

Studiehandledning

Oktober 2007



Foto: Naturskyddsföreningen

Om kemikalier i din vardag



Rena Västmanland

Förbundet Agenda 21 i Västmanland

www.fa21.se 0220-395 98 kansliet@fa21.se

Förord

Vardagskemikalier

Kemikalier är en del av vår vardag. De finns i alla material och produkter omkring dig – i dina hygienartiklar, i din mat eller i dina kläder. Även om alla kemikalier inte är giftiga så är det bra att lära sig mer om dem och välja bort de som är onödiga.

Kemikalier behövs för att vi ska kunna leva det liv vi gör. Men alltför många är skadliga för miljön och hälsan. I den här studiehandledningen har kampanjen Rena Västmanland samlat information och goda råd. Här får du inspiration och kunskap för att minska din användning och byta ut de allra farligaste vardagskemikalierna. Dina val och handlingar är viktiga i arbetet med att bli av med oönskade kemikalier, liksom i vårt uppdrag att göra utvecklingen hållbar.

Förbundet Agenda 21 driver Rena Västmanland

Rena Västmanland är ett projekt om kemikalier i vår vardag som drivs av Förbundet Agenda 21 i Västmanland. Förbundet Agenda 21 är en ideell förening som sedan 1994 ger ut en tidningen Gröna Draken till alla 130 000 hushåll i Västmanlands län. Syftet med tidningen är att sprida information om länets hållbarhetsarbete och ge både privatpersoner, myndigheter, företag och organisationer inspiration och kunskap. Förbundet Agenda 21 bildades av 16 organisationer. Idag är medlemsantalet drygt 80. Bland medlemmarna märks länets samtliga kommuner, Länsstyrelsen, Landstinget, Mälardalens högskola, kommunala bolag och privata företag samt studieförbund, politiska partier och andra enskilda organisationer.

Projektet Rena Västmanland startade 2005 med sin första etapp och under 2007 har etapp 2 pågått. Under den första etappen byggdes en mycket innehållsrik hemsida upp som vänder sig till allmänheten. Sedan lanseringen i december 2005 har hemsidan haft drygt 8000 besökare. Under etapp två har ett antal kampanjer genomförts, som spridits genom våra medlemsorganisationer. En kampanj om barnvårdsprodukter, en om biltvättning, en om renovering och en annan om kemikalier i textilier.



The screenshot shows a web browser window with the URL <http://www.fa21.se/>. The page features a navigation menu with links like 'Hållbar utveckling', 'A21-förbundet', 'Gröna Draken', 'Verksamhet', 'Nyhetsarkiv', 'Länet runt', and 'Kontakt'. The main content area is titled 'RENA VÄSTMANLAND - Agenda 21-förbundets kampanj om kemikalier'. It includes a 'Kunskapsbanken' section with a link to 'Om kemikalier i din vardag', a 'Testet' section asking 'Vilka kemikalier använder du?', and a 'Fråga Draken' section. A central graphic shows a cartoon dragon scientist in a lab coat holding a beaker. The text on the page explains that chemicals are part of our daily lives and provides information on how to choose safer products.

Besök vår hemsida
på adressen:
www.fa21.se

Vad är en studiecirkel?

Enligt Studieförbundet är en studiecirkel en liten grupp människor som samlas för att öka sina kunskaper inom ett område utifrån egna önskemål, förutsättningar och behov. Man lär av varandra och hjälps åt att komma framåt. Man kan också säga att studiecirkeln är en metod för att utvecklas tillsammans. Att lyssna och ta del av varandras synpunkter och erfarenheter är en bärande del av cirkeln, liksom att man gemensamt beslutar hur arbetet ska läggas upp och vilket målet är.

Om man genomför studiecirkeln/kursen i något av studieförbundens regi så finns det regler om antal timmar och antal deltagare för att det ska räknas som en studiecirkel. Tag kontakt med något av studieförbunden för mer information om detta och vad de kan hjälpa till med. I Västmanland finns nio studieförbund som arbetar med folkbildning. Dessa är; ABF, Bilda, Folkuniversitetet, Medborgarskolan, NBV, Sensus, Studieförbundet, SISU och Vuxenskolan.

Rollen som cirkelledare

Som cirkelledare behöver man inte vara expert i ämnet eller ha svar på alla frågor. Cirkeln som arbetsform innebär ju att alla gemensamt tar reda på sådant man vill veta. Det viktiga är att cirkelledaren är intresserad av ämnet och vill bidra till att gruppen tillsammans ska öka sina kunskaper.

Studiecirkelns upplägg

Denna studiehandledning bygger på en studiecirkel eller kurs med upp till åtta träffar. Självklart kan man välja att ha kortare studiecirkel och då plocka de teman som man tycker är mest intressanta.

Teman för träffarna:

1. Introduktion om kemikalier
2. Textilier
3. Renovera och bygg smartare
4. Städning och rengöring
5. Mat och läkemedel
6. Avfall och källsortering
7. Biltvättning
8. Barn och kemikalier

Träff 1: Introduktion om kemikalier

Innehåll:

Vad är kemikalier?

Kemikalier är egentligen allt vi har omkring oss. Kemikalier är ämnen eller blandningar av ämnen. Antingen finns de naturligt i naturen, till exempel saltet i havet, eller så är det vi människor som har skapat dem genom att blanda olika ämnen.

Kemikalier är kemiska ämnen eller produkter som är framställda av människan. Kemikalier kan finnas i flytande och fast form eller som gas. Kemikalier som ger påverkan på miljön och människors hälsa kallas miljögifter. Också andra kemikalier kan vara farliga och orsaka samma skada som miljögifter, som förgiftning, fosterskador, cancer och allergi. I vilken omfattning ett visst ämne orsakar negativa effekter på hälsa och miljö är en fråga om koncentration samt var och i vilket tillstånd kemikalien befinner sig. Vissa ämnen anses dock som så farliga för människa och miljö att man beslutat att de skall avvecklas helt från allt användande. Till dessa hör bland annat CFC, kadmium och kvicksilver.

En giftfri miljö

Giftfri miljö är ett av 16 nationella miljömål beslutade av riksdagen. Tanken med de nationella miljömålen är att vi till nästa generation ska ha löst de stora miljöproblemen. Målet Giftfri miljö innebär att miljön ska vara fri från giftiga kemikalier som skapats i eller koncentrerats av samhället och som kan hota människors hälsa eller den biologiska mångfalden. De nationella miljömålen har också brutits ner till regional och lokal nivå.

Presentation av deltagarna

Deltagarnas erfarenheter och funderingar kring kemikalier?

Förväntningar på cirkeln?

Förslag på föreläsare:

- Någon från Förbundet Agenda 21 eller någon från referensgruppen i Rena Västmanland (uppgifter fås genom FA21:s kansli).
- Någon från Länsstyrelsen i Västmanlands län som arbetar med kemikalier.
- Någon från Kemikalieinspektionen.

Uppgift till efterföljande träff:

Orientera er på Rena Västmanlands hemsida. Gör testet. (www.fa21.se).
Läs mer om miljömålsarbetet på Miljömålsportalen (www.miljömål.nu).

Träff 2: Textilier

Innehåll:

Vår konsumtion av textilier slår nya rekord. Bomull tillhör en av världens mest besprutade grödor och bekämpningsmedlen skadar, förutom miljön, tusentals människor varje år. Genom hela berednings- och färgningsprocessen används också många, ofta skadliga kemikalier.

Ungefär hälften av våra kläder tillverkas av bomull, vilken är en av världens mest besprutade grödor. Tyvärr odlas bomullen också alltmer på jordar som inte är speciellt lämpade för bomullsodling. Detta gör att stora mängder kemiska bekämpningsmedel och konstgödsel används samt att konstbevattningen ökar. Arbetsvillkoren ute på bomullsplantagerna är många gånger usla och någon skyddsutrustning för de som handskas med bekämpningsmedlen finns inte.

Också i själva beredningsprocessen används det flitigt med kemikalier, för blekning, färgning och så vidare. I de länder där många av våra kläder tillverkas används kemikalier som är både hälso- och miljöfarliga och som sedan länge förbjudits i Sverige. Miljontals människor i syd är beroende av bomullsproduktionen för sin försörjning. Genom att ställa krav vid offentlig upphandling och då vi själva handlar.

Konsumtionen av kläder och textilier skjuter i höjden. Idag köper svensken i genomsnitt 24 kg nya kläder varje år medan vi 1994 köpte 15 kg. Konsumtionen är inte hållbar och rättvis ur ett globalt perspektiv. Prislappen berättar inte om priset i form av miljöpåverkan och usel arbetsmiljö. Genom att köpa miljömärkta kläder, välja kvalitet framför kvantitet eller köpa second hand, kan vi göra skillnad.



Foto: Johan Malmström

Förslag på studiebesök/föreläsare:

- Filmen ”Den goda tråden” som Sensus gjort och som Studieförbundet har köpt in.
- Någon person från Naturskyddsföreningen eller ”Rena Kläder”.

Uppgift:

Butiksinventering. Dela upp butikerna mellan deltagarna. Skriv ut protokoll från Naturskyddsföreningens hemsida och rapportera sedan in till deras databas.

Läsa mer?:

Naturskyddsföreningens hemsida innehåller mycket fakta om kemikalier i textilier och flera innehållsrika rapporter som publicerades hösten 2007.

Träff 3: Renovera och bygg smartare

Innehåll:

Visst blir man sugen på att renovera eller bygga om när man ser inredningsprogram på TV. Måla om, bygga altan, tapetsera med det senaste eller köpa en ny soffa. Med lite eftertanke och medvetna val kan din renoveringsiver bli betydligt mer hållbar, både för din ekonomi och för miljön.

Tänk efter noga innan du sätter igång med en renovering. Tänk på att du ska leva med den nya tapeten i flera år. Satsa på tidlösa färg- och tapetval. Kanske räcker det med en annan färg på sofföverdraget eller en ny fondvägg, för att åstadkomma stor förändring?

Numera hittar du miljömärkta färger hos de flesta tillverkare. Färger märkta med EU-blomman eller Svanen är ofta vattenburen färg som också klarar kvar på låga utsläpp vid tillverkningen. Undvik att använda färger med organiska lösningsmedel. Om du är gravid eller har småbarn i huset och behöver använda en färg med organiska lösningsmedel, så ska du överlåta arbetet till någon annan i familjen och vädra ordentligt.

Färgrester ställer till problem i avloppsreningsverket och förorenar miljön om de slängs i de vanliga soporna. Lämna alla färgrester, penslar etc. till Återbruket som farligt avfall. Om du gör rent penslar och rollers så ska rengöringsvattnet/lösningsmedlet också lämnas till Återbruket. Om färgad lacknafta får stå några veckor kan ofta en stor del återanvändas, eftersom färgen sjunker till botten.

Om det är en ny altan som är det stundande projektet ska man ta reda på mer om vad virket är impregnerat med. Många träimpregneringsmedel är giftiga och kan skada både människors hälsa och miljön. Kreosot, arsenik, krom och koppar är ämnen som kan förekomma. Det finns dock alternativ till traditionellt impregnerat virke. Genom att välja konstruktion och läge, så att träet inte blir utsatt för onödig fukt, kan det gå bra att använda obehandlat trä som sedan målas eller oljas in. Det finns också virke som tryckimpregnerats med linolja. Kärnvirke, lärkträ och ek har en naturligt längre hållbarhet än vissa andra träslag. Värmebehandling av trä är en annan metod som ibland används för att öka hållbarheten.

Förslag på studiebesök/föreläsare:

- Någon färghandlare på orten som kan berätta mer om utbudet av miljömärkta färger.

Läsa mer?:

- Kemikalieinspektionen har givit ut flera broschyrer/faktasamlingar om renovering och färger. Dessa går att beställa kostnadsfritt från dem.
- På biblioteket går det att hitta många böcker om ekologiskt byggande. Ett inspirerande exempel är: "Living dreams : om ekobyggnad : en hållbar livsstil" av Per G. Berg, Margaretha Cras-Saar & Martin Saar.

Träff 4: Städning och rengörning

Innehåll:

Städning är ett nödvändigt ont säger många. Andra säger att man rent av kan lära sig att tycka om att städa. Vilken attityd du än har till städning så påverkar den vilka städverktyg och rengöringsmedel använder.

Ca 40 000 - 50 000 ton städ- och rengöringsmedel för hemmabruk säljs varje år i Sverige. Överdriven användning, överdosering och bruk av onödigt starka rengöringsmedel resulterar i att stora mängder miljö- och hälsoskadliga kemikalier i onödan släpps ut i vår natur.

Antibakteriell stod det på många städprodukter ett tag innan det blev klart att ett överdrivet, onödigt, användande av dessa medel tvärtom riskerar att skapa resistenta bakteriestammar. Triklosan var en av de tveksamma kemikalier som tillsattes i dessa produkter.

Några få kemikalier räcker för vardagliga städuppgifter. Kanske behöver du inte några kemikalier alls i många fall? Då riskerar du inte att överflödiga kemikalier kommer ut i naturen och dessutom kan du tjäna en del pengar. Här följer några konkreta råd för en enkel städning. Tipsa oss gärna om fler.

Varmt vatten, vanligt koksalt eller några droppar miljömärkt diskmedel eller såpa räcker längre än man tror.

Mirakeltrasor eller mikrofiberdukar är mycket bättre att använda än en massa onödiga och riskabla kemikalier. De är i och för sig gjorda av en petroleumprodukt (olja) men det är väl smartare att göra bra produkter som ersätter en massa skadliga kemikalier istället för att bara bränna upp oljan!

Så får du rent...

Ugnen stryks med såpa och värms till 100 grader. När såpan bubblar stänger du av värmen. Låt det svalna och torka sedan rent. Om fläckar är svåra att få bort kan du använda skrubbsvamp eller tvålull.

Handfats och badkars kalkavlagringar kan du få bort genom att gnida in dem med citron- eller vinsyra och låta det verka en stund. Rostfläckar går bort med vinsyra. Resten gör du rent med såpa eller diskmedel.

Kaffebryggare kalkas av genom att du blandar 2 dl 12 %-ig ättikssprit med 2 dl vatten och låter hälften av vätskan rinna igenom bryggaren. Stäng av och låt det verka i tio minuter, sedan låter du resten av vattnet rinna genom bryggaren. Skölj med två-tre kannor vatten som får gå genom bryggaren.

Uppgift:

- Inventera ditt eget städsåp. Vad hittar du egentligen för massa onödiga kemikalier?
- Prata med någon äldre person och fråga om städknep som han eller hon använde då de var unga.

Träff 5: Mat och läkemedel

Innehåll:

Mat

I dagens konventionella jordbruk används kemiska bekämpningsmedel och konstgödsel. En användning som gör att kemikalier sprids i naturen och också kan finnas kvar på livsmedlet då vi äter det. Bekämpningsmedlen läcker från åkrarna till våra vattendrag. I 44 procent av alla vattenprov som togs i Sverige 1985-2001 hittades rester av bekämpningsmedel. Alternativet är ekologisk odling där kemiska bekämpningsmedel ersatts av biologisk bekämpning av sjukdomar och skadedjursangrepp.

Vid konventionell odling sprutar man bekämpningsmedel framförallt mot ogräs, men också mot insekter och svamp. Men om vissa arter dör, så påverkas balansen i naturen. När vi har färre blommor i fälten, så får vi också färre humlor, fjärilar och fåglar.

Den ekologiskt odlade maten är naturligt hälsosam. Inga syntetiska färgämnen, smakämnen, sötningsmedel eller aromämnen tillåts. Inte heller härdade fetter eller genmodifierade organismer är tillåtna vid framställningen av KRAV-märkta livsmedel.

Läkemedel

Läkemedel är ämnade att göra nytta. Självklart och bra kan tyckas, men som så ofta finns det baksidor. Det finns medicinska risker med biverkningar som ofta uppstår. Läkemedel kan dessutom innehålla miljö- och hälsoskadliga kemikalier. Om de inte hanteras på rätt sätt kan de så småningom hamna i naturen där de kan göra skada.

Läkemedelsrester har hittats av forskare i jord, sediment och i våra vatten. För de flesta läkemedel är miljöaspekterna tyvärr okända eller ofullständigt studerade. Men en del effekter känner vi till. Antibiotika (t.ex. penicillin) kan till exempel ge resistenta, motståndskraftiga, bakteriestammar. Hormonpreparat (t.ex. p-piller) kan orsaka hormonella störningar hos djur.

Överblivna läkemedel lägger du i Apotekets returpåse. Använder du en egen påse är det viktigt att den är genomskinlig så att apotekspersonalen kan se vad som är i den. Destruktion av överblivna läkemedel som lämnas in på Apoteket sker genom att de fraktas till någon av de fyra förbränningsanläggningar som finns i landet. Läkemedlen förbränns vid så höga temperaturer att dess beståndsdelar faller sönder till ofarliga delar. Rökgaserna renas. Resterna från rökgasreningen samt askan läggs på godkända deponier.

Förslag på studiebesök/föreläsare:

Studiebesök hos en ekologisk lantbrukare
Bjud in någon från Apoteket på orten för att berätta om läkemedel.

Uppgift:

- Inventera utbudet av ekologiskt odlade livsmedel i butikerna på orten.

Läsa mer?:

- Boken "Läkemedel och miljö" sammanfattar kunskap kring läkemedel i miljön och hur läkemedelsanvändningens negativa miljökonsekvenser kan minskas. Beställ från Apoteket.

Träff 6: Avfall och källsortering

Innehåll:

Vi människor har en förmåga att samla på oss en massa produkter som vi inte vill ha, utan behöver slänga. Många av produkterna innehåller kemikalier som behöver tas om hand för att inte förorena miljön. Som väl är har avfallshanteringen förändrats de senaste åren. Miljökraven från EU och riksdagen har ökat viljan från hushållen blivit allt större för att sortera sitt avfall. Därför återvinns idag det mesta av avfallet.

Det farliga avfallet tas också omhand på ett mycket bättre sätt idag än tidigare. Miljövinsten av denna insamling är mycket stor eftersom felaktig hantering av farligt avfall kan få allvarliga konsekvenser. Om farligt avfall hamnar på fel ställe kan det innebära stora miljöproblem som kostar mycket och är svårt att sanera.

Matavfallet i Västmanland lämnas som bioavfall till Växtkraftanläggningen i Västerås där det blir biogas för fordonsdrift och biogödsel. Park- och trädgårdsavfall komposteras och kommer till nytta igen i parker och trädgårdar.

Det som sorteras i förpackningsinsamlingen och på Återbruken t.ex. gamla tidningar, glasburkar och mjölkpaket går till materialåtervinning så att råvarorna går att använda igen. Restavfallet, det brännbara avfallet, trä och mjukplast blir värme och el i miljögodkända förbränningsanläggningar.

Återanvändning och återvinning av avfall ger också energibesparingar. Då återvunnet material används i tillverkningen av olika nya produkter går det oftast åt mindre energi jämfört med att använda nya råvaror. Detta trots att man räknar med energiåtgången vid transporter av det sorterade avfallet. Återvinning sparar också på jordens resurser i form av råvaror som metaller och olja.

Förslag på studiebesök/föreläsare:

VafabMiljö – antingen ett Återbruk på orten eller deras hantering av farligt avfall på Gryta avfallsstation i Västerås.

Uppgift:

Ta reda på hur utvecklingen av insamling av farligt avfall har skett på din ort.

Träff 7: Biltvätt

Innehåll:

Biltvätt syftar till att göra bilen ren och en ren bil kan tillfredsställa både ögat, miljön och plånboken. En ren bil rostar långsammare och håller därför längre. Men om bilen blir ren så blir något annat smutsigt. I sämsta fall förorenas din miljö och ditt eget dricksvatten blir giftigt. Dels kan själva rengöringsmedlet du använder innehålla skadliga ämnen, dels själva smutsen. Undvik onödiga gifter genom att tvätta på lämpligaste plats och välja miljömärkta rengöringsprodukter!

Dagvatten är allt vatten som rinner från t ex tak, gator och parkeringsplatser, framförallt från regn men även annat ”vattenspill”. Dagvatten passerar inte kommunens reningsverk. Om man tvättar bilen på gatan rinner vattnet direkt till vattendrag och sjöar. Föroreningar i dagvatten är skadliga främst för vattenlevande växter och djur men kan till slut skada även människor. Spillvatten är avloppsvatten främst från hushåll men även från vissa industrier och företag, t.ex. biltvättar. Spillvatten leds till ett reningsverk och tas där om hand innan det leds ut i till exempel en sjö igen. Det förorenade vattnet från en biltvätt kan ge förhöjda halter av skadliga ämnen. Dessa ämnen följer med vattnet som släpps ut i till exempel Mälaren eller fastnar i reningsverkets slam. Detta slam läggs som regel ut som jordförbättring på olika ställen som gräsmattor, parker etc

Var ska du tvätta bilen? Vattnet som rinner av din bil innehåller ju förutom tvättkemikalier även bränsle- och oljerester, asfalt, däckpartiklar och skadliga metaller som kadmium, zink, krom, nickel, bly och koppar. I många däck finns till exempel så kallade HA-oljor (HögAromatiska). Dessa är mycket skadliga för miljö och hälsa. Alltså är det viktigt vart ditt tvättvatten tar vägen när din bil är ren.

Bästa sättet är att du tvättar bilen vid en biltvättanläggning med egen reningsutrustning och recirkulering på tvättvattnet. Fråga på din bensinmack var närmaste anläggning finns.

Näst bästa sättet är att du åker till en biltvättanläggning som har slam- och oljeavskiljning och där utgående tvättvatten går via spillvattennätet till avloppsreningsverket för ytterligare rening.

Nödfallsättet är om du trots allt väljer att tvätta bilen någon annanstans. Då kan du minska din miljöpåverkan genom att placera bilen på en infiltrerbar yta, t ex en gräsmatta eller en grusplan. Då kan tvättvattnet filtreras i marken innan det når grundvattnet.

Sämsta sättet är naturligtvis om du tvättar bilen på gatan eller på garageuppfarten. Giftiga kemikalier i det smutsiga vattnet som rinner av din bil hamnar till slut i din eller vår dricksvattentäkt!

Andra fordon som motorcyklar, lastbilar, traktorer, mopeder, båtar etcetra bör naturligtvis tvättas med samma hänsynstagande som vid tvätt av bilar.

Förslag på föreläsare:

Bjud in någon från kommunens Miljö- och hälsoskyddskontor som kan berätta mer om dagvatten och vilka krav kommunen ställer på biltvättanläggningar.

Uppgift:

Ge någon i gruppen i uppgift att kontakta kommunens Miljökontor för att ta reda på hur dagvattenhanteringen ser ut i er kommun.

Träff 8: Barn och kemikalier

Innehåll:

Till och med i de produkter som vi använder till våra barn finns kemikalier. I schampo, tvål, tvättservetter och oljor kan det finnas kemikalier som är både miljö- och hälsoskadliga. Var noga med vilka produkter du väljer och försök att minska användningen.

Det saknas ofta kunskap och information till oss konsumenter om kemikaliers påverkan på hälsan. Vissa ämnen kan ha en direkt effekt (t ex allergisk reaktion eller rodnad på barnets hud) medan andra ämnen har en mer långsiktig påverkan (kan t ex rubba hormonbalansen i kroppen och påverka fertiliteten). Att en vanlig barnsalva kan innehålla över 20 olika ämnen är ingen ovanlighet.

Huden är människans skydd mot kemikalier som vi kommer i kontakt med. Barnets hud är tunnare och inte heller färdigutvecklad, varför barnet också är extra känsligt mot kemikalier. Särskilt krämer och salvor, som inte sköljs bort från huden direkt, har långvarig kontakt med barnets hud och ska därför väljas med omsorg.

Kemikalierna som finns i barnvårdsprodukterna sprids också i miljön. Ämnen som finns i schampo och tvål spolats med avloppsvattnet och passerar i många fall genom reningsverken och ut i vår miljö. Det är svårt att veta ämnenas långsiktiga effekter på vattenlevande organismer. Använd därför bara miljömärkta produkter, eftersom kunskapen om miljöeffekterna i dessa produkter är större.

Många gånger så lockas vi att köpa helt onödiga produkter till våra barn eftersom vi vill dem så väl. Men behövs verkligen alla olika salvor och tvålar? Det räcker ofta att göra rent små barn med ljummet vatten och en tvättlapp. Använd tvål till händerna av hygieniska skäl. Om det behövs så kan man ha några droppar badolja i badvattnet så undviker man också att barnets hud torkas ut. Istället för dyra tvättlappar kan man använda tvättlappar av frotté som går att återanvända.

Förslag på föreläsare:

Någon från Kemikalieinspektionen eller Naturskyddsföreningen.

Uppgift:

- Läs Kemikalieinspektionens häfte "Om Kemikalier i barns vardag".
- Titta lite noggrannare på barnprodukter i butiken. Märkning? Information?

Läsa mer?:

Boken "Vill ha mer" av Katarina Bjärvall. Författaren har träffat barn och föräldrar, forskare och marknadsförare, leksaksförsäljare och godistillverkare och samtalat om konsumtion, arbete och stress. Hon anser att vår tids bristvara är tid och att det är dags att tänka om vad gäller vår konsumtion.

