



Neytendablaðið

Gæðakönnun á heyrnatólum

Njósnehagkerfið

Stafræn soun



MAÍ 2022

- Tæknin í þágu umferðaröryggis
- Vistkerafæði - gott fyrir heilsu og umhverfi
- Viðtal - Lilja Alfreðsdóttir ráðherra neytendamála

Efni

Frá NS	3
Njósnaðagkerfið	4
Grunnkröfur neytenda	6
Viðtal við ráðherra neytendamála	7
Stafræn soun	8
Gæðakönnun á heyrnartólum	10
Frá formanni	13
Hávaði og heyrnartól	14
Leigjendaaðstoðin	17
Verðmerkingar	18
Ralph Nader	19
Umferðaröryggi	20
Fatasoun	24
Vistkerafæði	26



Neytendablaðið

1. tbl. 68 árgangur 2022

Útgefandi: Neytendasamtökin, Guðrúnartúni 1, 105 Rvk.

Sími: 545 1200

Veffang: www.ns.is

Netfang: ns@ns.is

Ritstjóri: Brynhildur Pétursdóttir

Ritstjórn: Breki Karlsson, Brynhildur Pétursdóttir,

Ívar Halldórsson

Ábyrgðarmaður: Breki Karlsson

Umbrot og hönnun: Arnar Tr.

Prentun: Ísafoldarprentsmiðja

Forsíðumynd: Istockphoto

Upplag: 8.300 eintök

Óheimill er að nota upplýsingar úr Neytendablaðinu í auglýsingar og við sölu nema skriflegt leyfi liggja fyrir.

Leiðarinn

Mataræði og loftslagsmál



Það er svo að segja sama hvar stigið er niður fæti; ágangur mannkyns á jörðina er meiri en góðu hófi gegnir. Matur er þar engin undantekning en almennt er talið að um 30% af losun gróðurhúsalofttegunda megi rekja til fæðukerfa heimsins. EAT-Lancet er hópur sérfræðinga sem kynnti tillögur árið 2019 um það hvernig mætti tryggja öllum jarðarbúum hollan mat sem jafnframt væri sjálfbær. Í stuttu máli ganga tillögurnar út á fjölbreytt mataræði þar sem fæða úr

jurtaríkinu er í fyrirrúmi en mun minni áhersla er á kjöt og aðrar dýraafurðir. Er þetta mataræði kallað vistkerafæði.

Neytendablaðið fjallaði um tillögur EAT-Lancet á sínum tíma. Í þessu tölublaði tökum við upp þráðinn því áhugaverðar fréttir berast frá Danmörku. Nýjar næringarráðleggingar danskra lýðheilsuyfirvalda byggja nefnilega að miklu leyti á tillögum EAT-Lancet hópsins. Danska loftslagsráðið fagnar hinum nýju opinberu ráðleggingum enda um að ræða spor í rétta loftslagsátt. Gaf ráðið út skýrslu með ýmsum hugleiðingum og leiðbeiningum um það hvernig stjórnvöld gætu lagt sitt af mörkum til hjálpa almenningi að fylgja hinum nýju grænu næringarráðleggingum.

Þótt merkja megi viðhorfsbreytingu á undanförunum árum er það enn svo að fólk sem ekki neytir kjöts getur þurft að verja þá ákvörðun fyrir öðrum. Það þarf jafnvel að svara því hvort það fái ekki örugglega öll næringarefni úr fæðunni rétt eins og næringarskortur grænmetisæta sé stærsta lýðheilsuvandamál þjóðarinnar, eða bara vandamál yfirhöfuð. Danir virðast komnir aðeins lengra í þessari umræðu eins og hinar opinberu næringarráðleggingar bera vitni um. Sérstaklega er áhugavert að loftslagsráðið danska kallar eftir því að öll opinber mótuneyti framreiði loftslagsvænan mat. Þannig gangi stjórnvöld á undan með góðu fordæmi og fylgi í raun eigin ráðleggingum. Hér á landi hafa tillögur um að minnka kjöt – úthýsa jafnvel alveg unnum kjötvörum – og auka grænmetisæði í opinberum mótuneytum yfirleitt fallið í grýttan jarðveg svo vægt sé til orða tekið.

Mataræði framtíðarinnar mun í auknum mæli byggja á fæðu úr jurtaríkinu því matvælakerfi heimsins er ósjálfbært eins og sakir standa. Það þýðir ekki að kjöt verði ekki áfram hluti af mataræði Íslendinga enda gerir vistkerafæði ráð fyrir öllum fæðutegundum. Það er eðlilegt að hið opinbera styrkjakerfi taki tillit til breytts veruleika, hvort sem þar er horft til breyttra neysluvenja eða umhverfissjónarmiða. Niðurgreiðsla á byggi, blómkáli og tómtum ætti að vera jafn sjálfsögð og niðurgreiðsla á mjólk.

Brynhildur Pétursdóttir

Þyngd hjólhýsa ranglega skráð

Eftir ábendingu félagsmanns fengu Neytendasamtökin veður af meintu misræmi á milli skráðrar þyngdar hjólhýsa og raunverulegrar þyngdar þeirra. Við nánari skoðun fékkst það staðfest í einu máli að skráð eigin þyngd var lægri en vera bar og mismunur þó nokkur. Afleiðingarnar urðu þær að öxull hjólhýsisins bognaði og hjólbarðar voru farnir að slíta hjólaskál. Mikilvægt er að fólk geti treyst því að tilgreint burðarþol ökutækja standist enda um öryggisatriði að ræða. Neytendasamtökin settu sig í samband við Samgöngustofu og óskuðu eftir skýringum á framangreindu misræmi og fengu þau svör að mannleg mistök hefðu átt sér stað. Samtökin telja líkur á að fleiri hýsi gætu verið ranglega skráð og hvetja því fólk til að kanna það. Það er hægt með því að setja sig í samband við Samgöngustofu og óska eftir erlendu skráningaskírteini og athuga hvort þartilgreind eigin þyngd samræmist skráðri eigin þyngd í ökutækjaskrá. Nánari upplýsingar má sjá á ns.is. Félagsmenn geta einnig haft samband í gegnum síma eða tölvupóst.



Félagsgjald óbreytt milli ára

Stjórn Neytendasamtakanna ákvað í byrjun árs að félagsgjald fyrir árið 2022 yrði óbreytt á milli ára eða 6.500 kr. Á síðasta ári voru félagsmenn rétt um 7.600 talsins. Stærstur hluti tekna eru félagsgjöld og eiga samtökin því allt sitt undir félagsmönnum.

Fyrirtæki sem fara ekki eftir úrskurði kærunefndar

Það er mikilvægt fyrir neytendur að geta leitað réttar síns á ódýran og einfaldan hátt þegar á þeim er brotið. Kærunefnd vöru- og þjónustukaupa er ein af þeim nefndum sem tekur á kvörtunum neytenda og er hún skipuð fulltrúum atvinnulífsins, neytenda og ráðuneytis. Neytendur geta lagt ágreiningsmál við seljendur fyrir nefndina og fengið skjóta úrlausn mála sinna utan dómstóla. Á undanförunum tveimur árum hefur nefndin úrskurðað í vel á annað hundrað málum, þar af neytendum í vil að hluta eða að fullu í 65 málum. Langflestir seljendur una úrskurðinum en fram til þessa hafa fimm fyrirtæki ákveðið að gera það ekki þrátt fyrir að nefndin hafi úrskurðað neytanda í vil. Neytendasamtökin birta jafnóðum upplýsingar um þessi fyrirtæki á ns.is undir Aðstoð – Skammarkrökur.

Þess má einnig geta að Neytendasamtökin og Samtök fjármálafyrirtækja hafa tekið við rekstri tveggja úrskurðarnefnda, annars vegar um viðskipti við fjármálafyrirtæki og hins vegar um váttryggingamál. Báðar nefndirnar voru hýstar hjá Fjármálaeftirlitinu, sem sagði sig frá verkefninu. Sérstakt félag var því stofnað um rekstur nefndanna og hefur þjónustan haldist óbreytt. Upplýsingar um nefndirnar má finna á nefndir.is



Það er verið að njósna um þig!

Sú upplýsingasöfnun sem fram fer á netinu fengi aldrei viðgengist í raunheiminum. Neytendur eru berskjaldaðir og löggjöf og eftirlit hefur á engan hátt haldið í við þróunina. Það er kominn tími til að segja hingað og ekki lengra.



Hvað er njósnahagkerfið?

Njósnahagkerfið (e. surveillance economy) snýr að söfnun og notkun persónuupplýsinga með hagnaðarsjónarmið að leiðarljósi. Hugtakið varð til þegar auglýsingafyrirtæki, líkt og Google AdWords, hófu að nýta sér persónulegar upplýsingar til að ýta auglýsingum að notendum.

Þegar þú notar eitthvað ókeypis á netinu er afar líklegt að þú sért söluvaran. Netfyrirtæki fá tekjur af auglýsingum en einnig með því að selja öðrum upplýsingar um þig; hvað þú skoðar, hvað þú kaupir, staðsetningu þína, líkamlega og andlega heilsu þína og svo framvegis. Vídtæk gagnasöfnun getur haft ýmsa kosti í för með sér en óheft söfnun og vinnsla persónuupplýsinga, að ekki sé talað um viðkvæmar persónuupplýsingar, með hrein hagnaðarsjónarmið að leiðarljósi, getur sett frelsi einstaklingsins í hættu, ógnað sjálfsákvörðunarrétti, almennri velsæld og, þegar verst lætur, stofnað lýðræðinu í hættu.

Neytendasamtök víða um heim hafa áhyggjur af þessari þróun og eins og fjallað var um í síðasta tölublaði sendu fjölmörg samtök opið bréf á stjórnvöld beggja vegna Atlantsála og kröfðust banns við eftirlitstengdum auglýsingum – öðru nafni njósnaauglýsingum.

Til að vekja athygli á þessu mikilvæga máli létu Neytendasamtökin, í samstarfi við fyrirtækið Vivaldi, framleiða myndband þar sem kettir eru í aðalhlutverki. Reynir Lyngdal leikstýrði auglýsingunni, sem var skrifuð af þeim Bergi Ebba Benediktssyni og Reyni. Ef þú átt eftir að sjá auglýsinguna og vilt fræðast nánar kíktu þá á ns.is/kettir.



Hér má sjá stórleikarann hana Hnetu ásamt eiganda sínum, Lindu Maríu Sveinsdóttur.



Það fór vel á með köttunum og Reyni leikstjóra.



Grunnkröfur neytenda

Þann 15. mars 1962 var John F. Kennedy Bandaríkjaforseti fyrstur þjóðarleiðtoga til að lýsa því formlega yfir að neytendur hefðu grundvallarréttindi. „Við erum öll neytendur“ sagði Kennedy. „Neytendur er sá hópur sem hefur hvað víðtækustu áhrif á nánast allar efnahagsstærðir og nánast allar ákvarðanir í opinbera og einkageiranum hafa áhrif á neytendur. Samt sem áður eru þeir oft og tíðum sá hópur sem minnst er hlustað á.“

Þessi yfirlýsing Kennedys leiddi til þess að allsherjarþing Sameinuðu þjóðanna samþykkti árið 1985 sérstakar leiðbeiningar um neytendavernd. Þar segir m.a. að allur almenningur, án tillits til tekna eða félagslegrar stöðu, hafi ákveðin lágmarksréttindi sem neytendur.

Þær átta lágmarkskröfur Sameinuðu þjóðanna sem mynda grunninn að vinnu neytendasamtaka um allan heim eru:

Réttur til að fá grunnþörfum mætt

Að hafa aðgang að nauðsynjavörum og þjónustu, en þar falla undir t.d. matvæli, fatnaður, húsnæði, heilbrigðisþjónusta, menntun, vatn og hreinlæti.

Réttur til öryggis

Að njóta verndar gagnvart vörum, framleiðsluháttum og þjónustu sem ógna öryggi og lífi neytenda.

Réttur til upplýsinga

Að fá nauðsynlegar upplýsingar til að geta tekið upplýsta ákvörðun og njóta verndar gegn misvísandi og röngum upplýsingum.

Réttur til að velja

Að geta valið milli fjölbreytts varnings og þjónustu á samkeppnishæfu verði og af fullnægjandi gæðum.

Réttur til áheyrnar

Að hagsmuna neytenda sé gætt við ákvarðanatöku hjá stjórnvöldum og við þróun á vörum og þjónustu.

Réttur til úrlausnar

Að eiga rétt á sanngjarnri úrlausn á réttmætum kröfum, sem og bótakröfum í tengslum við kaup á ófullnægjandi vörum og þjónustu.

Réttur til neytendafræðslu

Að eiga rétt á þekkingu og færni til að geta tekið upplýstar ákvarðanir um val á vörum og þjónustu auk þess að hafa þekkingu á grundvallarréttindum og skyldum neytenda.

Réttur til heilbrigðs umhverfis

Að lifa og starfa í umhverfi sem ógnar ekki velferð núlifandi né komandi kynslóða.

Þá bæta Neytendasamtökin við níundu grunnkröfunni í samræmi við kröfur norrænna systursamtaka:

Réttur til stafrænnar neytendaverndar

Að jafnt aðgengi allra sé tryggt, að öryggi og heiðarleiki ráði ferð í stafrænum vörum og þjónustu, og að neytendur geti gert sér fulla grein fyrir öllum skilmálum.

„Neytendamál eru velferðarmál“

Lilja Alfreðsdóttir er menningar- og viðskiptaráðherra. En það sem meira er, Lilja er einnig ráðherra neytendamála. Neytendablaðið lagði nokkrar spurningar fyrir ráðherra.

Hver eru fyrstu verkefni þín á sviði neytendamála?

Velferð neytenda skiptir miklu máli og við ætlum okkur að standa vaktina í neytendamálum. Heildarstefnumótun í neytendamálum hófst á fyrstu hundrað dögum mínum sem menningar- og viðskiptaráðherra. Það sem skiptir mestu máli á þessu kjörtímabili er að koma á fót heildstæðri og endurbættri umgjörð fyrir neytendavernd. Í því samhengi er brýnt að tryggja reglufylgni og skilvirkt markaðseftirlit í þágu heildarhagsmuna neytenda, bæta aðgengi neytenda að faglegri og skjótvirkri úrlausn ágreiningsmála og bæta fræðslu og ráðgjöf um neytendamál. Lykilorðið hér er almannaþjónusta. Hlutirnir eiga að virka þannig að neytendum finnist að unnið sé í þeirra þágu og að neytendur viti hvert þeir eigi að leita þegar eitthvað fer úrskaiðis eða þegar upplýsingar vantar.

Finnst þér að neytendamálin mættu hafa meira vægi almennt?

Já. Neytendamál eru velferðarmál og því brýnt að ráðherra málaflokksins standi ávallt vaktina. Ég tek þeirri ábyrgð mjög hátíðlega. Neytendavernd snýst um að skapa umhverfi sem hámarkar velferð okkar allra. Hún snýst um að tryggja öruggan og einfaldan markað þar sem neytendum er gert auðvelt að taka sem bestar ákvarðanir fyrir sig og sínar fjölskyldur. Þetta er sigilt viðfangsefni og alltaf hægt að gera betur. Ég held líka að neytendamálin séu almennt farin að hafa meira vægi í íslenskrum umræðu.

Hvernig er best að efla neytendavernd og neytendavitund?

Þegar kemur að því að efla íslenska neytendur þá er það fyrst og fremst að tryggja góðar og réttar upplýsingar um vöru og þjónustu og öfluga fræðslu. Fólk vill almennt taka meðvitaðar ákvarðanir um innkaup sín og vill ekki láta skrökva að sér, hvort sem það er um uppruna vöru, hvort hún sé örugg, umhverfisvæn, hvernig hún var framleidd og hvort hún henti í ákveðnum tilgangi, o.s.frv.

Hvar telur þú að íslenskir neytendur séu sterkastir á svellinu og hvar eru þeir veikastir?

Íslendingar eru almennt vel upplýstir og góðir neytendur og eru sem betur fer meðvitaðir um réttindi sín. Það sem aftur á móti er veikast í íslenskrum neytendameningu er þetta með að leita réttar síns. Þar er reyndar ekki við neytendur að sakast enda oft ekki ómaksins virði að standa í deilum. Það hefur lengi skort almennileg úrræði fyrir íslenska neytendur til þess að leita réttar síns gagnvart fyrirtækjum en það horfir nú til bóta með tilkomu ýmissa úrskurðarnefnda utan dómstóla.

Hver af grunnkröfum neytenda er mikilvægust að þínu mati?

Það er erfitt að gera upp á milli þeirra því þær eru allar svo samtvinnaðar. Það mikilvægasta núna er ef til vill að bæta réttinn til úrlausnar. Neytendur eiga rétt á



sanngjarnri úrlausn á réttmætum kröfum í tengslum við kaup á ófullnægjandi vörum og þjónustu. Nú þegar stríð geisar í Evrópu og flóttamenn streyma frá Úkraínu má líka undirstrika mikilvægi fyrstu grunnkröfunnar, sem er rétturinn til að fá grunnþörfum mætt, þ.e. með aðgangi að nauðsynjavörum og þjónustu.

Hefur neytendaréttur verið brotinn á þér og hvernig brást þú við?

Þegar neytendaréttur hefur verið brotinn á mér hef ég yfirleitt getað leyst úr því með viðkomandi þjónustuaðila á farsælan hátt.

Hvernig neytandi ert þú?

Ég reyni að vera meðvitaður neytandi. Til dæmis hefur sú mikla vakning sem átt hefur sér stað í umhverfismálum höfðað til mín og hefur hvatt mig til að huga meira að því hvernig ég haga mér sem neytandi.

Hvert er þitt besta neytendaráð?

Ekki fara svangur/svöng að versla í matinn og vertu búin/n að ákveða hvað þú vilt versla áður en þú heldur af stað.

Stafræn sóun

Í hvert skipti sem við gerum eitthvað á netinu; lækum færslu, opnum vefsíðu eða streymum myndbandi, fer af stað ferli sem krefst orku og leiðir af sér losun gróðurhúsalofttegunda. Það á líka við um stafræna notkun á Íslandi, því þó rafmagnið okkar sé úr endurnýjanlegum auðlindum er vinnsla og geymsla gagna samfélagsmiðla og annarrar stafrænnar þjónustu oftast nær í löndum þar sem rafmagn er fengið með jarðefnaeldsneyti eða kjarnorku.

Lesendur eru eflaust búnir að senda nokkra tölvupósta í dag, renna yfir Facebook og vafra á netinu. Eftir því sem líður á daginn bætist í stafræna sarpinn; fróðleik er flett upp á netinu, fjarfundir haldnir, myndir eru settar á samfélagsmiðla og Netflixþættir spændir upp.

Bylting á sviði upplýsingatækni hefur opnað ótal tækifæri og gjarnan eru færð rök fyrir því að mikill umhverfislegur ávinningur felist í þessari þróun. Sem dæmi má nefna að fjarfundir hafa að töluverðu leyti tekið við af hefðbundnum fundum, kvittanir eru sendar í tölvupósti til að spara pappírnotkun og fólk getur lesið fréttir á netinu í stað þess að kaupa blöð og tímarit. Það er þó þannig að allar athafnir okkar í hinum stafræna heimi – líkt og í raunheimum – hafa ákveðin umhverfisáhrif.

Gagnaver

Það þarf öflug og orkufrek gagnaver til að varðveita gögn og halda vefsíðum og streymisveitum gangandi. Sífellt fleiri hafa aðgang að alnetinu og flest notum við meira af gögnum í dag en í gær. Það er því ekki að undra að gagnaversiðnaðurinn sé sá orkufreki iðnaður sem vex hvað hraðast í heiminum. Áætlað er að árið 2040 muni geymsla stafrænna gagna valda allt að 14% af allri losun gróðurhúsalofttegunda í heiminum. Aukin krafa hefur verið um að fyrirtæki knýi gagnaver sín með endurnýjanlegri orku og er þróunin vissulega öll í þá átt en á sama tíma eykst gagnamagnið ár frá ári.

Kolefnisfótspor í stafrænum heimi

Allt sem við gerum á netinu, allt frá því að streyma Netflixþætti að einfaldri „Google-leit“, krefst orkunotkunar og hefur þar af leiðandi kolefnisfótspor. Áætlað er að 2% af losun gróðuhúsalofttegunda í heiminum séu sökum raforkunotkunar alnetsins og gagnageymslu í skýjum. Ef hinn stafræni heimur væri sérstakt land væri það í fimmta sæti yfir þau lönd sem mest losa í heiminum. Gert er ráð fyrir að stafræn losun muni tvöfaldast fyrir árið 2025.

Athafnir okkar í hinum stafræna heimi eiga sér þó ekki stað án tækjanna sem við notum. Ferlið við að framleiða tækin – allt frá námugrefti til förgunar – hefur einnig sitt kolefnisfótspor. Ef kolefnisfótspor tækjanna er tekið með ber hinn stafræni heimur ábyrgð á 4% af heildarlosun gróðurhúsalofttegunda í heiminum, en það er sambærileg losun og vegna allra flugsamgangna.

Bitcoin rafmyntin hefur verið mikið í umræðunni sökum þess hversu mikla orku þarf til að knýja rafmyntina. Samkvæmt greiningu Cambridge-háskóla notar Bitcoin árlega jafn mikla raforku og Svíþjóð eða um 137 teravattstundir. Á Íslandi fer langtum meiri orka í rekstur gagnvera en til heimila og af þeirri orku sem fer til gagnavera fer stór hluti í framleiðslu á rafmyntum eins og bitcoin.



Tölvupóstar og samskipti

Stafræn neysla hefur mismikil umhverfisáhrif. Til dæmis skilja allir tölvupóstar eftir sig kolefnisfótspor en stærð þess fer eftir gerð tölvupóstsins. Venjulegur tölvupóstur losar 4 g af koldíoxíði (CO₂), og tölvupóstur með mynd um 50 g. Að senda 65 tölvupósta losar um það bil jafn mikið og að keyra einn kílómetra á bensínbíl.



Í umfjöllun BBC um stafræna soun kemur fram að ef allir fullorðnir einstaklingar í Bretlandi fækkuðu tölvupóstum um einn á dag (til dæmis óparfa „takk fyrir“ skilaboð) væri hægt að spara sem jafngildir losun 3.000 bíla. Frekari leiðir til að draga úr kolefnisfótspori tölvupóstsamskipta eru að skipta viðhengjum út fyrir hlekk og afskrá sig frá ónaudsynlegum tölvupóstlistum. Samkvæmt Cleanfox, fyrirtæki sem aðstoðar neytendur við að eyða ruslpósti, fær meðalnotandi um 2,850 óparfa tölvupósta ár hvert. Þegar kemur að stafrænum samskiptum er umhverfisvænsti kosturinn að senda SMS. Hver SMS-skilaboð losa um 1,014g CO₂. Talið er að skilaboð í gegnum smáforrit eins og Whatsapp eða Facebook Messenger hafi örlítið minni umhverfisáhrif en að senda tölvupóst. Einnar mínútu símtal er orkufrekara en að senda skilaboð en myndbandssímtal eins og Face Time er töluvert orkufrekara en að senda skilaboð.

Það er þó vert að hafa í huga að þegar fjarfundir koma í veg fyrir ferðalög eru þeir töluvert umhverfisvænni. Að sama skapi er umhverfisvænna að lesa fréttirnar á netinu en í dagblaði. Ráðgjafafyrirtækið Except sýndi hins vegar fram á í rannsókn sinni að undir vissum kringumstæðum getur verið umhverfisvænna að prenta út skjöl en að lesa þau í tölvunni. Ef notandi ætlar sér einungis að skima yfir skjal er umhverfisvænna að lesa það á netinu. Ef líklegt er talið að skjalið verði lesið oftar en þrisvar eða ef planið er að senda það áfram til annara lesenda getur hins vegar verið umhverfisvænna að prenta það út.

Myndbönd og vefsíður

Samkvæmt frönsku hugveitunni Shift Project bera myndbandsstreymi ein og sér ábyrgð á 1% af losun gróðurhúsalofttegunda á heimsvísu og fara um 60% af allri umferð á netinu fram í gegnum streymisveitur eins og Youtube og Netflix.

Þriðjungur af öllum myndbandsstreymum í heiminum eru klámmyndbönd. Kolefnisfótspor þess að streyma klámmyndböndum er svo stórt að það samsvarar kolefnislosun Belgíu. Þriðjungur af kolefnisfótspori myndbandsstreyma er síðan frá streymisveitum eins og Amazon Prime og Netflix, og þá kemur þriðjungur frá Youtube og samfélagsmiðlum eins og Instagram og TikTok.

The Shift Project bendir á að myndveitur séu sérstaklega hannaðar með svo kallaðri fíknihönnun (e. addictive design), með það fyrir augum að erfitt sé að slíta sig frá áhorfi. Til dæmis notar Netflix sjálfvirka spilun (e. autoplay) sem leiðir til þess að lítill sem enginn tími gefst til að hætta áhorfi áður en næsti þáttur byrjar. Samtökin mæla m.a. með því að notendur breyti þessari stillingu til að draga úr kolefnisfótspori myndbandsstreyma.

Í samtali við BBC segir Mike Hazas, prófessor við Uppsalaháskóla, að betra sé að streyma á wifi en 4G. Rannsóknir hafa sýnt að margir nota YouTube sem bakgrunnshljóð við lærdóm eða jafnvel til að sofa. Með því breyta gæðum myndbanda þegar um slíkt „áhorf“ er að ræða eða með því að takmarka slíka óparfa notkun er hægt að draga úr stafrænu kolefnisfótspori, segir Hazas.

Vefsíður

Samkvæmt Website Carbon losar meðalheimasiða um 1,76 g af koldíoxíði í hvert skipti sem hún er opnuð. Vefsíður eru almennt að verða „þyngri“ sökum aukinnar notkunar á myndum og myndböndum. Þá safna vefsíður í auknum mæli upplýsingum og gögnum um notendur, sem veldur enn stærra kolefnisfótspori. Orkusparneytnara er að fletta upp hlutum í símanum heldur en í tölvu. Jafnframt er mikilvægt að loka gluggum í tölvu sem ekki er verið að nota til að koma í veg fyrir að myndbönd spillist í bakgrunni.

Það er þannig ýmislegt hægt að gera til að minnka stafræna soun en þó er vel skiljanlegt að fólki fallist hendur. Það gildir þó í þessu eins og svo mörgu öðru að margt smátt gerir eitt stórt.

Gæðakönnun á heyrnartólum

Í nýrri gæðakönnun Neytendablaðsins og ICRT (International Consumer Research and Testing) voru kannaðar 80 tegundir af heyrnartólum. Af þessum 80 tólum fann Neytendablaðið 38 til sölu hér á landi. Úrvalið var skoðað í byrjun apríl og í einhverjum tilvikum fundust heyrnartól á tilboðsverði og birtist það verð í könnuninni. Hægt er að nálgast könnunina í heild á [ns.is](https://www.ns.is). Þar má einnig sjá þær tegundir sem ekki fundust hér á landi.

Hvernig eru tækin metin?

Í könnuninni eru gefnar einkunnir í sjö mismunandi flokkum. Hver flokkur hefur mismunandi vægi, en einkunnir í hverjum flokki eru gefnar á skalanum 0–10.

Hljóðgæði – 50%

Hljóðgæði voru metin af fimm sérfræðingum sem hlustuðu á fjölbreytta tónlist auk talmáls og mátu gæðin. Hljóðþrýstingur og tíðnisvið var einnig mælt. Þá var kannað í hversu miklum mæli hljóð barst út frá heyrnartólunum (e. emission), þ.e. hversu vel nálægir heyrðu hljóð sem heyrnartólin gáfu frá sér.

Gæði virkrar hljóðeinangrunar – 10%

Mörg heyrnartól eru með svokallaða virka hljóðeinangrun (ANC – Active Noise cancelling). Hljóðeinangrunin var metin þannig að heyrnartólin voru útsett fyrir mismunandi umhverfis-hljóð að meðalstyrkleika 75dB. Einkunn byggði á því hversu vel heyrnartólin deyfðu óæskileg hljóð en þó var horft til þess að ákveðin hljóð næðu í gegn. Dæmi um það er þegar heyrnartól deyfa flugvélagagný inni í vélinni en tilkynningar í hljóðkerfum flugvélarinnar heyrast.

Framleiðandi	Vara
Audio-Technica	ATH-M50xBT2
JBL	Live 660NC
JBL	Live 460NC
JBL	Tour One
Apple	AirPods Max
Bang & Olufsen	BEOPLAY HX
Bose	QC45
Jabra	Elite 85t
Sony	WF-1000XM4
Samsung	Galaxy Buds Pro (ANC)
Sony	WH-1000XM4
JBL	Reflect Flow Pro
OnePlus	Buds Z2
Bose	Quietcomfort Earbuds
Samsung	Galaxy Buds 2
Sennheiser	CX Plus True Wireless
Apple	AirPods 3rd gen
Marshall	Major IV
JBL	Tune 510 BT
Philips	TAH9505
Jabra	Elite 7 Active
Bang & Olufsen	Beoplay EQ
Sennheiser	CX True Wireless
Sony	WF-C500
Huawei	Freebuds Studio
Jabra	Elite 3
JBL	Live Pro + TWS
Sennheiser	HD 250 BT
JBL	Tune 130NC
Xiaomi	Redmi buds 3 pro
Sony	WH-XB910N
Samsung	Galaxy Buds Live
Philips	TAT5505
Xiaomi	Mi True Wireless Earphones 2S
Beats by Dre	Studio buds
Klipsch	T5 II ANC
Huawei	Freebuds 4
JBL	Tune 225TWS

Heildar- einkunn 100%	Hljóðgæði 50%	Virkt hljóðein- angrun (ANC) 10%	Þægindi í notkun 6%	Auðveldleiki í notkun 14%	Rafhlöðu- ending 13,5%	Hleðslutími rafhlöðu 1,5%	Ending 5%	Fannst á þessu verði
7,6	7,2	/	6,0	7,0	10,0	6,4	9,2	34.900
7,5	7,4	6,3	7,4	7,0	8,8	8,5	9,2	27.995
7,5	7,0	7,1	7,1	7,2	9,3	8,5	9,2	18.995
7,5	7,5	6,5	7,3	6,9	7,7	8,4	10,0	39.994
7,4	8,2	7,6	7,2	5,5	5,8	/	10,0	80.992
7,4	7,1	6,5	6,9	6,9	9,2	6,4	8,8	63.706 **
7,4	7,7	8,4	7,7	7,1	5,2	8,1	9,2	54.271 **
7,3	8,1	6,4	7,4	6,2	5,8	4,5	10,0	35.994
7,3	7,5	7,9	7,3	5,7	7,3	6,5	9,1	39.990
7,2	8,0	6,9	8,1	5,4	6,4	7,8	6,4	35.990 **
7,2	6,9	8,3	7,0	6,2	8,2	7,1	8,0	59.990
7,2	7,8	7,1	7,1	5,3	7,7	7,3	6,4	27.990
7,2	7,5	7,6	8,1	5,1	7,0	6,9	9,1	19.990
7,1	7,3	8,4	7,4	6,0	5,3	7,6	10,0	44.995
7,0	7,1	8,2	8,5	5,3	6,3	8,6	7,3	24.990
7,0	7,3	6,4	7,6	6,7	5,6	9,5	9,1	19.495
7,0	7,7	/	7,0	4,8	6,6	/	7,7	34.190 **
6,9	6,3	/	6,4	5,7	10,0	8,3	8,4	24.995
6,8	6,2	/	6,6	6,5	8,7	8,4	8,2	7.990
6,8	6,6	7,7	6,6	6,6	6,7	8,9	8,4	39.995
6,8	7,0	5,5	7,5	6,5	6,0	7,0	9,1	34.900
6,7	7,5	5,6	6,8	5,6	4,5	8,3	9,1	47.578 **
6,7	6,8	/	7,7	6,4	5,3	7,0	9,1	21.990
6,7	6,4	/	7,6	5,8	7,5	6,4	9,5	12.995
6,5	6,1	7,2	6,6	4,7	9,1	9,5	7,3	36.990
6,5	6,7	/	7,8	5,6	6,0	6,5	7,7	14.394 **
6,5	6,5	5,4	7,3	5,8	6,3	6,5	9,1	23.494 **
6,4	6,9	/	7,4	5,7	4,9	7,4	5,9	9.900
6,4	6,6	4,7	6,6	5,4	7,2	7,7	8,2	16.990
6,4	6,6	7,1	7,3	5,0	5,8	7,7	7,3	14.990
6,3	5,9	6,2	6,6	6,1	7,7	7,0	8,0	35.990
6,1	6,3	4,3	7,5	5,2	6,5	8,4	6,4	25.790 **
5,9	6,4	4,9	7,5	5,7	3,2	7,4	9,1	24.995
5,9	5,8	/	6,7	4,6	5,8	9,1	9,1	14.990
5,9	5,8	5,8	7,2	4,9	5,1	9,6	9,1	21.990
5,9	6,4	5,9	7,6	5,4	3,3	7,9	6,4	48.304 **
5,5	5,7	3,9	7,1	4,5	4,7	10,0	9,1	29.990
5,2	4,8	/	7,4	5,1	4,0	7,3	10,0	16.995

Gefnar eru einkunnir á kvarðanum 0-10, þar sem 0 er lakast og 10 er best.

© ICRT og Neytendasamtökin 2022. Óheimilt er að vísa í könnunina án leyfis Neytendasamtakanna.

** Tilboðsverð.

Ef heyrnartól eru ekki með virka hljóðeinangrun hefur þessi þáttur ekkert vægi í heildareinkunn og er það auðkennt með skástriki í töflu.

Þægindi í notkun – 6%

Hér er skoðað hversu meðfærileg heyrnartólin eru. Metið er hversu auðvelt er að stilla þau, hvernig er að hafa þau á sér í lengri tíma og hvernig þau henta við íþróttaiðkun, en einnig hversu auðveld eða þægileg þau eru samhliða gleraugnanotkun.

Auðveldleiki í notkun – 14%

Hér eru ýmsir notkunarmöguleikar og eiginleikar heyrnartólanna skoðaðir. Meðal annars er tekið tillit til auðveldleika við uppsetningu, hversu þægilegir takkarnir eru, hvort tólin upplýsi um stöðu rafhlöðuhleðslu, hversu fljót þau eru að kveikja á sér, gæða hljóðnema og hvort hægt sé að tengja mörg bluetooth-tæki við tólin í einu.

Rafhlöðuending – 13,5%

Hér er mælt hversu lengi rafhleðslan endist. Það er gert með því að mæla tímann sem líður frá því að kveikt er á heyrnartólunum (með ANC-möguleika virkjaðan ef hann var fyrir hendi) þangað til það slökkvar sjálfkrafa á þeim. Á meðan kveikt var á heyrnartólunum var notast við hljóðbút með hljóðstyrk upp á 80 dB. Þegar hleðslan var búin voru heyrnartólin hlaðin aftur í 15 mínútur og mælt hversu lengi rafhlaðan entist. Þá var einnig könnuð hleðsla á hleðsluhulstri (ef það var fyrir hendi).

Hleðslutími rafhlöðu – 1,5 %

Þessi þáttur fær mjög lítið vægi eða 1,5% en getur þó skipt marga máli. Skoðað er hversu langan tíma það tekur að hlaða heyrnartólin (og hleðsluhulstrið ef það er fyrir hendi) eftir að tólin slökkva sjálfkrafa á sér vegna tómrar rafhlöðu.

Hér má sjá tilraunadúkku í regntækinu rétt áður en droparnir byrja að falla.

Ending – 5%

Lagt er mat á hversu vönduð framleiðslan er. Efnisval er skoðað og hversu burðug tengi og takkar eru. Heyrnartólin voru látin falla tíu sinnum á steingólf úr 1,8 metra hæð og í kjölfarið var skoðað hvort átökin hefðu haft áhrif á virknina. Þrjú eintök hverrar gerðar voru rannsökuð með þessum hætti. Þá voru heyrnartól sett á dúkkuhaus í sérstöku regntæki sem líkir eftir rigningu. Heyrnartólin voru síðan þurrkuð og skoðuð. Undir þessum þætti er einnig metið hversu auðvelt er að þrifa heyrnartólin og hvort það sé mögulegt án hættu á að valda skemmdum.



Bestu einkunn fá heyrnartólin frá Audio-Technica.



Í öðru til fjórða sæti eru heyrnartól frá JBL.

Gæðakönnun á snjall- og heilsuúrum.

Neytendasamtökin birtu gæðakönnun á snjall- og heilsuúrum í desember í fyrra á ns.is. Í báðum könnunum voru tækin metin út frá sömu aðferð en eini munurinn var að heilsumælingarþátturinn fékk mun meira vægi í könnuninni um heilsuúr á meðan snjalltæknin fékk meira vægi í snjallúrakönnuninni. Eins og komið hefur í ljós í öðrum gæðakönnunum er ekki endilega alltaf samhengi á milli verðs og gæða. Þannig var það snjallúr sem fékk bestu einkunn á mun hagstæðara verði en mörg þeirra sem ekki komu eins vel út.

Hægt er að nálgast þessar gæðakannanir, eins og aðrar kannanir sem samtökin hafa birt síðasta árið, á vef samtakanna ns.is undir Neytendablaðið – Gæðakannanir.





Frá formanni

Samtök sem breyta samfélagi

Þótt kjarninn í starfsemi Neytendasamtakanna sé að aðstoða félagsmenn við úrslausn mála hafa samtökin í gegnum tíðina látið sig varða mál sem varða hagsmuni fjöldans. Fyrsta mál samtakanna af þeim toga var hið svo kallaða „Hvile vask-mál“, sem kom upp á fyrsta starfsári samtakanna, 1953, en Hvile vask var þvottaefni sem sagt var mun betra en önnur í auglýsingum. Samtökin mótmæltu þeim staðhæfingum og höfðaði innflytjandinn mál gegn þeim í kjölfarið. Samtökin töpuðu í undirrétti en unnu í Hæstarétti. Hvarf þvottaefnið fljótlega af markaði í kjölfarið.

Neytendasamtökin hafa í gegnum tíðina bent á ýmislegt sem betur mætti fara í landbúnaðarkerfinu, svo sem tolla og innflutningshömlur. Þau sem eldri eru muna vísast eftir stóra kartöflumálinu, hvar Neytendasamtökin börðust árum saman gegn ríkisrekinni einokunarverslun sem seldi oft og tíðum skemmdar kartöflur. Steininn tók úr árið 1984 þegar sýktar og óætar kartöflur voru fluttar inn. Vegna baráttu Neytendasamtakanna var einokun á innflutningi lögð af og Grænmetisverslun landbúnaðarins lögð niður.

Um svipað leyti komst upp að framleiðendur hentu tómötum í stórum stíl til að halda uppi háu verði. Neytendasamtökin mótmæltu og hvöttu til að verð yrði frekar lækkað og þannig stuðlað að aukinni neyslu. Það gekk eftir til góða fyrir alla.

Upp komst um áralangt samráð olíufélaganna í lok árs 2001. Höfðuðu Neytendasamtökin prófmál vegna tjóns sem samráðið olli, og vannst það fyrir báðum dómsstigum. Í kjölfarið náðist samkomulag við olíufélagin og þau greiddu bætur öllum þeim sem orðið höfðu fyrir tjóni og gátu lagt fram kvittanir því til sönnunar.

Árið 2016 átti að hefja almenna gjaldtöku fyrir notkun á raf-rænum skilríkjum, sem hafði verið notendum að kostnaðarlausu. Það var ekki síst fyrir baráttu Neytendasamtakanna að hætt var við þær hugmyndir.

Meðal stórra verkefna samtakanna um þessar mundir má nefna Vaxtamálið, en árið 2019 sendu samtökin fyrirspurnir til bankanna um vaxtaákvæðanir lána með breytilegum vöxtum. Svörin voru óljós og báru með sér að vaxtaákvæði lánasamninga og vaxtaákvæðanir gengju beinlínis í berhögg við lög. Í framhaldinu skráðu 1500 lántakar sig til leiks og voru sex mál valin til að fara með fyrir dóm. Bönkunum þremur voru birtar stefnur í desember 2021 og málin tekin fyrir í héraðsdómi á vormánuðum 2021 þar sem óskað var ráðgefandi álits EFTA-dómstólsins á túlkun lagaákvæða, enda byggja þau á Evróputilskipun. Vonast er til þess að álit dómstólsins fái á haustmánuðum 2022 og í kjölfarið úrskurði héraðsdómur. Líklega mun endanleg niðurstaða fást með úrskurði Hæstaréttar.

Neytendasamtökin láta sig stafræna neytendavernd varða og eitt stórverkefna samtakanna um þessar mundir er baráttan gegn njósnahagkerfinu. Gífurlegu magni upplýsinga er safnað um okkur og það flokkað og tengt saman með og án samþykkis okkar. Þetta geta verið upplýsingar um það hvað okkur líkar, hvað við kaupum, um andlega og líkamlega heilsu okkar, kynhneigð, staðsetningu okkar, stjórnmálaskoðanir og svo má lengi telja. Létu Neytendasamtökin gera myndband til að vekja athygli á umfangi njósnanna. Það, ásamt upplýsingum um hvað er til ráða, má finna á ns.is/kettir.

Samtökin gegna ekki bara mikilvægu hlutverki við fræðslu og ráðgjöf. Þau draga líka úr ójafnvægi milli fyrirtækja og einstaklinga með því að styðja við neytendur, veita þeim rödd og ráðast í verkefni sem eru öllum til gæfu og góða. Þannig hafa Neytendasamtökin í gegnum tíðina látið sig varða ýmis málefni og knúið fram breytingar. Með samtakamætti fjöldans eru verkefni möguleg sem annars væru einstaklingum ofviða.

Hávaði og heyrnartól

Allt að 50% fólks á aldrinum 12–35 ára – eða um 1,1 milljarður unglunga og ungs fólks – eru í hættu á að tapa heyrn vegna langvarandi tónlistarhlustunar með heyrnartólum. Alþjóðaheilbrigðismálastofnunin varar við þróuninni og kallar eftir aðgerðum.

Foreldrar kannast eflaust við að hafa áhyggjur af skjánotkun barna sinna og beita ýmsum ráðum til að freista þess að minnka skjátímann. Það gæti því verið ákveðinn léttir að sjá börn og unglunga taka sér frí frá þáttglápi, tölvuleikjum og samfélagsmiðlum og hlusta þess í stað á hlaðvarp eða tónlist. Á undanförunum árum hefur hins vegar komið í ljós að heyrn barna og unglunga getur stafað hætta af mikilli tónlistarhlustun. Góðu fréttirnar eru þó þær að auðvelt er að fyrirbyggja heyrnartap sem orsakast af hávaða.

Raunveruleg hættu á ferð?

Það eru ekki nýjar fréttir að tónlistarhlustun með heyrnartólum geti valdið skemmdum á heyrn. Árið 2008 gaf vísindanefnd Evrópusambandsins um nýgreinda og vaxandi heilbrigðisáhættu (SCENIHR) út skýrslu þar sem varað var við heyrnarskaða af völdum hljóðspilara. Árið 2013 setti Evrópusambandið samræmdar reglur um hámarkshljóðstyrk í spilurum og snjallsímum. Miðað er við að hljóðstyrkur fari ekki yfir 85 dB og vilji notandi hækka styrkinn þarf að gera það handvirkt og fer hann þá hæst í 100 dB. Markmiðið er að veita notendum tækjanna meiri vörn gegn hávaða. Umræðan um þessi mál fer ekki mjög hátt og er í raun í engu samræmi við varúðarorð sérfræðinga. Því vaknar sú spurning hvort hér sé raunverulega einhver hættu á ferð eða óþarfa áhyggjur og jafnvel forræðishyggja? Einfalda svarið er já, hættan er raunveruleg. Lengi vel var hættan á heyrnarskaða ungmenna mest tengd við hávaða á börum,

Hljóðstyrkur er mældur í desibelum, skammstafað dB.

Hvísl 15 dB

Samtal 50–70 dB

Hávær umferðarniður 80 dB

Hávær rokktonlist 120 dB

Sársaukamörk eru við 120-140 dB

Ef hávaði fer yfir 85 dB er hann talinn geta skaðað heyrn óháð tímalengd.

klúbbum, diskótekum og tónleikum. Sú hættu er enn til staðar, en stærsta vandamálið í dag er hins vegar talið vera óhófleg tónlistarhlustun með heyrnartólum. Heyrnartólanotkun, hvort sem tólin eru þráðlaus eða ekki, getur skaðað heyrn og gildir þá einu hvort verið sé að hlusta á tónlist eða spila tölvuleiki á háum hljóðstyrk. Það sem veldur sérstaklega áhyggjum er að



heyrnartólin sitja alveg upp við eyrun ef ekki beinlínis inni í þeim. Samkvæmt Bandarísku lýðheilsustofnuninni (CDC) getur þessi nálægð við eyrað valdið mögnunaráhrifum, eða „boosting effect“, sem hækkar hljóðið um allt að 9 dB. Áætlað stofnunin að ef hlustað er á tónlist með heyrnartólum á hæsta hljóðstyrk geti hávaðinn verið frá 96 til 112 dB. Svo mikill hávaði er skaðlegur jafnvel þó aðeins sé hlustað í örfáar mínútur, og því oft og lengur sem fólk er útsett fyrir hávaða því meiri eru líkurnar á heyrnarskaða. Í raun má segja að áhrifin safnist upp þannig að heyrnartap getur verið lúmskt og komið aftan að fólki.

Viðkvæm fyrir miklum hávaða

Eyrun eru í raun mjög viðkvæm líffæri. Þau eru næm og ekki gerð fyrir hávaða tímunum saman, og þrátt fyrir að líkaminn hafi ótrúlega viðgerðarhæfileika verður heyrn sem tapast ekki endurheimt. Alþjóðaheilbrigðismálastofnunin (WHO) hefur því eðli málsins samkvæmt áhyggjur af þróun mála. Aðgengi að snjallsímum og tækjum, sem og tónlistarveitum, hefur aukist hratt, sem hefur í för með sér mun meiri tónlistarhlustun en áður var. Talið er að 5–10% af tónlistarhlustendum séu líklegir til að þróa með sér heyrnarskaða.

Heyrnartap er hægt að fyrirbyggja

Heilt yfir fjölgar fólki hratt sem glímur við heyrnarskaða. WHO spár því að árið 2030 muni 630 milljónir manna búa við það mikinn heyrnarskaða að hann komi niður á daglegu lífi, verði ekkert að gert. Fjöldinn verði svo kominn upp í 900 milljónir árið 2050. Það þýðir að tíundi hver jarðarbúi muni glíma við heyrnarskaða með tilheyrandi örorku og kostnaði fyrir heilbrigðiskerfið. Eins og áður segir er þó hægt að fyrirbyggja heyrnartap vegna hávaða og áætlað WHO að hægt væri að fyrirbyggja helming allra tilfella með almennum lýðheilsuáðgerðum. Besta ráðið er að takmarka eins og kostur er hávaða í umhverfinu. Það er hægt að gera með því að nota heyrnarhlífar þar sem það á við, leita leiða til að forðast hávaða og stilla í hóf bæði hljóðstyrk og tímallengd tónlistarhlustunar eða tölvuleikjanotkunar. Heyrnartól með hljóðeinangrun eru einnig góður kostur þar sem hávaði í umhverfinu veldur því að notandinn hækkar hljóðstyrkinn.

85 dB ekki öruggt viðmið

Almennt er miðað við að öruggt sé að vera í 85 dB hávaða í allt að átta tíma á dag. En þótt heyrnartól séu stillt þannig að hljóðið fari ekki yfir 85 dB er ekki þar með sagt að þau séu örugg fyrir börn og unglínga. Rick Neitzel, prófessor við Michigan-háskóla, segir í samtali við The New York Times að það sé algerlega órökrétt að tala um 85 dB sem öruggt viðmið. Ástæðan fyrir því að nánast yfirdrifin samstaða hafi náðst um 85 dB mörkin er að hans sögn sú að þau eru ein af fáum nothæfum leiðum til

að setja reglur um hávaða á vinnustöðum. Sérfræðingar á þessu sviði, dr. Neitzel og dr. Fligor, segja einnig í samtali við The New York Times að erfitt sé að gefa einhlítt svar við því hvað sé öruggt en þó megi ætla að fyrir flesta sé ótakmörkuð hlustun örugg fari hljóð ekki yfir 70 dB. Neitzel og Fligor hafa rannsakað svokölluð „afþreyingarhljóðáhrif“ (e. recreational sound exposure) og voru þeir ráðgjafar WHO í tengslum við átakið „Gerum hlustun örugga“ (Make listening safe). Þeir benda jafnframt á mikilvægi þess að börn séu heyrnarmæld á þriggja ára fresti hið minnsta.

Heyrnarskemmdir af völdum hávaða geta einnig leitt til eyrnasuðs eða tinnitus. Hljóðið getur verið af ýmsum toga, gjarnan eins og sónn eða hátíðnihljóð, og verið stöðugt eða tímabundið. Eyrnasuð er nokkuð algengt og getur valdið verulegum óþægindum og skert lífsgæði.

Áhyggjur af heyrnarheilsu unglunga

Kristján Sverrisson er forstjóri Heyrnar- og talmeinaastöðvar Íslands og þekkir því vel til þessara mála. Neytendablaðið tók Kristján tali og spurði fyrst hvort vísbendingar væru um það hér á landi að ungt fólk skaðaði heyrnina vegna heyrnartólanotkunar. „Okkur skortir sárlega rannsóknir á íslenskum ungmennum og tónlistarfólki en okkur grunar vissulega að ástandið hér á landi sé í engu frábrugðið því sem rannsóknir sýna erlendis.“ Kristján segir að ólíkt því sem áður var sé ungt fólk nú í áhættuhópi, eins og Alþjóðaheilbrigðismálastofnunin hafi bent á. „Forvarnir hafa skilað árangri, sem sést á því að ákveðnar starfstéttir eiga nú ekki lengur á hættu að tapa heyrn, svo sem sjómenn, bændur og vélvirkjar, en nú er það ekki síst unga fólkið sem horfum til.“ Kristján segist óttast að gegndarlaus tónlistarhlustun, auk annars hávaða sem börn og ungmenni eru úsett fyrir, valdi óbætanlegum heyrnarskaða. „Vandinn er ekki síst sá að heyrnarskerðing getur tekið mörg ár að koma fram. Það getur því liðið einhver tími þar til áhrifin af allri þessari heyrnartólanotkun ungmenna kemur fram.“ Forvarnir skipta meginmáli að mati Kristjáns því töpuð heyrn verður ekki endurheimt. „Ef hávaði eða aðrar orsakir skemma hárfurumur í kuðungi innra eyrans er sá skaði varanlegur og óafturkræfur.“

Heyrnarheilsa fær litla athygli

Kristján segir að heilbrigðisyfirvöld mættu sýna málaflökknum meiri áhuga og vill sjá stóráukna áherslu á forvarnarstarf. „Við reynum eftir megni að vekja athygli stjórnvalda og almennings á þeim vanda sem steðjar að heyrnarheilsu fólks á öllum aldri. Heyrnarskerðing rýrir verulega lífsgæði fólks og er samfélaginu dýr. Forvarnir eru langmikilvægasta aðgerðin til að vinna gegn heyrnarskerðingu og þar þarf að gera mun betur“.

Neytendablaðið spurði heilbrigðisráðuneytið hvort yfirvöld hefðu, líkt og WHO, áhyggjur af þróuninni og ef svo væri, hvernig þau hygðust bregðast við. Þau svör fengust hjá ráðuneytinu að Heyrnar- og talmeinaastöðin færi með málaflökkinn og lögum samkvæmt bæri stofnunni einnig að sinna fræðslu. Kristján bendir þó á að viðvarandi niðurskurður hafi verið í þessum málaflökki og Heyrnar- og talmeinaastöðinni í raun gert ókleift að sinna forvörnum af þeim krafti sem þyrfti.



*Kristján Sverrisson forstjóri
Heyrnar- og talmeinaastöðvar Íslands*

Ertu á leigumarkaði?

- þetta þarftu að vita



Kolbrún Arna Villadsen lögfræðingur

Í rúman áratug hafa Neytendasamtökin veitt leigjendum ráðgjöf með samningi við félagsmálaráðuneytið. Kolbrún Arna Villadsen lögfræðingur er stjórnandi Leigjendaaðstoðarinnar og Neytendablaðið tók hana tali.

Tryggingafé og viðhald

Kolbrún segir spurningar leigjenda mjög fjölbreyttar en þó séu nokkrir flokkar „vinsælli“ en aðrir. Mikil sé til dæmis spurt um tryggingafé. „Leigjendur vilja vita hvort þeir verði að greiða með reiðufé og hvort öruggt sé að þeir fái endurgreiðslu að leigutíma loknum. Einnig er mikið spurt um viðhald. Leigjendur telja þá að leigusali sé ekki að sinna viðhalds-skyldu og finnst þeim eðlilegt að leigan lækki á móti. Þetta eru oft mjög matskennd mál og getur þurft að fá óháðan aðila til að taka húsnæðið út.“

Kolbrún segir einnig töluvert um mál sem varða riftun og þau geti verið erfið. „Riftun getur komið til af ýmsum ástæðum og geta bæði leigusali og leigjandi rift samningi. Þegar leigjendur rifta er það gjarnan vegna þess að viðhaldi er ábótavant. Því miður gerist það of oft að leigjandi riftir samningi og flytur út án þess að fylgja þeim skilyrðum sem lögin kveða á um. Ef riftun er ólögmæt gæti leigjandi þurft að greiða leigu þrátt fyrir að vera fluttur út. Það er því mjög mikilvægt að fara rétt að þegar samningi er rift og hafa samband við okkur ef spurningar vakna og auðvitað helst áður en samningi er rift.“ Kolbrún bendir jafnframt á að ef leigusali riftir með ólögmætum hætti getur hann orðið

skaðabótaskyldur gagnvart leigjanda. Það sé því ekki síður mikilvægt að leigusalar þekki skyldur sínar og réttindi og nú stendur leigusölum einnig til boða að fá ráðgjöf hjá Leigjendaaðstoðinni.

Upplýsingar á íslensku, ensku og pólsku

Á síðasta ári var nýr vefur (leigjendur.is) settur á laggirnar en hann er á íslensku, ensku og pólsku. Kolbrún segir um mikilvægt skref að ræða. „Við fengum styrk frá félagsmálaráðuneytinu í þetta verkefni en til okkar leitar fjöldi fólks sem er ekki með íslensku sem móðurmál. Þessir leigjendur þekkja síður rétt sinn og lenda frekar í vandræðum í samskiptum við leigusala.“ Kolbrún segir að í fyrra hafi 22% þeirra sem höfðu samband við Leigjendaaðstoðina verið af erlendu bergi brotin og mjög algengt að málin varði riftun. „Það hefur lengi verið okkar tilfinning að harðar sé gengið fram með ólögmæta riftun gagnvart þessum hópi. Þessir leigjendur leita oft ekki til okkar fyrr en búin er að hrekja þá út úr leiguhúsnæði, oft með mjög stuttum fyrirvara.“ Kolbrún tekur fram að ef upp koma tungumálaörðugleikar geti Leigjendaaðstoðin nýtt tálkaþjónustu sem auðveldi öll samskipti við úrslausn deilumála.

Ráðleggingar til leigjenda og leigusala

Þegar Kolbrún er spurð hvað hún myndi helst ráðleggja leigjendum stendur ekki á svörum. „Skoðaðu leiguíbúðina mjög vel líkt og þú værir að fara að kaupa hana. Gerðu kröfu um skriflegan húsaleigusamning svo hægt sé að þinglýsa honum

ef þú ætlar að sækja um húsaleigubætur. Kynntu þér muninn á tímabundnum og ótímabundnum leigusamningi og ekki skrifa undir leigusamning án þess að lesa og skilja hann. Með því að skrifa undir samninginn ertu að samþykkja það sem kveðið er á um í honum, að því gefnu að það stangist ekki á við húsaleigulög.“

Varðandi ráðleggingar til leigusala hefur Kolbrún þetta að segja: „Látið gera úttekt við upphaf og lok leigutímabils svo ástand hins leigða sé skráð ef upp kemur ágreiningur um tjón. Að meginreglu til er óheimilt að semja um að leigjandi íbúðarhúsnæðis taki á sig meiri skyldur og öðlist minni rétt en húsaleigulögin kveða á um. Ef þessum meginatriðum er fylgt aukast líkurnar til muna að leigusamband verði farsælt, og ef ekki þá erum við til staðar,“ segir Kolbrún.



Of gott til að vera satt...

- hver er réttur þinn ef seljandi gerir mistök við verðmerkingu?

Þegar vara er ranglega verðmerkt er **edlilegt að neytendur spyrji hvort þeir eigi ekki rétt á því verði sem seljandi gefur upp. Það hlýtur jú að vera á ábyrgð seljanda að tryggja að upplýsingar séu réttar.**

Í fréttum fyrr á árinu var fjallað um áhugavert mál. Nokkur fjöldi fólks hafði keypt veglegt verkfærasett í vefverslun sem hafði fyrir mistök verið verðmerkt á 21.995 kr. en rétt verð var hins vegar 219.000 kr.

Stuttu eftir kaupin upplýsti seljandi viðskiptavinum sína um mistökin og endurgreiddi þeim kaupverðið. Hátt í 20 manns höfðu keypt verkfærasettið og í framhaldinu voru tvær kærur sendar fyrir kærufund vöru- og þjónustukaupa þar sem neytendurnir töldu að þeir ættu rétt á því verði sem seljandi hafði gefið upp. Nefndin komst hins vegar að þeirri niðurstöðu í báðum málunum að seljanda hafi verið stætt á að hætta við söluna og endurgreiða söluverð.

Nýverið reyndi aftur á sambærilegt mál en þá hafði neytandi fest kaup á úri í vefverslun sem verðmerkt var á 150.000 kr. Í kjölfar kaupanna tilkynnti seljandi að mistök hefðu átt sér stað og rétt verð væri 365.000 kr. Neytandinn krafðist þess að fá úrið afhent en seljandi hafnaði því. Í þessu máli komst nefndin að þeirri niðurstöðu að seljanda bæri að afhenda úrið í samræmi við samninginn. Mistökin hefðu ekki verið augljós þar sem verðbil á þessari tilteknu úrategund væri frá 136.000 kr. til 510.000 kr.

Neytandi í góðri trú

Einar Bjarni Einarsson, lögfræðingur hjá Neytendasamtökunum, segir niðurstöðuna í þessum tveimur málum ekki endilega koma á óvart því þarna reyni á það hvort neytendur hafi mátt vita að um mistök hafi verið að ræða. „Ef seljandi gerir augljós mistök við verðmerkingu eru meiri líkur á því að seljandi geti komið sér undan samningnum“. Einar segir þó að svona mál geti verið flókin því reglurnar séu matskenndar. „Meginreglan er að

verðmerking er bindandi og mistök eru á ábyrgð seljanda. Samþykki neytandi það verð sem seljandi setur upp er kominn á bindandi samningur milli seljanda og kaupanda. Á þessu eru þó undantekningar, til dæmis ef kaupandi má vita að verðmerkingin er röng eða getur ekki staðist. Þá reynir á hvort neytandi sé í góðri trú um að verðmerking sé rétt. Í grófum dráttum má segja að því augljósari sem mistökin eru því líklegra er að neytandi geti ekki gengið að söluverðinu sem vísu.“

Það er óhjákvæmilegt að seljendur geti gert mistök þegar verið er að verðmerkja vörur og þjónustu, hvort sem er í auglýsingum, í netverslun eða í verslunum, en ef mistökin eru ekki augljós eiga neytendur að geta staðið fast á sínu. Ef ekki tekst að leysa úr málum er hægt að leita úrslausnar hjá kærufund vöru- og þjónustukaupa.

Nader

- naskur neytendafrömuður

Ralph Nader er talinn meðal merkustu neytendafrömuða og er hvað þekktastur fyrir baráttu sína fyrir bættu umferðaröryggi. Nader er bandarískur lögfræðingur fæddur 1934, sonur líbanskra innflytjenda. Þegar Nader var í laganámi við Harvard-háskóla beindist áhugi hans að neytendarétti og ekki síst að öryggi ökutækja. Aukning á dauðaslysum var oftast rakin til mistaka bílstjóra en Nader og fleiri bentu á að kannski væri bílunum sjálfum um að kenna. Nader hafði skrifað greinar til að vekja athygli á málinu sem leiddi til þess að aðstoðarvinnu-málaráðherra fékk hann til að rannsaka og skrifa skýrslu um umferðaröryggi. Árið 1965 gaf Nader, sem þá var 31 árs gamall, út bókina *Unsafe at Any Speed* (Hættulegur óháð hraða), sem byggði á rannsóknum hans. Í bókinni gagnrýndi Nader bifreiðaiðnaðinn í Bandaríkjunum harðlega fyrir skort á öryggi sem leitt hefði til fjölda dauðaslysa. Taldi Nader að framleiðendur legðu meiri áherslu á útlit og stíl bílanna en öryggi þeirra. Bókin olli straumhvörfum og skaust beint á metsölulista.

Njósnað um Nader

Nader beindi spjótum sínum meðal annars að General Motors og bifreiðartegundinni Chevrolet Corvair. Nader taldi að hin óvenjulega hönnun bílsins, með vélina að aftan, hefði áhrif á afturfjöðrunina, sem gæti aukið líkur á veltu við ákveðnar aðstæður. Mörg dauðaslys mætti rekja til þessa. General Motors tók þessum ásökunum vægast sagt illa og gekk það langt að ráða einkaspæjara til að elta Nader og grafast fyrir um hvaðeina sem gæti rýrt trúverðugleika hans. Fór svo að Nader kærði General Motors fyrir brot á friðhelgi og náði sáttum eftir að bílaframleiðandinn gekkst við brotum sínum.

Eins og gefur að skilja olli þetta framferði General Motors mikilli hneykslun meðal almennings, sem styrkti enn frekar málstað Naders. Þegar árið 1965 gerði General Motors umtalsverðar breytingar á fjöðrun bílsins en skaðinn var skeður. Ekki er ljóst hvort Corvair var yfirhöfuð hættulegri en aðrar bíltegundir þessa tíma en lúaleg viðbrögð framleiðandans áttu sinn þátt í sterkum viðbrögðum almennings og yfirvalda. Bók Naders



Mynd Dreamstime

fjallaði þó einnig um ýmis öryggisatriði sem bifreiðaiðnaðurinn hafði komist upp með að hunsu, allt frá bremsum, stýrisbúnaði og lélegri árekstursvörn til þeirrar mengunar sem bílarnir ollu.

Herferð Naders leiddi til samþykktar á nýrri löggjöf um umferðaröryggi og til þess að komið var á fót opinberri stofnun sem hefur það markmið að fækka slysum og dauðsföllum í umferðinni. Löggjöfin, sem samþykkt var árið 1966, veitti stjórnvöldum heimild til að tryggja öryggisstaðla fyrir allar bifreiðar sem seldar voru í Bandaríkjunum, meðal annars öryggisbelti fyrir alla farþega.

Þótt Nader sé hvað þekktastur fyrir mikilsverða baráttu sína fyrir bættu umferðaröryggi er hann einnig ötull talsmaður umhverfisverndar og neytendamála, svo sem öryggis matvæla og lyfja svo fátt eitt sé nefnt. Hann hefur einnig stofnað ótal félagasamtök á sviði öryggis- og neytendamála. Nader hefur fjórum sinnum boðið sig fram til forseta Bandaríkjanna sem sjálfstæður framþjóðandi og er ennþá virkur í opinberri umræðu.



Eftir að Nader kom upp um öryggisgalla á Chevrolet Corvair fór salan bratt minnkandi og var framleiðsla hætt árið 1969. Hér má sjá eina fyrstu árgerðina af Corvair frá 1960.

Á fleygiferð inn í framtíðina

Lesendur kannast eflaust við kvikmyndina „Back to the Future“ eða Aftur til framtíðar. Myndin segir frá Marty McFly (leikinn af Michael J. Fox) og dr. Emmett Brown (leikinn af Christopher Lloyd), sem ferðast saman í tíma vél í formi Delorean-bifreiðar. Í annarri mynd þrífleiksins, sem kom út árið 1989, ferðast þeir félagar frá árinu 1985 fram til ársins 2015 og þar mátti sjá framúrsteftulega bíla sem flugu um og gengu að hluta til fyrir matarleifum og rusli. Þó bílar sjáist ekki enn fljúgandi götum ofar eru þeir í dag búnir ýmsum tækninýjungum sem handrits-höfundar hefðu vart getað ímyndað sér.

Neytendablaðið ákvað að kanna málið nánar og skoða þróunina í tækni- og öryggismálum bifreiða. Á vef bresku vefsíðunnar autoexpress.co.uk má finna áhugaverða tímalínu um margvísleg öryggisatriði sem við teljum flest sjálfsögð í dag.

1919 – Öryggisgler

Strax á fyrri hluta tuttugustu aldar töldu bílaframleiðendur óásættanlegt að nota hefðbundið gler í bílrúður sem gátu brotnað í lífshættulega fleka með beittum brúnum. Þeir framleiddu þess í stað sérstakt öryggisgler sem brotnar í ótal marga litla búta.

1959 – Bílbelti

Volvo kynnti til sögunnar fyrsta þriggja punkta bílbeltið, sem er enn þann dag í dag eitt öflugasta öryggistæki bifreiða. Volvo telur að þriggja punkta bílbeltið hafi bjargað meira en milljón mannlífum. Ástæðan fyrir skjótri útbreiðslu þriggja punkta beltisins er sú að Volvo ákvað að öryggisbeltið væri svo mikilvægt öryggistæki að það gæti ekki setið eitt að þessari byltingarkenndu uppfinningu. Var því öllum framleiðendum veittur aðgangur að tækninni.

1959 – Samanþjappanleg svæði

Samþjappanleg svæði (e. crumple zones) á bifreiðum hafa það markmið að draga úr högginu sem verður við árekstur og myndi annars leiða til mikils höggkrafts á farþega. Samþjappanleg svæði á bílum eru nú hluti af hönnun nútímabíla.

1960 – Fóðrað mælaborð

Önnur tækninýjung frá Volvo var fóðrað mælaborð sem hafði það hlutverk að minnka áverka á andliti og bringu í árekstrum.

1966 – ABS hemlakerfi

Jensen FF var fyrsta bifreiðin með ABS-kerfi, sem byggðist á sömu tækni og notuð var í flugvélum.

1968 – Höfuðpúðar

Volvo kom fyrstur bifreiðaframleiðanda með höfuðpúða í framsæti bifreiða. Þeir höfðu það hlutverk að verja höfuð og hnakka við aftanákeyrslur.

1970 – Vegfarendavæn framhönnun

Hönnun á m.a. framrúðum, framstuðurum og framljósum framan á bifreiðum var breytt til að minnka líkur á áverkum vegfaranda við ákeyrslu.

1973 – Loftpúðar

Loftpúðar í mælaborðum springa út þegar árekstur verður. Fyrstu loftpúðarnir voru stórir og klunnalegir og sprungu út úr stýrinu. Nú hafa flestir nýir bílar einnig loftpúða við hné og axlir, í hliðarpóstum og jafnvel í sætisbeltum.

1986 – Loftþrýstingsskynjarar

Fyrsta bifreiðin með loftþrýstingsskynjara í hjólbörðum var Porsche 959. Kerfið virkar þannig að skynjarar mæla loftþrýstinginn í hjólbörðum og láta bílstjóra vita ef þrýstingur er rangur.

1994 – Hliðarloftpúðar

Volvo var fyrsti framleiðandinn sem kynnti til leiks loftpúða, í hliðum sæta í 850-bifreiðalínu sinni. Var hugsunin að bæta upp fyrir stálramma sem settir voru í hliðarnar til að verja bílinn við árekstur.

1997 – Fyrstu niðurstöður NCAP (The European New Car Assessment Programme)

NCAP hóf að framkvæma tilraunir á bílum þar sem Volvo S40 fékk hæstu einkunn fyrir vernd á fullorðnum einstaklingum í bílum.

1997 – Isofix

Isofix-festingar kynntar til leiks. Þær gera fólki kleift að festa barnabílstóla beint í aftursæti. Festingarnar voru þróaðar í samstarfi Volkswagen og Britax.



2005 – Veglínuskynjari

Veglínuskynjari kom fyrst fram í Evrópu í bifreiðunum Citroen C4, C5 og C6. Skynjarinn varar ökumann við ef bifreiðin er að fara á rangan vegarhelling eða út í kant.

2007 – Blindpunktsaðvörun

Volvo S80 kemur með tækni sem sendir sjónræna viðvörum til ökumanns ef það er annað ökutæki í „blinda punktinum“ sem ekki er hægt, eða erfitt, að sjá í hliðarspeglum.

2007 – Ökumannsvaki

Ökumannsvakinn fylgist með höfði og andliti ökumanns og fylgist með hvort það séu merki um þreytu, svo sem hvort öku- maður blikki augum óeðlilega oft. Ef ökumannsvakinn merkir þreytu er ökumaður varaður við.

2008 – Sjálfvirk hemlun

Sjálfvirk hemlun var kynnt til leiks í Volvo XC60, 2008 ár- gerðinni. Kerfið skynjar hvort umferðin fram undan sé kyrrstæð, varar ökumann við og undirbýr hemlun bifreiðarinnar.

2015 – Vegfarendanemi í myrkri, hindrunarvari og snjallhraðastillir með stýringu

Þessi tækni kom fyrst fram í Volvo XC90. Vegfarendaneminn skynjar vegfarendur í myrkri. Hindrunarvarinn skynjar, stýrir frá og hemlar sjálfvirkt ef ökumaður er við það að aka á hindrun. Snjallhraðastillirinn fylgir bifreiðum sem aka fyrir framan bílinn, ásamt vegmerkingum, og gerir ökumanni kleift að viðhalda sama hraða og bifreiðin á undan.

2018 – Car2Car and Car2Infrastructure

Bifreiðar með þessari tækni „tala saman“, og vara við hálfu eða biluðum bíl sem leynist á veginum. Þessi tækni á einnig að virka með ákveðnum umferðarljósum þannig að ökumaðurinn sjái hversu langt er í að grænt ljós komi.

Veglínuvari góður á þjóðveginum

Hvernig gagnast svo allar þessar tækninýjungar hinum almenna ökumanni? Neytendasamtökin náðu tali af Ívari Halldórssyni, lögfræðingi og stjórnanda ECC á Íslandi, sem á bifreið með sjálfvirkri hemlun og ökumannsvara.

Ívar á 2020 árgærd af Mözdu3 og við spurðum hann hvort tæknin hefði komið að góðum notum. „Já, ég myndi hiklaust segja það en það tók mig smá tíma að venjast bíl með svona öryggistækni. Ég hef lent í því að aka bifreiðinni á þjóðveginum og líta örsnögget niður og allt í einu heyrir ég viðvörunartóna og bifreiðin bremsar sjálf niður. Þá hafði bifreiðin fyrir framan mig snarhemað akkúrat þegar ég tók augun af veginum.“ Ívar segist viss um að ef ekki hefði verið fyrir sjálfvirka hemlabúnaðinn hefði hann líklega endað á bílnum fyrir framan. „Þá hefur veg- línúvarinn sem er í bílnum líka verið mjög þægilegur, sérstaklega á þjóðveginum, því ef ég fer of mikið til hliðanna titrar stýrið örlétt og bíllinn lagar sig sjálfur. Ég keyri svo reglulega yfir sumarið á milli Reykjavíkur og Siglufjarðar og það hefur alveg komið upp viðvörun um að ég sé orðinn þreyttur þótt ég áttaði mig kannski ekki sjálfur á því og þá hef ég stoppað og fengið mér kaffisopa.“ Ívar segir einnig gott að hafa blindpunktsaðvör- un á bílnum. „Ef það er bíll við hliðina á mér lætur bíllinn minn vita af því með ljósi á hliðarspeglum og ef ég gef stefnuljós og geri mig líklegan til að fara yfir á næstu akrein í veg fyrir bíl þá pípír hann.“ Neytendablaðið spurði Ívar að lokum hvort hann sæi einhverjar neikvæðar hliðar við þennan tæknibúnað. „Nei, í rauninni ekki. Það væri þá helst viðbrigðin að keyra hinn bíllinn á heimilinu sem er ekki alveg svona tæknivæddur. Svo er það þannig að ef það er einhver öryggisbúnaður sem mér finnst vera að hamla mér í akstri þá er leikur einn að fara í stillingar í bílnum og stilla t.d. næmnina og hversu mikið bíllinn hjálpar mér að keyra.“



Bakkmyndavél í alla bíla

Hræðilegt slys leiddi til öryggisúrbóta

Októberkvöld eitt árið 2002 varð bandaríski barnalæknirinn Greg Gulbransen fyrir þeirri hræðilegu lífsreynslu að bakka á tveggja ára gamlan son sinn sem lést samstundis. Gulbransen tók ákvörðun um að berjast fyrir löggjöf sem kæmi í veg fyrir slys af þessu tagi og tók sú barátta rúman áratug. Snemma í ferlinu fór Gulbransen, ásamt fulltrúa bandarísku neytendasamtakanna Consumer Reports, til fundar við þingmenn til að kynna þeim málið og var þeim vel tekið. Frumvarp var lagt fram árið 2005 og þremur árum síðar staðfesti George Bush, þáverandi forseti, lög sem kennd eru við Gulbransen og Cameron, son hans. Málið var þó fjarri því í höfn því næsta skref voru tilraunir með mismunandi tækni og varð niðurstaðan sú að bakkmyndavélar kæmu best út. Ráðuneyti samgöngumála lagði því næst fram drög að reglugerð þess efnis að allir nýir bílar yrðu útbúnir bakkmyndavélum árið 2014 en innleiðing skyldi hefjast 2012.

Stefnt fyrir að tefja málið

Samgönguráðuneytið dró úr hófi fram að setja reglugerð en Gulbransen lét ekki deigan síga. Hann vakti athygli á stöðunni í fjölmiðlum, fundaði með kjörnum fulltrúum og með aðstoð neytenda- og annarra baráttusamtaka stefndi hann ríkinu fyrir töfina. Gulbransen sagði síðar í viðtali við vef tímaritið fatherly.com að bakslagið hefði dregið úr honum mátt sem og neikvæð ummæli sem hann mátti þola frá fólki vegna slyssins. En hann skuldaði syni sínum að taka þennan slag og því var ekki í boði að gefast upp. Árið 2014 dró til tíðinda. Gulbransen mætti fyrir nefnd samgönguráðuneytisins í sömu viku og yfirmenn General Motors þurftu að svara fyrir alvarlegan galla tengdan loftþúðum,

sem kostað hafði mannlíf. Stjórnvöld þurftu sárlega á jákvæðri umfjöllun að halda og fór svo að reglugerðin var loks innleidd, mörgum árum seinna en þingið hafði upphaflega áætlað. Frá og með maí 2018 hafa allir nýir bílar verið með bakkmyndavél sem staðalbúnað. Í Evrópu er miðað við að allir nýir bílar verði með bakkmyndavélar eða skynjara innan fárra ára.

Bakkmyndavélar hafa verið staðalbúnaður í nýjum bílum í Bandaríkjunum frá árinu 2018.

Bakkmyndavélar sem aukabúnaður

Bakkmyndavél er bæði ódýr og óumdeildur öryggisbúnaður og áratugir eru síðan þessi tækni var fyrst kynnt til leiks. Það má því spyrja hvers vegna bakkmyndavélar séu ekki fyrir löngu orðnar staðalbúnaður í bílum. Ein ástæðan er sú að margir bílaframleiðendur hafa hag af því að selja bakkmyndavélar sem aukabúnað. Sagan sýnir líka að framleiðendur hafa oft verið tregir til að innleiða nýjan öryggisbúnað. Jafn sjálfsgæður búnaður og öryggisbelti og loftþúðar mættu mikilli andstöðu á sínum tíma. Andstaðan gegn öryggisbeltum var þó einnig mikil hjá almenningi og var því m.a. borið við að beltin væru óþægileg og að þau gætu verið hættuleg í ákveðnum aðstæðum. Það gekk því ekki þrautalaust að innleiða sætisbeltaskyldu, sem flestir telja sjálfsgæða í dag.

Tækni gegn ölvunarakstri



Tækni til að koma í veg fyrir ölvunarakstur hefur verið til staðar í mörg ár. Er um að ræða svokallaða áfengislása sem settir eru í bíla fólks sem hefur hlotið dóm fyrir ölvunarakstur. Ökumaður getur þá ekki ræst bílinn nema blása fyrst í mælinn. Þessi aðferð hefur um árabíl verið nýtt í mörgum ríkjum Bandaríkjanna. Útfærslan getur verið með ýmsum hætti. Í stað þess að ökumaður missi ökuréttindi í ákveðinn tíma getur hann samþykkt áfengislás í bíl sinn. Það fer svo eftir alvarleika brotsins hversu lengi áfengislásinn er uppsettur en einnig hvort ökumaður hafi yfirhöfuð eitthvert val.

Mörg samtök og einstaklingar vestanhafs hafa háð harða baráttu gegn ölvunarakstri, þar á meðal samtökin Mæður gegn ölvunarakstri (Mothers against drunk driving). Í maí 2021 gáfu samtökin út uppfærða skýrslu, heilar 150 blaðsíður, þar sem útlistaðar eru allar þær aðferðir sem nú þegar er hægt að beita í baráttunni gegn ölvunarakstri og akstri þar sem ökumaður er með skerta ökuhæfni. Samtökin kölluðu eftir því að gengið yrði hratt til verks en talið er að 33% dauðaslysa í Bandaríkjunum megi rekja til ölvunaraksturs.

Dauðaslysum fækkaði í Evrópu á milli 2019 og 2020 og er talið að það megi að miklu leyti rekja til minni umferðar vegna kóvíð-faraldursins. Fæst dauðaslys voru í Svíþjóð miðað við höfðatölu, en flest í Rúmeníu.

Þegar bíllinn veit betur

Á Vesturlöndum hefur dauðaslysum fækkað undanfarna áratugi, sem þakka má betri öryggisbúnaði í bílum og öruggari vegum. Dauðaslysum fjölgaði hins vegar mikið í Bandaríkjunum árið 2021, frá árinu 2020, sem yfirvöld segja að fyrst og fremst megi rekja til skertrar ökuferni – ekki síst ölvunaraksturs. Þessi þróun hefur eflaust átt sinn þátt í því að síðla árs 2021 skrifaði Joe Biden Bandaríkjaforseti undir lög þess efnis að árið 2026 verði allir nýir bílar útbúnir tæknibúnaði til að bæði greina og stöðva ölvunarakstur og akstur þar sem ökugetan er skert. Hugmyndin er að tæknin eigi ekki að trufla eða hefja dagfarsprúða ökumenn, þ.e. ökumaður þarf ekki að blása í mæli eða annað slíkt. Tæknin byggir því annars vegar á búnaði sem greinir áfengismagn í blóði ökumanns í gegnum andardrátt eða snertingu (t.d. á stýri) og hins vegar búnaði sem greinir ökuferni, svo sem hvort bíllinn rásar, hvort ökumaður haldi augum á veginum, hvort hann blikki óeðlilega oft og þar fram eftir götunum. Skert ökuferni getur

einnig orsakast af fíkniefna- og lyfjanotkun sem áfengislás og áfengisskynjarar mæla ekki, til dæmis vegna þreytu, sjúkdóma eða truflunar svo sem vegna farsímanotkunar.

Á næstu árum verða einnig ýmsar breytingar á evrópskri löggjöf sem tryggja staðalbúnað í nýja bíla og auka umferðaröryggi. Má þar nefna veglínuvara, snjallhraðabúnað (e. intelligent speed assistance), betri sjónræna viðvörn og beygju- og árekstravörn á stærri bifreiðir svo sem rútur og flutningabíla.

Svíþjóð er með hundrað sinnum fleiri hraðamyndavélar en Tékkland og 99% Þjóðverja nota bílbelti í aftursæti en einungis 11% Ítala.

Ölvunarakstur í Evrópu

Ef horft er til heimsins alls er áfengisneysla hvergi meiri en í Evrópu. Staðan er vissulega mismunandi milli landa en talið er að 25% dauðaslysa í umferðinni í álfunni megi rekja til ölvunaraksturs. Notkun áfengislása er vel þekkt í Evrópu og hafa mörg lönd keyrt tilraunaverkefni sem svo hafa leitt til lagasetningar. Má segja að notkunin sé tvíþætt. Annars vegar er um að ræða úrræði eftir að ökumaður hefur verið gripinn við ölvunarakstur, og er honum þá boðið að halda ökuréttindum gegn uppsetningu ökuláss, þó til þess geti komið að ökumaður hafi ekkert val ef brot eru ítrekuð. Hins vegar er ökulásinn notaður sem öryggistæki í ákveðnar bifreiðar. Í Finnlandi hefur til dæmis lengi verið skylt að hafa áfengislása í öllum bifreiðum sem stunda skólaakstur. Í Frakklandi er lögum samkvæmt skylt að hafa áfengislás í öllum langferðabílum og strætisvögnum, og frá og með næsta ári er skylt á Spáni að hafa áfengismæla í öllum bílum sem taka fleiri en átta manns. Frá og með miðju ári 2021 verða allar nýjar bifreiðar sem seldar eru í Evrópu að vera með stöðluðum búnaði sem hægt er að tengja við áfengislás.

Notkun áfengislása var skoðuð hér á landi fyrir tæpum áratug en þá kom út skýrsla um umferðaröryggi sem innanríkisráðherra lét vinna. Í skýrslunni kemur fram að notkun áfengislása hafi reynst vel víða erlendis. Einn af ókostum lássins er kostnaður við uppsetningu en hann var, þegar skýrslan var skrifuð, um 2–300.000 kr. og er greiddur af ökumanni. Samkvæmt heimildum Neytendablaðsins hafa ekki verið gerðar neinar tilraunir með áfengislása í bíla hérlendis og engar kvaðir eru um lása í tilteknum bifreiðum.

Umhverfið hefur lítið vægi - ef fötin eru í lagi

Ekki er víst að lesendur kannist við kínverska fyrirtækið Shein en ef unglingar eru á heimilinu aukast þó líkurnar til muna. Saga þessarar kínversku vefverslunar er með nokkrum ólíkindum en á örfáum árum hefur Shein náð að verða eitt stærsta tiskuvöruvirkni heims og það án þess að reka eina einustu verslun.

Shein var stofnað árið 2008 og hét þá SheInside og ku hafa selt brúðarkjóra, en því neita talsmenn fyrirtækisins í dag. Árið 2012 breytti eigandinn, Chris Xu, um kúrs og hóf að selja tiskufatnað með áherslu á unglingatísku og breytti síðan nafninu í Shein. Ólíkt Zöru og H&M er Shein ekki með neinar verslanir, salan fer alfarið fram á netinu. Verðið er svo lágt að undrun sætir og hægt að fá kápur og kjóra fyrir nokkur þúsund krónur. Sjónum er einna helst beint að unglingsstúlkum og hin árangursríka markaðssetning er nær alfarið á samfélagsmiðlum eins og TikTok og Instagram. Áherslan er öll á útflytning og er viðskiptavininn Shein að finna í yfir 220 löndum. Langstærsti markaður Shein er í Bandaríkjunum en því næst koma Brasilía, Frakkland og Rússland.

Vinsælasta appið

Velta fyrirtækisins hefur aukist ár frá ári og í fyrra var snjallforrit Shein vinsælasta innkaupa-appið í Bandaríkjunum, og skákadi þar með Amazon. Og vinsældirnar eru engin tilviljun. Shein-appið þykir einstaklega vel hannað, úrvalið af fatnaði og fylgihlutum er langtum meira en almennt gerist og nýjar vörur hellast inn á söluvefinn á áður óþekktum hraða. Fjölbreytileikinn er í fyrirrúmi og stærðir eru allt frá XS-5XL og fötin auglýst af fyrirsætum í öllum stærðum. Í stað þess að leggja áherslu á samstarf við frægt fólk og þekkta áhrifavalda reiðir Shein sig á viðskiptavinina til að auglýsa fyrirtækið. Þeir eru hvattir til að setja inn umsagnir um vörurnar og geta einnig fengið ókeypis vörur gegn því að setja umfjöllun á samfélagsmiðla eins og TikTok, Instagram eða Youtube.

Úr hraða í háhraða

Þróunin í tiskuvörugeiranum hefur verið hröð undanfarna áratugi og haldist í hendur við aukna alþjóðavæðingu. Á áttunda og níunda áratug síðustu aldar færðist framleiðsla á þekktum vörumerkjum til landa þar sem launakostnaður var lægri en á Vesturlöndum og lítið fór fyrir vinnu- og umhverfislöggjöf. Kína

hefur um áratugaskeið verið það land sem bæði framleiðir og flytur út mest af fötum. Það kann að koma á óvart að í dag er Þýskaland í öðru sæti á heimslistanum yfir fataframleiðendur en það kemst þó ekki með tærnar þar sem Kína hefur hælana. Spænska tiskuvörumerkið Zara fór á sínum tíma úr því að hanna árstíðabundnar tiskulínur yfir í að bjóða neytendum upp á stöðugan straum af nýjum fatnaði allan ársins hring. Hugmyndir voru fengnar af sýningarpöllum hátískuhúsanna og framleiðsluferlinu hraðað úr mánuðum í nokkrar vikur. Er talið að hugtakið fast fashion, eða hraðtíska, hafi fyrst verið notað yfir þetta nýja viðskiptamódel Zöru, sem fleiri tiskuvöruröðjur tóku síðan upp. Hraðinn átti þó eftir að aukast til muna og nú væri nær að tala um háhraðatísku. Shein hefur tekist að stytta framleiðsluferlið í nokkra daga og kaupir varning af nokkur þúsund fataverksmiðjum. Framleidd eru fá eintök af fjölmörgum flíkum og svo er látið reyna á viðbrögðin. Shein setur allt frá 2.000 til 10.000 nýjar flíkur og tiskuvarning á Shein-appið á hverjum degi, sem er margfalt meira úrval en hjá tiskurisum eins og Zöru og H&M. Ef ákveðin flík slær í gegn getur Shein gert stærri pantanir jafnharðan en sparar jafnframt á því að framleiða ekki flíkur í miklu magni sem síðan seljast illa.

Aukin vitund en meiri sóun

Svíþjóð er eitt fjölmargra landa þar sem Shein-appið trónir í efsta sæti. Í sænska neytendablaðinu Råd och rön er þeirri spurningu velt upp hvers vegna fyrirtæki sem gerir út á einnota tísku náí svo miklum vinsældum á sama tíma og loftslagsmálin og umhverfisvernd fá sífellt meira vægi hjá neytendum. Emma Samsioe, samskiptafræðingur við háskólann í Lundi, segir í samtali við blaðið að með því að nota samskiptamiðla í markaðssetningu skapi Shein freistandi fantasíuheim. Neytendur, í þessu tilfelli unglingar, séu ekki að kaupa föt vegna þess að þau skorti heldur sér til dægrastyttingar. Þá spillir hið mjög svo lága verð ekki fyrir kaupgleðinni.

„Fatabransinn er ábyrgur fyrir meiri losun gróðurhúsalofttegunda en allt flug og allar skipasiglingar í heiminum samanlagt.“



Evrópusambandið kallar eftir endalokum hraðtísku fyrir árið 2030. Tillögur sambandsins ganga m.a. út á að framleiðendur noti tiltekið hlutfall af endurunnu og endurvinnanlegu í efni í framleiðsluna og að efni sem erfitt er að endurvinna verði bönnuð eða takmörkuð. Þá er einnig lagt til að framleiðendur gefi upp hversu mikið þeir urða af óseldum fatnaði. Í frétt á The Guardian kemur fram að Evrópubúar henda að meðaltali 11 kílóum á ári af fatnaði, skóm og textíl.

Hraðtíska, svo ekki sé talað um háhraðatísku, getur aldrei talist umhverfisvæn og vinnuaðaðstæður í slíkum iðnaði eru langt frá því sem sanngjarnt má telja.

Varningur frá Shein er af ýmsum gæðum, eins og við má búast, og eins gerist það að sendingar hverfa eða berast seint og illa. Nokkuð hefur verið kvartað til sænsku neytendasamtakanna vegna sendinga sem aldrei berast og erfitt virðist vera að ná á fyrirtækinu með kvartanir. Hér heima hefur lítið borið á kvörtunum – enn sem komið er í það minnsta. Shein hefur þó numið land og allt eins líklegt að fatasendingar frá fjarlægum löndum streymi til landsins sem aldrei fyrr.

Hraðinn í fatageiranum snýr ekki bara að framleiðsluferlinu, þ.e. hversu hratt seljendur geta komið nýjustu tísku og straumum til neytenda, heldur líka að því hversu hratt neytendur skipta út fötum. Þessi þróun hefur mikil og alvarleg umhverfisáhrif í för með sér. Fatabransinn er ábyrgur fyrir meiri losun gróðurhúsalofttegunda en allt flug og allar skipasiglingar í heiminum samanlagt. Sóunin á heimsvísu er líka stórbrotin en hún svarar til þess að fullur sorpbíll af fötum endi á ruslahaug á hverri einustu sekúndu.

Þegar háhraðatískufyrirtæki eins og Shein nær viðlíka árangri fylgja önnur fyrirtæki eðlilega á eftir til að verða ekki undir í samkeppninni. Það er ástæða til að hafa áhyggjur af þeirri þróun, segir Samsioe. Vefsíða Shein gefur lítið upp um starfsemina sjálfa, svo sem aðstæður í verksmiðjum, umhverfisstefnu eða samfélagslega ábyrgð.



Hafðu þitt á hreinu - gerðu samning



Algengt er að Neytendasamtökunum berist mál þar sem samskipti við iðnaðarmenn hafa farið úrskeiðis. Málin eiga það oftast sameiginlegt að annað hvort liggur ekkert tilboð fyrir áður en ráðist er í framkvæmdir, eða tilboðið óskýrt eða loðið. Það er algengt að sjá tilboð sem hljóðar til dæmis upp á „baðherbergi 1.500.000 kr.“ án nokkurra útskýringa. Þegar uppgjör á sér stað er reikningurinn hærri þar sem iðnaðarmaður taldi alveg ljóst að vinna við rafmagn eða pípulagnir væri ekki hluti af tilboðinu.

Í lögum um þjónustukaup segir orðrétt: „Hafi ekki verið samið um verð fyrir keypta þjónustu skal neytandi greiða það verð sem telja má sanngjarnt með hliðsjón af því hve vinnan er mikil og hvers eðlis hún er.“ Til að fá úr því skorið hvað sé sanngjarnt getur þurft að leita til kærnefndar vöru- og þjónustukaupa og jafnvel til dómstóla með tilheyrandi kostnaði enda þarf oft þarf að kalla til matsmenn í svona málum.

Íslenskt búvörumerki

Unnið hefur verið að íslensku búvörumerki um nokkurt skeið og í mars sl. var merkið loksins opinberlega kynnt til sögunnar. Erla Hjördís Gunnarsdóttir, samskiptastjóri hjá Bændasamtökunum, segir í samtali við Neytendablaðið að viðtökurnar hafi verið framfar vonum. „Umsóknir eru farnar að berast og við finnum mikinn áhuga bæði hjá stórum framleiðendum og litlum og úr öllum greinum.“

Markmiðið með hinu nýja merki er að auðvelda neytendum að velja íslenskt, en til að mega nota það þurfa framleiðendur að ábyrgjast að hráefnið sé íslenskt og að framleiðsla hafi farið fram á Íslandi. Kjöt, egg, sjávarafurðir og mjólk skal í öllum tilfellum vera 100% íslenskt. Allt að 25% innihalds í blönduðum/unnum matvörum má vera innflutt. Merkið verður einnig notað á plöntur, blóm og matjurtir.

Á vef ns.is má finna einföld og góð ráð fyrir fólk sem hyggst leita þjónustu iðnaðarmanna. Þar er m.a. að finna staðlaða verksamninga fyrir bæði minni og stærri verk. Þá er neytendum meðal annars ráðlagt að ganga úr skugga um að iðnaðarmaðurinn sem verður í forsvari fyrir verkinu sé með meistararéttindi. Á vef Húsnæðis- og mannvirkjastofnunar (HMS) er að finna lista yfir iðnmeistara.

Mikilvægast er að gera samning til að forðast að upp komi ágreiningur. Með smá fyrirhyggju er hægt að koma í veg fyrir að skemmtilegar endurbætur á heimilinu endi í deilum og leiðindum, að ekki sé minnst á verulega hærri kostnaði en ráð var fyrir gert.



En geta neytendur treyst því að ekki verði svindlað með merkið? Erla Hjördís segir mikilvægt að neytendur geti treyst merkingunni og því fari sjálfstæð vottunarstofa með eftirlitið. „Vottunarstofan passar upp á að þeir sem fá að nota merkið standist þær kröfur sem gerðar eru. Þá heimsækir hún fyrirtækin reglulega og fylgir því eftir að þau fylli reglulega út sérstakan gátlista. Ef fyrirtæki fer ekki eftir reglunum missir það réttinn til að nota merkið.“

Nánari upplýsingar um nýja búvörumerkið má finna á stadfest.is

Er hægt að brauðfæða 10 milljarða jarðarbúa án þess að ganga á auðlindir jarðar?

Að öllu óbreyttu dugar jörðin ekki til að fæða alla jarðarbúa. En það er von. Vísindanefndin EAT-Lancet hefur lagt fram tillögur að mataræði sem er bæði sjálfbært og heilnæmt.

Mannkynið stendur frammi fyrir þeirri stóru áskorun að fæða sífellt fleiri jarðarbúa á sama tíma og matvælaframleiðsla heimsins ógnar loftslagsstöðugleika og lífríki jarðar. Stórfelldra breytinga er þörf og án róttækra aðgerða er útilokað að

sjálfbærnimarkmiðum Sameinuðu þjóðanna og markmiðum Parísarsáttmálans verði náð. Þótt framleiðsla á mat í heiminum, mæld í hitaeiningum, hafi vaxið í takt við vaxandi íbúafjölda jarðar búa 820 milljónir manna við fæðuskort. Þá borðar umtalsverður fjöldi jarðarbúa allt of mikinn mat og margir búa við lélegt mataræði. Það ætti því að vera forgangsverkefni að að tryggja öllum aðgang að hollri fæðu sem er aflað á sjálfbæran hátt.

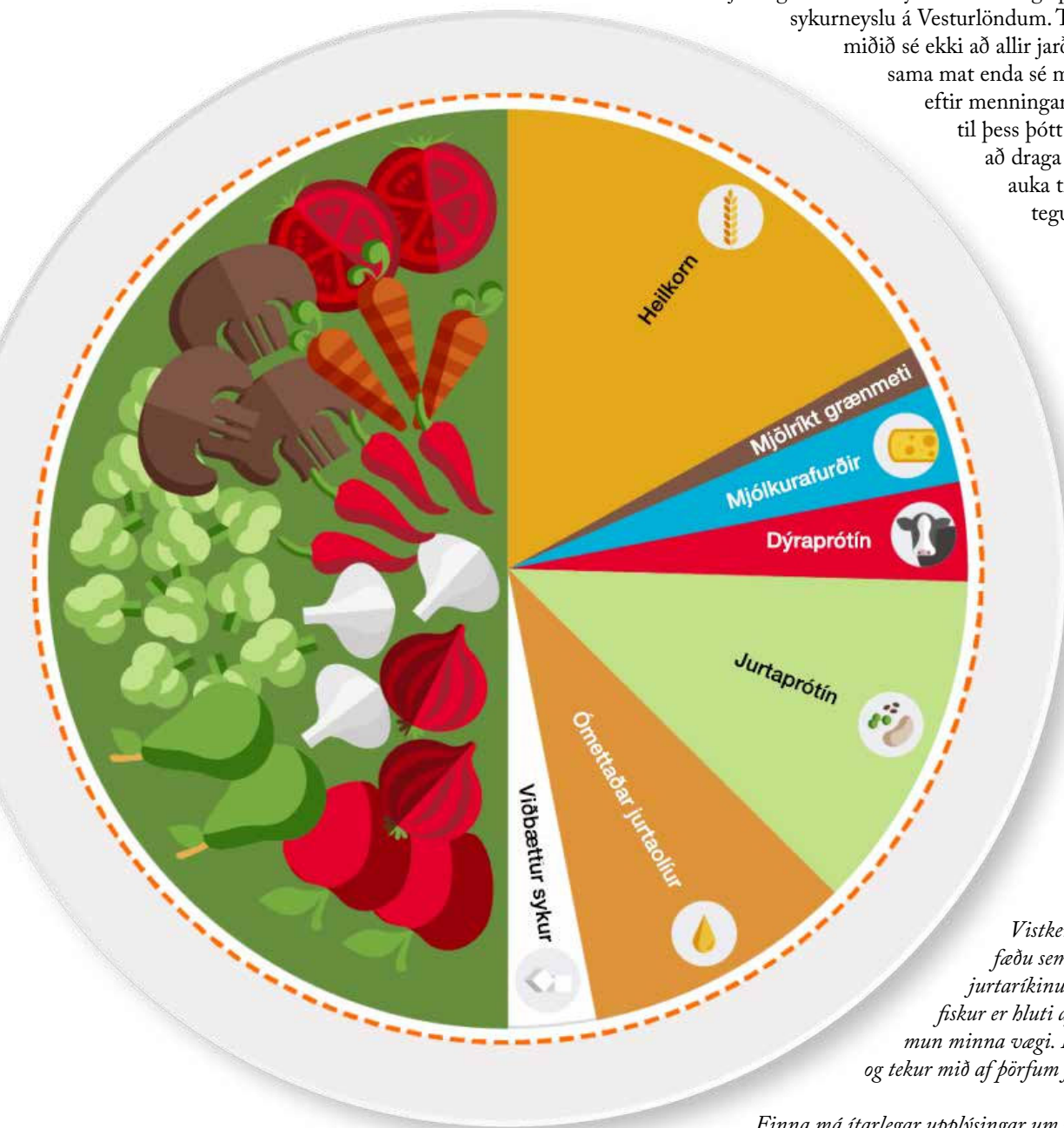


Holl fæða og sjálfbær

EAT-Lancet nefndin telur 37 vísindamenn frá 16 löndum úr hinum ýmsu fræðasviðum. Tilgangur vettvangsins er að setja fram markmið byggð á vísindalegri nálgun um það hvernig best sé að fæða jarðarbúa á sjálfbæran og heilnæman hátt. Niðurstaða nefndarinnar er að það sé raunhæft að tryggja öllum jarðarbúum holla næringu og jafnframt tryggja að fæðuöflun sé sjálfbær. Til að svo megi verða þarf þó að ráðast í aðgerðir hið fyrsta.

Áhersla á jurtaríkið

EAT-Lancet leggur til mataræði sem kallast vistkerafæði (e. planetary health diet) en heitið vísar til mataræðis sem er hvoru-veggja gott fyrir heilsu fólks og vistkerfi jarðar. Rannsóknir sýna að heilsusamlegt mataræði byggir á fjölbreyttri fæðu úr jurtaríkinu eins og grænmeti, ávöxtum, fræjum, hnetum, baunum, linsum og heilkorni. Minni áhersla ætti að vera á kjöt, mjólkurvörur, unninn mat og viðbættan sykur. Breyting á mataræði jarðarbúa í þessa veru kallar á tvöfalt meiri neyslu á grænmeti, ávöxtum og hnetum en nú er og helmingi minni neyslu á rauðu kjöti og viðbættum sykri. Sérstaklega þarf að draga úr óhóflægri sykurneyslu á Vesturlöndum. Tekið er fram að markmiðið sé ekki að allir jarðarbúar borði nákvæmlega sama mat enda sé mataræði mismunandi eftir menningarsvæðum. Taka þurfi tillit til þess þótt að á heildina litið þurfi að draga stórlega úr kjötneyslu og auka til muna neyslu fæðutegunda úr jurtaríkinu.



Vistkerafæði byggir á fjölbreyttri fæðu sem er að langmestu leyti úr jurtaríkinu. Mjólkurvörur, kjöt og fiskur er hluti af fæðubringnum en fær mun minna vægi. Mataræðið er sveigjanlegt og tekur mið af þörfum fullorðins einstaklings.

Finna má útarlegar upplýsingar um vistkerafæði á eatforum.org

Danir fara vistkeraleiðina



Neytendablaðið hefur áður fjallað um tillögur EAT-Lancet nefndarinnar en nú hefur dregið til tíðinda. Á síðasta ári voru gefnar út nýjar ráðleggingar í Danmörku undir yfirskriftinni Opinberar ráðleggingar um mataræði – góðar fyrir heilsu og umhverfi og byggja þær að miklu leyti á EAT-Lancet ráðleggingunum. Þessi stefnubreyting verður að teljast fréttæm því neysla Dana á dýraafurðum er mjög mikil og meiri en meðaltalsneyslan í Evrópu. Henni svipar þar mjög til Íslands.

Í lok síðasta árs gaf Loftslagsráð Danmerkur út skýrsluna Klimavenlig mat og forbrugeradfærd (Loftslagsvænt fæði og neysluhegðun). Loftslagsráðið segir hinar nýju mataræðisráðleggingar rétta leið í átt að sjálfbærni og ef farið væri eftir þeim myndi hver Dani að meðaltali minnka matarkolefnisspor sitt um 31–45%. Ef markmiðin eiga að ná fram að ganga þurfa Danir þó að skera verulega niður í neyslu á kjöti og mjólkurvörum og auka neyslu á grænmeti og öðru fæði úr jurtaríkinu. Í nýju ráðleggingunum er fólk hvatt til að borða 600 g á dag af grænmeti, ávöxtum og berjum og ekki meira en 350 g af kjöti á viku. Þá er mælt með neyslu á minnst 75 g af heilkorni á dag og 100 g af baunum.

Ryðja þarf hindrunum úr vegi

Loftslagsráðið danska skoðaði hvaða hindranir stæðu helst í vegi fyrir því að ráðleggingarnar næðu fram að ganga og þar með sá heilsu- og loftslagsávinningur sem lagt er upp með. Danskar rannsóknir sýna að sífellt fleiri neytendur, sér í lagi yngra fólk, vill borða umhverfisvænni mat og minnka kjötneyslu en ennþá er það meira í orði en á borði. Margir þættir hafa þarna áhrif, ekki síst að fólk er almennt vanafast þegar kemur að mataræði og breytir því ekki svo glatt. Þá telja margir að það sé flókið að elda grænmetisfæði og erfitt að finna hráefni. Það hversu fáir borði

loftslagsvænt sé í raun ákveðin hindrun því það viðhaldi þeirri trú fólks að flókið sé að elda fæði úr jurtaríkinu og að maturinn setti ekki eins vel og sé verri á bragðið. Það sé því mikilvægt að „normalísera“ jurtafæði til að ná markmiðunum. Eftir því sem fleiri borða jurtafæði því eðlilegra þykir það.

Loftslagsvæn mótuneyti

Í matvælastefnu Kaupmannahafnarborgar frá 2020 er sett fram það markmið að 70.000 mótuneytismáltíðir á degi hverjum séu loftslagsvænar. Það þýðir að borgin ætlar að minnka kolefnisfótspor máltíða um 25% milli árána 2020–2025. Þessi áform koma í framhaldi af þeirri stefnu borgarinnar að auka hlutfallið á lífrænum mat frá árinu 2001.

Loftslagsráð hvetur ríki og sveitarfélög til að tryggja loftslagsvænan mat í öll mótuneyti á vegum hins opinbera en daglega eru framreiddar 650.000 máltíðir í dönskum mótuneytum á vegum ríkis og sveitarfélaga. Með þessu megi ekki bara minnka neikvæð umhverfisáhrif og bæta lýðheilsu heldur sé þarna tækifæri til að boða fagnaðarerindið, ef svo má að orði komast. Ef breiður hópur fólks fær bragðgóða, nærandi og mettandi grænmetisrétti í mótuneytum sé hægt breyta þeirri fyrirfram gefnu skoðun margra að grænmetisfæði bragðist ekki vel. Þá skipti máli að fólk upplifi að grænmetisfæði sé ekki bara fyrir þröngan hóp fólks sem aðhyllist ákveðna hugmyndafræði.



Loftslagsmerki á mat

Rannsóknir sýna að neytendur vilja kaupa loftslagsvænan mat en skortir upplýsingar. Loftslagsráðið kallar eftir því að stjórnvöld beiti sér fyrir opinberu loftslagsmerki í stað þess að einstaka fyrirtæki setji á fót sín eigin merki. Dönsk rannsókn á neytendahegðun leiddi í ljós að 86% neytenda nýta sér merkingar við matarinnkaup. Flestir leita eftir danska lífræna merkinu Ø og því næst Skráargatinu, sem íslenskir neytendur þekkja vel. Hér má skjóta inn í að lífrænar matvörur voru með 4% markaðshlutdeild árið 2006 en hún var orðin tæp 13% árið 2020. Heilkornamerkið er danskt merki sem er einnig vel þekkt. Árið 2000 borðuðu einungis 7% Dana ráðlagðan skammt af heilkorni en eftir að heilkornamerkið var kynnt til sögunnar jókst hlutfallið í 27%. Loftslagsráðið segir ljóst að opinberar merkingar, sem neytendur treysta, hafi áhrif á neysluhegðun og að ein leið í átt að loftslagsvænni matarvenjum sé innleiðing loftslagsmerkis.

Umhverfisskattur á mat

Ráðið bendir á að út frá loftslagssjónarmiðum ætti verð á vörum að endurspeglja þau loftslagsáhrif sem framleiðslan hefur. Ef losunarskattur væri lagður á mat myndi verð hækka á kjöti og mjólkurafurðum og það hefði áhrif á neytendahegðun. Ráðið viðurkennir þó að útreikningarnir geti verið flóknir en hvetur stjórnvöld til að hefja þá vinnu. Eins segir ráðið mikilvægt að vinna að merkingum sem upplýsi neytendur um loftslagsáhrif matvæla. Það sé flókið verkefni en að sama skapi mikilvægt. Þá gagnrýnir ráðið að mun meira fé sé varið í markaðssetningu á dýraafurðum en jurtafæði. Það vinni beinlínis gegn næringarráðleggingum stjórnvalda og geti ruglað neytendur í ríminu. Skýrsla danska loftslagsráðsins er mjög áhugaverð lesning og á boðskapur hennar allt eins við hér á landi. Skýrsluna má finna á klimaraadet.dk

Vistkerafæði útilokar ekkert

Sævar Helgi Bragason og Þórhildur Fjóra Stefánsdóttir halda úti síðunni vistkerar.is, en þar má finna fróðleik og fjölda girnilegra vistkerauppskrifta. Sævar Helgi segir í samtali við Neytendablaðið að hann hafi fyrst og fremst breytt um mataræði af umhverfisástæðum. Hann neitar sér ekki um neitt en megináherslan er á mat úr jurtaríkinu. „Það sem er svo gott við mataræði vistkera er hversu sveigjanlegt það er, það er fjölbreytt og útilokar ekkert. Hver og einn aðlagar það að sínum þörfum og menningarhefðum.“ Sævar Helgi segir að í upphafi hafi helsta áskorunin verið að læra nýja uppskriftir og finna út hvernig ætti t.d. að matreiða baunir og tofu.

Það hafi verið tímafrekt í byrjun en jafnframt mjög skemmtilegt og vel fyrirhafnarinnar virði. Það komi nefnilega oft í ljós að framandi hráefni er sælkeramat. „Margir eru t.d. smeykir við tofu en það vill svo til að vinsælasta uppskriftin á síðunni er klístrað tofú,“ segir Sævar og hvetur fólk til að kynna sér mataræði vistkerans.



Kolefnisspor Íslendinga of hátt

Mataræði meðal-Íslendinga er ekki mjög loftslagsvænt enda er neysla á dýraafurðum mikil líkt og í Danmörku. Sigurður Loftur Thorlacius umhverfisverkfræðingur hjá Eflu segir útreikninga sýna að kolefnisspor Íslendinga sé of hátt. „Við erum fjarri því að vera á þeirri braut að stöðva hnattræna hlýnun við 1,5°C, sem er markmið Parísarsáttmálans. Losun okkar þyrfti að vera þrefalt lægri. Ef horft er á losun vegna matar sérstaklega, þá veldur kjötneyslan þar stærstum hluta.“ Sigurður segir bestu leiðina til að draga úr kolefnisspori vera þá að minnka kjötneyslu og minnka matarsóun.



Meiri áhersla á sjálfbærni

Neytendablaðið spurði Jóhönnu Eyrúnu Torfadóttur, doktor í lýðheilsuvísindum hjá Embætti landlæknis, hvort komið hefði til tals að breyta næringarráðleggingum á Íslandi í átt að vistkerfæði líkt og Danir hafa nú gert. „Já, það hefur verið rætt en nú bíðum við eftir nýjum norrænum ráðleggingum. Þær eru unnar af sérfræðihópi og þar eigum við Íslendingar okkar fulltrúa. Við vitum að það verður lögð miklu meiri áhersla á sjálfbærni og nú þegar Danir eru búnir að stiga skrefið er viðbúið að horft verði til þeirra.“ Jóhanna segir ráðleggingar hér heima hafa þróast í þessa átt undanfarin ár, þ.e. meiri áhersla á grænmeti, ávexti, heilkorn, baunir og linsur.



Fæstir borða nægt grænmeti

Nýlega voru birtar fyrstu niðurstöður nýrrar könnunar á mataræði Íslendinga sem sýna að hluti landsmanna fær ekki nóg af öllum nauðsynlegum næringarefnum. Grænmetisneysla er langt undir viðmiðum og aðeins 1% þátttakenda borðar ráðlagðan skammt af grænmeti. Hvað varðar ávexti ná aðeins 4% viðmiðinu og ef þetta er tekið saman nær aðeins einn af hverjum 50 ráðleggingunni um samanlagt 500 grömm á dag af ávöxtum og grænmeti. Jóhanna Eyrún segist ugghandi yfir þessum niðurstöðum og sérstök ástæða sé til að beina athyglinni að aldurshópnum 18–39 ára. „Konur í þessum aldurshópi fá síður nóg af mikilvægum næringarefnum á borð við járn, jod, C-vítamín og fólát. Að auki er D-vítamínneysla þeirra að jafnaði undir ráðlagðri neyslu líkt og hjá ungum karlmönnum, sem er sá hópur sem minnst fær af D-vítamíni.“

Gott aðgengi að óhollustu

Aðspurð hvað sé til ráða segir Jóhanna að eitt af því sem þurfi að skoða sé aðgengi fólks að hollari mat og hvort hann sé of dýr. Þá skipti aðgengið að óhollum mat líka máli. Jóhanna nefnir sem dæmi að Birna Þórisdóttir, doktor í næringarfræði, hefur rannsakað hillupláss í verslunum og í ljós kom að helmingi meira pláss fer undir það sem við skilgreinum sem óhollar vörur en þær hollu.

Mestir styrkir fyrir mjólk og kjöt

Mikil neysla á dýraafurðum er eitt af því sem horfa þarf til í baráttunni við loftslagsbreytingar. Um það er ekki deilt. Samt sem áður renna landbúnaðarstyrkir að mestu leyti til framleiðslu á kjöti og mjólk. Á Íslandi fer langstærstur hluti beingreiðslna til kjöts- og mjólkurframleiðslu eða um 90%. Neytendablaðið spurði Svandísi Svavarsdóttur matvælaráðherra hvort ekki þyrfti að endurskoða styrkjakerfið og horfa í meira mæli til loftslags- og lýðheilsusjónarmiða.



Ráðherra svarar því til að mikil tækifæri felist í endurskoðun búvörusamninga sem fram fer á næsta ári og þá verði lögð áhersla á aukna framleiðslu grænmetis. Því markmiði verði náð með föstu niðurgreiðsluhlutfalli á raforkuverði til ylræktar og sérstökum stuðningi við útiræktun. Í tillögu að nýrri landbúnaðarstefnu er meðal annars lagt til að áherslum í styrkjakerfi landbúnaðarins verði breytt og dregið verði úr framleiðslutengingu. Annars vegar verði stutt við búsetu í sveitum, óháð því hvaða framleiðslugrein er stunduð, og hins vegar verði aukin áhersla lögð á jarðrækt og aðra landnýtingu, landvörslu og loftslagsmál. Jafnframt segir í svari ráðherra að stuðningskerfi landbúnaðarins verði að fela í sér græna hvata þannig að þeim sem stunda loftslagsvænni landbúnað sé umbunað.



Lentir þú í vandræðum

í ferðalagi eða vegna kaupa á vöru í Evrópu?

Evrópska Neytendaaðstoðin (ECC) á Íslandi veitir ókeypis ráðleggingar, upplýsingar og aðstoð þegar neytendur lenda í vandræðum vegna viðskipta yfir landamæri innan Evrópu.



www.eccisland.is

Guðrúnartún 1, 105 Reykjavík

S: 545-1200

ecc@eccisland.is

ECC á Íslandi er hýst hjá Neytendasamtökunum

Að hluta til fjármagnað
af Evrópusambandinu

