

## Checklista

### Leka

Rensa bort gamla, mjuka, kladdiga plastleksaker som doftar eller luktar starkt.

Minimera elektronikutrustning, särskilt äldre än 2007.

Använd trolldeg utan alun som lera. Undvik leror av plast.

Använd vattenbaserade färger och limmer. Helst utan konserveringsmedel.

Erbjud utklädningskläder utan metaller, konstläder, läder och plast.

Rensa bort smycken av metaller och rensa bort smink.

Ha bra ventilation där elektronik används.

### Hygien

Rensa bort skötbord tillverkade av galon, mjuk plast eller skumgummi.

Ersätt skumtvättlappar med papper.

Byt handskar – från vinyl till polyeten eller nitril, alt. tvätta händerna oftare och hoppa handskar helt.

Handtvätt före och efter mat och efter användning av elektronik. Använd bara miljömärkt och oparfymerad tvål.

### Äta

Ät mer ekologisk mat

Rensa bort plastredskap för tillagning och servering. Använd trä, glas eller rostfritt.

Värm och förvara inte maten i plast.

Rensa bort non-stick-belagda köksredskap (teflonpannor, muffinsformar, etc.)

Sluta använda konservburkar.

### Sova

Rensa bort sov madrasser äldre än 2007.

Ta bort elektronik från vilrum.

### Städa

Använd bara miljömärkta, parfymfria hygien- och städprodukter (luftrenare, desinficering m.m.)

Fukttorka och korsdragvädra ofta och alltid efter städning.

## Inredning

Byt ut soffor äldre än 80-talet som kan ha mycket flamskyddsmedel.

Skaffa kunskap om rutiner kring sortering av trasiga lågenergilampor och lysrör.

## Ute

Ha i första hand som solskydd, om solkrämer används välj ekologiska och parfymfria.

Välj trä- eller korkgungor istället för bildäck och istället för gummigolv är bark ett utmärkt materialval.

Städa undan allt som inte är producerat för lek, framför allt material från byggarbetsplatser.