

Η Ενημέρωση του Καταναλωτή

Θέματα Καταναλωτή, Οδική Ασφάλεια,
Ασφάλεια Τροφίμων και Περιβάλλον

Μια Μηνιαία Ηλεκτρονική Έκδοση της Ελληνικής
Καταναλωτικής Οργάνωσης (Ε.ΚΑΤ.Ο.) Φλώρινας

Τεύχος 24
Δεκέμβριος
2010

Περιεχόμενα

Ανακοινώσεις από την Οικολογική Κίνηση Κοζάνης.....	2
Ενημέρωση από την Ευρωπαϊκή Επιτροπή για τα Δικαιώματα των Επιβατών.....	3
Οι Τοξίνες “Πνίγουν” Δεκατρείς Μεγάλες Λίμνες.....	4
Η Πολλή Τηλεόραση Παχαίνει.....	5
Υπηρεσίες που Χρεώνονται με SMS.....	6
Ειδήσεις για τον Καταναλωτή.....	7

Από τη Σύntαξη

Στο τεύχος αυτό φιλοξενούμε δύο ενδιαφέρουσες ανακοινώσεις από την Οικολογική Κίνηση Κοζάνης σχετικά με την εξάρτησή μας από τον λιγνίτη και την χρήση των ΑΠΕ και άρθρα για τα Δικαιώματα των Επιβατών, τις Τοξίνες που “πνίγουν” 13 μεγάλες λίμνες της χώρας μας, την Πολλή Τηλεθέαση και την ανεξέλεκτη διατροφή, τα προβλήματα με τις Υπηρεσίες Πολυμεσικής Πληροφόρησης (ΥΠΠ) και όπως πάντα πολλές και ενδιαφέρουσες ειδήσεις που αφορούν τον καταναλωτή.

Για το Δ.Σ. της Ε.ΚΑΤ.Ο. Φλώρινας
Ο Γενικός Γραμματέας - Στυλιάδης Κων/νος - styliadis@sch.gr

Μέλη Δ.Σ. της Ε.ΚΑΤ.Ο. Φλώρινας

Πρόεδρος : Χρυσοχοϊδης Βασίλειος

Γεν. Γραμματέας : Στυλιάδης Κων/νος

Αντιπρόεδρος : Ντίτουρα Βασιλική

Ταμίας : Μαρκοπούλου Ελένη

Επικοινωνήστε μαζί μας :

e-mails : styliadis@sch.gr

algo17@line.gr

ntitoura@gmail.com

daiko@sch.gr

Ταχυδρομική Διεύθυνση

Ελληνική Καταναλωτική Οργάνωση

(Ε.ΚΑΤ.Ο.) Φλώρινας

Ι. Καραβίτη 2 - Κτίριο “ΔΙΕΘΝΕΣ”

531 00 Φλώρινα



Σε Λειτουργία ο Νέος Ιστότοπος του Παρατηρητηρίου Τιμών

Σε λειτουργία τέθηκε από σήμερα (15/10/2010) η νέα ιστοσελίδα του Παρατηρητηρίου Τιμών της Γενικής Γραμματείας Εμπορίου (<http://www.e-prices.gr/search>), όπου οι καταναλωτές θα μπορούν να βρουν και να συγκρίνουν τις τιμές 1.500 προϊόντων που διατίθενται σε 1.000 σημεία πώλησης.

Ο καταναλωτής μπορεί να επιλέξει με βάση την κατηγορία του προϊόντος, το είδος του και την τιμή του (το εύρος της τιμής, δηλαδή η μικρότερη και η μεγαλύτερη) και να φτιάξει το δικό του "καλάθι" προϊόντων.

Το ολοκληρωμένο πληροφοριακό σύστημα θα δίνει τη δυνατότητα σε όλους τους καταναλωτές να συγκρίνουν καθημερινά τις τιμές όχι μόνο μέσω Διαδικτύου, αλλά και μέσω του τηλεφωνικού αριθμού 1511.

Πηγή : <http://www.newsbeast.gr> 15 Οκτ 2010

<http://ekatoflorinas.blogspot.com>

Ανακοινώσεις από την Οικολογική Κίνηση Κοζάνης

Το *Σύμφωνο των Δημάρχων για τη βιώσιμη ενέργεια* υπογράφεται από 50 ελληνικές πόλεις. Η Κοζάνη εκτός.

Ο παγκόσμιος αγώνας κατά της κλιματικής αλλαγής απαιτεί γενναία μέτρα σε όλους τους τομείς : βιομηχανία, μεταφορές, γεωργία, αστικές δραστηριότητες.

Τι μπορούν να κάνουν οι πόλεις και τα δημοτικά τους συμβούλια γι' αυτό; Πολλά. Να ελαχιστοποιήσουν το ενεργειακό τους αποτύπωμα υλοποιώντας δράσεις εξοικονόμησης, να συμβάλουν στη παραγωγή πράσινης ενέργειας, να πειθαρχήσουν σε ποσοτικούς στόχους παγκόσμιας αποδοχής, όπως η μείωση των εκπομπών CO₂ κατά 20 %.

Οι πόλεις λοιπόν που έχουν αποδεχτεί σε όλο τον κόσμο ότι η κλιματική αλλαγή αποτελεί παγκόσμια προτεραιότητα ίδρυσαν ένα δίκτυο κοινών δράσεων και στόχων. Είναι το λεγόμενο "*Σύμφωνο των Δημάρχων*". Τα μέλη του Συμφώνου δεσμεύονται ότι θα μειώσουν τις εκπομπές CO₂ πάνω από 20%, μέσω

της υλοποίησης δικού τους *Σχεδίου Δράσης για τη Βιώσιμη Ενέργεια (SEAP)*, το οποίο πρέπει να υποβάλουν μέσα σε ένα χρόνο. Ακολούθως οφείλουν να δημοσιεύουν περιοδικές εκθέσεις που θα σκιαγραφούν την πρόοδο των σχεδίων δράσης τους.

Στο Σύμφωνο των Δημάρχων έχουν ενταχτεί εκατοντάδες πόλεις σε όλο τον κόσμο και μεταξύ αυτών πενήντα ελληνικές πόλεις. Από τη Δυτική Μακεδονία καμία, με εξαίρεση την Πτολεμαΐδα. Η Κοζάνη και οι άλλοι "ενεργειακοί δήμοι" τι φοβούνται; Μήπως παρεξηγηθεί κανείς από τη ΔΕΗ ή τη Νομαρχία ή τους βουλευτάδες που θεωρούν το CO₂ "αθώο αέριο"; Ή μήπως κακολογηθεί το "εθνικό μας καύσιμο", που εκπέμπει κατά την καύση του 30.000.000 τόνους CO₂ κάθε χρόνο στο λεκανοπέδιο;

Από πράσινα συνθήματα και υποσχέσεις των "μονομάχων" του 2ου γύρου χορτάσαμε αυτές τις μέρες. Από πράσινες δράσεις όμως είμαστε μονίμως πεινασμένοι...

12-11-2010

Οικολογική Κίνηση Κοζάνης

Παραδεκτή από το Ευρωκοινοβούλιο η Αναφορά 11 Περιβαλλοντικών Οργανώσεων για Παραβάσεις της ΔΕΗ και της Πολιτείας

Ευχάριστα νέα είχαμε προχθές (23/11/2010) στην Οικολογική Κίνηση Κοζάνης. Ήλθε η απάντηση από το Ευρωκοινοβούλιο για την Αναφορά που υποβάλαμε το Μάιο εξ ονόματος έντεκα (11) περιβαλλοντικών οργανώσεων των Λιγνιτικών Κέντρων Δυτικής Μακεδονίας και Μεγαλόπολης.

Υπενθυμίζεται ότι η Αναφορά ήταν μια εμπειριστωμένη νομοτεχνική εργασία, που συντάχτηκε με πρωτοβουλία της Οικολογικής Κίνησης Κοζάνης και βασίστηκε σε είκοσι επίσημα ντοκουμέντα (μετρήσεις της ΔΕΗ, του ΤΕΙ, του Κέντρου Περιβάλλοντος, σε πορίσματα του Συνηγόρου του Πολίτη, των επιθεωρητών περιβάλλοντος, στο Ίδρυμα Μαραγκοπούλου κλπ). Η Αναφορά έχει δύο βασικά κεφάλαια :

- Το 1ο αναφέρεται στα "**Σημαντικότερα περιβαλλοντικά προβλήματα και τις αντίστοιχες παραβάσεις της νομοθεσίας, που παρατηρούνται στα δύο Λιγνιτικά Κέντρα της ΔΕΗ**".

- Το 2ο επικεντρώνεται στα "**Αιτήματα-μέτρα που πρέπει να ικανοποιηθούν και για τα οποία ζητείται η συνδρομή του Ευρωκοινοβουλίου**". Στο κεφάλαιο

αυτό υπογραμμίζεται επίσης και η επιτακτική ανάγκη για αλλαγή του ενεργειακού μοντέλου της χώρας (σταδιακή απεξάρτηση από λιγνίτη και στήριξη στις ΑΠΕ).

Η Αναφορά είχε υποβληθεί κατά την επίσκεψη εκπροσώπων των έντεκα περιβαλλοντικών οργανώσεων στο Ευρωκοινοβούλιο μετά από πρόσκληση των Οικολόγων Πράσινων. Για την υποστήριξη της Αναφοράς υποβλήθηκε παράλληλη Ερώτηση στην Κομισιόν από τον Ευρωβουλευτή των Πρασίνων Μ. Τρεμόπουλο.

Στην απάντηση λοιπόν της Επιτροπής Αναφορών του Ευρωκοινοβουλίου η πρόεδρος της Επιτροπής **κ. Erminia Mazzoni** μάς πληροφορεί ότι "τα θέματα που τίγονται στην Αναφορά είναι παραδεκτά σύμφωνα με τον κανονισμό του Ευρωπαϊκού κοινοβουλίου" και ότι "η Ευρωπαϊκή Επιτροπή θα διεξαγάγει προκαταρκτική έρευνα σχετικά με τις διάφορες πλευρές του προβλήματος".

Μέχρι να ολοκληρωθεί η έρευνα βέβαια έχουμε μακρύ δρόμο ακόμη, αλλά το πρώτο βήμα έγινε.

Ο Συντονιστής της Πρωτοβουλίας των 11 Οργανώσεων, 25/11/2010
Οικολογική Κίνηση Κοζάνης

Ενημέρωση από την Ευρωπαϊκή Επιτροπή για τα Δικαιώματα των Επιβατών

IP/10/XXX

Βρυξέλλες, 29 Ιουνίου 2010

Μεταφορές : η Επιτροπή ξεκινά εκστρατεία για την ενημέρωση των επιβατών σχετικά με τα δικαιώματά τους

Οι επιβάτες θα έχουν ευκολότερη πρόσβαση σε πληροφορίες για τα δικαιώματά τους όταν ταξιδεύουν σιδηροδρομικώς ή αεροπορικώς χάρη σε μια πανευρωπαϊκή διαφημιστική εκστρατεία σε 23 γλώσσες που ξεκίνησε σήμερα η Ευρωπαϊκή Επιτροπή. Αν και η Επιτροπή τα τελευταία χρόνια έχει θεσπίσει νομοθεσία για να εξασφαλίσει ότι οι επιβάτες στις αεροπορικές και σιδηροδρομικές μεταφορές ωφελούνται από τα ίδια πρότυπα μεταχείρισης σε όλη την Ευρωπαϊκή Ένωση, δεν γνωρίζουν ακόμα όλοι οι επιβάτες αυτά που δικαιούνται.

Για να διορθωθεί αυτό, αφίσες που θα υπενθυμίζουν στους πολίτες τα δικαιώματά τους θα αναρτηθούν στους αερολιμένες και τους σιδηροδρομικούς σταθμούς σε όλα τα κράτη μέλη από σήμερα, εγκαίρως για την έναρξη της περιόδου των διακοπών. Οι ταξιδιώτες θα μπορούν επίσης να συμβουλευτούν δωρεάν φυλλάδια και έναν ειδικά σχεδιασμένο ιστοχώρο σε όλες τις επίσημες γλώσσες της Ευρωπαϊκής Ένωσης.

Ο αρμόδιος για τις μεταφορές αντιπρόεδρος **Siiem Kallas** δήλωσε τα εξής : "Τώρα που εκατομμύρια Ευρωπαίοι ετοιμάζονται να ξεκινήσουν για τις καλοκαιρινές διακοπές που τους αξίζουν, θέλουμε να διευκολύνουμε όσο το δυνατόν περισσότερο το ταξίδι τους, πληροφορώντας τους ότι έχουν δικαιώματα και πώς να έχουν υποστήριξη εάν χρειαστεί να τα επικαλεστούν. Όσο περισσότερη πληροφόρηση υπάρχει, τόσο το καλύτερο. Ελπίζουμε ότι με εμφανείς αφίσες στους αερολιμένες σε ολόκληρη την Ευρώπη, και με τη βοήθεια φυλλαδίων και επιγραμμικών πληροφοριών σε όλες τις γλώσσες της ΕΕ, μπορούμε να επικοινωνήσουμε με εκατομμύρια επιβάτες που ταξιδεύουν αυτό το καλοκαίρι και τους επόμενους μήνες".

Στο πλαίσιο της εκστρατείας "Τα δικαιώματα των επιβατών" δημιουργήθηκε ένας ιστοχώρος στη διεύθυνση <http://ec.europa.eu/passenger-rights>. Εδώ οι ενδιαφερόμενοι μπορούν να βρουν ποια είναι τα δικαιώματά τους για κάθε μέσο μεταφοράς. Φυλλάδια

και αφίσες που περιγράφουν συνοπτικά τα βασικά δικαιώματα θα είναι επίσης διαθέσιμα σε όλους τους κόμβους μεταφορών, από τους σιδηροδρομικούς σταθμούς ως τους αερολιμένες. Όλα αυτά είναι διαθέσιμα σε όλες τις επίσημες γλώσσες της ΕΕ έτσι ώστε να είναι δυνατό να ενημερώνεται ο καθένας στη γλώσσα του.

Τα δικαιώματα των επιβατών ορίζουν τι δικαιούται ο καθένας όταν κάτι δεν πάει καλά κατά τη διάρκεια του ταξιδιού. Παραδείγματος χάριν, σε περίπτωση καθυστέρησης ή ακύρωσης του ταξιδιού, ή όταν οι αποσκευές χάνονται ή παθαίνουν ζημιές. Εγγυώνται επίσης την ίση μεταχείριση των ανθρώπων με αναπηρίες ή με μειωμένη κινητικότητα.

Η Επιτροπή καταβάλλει προσπάθειες για την επέκταση των δικαιωμάτων των επιβατών σε άλλους τρόπους μεταφορών. Ειδικότερα, έχει διατυπώσει προτάσεις για τους επιβάτες που ταξιδεύουν στη θάλασσα ή σε εσωτερικές πλωτές οδούς και για τους επιβάτες που ταξιδεύουν με λεωφορείο ή πούλμαν. Ανάλογα με τις νομοθετικές εξελίξεις στο Ευρωπαϊκό Κοινοβούλιο και το Συμβούλιο, σχετικές προτάσεις μπορεί να εγκριθούν ήδη από φέτος.

Μόλις συμβεί αυτό, οι επιβάτες θα ενημερωθούν μέσω της εκστρατείας, η οποία θα διαρκέσει δύο έτη.

Αρμόδιοι επικοινωνίας :

Helen Kearns : +32 2 298 76 38

e-mail : helen.kearns@ec.europa.eu

Dale Kidd : +32 2 295 74 61

e-mail : dale.kidd@ec.europa.eu



Οι Τοξίνες "Πνίγουν" Δεκατρείς Μεγάλες Λίμνες - Μέρος 1ο

(Αναδημοσίευση άρθρου από την εφημερίδα "ΕΘΝΟΣ" των Αθηνών, Παρασκευή, 13 Αυγούστου 2010 και "ΗΧΩ" Φλώρινας, Τετάρτη 1 Σεπτ 2010)

Τοξίνες που εγκυμονούν κινδύνους για τη δημόσια υγεία ανιχνεύει νέα μεγάλη έρευνα του Πανεπιστημίου Ιωαννίνων στο νερό και τα ψάρια αρκετών λιμνών της Ελλάδας, όπως η λίμνη Καστοριάς, η Παμβώτιδα, η Μικρή Πρέσπα, η Δοϊράνη, η Ζάζαρη, η λίμνη Πετρών και η Κορώνεια.

Η πολύμηνη μελέτη (που δημοσιεύεται στο έγκριτο, διεθνές περιοδικό "Environmental Toxicology") έθεσε στο μικροσκόπιο τα χαρακτηριστικά 13 λιμνών της κεντρικής και βόρειας Ελλάδας, εντοπίζοντας συγκεντρώσεις τοξινών που μπορεί να καταστούν επικίνδυνες για τον άνθρωπο κατά τη διάρκεια ψυχαγωγικών δραστηριοτήτων στο νερό ή λόγω της κατανάλωσης ψαριών που ζουν στα επιβαρημένα υδατικά οικοσυστήματα.

Χαρακτηριστικό είναι πως στις λίμνες της Καστοριάς, της Παμβώτιδας, της Μικρής Πρέσπας και της Κορώνειας η συγκέντρωση τοξινών (μικροκυστινών) στη σάρκα των ψαριών που μελετήθηκαν ξεπερνούν την τιμή της επιτρεπόμενης συγκέντρωσης που μπορεί να λαμβάνεται καθημερινά από έναν ενήλικο χωρίς να υπάρχουν τοξικές επιδράσεις σε αυτόν, σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας.

Η οικολογική κατάσταση των ελληνικών λιμνών, που αποτυπώνεται στη διδακτορική διατριβή της βιολόγου Θεοδότης Παπαδημητρίου, στο τμήμα Βιολογικών Εφαρμογών και Τεχνολογιών του Πανεπιστημίου Ιωαννίνων, είναι κάθε άλλο παρά ενθαρρυντική. Και στις 13 λίμνες που μελετήθηκαν, ανιχνεύθηκαν συγκεντρώσεις μικροκυστινών, τοξινών δηλαδή που παράγονται από φυτοπλακτονικούς οργανισμούς (κυανοβακτήρια), η παρουσία των οποίων είναι συνυφασμένη με το φαινόμενο του ευτροφισμού. Τα δείγματα συλλέχθηκαν το 2007.

Στην Κορώνεια εντοπίστηκαν οι υψηλότερες συγκεντρώσεις, ενώ υψηλές συγκεντρώσεις βρέθηκαν και στα νερά των λιμνών Καστοριάς και Παμβώτιδας, όπως επίσης στη Δοϊράνη, τη Μικρή Πρέσπα, τη λίμνη Πετρών και τη Ζάζαρη. Στον αντίποδα βρίσκονται οι λίμνες Χειμαδίτιδα, Κερκίνη, Λυσιμαχία,

Τριχωνίδα και Βεγορίτιδα, ενώ οι χαμηλότερες συγκεντρώσεις μικροκυστινών εντοπίστηκαν στη Βόλβη.

Εκτός από την ποιότητα των υδάτων, η βιολόγος του Πανεπιστημίου Ιωαννίνων εστίασε και στην ποσότητα τοξινών που περνούν στην τροφική αλυσίδα, μέσα από τα ψάρια του γλυκού νερού. Συγκεκριμένα, μελέτησε 10 αγριοκυπρίνους (ή πεταλούδες - *Carassius gibelio*) από κάθε λίμνη.

Όπως διευκρινίζει η ίδια, επέλεξε αυτό το ψάρι, καθώς θεωρείται από τα πιο ανθεκτικά είδη, που μπορεί να επιβιώσει κάτω από εξαιρετικά ακραίες περιβαλλοντικές συνθήκες, είναι ευρέως διαδεδομένο από την Ιαπωνία έως και την Ευρώπη, ενώ είναι το μοναδικό είδος που υπάρχει στο σύνολο των εσωτερικών ελληνικών υδάτων, γεγονός που το καθιστά οργανισμό - μέτρο σύγκρισης.

Συσσωρευση

Αποδείχθηκε πως όλα τα ψάρια συσσωρεύουν ποσότητες μικροκυστινών κυρίως στο συκώτι, αλλά και σε άλλους εδώδιμους (σάρκα) και μη εδώδιμους (νεφρός, εντόσθια, εγκέφαλος) ιστούς τους. Οι τοξίνες συσσωρεύονται στα ψάρια κυρίως διαμέσου της διατροφής τους και δευτερευόντως παθητικά, μέσα από τα βράγχιά τους.

Στα ψάρια των λιμνών Κορώνεια, Καστοριά, Παμβώτιδα και Δοϊράνη εντοπίστηκαν οι υψηλότερες συγκεντρώσεις. Ακολουθούν οι αγριοκυπρίνοι από τις λίμνες Τριχωνίδα, Χειμαδίτιδα, Ζάζαρη, Μικρή Πρέσπα και Κερκίνη, ενώ οι χαμηλότερες συγκεντρώσεις εντοπίστηκαν στα ψάρια των λιμνών Βόλβη, Πετρών, Βεγορίτιδα και Λυσιμαχία.

(συνεχίζεται)



Η Πολλή Τηλεόραση Παχαίνει

Από την Έλενα Κιούρκτση - "Η Καθημερινή"

Η συστηματική κατανάλωση τροφής μπροστά σε οθόνες έχει ως συνέπεια να μη συνειδητοποιούμε τι και πόσο τρώμε

Φαίνεται πως η παχυσαρκία έχει άμεση σχέση και με τις πολλές ώρες τηλεθέασης, ενώ παραμένει γεγονός ότι μπροστά στη μικρή οθόνη όλοι ξεχνιόμαστε και τρώμε παραπάνω. Πρόκειται για ένα σύγχρονο πρόβλημα των δυτικών κοινωνιών που χαρακτηρίζεται από βιαστική μάσηση, μεγαλύτερες από το απαιτούμενο ποσότητες φαγητού και "πληροφορίες" - τις περισσότερες φορές τελείως ακατάλληλες για να τις εισπράξει κανείς, ενώ γευματίζει.

Όταν η τηλεόραση είναι ανοιχτή, η προσοχή επικεντρώνεται στον ήχο και στην εικόνα, οπότε η διάθεση για άμεση επικοινωνία εξασθενεί, εξηγεί η κ. **Κασιανή Μαδεμλή**, ψυχολόγος, ψυχοθεραπεύτρια. Έτσι η ώρα και η ευχαρίστηση του φαγητού συνδυάζονται με το τηλεοπτικό πρόγραμμα και όχι με την επιθυμία να βρεθούμε όλοι μαζί για να φάμε και να μιλήσουμε. Από την άλλη, τα παιδιά, μιμούμενα τα πρότυπα συμπεριφοράς των γονέων, μαθαίνουν να τρώνε -είτε με την οικογένεια είτε και μόνα τους- μπροστά στην τηλεόραση, με αποτέλεσμα να βομβαρδίζονται από καταναλωτικές ανάγκες και διατροφικές προτάσεις που δεν μπορούν να κρίνουν και ίσως να μην είναι προς όφελός τους.

Επιπροσθέτως, η ανοιχτή τηλεόραση εν ώρα φαγητού συρρικνώνει ακόμη περισσότερο τον ήδη ελάχιστο ελεύθερο χρόνο για διαπροσωπικές επαφές μεταξύ συζύγων ή γονέων και παιδιών, αφού "αντικαθιστά" τη μεταξύ τους λεκτική και συναισθηματική επικοινωνία.

Αν την ώρα που τρώμε παρακολουθούμε και τηλεόραση, το αποτέλεσμα είναι να μην καταλαβαίνουμε τι και πόσο τρώμε, προσθέτει ο κ. **Λάμπρος Συντώσης**, αν. καθηγητής Διατροφής Χαροκοπείου Πανεπιστημίου. Έρευνες σε παιδιά προσχολικής ηλικίας έδειξαν πως όσα είχαν συνηθίσει να τρώνε παρακολουθώντας παιδικά προγράμματα, κατανάλωναν 33% περισσότερη τροφή από όση φυσιολογικά θα έτρωγαν.

Τα ευρήματα αυτά υποδηλώνουν ότι, όπως ακριβώς συμβαίνει στους ενήλικους, έτσι και στα παιδιά, η συστηματική κατανάλωση τροφής μπροστά σε οθόνες έχει ως συνέπεια να αποσπάται η προσοχή τους

από τα μηνύματα που δίνει ο οργανισμός για τον κορεσμό της πείνας. Αυτή η συνήθεια φαγητού - τηλεόρασης μπορεί να οδηγήσει συνδυαστικά και σε μια άλλη.

Δηλαδή, κάθε φορά που θα βλέπουμε τηλεόραση, να θέλουμε και να τρώμε, προσλαμβάνοντας επιπλέον θερμίδες, χωρίς στην πραγματικότητα να ικανοποιούμε την ανάγκη για πρόσληψη τροφής. Τέλος, ο ... ορκισμένος τηλεθεατής περιορίζει σημαντικά τη φυσική του δραστηριότητα, ενώ συνήθως κάτι τσιμπολογά "χαζεύοντας" - και εκτός γευμάτων.

Αλλαγή Νοοτροπίας

> Ώρα φαγητού

Τα γεύματα της οικογένειας να γίνονται σε ήρεμο περιβάλλον, με στρωμένο τραπέζι, παρουσία όλων των μελών -σε τουλάχιστον ένα γεύμα της ημέρας- και βέβαια με την τηλεόραση κλειστή.

> Χρειάζεται μέτρο

Αντικαθιστούμε την "παρουσία" της τηλεόρασης με ευχάριστες συζητήσεις και δίνουμε το καλό παράδειγμα στα παιδιά, έχοντάς την όσο γίνεται λιγότερες ώρες ανοιχτή.

> Συζητάμε με τα παιδιά

Τους δίνουμε να καταλάβουν τη σημασία της ισοροπημένης διατροφής και του μέτρου στην κατανάλωση γλυκισμάτων.

> Απαραίτητοι οι κανόνες

Θέτουμε σε συνεργασία με το παιδί εβδομαδιαίο ρεαλιστικό στόχο για τις ώρες τηλεθέασης, καθορίζοντας και τις "κυρώσεις" σε περίπτωση αθέτησης του στόχου.

> Μακριά από το υπνοδωμάτιο

Δεν τοποθετούμε ποτέ τηλεόραση στο υπνοδωμάτιο των παιδιών - και, καλό θα ήταν, ούτε και στο δικό μας.

> Η ζωή εκτός

Ενθαρρύνουμε τα παιδιά να παίζουν με φίλους ή να αθλούνται, αντί να παρακολουθούν τηλεόραση.

Περιοδικό "Κ" της Καθημερινής 28 Νοε 2010

Αυστηρότεροι Κανόνες για τις Υπηρεσίες που Χρεώνονται με SMS

Με στόχο τον περιορισμό των υπερβολικών χρεώσεων και την προστασία των ανηλίκων, η Εθνική Επιτροπή Τηλεπικοινωνιών και Ταχυδρομείων τροποποιεί τον κώδικα δεοντολογίας για τις "υπηρεσίες πολυμεσικής πληροφόρησης", στις οποίες περιλαμβάνονται οι διαγωνισμοί μέσω κινητού τηλεφώνου και οι υπηρεσίες ringtones, logos, βίντεο και παιχνιδιών.

"Η τροποποίηση έλαβε υπόψη τις πολλές καταγγελίες καταναλωτών που κατατέθηκαν στην ΕΕΤΤ κατά το τελευταίο εξάμηνο και επιβάλλει ειδικές υποχρεώσεις στους παρόχους ΥΠΠ", αναφέρει η σχετική ανακοίνωση.

Περιορισμός Υπερβολικών Χρεώσεων

* Ο κώδικας θέτει πλέον "οροφή" στις χρεώσεις. Το μηνιαίο κόστος μιας συγκεκριμένης ΥΠΠ με συνδρομή για τον καταναλωτή δεν μπορεί να ξεπερνά τα 20 ευρώ.

* Σε περίπτωση που με την εγγραφή του καταναλωτή σε μία νέα ΥΠΠ με συνδρομή, η συνολική μηνιαία αξία των συνδρομών του στον Πάροχο ΥΠΠ πρόκειται να υπερβεί τα 20 ευρώ, θα αποστέλλεται ατελές ενημερωτικό μήνυμα και θα ζητείται η ρητή συγκατάθεσή του.

* Στην περίπτωση που ο πάροχος PSMS αποστέλλει ανεπιτυχώς επί 15 ημέρες σύντομα μηνύματα σε έναν εγγεγραμμένο καταναλωτή, ή δεν λαμβάνει σύντομα μηνύματα από έναν καταναλωτή για διάστημα 15 ημερών, ενώ η ΥΠΠ προβλέπει την αποστολή σύντομων μηνυμάτων από τον καταναλωτή, τότε ο πάροχος οφείλει να τον διαγράψει από τη συγκεκριμένη υπηρεσία.

Προστασία Ανηλίκων

* Ο καταναλωτής μπορεί να ζητήσει από τον πάροχο του δικτύου στο οποίο είναι συνδρομητής τη φραγή της πρόσβασής του σε όλες τις ΥΠΠ ή σε συγκεκριμένες αριθμοδοτικές σειρές και ο πάροχος υποχρεούται να ικανοποιήσει το αίτημα. Με αυτό τον τρόπο οι γονείς μπορούν να θέσουν φραγή στις ΥΠΠ των κινητών των παιδιών τους που λόγω απειρίας και άγνοιας είναι τα κύρια θύματα τέτοιων υπηρεσιών. Φυσικά η προστασία δεν περιορίζεται μόνον

στους ανηλίκους. Επεκτείνεται και σε όσους δεν επιθυμούν να λαμβάνουν ΥΠΠ.

Ορθή Ενημέρωση των Χρηστών

* Ο καταναλωτής πρέπει να ενημερώνεται σαφώς κατά την υπογραφή της σύμβασης με τον πάροχο του δικτύου σταθερής ή κινητής τηλεφωνίας, για τη δυνατότητα χρέωσής του μέσω του λογαριασμού του για χρήση υπηρεσιών τρίτων, καθώς επίσης και για τη δυνατότητα χρέωσής του μέσω της λήψης σύντομων μηνυμάτων, όπου αυτό ισχύει.

* Στην περίπτωση που ο καταναλωτής λαμβάνει PSMS, στην τερματική συσκευή του θα πρέπει να αναγράφεται υποχρεωτικά ο σύντομος κωδικός του αποστολέα.

* Η ιστοσελίδα, μέσω της οποίας πραγματοποιείται η εγγραφή του χρήστη σε υπηρεσία με συνδρομή, πρέπει να περιέχει τη δυνατότητα επιλογής (κενό tick box), δίπλα στην οποία θα αναγράφεται "Έχω λάβει γνώση των όρων χρήσης και αποδέχομαι να ενεργοποιήσω τη συνδρομητική υπηρεσία <όνομα υπηρεσίας> <χρέωση ανά μονάδα χρόνου>" και την οποία υποχρεωτικά ο Τελικός Χρήστης θα πρέπει να επιλέγει πριν τού επιτραπεί να προχωρήσει στην εγγραφή.

* Ο καταναλωτής πρέπει να έχει πρόσβαση σε πίνακα που περιέχει όλες τις ΥΠΠ του παρόχου με πληροφορίες χρέωσης, καθώς και στα στοιχεία επικοινωνίας του Παρόχου ΥΠΠ, μέσω του διαδικτυακού του τόπου και με τρόπο ώστε να φτάνει στην πληροφορία αυτή από την αρχική ιστοσελίδα εύκολα και άμεσα.

* Στο αρχικό ηχογραφημένο μήνυμα κατά την έναρξη της κλήσης προς ΥΠΠ ηχητικής πληροφόρησης, παρέχεται, πέραν της περιγραφής της χρέωσης, και πληροφορία για το βήμα χρέωσης.

"Ελεύθερο ΒΗΜΑ της Φλώρινας" 1 Οκτ 2010



Ειδήσεις που Ενδιαφέρουν τον Καταναλωτή

Από Δημοσιεύματα του Ελληνικού Τύπου

Προσοχή στα Τοξικά Απόβλητα

Οι ειδικοί μάς ενημερώνουν ότι τα τοξικά απόβλητα καταλήγουν στο φαγητό και στο νερό που τρώμε αλλά και στον αέρα που αναπνέουμε. Σύμφωνα με στοιχεία που ανακοινώθηκαν σε ημερίδα που διοργάνωσε το Τεχνικό Επιμελητήριο Ελλάδας, εκτιμάται ότι η ετήσια παραγωγή επικίνδυνων αποβλήτων κυμαίνεται από 350.000 έως 650.000 τόνους και τα τοξικά αυτά απόβλητα καταλήγουν στο πιάτο μας, στην τροφική αλυσίδα και στον αέρα. Το τοπίο είναι ακόμα θολό καθώς κανένας δεν είναι σε θέση να αναφέρει πόσες ποσότητες τέτοιων αποβλήτων παράγονται ετησίως και πού αυτές καταλήγουν.

"TA NEA" 3 Ιουν 2010

Λιγότερα Αναψυκτικά για Χαμηλότερη Πίεση

Σύμφωνα με νέα αμερικανική μελέτη, η κατανάλωση δύο λιγότερων αναψυκτικών με ζάχαρη την ημέρα θα μπορούσε να μειώσει τον κίνδυνο θανάτου από εγκεφαλικό κατά 8% και από στεφανιαία νόσο κατά 5%. Τα ποτά και τα ροφήματα που περιέχουν ζάχαρη έχουν συνδεθεί με αυξημένο κίνδυνο παχυσαρκίας και διαβήτη, αλλά μέχρι σήμερα παρέμενε ασαφής η επίδρασή τους την αρτηριακή πίεση. Οι νέες μελέτες των Αμερικανικών επιστημόνων δείχνουν ότι η μείωση της κατανάλωσης τέτοιου είδους ποτών αποτελεί ασπίδα ενάντια στα καρδιαγγειακά επεισόδια και μειώνει σημαντικά τόσο τη διαστολική όσο και τη συστολική πίεση.

"TO BHMA" 30 Μα 2010

Φορολόγηση Ενάντια στην Παχυσαρκία

Καθώς η παχυσαρκία στην Αυστραλία έχει λάβει διαστάσεις επιδημίας, οι επιστήμονες εκτιμούν ότι η επιβολή ειδικού φόρου σε είδη όπως τα αναψυκτικά, οι σοκολάτες και τα πατατάκια, δηλαδή το λεγόμενο junk food, μπορεί να αποτελεί και το πιο αποτελεσματικό όπλο για την αντιμετώπισή της. Εκτιμάται ότι στη χώρα αυτή πάνω από το 60% των ενηλίκων και το 25% των παιδιών είναι παχύσαρκοι ή υπέρβαροι.

Παρά το ότι είναι πολλές οι τροφές που περιέχουν ζάχαρη, αλάτι και λιπαρά, οι τροφές αυτές φαίνεται να είναι οι χειρότερες από πλευράς διατροφικής αξίας. Υπάρχει επίσης και μια πρόταση για την αξιοποίηση του φόρου, με σκοπό τη μείωση της τιμής των φρούτων και λαχανικών και συνεπώς την αύξηση της κατανάλωσής τους.

<http://www.newsbeast.gr> 4 Νοε 2010

"ΠΟΛΙΤΗΣ" (Φλώρινα) 5 Νοε 2010

Νέες Τεχνολογίες για Περισσότερη Ασφάλεια στην Οδήγηση

Active Blind Spot Assist (Ενεργό σύστημα επιτήρησης τυφλής γωνίας)

Το σύστημα αυτό προειδοποιεί τον οδηγό αν ανιχνεύσει κίνδυνο σύγκρουσης καθώς αυτός αλλάζει λωρίδα κυκλοφορίας. Αν ο οδηγός αγνοήσει την προειδοποίηση και πλησιάσει επικίνδυνα σ' ένα άλλο όχημα στη διπλανή λωρίδα κυκλοφορίας, το σύστημα παρεμβαίνει ενεργοποιώντας τα φρένα κάποιων τροχών για να παραμείνει το όχημα στη λωρίδα του.

Active Bonnet (Ενεργό καπό)

Σε περίπτωση ατυχήματος με πεζό, ανασηκώνεται το τμήμα του καπό που βρίσκεται κοντά στο παρμπρίζ, ώστε να μειωθεί ο κίνδυνος τραυματισμού του πεζού.

Active Cruise Control

Είναι ένα σύστημα ελέγχου που βασίζεται στην ύπαρξη ενός radar που βοηθά τον οδηγό να διατηρήσει μια προκαθορισμένη απόσταση από το προπορευόμενο όχημα, δηλ. φρενάροντας όταν αυτό φρενάρει ή επιταχύνοντας όταν αυτό επιταχύνει.

Night View Assist Plus (Σύστημα υποβοήθησης όρασης τη νύχτα)

Πρόκειται για μια κάμερα υπέρυθρων ακτίνων που ελέγχει τον δρόμο μπροστά από το όχημα και μεταφέρει τη ρεαλιστική εικόνα στην οθόνη του οχήματος που βρίσκεται στον πίνακα οργάνων. Σε περίπτωση που ανιχνευτεί πεζός, η φιγούρα του προβάλλεται εντονότερα στην οθόνη.

Attention Assist (Υποβοήθηση προσοχής)

Είναι ένα σύστημα που παρακολουθεί τον συνήθη τρόπο με τον οποίο οδηγούμε και μας προειδοποιεί

Ειδήσεις που Ενδιαφέρουν τον Καταναλωτή

Από Δημοσιεύματα του Ελληνικού Τύπου

αν ο τρόπος αυτός παύσει να είναι "σταθερός". Η ακανόνιστη οδήγηση, ιδιαίτερα η ασταθής χρήση του τιμονιού, αποτελεί μια έγκαιρη ένδειξη ενός κουρασμένου οδηγού.

Electronic Stability Program, ESP (Σύστημα Ελέγχου Ευστάθειας)

Το σύστημα αυτό είναι υπεύθυνο για τη διατήρηση του ελέγχου του οχήματος σε απότομες αλλαγές πορείας, ανεξαρτήτως αιτίας. Αποτρέπει το όχημα από το να βγει "εκτός ελέγχου", φρενάροντας επιλεκτικά κάποιους τροχούς ή μειώνοντας την παροχή ροπής του κινητήρα ή και τα δύο.

Pedestrian Detection System (Σύστημα Ανίχνευσης Πεζών)

Είναι ένα σύστημα που συνδυάζεται με πλήρως αυτόματη πέδηση (Full Auto Brake), ανιχνεύει τους πεζούς που περνούν μπροστά από το όχημα, ειδοποιεί τον οδηγό και φρενάρει αυτόματα με όλη τη δύναμη των φρένων, αν ο οδηγός δεν ανταποκριθεί. Σε μια επικίνδυνη κατάσταση, ο οδηγός δέχεται αρχικά μια ακουστική προειδοποίηση σε συνδυασμό με μια φωτεινή ένδειξη που προβάλλεται πάνω στο παρμπρίζ και αναβοσβήνει. Ταυτόχρονα, τα φρένα του οχήματος προφορτίζονται. Το σύστημα λειτουργεί για όλο το εύρος ταχυτήτων του οχήματος και είναι σε θέση να αποτρέψει πλήρως τη σύγκρουση με πεζό σε ταχύτητες έως και 35 χλμ/ώρα, ακινητοποιώντας το όχημα ακόμη κι ο οδηγός δεν αντιδράσει έγκαιρα, ενώ για μεγαλύτερες ταχύτητες προσφέρει σημαντική μείωση της ταχύτητας.

Περιοδικό "BHMagazine" 28 Νοε 2010

Η Δράση "Χτίζοντας το Μέλλον"

Το Πρόγραμμα "Χτίζοντας το Μέλλον" που εκπονήθηκε από το Υπουργείο Περιβάλλοντος, Ενέργειας και Κλιματικής Αλλαγής, και που η εφαρμογή του θα ξεκινήσει από το 2011, προβλέπει δράσεις εξοικονόμησης ενέργειας σε 3 εκατομμύρια κτίρια σ' όλη τη χώρα έως το 2020. Για τις κατοικίες προβλέπεται αντικατάσταση κουφωμάτων, διπλά τζάμια low-e, ηλιακοί συλλέκτες, "ψυχρές" οροφές, μόνωση της οροφής, μόνωση της πρόσοψης και αντικατάσταση συμβατικών συστημάτων θέρμανσης με νέα υψηλής απόδοσης.

Για τον εμπορικό τομέα προβλέπεται αντικατάστα-

ση προσόψεων, εξωτερικές μονώσεις, συστήματα ψύξης-θέρμανσης-αερισμού, τεχνητός φωτισμός και προηγμένα συστήματα ενεργειακού ελέγχου. Το πρόγραμμα δεν θέτει περιορισμούς εισοδήματος, τιμής ζώνης ή ηλικίας κτιρίου, ούτε προβλέπει επιδοτήσεις και χαμηλότοκα δάνεια, όπως το Πρόγραμμα "Εξοικονόμηση Κατ' Οίκον". Το μόνο που προβλέπει είναι η παροχή εκπτώσεων στα οικοδομικά προϊόντα τουλάχιστον 25% επί της τιμής, μετά από εθελοντικές συμφωνίες που θα υπογραφούν με το ΥΠΕΚΑ και τις εταιρείες παραγωγής και εισαγωγής δομικών υλικών.

Επίσης, εκτός από τις παρεμβάσεις σε κτίρια και εμπορικά κέντρα, προβλέπονται και πιλοτικά προγράμματα, όπως οι πράσινες γειτονιές, το πράσινο ορεινό χωριό, το πράσινο νησί και άλλα με ορίζοντα δεκαετίας.

"Σήμερα" 5 Νοε 2010, "CityPress" 5 Νοε 2010

"TA NEA" 5 Νοε 2010, "Αγγελιοφόρος" 5 Νοε 2010

Η Πρωτεύουσα της Οικολογίας

Το Βραβείο Πράσινης Ευρωπαϊκής Πρωτεύουσας για το 2012 δόθηκε στην ισπανική πόλη **Βιτόρια-Γκαστές** καθώς στην πόλη αυτή τα 7 στα 10 κτίρια διαθέτουν ηλιακούς συλλέκτες, ενώ μπορεί οι κάτοικοι να αυξάνονται, αλλά η κατανάλωση νερού μειώνεται. Το Βραβείο αυτό απονέμεται κάθε χρόνο από την Ευρωπαϊκή Επιτροπή σε πόλεις που έχουν συμβάλει με ξεχωριστό τρόπο στην προστασία του περιβάλλοντος και την αειφόρο ανάπτυξη και στόχος αυτής της πρωτοβουλίας είναι να αναδειχθούν ορισμένες πόλεις ως πρότυπα προς μίμηση στον τομέα της βιώσιμης αστικής ανάπτυξης.

Η Βιτόρια-Γκαστές αρίστευσε στον πράσινο δακτύλιο που την περιβάλλει, στα φυτά που βρίσκονται κατά μήκος των δρόμων και στους κήπους, στα 42,12 τετρ. μέτρα πράσινου που αντιστοιχούν σε καθένα από τους 240.000 κατοίκους της, στη σταθερή μείωση της κατανάλωσης νερού και στην πολύ καλή ποιότητα του αέρα. Πολύ σημαντική είναι και η συμμετοχή των κατοίκων της πόλης στην ανακύκλωση των σκουπιδιών.

"TA NEA" 4 Νοε 2010