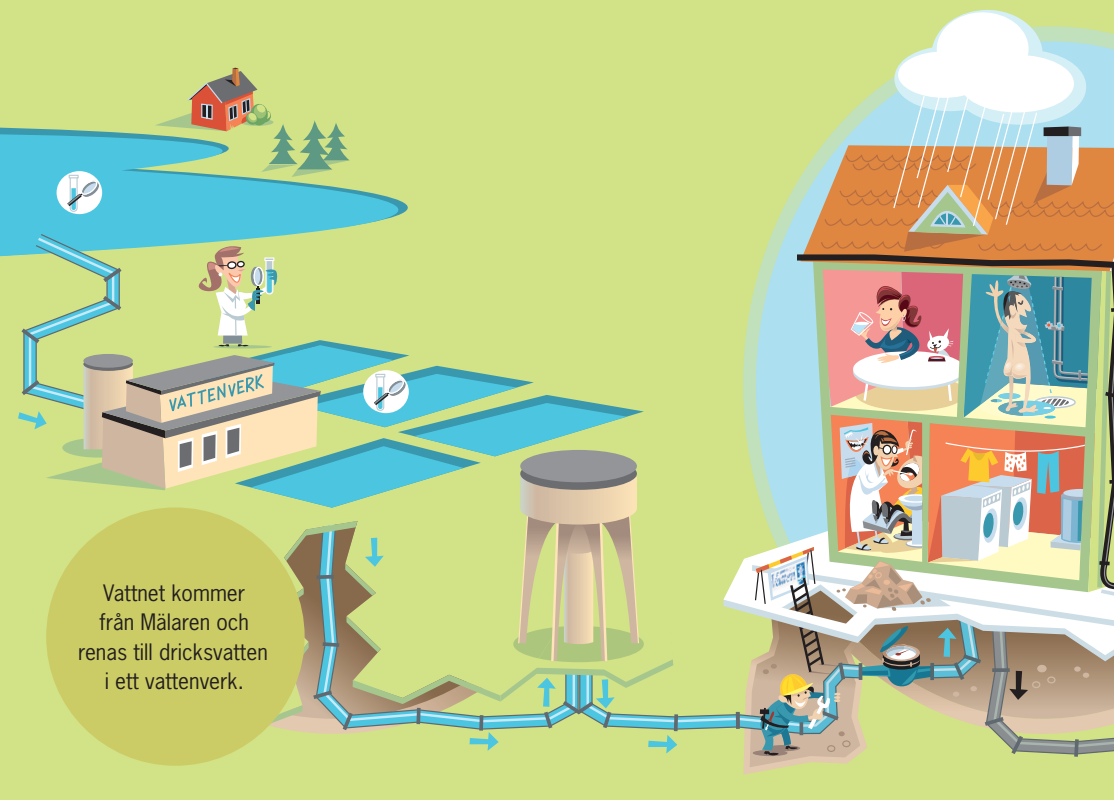


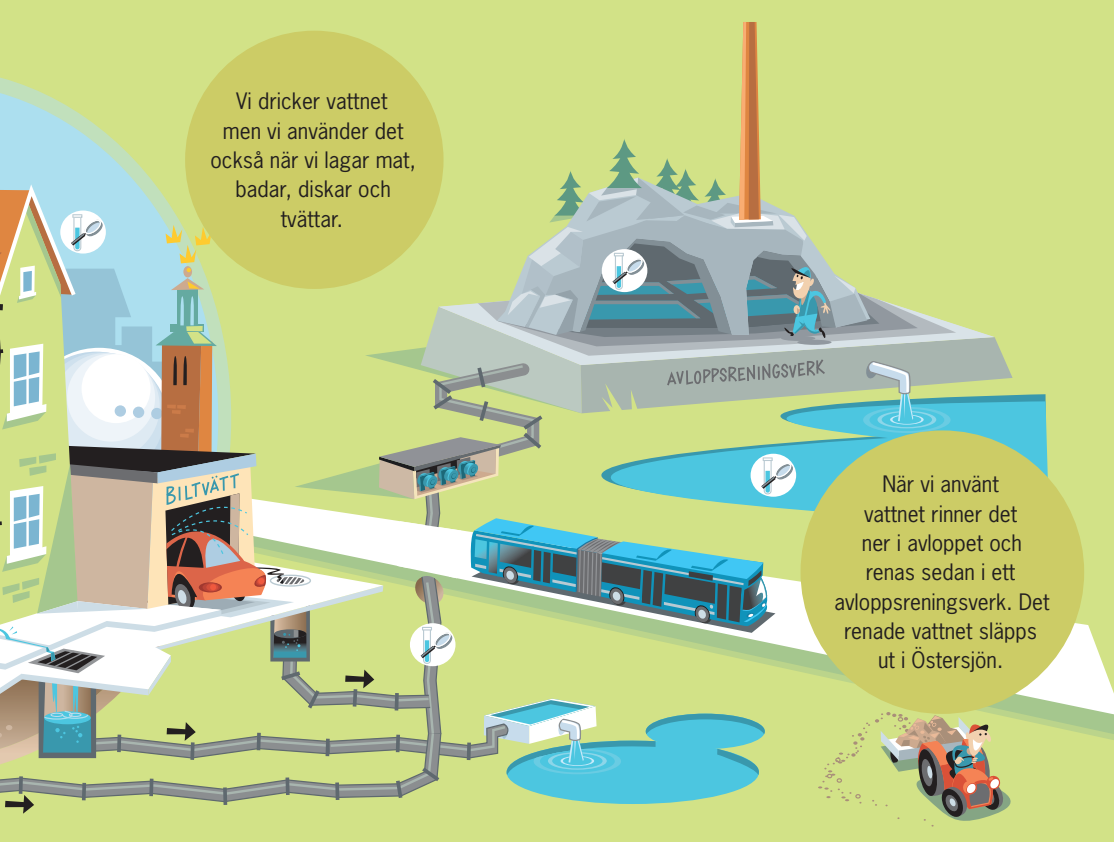
ENKLA MILJÖTIPS FÖR ETT RENARE VATTEN.



Vattnet kommer från Mälaren och renas till dricksvatten i ett vattenverk.

VI BEHÖVER DIN HJÄLP FÖR ETT RENARE VATTEN

När du vrider på kranen får du ett av världens bästa vatten i glas. Varje dag producerar vi dricksvatten till över en miljon människor. Vattnet tas från Mälaren och renas till dricksvatten vid något av våra två vattenverk. I Stockholm har vi bland det renaste och godaste kranvattnet som finns att få. Du använder dagligen cirka 200 liter vatten genom att spola, tvätta, diska med mera. När du är klar rinner det smutsiga vattnet genom ledningar till ett avloppsreningsverk. Där renas vattnet innan det släpps ut i Östersjön. Det är viktigt att det inte finns skräp eller skadliga ämnen i vattnet när det kommer till avloppsreningsverket eftersom de kan vara svåra att rena bort.



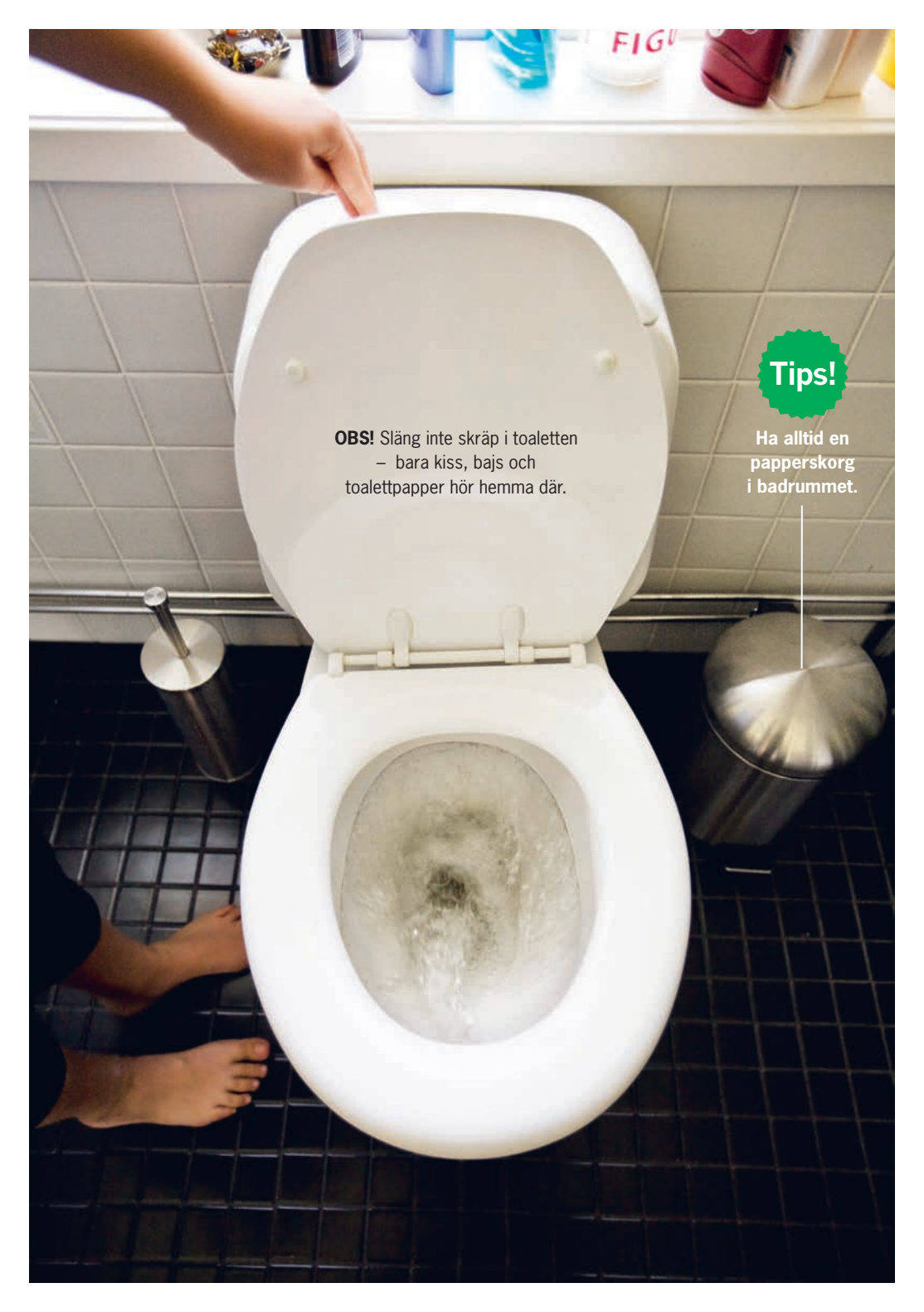
Vi dricker vattnet
men vi använder det
också när vi lagar mat,
badar, diskar och
tvättar.

När vi använt
vattnet rinner det
ner i avloppet och
renas sedan i ett
avloppsreningsverk. Det
renade vattnet släpps
ut i Östersjön.

Vi jobbar hårt för att få till ett fungerande kretslopp. Restprodukter som blir kvar efter reningen av avloppsvattnet kan användas som gödning, biogas och energi.

DET ÄR LÄTT ATT GÖRA RÄTT

Du kan göra mycket för att våra sjöar och hav ska fortsätta att vara rena och för att vi ska få en välmående natur. Vi på Stockholm Vatten är experter på att rena avloppsvatten, men utan din hjälp når vi inte hela vägen. Den här broschyren ger enkla tips på vad du kan göra för att värna vårt vatten och vår natur.



OBS! Släng inte skräp i toaletten
– bara kiss, bajs och
toalettpapper hör hemma där.

Tips!

Ha alltid en
papperskorg
i badrummet.

INGET SKRÄP I TOAN

BARA VATTEN, KISS, BAJS OCH TOALETTPAPPER I TOALETTEN

Många människor slänger allt möjligt i toaletten, till exempel cigaretter, tamponger, bindor och skräp. Spola bara ner kiss, bajs och toalettpapper i toaletten. Ingenting annat. Om du slänger skräp i toaletten kan du dessutom orsaka stopp i ditt avlopp eller i ledningssystemet vilket kan bli kostsamt att åtgärda.

SLÄNG SKRÄPET I PAPPERSKORGEN ELLER SOPTUNNAN

Varje vecka kommer det cirka 30 ton skräp tillsammans med vattnet till avloppsreningsverken i Stockholm. Det är helt onödigt. Om du slänger skräpet i en papperskorg eller soptunna kan det eldas upp i ett värmeverk och bli nyttig el och värme istället.

HÄLL INTE UT MATOLJA OCH FETT I AVLOPPET

Det kan bli stopp i avloppet om du häller ner matolja och fett i diskhon. Torka istället ur stekpannor och kastruller med hushållspapper och släng det i soporna.

Om du har använt fritureolja, häll den i en flaska, förslut och lämna till miljöstationen. Glömt inte att märka upp vad flaskan innehåller. Ett annat alternativ är att hälla mindre mängder fett i en använd mjölkförpackning, förslut sedan och lägg den i soporna.

Tips!

Ställ en flaska eller dunk under diskbänken där du kan fylla på med använd matolja.

KÖP MILJÖMÄRKT

Använd bara miljömärkt tvättmedel när du tvättar. Miljömärkt tvättmedel är bäst för vattnet och naturen och det räcker dessutom till fler tvättar vilket innebär att det blir billigare i längden.



Köp tvättmedel som har någon av de här symbolerna på paketet:



DOSERA FÖR MJUKT VATTEN

I Stockholm har vi mjukt vatten, dosera enligt den lägsta rekommendationen på paketet. Det tjänar både du och miljön på.

DAMMSUG INNAN DU VÅTTORKAR

Dammsug alltid innan du våttorkar golvet. Damm suger åt sig miljöfarliga ämnen från textilier, elektronikprodukter och byggmaterial med mera. Det är bättre att det hamnar i soporna än i avloppet.

Om du vill använda rengöringsmedel räcker det oftast med såpa, diskmedel eller vanliga rengöringsmedel, som är miljömärkta.



Använd mikrofiberdukar vid vanlig städning och rengöring, de finns även som moppar. Då behöver du inte använda rengöringsmedel alls.



KEMIKAlier TILL MILJÖSTATIONEN OCH ÖVERBLIVEN MEDICIN TILL ETT APOTEK

LÄMNA FÄRG, LACKNAFTA OCH LIKNANDE TILL MILJÖSTATIONEN

Häll inte ut färgrester, lacknafta eller andra starka kemikalier i avloppet. De är miljöfarliga och ska lämnas till en miljöstation där de tas om hand på rätt sätt.

LÄMNA ÖVERBLIVEN MEDICIN TILL ETT APOTEK

Har du gamla mediciner som du inte använder längre? Lämna dem till ett apotek. Du får inte spola ner dem i avloppet. Avloppsreningsverken är inte byggda för att rena bort medicinrester.

ANVÄND INTE KADMIUMFÄRGER

Du som målar med konstnärsfärger, se till att du inte använder gula och röda nyanser som innehåller kadmium. Läs mer i broschyren *Måla utan att skada miljön*, som kan laddas ned på www.stockholmvatten.se.

HITTA DIN MILJÖSTATION

På www.stockholmvatten.se kan du se var din närmaste miljöstation finns. Här finns även turlistan för den mobila miljöstationen.



I handeln finns mycket miljömärkt färg att välja på. Titta efter symbolerna EU Ecolabel och Svanen.





Tips!

När du tar paus från målning med vattenbaserad färg kan du lägga rollers och penslar i en plastpåse. Då behöver de inte rengöras mellan gångerna. Om du vill återanvända penslar och rollers stryker du av så mycket som möjligt av färgen på ett papper. De sista resterna kan du skölja av i vatten. Pappret lägger du i soporna.

Tips!

Välj miljömärkta skönhetsprodukter i den mån det går när du handlar så bidrar du till ett renare vatten.



UNDVIK PRODUKTER SOM ÄR ANTIBAKTERIELLT BEHANDLADE

I dina träningskläder kan det finnas miljöfarliga ämnen, till exempel silver och triclosan, som är tillsatta bland annat för att förhindra dålig lukt. Ämnena är inte bara farliga för miljön utan också för oss människor. Tester visar att det mesta av de antibakteriella ämnena tvättas bort redan vid de första tvättningarna och sedan finns funktionen inte ens kvar i plagget. Helt onödigt med andra ord. Välj därför träningskläder och skor utan märkningen antibakteriellt, bakteriedödande eller anti-odour.

HYGIEN OCH SMINK

Ju mer smink, krämer och skönhetsprodukter du använder, desto mer kemikalier utsätter du både din egen kropp och miljön för. Fundera på om du kan begränsa ditt användande och försök att rensa i badrumsskåpet.

UNDVIK TRICLOSAN OCH MIKROPLASTER

Triclosan kan förekomma i tandkräm, tvål, munskölj eller deodoranter. Läs på förpackningen för att undvika ämnena.

Många produkter innehåller mikroplaster. De är skadliga för vattenlevande organismer och kan inte renas bort fullständigt i reningsverken. Mikroplaster kan dölja sig bakom ord som "microspheres", "spherules" eller "polyethylene, PE", vilket är vanligast.



Tips!

Våga fråga! Som konsument har du rätt att få veta om varan du vill köpa innehåller kemikalier från EU:s kandidatlista över ämnen som kan ha allvarliga effekter på människors hälsa eller på miljön. Butiken måste ge dig svar inom 45 dagar. På www.stockholm.se/vagafraga kan du läsa mer.

TVÄTTA BILEN PÅ RÄTT SÄTT

Det bästa alternativet är att tvätta bilen i en automattvätt eller gör-det-själv-hall. Där finns oljeavskiljare och annan reningsutrustning som hindrar oljerester, tungmetaller, föroreningar och kemikalier från att rinna ut i naturen.

Om du måste tvätta bilen hemma ska du undvika att stå på gatan eller garageuppfarten. Ställ istället bilen på en gräsmatta eller grusplan. Marken kan till viss del fånga upp föroreningar och bryta ner dem. Glöm inte att använda bilvårdsprodukter som är miljömärkta. Och när du byter olja och glykol, kom ihåg att lämna resterna till miljöstationen.

Tips!

Välj en miljömärkt biltvätt om det finns en sådan i närheten.

VÄRNA VATTENMILJÖN SOM BÅTÄGARE

Du som är båtägare kan göra aktiva val för att inte påverka vattenmiljön. Tänk på att välja miljömärkta båtvårds- och rengöringsmedel.

Att dessutom köpa en bränslesnål motor eller köra på alkylatbensin är ytterligare sätt att ta ansvar för vattenmiljön.

Töm toalettens tank på hamnens mottagningsstation. Om båten har kemisk toalett kan du tömma tanken i land.

Tips!

Att tvätta båtbottnen regelbundet är mer skonsamt för miljön än att måla den.

Bil TVÄTT

Gör så här

1. Sätt in din bil på
2. Sätt in din bil på
3. Sätt in din bil på
4. Sätt in din bil på





MILJÖGIFTER SOM SKADAR

Minska användningen av miljögifter i samhället och bidra till en bättre vattenmiljö med levande sjöar och hav som vi kan bada och fiska i. Lär dig namnen på ämnena som du bör undvika.

NONYLFENOL

Är en nedbrytningsprodukt av nonyl-fenoletoxilater som främst finns i importerade textilier.

Ämnet är giftigt för vattenlevande organismer, kan orsaka skadliga långtidseffekter i miljön och är hormonstörande.

BROMERADE FLAMSKYDDSMEDEL

Är en stor grupp ämnen som kan ingå i elektronik, möbler, textilier (dock inte kläder), byggmaterial och skumplast. Ämnena avdunstar från produkterna och ansamlas bland annat i damm. Flera bromerade flamskyddsmedel är idag förbjudna, men många används fortfarande.

Vissa är mycket giftiga för vattenlevande organismer och kan orsaka skadliga långtidseffekter i miljön. En del är giftiga och kan skada fortplantningsförmågan.

FTALATER

Mjukgör PVC-plast i byggmaterial, elektriska kablar, förpackningar, leksaker med mera. Används även i färg, gummi-produkter, lim och textilier. Det finns många olika ftalater, till exempel DEHP, DBP, BBP, DINP, DNOP, DIDP, varav flera numera är förbjudna i leksaker och barnvårdsartiklar.

En del ftalater kan skada fortplantningsförmågan och har hormonstörande effekter. De tros också ha

samband med sjukdomar som astma och diabetes.

TRICLOSAN

Kan finnas som antibakteriell tillsats i vissa tandkrämer, deodoranter, tvålar och sportkläder.

Ämnet är giftigt för vattenlevande organismer och kan orsaka skadliga långtidseffekter i miljön. Misstänks kunna bidra till ökad antibiotikaresistens.

SILVER

Förekommer i kläder, klädimpregnering, skor, kylskåp, disk- och tvättmaskiner samt i allehanda byggprodukter som anges som antibakteriella.

Mycket giftigt för vatten- och jordlevande organismer. Misstänks kunna bidra till ökad antibiotikaresistens.

HÖGFLUORERADE ÄMNER

Här ingår mycket svårnedbrytbara ämnen som PFOS och PFOA. De används som vatten- och smutsavvisande impregnering i arbets- och fritidskläder, skor och möbler. De finns också i skidvalla, impregneringsmedel, golvpulish och släckskum.

Förutom fluorerade ämnen kan ämnesgruppen kallas fluorkarboner, fluororganiska ämnen, perfluoröreningar, polyfluorerade ämnen etc.

De skadar fortplantningen och orsakar sannolikt cancer.

TACK FÖR ATT DU HJÄLPER OSS ATT TA HAND OM VÅRT VATTEN!

Stockholm Vatten är Sveriges största vatten- och avfallsbolag. Verksamheten berör varje dag 1,3 miljoner invånare och företag i Stockholmsområdet. Vi levererar dricksvatten och renar avloppsvatten i Stockholms stad och Huddinge kommun, samt ansvarar för avfallshanteringen i Stockholms stad. Vårt ansvar är att tillgodose både nuvarande och framtida invånares behov. Detta gör vi genom långsiktiga beslut som lever upp till miljökrav och ett hållbart kretslopp.



Stockholm Vatten AB
Tel 08-522 120 00
stockholmvatten@stockholmvatten.se
www.stockholmvatten.se
En del av Stockholms stad

