

OBSAH

1. ÚVOD	7
1.1 O průvodci	7
2. PROJDĚTE SVOU DOMÁCNOST POKOJ PO POKOJI.....	8
2.1 Oblečení a textil.....	8
2.2 Obývací pokoj	9
Co se uvolňuje z elektroniky a jak správně zlikvidovat starou elektroniku?	10
2.3 Kuchyň.....	14
Migrace chemických látek	15
2.4 Koupelna, kosmetika	18
2.5 Dětský pokoj	19
3. STAVEBNÍ MATERIÁLY	20
3.1 Podlahy	20
3.2 Zdi, strop a fasády.....	25
3.4 Okna.....	34
4. CHEMICKÉ LÁTKY A ZDRAVOTNÍ RIZIKA	36
Co je třeba vědět o nebezpečných látkách	36
Koktejlový efekt a efekt nízké dávky.....	40
PFAS – věčné chemikálie	41
Ftaláty (změkčovadla)	45
BISFENOL A (BPA) a další bisfenoly	48
Jak přicházíme do styku s hliníkem?	51
Endokrinní disruptory – látky narušující hormonální systém?.....	54
Regulace chemických látek v EU.....	57
5. PIKTOGRAMY, RECYKLAČNÍ KÓDY, EKOZNAČKY.....	59
6. ÚKLID DOMÁCNOSTI, RECEPTY.....	66
Úklid domácnosti.....	66
7. DOPORUČENÍ PRO CELÝ DŮM:.....	68
8. UŽITEČNÉ ODKAZY, DALŠÍ ZDROJE INFORMACÍ	70