappír frá öðru sorpi. Við erum með moltukassa fyrir lífrænan úrgang úti í garði og bláa tunnu frá Reykjavíkurborg fyrir pappír og pappu.
2. Ég velti því mikið fyrir mér hvort vörur geti innihaldið varasöm efni og reyni að sneiða hjá slíkum vörum ef þess er kostur.
3. Já, ég reyni að kaupa umhverfisstofnuvörur eins og hægt er.
4. Ég verð að viðurkenna að ég kaupi plastpoka í búðum.

Samviskuspurningar!

Sex þjóðþekktir einstaklingar svara nokkrum spurningum

1. Flokkar þú sorp?
2. Veltir þú því fyrir þér hvort neytendavörur geti innihaldið varasöm efni?
3. Kaupir þú umhverfisstofnuvörur / Svansmerktar vörur?
4. Kaupir þú plastpoka í búðum eða notar þú fjölnota poka?

15%
afsláttur í
nóvember

UMHVERFISVOTTUÐ
PRENTSMÍÐJA



NÝR
ENDURBÆTTUR
VEFUR

SPIL,
DAGATÖL,
KORT OG
MYNDABÆKUR

Hannaðu persónulega myndabók
fyrir þessi jól á **oddi.is**

ODDI

Standast flugeldarnir kröfur um efnainnihald?

Íslendingar eru frægir fyrir að skjóta upp ósköpunum öllum af flugeldum á nýársnótt. Áhrifin á andrúmsloftið eru öllum ljós en þau eru skammvinn og oftast nær er loftið orðið hreint á nýársdag. Það er hins vegar ekki allt sem sýnist. Í flugeldum geta verið efni sem berast út í umhverfið, safnast þar upp og geta jafnvel haft alvarleg áhrif á heilbrigði dýra efst í fæðukeðju. Fólk ætti þó ekki að láta áhyggjur af umhverfinu eyðileggja fyrir sér áramótin en þó er um að gera að spyrja seljendur hvort flugeldarnir standist kröfur um efnainnihald.

Þrávirka efnið HCB (hexaklórbensen) er að finna í sumum flugeldum, en það er notað til þess að magna upp litina við sprengingu. Notkun þess er með öllu bönnuð hvort sem er í flugeldum eða í öðrum tilgangi. Það greindist í andrúmsloftinu í Reykjavík um síðustu áramót í margfalt hærri styrk en eðlilegt þykir. Auk þess hefur það mælst í meira magni í umhverfinu hér við land en hægt er að útskýra með mengun frá fjarlægum uppsprettum.

Umhverfisstofnun tekur nú þátt í samevrópsku verkefni sem miðar að því að fyrirbyggja þessa notkun í framtíðinni þannig að hægt verði að njóta ljósadýrðarinnar á nýársnótt án þess að hafa of miklar áhyggjur af mengun af völdum skaðlegra efna.



Úrgangur er ekkert annað en hráefni sem við þurfum ekki lengur á að halda og mætti því kalla afgangsráefni.

Úrgangur eða afgangsráefni?

Hvað verður um flokkaðan úrgang?

Um leið og við ákveðum að henda einhverri vöru erum við búin að segja að hún sé okkur einskis virði. En ef til vill gleymum við þá að hún gæti haft virði í augum annarra, því hún missir ekki eiginleika sína við það eitt að vera hent í ruslið. Úrgangur er ekkert annað en hráefni sem við þurfum ekki lengur á að halda og mætti því kalla afgangsráefni. Þegar maður flokkar og skilar til endurvinnslu er maður að tryggja að afgangsráefni fær að lifa áfram og nýtast til annarra hluta. Kannanir sýna að um 30% af almennum heimilisúrgangi eru blandaður pappír en það er einmitt sá flokkur sem hvað einfaldast er fyrir almenning að skila til endurvinnslu og því ætti enginn pappír að rata óflokkaður í ruslatunnuna hjá okkur. Einnig eru umbúðir hvers konar fyrirferðarmiklar í ruslatunnunni okkar. Við endurvinnslu verða dagblöðin að eldhúspappír, pakkur utan af morgunkorni og mjólkurfurnur verða að nýjum, sams konar pappabúðum, úr plastumbúðum má búa til pólfester ull sem nýtist í fataiðnaði og úr málmdósum má búa til nýjar málmafurðir (www.sorpa.is). Þegar allt er skoðað þá er afskaplega fátt sem ekki er hægt að endurvinnna eða endurnýta með einhverjum hætti.

KVEÐUM NIÐUR DRAUGINN

Kominn er tími til að biðla til æðri máttarvalda um aðstoð við að kveða endanlega niður það-ferallt-í-sömu-holuna drauginn, þann lífseiga púka. Stundum hafa komist á kreik sögur um að það sé ekki til neins að flokka úrgang því hann endi hvort sem er allur í sömu holunni. Það er þó engan veginn rétt að halda slíku fram. Í dag er alþjóðlegur markaður fyrir endurvinnsluúrgang sem íslensk fyrirtæki og sveitarfélög hafa aðgang að. Auk þess er bannað að urða suma úrgangsflokka og mikil pressa á að draga úr urðun lífræns



Á jólnum fellur til heilmikill úrgangur.

úrgangs og auka endurvinnslu og endurnýtingu umbúðaúrgangs. Um það bil 46% af öllum úrgangi sem fellur til frá hvers konar starfsemi eða heimilum á landinu fara nú til endurvinnslu og um 21% til annarrar endurnýtingar. Þessi hlutföll hækka stöðugt á kostnað urðunar. Það er því heilmargt sem verið er að endurvinnna og endurnýta en það er ennþá hægt að gera betur. Forsenda fyrir endurvinnslu og endurnýtingu er að flokkun úrgangsins sé sem best á þeim stað sem hann verður til. Sem neytendur getum við því átt stóran þátt í að tryggja að afgangsráefni fái að lifa áfram og nýtast til annarra hluta. En fyrir þá sem ennþá efast þá gæti gefist best að benda á að flokkaður úrgangur er hráefni sem úrgangsfyrirtækin geta selt á endurvinnslumarkaði. Að urða hefur hins vegar eingöngu kostnað í för með sér. Af hverju ættu úrgangsfyrirtæki þá að urða það sem þeim er afhent sem flokkað og söluvænlegt hráefni? Látum drauginn ekki rugla okkur í ríminu heldur leggjum okkar af mörkum og flokkum um jólin. Til að fá upplýsingar um flokkunarmöguleika í þinni heimabyggð er einfaldast að hafa samband við skrifstofu sveitarfélagsins.

KAUPIR ÞÚ ÚRGANG?

Það ætti að vera sjálfsagt mál að flokka úrgang á hverju heimili eða fyrirtæki. Allra best er þó að reyna að draga úr myndun úr-

gangs. Þá kann einhver að spyrja hvernig maður eigi að fara að því, flest okkar reka ekki framleiðslufyrirtæki og búa ekki til vörur. Það er vissulega rétt en við erum öll neytendur og ráðum sjálf hverslags vörur við kaupum og þar af leiðandi hversu mikinn úrgang við þurfum að burðast með út af heimilinu okkar aftur. Við getum dregið úr úrgangsmyndun með því að vera meðvituð þegar við kaupum inn og velta því fyrir okkur hversu stór hluti vörunnar sem við ætlum að kaupa endar sem úrgangur. Afleiðingar stanslausrar framleiðslu á úrgangi eru alvarlegar eins og sjá má á sístækkandi plasteyjum sem fljóta um í Kyrrahafinu og víðar. Við höfum val um að notast við endurnotanlegar umbúðir, kaupa minni og færri umbúðir og að flokka til endurvinnslu – nýtum okkur það.

Þegar vara er framleidd fellur til mikið magn úrgangs, til að mynda er talað um að það þurfi 1,5 tonn af hráefnum til að framleiða eina fartölvu. Varan sjálf endar svo alltaf fyrr eða síðar sem úrgangur. Í öllum vörum er mikið magn af misvarasömum efnum sem eru ekki kyrr í vörunni heldur losna út í loft, vatn og jarðveg. Sum þessara efna setjast að í vefjum lífvera og geta valdið skaða til langframa. Þess vegna skulum við vera meðvituð um að með vali okkar á vöru höfum við áhrif, því vöruval okkar í dag hefur áhrif á úrgangsmagn á morgun og lýðheilsu til langs tíma.

Græn jólagjafahugmynd!

Gefðu upplifun. Bjóddu í leikhús, á námskeið eða í ferð með úti-vistarfélagi.



Græna tunnan frítt!

-Jólagjöfin okkar til þín og umhverfisins!

Í grænu tunnuna má setja endurvinnanleg hráefni. Sparaðu þér sporin og fáðu þér Græna tunnuna. Græna tunnan frítt í 2 mánuði og 1.090 eftir það. Engin skuldbinding!



Jólapappír



Plastumbúðir



Bylgjupappi



Málmhlutir



Pappír/tímarit



Fernur og sléttur pappi



ISLENSKA
GAMAFÉLAGIÐ

577-5757

www.gamur.is - gamur@gamur.is

VISSIR ÞÚ AÐ...

- Til þess að framleiða einn stuttermabol þarf að nota 1/2 - 1 kg af kemískum efnum. Þvorum ný fót áður en við notum þau og veljum Svansvottaðan klæðnað.

Svansmerktir hjólbarðar lágmarka eldsneytisnotkun og hljóðmengun við akstur.



- Svansmerktar snyrtivörur mega hvorki innihalda paraben né önnur hormónaraskandi efni.

- Svansmerktar tölvur eru sparneytnar, innihalda engin skaðleg eldvarnarefni og hafa langan líftíma því auðvelt er að skipta út íhlutum.



- Svansmerkt leikföng innihalda ekki þungmálma eða þalöt.
- Svansmerkt hús eru með skilvirka orkunotkun og notuð eru byggingarefni sem innihalda eins lítið af óæskilegum efnum og mögulegt er.
- Í dag eru fimm ræstingafyrirtæki á Íslandi með Svansmerkingu. Það skilar sér í heilnæmara starfsumhverfi, þar sem unnið er með umhverfissvottaðar hreinlætisvörur.
- Hægt er að fá Svansmerkt prentverk frá sex prentsmiðjum hér á landi. Svansmerkt prentun mengar minna, sparar og notar pappír úr sjálfbærri skógrækt.

● VILTU FÁ FJÖLPÓST-
INN INN UM LÚGUNA?

Ef ekki þá er einfalt að segja nei takk með því að:

- fara inn á www.postur.is
- undir fyrirsögninni „Heimilisfang“ neðst á síðu er valinn hlekkurinn „Engan fjölpóst takk“
- Þar eru skráðar upplýsingar, nafn og heimilisfang þar sem ekki er óskað eftir fjölpósti
- Pegar skráningu er lokið berst límmiði á áður tilgreint heimilisfang sem eigandi setur upp til upplýsingar fyrir póstburðarfólk.

● EFNASÚPA Í BARNA-
HERBERGINU?

Vissir þú að þegar skoðuð er efnasamsetning innilofts þá er það barnaherbergið sem kemur verst út með mestu af skaðlegum efnum? Þetta er niðurstaða rannsóknar sem unnin var í Danmörku þar sem reiknaður var samanlagður styrkur ýmissa efna í innilofti. Efnin koma frá ýmsum vörum, hlutum, raftækjum og húsgögnum.

● FÆRÐ ÞÚ NÝJAN FARSÍMA Í JÓLAGJÖF?

Ekki henda gamla símanum þínum í ruslið! Í farsímum og öðrum raftækjum eru býsni öll af endurvinnanlegum hráefnum svo sem málmum en einnig spilliefni sem alls ekki mega fara í urðun. Í farsímum eru til að mynda mjög öflugar rafhlöður sem eru mun skaðlegri en venjulegar rafhlöður og brýnt er að komist inn í faglegt endurvinnsluferli. Hægt er að skila raftækjum á allar endurvinnslustöðvar og svo eru einnig til söfnunaraðilar sem senda notaða síma erlendis þar sem gert er við þá og þeir notaðir áfram.

SVANSVOTTADIR
GÆÐINGAR

Vissir þú að Lenovo leggur áherslu á að lágmarka umhverfisáhrif, bæði við framleiðslu tölvanna og eins fyrir notendur þeirra.

Fjöldi Lenovo tölva hefur hlotið norræna umhverfismerkið Svaninn, sem tryggir að þær eru orkusparandi auk þess sem búið er að lágmarka notkun hættulegra efna, svo sem þungmálma og eldvarnarefna.

- Lenovo tölvur frá 99.900 kr.
- 3 ára ábyrgð
- Frí heimsending úr netverslun.is



lenovo
ThinkPad®