Råd&Rön

ALLTID PÅ KONSUMENTENS SIDA • NR 10 • DECEMBER 2007 • ÅRGÅNG 50 • PRIS 40:–

KÖTTBULLAR
se upp med kötthalten

BUBBEL I GLASET
tre kolsyremaskiner testade

KUNDKORTEN
förmån eller fälla?

Djurklappar

för allergiker

TEST: Ansiktskrämer för män 4 • Kolsyremaskiner 16
Slalomskidor 20 • Högtalare 28 • Mediespelare 32

Sveriges Konsumenter

Nr 10 | 2007

TESTER

4 Ansiktskrämer för män
16 Kolsyremaskiner
20 Slalomskidor
28 Högtalare
32 Mediespelare



ALLMÄNT

9 Djur för allergiker
12 Sjuk av hårfärgen
13 GRANSKNING: Köttbullar
24 Barn och internet
33 Oljepalmen hotar regnskogen
34 Dyra krediter hos kundklubbarna
36 Chockräkning efter nedladdning
37 Het debatt om konstgjort socker
39 Saltade fakturaavgifter
40 Årets tester

VARJE NUMMER

3 Ledare
18 Notiser
27 Krönika
41 Läsarbrev
44 Fall från Allmänna reklamationsnämnden

AKTUELLT PÅ WEBBPLATSEN: www.radron.se



FÄRSKA KONSUMENTNYHETER. På www.radron.se hittar du varje dag färska konsumentnyheter.

FLER TESTER. På www.radron.se kan prenumeranter ta del av ytterligare tester, som inte har inte publicerats tidigare i tidningen. Här finns bland annat test av dammsugare, mobiler och hemmabiosystem. Vi fyller löpande på med fräscht innehåll.

ARTIKELARKIV. Prenumeranter kan läsa tidigare publicerat material.

LÖSENORD. Aktuellt lösenord till Råd & Röns artikelarkiv: **rowd3**

Råd&Rön Ges ut av Råd & Rön AB, helägt dotterbolag till Sveriges Konsumenter

Postadress: Box 6086, 102 32 Stockholm **Besöksadress:** Sveavägen 90
Telefon: 08-674 43 10 **Telefax:** 08-674 43 25
E-post: radron@radron.se **Webbplats:** www.radron.se

REDAKTIONEN



CARINA LUNDGREN
Chefredaktör, ansvarig utgivare
carina.lundgren@radron.se



BEATRICE PALM
Redaktionschef
beatrice.palm@radron.se



CRISTINA FARM
Journalist
cristina.farm@radron.se



HELÉNE GÖTBERG
Journalist
helene.gotberg@radron.se



SVEN OLOV KARLSSON
Journalist
svenolov.karlsson@radron.se



MARIA NÖJD
Journalist
maria.nojd@radron.se



SANNA ARNDT
Webbredaktör
sanna.arndt@radron.se



RONNY KARLSSON
Testkoordinator
ronny.karlsson@radron.se



GÖRAN TERSMEDEN
Marknadschef
goran.tersmeden@radron.se



YLVA STRÅHLE
Assistent
ylva.strahle@radron.se

PRENUMERATION

Prenumeration ett år/10 tidningar kostar 240 kronor. Angivna priser gäller endast inom Sverige. För prenumeranter i utlandet gäller andra taxor. Taltidning, inom Sverige 240 kronor.

För prenumeration kontakta: Titeldata AB, 112 86 Stockholm.
Telefon: 0770-45 71 45 Telefax: 08-652 03 00
Online-kundtjänst: www.prenservice.se
Kundtjänst öppen mån.–fre. 08.30–16.00

RÅDGIVNING

Vill du ha hjälp i konsumentfrågor, vänd dig till kommunens konsumentvägledning, som du når genom kommunens telefonväxel.

Omslagsfoto: Jenny Gaulitz
Layout: Mattias Lundqvist/The Factory of Design
Repro och tryck: Elanders Gummessons AB

Redaktionen ansvarar inte för material som insänts utan att vara beställt.

© Råd & Rön 2007. Eftertryck av artiklarna, helt eller delvis, är förbjudet.

Håll koll på ingredienserna

Det är brist på ekologisk mat. Kunderna vill köpa mer än vad som finns. Det är glädjande, tycker jag. Äntligen visar vi konsumenter att annat än ett lågt pris är viktigt.

Många är beroende av färdiglagad mat för att få vardagen att funka. Därför är det viktigt att den maten håller bra kvalitet. Det kan också vara svårt att avgöra kvaliteten på färdigmat. Du som lagar maten från grunden har koll på vilka ingredienser du använder.

I detta nummer har vi tittat närmare på kvaliteten på färdiglagade köttbullar. De är ju basmat vinter som sommar, både till vardag och till fest. På julbordet dyker de garanterat upp.

Vår granskning är omfattande, 25 märken, och resultatet väcker frågor.

De två magraste köttbullarna är dyrast. Det vore helt i sin ordning om bullarna höll hög kvalitet. Men granskningen visar att bägge dessa köttbullar innehåller mindre kött än de flesta övriga märken. I stället har tillverkarna fyllt köttbullarna med potatis och vatten, dessutom är köttråvaran gris och inte nöt som är dyrare.

Resultatet visar att det finns många bra färdiglagade köttbullar. De innehåller mycket kött och få tillsatser. Men det finns också köttbullar med lågt köttinnehåll och mycket tillsatser. Så det gäller för dig att hålla ett öga på ingredienslistan.



FOTO JENNY GAULITZ

Inom kort kommer vi äntligen att sjösätta vår nya webbplats. Äntligen skriver jag eftersom min förhoppning var att webbplatsen skulle ha varit på plats redan tidigare i höstas.

På den nya webbplatsen sätter vi testerna i fokus. Vi vet att ni prenumeranter och de besökare som köper tillfälliga inloggningar är mest intresserade av Råd & Röns tester.

Testresultaten kommer att presenteras på ett nytt sätt. Du kommer exempelvis själv att kunna välja vilka modeller du vill jämföra. Du kanske står i begrepp att köpa en ny tv och enbart är intresserad av skärmar av en viss storlek eller så är det mobiler med bra kameror du vill jämföra.

En del av er tycker att vår inloggning är krånglig. Vi har lyssnat på era synpunkter och förenklat inloggningen på den nya webbplatsen. Du som ska logga in kommer i fortsättningen att få uppge prenumerantnummer samt postnummer. Lösenord som ändras blir alltså historia.

Råd & Röns allra första nummer kom ut i augusti 1958. Nästa år fyller alltså Råd & Rön 50 år. Vi kommer att uppmärksamma detta på olika sätt.

Hör gärna av er, ni som hängt med oss i många år! □

"De två magraste köttbullarna är dyrast. Det vore helt i sin ordning om bullarna höll hög kvalitet."



FOTO STEFAN BOHLIN

Carina Lundgren
Chefredaktör

Smörj dig som en karl

Råd & Rön har testat sju ansiktskrämer för män och gått på ansiktsbehandling. I testet vann en av de billigaste krämerna, medan en annan helt saknade återfuktande effekt.

Förr behövde en karl bara ha en ärlig uppsyn och vara någorlunda hel och ren. I dag pysslar allt fler män om sin hud och sitt hår i en omfattning som tidigare var förbehållen kvinnor. Trenden kallas grooming: män som, gärna med dyra och väldoftande medel, rensar huden från flagor, finnar, oönskat hår och från minsta spår av smuts. Samt vårdar ansiktet med återfuktande hudkräm.

Det finns ett snabbt växande utbud av ansiktskrämer särskilt för män, i burkar och tuber som utstrålar sportig och exklusiv maskulinitet. Men är förpackningen den enda skillnaden? Nej, manlig hud har andra behov än kvinnlig. Generellt sett har män betydligt grövre, tjockare och fetare hy än kvinnor. Så om man använder en kraftigt återfuktande, läs ”kvinnlig” hudkräm, kan hyn bli blank och överfettad med finnar eller igensatta porer till följd.

Vet vad de behöver

– De flesta killar som köper ansiktskrämer och liknande är i 25–35-årsåldern och vet vad de behöver, säger Oskar Kahn på Åhléns kosmetikaavdelning i Stockholm. Men många verkar välja en manlig ansiktskräm mest för att burken eller tuben i badrumsskåpet inte ska se för feminin ut.

Många badhus och spa-salonger erbjuder ansiktsbehandlingar särskilt för män, som Åhléns Stockholm Day Spa. Där provade vi salongens billigaste och kortaste ansiktsbehandling för män, 25 minuter för 525 kronor. En mer omfattande variant kostar 850 kronor, då får man pormaskarna klämda också.

Marie Karlsson är utbildad hudterapeut och gör ungefär åtta ansiktsbehandlingar om dagen, men bara ett par tre kunder per vecka är män.

– Oftast är det deras fru eller flickvän som tar med dem hit, säger hon. Ibland är det yngre killar som tas hit av sin mamma för att de har acneproblem. Men många återvänder sedan på egen hand. De flesta som går till oss på eget initiativ brukar vara mycket insatta i hur man vårdar huden och ansiktet.



Med ett literpris på 7 000 kronor är Boss den absolut dyraste krämen i vårt test. Däremot inte den bästa.

För mig är detta första gången. Marie Karlsson granskar mitt ansikte och förklarar att hyn är den vanliga blandtypen: torra kinder, fet näsa och fet panna. På plussidan nämner hon små porer.

Hon skriver också en lista över olika produkter jag bör köpa och använda: rengöringsgel, en återfuktande dagkräm som även duger till natten, en multivitaminspäckad ögonkräm och en särskild peelingkräm innan rakningen eller en gång i veckan.

Behaglig behandling

Och en ny ansiktsbehandling rekommenderas var åttonde vecka. Det lär knappast bli av, men det var behagligt att vila till avslappnande musik medan Marie Karlsson bearbetade ansiktet och halsen med rengöringsgel, skrubbade huden ren med peelingkräm och lade en illgrön ansiktsmask. Som avslutning smorde hon in hyn med återfuktande ansiktskräm. Efteråt var ansiktet möjligen lenare och absolut blankare än till vardags.

I vårt test ställde 165 män i åldrarna 30 till 65 år sina ansikten till förfogande i en månad. De smorde in sig morgon och kväll, den ena ansiktshalvan med någon av krämerna i testet och den andra med en standardiserad icke-kommersiell kräm som används i internationella hudkrämstester. Innan kvällens smörjning tvättade testpersonerna ansiktet med en standardiserad ansiktsrengöring, till morgontvätten användes bara vatten. Testpersonerna fick inte använda andra hudvårdsprodukter under tiden, som solskyddsmedel, inte heller hudläkemedel, som acnemedicin.

Få fick besvär

Ingen behövde avbryta testet för att man inte tålde sin hudkräm. De flesta fick inga negativa reaktioner alls. Men två av Biotherm Homme Aquapowers testpersoner fick en kort, brännande känsla strax efter att de smort in ansiktet. En av Niveas testpersoner drabbades också av det, tillsammans med viss rodnad. Och en av Body Shops testpersoner fick svag klåda i ansiktet några timmar efter att ha smort in krämen.

Krämernas fuktgivande effekt jämfört med standardkrämen granskades och mättes med maskinella mätningar. Innan och under testet mättes testpersonernas ansiktshud med corneometer, ett kamerainstrument som tar tredimensionella närbilder av huden. Bilderna analyserades i dator för att granska om antalet linjer och märken i huden ökat eller minskat.

Testpersonerna fick också fälla egna omdömen om krämernas effekt ifråga om slät- och mjukhet och om hur krämerna kändes och doftade. Där fick Body Shops kräm bättre betyg än i den maskinella mätningen.

De flesta ansiktskrämer för män kostar runt en eller några hundralappar.

TEXT **SVEN OLOV KARLSSON**
FOTO **JOHAN BERGMARK**

TESTRESULTAT ▷

Att få ansiktet behandlat av en hudterapeut motverkar acne och orena porer. Många män som en gång provat ansiktsbehandling fortsätter med det.





Tillverkare Produkt	ACO Cliniderm For men Instant moist face cream	Shiseido men Moisturizing Emulsion Fluide Hydratant	Nivea For Men Skin Essentials Energising Creme Q10	Boss Revitalizing Moisture Cream
Samlat betyg	69	68	65	63
Pris, cirka	120:–	365:–	110:–	350:–
Literpris	2 400:–	3 650:–	2 200:–	7 000:– DYRAST
Fuktgivande effekt, betyg	8	8	6	7
Effekt, betyg	5	5	7	6
Mjukhet efter 4 timmar	3	2	6	5
Mjukhet efter 4 veckor	5	5	7	9
Släthet efter 4 timmar	4	3	6	5
Släthet efter 4 veckor	6	7	7	7
Känsla i huden efter 4 veckor	5	5	6	7
Kosmetisk kvalitet, betyg	8	7	8	8
Konsistens	9	6	9	9
Svalkande effekt	5	4	5	5
Doft	8	9	9	9
Ingredienser, betyg	6	4	4	3
Allergena ämnen	7	3	3	3
Misstänkt hormonstörande ämnen	3	7	3	3
Miljöbelastande ämnen	7	3	7	3
Förpackningens storlek	50 ml	100 ml	50 ml	50 ml

Vad säger tabellen?

Testet har utförts av Råd & Rön i samarbete med den internationella testorganisationen ICRT.

Samlat betyg: Anges på en 100-gradig skala där 1 är sämst och 100 bäst.

Betyget är inte en sammanräkning av de olika underbetygen utan viktas enligt följande: Fuktgivande effekt jämfört med standardkrämen, 60 procent, effekt enligt testpanelen, 21 procent, kosmetisk kvalitet enligt testpanelen, 9 procent, ingredienser, 10 procent.

Pris: Från respektive leverantör under oktober 2007.

Literpris: Beräknat efter priset per förpackning.

Fuktgivande effekt: Maskinellt mätt med corneometer och jämförd med effekten av en icke-kommersiell standardiserad hudkräm.

Effekt: Hur mycket mjukare och slätare testpersonerna tyckte att huden hade blivit 4 timmar respektive 4 veckor efter att man smort in ansiktet, samt hur huden kändes efter 4 veckors behandling.

Kosmetisk kvalitet: Vad testpersonerna tyckte om krämernas konsistens när de smorde in sig, samt om krämerna svalkade ansiktet och hur krämerna doftade.

Ingredienser, betyg: Tillverkarens uppgifter i innehållsförteckningen granskades ifråga om allergena, misstänkt hormonstörande och miljöbelastande ämnen. Ju lägre betyg desto fler misstänkta ämnen.

Förpackningens storlek: Tillverkarens uppgift.







L´Oréal Men expert Pure & Matt Anti-Shine Moisturing Gel	Biotherm Homme Aquapower	The Body Shop For Men Face Protector
51	48	35
100:–	355:–	150:–
2 000:–	4 733:–	1 500:–
4	4	2 VERKNINGSLÖS
6	6	7
5	6	5
8	7	8
4	6	6
9	7	9
6	6	6
8	9	7
8	9	8
8	8	5
9	9	9
4	3	4
3	3	3
3	3	3
7	3	7
50 ml	75 ml	100 ml

Kemikalier som kan störa hormonerna

I testtabellen har ”misstänkt hormonstörande ämnen” en egen rad. Med det menas parabener, en grupp kemiska ämnen som får användas i livsmedel. Parabener är det vanligaste konserveringsmedlet i kosmetika och kan tas upp via huden. Enligt EU:s vetenskapliga kommitté för kosmetika, SCCP, är det möjligt att parabener påverkar kroppen som ett hormon, eller tvärtom hindrar kroppen att reagera på riktiga hormon.

Alla testade ansiktskrämer utom Shiseido Men innehöll parabener. Tre krämer innehöll ”bara” propylparaben medan L´Oréal även innehöll butylparaben. Biotherm Homme och The Body Shop innehöll både propyl-, butyl- och isopropylparaben.

Kort om testet

Bäst fuktgivande effekt har **Shiseido Men** och testvinnaren **ACO Cliniderm**. Den senare fick nästan dubbelt så högt totalbetyg som den som kom sist, **The Body Shop**, vars fuktgivande effekt var betydligt sämre än standardkrämens. Mätningarna visade att ingen återfuktning hade skett överhuvudtaget.

När det gäller innehållets andel av miljö- och hälsopåverkande ämnen blev resultaten överlag ganska skrala, många treor och fyror. Bäst betyg blev en sexa till **ACO Cliniderm**, som innehöll minst allergena ämnen av de testade krämerna. **Shiseido Men** innehöll minst hormonstörande ämnen.

Ifråga om doft fick alla högsta betyg, 9, utom **ACO Cliniderm** som fick en 8. Även ifråga om kosmetisk kvalitet var testpanelen generös, alla krämer fick 7 eller 8 utom **Biotherm Homme**, som ståtar med högsta betyg, 9.

Leverantörer

ACO Cliniderm: 08-59 00 29 00, www.aconordic.com

Boss: 040-311 50, www.boss-skin.com

Biotherm Homme: 08-586 152 00, www.biothermhomme.com

L´Oréal: 08-586 152 00, www.lorealparis.se

Nivea: 031-799 08 00, www.nivea.se

Shiseido Men: 08-564 889 00, www.shiseido-europe.com

The Body Shop: 08-442 43 40, www.thebodyshop.se

Jakten på naturlig hudkräm

Skönhets- och hudvårdsprodukter får kallas naturliga eller ekologiska även om det naturliga innehållet är marginellt. Vi visar vilka symboler du bör kika efter i snårskogen av miljömärkningar.

Det är allmänt känt att kroppen tar upp de ämnen man smörjer in sig med. Därför satsar hudvårds- och kosmetikatillverkarna på allt från gröna förpackningar till att kalla varor naturliga eller ekologiska. Den sista beteckningen betyder att råvaran har framställts utan miljöbelastande ämnen som konstgödning eller bekämpningsmedel. Men EU-förordningen för ekologiska varor gäller bara livsmedel, inte hudvårdsprodukter eller kosmetika. Därför får de senare kallas ekologiska utan att man specificerar hur stor den ekologiska andelen är. Ett aktuellt exempel är Åhléns produktserie Oliv naturell med ekologisk olivolja.

– Men diskussioner pågår om att bredda EU:s ekologiska certifieringskrav till att även gälla hudvård och kosmetika, säger affärsområdeschefen Ewa Bellbrant på Krav. Visst är det bra om produkterna blir lite mer ekologiska, men det måste vara trovärdigt.



Många kosmetika- och hudvårdsproducenter profilerar sina varor som naturliga eller ekologiska. Åhléns hudvårdsserie Oliv naturell är ett exempel.

Flera märkningar

Hur ser utbudet ut i dag då? Om hudvårdsprodukten saknar miljömärkning vet vi bara att varan inte överskrider EU: s gränsvärden för giftighet. Sedan finns en rad etablerade märkningar, som Svanen. Den och många fler finns i Konsumentföreningen Stockholms lista Märkesguiden över etablerade svenska och internationella miljömärkningar.

Föreningens ordförande Louise Ungerth menar att naturligheten i kosmetika och hudkrämer i varierande grad är en illusion.

– Allting påverkar i någon mån miljön eller din kropp, säger hon. Frågan är hur mycket företagen rider på naturlighetsbegreppet i sin reklam. Vår rapport om kosmetik i fjol visade att marknadsföringen av antirynkkrämer ofta innehåller vetenskapliga uttryck som varken är välgrundade eller säger konsumenterna något. På samma sätt påstår ofta företagen att produkterna är ekologiska eller naturliga.

Många konsumenter söker rena, ekologiska hudvårdsprodukter eftersom de har astma eller är allergiker.

– Men ofta har våra medlemmar svårt att hitta produkter de verkligen tål, säger Astma- och allergiförbundets marknadschef Jan Olson. Många ekologiska produkter är värdelösa för våra medlemmar på grund av att varorna är parfymerade, vilket kan vålla luftvägs- och kontaktrelaterade problem. Men eftersom parfymbranschen saknar full öppenhet, kanske av tradition, är det svårt för oss att få insyn i produkternas innehåll. Det börjar dock bli bättre, EU tvingar fram ökad öppenhet även där.

På Astma- och allergiförbundets webbplats finns en kort lista över rekommenderade hygienprodukter som lotion och liknande. Urvalet görs genom att förbundet granskar innehållsförteckningarna och besiktigar produkterna.

– Vid behov begär vi kompletterande information av tillverkarna, säger Jan Olson. Vi granskar hudvårdsartiklar lika hårt som andra produkter utifrån astma- eller allergisynpunkt. Ett av kraven är frånvaron av parfym.

Apoteket säljer inga miljömärkta hudvårdsprodukter, men granskar allt i egenvårdssortimentet ur miljösynvinkel.

– Många kunder har känslig hud eller är allergiker, så våra laboratorier kontrollerar produkterna noga ifråga om parfymer eller konserveringsmedel, förklarar Fredrik Söderberg, vd på Apotekets dotterbolag Adara AB. □

TEXT OCH FOTO **SVEN OLOV KARLSSON**

Några vanliga miljömärken

Det finns många miljömärkningar i hyllorna med hudvårdsprodukter. Här är några etablerade sådana:

Svalan
Astma- och allergiförbundets egen märkning. Får bara användas på produkter som är fria från allergiframkallande ämnen. Märket är en vägledning men ingen garanti för att den märkta produkten inte kan orsaka problem.
www.astmaoallergiforbundet.se

Bra Miljöval
Svenska Naturskyddsföreningen ger märket till hygienprodukter de finner så skonsamma mot miljön som möjligt. I dag finns tvålar och schampon med märket, men inga hudkrämer.
www.snf.se

Svanen
Nordens officiella miljömärkning. Varor kan erövra märkningen efter hård granskning av miljöpåverkan från råvara till avfall. Svanen-märket ställer även höga, kontinuerligt skärpta, krav på funktion och kvalitet.
www.svanen.nu

EU-blomman
EU-kommissionens officiella miljömärkning, som är likvärdig med Svanen.

Soil Association
En brittisk, mycket sträng miljömärkning för såväl livsmedel som hälso- och skönhetsprodukter. Varorna ska innehålla minst 70 procent ekologiska ingredienser.
www.soilassociation.org

BDIH
En tysk miljömärkning som en sammanslutning av producenter och distributörer av bland annat läkemedel, kosmetika och hygienprodukter har enats om. Bland annat är syntetiska doft- och färgämnen förbjudna.
www.bdih.de



En kompis utan päls

För många förblir drömmen om en egen katt eller hund blott en dröm. Några allergisäkra hundar och katter existerar inte. Däremot finns det numera ganska gott om alternativ, som kelsjuka skäggagamer och blyga eremitkräftor.

Egen hund, katt, kanin eller dvärghamster toppar många barns önskelistor till julen. Allergiska barns – och kanske vuxnas – längtan efter ett djur gör att vissa försöker sig på mer ”allergivänliga” raser som nakenhundar och pudlar. Frågar man läkarna blir det krassa svaret att det inte finns några allergisäkra pälsdjur. Risken är därför att man måste göra sig av med djuret när man inte tål det.

– Min erfarenhet är att man ofta utvecklar allergier även mot andra djur om man är pälsdjursallergiker, säger Anna Chressman på Iguana Zoo i Stockholm.

Vill ha kroppskontakt

Här finns ett stort utbud av allergisäkra husdjur vid sidan av de traditionella: ödlor, ormar, sköldpaddor, eremitkräftor, fiskar och vandrande pinnar. Alla går inte att klappa på men en del vill gärna ha kroppskontakt och komma upp i knäet eller innanför tröjan. Majsormen njuter exempelvis av vår kroppsvärme och är dessutom tålig och mer lättskött än ödlor och andra reptiler. Till nackdelarna hör att den ska matas med möss. I början vill den ha en mus i veckan och senare runt 2–3 i månaden. De flesta köper frysta möss som tinas innan ormen får dem.

Reptiler hör till de dyrare alternativen av allergisäkra djur. Ska man skaffa en reptil behöver man läsa på en del i förväg för att kunna ta hand om den. Till de mest populära sorterna hör skäggagamen, en pigg och social ödla som helst vill vara med överallt.

– Nästan irriterande social, tycker Anna Chressman, som är mer katt- än hundmänniska och förtjust i svårflörtade djur.

Till dem hör inte skäggagamen som i princip föds tam.

Alla reptiler behöver ett terrarium med UV-ljus och värme eftersom de härstammar från betydligt varmare klimat.

– Den första frågan man ska ställa sig innan man köper ett djur är om man är beredd att ta ansvar för djuret under hela dess liv, med allt vad det innebär, säger Anna Chressman.

Jordbruksverkets föreskrifter för hur husdjur ska skötas, till exempel minimått för terrarier och akvarier, gäller från och med 1 september i år även för husdjur i hemmet. De små, vrålgulliga, skäggagamerna i terrariet, nu knappt 15 centimeter långa, kommer att växa upp till en halvmeters storlek och behöver därför ett terrarium som är minst en och en halv meter långt. Dessutom äter de insekter – något som inte uppskattas av alla – och med god aptit. Eftersom de äter mycket och gärna måste de aktiveras för att inte bli för runda.

– Jag skulle gissa att många skäggagamägare går ut och håvar kryp eller insekter på sommaren eftersom ödlorna kan bli rätt så dyra i drift.

Måste vänja sig

På väggen mittemot finns några mindre utrymmeskrävande ödlesorter. De är nattdjur och går knappt att få en skymt av så här mitt på dagen, utan vaknar till först senare på eftermiddagarna. Här trynar den brun-vitfläckiga tjocksvansgeckon som blir upp till 25 centimeter lång. Den måste tränas för att bli tam, men som ägare har du tid på dig eftersom tjocksvansgeckon kan bli 15–20 år gammal. Strax intill sover den populärare leopardgeckon som liknar tjocksvansgeckon i beteende och behov men som har lite distinktare färger. Båda är insektsätare.

– Hamstrar är faktiskt också nattdjur och behöver vänjas successivt vid människor, men det tänker inte alla på, säger Anna Chressman.

Daisy, en grekisk landsköldpaddsflicka, har vält omkull i glasburen strax intill och ▷

▷ kämpar febrilt för att komma på fötter igen.

Sköldpaddor är snälla och trevliga djur att ha att göra med. De kan visserligen bita till ordentligt med näbben om de blir upprörda, men det händer sällan. Dessutom är de väldigt långsamma. Hör sköldpaddan till en utrotningshotad art, som Daisy, ska det finnas papper på att den fötts upp i fångenskap. Dessutom ska alla sköldpaddor över en viss storlek vara försedda med ett mikrochip för identifiering.

– Den som skaffar en landsköldpadda tar på sig ett jätteansvar eftersom de lever i minst 60–70 år.

Landsköldpaddor mår inte bra av kyla utan behöver ett terrarium med ljus och värme att krypa in i. Att bara ha en plats på golvet duger inte.

Svälter ihjäl ute

De betydligt billigare vattensköldpaddorna, som bor i akvarier, råkar ofta illa ut när privatpersoner som tröttnat på dem sätter ut dem i naturen. Vid köpet kan de vara små som en femkrona men på vuxna vattensköldpaddor kan bara skalet bli upp till 30 centimeter långt. Inte lika gulligt längre, tycker många.

– Vattensköldpaddor som sätts ut far mycket illa och svälter ihjäl efter en tid. Vill man absolut bli av med djuret kan man försöka ringa runt till zoobutiker som ibland kan ta emot djur. I annat fall får man gå till veterinären och avliva dem.

– Jag tycker att det är tråkigt att många ser de här djuren som prylar och inte som levande varelser. Många tror att reptiler är helkorkade men det är verkligen inte sant. Vattensköldpaddor är faktiskt också mycket sociala varelser.

Anna Chressman berättar om en familj som tog med sin vattensköldpadda på badutflykten. Sköldpaddan simmade efter dem ut i vattnet eftersom den var så fäst vid pojken i familjen.

God hygien

Förutom att se till att djuren får den utrustning, kost och omvårdnad som de behöver är det viktigt att tänka på god hygien. Salmonella förekommer naturligt hos reptiler utan att de är sjuka. Utrustningen ska därför rengöras på en särskild plats med särskild borste. Efter att ha hållit i djuren ska man tvätta händerna.

– Har man riktigt små barn hemma är det viktigt att se till att de inte rotar omkring i terrariet. Jag har själv aldrig träffat någon som har smittats av sitt husdjur, men har läst om det på nätet.

Hur dyrt och heligt barnen än lovar att själva sköta djuren är det alltid du som vuxen som har huvudansvaret.

Akvariefiskar är relativt lättskötta och dessutom vackra och fascinerande att titta på. Många som skaffar akvarium blir entusiaster och skaffar mer och mer exotiska sorter. En före detta medarbetare var så fäst vid sina fiskar att han satte upp bilder på dem vid sitt arbetsbord och gärna berättade historier om fiskarna vid kaffebordet när andra pratade om sina barn, med en viss glimt i ögat förstås.

Större är lättare

Fiskarna kan kosta från runt tio kronor och uppåt. De flesta vanliga akvariesorterna ligger på runt 30 kronor styck.

– Många nybörjare skaffar ett litet akva-



Skäggagam

Den här krabaten kan bli upp till en halvmeter lång.

Det betyder att den behöver ett stort terrarium, minst 0,9 m² stort. När den brusar upp blåser den upp skägget under hakan och det blir svartfärgat. Lever runt 7–8 år.

Pris: Cirka 1 000 kronor.

Utrustning: Terrarium med tillbehör cirka 6 000–7 000 kronor.

Foder: Cirka 100 kronor per vecka.



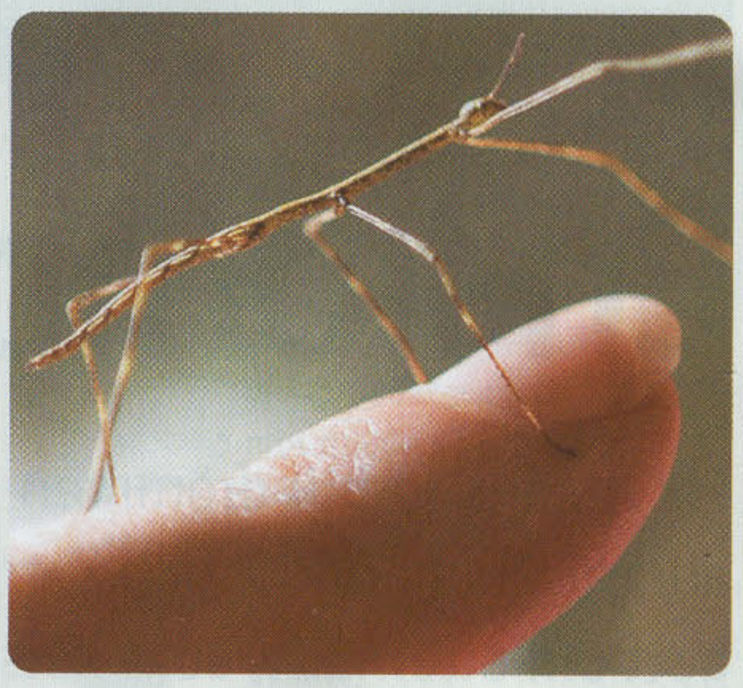
Majsorm

Majsormar kan bli upp till två meter långa och kräver ganska mycket utrymme. De är helt ofarliga och mycket tåliga och kan bli upp till 20 år gamla.

Pris: Cirka 600–700 kronor.

Utrustning: Terrarium med tillbehör cirka 4 000 kronor.

Foder: Cirka 12–25 kronor per vecka.



Vandrande pinnar

Populära och billiga att köpa och ha. Eftersom de är självförökande har man snart en hel drös. Man kan ta ut dem ur terrariet men de är ömtåliga och knappast något att gosa med. Blir upp till 12 cm långa. Eftersom de ömsar skinn behövs en glasburk eller ett terrarium som är dubbelt så stort som pinnarna. Äter sallad, rosenblad, björnbär och hallon. På sommaren kan man stoppa ner lite grönt från trädgården.

Pris: Cirka 25 kronor styck.

Utrustning: Terrarium i glas eller plast eller en riktigt stor glasburk med lock. Från noll kronor till några hundralappar.

Foder: På sommaren gratis om du plockar kvistar och blad ute. Annars knappt 10 kronor per vecka beroende på vad pinnarna får att äta.



Tjocksvansgecko

Brun-vitfläckig ödla som är en nattaktiv insektsätare. Blir upp till 25 centimeter lång. Kan leva runt 15–20 år. Ödlan måste vänjas vid människor successivt och är betydligt mer svårflörtad än skäggagamen.

Pris: Cirka 800 kronor.

Utrustning: Terrarium med tillbehör cirka 3 600 kronor.

Foder: Cirka 50–60 kronor per vecka.



Eremitkräfta

Mycket snäll men också mycket stark, visar det sig när den kniper till sig låsregeln av metall ur AC Chressmans hand. Och vägrar släppa greppet om den. Vill alltid ha ett skal att krypa in i och byter ut det allt eftersom den växer. Äter lite av varje, som matrester, gärna spagetti, fiskmat och grönsaker.

Pris: Cirka 100 kronor.

Utrustning: Terrarium i plast eller glas med belysning, delvis vattenfyllt, från några hundralappar och uppåt.

Foder: Knappt 10 kronor per vecka, beroende på vad den får.

Leopardgecko

Liknar tjocksvansgeckon i egenskaper och beteende men är mer populär, antagligen för att den har häftigare färger. En nattaktiv insektsätare som kan bli över 20 år gammal.

Pris: Cirka 650 kronor.

Utrustning: Terrarium med tillbehör cirka 3 600 kronor.

Foder: Cirka 50–60 kronor per vecka.



Vattensköldpadda

Kan växa från en femkronas storlek till 30 centimeter. Då tycker många att de inte är så gulliga längre, därför dumpas de ofta ute i naturen där de far illa. Kan bli 30–35 år.

Äter pellets, räkor och grönt.

Pris: Cirka 200–300 kronor.

Utrustning: Akvarium med tillbehör cirka 6 000 kronor.

Foder: Cirka 35 kronor per vecka, beroende på vad den får.





Grekisk landsköldpadda

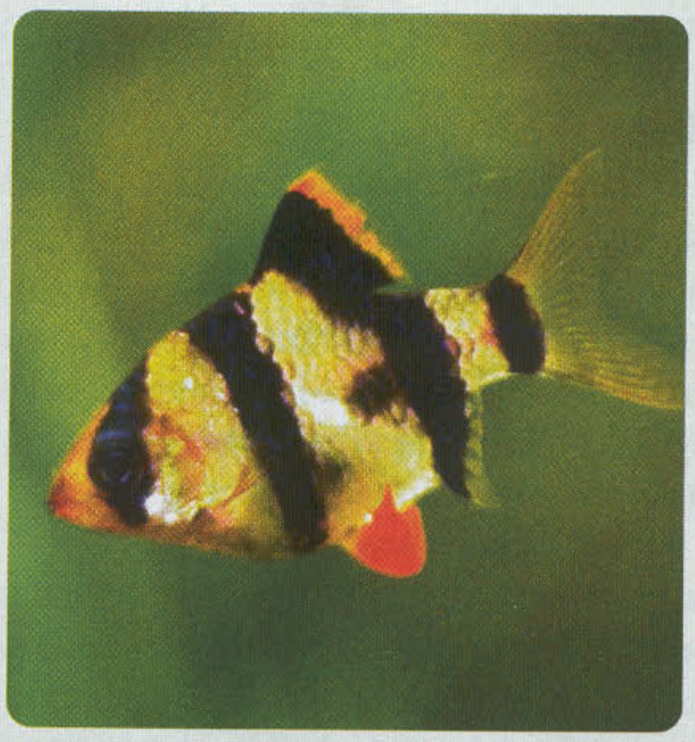
Räkna med att landsköldpaddan lever 60–70 år, minst.

Äter grönsaker som hö, gräs, maskrosblad och pellets. Behöver extra vitamin och kalk.

Pris: Cirka 2 500–3 000 kronor.

Utrustning: Terrarium med tillbehör cirka 6 000 kronor.

Foder: Cirka 25 kronor per vecka.



Akvariefiskar

Ett akvarium är vackert att titta på och inte särskilt krångligt att sköta. Man ska byta ut en del av vattnet varannan vecka om akvariet ska hålla sig fräscht.

Pris: Från cirka 10 kronor per fisk.

Utrustning: Akvarium med tillbehör från cirka 1 000 kronor och uppåt.

Foder: Cirka 5 kronor i veckan för ett litet akvarium.

rium till för att de tror att det är mer lättskött. Men det är faktiskt enklare att sköta ett större akvarium som lättare får rätt bakteriebalans, säger Anna Chressman.

Ännu billigare alternativ är vandrande pinnar och eremitkräftor, för den som inte vill satsa så mycket pengar och utrymme. □

TEXT **MARIA NÖJD**

FOTO **JENNY GAULITZ SAMT SCANPIX**

Glöm inte kringkostnaderna

Förutom inköp av djuret och utrustningen tillkommer andra kostnader. UV-ljus och värmelampor drar exempelvis en del extra el. Djuren behöver ofta extra näringstillskott och vitaminer, utöver kosten som kan vara rätt dyr, särskilt för reptiler. Räkna också med utgifter för veterinärbesök. Vill du försäkra ditt djur kan det vara smart att räkna in den kostnaden i husdjursbudgeten.

Märta blev sjuk av hårtoningen

För Märta Olson, 15, slutade toningen av håret med ett besök hos jourläkaren. Hela ansiktet var uppsvullet. Flera veckor senare förvärrades utslagen igen och kröp ner över bröstet och armen.



Som Råd & Rön berättade i förra numret är många hårfärger rena häxbrygderna, fulla av allergiframkallande ämnen. Märta Olson, 15, fick en svår allergisk reaktion i ansiktet och på halsen efter att ha tonat håret svart. Trots flera veckors medicinering har besvären fortfarande inte gett med sig.

När Märta var sex år fick hon och hennes syster hennatatueringar målade på huden under en semester på Rhodos. Senare på kvällen fick de rodnader och brännblåsor på huden där tatueringen målats. På Märta bildades ett ärr som satt kvar länge.

Hemma i Sverige visade ett lapptest hos läkaren att Märta reagerade på vissa färgämnen. Eftersom hon reagerade så snabbt på hennatatueringen var hon förmodligen allergisk redan innan. Det tar åtminstone några veckor att utveckla en kontaktallergi, från första kontakten tills reaktionen kommer. När man väl är allergisk kommer reaktionen snabbare.

Ville tona håret

Hittills har Christina Olson sagt nej när Märta tjatat om att få tona håret. Men under höstlovet gav hon med sig.

– Jag tänkte att det här med lapptestet var så länge sedan. Och Märta har inte haft några besvär. Hennes syster har färgat håret många gånger utan att reagera.

Märta Olson prövade först en svart toning som skulle sitta i fyra tvättar men som inte tog. Dagen efter tonade hon om håret med ett preparat som skulle hålla 20 tvättar. Efteråt började det klia i hårbotten. Nästa dag hade det bildats variga sårskorpor i hårbotten och 2–3 dagar senare svällde hela ansiktet upp från halsen och uppåt.

Då kontaktade de jourläkaren på vårdcentralen i Duved i Åre kommun där de bor. Läkaren skrev ut kortison och klåddämpande mediciner som Märta skulle ta i tre veckor. Det tog ungefär fyra dagar innan svullnaden hade lagt sig och Märta kunde gå till skolan igen.

– Läkaren sa att jag skulle försöka tvätta bort toningen så fort som möjligt ur håret eftersom toningar släpper färg från håret allt eftersom. Jag var livrädd att jag skulle tappa allt hår, säger Märta Olson.

Blivit sämre

Flera veckor senare berättar Christina Olson att utslagen har förvärrats igen och börjat krypa ner mot bröstet och armen. Märta har fortfarande klåda och bakom öronen ser huden infekterad ut. Hon får nu mer kortison och ett särskilt schampo för huden under håret.

– Det här tar aldrig slut, säger Christina Olson.

I Råd & Röns danska systertidning Taenk, nummer 9, berättar två personer som blivit sjuka av hårfärger att de tidigare fått hennatatueringar målade på huden med så kallad svart henna. I den blandar man ofta i det starkt allergiframkallande ämnet parafenyldiamin, PPD, för att färgen ska fästa på huden.

– Det kan vara svårt att säga om det är hennatatueringen, hårtoningen eller kombinationen som orsakat kontaktallergin, säger Carola Lidén, professor i yrkes- och miljödermatologi vid Karolinska institutet och Centrum för folkhälsa.

Svarta hennatatueringar vill hon starkt avråda ifrån.

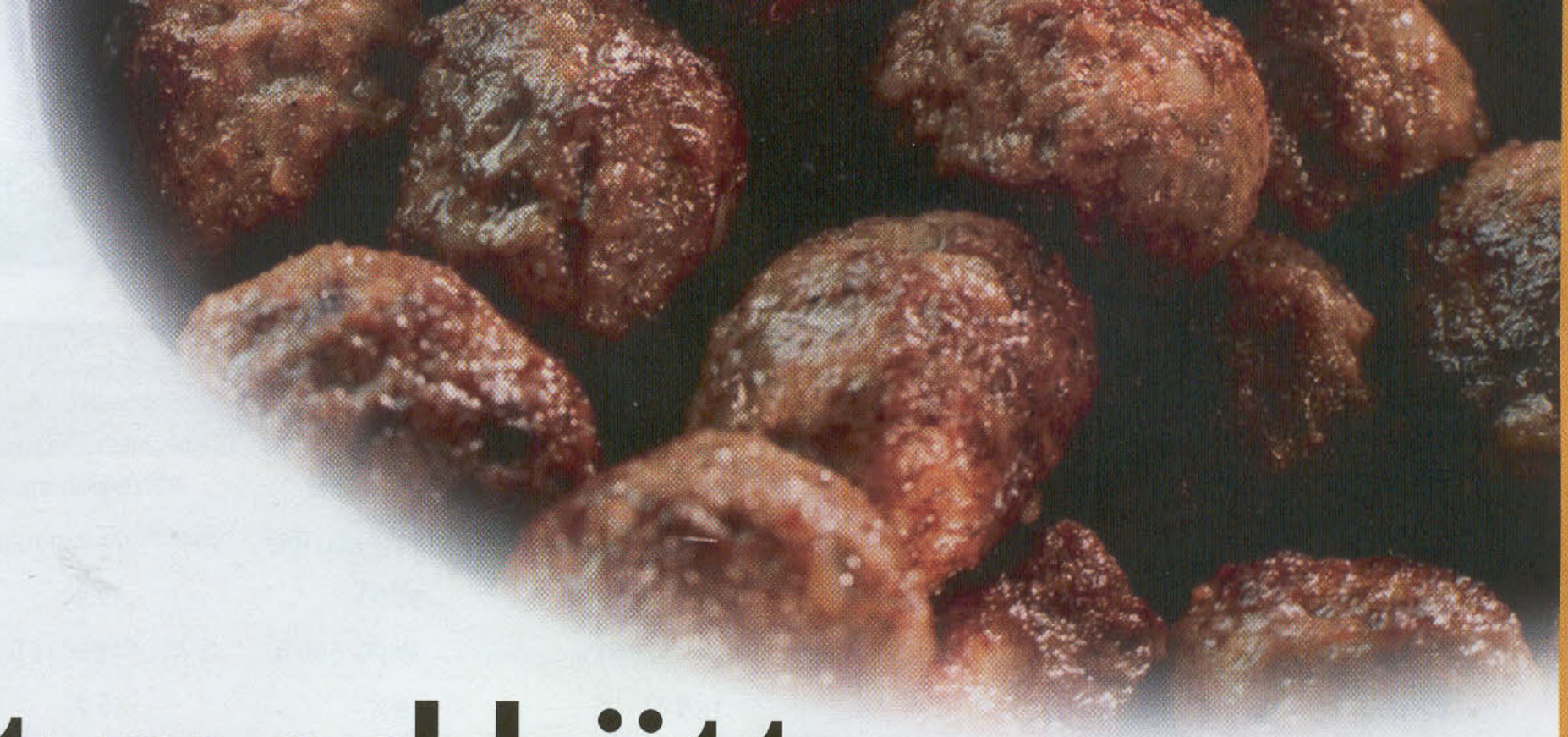
– Att måla huden med svart henna, med starkt allergiframkallande ämnen, är ett mycket effektivt sätt att framkalla allergiska reaktioner. Lägger man dessutom en plastfilm över målningen tas ämnena upp av huden ännu mer. Så gör man med marsvin när man vill undersöka hur allergiframkallande olika ämnen är, säger Carola Lidén. □

TEXT **MARIA NÖJD**
FOTO **GUNNO RASK**

Oklart hur många som drabbas

Det finns ingen säker statistik över hur vanligt det är med allergiska reaktioner mot hårfärger. Undersökningar som gjorts visar att det är ovanligt att drabbade tar kontakt med läkare, även vid svårare reaktioner.

En dansk studie, som bygger på intervjuer med 1 254 personer som färgat håret, visar att mellan 4 och 9 procent fått lindrigare hudreaktioner medan 6,7 procent hade fått svårare reaktioner, liknande Märtas.



Klent med kött i många köttbullar

Färdiglagade köttbullar blir ofta middagslösningen för stressade barnfamiljer. Men hur mycket kött är det i dem? Vår granskning av 25 märken visar att vissa är riktigt hyfsade medan andra är fullmatade av tillsatser och utfyllnadsämnen.

Det är inte alltid man har ork, tid och lust att rulla egna köttbullar. Så visst är det skönt att det finns färdiggjorda. Men det är stora skillnader på vad man får för pengarna, visar vår granskning. En klassisk köttbulle ska bestå av mycket kött och en mindre mängd utfyllnadsämnen som ströbröd eller potatis. För att pressa ner priset stoppar många tillverkare i en rad olika utfyllnadsämnen som potatis, potatismjöl, potatisfibrer, potatisflingor och havregryn. Och för att bättra på konsistensen och smaken när köttråvaran brister krävs det ofta ännu mer tillsatser, som stabiliseringsmedel, surhetsreglerande medel och olika smakextrakt.

– Det som används är inte farligt, men det känns ju onödigt att stoppa i en massa tillsatser i köttbullarna. Den här granskningen visar ju klart att det går bra att tillverka köttbullar utan dem. Själv väljer jag så rena köttbullar som möjligt som påminner om hemlagade, säger Eva Callmer, nutritionist vid Centrum för folkhälsa, Stockholms läns landsting.

Minst 70 procent

En hemlagad köttbulle tillagad enligt Vår kokboks recept innehåller 80 procent kött. Av de färdiglagade märken som vi har granskat når bara Ikeas köttbullar upp i samma kötthalt, och faktiskt lite till, 84 procent. Näst mest kött är det i Dafgårds och minst i Eldorados vakuumpackade och Findus stora middagsbullar.

Tio märken har en kötthalt på under 70 procent.

– Kött ska ju vara själva grunden i den här rätten, anser jag. Mindre än 70 procent kött är underkänt, säger Eva Callmer.

En del av poängen med att äta kött är att få i sig mineraler, t.ex järn, samt protein. Har man spätt ut bullarna med mycket annat sjunker proteinhalten genast. Förutom proteinhalten skvallrar även kolhydrathalten om kvaliteten på köttbullarna. Ju mer potatis och havregryn, desto mer kolhydrater får man i sig.

– Kolhydrater får man i sig ändå genom potatisen eller pastan som serveras till köttbullarna.

Magra alternativ

Receptet för riktigt billiga köttbullar verkar vara: Fett kött, mycket gris, vatten och utfyllnadsämnen. Priserna för de 25 märkena skiljer stort, mellan 28:90 och 107:60 kronor kilot.

Dyrast är de särskilt magra och de ekologiska. Eva Callmer är förvånad över att de magraste är så pass dyra eftersom kötthalten är låg, består av enbart gris och med en relativt hög andel vatten och potatis.

– Men är det enbart fettet man vill åt så är det ju bra att det finns magra alternativ.

Av 25 märken är bara ett ekologiskt, Mamma Scans ekologiska. Änglamarks ekologiska köttbullar kommer snart att finnas på marknaden igen efter ett driftstopp på grund av en trasig maskin, berättar Magnus Frisk, informationsansvarig på Coop.

Svårt att jämföra

Som vanlig gräsrot kan det vara svårt att välja rätt köttbullar eftersom tillverkarna redovisar olika mycket på förpackningarna. Ikea uppger exempelvis inte fetthalten (som är 17 procent). Och bara två anger andelen mättat fett, som är en värdefull uppgift. Uppgift om salthalt saknas också hos många märken, vilket är synd. Ofta serveras köttbullarna till barn som gärna ska vänjas vid en låg salthalt så tidigt som möjligt.

Bara två märken är nyckelhålsmärkta. Det innebär att köttbullarna innehåller mindre än tio procent fett.

– Jag tycker att det är synd att de nyckelhålsmärkta köttbullarna innehåller så pass lite kött, säger Eva Callmer. Går det verkligen inte att producera en bättre bulle med nuvarande märkningskrav? □

TEXT **MARIA NÖJD**
FOTO **JENNY GAULITZ**

GRANSKNINGSRESULTAT ▷











Tillverkare Varumärke	Ikea Food Köttbullar	Familjen Dafgård Våra fina köttbullar	Findus småköttbullar färdigstekta	Coop Köttbullar	Ica Köttbullar
Förpackningssätt	Djupfrysta MEST KÖTT	Djupfrysta	Djupfrysta	Vakuumpackade	Vakuumpackade
Kötthalt	84 % nöt/gris (52/68)	76 % nöt/gris	75 % nöt/gris	74 % nöt/gris (25/42)	73 % nöt/gris
Pris per kilo	39:–	41:95	59:90	42:90	54:–
Pris, cirka per förpackning	39:–/1 000 g	34:95/800 g	29:95/500 g	42:90/1 000 g	18:90/350 g
Fetthalt	17 %	15 %	18 %	15 %	16 %
Salthalt	1,9 %	Uppgift saknas	1,8 %	1,2 %	Uppgift saknas
Protein per 100 g	17 g	12 g	15 g	13 g	13 g
Kolhydrater per 100 g	5,5 g	13 g	7,5 g	8 g	7 g
Utfyllnadsämnen	1 st	3 st	1 st	3 st	3 st
Tillsatser	–	–	–	1 st	2 st
Tillverkningsland/ ursprung kött	Sverige	Uppgift saknas	Uppgift saknas	Sverige, svenskt kött	Sverige, svenskt kött
Inköpsställe	Ikea	City Gross	City Gross	Coop	Ica











Tillverkare Varumärke	Willys småköttbullar	Willys köttbullar	Ica Frysta köttbullar	Öresunds chark AB Färdigstekta kött-bullar	Felix Små delikatess-köttbullar
Förpackningssätt	Djupfrysta	Vakuumpackade	Djupfrysta	Vakuumpackade	Djupfrysta
Kötthalt	70 % nöt/gris	70 % nöt/gris	68 % nöt/gris	68 % nöt/gris	66 % nöt/gris
Pris per kilo	41:50	36:90	44:90	29:95	62:–
Pris, cirka per förpackning	24:90/600 g	36:90/1 000 g FETAST	44:90/1 000 g	29:95/1 000 g	27:90/450 g
Fetthalt	15 % (4,3 g mättat fett)	19 % (4,3 g mättat fett)	15 %	15 %	17 %
Salthalt	1,9 %	1,6 %	Uppgift saknas	Uppgift saknas	1,9 %
Protein per 100 g	12 g	13 g	13 g	Uppgift saknas	14 g
Kolhydrater per 100 g	9 g	6 g	10 g	Uppgift saknas	8 g
Utfyllnadsämnen	3 st	4 st	2 st	3 st	2 st
Tillsatser	2 st	2 st	1 st	2 st	1 st
Tillverkningsland/ ursprung kött	Sverige	Sverige	Sverige, svenskt kött	Uppgift saknas	Sverige
Inköpsställe	Willys	Willys	Ica	City Gross	City Gross

Vad säger tabellen?

Granskningen bygger på de uppgifter som tillverkarna själva uppger eller avstår från att uppge på förpackningarna. Bedömningarna har gjorts av Råd & Rön i samarbete med Eva Callmer, nutritionist vid Centrum för folkhälsa, Stockholms läns landsting.

Pris, cirka per förpackning: Inköpspris i Stockholmsområdet i oktober 2007. Vi har valt en så stor förpackning som möjligt av varje sort.

Kötthalt: Enligt uppgift på förpackningen. Några tillverkare uppger dessutom andelen nöt och gris. Det anges i så fall inom parentes.

Fetthalt: Enligt uppgifter på förpackningen. Om andelen mättat fett framgår anges det inom parentes.

Salthalt: Enligt uppgift på förpackningen.

Pris per kilo: Beräknat på förpackningspriset.

Utfyllnadsämnen: Som potatis, potatismjöl, potatisfiber, potatisflingor, havregryn, mjöl och skorpmjöl. Siffran anger hur många sorter som ingår i receptet.

Tillsatser; utöver vatten, mjölk och kryddor: Till exempel stabiliseringsämnen, antioxidantämnen och olika extrakt. Icas vakuumpackade köttbullar innehåller den smakförhöjande tillsatsen glutamat, som misstänks ha negativa hälsoeffekter. Icas djupfrysta köttbullar är friterade i palmolja, vars tillverkning ger mycket negativa effekter på miljön. Du kan läsa mer om palmolja i en separat artikel i detta nummer av Råd & Rön.

Tillverkningsland/ursprung kött: Enligt uppgift på förpackningen.

Inköpsställe: Råd & Röns inköpsställe.










Scan Mammas köttbullar	Scan Mammas Ekologiska köttbullar	Coop Små stekta köttbullar	Dulano Djupfrysta köttbullar	Guldgrytan Färdiglagade köttbullar	Hemköp Köttbullar	Hemköp Köttbullar färdiglagade	Scan Mammas småköttbullar
Vakuumpackade	Vakuumpackade	Djupfrysta	Djupfrysta	Vakuumpackade	Djupfrysta	Vakuumpackade	Djupfrysta
73 % nöt/gris	71 % nöt/gris	70 % nöt/gris (42/28)	70 % nöt/gris (41/29)	70 % nöt/gris	70 % nöt/gris	70 % nöt/gris	70 % nöt/gris
44:95	78:30	63:–	29:50	29:90	33:20	36:90	59:90
44:95/1 000 g	23:50/300 g	63:–/1 000 g	29:50/1 000 g	29:90/1 000 g	19:90/600 g	36:90/1 000 g	26:95/450 g
15 %	17 %	16 %	15 %	16 %	15 %	19 % FETAST	17 %
Uppgift saknas	Uppgift saknas	1,4 %	1,5 %	1,5 %	1,9 %	1,6 %	Uppgift saknas
13 g	12 g	11 g	13 g	13 g	12 g	13 g	15 g
11 g	9 g	13 g	14 g	12 g	9 g	6 g	11 g
3 st	2 st	3 st	3 st	3 st	3 st	4 st	2 st
2 st	–	3 st	4 st	4 st	2 st	2 st	1 st
Sverige, svenskt kött	Sverige	Sverige	Kött från Sverige och Danmark	Sverige	Sverige	Sverige	Sverige, svenskt kött
City Gross	Coop	Coop	Lidl	Lidl	Hemköp	Hemköp	City Gross










Eldorado Köttbullar	Euroshopper Köttbullar färdigstekta	Scan Må gott köttbullar	Euroshopper Köttbullar	Tulip Den gröna slaktaren Köttbullar	Eldorado Köttbullar färska	Findus Köttbullar stora middagsköttbullar	Hemlagade, recept ur Vår kokbok
Djupfrysta	Djupfrysta	Vakuumpackade	Vakuumpackade	Vakuumpackade	Vakuumpackade	Djupfrysta	
65 % nöt/gris	65 % nöt/gris (32,5/32,5)	65 % gris	63 % nöt/gris	63 % gris	61 % nöt/gris	61 % nöt/gris	80 % nöt/gris
29:95	28:90	78:30	29:90	107:60	31:90 MINST KÖTT	43:90 MINST KÖTT	
29:95/1 000 g	28:90/1 000 g	23:50/300 g	29:90/1 000 g	26:90/250 g	31:90/1 000 g	43:90/1 000 g	
15 %	15 %	9 % (4 g mättat fett)	18 %	1 % MAGRAST	17 %	17 %	13 %
Uppgift saknas	1,2 %	1,2 %	2 % MEST SALT	Uppgift saknas	1,4 %	1,7 %	1,4 %
12 g	12 g	15 g	14 g	14 g	13 g	11 g	
13 g	13 g	8 g	9 g	5 g	8 g	10 g	
4 st FLEST TILLSATSER	3 st	3 st	2 st	3 st	4 st	3 st	1 st
5 st	4 st	1 st	3 st	3 st	3 st	–	
Sverige	Sverige, kött från Danmark/Tyskland/Sverige	Svenskt kött	Sverige, kött från Irland/Tyskland Sverige.	Danmark	Sverige	Uppgift saknas	
Willys	Ica Maxi	Hemköp	Ica Maxi	Hemköp	Willys	Hemköp	

Kort om granskningen

Råd & Röns jämförelse av köttinnehållet i 25 färdiga köttbullar visar att det finns stora skillnader. Mest kött, 84 procent, innehåller **Ikeas köttbullar**. Minst kött, 61 procent, är det i **Findus stora middagsköttbullar** och i **Eldorados färska köttbullar**. Hemlagade köttbullar efter Vår kokboks recept har en kötthalt på 80 procent.

Under 70 procent är för lite, anser nutritionisten Eva Callmer.

11 av 25 märken innehåller för mycket salt, över 1,4 procent. Nio märken redovisar inte salthalten överhuvudtaget.

Vitsen med att äta kött är att få i sig protein. 17 av 25 märken innehåller mindre än 14 gram protein, vilket är underkänt. Mest protein, 18 gram, är det i de hemlagade köttbullarna följt av **Ikeas** med 17 gram protein.

Ju mer utfyllnadsämnen desto högre kolhydrathalt. Mer än nio gram kolhydrater bör det inte vara i en köttbulle eftersom man serverar kolhydrater vid sidan om, som potatis eller pasta. Nio märken passerar den gränsen. Minst kolhydrater, 5,5 gram innehåller **Ikeas**. De hemlagade köttbullarna innehåller 6 gram kolhydrater.

Fetthalten bör inte överstiga 16 procent. Fetast är **Hemköps** och **Willys** vakuumpackade köttbullar, som för övrigt är identiska både till innehåll och pris.

Miljövänligt bubbelvatten



Varför kånka hem dyrt och tungt vatten i plastflaskor när du kan fixa eget bubbelvatten hemma och värna både plånbok och miljö?

Vi har testat tre kolsyremaskiner för under tusenlappen.

Den gamla töntstämplade läskmaskinen Soda Stream från 70-talet har plötsligt blivit en efterfrågad designpryl i olika modeller och med konkurrens av andra märken. Men nu är det framför allt det kolsyrade vattnet som lockar och inte sötslibbiga läskkopior. Diskussionerna om flaskvattnet och dess belastningar på miljön har gett bra skjuts åt försäljningen av kolsyremaskiner. Både Wasser Maxx och Soda Stream var tillfälligt slut på lager när Råd & Rön skulle köpa in dem för det här testet.

– Försäljningen har ökat riktigt mycket, säger Johan Kalling, vd på Soda Stream.

På branschorganisationen Sveriges bryggerier väntar man på statistiken över vattenförsäljningen för perioden som gått sedan flaskvattnet hamnade i fokus för klimatdebatten i mitten av augusti.

– Innan dess kan vi inte veta om och hur mycket försäljningen har påverkats, säger informationschefen Cathrine Andersson.

– Vi ser flaskvattnet som ett alternativ till kranvatten och det kolsyrade vatten som man gör hemma. Till exempel för den som vill kunna köpa vatten på stan eller under resan.

– Det finns ju andra konsumentaspekter på kolsyremaskiner som många säkert inte känner till men som kan uppfattas som negativa, till exempel att kolsyrepatronerna skickas till Tyskland för påfyllning.

Sparar pengar

Patronerna till Soda Stream fylls i Tyskland medan Wasser Maxx och Soda Freshs patroner fylls i Sverige.

– Vi vill arbeta mer miljömässigt och kommer att börja fylla flaskorna i Sverige under det kommande året, säger Johan Kalling på Soda Stream.

Bortsett från de omdiskuterade miljövinsterna finns det pengar att tjäna på att göra eget vatten. En liter hemmagjort kolsyrat vatten kostar mellan 3:55 och 4:75 jämfört med exempelvis en liter Ramlösa för drygt 11 kronor.

Även för restauranger ger kolsyremaskinerna en bra möjlighet att dryga ut kassan när man kan servera hemmakolsyrat vatten på flaska och ta betalt för mineralvatten.

Testat hanterbarhet

I det här testet är det hanterbarheten som döljer sig bakom siffrorna i det samlade betyget. Vi har testat hur lätta reglagen är vid pumpning, hur lätt det är att lossa höljet och att byta kolsyrepatron och om det blir mycket stänk kring maskinen. Av testet framgår även vilken kolsyrehalt man maximalt kan få i vattnet med de olika maskinerna. Det är en smaksak vad man gillar och därför påverkar inte kolsyrehalten betyget.

Vi har också köpt in extra patroner för att kontrollera om de räcker lika länge som originalen. Det gjorde de. Vill man inte köpa extra patroner kan tuberna lämnas in för påfyllnad hos olika återförsäljare. Det kostar mellan 50 och 100 kronor. Till Soda Fresh finns behållare i två storlekar. I testet har vi använt den större modellen. □

TEXT **MARIA NÖJD**

Mineralvatten ur kranen

Trots larm från Livsmedelsverket om bristande vattenkvalitetskontroller i flera kommuner kan du lugnt fortsätta dricka kommunalt vatten ur kranen, var du än bor i Sverige.

Det beskedet ger Svenskt Vatten, branschföreningen för de svenska vatten- och avloppsföretagen.

– Problemet med Livsmedelsverkets rapporter är att det inte framgår att vattenverken själva gör omfattande kontroller av dricksvattnet. Vad rapporten egentligen handlar om är kommunernas andrahandskontroller och inte om vattenkvaliteten, säger Roger Bergström, vd på Svenskt Vatten.

De sjukdomsfall som direkt kan kopplas till kommunalt vatten har minskat betydligt sedan 1990-talet. Då räknade man med ungefär 2 000 insjuknade personer per år. De senaste åren har siffran varit runt 200 per år och i fjol rapporterades bara 15 fall.

– De bakterieprover som tas av vattenverken indikerar om det finns sjukdomsframkallande bakterier i vattnet. I så fall går kommunerna ut och uppmanar de boende i området att koka vattnet innan det används. Det kan vara en förklaring till att sjukdomsfallen har minskat, säger Gullvy Hedenberg, dricksvattensexpert på Svenskt Vatten.

– Vi har ett bra kranvatten i Sverige eftersom vi har ett bra råvatten. Vår oro är inte bristande kontroller utan att råvattenkvaliteten ska försämras.

I Sundsvall har vattnet från ett vattenverk godkänts av Livsmedelsverket som naturligt mineralvatten eftersom det håller så hög kvalitet.

– Det finns säkert fler ställen med lika bra vatten men som inte har ansökt om att få det godkänt, säger Gullvy Hedenberg.

Råd&Rön BÄST I TEST









Tillverkare Modell	Soda Stream Design	Wasser Maxx De Luxe	Soda Fresh Silver Flash	Ramlösa
Samlat betyg	85	81	66	
Pris, cirka	995:–	975:–	814:–	
Montering av flaska	5	7	3	
	En hand på vippfunktionen (som borde kunna låsas) och en hand på flaskan. För litet reglage för tummen. Måste skruva undertill på flaskan. Krävs två händer.	Bajonettfattning, griper tag i flaskan snabbt vilket är bra. Gott om utrymme för händerna. Båda händerna behövs dock. Står inte så stadigt.	Svårt, vinklingen är något svår för flaskan. Måste hålla undertill på flaskan. Krävs två händer.	
Reglage vid pumpning	9	9	9	
Reglage för hölje	9	8	7	
Stänk runt maskinen	9	5	9	
		Rinner utmed flaskan vid varje pumpning.		
Maxmarkering på flaskan	8	9	8	
Byte av kolsyrepatron	9	7	3	
	Mycket lätt		Svårt, ska hålla rundad del mot ett plant underlag. Dåligt med utrymme för att skruva på kolsyrepatronen.	
Instruktion på maskinen	6	6	6	
Bruksanvisning	8	7	8	
Arbetshöjd från bänk	46 cm	45 cm	41 cm	
Kolsyrehalt i vatten, CO_2/liter	0,78 mg	0,49 mg	0,43 mg	0,45 mg
Livslängd kolsyrepatron, liter vatten	55	55	58	
Kostnad kolsyrepatron	195:–	198:–	195:–	
Driftskostnad, kr/liter	3,55	3,60	3,36	11,27*
Årskostnad, 250 liter (inkl. maskinen)	1 881:–	1 875:–	1 655:–	2 817:–*

*Literpris hämtat från NetXtra, baserat på 1,5 l petflaska

Vad säger tabellen?

Testet är utfört av Råd & Rön i samarbete med SIK – Institutet för livsmedel och bioteknik.

Samlat betyg: En 100-gradig skala där 1 är sämst och 100 är bäst. Delbetyg ges i skala 1 till 9 där 1 är sämst och 9 bäst.

Pris, cirka: Råd & Röns inköpspris i oktober 2007.

Montering av flaska: Hur lätt det är. Fattning, vinkel och åtkomlighet.

Reglage vid pumpning: Hur lätta de är och hur många tryck som krävs.

Reglage för hölje: Hur lätt det är att lossa.

Stänk runt maskinen: Om det rinner eller stänker vid användning.

Maxmarkering på flaskan: Hur tydlig den är.

Byte av kolsyrepatron: Hur lätt det är att byta patronen.

Instruktion på maskinen: Hur tydliga de olika funktionerna är.

Bruksanvisning: Om den är bra och lättbegriplig.

Arbetshöjd från bänk: Uppmätt.

Kolsyrehalt i vatten: Kolsyrehalten går att variera. I tabellen redovisas maxhalten.

Livslängd kolsyrepatron: Hur många liter vatten en patron kan kolsyra.

Kostnad kolsyrepatron: Råd & Röns inköpspris, oktober 2007.

Driftskostnad, kronor per liter: Jämfört med Ramlösa.

Årskostnad för 250 liter vatten, inklusive maskinkostnad: Jämfört med Ramlösa.

Kort om testet

Betygen visar hur lätta kolsyremaskinerna är att använda. Vid sidan av betygen har vi mätt den maximala kolsyrehalten på vattnet med de olika maskinerna och kontrollerat att refillpatronerna räcker lika länge som originalen.

Soda Stream klarar sig bäst med **Wasser Maxx** hack i häl. Minus för **Wasser Maxx** är att det skvätter och rinner mycket när man använder den.

Soda Stream ger mest kolsyra och är lättast att reglera.

Leverantörer

Soda Stream: 0771-33 34 00, www.sodastream.se

Soda Fresh: 031-87 94 40, www.cbfdrinkit.se

Wasser Maxx: 08-590 349 00, www.agaconsumer.se

REDAKTÖR BEATRICE PALM ILLUSTRATIONER NAUSIKAA

Kolla bredbandet

Konsumentverket, Post- och telestyrelsen och .SE-stiftelsen har lanserat en webbtjänst som hjälper alla surfare att snabbt och enkelt mäta bredbandshastigheten. Man går in på hemsidan www.bredbandskollen.se, klickar på en knapp och får efter ett antal sekunder besked om med vilken hastighet uppkopplingen skickar respektive tar emot information. Där kan man även jämföra med den teoretiska maxhastighet som operatören utlovar.

Triclosan i vatten

Det bakteriedödande och starkt ifrågasatta ämnet triclosan, som bland annat används i tandkrämer, deodoranter och textilier, förekommer i höga halter i reningsverksslam och har också påträffats i utgående vatten från reningsverk och i fisk. Detta enligt en undersökning som utförts av miljömyndigheterna i de nordiska länderna.

Enligt Naturskyddsföreningen hamnar två ton triclosan i miljön varje år via tandborstningen.

Triclosan är giftigt för vattenlevande organismer och kan även bidra till det växande problemet med antibiotikaresistenta bakterier.

Flygturismen stor CO_2-bov

Den svenska turistnäringen står för tio procent av landets totala utsläpp av koldioxid. Det är dubbelt så mycket som från turismen i världen som helhet, visar en studie från Lunds universitet och universitetet i Christchurch, Nya Zeeland.

Störst klimatpåverkan vållar flygresorna, som står för drygt en tredjedel av turismens totala utsläpp. Utsläppen spås öka i takt med att fler och fler flyger samtidigt som den svenska turistindustrin söker sig till allt mer avlägsna turistmål.

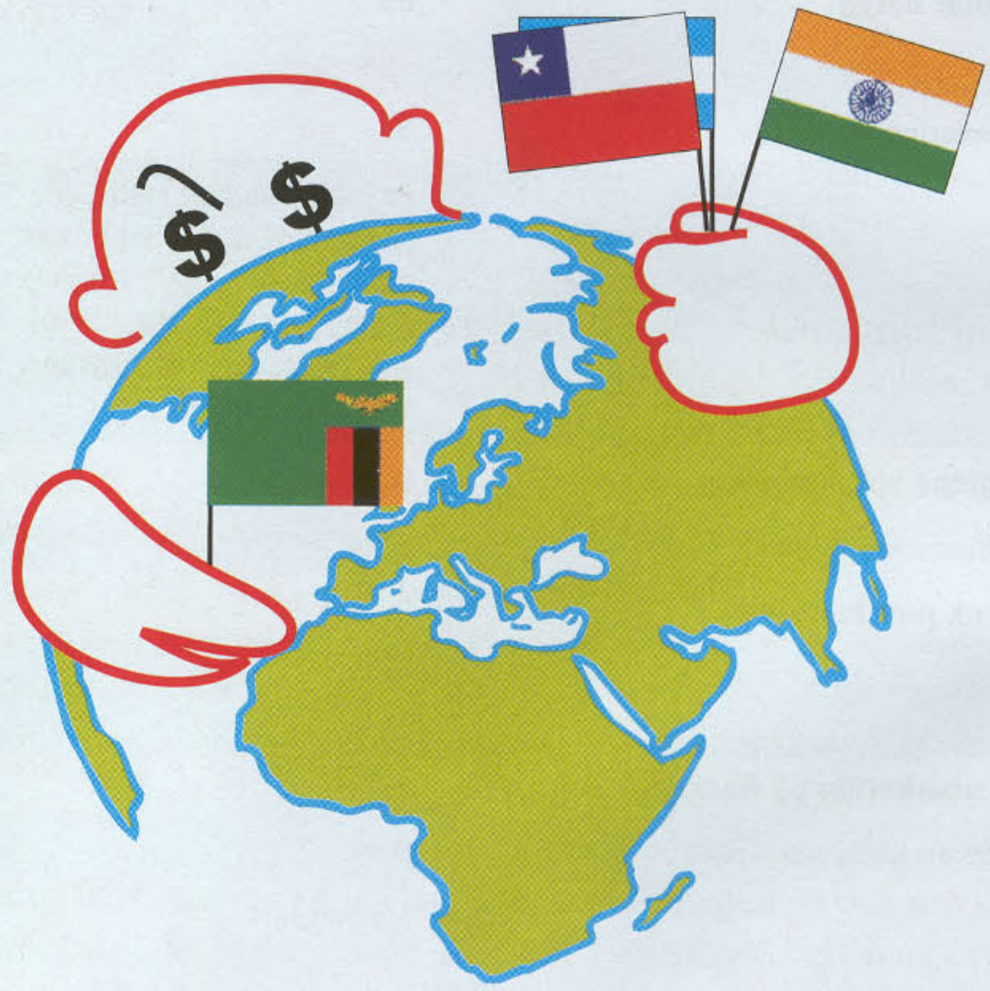
Konsumentproblem allt mer globala

Fetmaproblem, aggressiv läkemedelsreklam och överskuldsättning. Problemen är gemensamma i Nord och Syd, visade Consumer Internationals världskongress i Australien i månadsskiftet oktober–november.

Konsumentorganisationen Consumer International har funnits sedan 1960-talet. Fokus har mycket legat på tredje världens problem. Med ökad globalisering och visst ökat välstånd övertar dessa länder allt mer av västvärldens konsumentproblem, berättar Jan Bertoft från Sveriges Konsumenter som besökte kongressen.

Fetmaproblem i Indien på grund av skräpmat, orimliga lånevillkor i Sydamerika och läkemedelsreklam som riktar sig direkt till konsumenter i Afrika är några exempel.

– Det är skrämmande men inte underligt, det är ju samma aktörer som jobbar över hela världen, säger han.



På kongressen delade Consumer International även ut skampris, ”bad products award”, till multinationella företag som betett sig särskilt illa, bland annat till Coca-Cola och ett läkemedelsföretag, Takeda, som gjort reklam för sömnpiller för barn.

– Det behövs en stark samlande kraft mot de multinationella företagens marknadsföring. Ett problem är att företagen inte backar mer än nödvändigt. Man har inte samma policy i olika länder, säger Jan Bertoft.

Felaktig information om tilläggsförsäkringar

Varannan gång en konsument köper hemelektronik blir han eller hon erbjuden en tilläggsförsäkring. Informationen som säljaren ger om försäkringen är dock ofta felaktig.

Det visar en undersökning som Konsument Göteborg gjort i 14 butiker.

– Vi hade förväntat oss ett dåligt resultat. Men vi blev faktiskt chockade över hur dålig information konsumenten fick, säger Maria Wång Henriksson.

Säljarna i butiken gav ingen eller en väldigt generell information om vad försäkringen innehöll. Intrycket kontrollanterna fick var att försäkringen täckte det mesta. Först när de frågade vad den inte gällde för fick de information om det. Men informationen var enligt kontrollanterna väldigt bristfällig.



Undersökningen visade också att säljarna ofta saknade kunskap om vilket skydd den vanliga hemförsäkringen ger.

Konsument Göteborg tycker inte att den här typen av försäkringar ska få säljas direkt i butiken. De ska säljas på samma sätt som andra försäkringar.

– I vissa fall kanske det är bra med en tilläggsförsäkring. Men med tanke på den bristfälliga information konsumenterna får i dag kan de inte göra ett bra val, säger Maria Wång Henriksson.

Iphone inget för miljövänner

Från och med nästa år ska nya Appleprodukter inte längre innehålla bromerade flamskyddsmedel eller pvc, tillkännagav företaget tidigare i år. Strax därefter lanserade Apple sin mobiltelefon, Iphone. Den släpptes först på den amerikanska marknaden och i november i vissa europeiska länder.

Greenpeace har testat den nya telefonen. Tyvärr är Apple ännu inte i hamn – den nya telefonen är inte miljövänlig. Den innehåller ämnen som flera andra mobiltelefontillverkare redan har fasat ut.

18 olika delar av telefonen undersöktes, både delar inuti och delar som sitter på utsidan. I hälften upptäcktes bromerade flamskyddsmedel. De högsta bromhalterna hittades i antennens kretskort. I kablarna till telefonens headset hittades ftalater och pvc. Dessutom hittades klor.

Pvc och ftalater är inte förbjudna men ingen av de påträffade ftalaterna är tillåtna i leksaker eller i saker till små barn.

En annan sak som också förvånar Greenpeace är att telefonens batteri ovanligt nog sitter fast, vilket gör att det inte går att ta ut. Detta försvårar batteribyten och komplicerar också för separation vid återvinning.

Telefonen klarar dock alla krav i det så kallade RoHS-direktivet om elektriska och elektroniska produkter.

När Råd & Rön ber Apple om en kommentar till undersökningen nöjer sig företaget med att skicka några rader på engelska där man hänvisar till direktivet och fortsätter:

"Apple kommer frivilligt att ta bort pvc och bromerade flamskyddsmedel i slutet av 2008."

Apple vill heller inte svara på frågan om när telefonen kommer till Sverige.



Formaldehyd i barnvagnsklädsel?

I förra numret av Råd & Rön skrev vi om lille Janne som fick röda utslag när han satt i barnvagnen Akta Graco Mosaic. Kunde utslagen bero på barnvagnsklädseln, undrade oroliga föräldrar och anmälde saken till Konsumentverket, som hänvisade till Kemikalieinspektionen.



När artikeln skrevs kunde varken företaget eller Kemikalieinspektionen ge något svar på vad i barnvagnsklädseln som kunde ge allergi.

Men Thyra Nordström, numera pensionär, som arbetat med produktsäkerhet och allergifrågor på Konsumentverket i många år, ringde upp redaktionen:

– Från mitten av 1980-talet hade vi flera ärenden om barnvagnar och barnsängar, vars klädsel innehöll formaldehyd och som barn reagerade på. Formaldehyd kunde ingå i impregnering och flamskyddsmedel. Kanske ämnet är tillbaka i barnvagnstyger, det borde företagen informera om i så fall eftersom många inte tål det.

Akta Graco Mosaic har efter långt om länge kommit in med ett testprotokoll till Kemikalieinspektionen, som visar att klädseln håller sig under gränsvärdena för bly, kadmium arsenik, flamskyddsmedel och vissa ftalater. Dock inget direkt om formaldehyd.

Sten-Åke Kjellstedt, vd på Acta Graco, vill inte svara på om tyget är behandlat på något sätt utan hänvisar till testprotokollet.

Formaldehyd är en gas som kan irritera ögon och näsa och ge en stickande, obehaglig lukt. Det har framförallt varit problem med formaldehyd som avgetts från spånskivor och det finns regler för vilka halter som tillåts i sådana. Formaldehyd förekommer också i textilier, vanligtvis i låga doser. Att många är allergiska mot ämnet har inte varit skäl nog att förbjuda det.

Kemikalieinspektionen har ännu inte avslutat ärendet och det ska också sägas att Jannes familj ännu inte vet med säkerhet vad hans utslag kommer ifrån.

Många pensionsbesked otydliga

Pensionsbolagen formulerar sig så krångligt att avgifter och risker förblir ett mysterium för många sparare. Ofta eftersom bolagen använder olika ord för samma sak. Det visar Finansinspektionen, FI:s, nya granskning av språket i de värdebesked spararna får av pensionsbolagen. Granskningen gäller bland annat hur värdebeskeden beskriver garantier, risker, råd om kapitalflytt och ändringar av försäkringssparande.

En del saker har dock blivit bättre, bland annat uppmanar många bolag kunderna att anpassa pensionsförsäkringen om till exempel familjen utökas.

Skolor fortsätter sälja sötsaker

Fyra av tio högstadieskolor säljer fortfarande läsk, godis eller annat sött som saft, kakor eller bullar till eleverna, visar en kartläggning från Tandläkarförbundet. Visserligen har försäljningen av läsk och godis minskat sedan 2005, å andra sidan har försäljningen av andra sötsaker ökat. Det finns inte längre några ursäkter för de skolor som fortsätter försäljningen eftersom skadeverkningarna på barnens hälsa är välkända, anser Tandläkarförbundet.

Telefonin inom EU ska bli bättre

Det behövs en tillsynsmyndighet på EU-nivå för att rensa upp bland de usla valmöjligheter och snåriga avtal som är vardagsmat för många telekunder inom EU. Tele- och bredbandsoperatörerna ska tvingas redovisa priser och extraavgifter tydligare, föreslår EU-kommissionen i ett åtgärdspaket. Dessutom ska konsumenten kunna byta operatör för både mobil och fast telefoni på bara en dag. Om lagförslagen går igenom kan de börja gälla tidigast år 2010.

Liten risk falla för dåliga skidor

Håller du dig i pisten eller blandar du med lössnöåkning? Underlaget avgör vilken skidtyp du ska välja.

Råd & Rön har testat två typer av skidor, renodlade pistskidor och allmountain, i mellanprisklassen. De flesta märkena får bra betyg.



På vissa ställen i landet är skidsäsongen redan igång och snökanonerna arbetar för fullt. Andra delar behöver förhoppningsvis inte vänta allt för länge innan backarna är täckta med det vita guldet.

Förra säsongen susade cirka 2,3 miljoner svenskar nerför backarna i Sverige och utomlands. Enligt Svenska Liftanläggningars organisation, SLAO, ökade intresset för skidåkning efter säsongen 05/06 eftersom den var så snörik. När hela landet är täckt med snö vill alla åka skidor.

– Då var det många som fick ett återuppväckt skidintresse. Samtidigt upptäckte en stor grupp ungdomar födda i början av 90-talet skidåkningen, säger Hans Gerremo, vd på SLAO.

Många tröttnade på skidåkningen i slutet av 1980- och början av 1990-talet.

– Men de nya carvingskidorna och nya typer av skidor har fått folk tillbaka i skidbacken, säger Hans Gerremo.

Olika ändamål

Förr vad det bara att traska in i en skidbutik, köpa sig ett par skidor och åka. Nu ställs den blivande skidåkaren inför flera val och risken att bli förvirrad är stor. Dagens skidor är till exempel anpassade för olika ändamål. Vill du åka slalom, storslalom eller kombinera pist- och lössnöåkning? Du möter begrepp som twintip, backcountry, freeride och racing.

Enligt Bengt Bengtsson, instruktör för skidlärare på SLAO, skulle dagens skidåkare behöva en golfbag fylld med skidor med sig upp på fjället. Det funkar ju inte i praktiken, och därför måste den blivande skidåkaren ställa sig ett antal frågor. Vilken typ av skidåkare är jag och vad tycker jag är roligt?

– Dagens skidor är oftast väldigt bra och få är riktigt dåliga, vilket minskar risken för felköp.

Skidköparen ska vara ärlig mot sig själv och köpa skidor på rätt nivå. Ett par tävlingsskidor kanske är alldeles för avancerade.

Korta skidor har varit inne en tid men kan bli begränsande, enligt Bengt Bengtsson. Kortare skidor är funktionella och stabila i korta svängar. Vid större svängar och högre hastighet upplevs de som instabila och sladdriga.

– För en ren nybörjare kan detta vara bra, medan en som börjar bli lite duktigare växer ifrån skidan. Sedan finns det en kategori duktiga åkare, upp till tävlingsnivå, som tycker om effekterna med korta skidor, men då har de ofta andra par att variera med.

– Välj i stället ett par skidor som är i ungefär samma längd som du själv.

Generella råd från Bengt Bengtsson är att köpa ett par skidor som har ett midjemått på 75 till 80 millimeter och en svängradie på mellan 16 och 20 meter. De här skidorna är anpassade till det mesta.

Kanta mer

Många skidåkare har lärt sig åka på en annan typ av skidor än de som finns idag. Enligt Bengt Bengtsson är det dock lätt att lära om.

– Ett knep kan vara att tänka på att kanta mer och vrida mindre jämfört med tidigare.

Vi har valt att testa två typer av skidor, renodlade pistskidor och allmountainskidor, eller freeride som de också kallas. Den förstnämnda är kort, styv, smal i midjan och bredare i nosen och baktill. Allmountainskidan, som även fungerar utanför pisten, är längre, bredare i midjan och något mjukare.

Många kompromisser

De flesta skidor i testet är bra. Men det finns en tydlig skillnad mellan pistskidorna och allmountainskidorna, där de förstnämnda drar det längsta strået. Att allmountain är något sämre kan bero på för många kompromisser. De ska ju både klara en vanlig pist med hård snö och offpist med lössnö.

Alla skidorna i testet ligger i en mellanprisklass. De dyraste kostar 8 500 kronor och de billigaste 5 500 kronor.

En skida som får sämre betyg än de övriga är Elans allmountainskida. Stålkanten håller inte riktigt måttet och den fungerar inte optimalt i backen, enligt testpanelen. Pistskidan från Rossignol presterar heller inte lika bra som de övriga i den gruppen. □

TEXT **HELÉNE GÖTBERG**
FOTO **SCANPIX**

TESTRESULTAT ▷

Vilken skida ska du välja?

• För skidåkaren som inte lämnar pisten är renodlade pistskidor ett bra val. De finns i två kategorier, SL (slalom) och GS (storslalom).

• Inom kategorierna finns det flera varianter att välja mellan; enklare skidor, mer avancerade och rena tävlingsmodeller. Välj modell efter nivå och plånbok.

• SL och GS har samma midjemått, cirka 65–70 millimeter. Det som skiljer dem åt är nosens bredd. SL är cirka 120 millimeter och GS cirka 105–110 millimeter. SL är mer lämpad för kortare svängar och GS mer lämpad för större.

• Vet du med dig att du då och då vill åka i lössnö kan allmountainskidor, eller freeride som de också kallas, vara ett alternativ. De är anpassade till både pist och lössnö. Midjan är cirka 75–80 millimeter och nosen 120 millimeter bred.

• Fatskis, eller fetingar, är till för dig som bara vill åka i lössnö. Midjan är cirka 125 millimeter och nosen 140–150 millimeter bred.

• Med twintip kan du åka både fram- och baklänges. Dessa skidor har nosar åt båda hållen och används framför allt för hopp och freestyleåkning.

Råd&Rön BÄST I TEST



Pistskidor SL, racemodell

Tillverkare Modell	Head iSupershape	Salomon Equipe SC Race	Völkl Racetiger SC Titanium	Atomic SL 10ib	Fischer RC4 Race SC	Nordica Dobermann Spitfire Xbi	Rossignol Radical R 8S Oversize
Samlat betyg	78	77	76	73	72	72	59
Pris, cirka	7 000:–	6 000:–	8 500:–	5 500:–	6 500:–	6 500:–	6 500:–
Praktiskt test	7	7	7	7	7	7	6
Carving i pisten	8	7	8	7	7	7	6
Klassisk sladdsväng	8	8	8	7	7	7	6
Komfort	7	7	7	7	7	7	6
Tekniskt test	**9**	**9**	**9**	**9**	**8**	**9**	**5**
Livslängd stålkant	7	9	8	9	5	9	3
Belagen	9	9	9	8	9	9	9
Testad längd/ skärningsradie	165 cm/11 m	164 cm/12 m	163 cm/14 m	163 cm/12 m	165 cm/13 m	162 cm/13 m	165 cm/13 m
Skidmått, nos/midja/bak	121/66/ 106 mm	122/65/ 101 mm	114/65/ 98 mm	121/65/ 101 mm	116/65/ 98 mm	120/70/ 103 mm	118/67/ 104 mm

Vad säger tabellen?

Testet är gjort av Råd & Rön i samarbete med den internationella testorganisationen ICRT.

Samlat betyg: En 100-gradig skala där 1 är sämst och 100 bäst.

Betyget är inte en sammanräkning av de olika delbetygen utan räknas samman enligt en viktningsmetod där delbetygen ges olika procentandelar. De praktiska testen står för 80 procent och de tekniska för 20 procent. De tekniska testen kan aldrig höja totalbetyget, bara sänka det.

Pris, cirka: Priserna är inhämtade från tillverkare och återförsäljare under oktober månad.

Praktiskt test: En testpanel bestående av åtta skidåkare har teståkt alla skidorna. Fyra av skidåkarna var avancerade åkare och fyra ordinära. Panelen bestod av kvinnor och män i åldrarna 30 till 60 år. De har undersökt skidornas möjlighet att göra svängar under olika förhållanden, skidornas kantgrepp, hur bra skidorna undgår ofrivilliga sladdar, hur mycket kraft som behövs för att svänga och hur skidorna klarar sig i pisten. Allmountainskidorna har också testats i djupsnö.

Tekniskt test: Här har man testat hur skidorna klarar slag och stötar och hur stålkanter och belag klarar långvarig påfrestning.

Testad längd/skärningsradie: Testskidornas längd och skärningsradie. Skärningsradien är ett standardiserat sätt att räkna ut hur stora svängar en skida är gjord för.

Kort om testet

De flesta skidor i testet är bra men det finns en tydlig skillnad mellan pist- och allmountainskidorna. Att allmountainskidorna uppvisar något sämre testresultat kan bero på för många kompromisser. De ska ju, till skillnad från pistskidorna, kunna fungera både i pister och lössnö.

En skida som får klart sämre betyg än de övriga är Elans allmountainskida. Det gäller både för det tekniska och det praktiska testet.

Råd&Rön
BÄST I TEST



Allmountain/Freeride

Tillverkare Modell	Fischer RX Cool Heat	K2 Apache Stryker	Salomon X-wing tornado	Atomic Nomad Whiteout	Nordica Hot rod nitrous	Head Monster iM 78 SW	Elan Magfire 12
Samlat betyg	74	70	69	68	68	67	46
Pris, cirka	6 000:–	5 500:–	6 500:–	5 500:–	6 000:–	6 500:–	7 000:–
Praktiskt test	7	6	6	6	6	6	4
Carving i pisten	7	6	6	6	6	6	4
Djupsnö	8	6	6	6	7	7	5
Klassisk sladdsväng	7	7	7	7	6	7	5
Komfort	7	7	7	7	6	7	5
Tekniskt test	9	9	9	9	9	9	5
Livslängd stålkant	7	9	9	9	5	7	3
Belagen	9	9	7	8	9	9	9
Testad längd/ skärningsradie	170 cm/16 m	174 cm/17 m	170 cm/14 m	171 cm/17 m	170 cm/16 m	171 cm/15 m	168 cm/15 m
Skidmått, nos/midja/bak	117/76/ 103 mm	118/74/ 103 mm	124/75/ 107 mm	121/79/ 107 mm	123/78/ 108 mm	124/78/ 110 mm	126/82/ 109 mm

Leverantörer

www.atomicsnow.com
www.elanskis.com
www.fischer-ski.com
www.head.com
www.k2sports.com
www.nordica.com
www.rossignol.com
www.salomonsports.com
www.voelkl.com



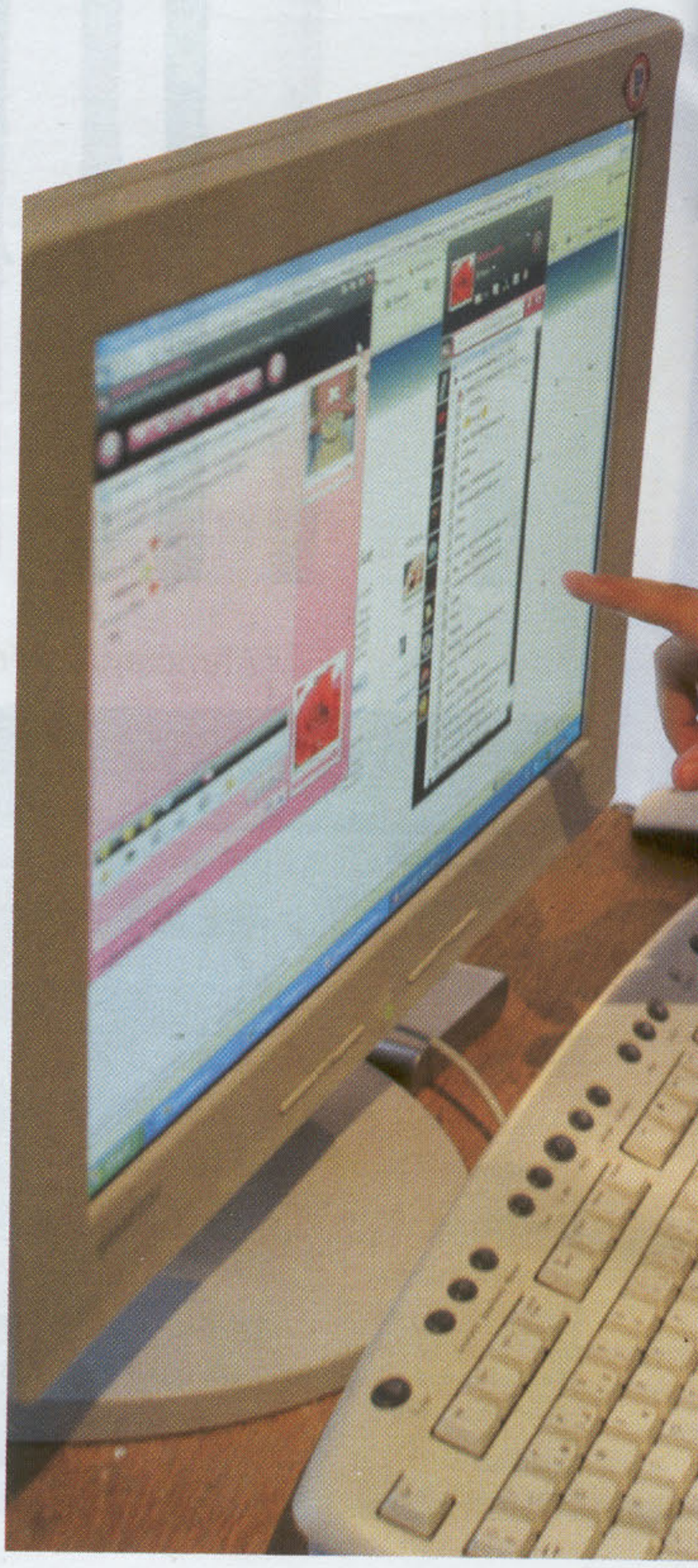


FOTO JENNY GAULITZ

Dagens skidor är anpassade för olika ändamål. Längst till vänster en fatski, feting, rejält bred i både midjan och nosen och avsedd för lössnöåkning. Intill en pistskida med betydligt smalare midja. På bilden till höger en freestyleskida med två nosar, twintip, som gör att man kan åka både fram- och baklänges på den.

På nätet tillsammans

Allt fler barn använder internet – chatt och spel lockar. Rubriker om mobbning, spelberoende och fula nätgubbar gör dock föräldrar oroliga. Hur ska man förhålla sig till sitt barns användande av nätet?



I somras exploderade intresset för internet hemma hos familjen Ferm-Landström på Öckerö.

– Tidigare hade barnen varit helt ointresserade men nu ville båda två vara ute och chatta eller söka efter information, säger Ulrika Ferm.

För att hålla koll på vilka sidor Samuel och Hilda, 12 och 9 år, är inne på har de datorn på en väl synlig plats. Familjen har också pratat mycket om vad som kan hända och att det finns vuxna som utger sig för att vara barn. De försökte först begränsa vissa sidor genom att ställa in webbläsaren men det gjorde att ingen kom ut någonstans och därför gav de upp.

– Generellt går det inte att stoppa utvecklingen utan det är bara att förhålla sig. Det kräver nya saker av oss föräldrar.

Pia och Mats Wester i Nacka valde i stället att minska sina barns internetanvändande. De tyckte att det blev för mycket och när inte tjat räckte begränsade de barnens användande genom ett program för föräldrakontroll med tidlås för internet. Det innebär att de anger vilka sidor barnen får gå in på och under vilka tider. Barnen är 14 och 9 år.

– Vi har också förbjudit msn eftersom chattandet blir som ett beroende som inte går att styra över för barnet. Det blir som en pseudovärld på internet, där andra regler gäller och saker och känslor förstoras upp, säger Pia Wester.

Det positiva med internet är att barnen knutit kontakter med andra barn i samma ålder som har samma intressen som dem. Barnen använder också internet i sitt skolarbete.

Svårt hitta program

Dock var det inte helt enkelt att hitta ett bra program för föräldrakontroll och installera det. Det program familjen Wester använder, som de hittade på internet, spärrar med hjälp av ord och i början hindrade programmet sidor som behövdes för till exempel skolarbetet.

– Det var en del pyssel för att få det att fungera. Det bästa med programmet är att jag kan se vilka sidor barnen har varit på och att det begränsar tiden, säger Mats Wester.

Enligt det statliga Medierådet har 72 procent av alla barn tv, video/dvd, tv-spel och/eller dator på sitt rum. Datoriseringen gick fort i Sverige eftersom många skolor var snabba att införskaffa datorer och många familjer kunde köpa datorer förmånligt via sina arbetsgivare.

Internetanvändandet bland barn ökar hela tiden. 2005 använde 17 procent av barnen och 48 procent av ungdomarna internet varje dag, året efter hade användandet ökat till 28 respektive 54 procent. Medievardagen för barn och ungdomar ser alltså helt klart annorlunda ut i dag än vad den gjorde för tio år sedan.

Barn och ungdomar använder internet på ett annat sätt än vad vuxna gör.

– Vuxna söker information. Barn och ungdomar kommunicerar med varandra eller spelar, säger Johanna Parikka Altenstedt, sociolog och mediepedagog som har undersökt barns och ungdomars vanor på internet.

Hennes undersökning visade att barnen förutsatte att föräldrarna skulle ha mer kontroll över dem.

– Men de vuxna visste inte hur de skulle

Så begränsar du surfandet

Det finns ett tiotal program för föräldrakontroll och de fungerar lite olika. De är oftast uppdelade i en barn- och en tonårsprofil. Företaget F-Secure har exempelvis ett säkerhetsprogram med inkluderad föräldrakontroll. Det spärrar inte ord utan hindrar olämpliga internetsidor. Det kan också begränsa barnens internettid med tidlås.

– Vad som anses vara olämpligt är olika. Men vi har valt ut ett antal kategorier som föräldrarna kan välja att blockera, som spel, våld och porr, säger Jonas Engberg på F-Secure.

Programmet uppdateras regelbundet med nya olämpliga sidor men alla användare kan själva anmäla olämpligt material som F-Secure sedan lägger till.

Som förälder erbjuds man också att själv blockera specifika sidor som inte faller under någon av kategorierna men som man av olika anledningar inte vill att barnen besöker.



För att Ulrika Ferm ska kunna ha kontroll över vilka sidor Hilda och Samuel går in på är datorn placerad på en väl synlig plats i familjens hem.

bete sig på nätet och de trodde inte heller att barnen ville att de skulle lägga sig i. Hennes råd till alla föräldrar är att tala med barnen. Att ta sig tid till det är minst lika viktigt som att lära ut trafikregler.

– Låt barnen visa vad de gör på nätet. Vad är det som är inne nu? Vad är det värsta de har sett och vilka är deras favoritsidor?

Undersökningen visade också att många är väldigt privata på nätet – hela deras liv låg öppet för alla. Studien har några år på nacken men har bekräftats av senare undersökningar.

Att barn och ungdomar framförallt använder nätet för att kommunicera bekräftas av Medierådets siffror. I topp ligger chattandet, följt av spel och vanligt surfande.

Diskuteras flitigt

Barn och ungdomar tar snabbt till sig den nya tekniken och många vuxna halkar efter. Alla tidningsartiklar om mobbing, förföljelse, spelberoende och nätpedofiler gör ingen förälder lugnare. Internetregler är en stående punkt på många föräldramöten runt om i landet och i många familjer diskuteras frågan flitigt.

– Många föräldrar blir oroliga över att inte förstå vad de unga håller på med, säger Magnus Söderberg, ansvarig för nätvandringen på Fryshuset.

Nätvandring innebär att vuxna går in eller loggar in sig på communities som ungdomarna besöker. De är helt öppna med att de är där och har en speciell identitet som bara Fryshusets personal kan ha, det vill säga den går inte att kopiera.

– Ungdomarna blir trygga av att veta att det finns vuxna i närheten. Det gör också att en del skärper sig och inte spårar ut. Skulle det hända något vet de att det finns en vuxen att vända sig till. ▷

▷ Föräldrar måste sätta sig in i ungdomarnas värld och kultur, utan att kränka deras integritet. Det gör att föräldrarna blir mindre oroliga, poängterar han.

– Det går inte att bara förbjuda – alla andra är där – i stället måste man prata med sina barn om vad de gör på nätet.

Medierådet vill minska den moralpanik som ofta uppstår i samband med medierapporteringen kring unga och internet. Rådet vill nyansera bilden och även framhålla det som är positivt med nätet.

– Vi tror inte på begränsningar eller att föräldrar ska försöka filtrera det som finns på internet. Barnen lär sig snabbt att komma förbi och det ger en falsk känsla av säkerhet, säger Lena Fagerström på Medierådet.

Lära ut källkritik

I stället arbetar rådet för att informera vuxna om hur barn ska bete sig säkrare på nätet. Det sker genom information på rådets hemsida, samarbete med andra organisationer och utbildningar.

– Vi tror på att föra en dialog med barnen och att göra dem källkritiska till den information som finns.

Rådet vill också lära ut att samma regler gäller på internet som i övriga samhället. Många tror att de är anonyma på nätet, men så är det inte.

– Ett tjyvnyp i skolan syns inte medan ett påhopp på nätet faktiskt går att spåra.

Det finns också en fara i att hindra barn från att vara på nätet. Det tycker Annelie Persson, Goodgame, som sitter i Medierådets styrelse. Goodgame är en konsumentorganisation som arbetar för att förbättra spelkonsumenternas villkor. De som inte får använda internet halkar efter i teknikutvecklingen och missar viktig kompetens inför framtiden, anser hon.

– I onlinespelet World of warcraft utför man uppdrag. Genom spelupplägget lär barn och unga sig mycket om samarbete, ledarskap och att arbeta efter deadlines och resultat i sina klaner. Erfarenheterna förvärvas på ett naturligt sätt som inte ens den svenska skolan klarar av i dag.

Det är oförtjänt mycket negativ publicitet kring spelande och internet. Föräldrar engagerar sig i sina barns träning men inte i sina barns spelande, nätet betraktas som något fult, anser hon.

– Alla pratar om hur viktigt det är med fysisk träning men inte om den mentala träningen. It-tekniken gör att vi tränar vår förmåga att utföra många aktiviteter simultant. Barnen är redan mästare på att chatta och messa samtidigt som de också kan spela och ha koll på vad som dyker upp på skärmen. Vi människor har en stor mental potential som vi kanske inte är så bra på att ta tillvara.

Begränsningar är inte bra och alla måste lära sig av sina misstag. Många gånger är barnen själva mer insatta i eventuella faror än föräldrarna. Barnen lär sig av varandra. Sannolikheten att man råkar illa ut på nätet är enligt Medierådets undersökning ”Ungar och medier” marginell.

De som löper störst risk att råka illa ut är i någon bemärkelse redan sårbara, säger Annelie Persson. □

TEXT **HELÉNE GÖTBERG**
FOTO **JOAKIM ROOS**

Har du några synpunkter på barn, ungdomar och internet? Vill du dela med dig av dina erfarenheter, goda som dåliga? Hör av dig till oss. Kontaktinformation finns på vår hemsida, www.radron.se.

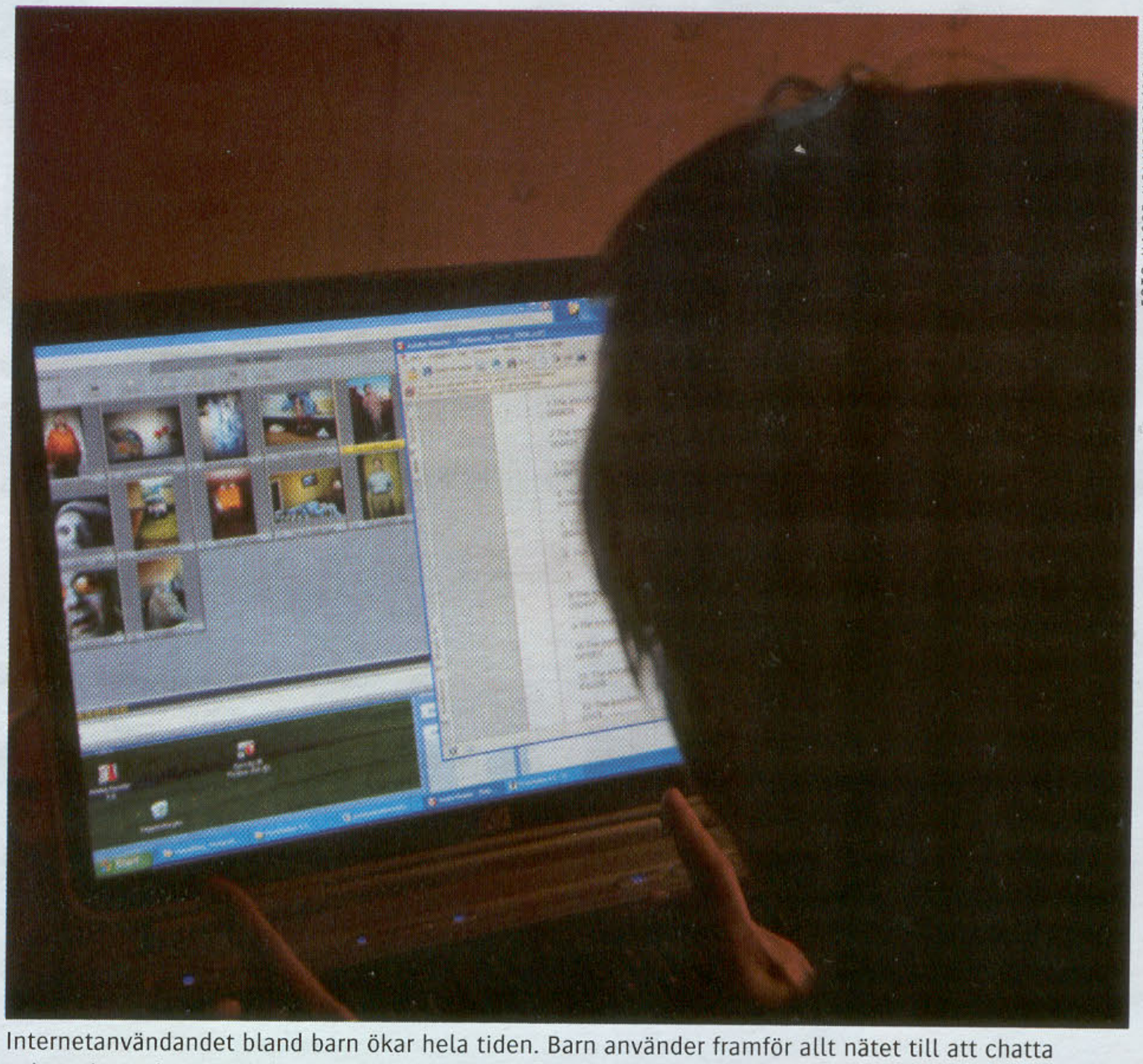


FOTO HASSE HOLMBERG/SCANPIX

Internetanvändandet bland barn ökar hela tiden. Barn använder framför allt nätet till att chatta och spela spel.

Skräpmatsreklam på många webbsidor

Många internetsidor som barn besöker gör reklam för ohälsosam mat, visar en undersökning från Sveriges Konsumenter. Av de undersökta sidorna, 47 företagssidor och 56 sidor som barn besöker som till exempel communities, innehöll 31 procent reklam för mat som inte är nyttig. Företagssidor var till exempel Arla, Burger King, Kelloggs och Pepsi. Ofta går budskapet ut på att barnen ska vinna en tävling genom att äta så mycket godis som möjligt eller besöka ett spökslott där de ska hitta en godisskatt.



– Barnen lockas in på företagens sidor med spel, tävlingar, pyssel och kalastips, säger Louise Ekström på Sveriges Konsumenter.

Även på communities görs det reklam. Barnen uppmanas dessutom att tipsa sina kompisar.

– Ibland är inte avsändaren tydlig och på vissa communities är det professionella vuxna som chattar med barnen för att sprida ett budskap.

Marknadsföringsbudgeten för företagen stiger men företagen köper allt mindre reklamutrymme.

– Vi misstänker att företagen satsar sina pengar på bland annat internet och att en del väljer att anlita företag som chattar med barn.

Funkar, funkar inte . . .



FOTO TRONS/SCANPIX

Den lyser så röd och rejäl emot mig. Mitt livs första telefon, tillverkad av kraftig melaminplast. En greppvänlig lur, en nummerskiva med stora hål där fingret inte slinter och ringer upp främmande människor. Telefonmodellen är från en brytpunkt i mitt liv. Jag lämnade barndomen då man slutade att svara med numret. Mormor ropade alltid högt i luren: tolv, noll, sju, sju! Som tonåring på 70-talet var man modernt avspänd och svarade med efternamnet.

Förmodligen kommer min röda telefon att hålla hela livet. Jag slår vad om att jag skulle kunna ställa telefonen på golvet, hoppa på den med träskor och den skulle tåla det.

Annat är det med nyproducerade telefoner. Köpte för några år sedan en stationär Teliatelefon till min arbetslokal och höll på att bli tokig på en hårt brummade ton i luren. ”Oj, vad det surrar!” sa alltid folk jag ringde till. Inte nog med det. Det har länge vilat en förbannelse över mina trådlösa telefoner. De är tvålaktigt formgivna, halkar lätt ur handen och dunsar i golvet. Som om de vore gjorda av porslin dör de på fläcken. Det är bara att köpa en ny. Telias modeller har kortkort livslängd. Vi köpte två likadana, en till hemmet och en till makens arbetslokal. Båda dog snabbt. Köpte sedan två Siemens som verkar hålla bra. Klarade av en duns i golvet. Den tappade andan för ett kort tag – men kom igen.

Det stora problemet är trots allt den undermåliga kvaliteten på mobiltelefoner. Min man köpte en Nokia N93 när den var ny på marknaden för ett och ett halvt år sedan. Den hade videokamera och hög upplösning på den vanliga fasta kameran: maken behövde den för sin yrkesverksamhet. Problemet var bara att den var värdelös på den viktigaste funktionen: att telefonera! Mitt under samtalen stänger den av sig och – i bästa fall – startar den om. Det är något absurt med en telefon för 5 500 som man inte ens kan ringa med. De som ringer angelägna samtal undrar naturligtvis varför maken håller sig med billigt strunt.

En kollega till maken köpte en likadan telefon och konstaterade: man kan göra precis allt med den – men inte ringa.

Det här påminner mig om när jag bodde i USA ett år, 1979. Jag var 19 år och arbetade som au pair i en välbeställd familj utanför New York. Minns att hushållsmaskinerna pajade jämt. Dammsugaren var plastig och skör som en Barbieleksak. Familjens flotta bilar åkte ständigt in på verkstad. Jag minns att jag reagerade på all ömtålig elektronik och tänkte: Så här är det i alla fall inte i Sverige!

Men nu är vi där. Elektronikföretagen är hårt speedade och särskilt när det gäller telefonbolagen handlar det om att kläcka nya idéer och bräcka grannen. Kapplöpningen mellan Nokia och Ericsson gör att det är viktigare med en snabb uppdatering av en mobilmodell än att förädla kvaliteten.

Konsumenterna har reducerats till en försökspanel för ofärdiga produkter.

Mitt i all elektronikstress orkar ingen protestera.

I stället ringer man en kompis och klagar. Och kompisen säger: ”Vilket skit, min funkar inte heller.” □

”Konsumenterna har reducerats till en försökspanel för ofärdiga produkter.”

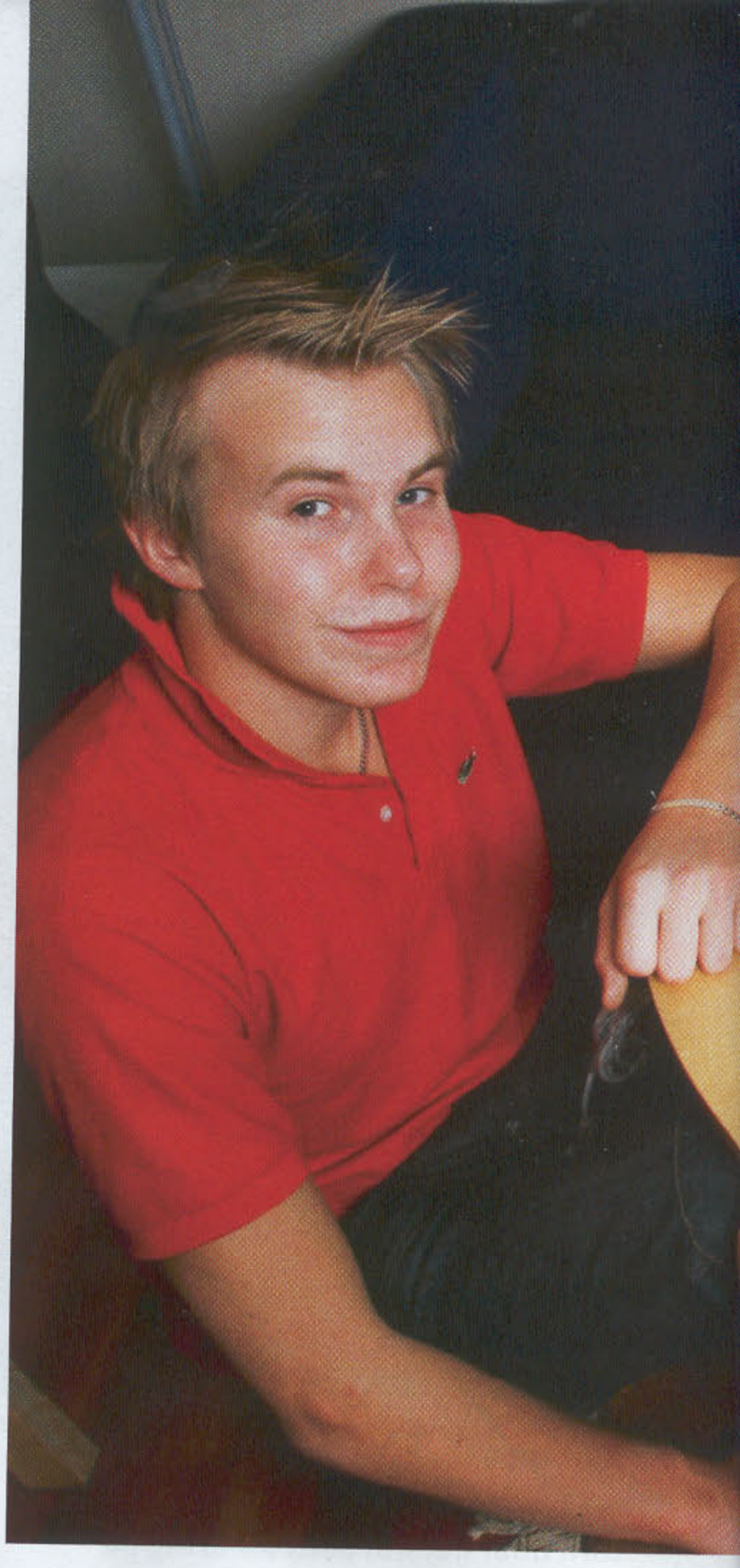


FOTO HÅKAN OLSSON

Anneli Jordahl
Författare och kulturjournalist

Skapligt ljud för musikskatten

Allt fler laddar ner sin musik från nätet. Du kan göra din egen musikmix att lyssna på i mp3-spelaren eller lyssna direkt från datorn. Nu finns riktigt bra högtalare att koppla till datorn, visar vårt test. Högtalare för mp3-spelare är behändiga men ger sämre ljud.



Det går fort i ljudbranschen. Apples Ipod, den tongivande mp3-spelaren, firade just sin sexårsdag. Då, med 5 gigabyte, kunde den lagra ”fantastiska” 1 000 låtar enligt reklamen. I dag finns Ipod på 160 gigabyte, där du kan lagra upp till 40 000 låtar. En ofantlig musikskatt som hämtas från nätet och som du mixar ihop själv efter tycke och smak.

Är den traditionella cd-spelarens saga all?

På Elgiganten i Stockholm city tapetserar mp3-spelarna, eller mediespelarna som de numera kallas (du kan lagra film i flera av dem också) en hel vägg. När vi pressar säljaren Björn Nilsson-Åkerberg på vilka som köper, erkänner han att det är ”få över 50”. En generationsfråga med andra ord.

Ta med överallt

Bland de yngre är mediespelarna och musik från datorn desto mer dominerande. Och därför finns nu också dockningsstationer med högtalare för mediespelare. Att ta med sig på fjällsemestern eller, till sommaren, på stranden. Om man är van att lyssna på sin egen musikmix från datorn hemma vill man kunna ta med sig den musiken ut eller när man reser bort också.

Det finns mindre, bärbara högtalare för mediespelare. Och större, mer stationära att ha i vardagsrummet som ersättare till hemmastereon.

Ytterligare en produktgrupp, högtalare för datorer, säljs också mycket. Alltså inte små högtalare, som vanligtvis hör till datorn, utan större med baslåda, subwoofer, och två satellithögtalare som återger diskant och mellantoner. Allt för att göra musiklyssnandet mer njutbart.

För de större högtalarna skjuter priserna raskt i höjden.

– Du betalar för bra ljud men självklart också för design. Det finns alltid de som betalar för cool design som sticker ut, där kan du nästan sätta vad som helst på prislappen, säger Björn Nilsson-Åkerberg.

Storleken har betydelse

Vi har testat sju högtalare för mediespelare och sex för datorer. Och visst är det så att du får bättre ljud i de större och tyngre högtalarna. Det är en naturlag, de små högtalarna rymmer inte tillräckligt mycket luft för att kunna återge ljudet korrekt. Det är framför allt bastonerna som inte helt kommer med.

Däremot är det glädjande nog inte alltid dyrast som är bäst. Behringer MS40, vinnaren bland datorhögtalarna, är mer än tusenlappen billigare än tvåan Bose Companion 3.

Detsamma gäller högtalarna till mediespelarna där vinnaren Creative Playdock i500 definitivt inte hör till de dyraste. Det gör två av högtalarna med sämst ljud, Tivoli Audio iSongBook och JBL On time.

Lyssnarpanel

Ljudet har testats i ett laboratorium, där man mätt hur korrekt högtalarna återger olika signaler. Man har också mätt vissa störande ljud. Det viktigaste testet har dock gjorts av en lyssnarpanel. Den har bestått av sex personer: tre musikfantaster runt 40, vana vid högkvalitativa hifianläggningar, och tre runt 20, som var vana att lyssna på mediespelare. De har fått sitta i ett rum med ett tyg mellan sig och högtalarna som släppt igenom ljud men inte ljus. De har alltså inte kunnat se vilken av högtalarna som spelat för tillfället. För att få en referens fick de först lyssna på musik och tal från en riktigt bra hifi-anläggning. Musik av Schubert, Bizet och med Miles Davis och Bryan Adams strömmade ur högtalarna; en rejäl spännvidd från kammarmusik till jazz och rock alltså.

Det här ljudet fick toppbetyget 9. Ingen av datorhögtalarna nådde dit, den bästa fick betyg 7. Bra högtalare, men ännu en bit kvar till högsta hifi-standard med andra ord.

Olika krav

Det var större variation på högtalarna till mediespelarna. De två bästa, Creative Playdock i500 och Altec Lansing inMotion, hade nästan lika bra ljud som vinnaren bland datorhögtalarna, Behringer MS40. De tre sämsta högtalarna lät å andra sidan inget vidare. Logitech mm50 och JBL On stage är helt enkelt för små för att åstadkomma ett bra ljud.

Men det är lite som att jämföra äpplen och päron. Behringers högtalare är två bastanta saker med konventionellt utseende som behöver rejält med utrymme i hyllan eller på skrivbordet.

En högtalare för mediespelare ska å andra sidan vara lätt att ta med sig och smidig att hantera. Kravet på en subtil ljudåtergivning kan kanske då få stå tillbaka något.



David Ekström till vänster, Linnea Elmhammar och Johan Olsson är måttligt entusiastiska inför Logitechs mm50:s mp3-högtalare längst fram på bilden, "liten och plastig" blir omdömet. Harman Kardons genomskinliga subwoofer med två satelliter väcker större intresse, "högtalare till datorn har vi mer användning för."

Dockningsstationerna för mediespelare i testet är alla valda för att passa Ipod, men de fungerar även med andra märken. Om spelaren inte passar in i dockningsutrymmet kan man koppla spelaren med en sladd till stationen. Kanske inte så snyggt eller praktiskt precis. Ta med dig spelaren till butiken och prova! Och be säljaren förklara hur det fungerar och om extra sladd behövs.

I Altec Lansing inMotion iM9 kan man reglera utrymmet för större och mindre spelare, men det är krångligt och hållaren känns lös. JBL On time är dock den som är krångligast att sköta.

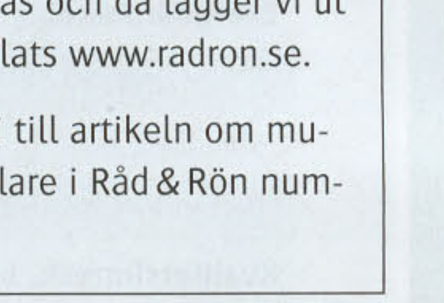
Dockningsstationerna kan även kopplas med sladd till mobilen.

Det är stora skillnader mellan hur mycket ström högtalarna drar. De flesta kan man inte stänga av utan de står på ständig standby. Dåligt! □

TEXT **CRISTINA FARM**
FOTO **BIRGITTA RYDBECK**

TESTRESULTAT ▷

För liten display



Mediespelarna må vara bra på att spela musik. Men de är fortfarande dåliga på att visa film, visar vårt test på sidan 32.

Vi testar musik- och mediespelare kontinuerligt. Därför utser vi ingen testvinnare i det här testet av spelare som kom tidigt i höstas. Samsungs mediespelare får högt betyg, men den och Cowons mediespelare har fortfarande för liten display för att det ska bli njutbart att se film i dem.

Vi har testresultaten för Ipods senaste versioner ungefär samtidigt som den här tidningen publiceras och då lägger vi ut dem på vår webbplats www.radron.se.

I övrigt hänvisar vi till artikeln om musik- och mediespelare i Råd & Rön nummer 7/07.

Lyssnar mest på mobilen

Vi tog med oss tre högtalare till några musikälskande tonåringar i Järfälla norr om Stockholm, för att de skulle tycka och känna. Vi samlas hemma hos David Ekström i ett rum präglat av hela familjens musikintresse, här finns pappas gitarr och syster Fridas digitalpiano. Och inte minst Davids dator, fulladdad med tusentals låtar, hårdrock mest.



Det är också Harman Kardons spektakulära, genomskinliga högtalare för datorer som väcker mest intresse. Även Linnea Elmhammar och Johan Olsson lyssnar mest på datorn när de är hemma eller hos kompisar. Ute på stan har de nedtankad musik i mobilen, det är enklast så med en enda pryl att hålla reda på. Alla tre byter mobil ungefär en gång om året för att ha den senaste.

Så mp3-spelaren har redan spelat ut sin roll?

Nja, Linnea har med sig sin brors som hon klämmer in i Logitechs mm50:s högtalare. Men hon är skeptisk, tycker att den är för liten och plastig.

David är mer intresserad av Altec Lansing inMotion im7.

– Den är mer rejäl, mer som en cd-spelare att bära omkring.

Något att satsa studiebidraget på?

– Nej, absolut inte. Det skulle väl vara pappas pengar då, säger David och skrattar.

Johan sitter fortfarande och klämmer på Harman Kardons högtalare, den är klar favorit, något att höra rapparen 50 Cent ur därhemma. Kanske blir det ett köp i alla fall. □

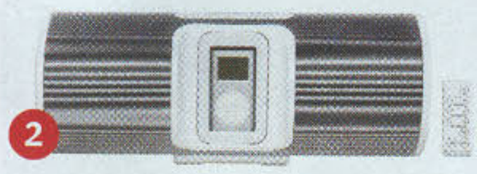
Råd&Rön BÄST I TEST















Mediespelarhögtalare

Tillverkare Modell	1. Creative Playdock i500	2. Altec Lansing inMotion iM7	3. Altec Lansing inMotion iM9	4. JBL On time	5. Logitech mm50	6. Tivoli Audio iSongBook	7. JBL On Stage II
Samlat betyg	65	62	61	57	49	46	44
Prisspann PriceRunner.se	1 429–2 039:–	1 376–2 044:–	1 168–1 946:–	2 134–2 434:–	972–1 495:–	2 955–4 049:–	1 459–1 495:–
Ljudkvalitet, betyg	6	6	5	6	4	3	3
Lyssnarpanel	6	6	5	6	4	3	3
Frekvensrespons	6	6	6	6	3	3	3
Hanterbarhet, betyg	8	7	6	5	7	8	7
Volym och ljudinställning	9	7	5	6	5	9	6
Kontroll av mediespelaren	9	6	4	4	7	8	8
Energiförbrukning, betyg	9	6	9	4	6	6	6
Under drift, 70 dB(A)	4 W	8 W	2 W	10 W	4 W	5 W	9 W
Standby	1 W	3 W	0 W	5 W	3 W	3 W	2 W
Batteridrift/drifttid, timmar	Ja/8	Ja/20	Ja/10	Nej	Ja/5	Ja/8	Nej
Kvalitetsintryck, betyg	7	8	9	8	8	7	9
Bärbarhet, betyg	6	5	7	5	9	8	9
Storlek, b x h x d	36 x 16 x 16 cm	43 x 16 x 16 cm	28 x 20 x 8 cm	28 x 23 x 23 cm	32 x 10 x 7 cm	28 x 16 x 6 cm	18 x 4 x 18 cm
Storlek dockningsplatta, b x h x d	–	–	–	–	–	–	–
Storlek satellithögtalare, b x h x d	–	–	–	–	–	–	–
Storlek bashögtalare, b x h x d	–	–	–	–	–	–	–
Vikt	2,4 kg	3,8 kg	2,1 kg	1,9 kg	0,8 kg	1,4 kg	0,5 kg

Vad säger tabellen?

Testet är gjort i samarbete med den internationella testorganisationen ICRT där Råd & Rön är medlem.

Samlat betyg: En 100-gradig skala där 1 är sämst och 100 är bäst. Betyget är inte en sammanräkning av de olika delbetygen utan räknas samman enligt en viktningsmetod där delbetygen ges olika procentandelar. Ljudkvalitet står för 65 procent, hanterbarhet för 15 procent, energiförbrukning 10 procent, kvalitetsintryck 5 procent och bärbarhet 5 procent.

Delbetygen anges i skala 1–9 där 9 är bäst.

Prisspann, Pricerunner: Prisuppgifterna är inhämtade av Pricerunner i oktober 2007.

Ljudkvalitet: Lyssnarpanel: En panel med sex personer lyssnade på högtalarna. Tre var vana vid att lyssna på hifihögtalare av hög kvalitet, tre vid att lyssna på mediespelare. De fick lyssna på olika slags musik, klassiskt, rock och jazz, samt tal. De bedömde högtalarna efter ett frågeformulär och satt i ett rum där de inte kunde se dem.
Frekvensrespons: Hur väl en högtalare återger en viss signal. Det har mätts i ett laboratorium.

Hanterbarhet: Hur enkla högtalarna är att sköta. Fem personer, två experter och tre icke-professionella, provade högtalarna med tillbehör: hur lätta de var att installera och koppla till datorn eller mediespelaren, hur lätt det var att ställa in ljud och volym, hur fjärrkontrollen fungerade och så vidare. De bedömde också bruksanvisningen.

Energiförbrukning: Har mätts både under drift och vid standby. Några av högtalarna kunde inte stängas av och drog alltid ström.

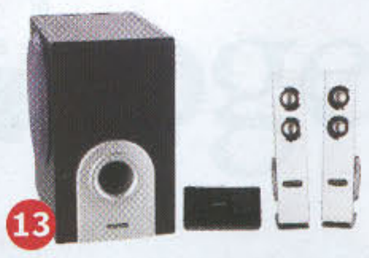
Batteridrift/drifttid: Hur länge högtalarna går innan batteriet måste laddas om.

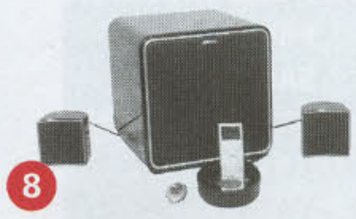
Kvalitetsintryck: Två experter har granskat hur välgjorda högtalarna är, hur hållbara material de är gjorda av, hur stabilt de står och eventuella vassa kanter. Satellithögtalare och fjärrkontroller har testats genom att de fått falla mot ett hårt golv med en tunn matta från 50 centimeters höjd. Testet har upprepats fem gånger.

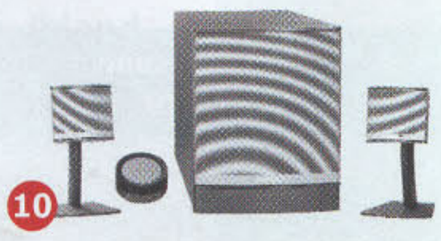
Bärbarhet: Hur lätt högtalaren är att bära med sig.















Kombinerade högtalare		Datorhögtalare				
8. Jamo i300	**9. Behringer MS40**	**10. Bose Companion 3, Series II**	**11. Logitech Z-2300**	**12. Harman/Kardon Sound Sticks II**	**13. Creative I-Trigue L3800**	**14. JBL Creature**
59	**68**	**65**	**64**	**61**	**59**	**49**
3 395–3 500:–	**1 226–1 699:–**	**2 895–2 995:–**	**1 274–1 954:–**	**1 548–2 373:–**	**1 187–1 732:–**	**878–1 164:–**
6	**7**	**6**	**6**	**7**	**6**	**5**
6	7	6	7	7	6	5
6	5	5	5	5	7	5
7	**8**	**8**	**7**	**5**	**7**	**6**
8	–	–	–	–	–	–
7	–	–	–	–	–	–
4	**9**	**8**	**8**	**5**	**3**	**4**
13 W	10 W	18 W	19 W	7 W	13 W	13 W
4 W	0 W	0 W	0 W	4 W	6 W	5 W
Nej	–	–	–	–	–	–
7	**7**	**8**	**7**	**8**	**7**	**7**
3	**2**	**3**	**1**	**4**	**3**	**5**
–	–	–	–	–	–	–
11 x 16 x 3 cm	–	–	–	–	–	–
9 x 9 x 10 cm	18 x 28 x 26 cm	8 x 15 x 8 cm	9 x 17 x 16 cm	9 x 25 x 9 cm	5 x 24 x 10 cm	8 x 7 x 8 cm
25 x 26 x 26 cm	–	17 x 25 x 36 cm	28 x 28 x 40 cm	24 x 26 x 24 cm	19 x 30 x 30 cm	23 x 22 x 23 cm
8,8 kg	8,4 kg	7,6 kg	12,4 kg	3,5 kg	5,5 kg	2,3 kg

Kort om testet

Högtalarna, dockningsstationerna, för mediespelare passar i första hand Ipod men kan även fungera för andra spelare.

Bäst ljud får du i **Creative Playdock i500** och **Altec Lansing inMotion iM7**. Den senare är lite tung att bära med sig.

De tre minsta högtalarna **Logitech mm50**, **Tivoli Audio iSongBook** och **JBL On Stage**, låter inget vidare.

JBL On time är krånglig att sköta.

Högtalarna för datorer har bättre ljud även om de inte kommer upp i samma nivå som en riktig hifi-anläggning. **Behringer MS40** har bästa ljudet utan att vara dyrast.



Lyssnarpanelen placerades bakom ett tygskynke och fick bedöma ljudet från högtalarna.

Leverantörer

Altec Lansing: www.alteclansing.com

Behringer: www.behringer.com

Bose: www.bose.se

Creative: www.creative.com

Harman/Kardon: www.harmankardon.se

Jamo: 042-20 11 10, www.jamo.com

JBL: www.jamo.com

Logitech: 08-501 632 80, www.logitech.com

Tivoli Audio: 031-20 16 66, www.tivoliaudio.se



	Musikspelare			Mediespelare		
Tillverkare Modell	**Samsung YP-U3**	**iriver T60**	**Creative Zen Stone Plus**	**Samsung YP-T9**	**Cowon iAudio 7**	**Philips SA6045**
Samlat betyg	69	57	48	72	67	63
Prisspann PriceRunner.se	862–890:–	999–1 290:–	582–964:–	1 839–2 518:–	1 799–2 506:–	1 474–1 713:–
Ljudkvalitet, betyg	7	6	5	7	6	6
Bildkvalitet, betyg	–	–	–	5	5	5
Filmkvalitet, betyg	–	–	–	För liten display för film	För liten display för film	4
Displaymått, b x h	22 x 11 mm	21 x 11 mm	12 x 10 mm	35 x 28 mm	25 x 20 mm	44 x 33 mm
Hanterbarhet, betyg	6	4	4	7	6	7
Utformning, betyg	9	6	7	6	5	5
Mångsidighet, betyg	5	6	5	6	7	6
Batteri, betyg	6	6	4	8	8	6
Speltid musik, timmar	15	14	10	30	45	23
Speltid film, timmar	–	–	–	6,5	18,5	6
Hållbarhet, betyg	8	9	8	9	8	8
Mjukvara, betyg	8	8	1	8	7	7
Skydd mot hörselskada, betyg	8	8	8	7	4	9
Ljudinspelning intern/mikrofon	Nej/ja	Nej/ja	Nej/ja	Nej/ja	Ja/ja	Nej/ja
Uppspelning av foto/ video/radio	Nej/nej/ja	Nej/nej/ja	Nej/nej/ja	Ja/ja/ja	Ja/ja/ja	Ja/ja/ja
Minnesstorlek/minnestyp	4 GB/flash	4 GB/flash	2 GB/flash	2 GB/flash	8 GB/flash	4 GB/flash
Storlek, b x h x d	27 x 80 x 11 mm	28 x 65 x 14 mm	35 x 55 x 11 mm	43 x 83 x 11 mm	36 x 76 x 19 mm	53 x 93 x 11 mm
Vikt inklusive batterier	22 g	33 g	19 g	47 g	51 g	73 g
Övrigt	–	–	–	Bluetooth	–	–

Vad säger tabellen?

Testet har gjorts i samarbete med den internationella organisationen ICRT, där Råd & Rön är medlem.

Samlat betyg: Anges på en 100-gradig skala där 1 är sämst och 100 är bäst. Betyget är ett samlat betyg för de olika delbetygen, som är viktat enligt följande: ljudkvalitet 30 procent, hanterbarhet 28 procent, utformning 10 procent, mångsidighet 10 procent, batteri 15 procent, hållbarhet 5 procent, mjukvara 2 procent.

Delbetygen anges i skala 1–9, där 9 är bäst.

Prisspann, Pricerunner: Priserna är hämtade från Pricerunner i oktober 2007.

Ljudkvalitet: En panel har lyssnat på pop, rock och klassisk musik både med hörlurarna som följer med spelarna och med andra hörlurar av god kvalitet.

Bildkvalitet: Bedömning av hur lång tid det tar och hur enkelt det är att ladda ner bilder, vilka filformat som stöds samt bildkvalitet på displayen. Det här betyget ingår inte i det samlade betyget eftersom alla spelare inte har den funktionen.

Filmkvalitet: Bedömning av hur lång tid det tar och hur enkelt det är att ladda ner film, vilka filformat som stöds samt bildkvalitet på displayen. Är displayen 1 000 mm² eller mindre har funktionen inte testats alls. Det här betyget ingår inte i det samlade betyget eftersom alla spelare inte har den funktionen.

Hanterbarhet: Hur enkelt det är att använda spelaren. Hur lätt det är att komma igång och använda den första gången, ladda ner musik och andra filer, använda menyer och hur bra bruksanvisningen är.

Utformning: Hur lätt och smidig spelaren är att bära med sig. Bedömning av mått, vikt, hörlursladdens längd och displayens storlek.

Mångsidighet: Hur många extra funktioner, kablar och uttag som finns och hur bra de är.

Batteri: Hur länge batterierna räcker och hur lång tid det tar att ladda dem.

Hållbarhet: Hur bra spelarna klarar mekaniskt slitage. Spelarna har bland annat tumlats i en falltestmaskin. Man har också undersökt hur bra displayen håller.

Mjukvara: Huruvida en speciell mjukvara krävs. Hur bra den medföljande mjukvaran fungerar. Viktiga funktioner är filhantering och konvertering av filer till format som spelaren är kompatibel med. Bäst betyg får de spelare som inte kräver speciell mjukvara utan kan användas direkt.

Skydd mot hörselskada: Huruvida det finns ett inbyggt skydd mot hög volym som kan skada hörseln och hur bra det fungerar.

Ljudinspelning intern/mikrofon: Om funktionerna finns eller inte.

Uppspelning av foto/video/radio: Om funktionerna finns eller inte.

Minnesstorlek/minnestyp: Tillverkarens uppgifter.

Storlek: Bredd x höjd x djup.

Vikt inklusive batterier: Vägd av labbet.

Övrigt: Andra egenskaper.

Leverantörer

Cowon: www.cowon.com

Creative: www.creative.com

Iriver: www.irivernordic.com

Philips: 08-598 520 00, www.philips.se

Samsung: 0771-400 200, www.samsung.com

Billig olja hotar regnskogen

Palmolja använder vi varje dag, ibland utan att veta om det. Den finns i tvålen vi tvättar oss med, i matfettet på smörgåsen och i frityroljan till pommes frites.

Världen vill ha mer palmolja – och skövlar regnskogen för att odla.



Oljepalmen växer bara i tropikerna. För att ge plats åt plantagerna skövlas enorma regnskogsområden.

Palmoljan har nästan blivit för lönsam. Konsumtionen sköt i höjden när livsmedelsindustrin behövde något att ersätta de härdade transfetterna med. Lösningen blev palmolja. Produktionen av den användbara oljan har mer än fördubblats de senaste fem åren. Men utvidgningen av odlingarna får negativa konsekvenser för miljön. Oljepalmen växer bara i tropikerna, och för att få plats för plantagerna skövlas gigantiska regnskogsområden. Skövlingen innebär bland annat att kol som bundits i växtligheten frigörs, koldioxid läcker ut från marken – allt bidrar till växthuseffekten. Dessutom leder kalhuggningen till att den biologiska mångfalden hotas när djur och växter dör ut av brist på näring.

– Palmoljan är billig och anses bra att använda i stället för härdade fetter, säger Irene Mattisson, nutritionist vid Livsmedelsverket. Och andelen produkter där den används ökar ständigt. Men egentligen är den ingen bra olja på grund av dess höga andel mättade fettsyror – runt 50 procent.

Kartlägger fetter

Livsmedelsverket håller just nu på med en undersökning av fettkvaliteten i bland annat kakor och popcorn för att se vad som har hänt efter att det härdade fettet tagits bort. Undersökningen presenteras nästa vår.

Irene Mattisson ser det som ett problem att tillverkarna inte behöver ange annat än ”vegetabilisk olja” på förpackningarna.

– Det gör det ju svårt för konsumenter som av olika skäl vill undvika palmolja. De måste kontakta företaget för att få reda på vilken olja som använts.

ICA anger dock om palmolja ingår i deras egna märkesvaror (EMV).

– Vi vill ha så stor öppenhet som möjligt, säger Kerstin Lindvall, miljöansvarig på ICA, därför anger vi om palmolja använts. Men vi kan bara påverka informationen på våra EMV, fast vi hoppas ju att övriga tillverkare vill följa vårt exempel.

Den ekologiska produktionen av palmolja är än så länge mycket liten – men den finns. ICA använder sådan olja bland annat till sina ekologiska pommes strips och frites. Man samarbetar med Världsnaturfonden i nätverket RSPO – Roundtable on sustainable palm oil. Detta nätverk, med säte i Malaysia, startades 2004 för att på olika sätt främja hållbar odling av oljepalmen.

Biobränsle

Men miljövännerna har mycket att kämpa emot. Nu har oljebolagen börjat intressera sig för palmoljan. Under hösten har svenska Greenpeace fört en aktiv kampanj mot OKQ8 som marknadsförde sin nya diesel Eco20 (innehållande 20 procent palmolja) som ”en grön världsnyhet”. Greenpeace anmälde OKQ8 till Konsumentombudsmannen för vilseledande marknadsföring. Ärendet är inte avgjort.

– Vi har koncentrerat oss på palmoljans användning som bränsle, säger Anders Hellberg på Greenpeace. Vi menar att man utsätter allmänheten för en bluff genom att påstå att palmoljan är miljövänlig – odlingarna är det definitivt inte.

– Greenpeace kommer att fortsätta att jobba politiskt med detta, vi vill stoppa skattebefrielsen för den här typen av drivmedel. Skattebetalarna ska inte behöva subventionera skövlingen av regnskogarna.

Söker alternativ

Naturskyddsföreningen, SNF, har också protesterat mot OKQ8:s palmoljediesel, men man vill inte gå så långt som till att mana till bojkott:

– Vi kommer att fortsätta med palmoljearbetet ungefär som tidigare, säger SNF:s generalsekreterare Mikael Karlsson. SNF arbetar inte med specifika bojkotter; det är tidskrävande, inte alltid effektivt och inte det bästa för just vår organisation. Vi anser dock bestämt att OKQ8 – och andra – inte ska använda palmoljebränslet. I allt väsentligt har vi samma uppfattning i denna fråga som Greenpeace och WWF.

Miljöorganisationernas protester ledde till att OKQ8 beslöt att inte använda palmolja i sin diesel. Lanseringen sköts på framtiden och oljebolaget undersöker nu vilka andra vegetabiliska oljor man ska ta med i sitt miljöbränsle. □

TEXT **INGRID JACOBSSON**
FOTO **ARDILES RANTE/GREENPEACE**

Palmolja

Palmolja utvinns ur oljepalmen, som ursprungligen kommer från Afrika. Den odlas i dag mest i Malaysia och Indonesien. Oljan utvinns dels ur palmfruktens kött, dels ur kärnorna (palmkärnolja).

Palmoljan används direkt i matlagning, mest i det asiatiska köket, och som tillsatsfett i livsmedel (kakor, popcorn, glass, choklad med mera). Dessutom kan palmolja användas som biobränsle till fordon (palmoljediesel) och i kosmetika, tvål, hudkrämer, rengöringsmedel och andra kemtekniska produkter samt till djurfoder (palmkärnprodukter).

Totalt produceras drygt 30 miljoner ton palmolja per år. Det mesta exporteras till USA och Europa. Sverige importerar drygt 85 000 ton ren palmolja per år. Men avsevärt mer kommer in i landet i förädlad form i olika produkter.

Dyra krediter bakom kedjornas lockrop

”Bli medlem i vår klubb och shoppa loss.”
Kläd- och heminredningsbutiker överträffar varandra i förmåns-erbjudanden. Men bakom dem döljer sig ofta dyra krediter.

Catharina Söderbergh i Kallhäll utanför Stockholm köpte nya täcken i en Hemtex-butik för sammanlagt 863 kronor. Om hon gick med i Hemtex club skulle hon få 10 procent rabatt och fler rabatter i framtiden, frestade försäljaren.

– Det lät ju bra, jag blev övertalad att gå med. Jag ville betala kontant, men det gick inte, jag skulle få en räkning hem.

Det här hände i maj, men räkningen dröjde till in i juni och då hade Catharina Söderbergh åkt på långsemester. När hon kom tillbaka i början av augusti låg både räkningen och en påminnelse i hennes lagrade post. Nu hade täckena blivit betydligt dyrare, de kostade med påminnelse, avi- och ränteavgifter 1153 kronor.

– Försäljaren hade inte sagt någonting om vare sig avi- eller räntekostnader.



Catharina Söderberghs täcken, som hon köpte på Hemtex, blev nästan 300 kronor dyrare när hon gick med i Hemtex Club. Med klubbkortet kan man inte betala kontant, bara mot faktura, och räntan räknas från inköpsdagen.

Sa upp medlemskapet

Hon betalade men skickade samtidigt ett argt mejl till Hemtex där hon sa upp sitt medlemskap i Hemtex club och bad att få tillbaka sina extrautlägg. Hemtex hade skickat den första fakturan tio dagar efter köpet och räntan hade räknats från första dagen. Om de hade skickat fakturan med en gång hade hon sluppit räntekostnaden och framför allt hade hon hunnit betala innan semestern.

– Efter mitt mejl med kopia till Råd & Rön fick jag pengarna insatta på mitt konto redan efter några dagar. Det var schysst, tycker jag. Men det är ett tråkigt sätt att lura folk på, man sägs få en rabatt men i själva verket påtvingas man ett lån. Så fungerar väl inte andra kundkort?

Lindex har ett liknande system, visar Råd & Röns granskning av kundklubbar i heminrednings- och klädbranschen. För att få attraktiva bonuspoäng med ditt Lindex clubkort måste du betala mot faktura, där ränta från första dagen och aviavgift tillkommer.

I de andra kundklubbarna, NK, Åhléns, H&M, KappAhl och Stadium, kan du välja mellan att betala kontant eller på kredit. Rabatterna får du som bonuspoäng och de räknas på samtliga inköp.

– Om det går för snabbt i butiken kan det vara svårt för konsumenten att bedöma värdet av en förmån. En kreditprövning måste alltid göras innan krediten beviljas, annars är det fel tågordning, säger Gunnar Wikström, byråchef hos Konsumentombudsmannen.

På Hemtex har man dock inga planer på att ändra sina villkor. Att Catharina Söderbergh fick tillbaka sina pengar beror på att man vill vara tillmötesgående mot kunden, säger Sanna Lindström, clubansvarig på Hemtex.

– Clubkortet är knutet till en kredit och man måste betala med kortet för att få de särskilda club-erbjudandena. Vi informerar alltid kunden om det, men den här gången måste vi ha missat det.

Den bristfälliga informationen som Catharina Söderbergh fick i butiken var dock ingen engångsföreteelse. Det har vi på redaktionen upptäckt vid butiksbesök, då försäljare lockat med Hemtex club. Aviavgiften har nämnts men inte ett ord om räntan.

Registrerar dina köp

Kundklubbarna är självklart attraktiva för butikskedjorna. Du lämnar dina personuppgifter och de kan registrera dina köp och sedan skräddarsy utskick och rabatterbjudanden till dig.

Reklamen för korten är massiv, känslan av utvaldhet och köpglädje betonas. H&M Club bjuder på ”Exklusiva Cluberbjudanden, som gjorda för att göra icke-medlemmar gröna av avund.” Åhléns vill ge dig ”det där lilla extra när du shoppar”.

Kedjorna lockar med modevisningar och klubbtidningar med tips om skönhet, kläder och heminredning. Och om du inte har pengar just de när hetaste nyheterna finns i butiken kan kundkortet snabbt bli kreditkort. Praktiskt, inte sant?

Men krediterna är mycket dyra, i vår granskning ligger den effektiva räntan hos samtliga utom KappAhl, KF och Stadium en bra bit över 20 procent. Att jämföra med bankernas kreditkort, typ Visa och Mastercard, där räntorna ligger kring 15 procent.

Det kan löna sig att fingranska villkoren. Lägsta effektiva räntan har KappAhl, strax över 13 procent. KappAhl har liksom Ikea och Åhléns en första räntefri månad, fördelaktigt om du är snabb med att betala av din skuld.

Duka, Wedins, Twilfit och Polarn & Pyret har också kundklubbar med rabatter och förmånserbjudanden. Men de har avstått från att knyta en kredit till kundkortet.

– Det är inte aktuellt, det är ju sällanköpvaror vi säljer. Vi registrerar inte heller våra klubbmedlemmars köp, säger Magnus Jirlow, marknadsansvarig på Duka.

Svårt förstå räntan

Konsumentverket och Konsumentombudsmannen har agerat mot de snabba och dyra sms-lånen, men har för närvarande inget ärende på gång mot kundklubbarna.

– Det är angeläget att informationen är tydlig om hur hög räntan är, säger Gunnar Wikström. Enligt konsumentkreditlagen ska det tydligt framgå vad en vara kostar kontant och med kredit. När lagen skrevs avsåg man traditionella avbetalningsköp, men i dag ser krediterna annorlunda ut. Det är svårt att förstå vad som är effektiv ränta, som konsument ser man lätt bara till månadskostnaden.

Den effektiva räntan ska alltid anges, det vill säga samtliga kostnader för lånet inklusive ränta och avgifter. Det här är dock en uppgift som butikskedjorna inte slår särskilt stort på. ”Just nu: Nollkampanj ” rubricerar Jysk sin ”räntefria” kredit. Först i de finstilta villkoren kan man läsa att sedan man skjutit upp betalningen av lånet i ett halvår väntar en effektiv ränta på 28,71 procent!

Varken Lindex eller Stadium angav effektiv ränta på sin hemsida, innan Råd & Rön tog kontakt med dem. Lindex skyndade sig dock att snabbt uppdatera sin sida.

Sämre alternativ

– Kundklubbarnas krediter har väldigt hög ränta i förhållande till beloppet du lånar. De hör till de sämre alternativen när du ska låna, säger Ulf Rydstedt, jurist vid Konsumenternas bank- och finansbyrå.

Han pekar på att även om du inte utnyttjar kreditutrymmet så är det en belastning om du söker en ny kredit. Om du har flera kundkort så kanske du till slut får ett nej om du söker ett nytt lån.

Ockerräntor?

Postorderfirmorna Ellos, Haléns och La Redoute är i en klass för sig. Hos dem ligger den effektiva räntan på 29 och 33,4 procent på kontokrediterna. Ellos och Haléns erbjuder också så kallade privatlån, lån utan säkerhet ”när du behöver ett tillfälligt lån, du väljer själv vad du använder pengarna till” som Ellos skriver på sin hemsida. På de här lånen är den effektiva räntan rekordhöga 34,49 respektive 33,4 procent!

Hur hög får en ränta vara? Ja, räntesättningen är fri men när räntan närmar sig 35 procent kan man tycka att gränsen mot ocker är hårfin.

Karin Hällsten på Konsumentverket har tidigare arbetat i många år som skuld- och budgetrådgivare i Karlstad.

– Ellos och Haléns räntor på över 30 procent är upprörande. De som tar sådana privatlån har ofta redan dålig ekonomi med flera lån.

Om du ska ha ett kreditkort, nöj dig med ett som du kan använda överallt, är Karin Hällstens råd. De har som regel lägre ränta och du betalar bara avgifter för ett kort.

– Butikskrediterna är förledande, det blir för enkelt att handla och så hamnar man i ett ekorrhjul. □

TEXT **CRISTINA FARM**
FOTO **JOHAN BERGMARK**

Vad är effektiv ränta?



Den effektiva räntan är den sammanlagda kostnaden för lånet inklusive ränta och alla avgifter som uppläggningsavgift, aviavgifter och så vidare. Enligt marknadsföringslagen måste den effektiva räntan alltid anges i marknadsföringen. Då kan konsumenten göra en rättvis jämförelse av de verkliga kostnaderna för olika krediter.

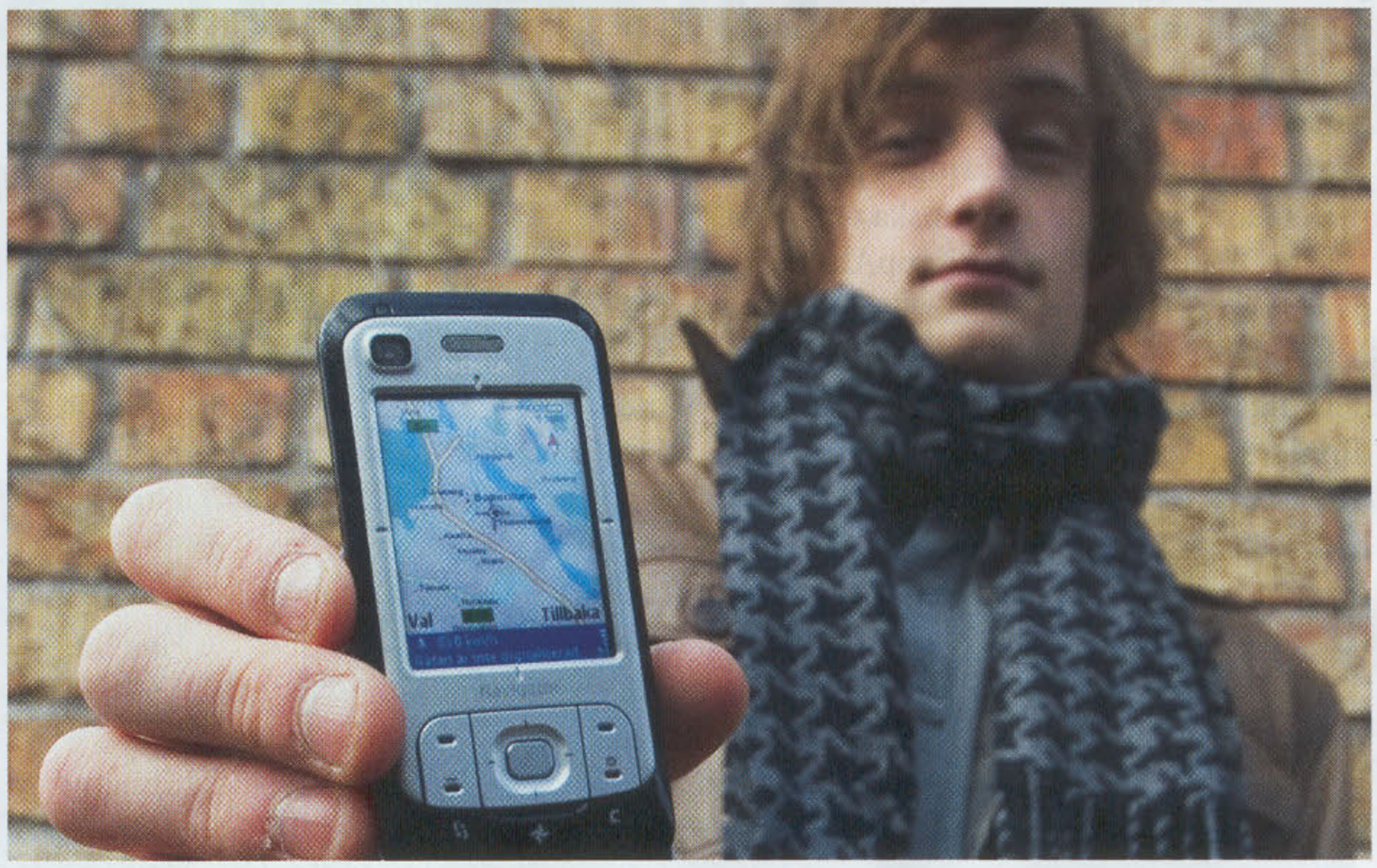
Så här mycket kostar kedjornas krediter

Butikskedja	Klubb/Kort	Avgifter	Effektiv ränta
Ellos	Ellos Konto	Inga avgifter.	29 % vid 10 000:–
Ellos	Ellos Privatlån	Inga avgifter.	34,49 % vid 10 000:–
Haléns	Haléns Konto	Inga avgifter.	33,4 % vid 10 000:–
Haléns	Haléns Privatlån	Inga avgifter.	33,4 % vid 10 000:–
Hemtex	Hemtex Club	Aviseringsavgift 19:–	21 % vid 10 000:–
H&M	H&M Club Konto	Faktureringsavgift 17:–	24,9 % vid 6 000:–*
Jysk	Jyskkort	Aviseringsavgift 24:–	28,71 % vid 10 000:–
Josefssons	Ellos Konto	Inga avgifter.	29 % vid 10 000:–
KappAhl	Coop MedMera	Aviseringsavgift 15:–	13,26 % vid 10 000:–
KF	Coop MedMera Visa	Aviseringsavgift 15:–	14,76 % vid 10 000:–
Lindex	Lindex Club	Aviseringsavgift 18:–	25,50 % vid 10 000:–
NK	NK Nyckeln Mastercard	Årsavgift 150:–, aviseringsavgift 12:–	23,70 % vid 10 000:–
La Redoute	La Redoute konto	Inga avgifter.	29 % vid 10 000:–
Stadium	Stadium Card med Konto	Aviseringsavgift 19:–	18,10 % vid 10 000:–
Åhléns	Åhléns Klubb Åhléns Master Card	Aviseringsavgift 15:–	23,43 % vid 10 000:–

*H&M beviljar bara kredit upp till 6 000 kronor.

Fick chockräkning efter kartnedladdning

17-årige Simon Edström laddade ner kartor till sin mobil. Tio dagar senare fick han en räkning på 7 000 kronor. Telenor anser att han använt fel server.



När mobilräkningen damp ner hos familjen Edström fick de en chock. I stället för nio kronor per dygn krävde Telenor 7 000 kronor för Simon Edströms kartnedladdningar.

Simon Edström ville ha en telefon som det gick att ladda ner kartor med från internet. Det vill säga han ville använda den som en gps. Han är scout och tänkte ha den när han var ute på läger eller hajk. Därför köpte han en Nokia 6110 Navigator. Eftersom han inte är myndig var det hans pappa Lennart Edström som formellt köpte telefonen. Det var också han som ingick avtalet med Telenor. I mobiltjänsten ingick också en gprs-tjänst, möjlighet att använda internet i telefonen.

Någon dag efter att Simon Edström köpt telefonen åkte han i väg på läger. Ute i skogen försökte han komma åt kartorna. Han använde då det förprogrammerade programmet som fanns i telefonen. Första gången misslyckades han, men andra gången gick det bra och han fick de önskade kartorna.

Tio dagar efter att de köpt telefonen fick familjen en räkning på cirka 7 000 kronor.

– Vi förstod ingenting. Vi frågade Simon varför han ringt så mycket men han svarade att han knappt hade använt den, berättar Lennart Edström.

Kostade multum

Till slut förstod de att den höga räkningen berodde på de två nedladdningarna. Varje megabyte de laddar ner kostar 15 kronor per styck och Simon hade använt över 400. De bestred fakturan med att säga att de inte fått information om att tjänsten skulle vara så dyr. Telenor svarade att Simon använt fel server, om han hade använt rätt skulle det bara ha kostat 9 kronor per dygn.

– Hade vi förstått att tjänsten var så dyr hade vi inte använt oss av den. Vi hade fått två gps för samma summa, säger Lennart Edström.

Enligt Elisabeth Petersson, informationschef på Telenor, är vissa telefoner inte rätt förprogrammerade och kopplar därför upp sig mot fel server. Det finns information på Telenors hemsida hur man ska göra när telefonen inte är förprogrammerad och kunden ska få den informationen i affären.

– Informationen är inte tydlig och vi måste bli bättre. De flesta telefoner är dock rätt programmerade.

Telenor är medvetet om problemet med höga nedladdningskostnader. För att göra det förutsägbart för konsumenten har företaget infört en maxsumma på 9 kronor per dygn.

– Jag kan inte säga hur det blir i det här fallet. Men jag hoppas vi ska hitta en lösning som passar oss och kunden.

Enligt Andreas Evestedt, pressansvarig på Konsumenternas tele- och internetbyrå (KTIB) har många konsumenter svårt att översätta vad priset per megabyte innebär i praktiken.

– Användarna behöver få exempel på vad det ungefär kostar i faktiska kronor att ladda ner en låt eller surfa fem minuter för att läsa tidningen.

Det är när ett fast pris saknas och användaren betalar per nedladdad megabyte som tjänsten snabbt blir dyr. Det som också kan vara otydligt är att ett fast pris gäller inom exempelvis en portal, men går användaren utanför den debiteras man i stället utifrån mängden data som laddas ner.

Byrån märker en tydlig ökning av konsumenter som har fått höga räkningar efter att ha surfat trådlöst med sin mobiltelefon eller dator. Sedan byrån startades i oktober förra året har omkring 190 ärenden kommit in som rör mobilt bredband. Informationen från operatörerna ser lite olika ut och är av varierande omfattning.

– KTIB har påpekat vikten av att informationen från operatörerna är tydlig. Vi har redan sett förbättringar, men det är också viktigt att man som konsument läser tillgänglig information. □

TEXT **HELÉNE GÖTBERG**
FOTO **JOHAN BERGMARK**

Så undviker du dyra mobilräkningar

1. Läs noggrant igenom avtalsvillkoren och prisinformationen.

2. Använd tangentlåset för att undvika oavsiktlig uppkoppling.

3. Kontrollera noggrant att tjänsten stängts av när du surfat klart.

4. Stäng av tjänster som automatisk uppdatering av e-posten och liknande.

5. Fundera över om du verkligen behöver använda mobilsurf när du är utomlands. Ett internetcafé kan vara en betydligt billigare lösning.

Källa: Konsumenternas tele- och internetbyrå, KTIB

Socker på låtsas

Farligt, onödigt eller en hjälp att hålla vikten? Åsikterna är många när det gäller sötningsmedel. Råd & Rön har tagit pulsen på debatten.



Den som tror att "osockrad", "utan tillsatt socker" och "sockerfri" betyder att produkten inte smakar sött blir besviken. I stället kan den innehålla sötningsmedel som sukralos eller aspartam.

När sockret utsågs till boven i fetmadebatten svarade livsmedelstillverkarna med att sockra mindre, men också med att tillsätta mer sötningsmedel. Sötningsmedlen är dock ifrågasatta. I Storbritannien är debatten om tillsatser så het att flera stora matkedjor rensat bort många produkter som innehåller aspartam.

Sötningsmedlet aspartam har debatterats ända sedan det godkändes i början av 1980-talet. Larmen har avlöst varandra. Bland annat har det sagts att ämnet stör kroppens produktion av serotonin, vilket exempelvis styr mättnads- och hungerkänslorna. Den som konsumerar mycket aspartam skulle alltså förlora sina mättnadskänslor. Det har också sagts att ämnet orsakar hjärntumörer.

Flera cancerlarm

2005 publicerade European Ramazzini Foundation en studie som visade att råttor bland annat kan få leukemi och lymfkörtelcancer efter att ha utfodrats med aspartam, inte i höga doser men under lång tid. Denna studie ansågs av många som den mest omfattande undersökning som någonsin gjorts. Nyligen kom en uppföljande rapport från samma institut med ytterligare varningar om cancer.

Sötningsmedlet cyklamat har också blivit ifrågasatt. Ämnet godkändes först men förbjöds sedan i mitten av sextiotalet efter rapporter om att det var cancerframkallande. Ämnet kom sedan tillbaka, till att börja med som bordssötning. Numera får det även användas i vissa livsmedel.

Senast i raden av sötningsmedel som stött på patrull är sukralos. Ämnet ska visserligen vara ofarligt för kroppen, men kan vara miljöfarligt eftersom det inte bryts ner i naturen.

Innan ett sötningsmedel blir godkänt för användning gör Livsmedelsverket eller den europeiska livsmedelsmyndigheten, EFSA en toxikologisk undersökning, det vill säga granskar om ämnet är farligt för människan.

– Alla sötningsmedlen som finns på marknaden är ofarliga och alla konsumenter kan vara helt lugna. Om ämnena var skadliga skulle de inte godkännas, säger Nils Gunnar Ilbäck, toxikolog på Livsmedelsverket.

Misstänksamheten mot sötningsmedel beror på att de är konstgjorda, tror han.

– Vi tar varje larm och all forskning på stort allvar. Men hittills har ingen på vetenskaplig grund kunnat visa att det finns någon risk med de sötningsmedel som nu är godkända.

Enligt Nils Gunnar Ilbäck kan rapporter som varnar för cancer eller liknande först verka vara seriös forskning.

– När vi sedan tittar närmare håller inte slutsatserna om att sötningsmedlet skulle vara farligt. Detta gäller även de senaste rapporterna från Ramazzini Foundation, säger han.

Louise Ungerth på Konsumentföreningen Stockholm har följt debatten och forskningen i tio år. I dag finns det inget som talar för att något sötningsmedel skulle vara farligt i de mängder som intas, anser hon.

Hon har förtroende för att de europeiska myndigheterna och livsmedelsverken i Europa och USA arbetar seriöst.

– De har vridit och vänt på rapporter och larm som har kommit. Däremot är det inte färdigutrett huruvida sukralos är miljöfarligt.

Struntar i alla larm

Bengt Ingerstam, ordförande för Konsumenter i Samverkan, har en helt annan uppfattning.

Det går inte att lita på Livsmedelsverket när det gäller sötningsmedel. Verket negligerar alla larm och all den forskning som uppger att de är farliga, anser han.

– Det finns tillräckligt med rapportering om att till exempel aspartam är farligt.

Att Livsmedelsverkets ställningstagande skulle bygga på vetenskaplig grund är han skeptisk till.

– Ingen vetenskap är objektiv. Verket beaktar bara de resultat som passar industrin och många misstänker att verket är påverkat av industriintressen.

Argumenten för sötningsmedel är inte sakliga anser han. Dessutom har de som är kritiska till sötningsmedel svårt att få forskningsmedel.

– Principiellt ska vi inte upprätthålla sockerberoendet på kemisk väg. Aspartam ▷

▷ skapar ett ökat behov av socker. Det är en myt att vi skulle hålla vikten med lightprodukter, säger Bengt Ingerstam.

Onödigt med sötningsmedel

Det finns många myter om aspartam och ämnet är utsatt för en aggressiv propaganda bland annat på internet. Det är väldigt förvirrande, anser Latifa Lindberg, dietist på Coop.

– Jag vilar tryggt i att våra myndigheter kommit fram till att sötningsmedel är ofarliga.

Däremot tycker hon att de är onödiga.

– Vi ska så långt det är möjligt bara äta det som är naturligt och inte hålla på och mixtra. Äter vi en balanserad kost gör det inget om vi då och då äter något med socker i. Det finns det utrymme till.



Sötningsmedel finns för att vi inte vill ändra våra dåliga vanor – de är en genväg anser hon. Det finns inga garantier för att vi äter rätt bara för att vi äter livsmedel med sötningsmedel i.

– Tyvärr är det många som får i sig alldeles för mycket energi och vill någon dricka flera liter läsk varje dag så är sötningsmedel ett måste, annars blir kaloriintaget för stort.

Lång nedbrytningstid

Enligt Livsmedelsverket är sukralos helt ofarligt. Det har dock kommit rapporter om att ämnet skulle vara miljöfarligt. Ämnet är en vattenlöslig klorförening och i vissa miljöer är nerbrytningstiden lång. Det har hittats i sjöar och vattendrag i Norge.

– Det är otroligt att man inte tog hänsyn till miljöaspekterna när ämnet godkändes, säger Göran Pettersson, professor i kemisk miljövetenskap vid Chalmers.

De granskningar som gjorts är inga långtidsstudier. Andra klorföreningar har efter lång tid visat sig vara miljöfarliga. Att just använda klorföreningar får framför allt kemister att studsa, enligt Göran Pettersson.

– Det är ett gigantiskt experiment som pågår med våra ungdomar som är de som framförallt dricker Coca-Cola med sötningsmedlet.

Naturvårdsverket håller nu på att undersöka om ämnet finns i svenska vatten. Utredningen ska vara klar i slutet av året. □

TEXT **HELÉNE GÖTBERG**
FOTO **RONNY KARLSSON**

Konsumera med måtta

Stora mängder av vissa sötningsmedel kan göra oss sjuka. Därför finns det så kallade ADI-värdet, acceptabelt dagligt intag. Sötningsmedlen har olika ADI -värden och dessa beräknas bland annat utifrån djurförsök. Utifrån dessa studier har forskarna kommit fram till ett ADI-värde för aspartam på 40 milligram per kilo kroppsvikt och dag. Det innebär att en person på 60 kilo kan dricka fyra liter aspartamsötad läsk varje dag innan hon eller han kommer upp i ADI-värdet.

För att Livsmedelsverket ska ha kontroll över vår konsumtion av sötningsmedel får de bara användas i vissa godkända livsmedel. Hittills finns ingen risk att vi konsumerar för mycket, anser verket.

Sockeralkoholer är en annan typ av sötningsmedel. De flesta finns i naturen och ADI är inte begränsat för dem. Sockeralkoholer är däremot laxerande. Om livsmedlet innehåller mer än tio procent tillsatta sockeralkoholer måste det framgå av förpackningen att en överdriven konsumtion kan ha en laxerande verkan.

Tillsatser av sötningsmedel eller sockeralkoholer måste alltid anges på förpackningen.

– Det ska stå ”innehåller sötningsmedel” nära den beteckning som livsmedlet har. Innehåller produkten både tillsatt socker och sötningsmedel ska på samma sätt produktens namn åtföljas av ”innehåller socker och sötningsmedel”. Det här slarvar en del tillverkare med och det är inte alltid så tydligt utskrivet, säger Evelyn Jansson-Elfberg, avdelningsdirektör på Livsmedelsverket.

I ingrediensförteckningen ska sedan, som alltid för tillsatser, funktionsnamn och sötningsmedlets namn eller E-nummer anges.

Sockermärkningen är förvirrande. Sockerfri, utan socker, innebär till exempel inte alltid att du slipper den söta smaken. Produkten kan innehålla sötningsmedel. Osockrad, socker ej tillsatt, innebär att det kan finnas både socker från råvarorna och sötningsmedel i livsmedlet. □

Vad betyder märkningen på förpackningen?

Beteckning	Kan produkten innehålla sackaros, vanligt socker?	Kan produkten innehålla andra sockerarter?	Kan produkten innehålla sötningsmedel?
Sockerfri, utan socker	Nej	Nej	Ja
Utan vanligt socker	Nej	Ja, både tillsatta och från råvarorna	Ja
Osockrad, socker ej tillsatt m.m.	Ja, från råvarorna	Ja, från råvarorna	Ja
Osötad	Ja, från råvarorna	Ja, från råvarorna	Nej

Källa: Livsmedelsverket

Dessa sötningsmedel finns i Sverige

Med kalorier		Utan kalorier	
Sockerarter	**Sockeralkoholer**	**Syntetiska**	**Icke syntetiska**
Sackaros	Sorbitol, E 420	Acesulfam K, E 950	Taumatin, E 957
Fruktos	Mannitol, E 421	Aspartam, E 951	Neohesperridin DC, E 959
Glukos	Xylitol, E 967	Cyklamat, E 952	
Laktos	Isomalt, E 953	Sackarin, E 954	
Maltos	Laktitol, E 966	Sukralos, E 955	
	Maltitol, E 965		
	Erytritol, E 968	Salt av aspartam och acesulfam, E 962	

Källa: Livsmedelsverket

Kampen mot pappersräkningen

Det finns nästan lika många internetbankavtal som vanliga privatavtal, ändå är bara fem procent av alla räkningar elektroniska. Men företagen försöker göra pappersräkningen till historia – en dyr historia – genom att salta fakturaavgifterna.



Många bäckar små blir en stor å – av pappersfakturor. Men trots att de flesta konsumenter betalar räkningarna via webben går bara ett fåtal fakturor att få i elektronisk form.

Fakturaavgift förekommer för de flesta varor och tjänster och täcker avsändarens kostnader för att hantera, skriva ut och skicka räkningarna. Men avgiften blir också allt mer ett påtryckningsmedel för att få konsumenten att välja papperslös fakturering som elektronisk faktura eller autogiro. På samma sätt som bankernas och Svensk Kassaservices kassaavgifter ska få kunderna att girera räkningarna hemifrån istället för att köa på kontoren.

Fakturaavgiften kan vara uppåt 40 kronor per räkning.

– E-fakturor är kostnadseffektivare för den som skickar räkningen, säger ekonomen Pär Karlsson på Svenska Bankföreningen. Förutom utskriften och portot kostar också arbetet och kontrollen av pappersräkningarna, så ett företag kan spara mer än själva avgiften om kunden betalar via webben. E-fakturering är ju också bra för miljön genom att pappersåtgången minskar.

För konsumenter som inte vill eller kan betala via internet är ett alternativ att ha autogiro. Men många tycker det senare är osäkert, kontot måste ju innehålla tillräckligt just när pengarna dras.

– Fast med autogiro kan kunden i vissa fall få skriftligt besked om att pengarna har dragits från kontot, säger Pär Karlsson.

Nödvändigt alternativ

De flesta som erbjuder elektronisk faktura är, förutom myndigheter, större energi- och teleföretag. Telia har bara fakturaavgift för sina fasta månadsabonnemang, 20 kronor.

– En del kunder har inte internet så vi måste ha alternativ till e-faktura, säger Telias pressansvarige Cecilia Edlund. Vill man slippa fakturaavgiften kan man välja kvartalsfaktura eller autogiro. E-faktura är enklare för båda parter, om inte annat för att kunden slipper fylla i det långa referensnumret när man betalar via internet.

Vi informerar om e-faktura via kundtjänst, via webben och när vi skickar brev.

Och när man betalar räkningar via internet informerar bankens webb ifall det går att få en e-faktura i stället.

Ökar stadigt

Antalet e-fakturor ökar kraftigt, från fem miljoner 2005 till tio miljoner i fjol, visar kartläggningar som Acando AB gör åt Nätverket för e-faktura som består av banker, företag och myndigheter. Ändå utgjorde e-fakturorna bara fem procent av alla betalningar som svenska privatkunder gjorde genom internetbankerna under samma tid.

– Andelen e-fakturor fortsätter sannolikt öka under 2007, säger konsulten Joachim Ahlm på Acando AB.

Kommer fakturaavgifterna att stiga när de som betalar via pappersräkning blir färre?

– Jag tror inte det, för den avgiften baseras på företagens kostnader. Men det kanske vore smart för att få fler konsumenter att övergå till e-faktura. □

TEXT **SVEN OLOV KARLSSON**
FOTO **PATRICK SÖRQUIST/SCANPIX**

Många e-banks-kunder

- År 2006 gjordes cirka 200 miljoner internetbetalningar av privatpersoner i Sverige.
- Av dessa betalningar var bara 10 miljoner eller fem procent elektroniska fakturor.
- I dag finns 6 470 000 privata internet-bankavtal i Sverige förutom de 6 500 000 privata bankavtalen. Det höga antalet internetavtal beror på att många konsumenter är internetkund hos flera banker samtidigt.
- Att många är internetbankskunder minskar bankernas pappershantering: antalet gireringar via blankett har sedan 1995 mer än halverats, från 189 miljoner till endast 86 miljoner gireringar år 2006.

Källa: Svenska Bankföreningen, Temo, Riksbanken

Tre fakturaavgifter blir över 800 kr

Avgifterna för dina pappersfakturor blir mycket pengar på ett år. Vi räknade samman fakturaavgifterna för tre vanliga löpande utgifter från representativa företag:

Hemtelefoni, Glocalnet:	20:–/mån	240:–/år
Mobiltelefoni, Tele2:	24:–/mån	288:–/år
Bredband, Com Hem:	25:–/mån	300:–/år
Summa	**69:–/mån**	**828:–/år**

Av företagen i exemplet är det bara Glocalnet som inte erbjuder e-faktura.

Råd&Rön

Årsregister 2007

TESTER	NR	SID
Ansiktskrämer för män	10	4
Antirynkkrämer	1	13
Barncyklar	3	13
Bilbarnstolar	5	36
Dammsugare	4	30
Digitalkameror	1	4
Digitalkameror	6	22
Diskmaskiner	5	4
Dvd-spelare	6	10
Dvd-inspelare	8	25
GPS	5	22
Gräsklippare	5	13
Hårfärger	9	4
Häcksaxar	4	4
Högtalare	10	28
Internetsäkerhet	2	34
Juniorhjälmar	6	4
Kameraobjektiv	1	8
Kolsyremaskiner	10	16
Köksfläktar	7	4
Kökskniver	9	18
Luftavfuktare	8	16
Mediespelare	7	28
Mediespelare	10	28
Mixrar	8	4
Mobiltelefoner	7	10
Multiskrivare	3	25
Pellets	7	27
Platta bildskärmar	1	32
Robotdammsugare	2	28
Salt i soppor	2	4
Skidglasögon	1	26
Slalomskidor	10	20
Spisar med varmluftsugn	3	28
Sticksågar	6	33
3G för döva	2	12
Tv-apparater	4	10
Tv-apparater	9	33
Tvättmaskiner	3	4
Videokameror	9	26

Tester enbart publicerade på webben

Digitalkameror	07-05-31
Mediespelare (mp3 m.fl.)	07-08-10
Mobiltelefoner	07-03-09
Mobiltelefoner	07-06-27
TV-apparater	07-06-29
TV-apparater	07-09-18

GRANSKNINGAR		
Datortillverkare	4	18
Klädkedjor	7	22
Köttbullar	10	13
Tonfisk på burk	8	30

Julklappstips från det gångna året!

Den som gillar skidåkning behöver skydda ögonen vid dåligt väder. Skidglasögonen **Adidas Yodai** fick omdömet "bäst" i vårt test i nummer 1. **Carrera Chameleon** och **Scott 89Xi** fick nästan lika bra betyg och kostade betydligt mindre.





Årets julklapp, i varje fall enligt Handelns utredningsinstitut, blir en gps-navigator. I vårt gps-test, som publicerades i nummer 5, fanns ingen självklar vinnare. Mest prisvärd var **TomTom One Europe New Edition**, som bara fick ett poäng mindre än vinnaren **Garmin nüvi 660**.

Rejäla köksknivar är alltid en välkommen julklapp. När vi testade knivar i nummer 9 gick **Globals kockkniv G2** segrande ur striden om bästa kockkniv. Ett betydligt billigare alternativ är **Fiskars kockkniv**, som fick omdömet "prisvärd".





Du som är på jakt efter en platt-tv har väl inte missat vårt test i nummer 9 och den utökade testtabellen på webben? Bäst i test av alla modeller blev 32-tummaren **Panasonic TX-32LXD700F** (hd-ready). Den fick även testets högsta bildkvalitetsbetyg, en sjua.

Gör någon glad i jul!

En prenumeration på Råd&Rön är en förnuftig gåva som räcker ett helt år.

Gåvan gäller i ett år från betalningsdatumet och mottagaren får 10 nr av Råd&Rön samt tillgång till alla tester och artiklar på webben. Allt detta för endast 240 kr.

Vi skickar ett presentkort som du kan ge till mottagaren.

Erbjudandet gäller t.o.m. den 9 januari 2008 och inom Sverige.

Titeldata AB kundtjänst
Telefon: 0770-45 71 45 (mån-fre 08.30-16.00)



REDAKTÖR BEATRICE PALM ILLUSTRATIONER NAUSIKAA

LÄSARBREV

Skriv till oss! Råd & Rön, Box 6086, 102 32 Stockholm eller radron@radron.se
Redaktionen förbehåller sig rätten att korta och redigera insända texter.

Intressant om elpriserna

Tack för en intressant artikel om elpriser. Men varför nämns inte Kundkraft som ett sätt att enkelt få bra elpris? Kundkraft är ingen elleverantör utan en konsumentförening som upphandlar el månadsvis åt medlemmarna. Jag har varit med där i flera år och det har funkat helbra. Vi får vanligtvis en ny leverantör varje år med lägsta pris utan att behöva röra ett finger. En stor fördel, särskilt för små förbrukare, är att inga fasta avgifter tillkommer. Om den fasta avgiften är t.ex. 300 kronor, vilket kanske är det vanligaste, och förbrukningen 2 000 kWh blir det 15 öre tillägg per kWh. Ni skriver ingenting om de fasta avgifterna. Varför? Ofta vinner förresten något av de tolv oberoende elhandelsbolag som ni nämner i artikeln.

Bosse Hjelmqvist, Lidköping

SVAR. Sven Olov Karlsson, reporter Råd & Rön: Bra att du funnit en modell du är nöjd med! Elmarknaden är för omfattande för att vi ska kunna redovisa alla lösningar i en enda artikel. Vad gäller din fråga om de fasta avgifterna, valde vi den här gången att istället fokusera på den del av elpriset som konsumenten själv kan påverka.

Barnsajergdu = barnsäkerhet

Jag skulle vilja göra ett inlägg angående svaret på läsarbrevet om ordlistan T9 som finns i de flesta mobiltelefoner, eftersom jag blev väldigt skeptisk när jag läste vad Mattias Holm, Sony Ericsson, svarade. Jag har nämligen också funderat över var det har beslutats vilka ord som ska finnas i ordlistan.

Det borde väl vara så, att någonstans ifrån har det kommit en lista med vilka ord som ska finnas med i den svenska ordlistan och denna lista måste ha skapats av någon eller några personer. ”Apelsin” (vilket blir ”apelso” i min telefon) är bara ett exempel på ord som inte finns. Ett annat ord är ”semla”, som blir ”rena”, ”sena”, ”renb” och ”renä” i tur och ordning när jag väljer alternativa ord.

Apelsin är inte en ovanlig ordföljd, det är enbart ett ord, och dessutom inte ett helt ovanligt sådant.

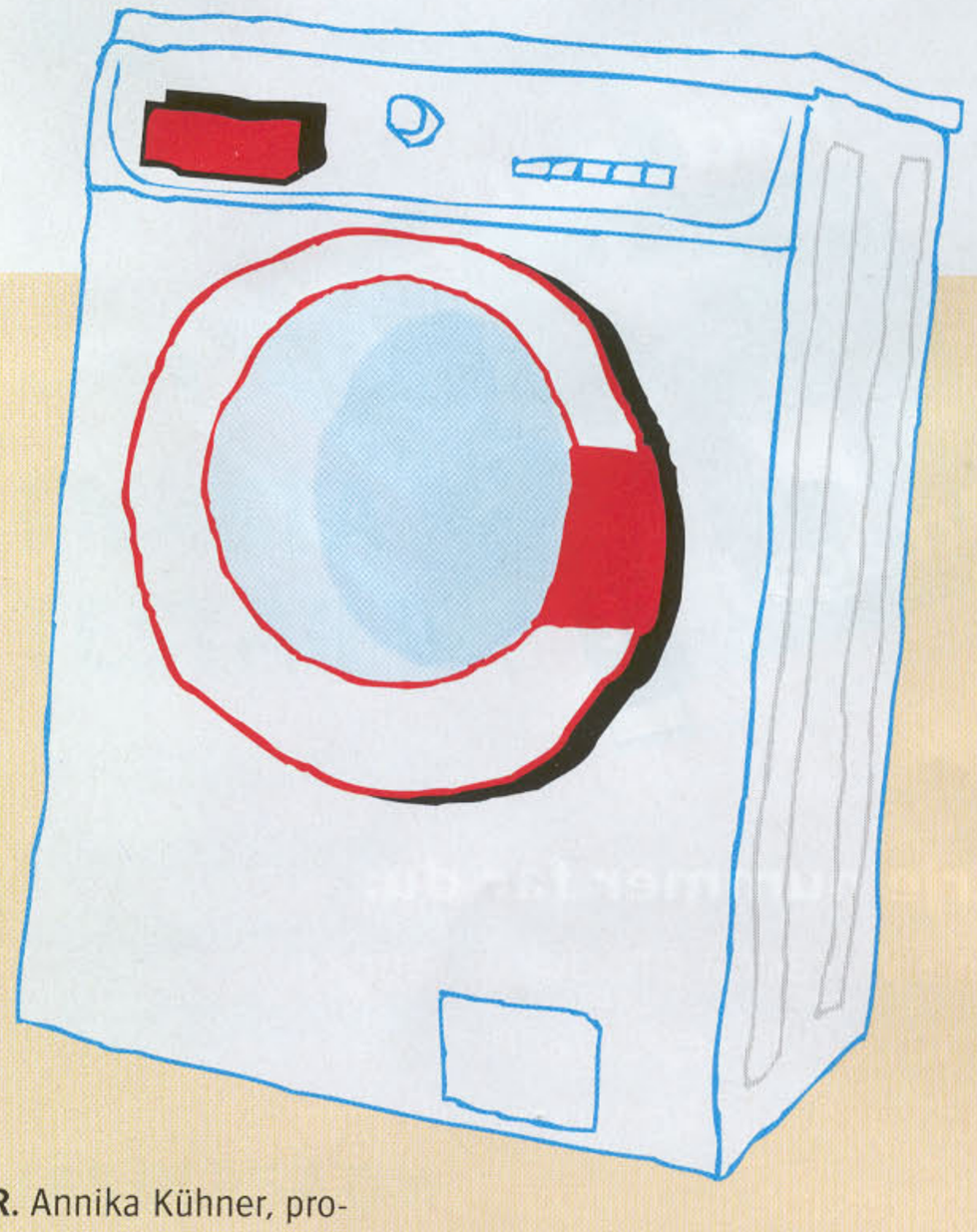
Jag tror att de flesta svenskar använder ordet apelsin mer ofta än ”massgrav” eller ”kärnvapenkrig”. Ett försök att skriva ”barnsäkerhet” ger resultatet ”barnsajergdu”. Är inte det ett ovanligt svenskt ord med en ovanligt svensk bokstavsföljd?

Lars

SVAR. William Clement, talesperson Nuance (tillverkar T9- och XT9-ordlistorna): Ordlistorna speglar det vardagsspråk som används i dagstidningar, på tv och i samtal. Många elektroniska källor ingår i den i stort sett helt automatiserade insamlingsprocessen. Därefter låter vi personer som har språket som sitt modersmål komplettera ordlistan med andra typer av ord, exempelvis namn på livsmedel, som annars skulle bli underrepresenterade. Normalt kan ordlistorna stava till mellan 50 000 och 200 000 ord beroende på språkets karaktär och hur det används.

Att många vanliga ord ändå saknas beror på att utrymmet för ordlistorna är begränsat. Därför försöker vi fånga de mest vanliga orden. Men man kan även lägga till egna ord för att skapa en personlig ordlista. ▷

Avlagringar i tvättmaskinen



Vi har sedan några år en tvättmaskin (Selection) från Electrolux. Innan dess hade vi ett annat märke som fungerade utan problem i över 20 år.

I Electroluxmaskinen har vi hela tiden problem med svarta avlagringar i tvättmedelsfacket. Eftersom det tydligen är en totalt ogenomtänkt konstruktion går det inte att komma åt alla skrymslen för att göra rent det – vare sig med tandborste eller virknål eller liknande.

Jag skulle vilja ha ett tips om ett miljövänligt medel som maskinen går att skölja med då och då för att bli av med de här ohälsosamma beläggningarna eftersom jag antar att de finns lite varstans i maskinen. Tillägga vill jag att det är varken fel på tvättmedlet eller sköljmedlet eftersom det har fungerat utan anmärkningar i den gamla maskinen.

C. May

SVAR. Annika Kühner, produktchef Electrolux: Avlagringarna är i regel en kombination av tvättmedels-/sköljmedelsrester och smuts. Kan säkert också vara mögel om man håller tvättmedelsfack och lucka stängda mellan tvättarna.

Det finns en knapp mellan facken som man trycker på – då går det att dra ut tvättmedelsfacket och spola rent det under kranen. Om man tar loss överdelen till sköljmedelsfacket och sedan tar en diskborste så är det inte många vrår kvar man inte kommer åt. Och dem brukar man kunna spola rent med lite varmvatten.

Ett tips är att alltid lämna både tvättmedelsfacket och luckan lite på glänt så att maskinen torkar ur. På så sätt minimeras risken för beläggningar som kan bildas i en fuktig miljö.

För att undvika och avlägsna beläggningar i maskinen rekommenderar vi dessutom att man emellanåt kör en tom 90°-tvätt med vittvättmedel.

Prenumerera ett helt år för bara **240:–**



I varje nummer får du:

- Våra välkända produkttester
- Granskande reportage
- Råd i aktuella konsumentfrågor
- Engagerade gästkrönikörer

\+ Tillgång till vårt stora testarkiv på nätet

PORTO BETALT

Råd&Rön
c/o Titeldata AB

Svarspost
Kundnr 204 845 29
110 12 Stockholm

Ja, tack! Jag vill ha en oberoende tidning som alltid står på min sida. För endast 240 kronor får jag 10 nummer av Råd & Rön och tillgång till det unika arkivet med över 100 tester på www.radron.se. Betalningen sker när jag fått mitt inbetalningskort.

Namn:

Adress:

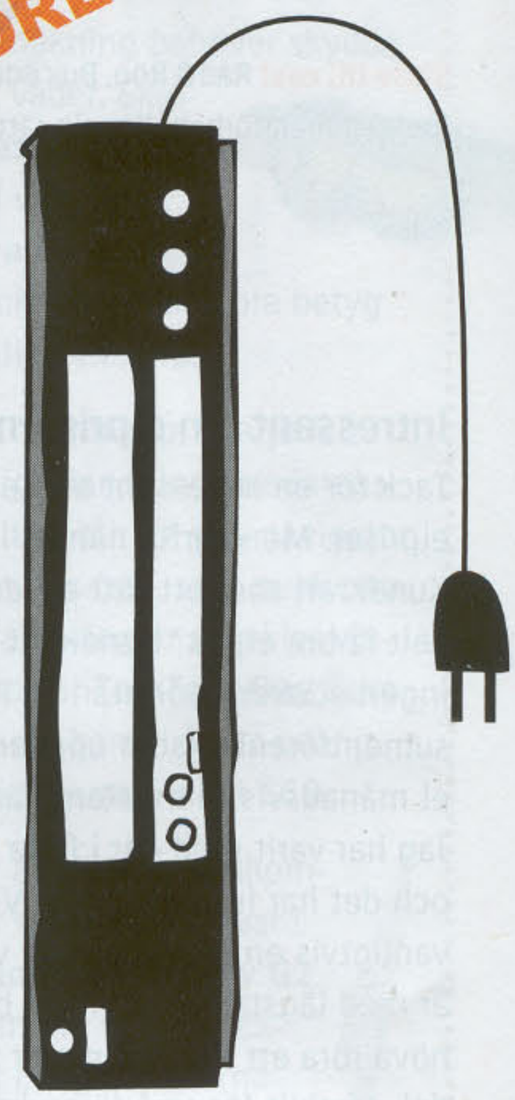
Postnummer/Ort:

Telefon:

PRISET GÄLLER ENDAST INOM SVERIGE. RÅD&RÖN, C/O TITELDATA, 112 86 STOCKHOLM. KUNDTJÄNST: TELEFON 0770-45 71 45.

045006

LÄSARBREV



▷ Svindyr reparation

Jag har lämnat in en 4 år gammal video på lagning. När jag sen kom och skulle hämta den så uppgick kostnaderna till 4 000 kronor. Jag ifrågasatte detta och tyckte det var alldeles för dyrt. Han hade endast behövt byta det nödvändigaste och om priset steg så mycket kunde han väl ringt och frågat mig?

Han anser att eftersom vi inte kom överens om ett pris från början så måste jag betala detta. Har han rätt? Finns det några lagar som täcker detta om jag skulle vilja gå vidare?

Erika

SVAR. Magnus Karpe, jurist, Konsumentverket: Om du som konsument har lämnat in videon till en näringsidkare (NI) för reparation är konsumenttjänstlagen tillämplig. Enligt lagen ska NI avråda dig från att beställa reparationen om den med hänsyn till priset på reparationen och videons värde inte kan anses vara till rimlig nytta för dig. Om NI först när reparationen redan har påbörjats upptäcker att reparationen inte kan vara till rimlig nytta för dig ska han informera dig och fråga dig om reparationen ska fortsätta. Får NI inte tag på dig ska arbetet avbrytas. Om NI inte uppfyller dessa krav ska du försättas i samma situation som om NI hade rådfrågat dig. Detta innebär att en bedömning får göras av hur du skulle ha agerat, till exempel hur mycket du hade varit beredd att betala, om du blivit informerad av NI. För det fall du och NI inte kommer överens kan denna typ av tvist prövas i Allmänna reklamationsnämnden.

Att inget pris är överenskommet spelar ingen roll i denna situation eftersom reglerna jag har beskrivit ovan är oberoende av detta.

Gnistor från glödlamporna

Glödlampor brukar oftast "gå" i tändningsögonblicket. Flera gånger har gnistor flugit ut från armaturerna när lampan gått. Senast var det min sänglampa, och gnistor hoppade ner i sängkläderna. Sådant skulle kunna bli ödesdigert. Vad beror detta fenomen på?

Berra

SVAR. Susanne Sundström, handläggare Elsäkerhetsverket: När en glödlampa slutar fungera beror det oftast på att glödtråden går av. Vanligtvis händer det ingenting men under vissa omständigheter kan en urladdning uppstå. Om lampans sockel har tunn plåt eller om glaset är för tunt kan dessa ge vika vid urladdningen och gnistor kan då förekomma. Dålig kontakt på grund av glapp i gängor mellan lampsockeln och glödlampan är också en del av problemet. Elsäkerhetsverket är medvetet om fenomenet och arbetar med att komma fram med en lösning på problemet.

Vad händer med Krav-kaffet?

"Mat som transporteras med flyg kommer aldrig att kunna certifieras och så långt det är

möjligt kommer transporter med fossila bränslen att undvikas", säger Lena Söderberg, vd på Krav (Råd & Rön nummer 9, 2007).

Jag undrar vad som händer med Kravmärkningen på till exempel kaffe.

Om Kravproducerat kaffe mister märkningen p.g.a. utsläpp från transporterna, (till exempel: den olja båtar drivs med är inget under av renhet vad gäller svavel) hur ska vi då kunna skilja Kravproducerat från "giftproducerat"?

Kommer det att finnas olika nivåer; grön, gul eller röd färg på Kravmärket?

Jonas Magnusson

SVAR. Zahrah Ekmark, projektledare, Krav: Som Lena tidigare har sagt så kommer flygtransporterade livsmedel idag inte att kunna klimatmärkas. Framtida teknikutveckling kan dock leda till förändringar i reglerna.

Då det gäller det Krav-märkta kaffet så ser jag inget omedelbart problem. Förenklat kan vi säga att transporter med båt och långa transporsträckor med stora lastbilar är bättre än korta transportsträckor med mindre lastbilar. Därmed kan man säga att Krav-kaffet också kan bli klimatmärkt. Troligt är att det kommer att ställas krav på miljöklass på transportfordon och vi måste då hitta en rimlig nivå som inte slår ut större delen av transporsektorn men som ändå driver förbättringsarbetet, att få effektivare och klimatsmartare transporter, framåt.

Gällande själva märkningen så är det en process som vi inte har hunnit så långt med. Troligt är att vi sätter upp vissa kriterier/regler som man måste klara för att bli klimatmärkt dvs. det blir då inga nivåer i märkningen utan antingen är en produkt klimatmärkt eller också inte.

Dyr trygghet hos Vattenfall

Sommaren 2006 var elpriserna på väg upp. Det hade väl varit torrt på våren och nivåerna i vattenmagasinen var låga. Kanske var det något strul med kärnkraften också. Massmedia kommenterade de stigande elpriserna.

Då ringde Vattenfall (eller något call-center) upp presumtiva el-abonnenter och erbjöd ett "trygghetsavtal med prisgaranti och omteckningsrätt". Omteckningsrätten innebar att man hade rätt att omteckna avtalet (mot en viss avgift) om elpriset skulle sjunka framöver.

Det där lät ju väldigt bra så det behövdes inte någon större övertalning för att få oss att teckna ett treårsavtal. Men!!!

Det framgick inte klart att det i själva verket ju är Vattenfall själva som bestämmer elpriset!!! Och inte började man fundera över detta förrän elpriset på spotmarknaden framåt hösten sjönk till halva den nivå som gällde då vi tecknade avtalet! Man förväntade sig då att Vattenfalls elpris i någon mån skulle följa spotpriset, men, trygghetsavtalet låg kvar på samma nivå.

Nu tror man på Vattenfall att utsläppsrätterna ska driva upp elpriserna, så någon sänkning framöver ställs inte i utsikt.

Det där telefonsamtalet har under det första året kostat oss cirka 3 000 kronor. Hur går det de återstående två åren? Jag skulle tro att Vattenfall har sitt på det torra! Dom sägs ju göra rekordvinster nu!

Ifrågasättande el-abonnent



FOTO SCANPIX

I NÄSTA NUMMER TESTAR VI:

- **Rakapparater**
- **Skidhjälmar**
- **Lågenergilampor**
- **Borrmaskiner**

LÄS OCKSÅ OM

Bli din egen förläggare. Allt fler förverkligar sina författardrömmar genom att publicera print on demand-böcker, en växande bransch tack vare billigare och enklare teknik. Vi berättar hur du gör för att debutera litterärt på eget förlag.

Pensionsförsäkringar. Aldrig har väl försäkringsbolagens reklam för pensionsförsäkringar varit så massiv som nu. Men är privata försäkringar det bästa alternativet? För den som verkligen behöver spara kan försäkringen i själva verket bli en förlustaffär.

Sportlovsmat. Spaghetti och köttfärssås, hämtpizza eller kanske en färdiggrillad kyckling. Efter en dag på skidor brukar varken fantasin eller orken räcka till för kreativa matlösningar. Ta hjälp av vår meny för att få nya idéer.

FLER TESTER PÅ www.radron.se

Vi lägger löpande ut nya tester på www.radron.se. Du hittar dem bland övriga tester på testsidan.

Råd&Rön

NUMMER 1 UTKOMMER 25/1

Posttidning B
Avsändare:
Råd & Rön, c/o Titel Data AB,
112 86 Stockholm

.....

.....

.....

ARN-FALL

TEXT GUDRUN HJELTE ILLUSTRATION CHRISTINA ALVNER



Är du missnöjd med en vara eller en tjänst ska du klaga där du köpt den. Avvisas dina klagomål bör du vända dig till den kommunala konsumentvägledningen. Om problemet ändå inte går att lösa kan du göra en skriftlig anmälan till Allmänna reklamationsnämnden, Box 174, 101 23 Stockholm. Anmälningsblanketter kan hämtas på ARN:s webbplats www.arn.se.

Ovälkomna paket

En telefonförsäljare från Intermedica ringde upp Jenny och erbjöd provförpackningar av rosenrot och kaloriblockerare. Hon sa att hon var ansluten till Nix-telefon och inte ville ha reklam. Trots det kom en leveransbekräftelse några dagar senare. Då försökte hon kontakta försäljningschefen, men förgäves.

Sedan kom fyra paket från Intermedica. Samtliga returnerades oöppnade.

Jenny ansåg att företaget skulle betala henne 3 450 kronor för merarbete, telefonkostnader och korrespondensmaterial. Intermedica sa nej och motiverade det med att Jenny inte kontaktade företaget inom ångerfristen.

Allmänna reklamationsnämnden, ARN, påpekar att det aldrig funnits något avtal mellan Jenny och företaget. Ändå sändes paketen iväg. Jenny har rätt till ersättning för felaktig leverans men inte med så mycket som hon begärt. Hon bör nöja sig med 250 kronor.

Hotell utan resa

Kroatiska turistbyrån arrangerade en tävling där vinsten var en resa för två personer. Peter vann tävlingen men kände sig lurad när det visade sig att priset var en hotellvistelse. Resan fick vinnaren betala själv.

Peter ansåg att tävlingen varit medvetet vilseledande och krävde att turistbyrån skulle rätta till felet genom att bekosta en resa för två till Kroatien.

Han får inte ARN på sin sida. Nämnden har tittat på tävlingsformuläret och där står det att priset var ”7 dagar på hotell i Istrien och Kvarner”.

Uttag på inlåst kort

I Barcelona finns en person som gjorde två uttag för 9 638 kronor på Saras kontokort. Det upptäckte hon när hon kom hem.

Sara visste att hon lagt kortet i plånboken som låg i en väska. Den fanns bakom en låst dörr i den lägenhet hon hyrt. Enligt Sara måste någon ha tagit kortet, gjort uttagen och sedan lagt tillbaka det. Alternativt hade kortet kopierats. Hur det än gått till ville hon ha betalningsbefrielse av Swedbank.

Banken ansåg att Sara förlorat kortet, tillfälligt, genom grov oaktsamhet.

– Utredningen visar inte hur kortet har försvunnit, men den visar inte heller att kortet skulle ha kommit bort för att Sara varit vårdslös med det, säger ARN och rekommenderar Swedbank att befria Sara från betalningsskyldighet. Banken har följt ARN:s råd.

Havererad bilsemester

För 99 800 kronor köpte Hans en Volvo V70 av Bil & MC Staffanstorp HB. Sen åkte han och frun på semesterresa till södra Europa. Efter cirka 100 mil havererade bilen och fick bärgas till en verkstad i Tyskland. Fläktremmen var av.

Efter ytterligare 15 mil började en varningslampa lysa. På verkstaden konstaterade man att fläktremmen brunnit på grund av fel i kylkompressorn och servopumpen.

Hans ansåg att Bil & MC skulle stå för drygt 22 000 kronor i ersättning för bärgning och reparation. Företaget påpekade att parterna kommit överens om att Hans fick köpa bilen för ett reducerat pris mot att han själv lämnade in den för vissa reparationer hos en verkstad han själv valt. Därmed ska Bil & MC inte svara för den första reparationen i Tyskland, anser ARN. Men den andra kommer företaget inte undan. Allt talar för att kylkompressorn och servopumpen gick sönder på grund av brister som fanns redan vid köpet.

Bil & MC har inte följt ARN:s rekommendation att ge Hans 12 000 kronor i ersättning.