

# Μάθε να Επιλέγεις

## Το Βιβλίο των Νέων της Ευρώπης

Η Ευρωπαϊκή Ένωση  
Ασφαλείς Καταναλωτές  
Υγιείς Καταναλωτές  
Περιβάλλον  
Υπεύθυνοι Καταναλωτές  
Έρευνα και Ανάπτυξη



Ευρωπαϊκή Επιτροπή

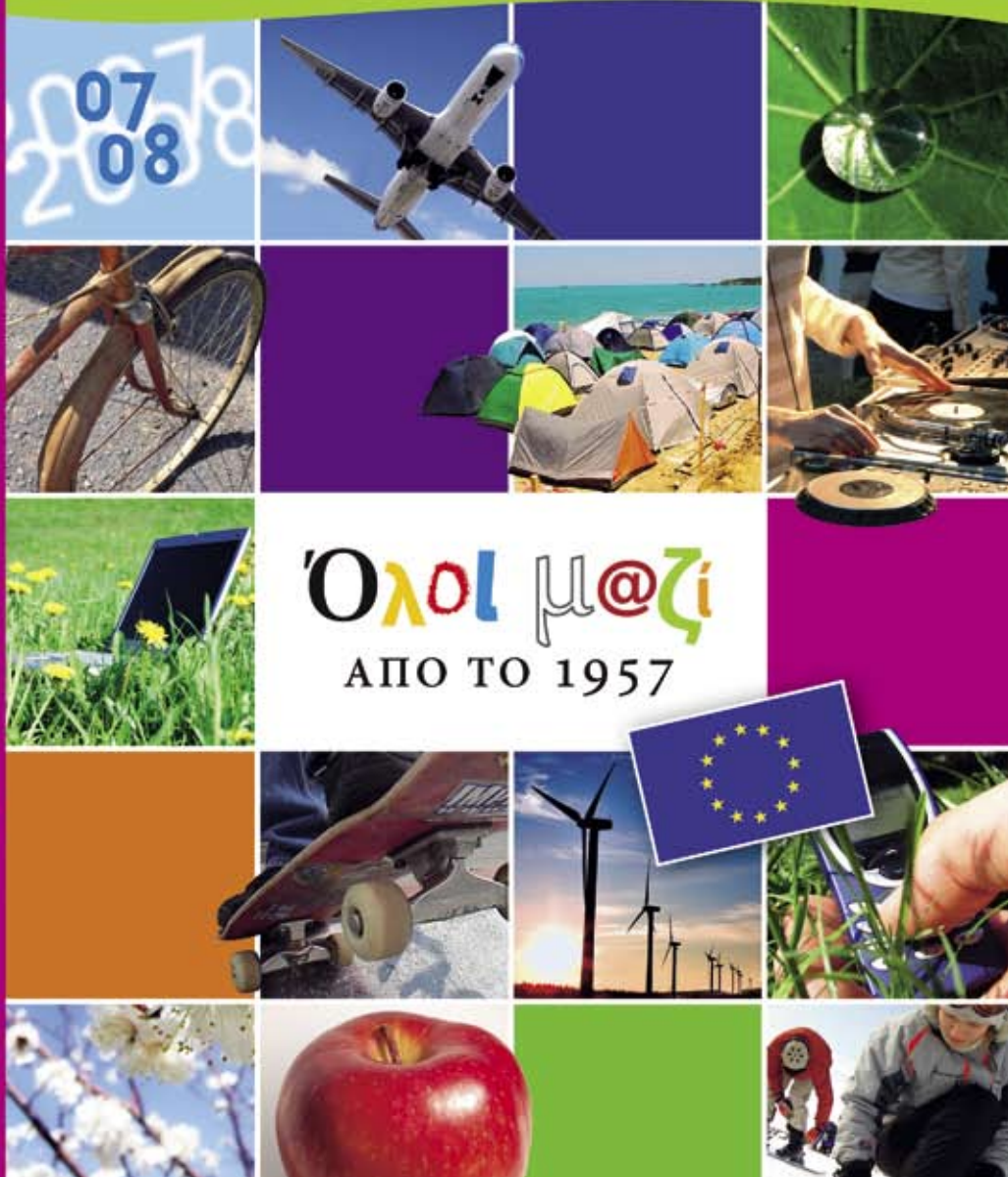


© Ευρωπαϊκή Κοινότητα, 2007

GR

## Το Βιβλίο των Νέων της Ευρώπης

Μάθε να Επιλέγεις



2007-2008

Το Βιβλίο των Νέων της Ευρώπης: Μάθε να Επιλέγεις

Εκδότης ..... Catie Thorburn  
Διεθνής συντονιστής ..... Sylvie Huysmans  
Συντονιστής διακίνησης ..... Stéphanie Racette  
Εθνικός συντονιστής ..... Αναστασία Γκίκα  
Γραφικά και προεκτύπωση ..... Dominique Chasseur, Myriam Lequenne,  
Yannick Muller  
Επιμέλεια ..... Helen Jones και Αναστασία Γκίκα

#### **Generation Europe Foundation**

Chaussée St. Pierre, 123  
B-1040 Brussels, Belgium

E-mail: [info@generation-europe.org](mailto:info@generation-europe.org)  
<http://www.generation-europe.org>  
(παραγγελίες)

<http://www.generation-europe.eu.com>  
(φόρουμ, έρευνες, ερωτηματολόγια)

#### **Συνεργάτης για την Ελλάδα και την Κύπρο**

Οργανισμός Generation Europe για την  
Ελλάδα και την Κύπρο  
Ρέππα 51

Παπάγου 15669

Αθήνα – Ελλάδα

Τηλ. 0030-2107224918-9

Φαξ 0030-2106522244

E-mail: [anastasia@advancecomm.gr](mailto:anastasia@advancecomm.gr)  
<http://www.generation-europe.org>

#### **Μεταφραστές για όλες τις εκδόσεις**

Carmen Ardelean, Adam Amborski, Silvia Durán-García, Liga Ezera, Eili Heinmets, Jon Helmersen, Jacob Hestoy, Ιφιγένεια Καστανάρα, Monika Kavalir, Jan Kroupa, Marine Lefebvre, Lina Perkauskyte, Violetta Polese, Emilia Raunio, Maria José Santos, Simona Spassova, Veronika Vajdova, Edit Virag, Valesca Vos, Alix Wurdak.

#### **Ευχαριστίες**

Η παρούσα έκδοση έχει πραγματοποιηθεί με τη βοήθεια και συμβολή της Συμβουλευτικής Επιτροπής του **Generation Europe** και των Εθνικών Συντακτικών Επιτροπών. Θα θέλαμε να ευχαριστήσουμε όλους όσους έχουν συμβάλει στην προετοιμασία αυτού του βιβλίου. Ιδιαίτερα, θα θέλαμε να ευχαριστήσουμε την Διεύθυνση Αγωγής Υγείας και Περιβαλλοντικής Εκπαίδευσης του Υπουργείου Παιδείας.

Οι πληροφορίες που παρέχονται σε αυτή την έκδοση έχουν συγκεντρωθεί με μεγάλη προσοχή και είναι ακριβείς σύμφωνα με τις γνώσεις μας. Ο εκδότης δεν αναλαμβάνει καμία ευθύνη για τυχόν λάθη ή παραλείψεις. Οι απόψεις που εκφράζονται δεν ανήκουν εξ ολοκλήρου στον εκδότη.

Η Ευρωπαϊκή Επιτροπή και ο εκδότης δεν ευθύνονται για το περιεχόμενο άλλων δικτυακών τόπων που αναφέρονται στην παρούσα έκδοση, εκτός από τους δικούς τους δικτυακούς τόπους.

© Ευρωπαϊκές Κοινότητες, 2007.



Η Γενική Διεύθυνση που ευθύνεται για την Υγεία και Προστασία του Καταναλωτή, το Περιβάλλον, την Επικοινωνία, και την Έρευνα βρίσκεται στην ευχάριστη θέση να σας προσφέρει το **Βιβλίο των Νέων της Ευρώπης: Μάθε να επιλέγεις**. Το σχολείο σας ζήτησε το ημερολόγιο για εσάς, και γι' αυτό ελπίζουμε ότι θα απολαύσετε τη χρήση του στο σχολείο και το σπίτι.

<http://europa.eu/>



Εκτύπωση: IRIS Printers S.A. Ελλάδα

**Η ΑΛΛΑΓΗ ΤΟΥ ΚΛΙΜΑΤΟΣ ΞΕΡΤΑΤΑΙ ΑΠΟ ΕΣΕΝΑ.  
ΡΥΘΜΙΣΕ ΤΟΝ ΘΕΡΜΟΣΤΑΤΗ, ΚΛΕΙΣΕ ΤΟ ΔΙΑΚΟΠΤΗ, ΑΝΑΚΥΚΛΩΣΕ, ΠΕΡΠΑΤΑ, ΑΛΛΑΞΕ ΣΥΝΗΘΕΙΑ**

[www.climatechange.eu.com](http://www.climatechange.eu.com)

## Το Βιβλίο των Νέων της Ευρώπης - Μάθε να Επιλέγεις



Επίθετο

Όνομα

Ημερομηνία γέννησης

Διεύθυνση

Χώρα

Τηλέφωνο

Κινητό τηλέφωνο

E-mail

Όνομα σχολείου

Διεύθυνση

Σε περίπτωση ανάγκης, παρακαλώ ειδοποιήστε

Τηλέφωνο

## Περιεχόμενα

### Η Ευρωπαϊκή Ένωση

Μήνυμα από την Επίτροπο για την Προστασία του Καταναλωτή.....	3
Μήνυμα από την Υπουργό Εθνικής Παιδείας και Θρησκευμάτων.....	4
Τι είναι η Ευρωπαϊκή Ένωση;.....	5
Χαρακτηριστικά των χωρών της ΕΕ.....	8
Πώς θεσπίζονται οι νόμοι: η Οδηγία περί Μπαταριών.....	14
Χρονικό της ΕΕ.....	16

### Περιβάλλον

Μήνυμα από τον Επίτροπο για το Περιβάλλον.....	19
Επικίνδυνα χημικά.....	20
Προστασία του περιβάλλοντος τώρα και στο μέλλον.....	21
Κλιματικές αλλαγές.....	24
Η εξάντληση των φυσικών καυσίμων.....	32
Νερό – ένας πολύτιμος φυσικός πόρος.....	33
Τι θα λέγατε για λίγο φρέσκο αέρα;.....	38
Βιοποικιλότητα.....	41
Μείωση, επαναχρησιμοποίηση, ανακύκλωση.....	44
«Τεχνολογικά» απορρίμματα.....	48

### Έρευνα και Ανάπτυξη

Έρευνα.....	49
Ένα δίκτυο για ασφάλεια στο δρόμο.....	50
Η σημασία του ήλιου.....	51

### Ασφαλείς Καταναλωτές

Ευρωπαϊκά Καταναλωτικά Κέντρα.....	53
Πώς να διαμαρτυρηθείτε.....	54
Το χρήμα κινεί τον κόσμο.....	56
Τι υπάρχει πίσω από μια μάρκα;.....	64
Φερθείτε έξυπνα σε έναν δικτυωμένο κόσμο.....	67
Πώς θα είστε ασφαλείς στο διαδίκτυο.....	72
Κινητά τηλέφωνα – κρατήστε τον έλεγχο.....	74
Ταξίδια στην ΕΕ.....	76
Η μεγάλη σημασία των μικρών εικόνων.....	78

### Υγιείς Καταναλωτές

Τι αναγράφεται σε μια ετικέτα;.....	80
Προστατεύστε τον εαυτό σας από τον ήλιο.....	82
Κάπνισμα... τα στοιχεία.....	84
Αλκοόλ.....	86
Σεξουαλικά μεταδιδόμενες ασθένειες.....	88
Παχυσαρκία – ο σύγχρονος εχθρός.....	90

### Υπεύθυνοι Καταναλωτές

Τουρισμός που δεν επιβαρύνει το περιβάλλον.....	93
Δίκαιο και αλληλέγγυο εμπόριο.....	94

## Μήνυμα από την Επίτροπο για την Προστασία του Καταναλωτή

*Είμαι πολύ περήφανη που μου έχει ανατεθεί η ευθύνη για ένα πολιτικό πεδίο που επηρεάζει σημαντικά τη ζωή μας, την υγεία και τις οικονομικές απολαβές εκατομμυρίων νέων ανθρώπων και στις 27 χώρες που απαρτίζουν την Ευρωπαϊκή Ένωση.*



Γνωρίζω πολύ καλά ότι βρίσκεστε αντιμέτωποι με περισσότερες επιλογές και πιο σύνθετες αποφάσεις από ποτέ και ότι θέλετε να έχετε ενεργό ρόλο στη διαμόρφωση του μέλλοντος της Ευρώπης. Ως εκ τούτου, μια από τις προτεραιότητές μου είναι να αποκτήσουν οι νέοι καταναλωτές τα κατάλληλα εφόδια ώστε να λαμβάνουν σωστές και προνοητικές αποφάσεις. Απώτερος στόχος μου είναι να διασφαλίσω ότι όλοι ο Ευρωπαίοι πολίτες έχουν τα ίδια δικαιώματα σε όλη την Ευρώπη – όποιο μέρος κι αν επιλέξουν για διαμονή, φαγητό, αγορές, ταξίδια ή σπουδές.

Στην Ευρωπαϊκή Ένωση, η πληροφόρηση αποφέρει κέρδος: έχετε την ελευθερία να αγοράζεις ό,τι θέλεις, όπου θέλεις και να γνωρίζεις ότι μπορείς να επιστρέψεις οτιδήποτε δε λειτουργεί σωστά. Η ΕΕ έχει αυστηρούς νόμους για εμπόρους που έχουν παρανομήσει, για να μην πέσετε θύμα απάτης, και για εταιρίες που εφαρμόζουν τακτικές που εξαναγκάζουν τον καταναλωτή να αγοράσει ορισμένα προϊόντα υπό πίεση. Έχετε επίσης το δικαίωμα να καταναλώνετε τροφές που δε θέτουν σε κίνδυνο την υγεία σας και να θεωρείτε αξιόπιστο ό,τι αναγράφεται στην ετικέτα.

**Το Βιβλίο των Νέων της Ευρώπης: «Μάθε να Επιλέγεις»** παρέχει πρακτικές συμβουλές για να γίνετε πιο υγιείς, ασφαλείς, και προνοητικοί καταναλωτές κάνοντας πλήρη χρήση όλων των δικαιωμάτων που σας παρέχονται από την ΕΕ.

Οι πρώτες τρεις εκδόσεις του «Βιβλίου των Νέων της Ευρώπης: Μάθε να επιλέγεις» είχαν μεγάλη επιτυχία. Μας βοήθησαν να προσεγγίσουμε την επόμενη γενιά της ΕΕ και να τους ενημερώσουμε για θέματα σχετικά με τα δικαιώματα του καταναλωτή, την υγεία, την ευημερία και την κατανάλωση ενέργειας. Το φετινό βιβλίο έχει στόχο να ενθαρρύνει τους νέους ανθρώπους σε μια διευρυμένη Ένωση των 27 να κάνουν ένα βήμα παραπέρα και να κάνουν επιλογές που είναι φιλικές προς το περιβάλλον.

Αποφάσισα ότι θα ήταν καλό να συμμετέχετε περισσότερο στη μελλοντική πολιτική μας λέγοντας τη γνώμη σας για σοβαρά ζητήματα που αφορούν τον καταναλωτή. Για το λόγο αυτό, σας καλώ όλος να συμμετέχετε στην έρευνα που θα διεξαχθεί μέσω διαδικτύου κατά το ακαδημαϊκό έτος 2007/2008\*.

Σας ευχαριστώ και καλή τύχη!

### Μεγκλένα Κούνεβα

Ευρωπαϊκή Επίτροπος για την Προστασία του Καταναλωτή ■

Για περισσότερες πληροφορίες: [http://ec.europa.eu/consumers/index\\_el.htm](http://ec.europa.eu/consumers/index_el.htm)



\*Βλέπε σελίδα 83.

## Μήνυμα από την Υπουργό Εθνικής Παιδείας και Θρησκευμάτων

Η Ευρωπαϊκή Ένωση αποτελεί για τους νέους και τις νέες μας μια ιδιαίτερη πρόκληση, καθώς τους καλεί να εξοικειωθούν με νέους όρους, διαδικασίες και συλλογικά όργανα, προκειμένου να είναι σε θέση να συμμετάσχουν ενεργά στα ευρωπαϊκά δρώμενα στον οικονομικό, διοικητικό, εργασιακό και εκπαιδευτικό τομέα.



Ένα από τα βασικά πλεονεκτήματα, που προσφέρει η ένταξη των κρατών-μελών στην Ευρωπαϊκή Ένωση είναι η δυνατότητα αποτελεσματικότερης αντιμετώπισης θεμάτων που ξεπερνούν το περιορισμένο εθνικό πλαίσιο και απαιτούν συντονισμό δράσεων σε υπερεθνικό επίπεδο, όπως η προστασία των ανθρωπίνων δικαιωμάτων, η καταπολέμηση φαινομένων όπως τα κυκλώματα διακίνησης ναρκωτικών και εμπορίας ανθρώπων (trafficking), η προστασία της δημόσιας υγείας, κ.ο.κ.

Ένα από τα φλέγοντα ζητήματα που απαιτούν διακρατική συνεργασία για την αντιμετώπισή του είναι και το περιβάλλον, που τα τελευταία χρόνια απασχολεί όλο και περισσότερο τους διεθνείς φορείς και τις οργανώσεις, λόγω των διαστάσεων που έχει προσλάβει η οικολογική κρίση.

Αποτελεί πλέον αδιαμφισβήτητο γεγονός ότι η αλόγιστη τεχνολογική ανάπτυξη έχει προκαλέσει αναστάτωση στην ισορροπία των οικοσυστημάτων, με αποτέλεσμα να εκδηλώνονται διαρκώς και εντονότερα τα συμπτώματα αυτής της διασάλευσης.

Απέναντι σε αυτή τη συνεχή υποβάθμιση του περιβάλλοντος χώρου, η αφύπνιση των νέων μας είναι αναγκαία, με επίκεντρο την καλλιέργεια μιας περιβαλλοντικής συνείδησης, που περιλαμβάνει όλες τις γνώσεις, τις στάσεις και τις αξίες, που υπαγορεύουν μια υπεύθυνη και ευαισθητοποιημένη συμπεριφορά απέναντι στο περιβάλλον.

Η ετήσια έκδοση του βιβλίου των «Νέων της Ευρώπης» για το 2007-2008 συμβάλλει καιρό στην σφαιρική και πολύπλευρη ενημέρωση του πλέον δυναμικού και ζωντανού κομματιού των ευρωπαίων πολιτών, των νέων, αναφορικά με τα διάφορα ζητήματα περιβαλλοντικής προστασίας. Με απλό, κατανοητό και εύληπτο τρόπο, παρέχονται όλες οι πληροφορίες, που προϋποτίθενται για την διέγερση της οικολογικής ευαισθησίας των νεαρών πολιτών της Ευρώπης.

Σύμμαχος σε αυτή την «εκστρατεία» αποδεικνύεται η ίδια η ιδιουσυγκρασία των νέων. Η νεανική ψυχή, με όλο τον αυθορμητισμό και την αθωότητά της, βιώνει πολύ πιο ουσιαστικά τη συγκίνηση, που προκαλούν τα στοιχεία της φύσης: το άρωμα ενός λουλουδιού, η θέα ενός ηλιοβασιλέματος, η σοφή οργάνωση και αλληλεξάρτηση των φυσικών διαδικασιών, που συχνά διαφεύγουν της προσοχής των ενηλίκων, προκαλούν έντονα συναισθήματα στους νέους.

Ας αφυπνίσουμε, επομένως, αυτή την ευαισθησία και ας δώσουμε στους νέους μας την ευκαιρία να την εξωτερικεύσουν και να τη διοχετεύσουν δημιουργικά. Γιατί, τελικά, η ποιότητα της ζωής τους, και το ίδιο τους το μέλλον, είναι ευθές ανάλογα προς το περιβάλλον στο οποίο μεγαλώνουν, μορφώνονται, εργάζονται και ψυχαγωγούνται. ■



**Μαριέττα Γιαννάκου**  
Υπουργός Εθνικής Παιδείας και Θρησκευμάτων

## Τι είναι η Ευρωπαϊκή Ένωση;

*Η Ευρωπαϊκή Ένωση είναι μια ομάδα 27 χωρών μελών που αποφάσισαν να ενώσουν τις δυνάμεις τους προκειμένου να αποκτήσουν οι πολίτες τους μεγαλύτερη ασφάλεια και ευημερία. Το σύστημα διακυβέρνησης που έχουν επιλέξει είναι μοναδικό στον κόσμο. Τα περισσότερα πράγματα που ακούτε ή διαβάσετε σχετικά με τις απόψεις της ΕΕ έχουν σχέση με πολύ σημαντικά ζητήματα, όπως είναι ο οικονομικός ανταγωνισμός, αλλά η προσπάθειά της αγγίζει σχεδόν κάθε τομέα της καθημερινότητάς μας, από την ποιότητα του περιβάλλοντος μέχρι τη διασφάλιση του θεμιτού εμπορίου και την προστασία των καταναλωτών. Η συμμετοχή στην ΕΕ έχει δώσει τη δυνατότητα στους πολίτες να ταξιδεύουν, να ζουν, να κάνουν αγορές, να δουλεύουν και να σπουδάζουν πιο εύκολα σε όποια χώρα μέλος κι αν βρίσκονται.*

Η ΕΕ διοικείται από θεσμικά όργανα που βρίσκονται στις Βρυξέλλες, το Στρασβούργο και το Λουξεμβούργο. Κάθε θεσμικό όργανο έχει το ρόλο του και οι αποφάσεις λαμβάνονται μέσω διαπραγματεύσεων, και συμβιβασμών. Όλοι μαζί ευθύνονται για τη θέσπιση των νόμων που διαμορφώνουν τον τρόπο που ζούμε.

**Τα πιο σημαντικά θεσμικά όργανα είναι τα εξής:**

### Το Ευρωπαϊκό Κοινοβούλιο



Το Κοινοβούλιο είναι η φωνή του λαού. Κάθε πέντε χρόνια, οι ψηφοφόροι των 27 χωρών μελών της ΕΕ εκλέγουν τους αντιπροσώπους τους, οι οποίοι εργάζονται στα δύο κτίρια του Κοινοβουλίου με έδρα το Στρασβούργο στη Γαλλία και τις Βρυξέλλες, την πρωτεύουσα του Βελγίου. Σήμερα υπάρχουν 785 μέλη του Ευρωπαϊκού Κοινοβουλίου, με αποτέλεσμα να είναι ο μεγαλύτερος πολυεθνικός οργανισμός στο είδος του. Οι επόμενες εκλογές θα λάβουν χώρα το 2009.

Τα μέλη του Κοινοβουλίου συμμετέχουν στη νομοθετική διαδικασία της ΕΕ τροποποιώντας τους νόμους που προτείνει η Ευρωπαϊκή Επιτροπή και προβαίνοντας σε διαπραγματεύσεις με το Συμβούλιο των Υπουργών σχετικά με το περιεχόμενο των τελικών κειμένων. Επιβλέπουν επίσης τις ενέργειες των άλλων θεσμικών οργάνων της ΕΕ και εγκρίνουν τον προϋπολογισμό της ΕΕ.

Εντός του Κοινοβουλίου, τα μέλη είναι χωρισμένα σε ομάδες που αντανακλούν τις πολιτικές τους πεποιθήσεις ανεξάρτητα από την χώρα που προέρχονται. Το Κοινοβούλιο στο σύνολό του έχει υπάρξει ένεργος υποστηρικτής της Ευρωπαϊκής Ένωσης, παρόλο που μια μειοψηφία των μελών του πιστεύει ότι η ΕΕ έχει αποκτήσει υπερβολική δύναμη. Κάποιοι θα ήθελαν μάλιστα να καταργηθεί τελείως. Οι υποστηρικτές της ΕΕ αναφέρονται συχνά ως «Ευρώφιλοι» ενώ οι πολέμιοι ως «Ευρωσκεπτικοί».



**Hans-Gert Poettering,**  
Πρόεδρος του Ευρωπαϊκού Κοινοβουλίου  
Ημερομηνία γέννησης: 15 Σεπτεμβρίου 1945  
Εθνικότητα: Γερμανική



Για περισσότερες πληροφορίες: <http://www.europarl.europa.eu>

## Η Ευρωπαϊκή Επιτροπή



Η Ευρωπαϊκή Επιτροπή, με έδρα τις Βρυξέλλες, είναι το εκτελεστικό όργανο της Ευρωπαϊκής Ένωσης – ένα είδος «κυβέρνησης». Όλοι οι καινούργιοι νόμοι γεννιούνται εκεί. Η Επιτροπή ασκεί επίσης της «εξουσία επιβολής τάξης» στην ΕΕ: διασφαλίζει τη λειτουργία των εθνικών κυβερνήσεων σύμφωνα με τους ισχύοντες κανονισμούς και με σεβασμό στη νομοθεσία της ΕΕ. Σε περίπτωση που παραβιαστούν οι νόμοι, η Επιτροπή έχει την εξουσία να διώξει δικαστικά τις κυβερνήσεις ενώπιον του Ευρωπαϊκού Δικαστηρίου, και σε περίπτωση που κριθούν ένοχες μπορεί να αντιμετωπίσουν μεγάλα πρόστιμα.

Επικεφαλής της Επιτροπής είναι αυτό το διάστημα ο Πρόεδρος της Πορτογαλίας José Barroso, ο οποίος προεδρεύει μιας ομάδας 26 Επιτρόπων, ένας από κάθε μία των υπόλοιπων 26 χωρών μελών. Ο κάθε Επίτροπος αναλαμβάνει υπό την ευθύνη του για πέντε χρόνια ένα συγκεκριμένο πεδίο, όπως η γεωργία ή το εμπόριο. Προτού ξεκινήσουν τις εργασίες τους, οι Επίτροποι υπόσχονται να εργαστούν προς όφελος των πολιτών ολόκληρης της Ευρωπαϊκής Ένωσης και όχι μόνο της χώρας τους.

Για την αποτελεσματική λειτουργία της, η Επιτροπή έχει χωριστεί σε «Γενικές Διευθύνσεις» (DG) ή τμήματα και εξειδικευμένες υπηρεσίες, οι οποίες έχουν στην ευθύνη τους διαφορετικούς τομείς. Ανάμεσα σε αυτούς είναι η Υγεία και Προστασία του Καταναλωτή, το Περιβάλλον, η Επικοινωνία, η Έρευνα κλπ. Περισσότερες πληροφορίες για τις εργασίες τους θα βρείτε σε αυτό το Βιβλίο.

Περίπου 25.000 άνθρωποι εργάζονται για την Ευρωπαϊκή Επιτροπή. Η πλειοψηφία τους βρίσκεται στις Βρυξέλλες, ενώ άλλοι βρίσκονται σε παραρτήματα σε όλη την Ευρώπη και όχι μόνο. Υπάρχουν επίσης περίπου 3.000 μεταφραστές και διερμηνείς.



José Manuel Barroso, Πρόεδρος της Ευρωπαϊκής Επιτροπής  
 Ημερομηνία γέννησης: 23 Μαρτίου 1956  
 Εθνικότητα: Πορτογαλική



Για περισσότερες πληροφορίες:  
<http://ec.europa.eu>



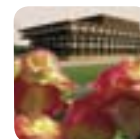
## Το Συμβούλιο των Υπουργών



Το Συμβούλιο των Υπουργών είναι το πιο σημαντικό θεσμικό όργανο της ΕΕ με δυνατότητα λήψης αποφάσεων. Έργο του είναι η έγκριση των Ευρωπαϊκών νόμων μαζί με το Ευρωπαϊκό Κοινοβούλιο. Με αυτό τον τρόπο μπορεί να ακουστεί η φωνή των εθνικών κυβερνήσεων. Το Συμβούλιο, με έδρα τις Βρυξέλλες, μπορεί να τροποποιήσει, να υιοθετήσει ή να απορρίψει τις προτάσεις της Επιτροπής για νέους νόμους.

Όταν βρίσκονται υπό συζήτηση ευαίσθητα θέματα, για παράδειγμα η εξωτερική πολιτική, το Συμβούλιο υποχρεούται να λάβει ομόφωνη απόφαση. Κάτι τέτοιο είναι ιδιαίτερα δύσκολο όταν καλούνται να αποφασίσουν 27 χώρες. Αν το θέμα είναι λιγότερο ευαίσθητο, για παράδειγμα βιομηχανική πολιτική, αρκεί η πλειοψηφία των μελών για να προωθήσει μια απόφαση. Μια μεγάλη χώρα μέλος, όπως είναι η Γερμανία, δικαιούται περισσότερες ψήφους και ως εκ τούτου έχει μεγαλύτερη δύναμη στο Συμβούλιο από μια μικρή χώρα, όπως η Μάλτα. Ωστόσο, στις μικρότερες χώρες μέλη δίνεται το δικαίωμα επιπρόσθετων ψήφων για να μην «καταπνίγεται» η γνώμη τους από τους μεγαλύτερους γείτονές τους. Για περισσότερες πληροφορίες ανατρέξτε στο <http://www.consilium.europa.eu>

## Το Ευρωπαϊκό Δικαστήριο



Οι νόμοι μπορούν να ερμηνευθούν με διαφορετικούς τρόπους. Επομένως, το Δικαστήριο έχει καθήκον να διασφαλίζει τη σωστή ερμηνεία των νόμων αυτών σε όλη την Ευρωπαϊκή Ένωση. Κάθε χώρα μέλος εκπροσωπείται από έναν δικαστή στο Δικαστήριο στο Λουξεμβούργο για μια περίοδο έξι ετών.

Οι αποφάσεις του Δικαστηρίου είναι οριστικές. Σε αυτές δε μπορούν να αντιταχθούν τα εθνικά δικαστήρια οποιασδήποτε χώρας μέλους.

## Το Ευρωπαϊκό Ελεγκτικό Συνέδριο

Η Ευρωπαϊκή Ένωση χρηματοδοτείται από τους φόρους. Οι φορολογούμενοι πολίτες έχουν το δικαίωμα να γνωρίζουν εάν τα χρήματά τους αξιοποιούνται με τον καλύτερο δυνατό τρόπο. Το Ελεγκτικό Συνέδριο, επίσης με έδρα το Λουξεμβούργο, ελέγχει τους λογαριασμούς της Επιτροπής και δημοσιεύει μια ετήσια αναφορά με τις δαπάνες που πραγματοποιήθηκαν.



## Το Ευρωπαϊκό Συμβούλιο



Το Ευρωπαϊκό Συμβούλιο συγκαλείται δύο φορές το χρόνο, όπου γίνεται συζήτηση για το μέλλον της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Απαρτίζεται από τους Προέδρους ή Πρωθυπουργούς της κάθε χώρας μέλους. Το Ευρωπαϊκό Συμβούλιο διοικείται εκ περιτροπής. Κάθε χώρα μέλος προεδρεύει με τη σειρά της για έξι μήνες στο Ευρωπαϊκό Συμβούλιο και το Συμβούλιο των Υπουργών (Γεωργία, Οικονομία, Παιδεία κλπ). ■



## Χαρακτηριστικά των χωρών της ΕΕ

### Οι 27 Χώρες Μέλη

#### Αυστρία



Έκταση (σε km <sup>2</sup> )	83,858
Πληθυσμός (κάτοικοι)	8,188,207
Πρωτεύουσα	Βιέννη
ΑΕΠ κατά κεφαλή σε μονάδες αγοραστικής δύναμης*	120.0
Ανεργία (2004 est)	4.40%
Χρήστες διαδικτύου	8.7%
Συνδρομές σε κινητή τηλεφωνία (ανά 100 κατοίκους)	98
Απορρίμματα (κιλά/άτομο)	627

#### Βέλγιο



Έκταση (σε km <sup>2</sup> )	30,510
Πληθυσμός (κάτοικοι)	10,289,088
Πρωτεύουσα	Βρυξέλλες
ΑΕΠ κατά κεφαλή σε μονάδες αγοραστικής δύναμης	117.3
Ανεργία (2004 est)	12%
Χρήστες διαδικτύου	14%
Συνδρομές σε κινητή τηλεφωνία (ανά 100 κατοίκους)	88
Απορρίμματα (κιλά/άτομο)	469

#### Βουλγαρία



Έκταση (σε km <sup>2</sup> )	110,910
Πληθυσμός (κάτοικοι)	7,537,929
Πρωτεύουσα	Σόφια
ΑΕΠ κατά κεφαλή σε μονάδες αγοραστικής δύναμης	34.5
Ανεργία (2004 est)	12.7%
Χρήστες διαδικτύου	0.02%
Συνδρομές σε κινητή τηλεφωνία (ανά 100 κατοίκους)	68
Απορρίμματα (κιλά/άτομο)	471

#### Γαλλία



Έκταση (σε km <sup>2</sup> )	547,030
Πληθυσμός (κάτοικοι)	60,180,529
Πρωτεύουσα	Παρίσι
ΑΕΠ κατά κεφαλή σε μονάδες αγοραστικής δύναμης	107.3
Ανεργία (2004 est)	10.1%
Χρήστες διαδικτύου	8.2%
Συνδρομές σε κινητή τηλεφωνία (ανά 100 κατοίκους)	74
Απορρίμματα (κιλά/άτομο)	567

#### Γερμανία



Έκταση (σε km <sup>2</sup> )	357,021
Πληθυσμός (κάτοικοι)	82,398,326
Πρωτεύουσα	Βερολίνο
ΑΕΠ κατά κεφαλή σε μονάδες αγοραστικής δύναμης	107.7
Ανεργία (2004 est)	10.6%
Χρήστες διαδικτύου	6.7%
Συνδρομές σε κινητή τηλεφωνία (ανά 100 κατοίκους)	86
Απορρίμματα (κιλά/άτομο)	600 (est)

\* (πρόβλεψη για το 2007)

#### Δανία



Έκταση (σε km <sup>2</sup> )	43,094
Πληθυσμός (κάτοικοι)	5,384,384
Πρωτεύουσα	Κοπεγχάγη
ΑΕΠ κατά κεφαλή σε μονάδες αγοραστικής δύναμης	125.6
Ανεργία (2004 est)	6.2%
Χρήστες διαδικτύου	15.6%
Συνδρομές σε κινητή τηλεφωνία (ανά 100 κατοίκους)	96
Απορρίμματα (κιλά/άτομο)	696

#### Ελλάδα



Έκταση (σε km <sup>2</sup> )	131,940
Πληθυσμός (κάτοικοι)	10,665,989
Πρωτεύουσα	Αθήνα
ΑΕΠ κατά κεφαλή σε μονάδες αγοραστικής δύναμης	83.6
Ανεργία (2004 est)	10%
Χρήστες διαδικτύου	0.2%
Συνδρομές σε κινητή τηλεφωνία (ανά 100 κατοίκους)	84
Απορρίμματα (κιλά/άτομο)	433

#### Εσθονία



Έκταση (σε km <sup>2</sup> )	45,226
Πληθυσμός (κάτοικοι)	1,408,556
Πρωτεύουσα	Ταλίν
ΑΕΠ κατά κεφαλή σε μονάδες αγοραστικής δύναμης	65.1
Ανεργία (2004 est)	9.6%
Χρήστες διαδικτύου	7.6%
Συνδρομές σε κινητή τηλεφωνία (ανά 100 κατοίκους)	93
Απορρίμματα (κιλά/άτομο)	449

#### Ηνωμένο Βασίλειο



Έκταση (σε km <sup>2</sup> )	244,820
Πληθυσμός (κάτοικοι)	60,094,648
Πρωτεύουσα	Λονδίνο
ΑΕΠ κατά κεφαλή σε μονάδες αγοραστικής δύναμης	116.8
Ανεργία (2004 est)	4.8%
Χρήστες διαδικτύου	7.4%
Συνδρομές σε κινητή τηλεφωνία (ανά 100 κατοίκους)	89 (2003)
Απορρίμματα (κιλά/άτομο)	600 (est)

#### Ιρλανδία



Έκταση (σε km <sup>2</sup> )	70,280
Πληθυσμός (κάτοικοι)	3,924,140
Πρωτεύουσα	Δουβλίνο
ΑΕΠ κατά κεφαλή σε μονάδες αγοραστικής δύναμης	140.1
Ανεργία (2004 est)	4.3%
Χρήστες διαδικτύου	1.7%
Συνδρομές σε κινητή τηλεφωνία (ανά 100 κατοίκους)	94
Απορρίμματα (κιλά/άτομο)	869 (est)



### Ισπανία



Έκταση (σε km <sup>2</sup> )	▶ 504,782
Πληθυσμός (κάτοικοι)	▶ 40,217,413
Πρωτεύουσα	▶ Μαδρίτη
ΑΕΠ κατά κεφαλή σε μονάδες αγοραστικής δύναμης	▶ 98.3
Ανεργία (2004 est)	▶ 10.4%
Χρήστες διαδικτύου	▶ 6.7%
Συνδρομές σε κινητή τηλεφωνία (ανά 100 κατοίκους)	▶ 92
Απορρίμματα (κιλά/άτομο)	▶ 662

### Ιταλία



Έκταση (σε km <sup>2</sup> )	▶ 301,230
Πληθυσμός (κάτοικοι)	▶ 57,998,353
Πρωτεύουσα	▶ Ρώμη
ΑΕΠ κατά κεφαλή σε μονάδες αγοραστικής δύναμης	▶ 100.6
Ανεργία (2004 est)	▶ 8.6%
Χρήστες διαδικτύου	▶ 6.1%
Συνδρομές σε κινητή τηλεφωνία (ανά 100 κατοίκους)	▶ 98 (2003)
Απορρίμματα (κιλά/άτομο)	▶ 538

### Κάτω Χώρες



Έκταση (σε km <sup>2</sup> )	▶ 41,526
Πληθυσμός (κάτοικοι)	▶ 16,150,511
Πρωτεύουσα	▶ Άμστερνταμ
ΑΕΠ κατά κεφαλή σε μονάδες αγοραστικής δύναμης	▶ 125.3
Ανεργία (2004 est)	▶ 6%
Χρήστες διαδικτύου	▶ 14.7%
Συνδρομές σε κινητή τηλεφωνία (ανά 100 κατοίκους)	▶ 83 (2003)
Απορρίμματα (κιλά/άτομο)	▶ 624

### Κύπρος



Έκταση (σε km <sup>2</sup> )	▶ 9,250
Πληθυσμός (κάτοικοι)	▶ 771,657
Πρωτεύουσα	▶ Λευκωσία
ΑΕΠ κατά κεφαλή σε μονάδες αγοραστικής δύναμης	▶ Κυπριακή Δημοκρατία: 82.8
Ανεργία (2004 est)	▶ Κυπριακή Δημοκρατία: 3.2%
Χρήστες διαδικτύου	▶ Βόρεια Κύπρος: 2.0%
Συνδρομές σε κινητή τηλεφωνία (ανά 100 κατοίκους)	▶ 90
Απορρίμματα (κιλά/άτομο)	▶ 730 (est)

### Λετονία



Έκταση (σε km <sup>2</sup> )	▶ 64,589
Πληθυσμός (κάτοικοι)	▶ 2,348,784
Πρωτεύουσα	▶ Ρίγα
ΑΕΠ κατά κεφαλή σε μονάδες αγοραστικής δύναμης	▶ 53.1
Ανεργία (2004 est)	▶ 8.8%
Χρήστες διαδικτύου	▶ 1.5%
Συνδρομές σε κινητή τηλεφωνία (ανά 100 κατοίκους)	▶ N/A
Απορρίμματα (κιλά/άτομο)	▶ 311



### Λιθουανία



Έκταση (σε km <sup>2</sup> )	▶ 65,200
Πληθυσμός (κάτοικοι)	▶ 3,592,561
Πρωτεύουσα	▶ Βίλνιους
ΑΕΠ κατά κεφαλή σε μονάδες αγοραστικής δύναμης	▶ 56.6
Ανεργία (2004 est)	▶ 8%
Χρήστες διαδικτύου	▶ 2.5%
Συνδρομές σε κινητή τηλεφωνία (ανά 100 κατοίκους)	▶ 89
Απορρίμματα (κιλά/άτομο)	▶ 366

### Λουξεμβούργο



Έκταση (σε km <sup>2</sup> )	▶ 2,586
Πληθυσμός (κάτοικοι)	▶ 454,157
Πρωτεύουσα	▶ Λουξεμβούργο
ΑΕΠ κατά κεφαλή σε μονάδες αγοραστικής δύναμης	▶ 255.6
Ανεργία (2004 est)	▶ 4.5%
Χρήστες διαδικτύου	▶ 5.7%
Συνδρομές σε κινητή τηλεφωνία (ανά 100 κατοίκους)	▶ 143
Απορρίμματα (κιλά/άτομο)	▶ 668 (est)

### Μάλτα



Έκταση (σε km <sup>2</sup> )	▶ 316
Πληθυσμός (κάτοικοι)	▶ 400,420
Πρωτεύουσα	▶ Βαλέττα
ΑΕΠ κατά κεφαλή σε μονάδες αγοραστικής δύναμης	▶ 67.6
Ανεργία (2004 est)	▶ 7%
Χρήστες διαδικτύου	▶ 3.5%
Συνδρομές σε κινητή τηλεφωνία (ανά 100 κατοίκους)	▶ 77
Απορρίμματα (κιλά/άτομο)	▶ 572

### Ουγγαρία



Έκταση (σε km <sup>2</sup> )	▶ 93,030
Πληθυσμός (κάτοικοι)	▶ 10,045,407
Πρωτεύουσα	▶ Βουδαπέστη
ΑΕΠ κατά κεφαλή σε μονάδες αγοραστικής δύναμης	▶ 63.8
Ανεργία (2004 est)	▶ 5.9%
Χρήστες διαδικτύου	▶ 2.2%
Συνδρομές σε κινητή τηλεφωνία (ανά 100 κατοίκους)	▶ 86
Απορρίμματα (κιλά/άτομο)	▶ 506 (est)

### Πολωνία



Έκταση (σε km <sup>2</sup> )	▶ 312,685
Πληθυσμός (κάτοικοι)	▶ 38,662,660
Πρωτεύουσα	▶ Βαρσοβία
ΑΕΠ κατά κεφαλή σε μονάδες αγοραστικής δύναμης	▶ 52.3
Ανεργία (2004 est)	▶ 19.5%
Χρήστες διαδικτύου	▶ 0.5%
Συνδρομές σε κινητή τηλεφωνία (ανά 100 κατοίκους)	▶ 60
Απορρίμματα (κιλά/άτομο)	▶ 256



Πορτογαλία



Έκταση (σε km <sup>2</sup> )	▶ 92,391
Πληθυσμός (κάτοικοι)	▶ 10,102,022
Πρωτεύουσα	▶ Λισσαβόνα
ΑΕΠ κατά κεφαλή σε μονάδες αγοραστικής δύναμης	▶ 68.9
Ανεργία (2004 est)	▶ 6.5%
Χρήστες διαδικτύου	▶ 6.4%
Συνδρομές σε κινητή τηλεφωνία (ανά 100 κατοίκους)	▶ 93
Απορρίμματα (κιλά/άτομο)	▶ 434

Ρουμανία



Έκταση (σε km <sup>2</sup> )	▶ 237,500
Πληθυσμός (κάτοικοι)	▶ 22,271,839
Πρωτεύουσα	▶ Βουκουρέστι
ΑΕΠ κατά κεφαλή σε μονάδες αγοραστικής δύναμης	▶ 37.1
Ανεργία (2004 est)	▶ 6.3%
Χρήστες διαδικτύου	▶ 0.41%
Συνδρομές σε κινητή τηλεφωνία (ανά 100 κατοίκους)	▶ 47
Απορρίμματα (κιλά/άτομο)	▶ 378

Σλοβακία



Έκταση (σε km <sup>2</sup> )	▶ 48,845
Πληθυσμός (κάτοικοι)	▶ 5,430,033
Πρωτεύουσα	▶ Μπρατισλάβα
ΑΕΠ κατά κεφαλή σε μονάδες αγοραστικής δύναμης	▶ 59.7
Ανεργία (2004 est)	▶ 13.1%
Χρήστες διαδικτύου	▶ 0.4%
Συνδρομές σε κινητή τηλεφωνία (ανά 100 κατοίκους)	▶ 79
Απορρίμματα (κιλά/άτομο)	▶ 274

Σλοβενία



Έκταση (σε km <sup>2</sup> )	▶ 20,253
Πληθυσμός (κάτοικοι)	▶ 1,935,677
Πρωτεύουσα	▶ Λιουμπλιάνα
ΑΕΠ κατά κεφαλή σε μονάδες αγοραστικής δύναμης	▶ 82.8
Ανεργία (2004 est)	▶ 6.4%
Χρήστες διαδικτύου	▶ 3.8%
Συνδρομές σε κινητή τηλεφωνία (ανά 100 κατοίκους)	▶ 93
Απορρίμματα (κιλά/άτομο)	▶ 435

Σουηδία



Έκταση (σε km <sup>2</sup> )	▶ 449,964
Πληθυσμός (κάτοικοι)	▶ 8,878,085
Πρωτεύουσα	▶ Στοκχόλμη
ΑΕΠ κατά κεφαλή σε μονάδες αγοραστικής δύναμης	▶ 116.1
Ανεργία (2004 est)	▶ 5.6%
Χρήστες διαδικτύου	▶ 12.1%
Συνδρομές σε κινητή τηλεφωνία (ανά 100 κατοίκους)	▶ 109
Απορρίμματα (κιλά/άτομο)	▶ 464

Τσεχική Δημοκρατία



Έκταση (σε km <sup>2</sup> )	▶ 78,866
Πληθυσμός (κάτοικοι)	▶ 10,249,216
Πρωτεύουσα	▶ Πράγα
ΑΕΠ κατά κεφαλή σε μονάδες αγοραστικής δύναμης	▶ 76.9
Ανεργία (2004 est)	▶ 10.6%
Χρήστες διαδικτύου	▶ 0.7%
Συνδρομές σε κινητή τηλεφωνία (ανά 100 κατοίκους)	▶ 106
Απορρίμματα (κιλά/άτομο)	▶ 278

Φινλανδία



Έκταση (σε km <sup>2</sup> )	▶ 337,030
Πληθυσμός (κάτοικοι)	▶ 5,190,785
Πρωτεύουσα	▶ Ελσίνκι
ΑΕΠ κατά κεφαλή σε μονάδες αγοραστικής δύναμης	▶ 115.4
Ανεργία (2004 est)	▶ 8.9%
Χρήστες διαδικτύου	▶ 11%
Συνδρομές σε κινητή τηλεφωνία (ανά 100 κατοίκους)	▶ 96
Απορρίμματα (κιλά/άτομο)	▶ 455

Οι 3 υποψήφιες χώρες (12/2006)

Έκταση (σε km <sup>2</sup> )	▶ 56,542
Πληθυσμός (κάτοικοι)	▶ 4,496,869
Πρωτεύουσα	▶ Ζάγκρεμπ
ΑΕΠ κατά κεφαλή σε μονάδες αγοραστικής δύναμης	▶ 51.0
Ανεργία (2004 est)	▶ 13.8%
Χρήστες διαδικτύου	▶ N/A
Συνδρομές σε κινητή τηλεφωνία (ανά 100 κατοίκους)	▶ 64
Απορρίμματα (κιλά/άτομο)	▶ 282 (est)

Κροατία



Έκταση (σε km <sup>2</sup> )	▶ 25,333
Πληθυσμός (κάτοικοι)	▶ 2,045,262
Πρωτεύουσα	▶ Σκόπια
ΑΕΠ κατά κεφαλή σε μονάδες αγοραστικής δύναμης	▶ 27.0
Ανεργία (2004 est)	▶ 38%

Πρώην Γιουγκοσλαβική Δημοκρατία της Μακεδονίας



Έκταση (σε km <sup>2</sup> )	▶ 780,580
Πληθυσμός (κάτοικοι)	▶ 68,109,469
Πρωτεύουσα	▶ Άγκυρα
ΑΕΠ κατά κεφαλή σε μονάδες αγοραστικής δύναμης	▶ 32.2
Ανεργία (2004 est)	▶ 9.3%
Χρήστες διαδικτύου	▶ 0.68%
Συνδρομές σε κινητή τηλεφωνία (ανά 100 κατοίκους)	▶ 49
Απορρίμματα (κιλά/άτομο)	▶ 458

Τουρκία



**Ποσοστό χρηστών διαδικτύου:** αριθμός των ευρυζωνικών συνδέσεων ως ποσοστό επί του πληθυσμού.

**ΑΕΠ κατά κεφαλή σε μονάδες αγοραστικής δύναμης (PPS):** η χρήση των μονάδων αγοραστικής δύναμης (Purchasing Power Standards) εξαλείφει τις διαφορές σε επίπεδα τιμών μεταξύ των χωρών και επιτρέπει πιο ουσιαστικές συγκρίσεις του ΑΕΠ μεταξύ των χωρών. Αν ο δείκτης μιας χώρας είναι υψηλότερος από 100, τότε το επίπεδο ΑΕΠ κατά άτομο σε αυτή τη χώρα είναι υψηλότερο από τον μέσο όρο στη ΕΕ και το αντίστροφο.

**Συνδρομές σε κινητή τηλεφωνία (ανά 100 κατοίκους):** αριθμός των συνδρομών ως ποσοστό επί του πληθυσμού. Συνδρομές θεωρούνται και οι ενεργές προπληρωμένες κάρτες.

**Απορρίμματα σε κιλά ανά άτομο το χρόνο (2004):** ο όγκος των απορριμμάτων προέρχεται από νοικοκυριά, παρόλο που συμπεριλαμβάνονται επίσης ανάλογα απορρίμματα από γραφεία και δημόσιες υπηρεσίες. ■

## Πώς θεσπίζονται οι νόμοι: η Οδηγία περί Μπαταριών

Οι μπαταρίες – είτε χρησιμοποιούνται σε οδοντόβουρτσα ή σε αυτοκίνητο – συχνά περιέχουν βλαβερά μέταλλα όπως υδράργυρο, μόλυβδο και κάδμιο, τα οποία μπορούν να βλάψουν το περιβάλλον όταν απορριφθούν χωρίς προσοχή.

Έτσι τον Ιούλιο του 2006, το Ευρωπαϊκό Κοινοβούλιο και το Συμβούλιο Υπουργών της ΕΕ συμφώνησαν για τη θέσπιση ενός νέου νόμου για τη συγκέντρωση περισσότερων μπαταριών για ανακύκλωση.



### Πώς θεσπίζονται οι ευρωπαϊκοί νόμοι;

#### 1. Η Επιτροπή αξιολογεί το πρόβλημα και προτείνει ένα νόμο

Μία από τις εργασίες της Ευρωπαϊκής Επιτροπής είναι να προτείνει νέους νόμους αν χρειαστεί. Πρωτού λάβει χώρα η πρόταση, πραγματοποιείται δημόσια συζήτηση σχετικά με τα βασικά ζητήματα. Τα ενδιαφερόμενα μέρη – εθνικές, περιφερειακές και τοπικές κυβερνήσεις, εταιρίες, μη κυβερνητικοί οργανισμοί και κέντρα καταναλωτή – παρουσιάζουν τις απόψεις τους προκειμένου να βοηθήσουν στη διαμόρφωση του νέου νόμου. Η Επιτροπή επίσης αναλύει τυχόν οικονομικές, κοινωνικές και περιβαλλοντικές επιπτώσεις του προτεινόμενου νόμου. Στο τέλος της διαδικασίας, ανακοινώνει την πρόταση στους νομοθέτες της ΕΕ, δηλαδή το Συμβούλιο και το Ευρωπαϊκό Κοινοβούλιο.

Η Επιτροπή δε μπορεί από μόνη της να θέσει σε ισχύ νόμους – αυτό είναι αποκλειστικό δικαίωμα του Ευρωπαϊκού Κοινοβουλίου και του Συμβουλίου των Υπουργών.

#### 2. Το Ευρωπαϊκό Κοινοβούλιο και το Συμβούλιο ελέγχουν την πρόταση

Το Ευρωπαϊκό Κοινοβούλιο λαμβάνει θέση στην πρόταση της Επιτροπής. Αυτό συνεπάγεται πολλές πιέσεις, συζητήσεις και συμβιβασμούς αφού οι διαφορετικές πολιτικές ομάδες στο Κοινοβούλιο μπορεί να έχουν διαφορετικές απόψεις.

Το ίδιο συμβαίνει και στο Συμβούλιο – όπου οι εθνικές κυβερνήσεις έχουν διαφορετικές απόψεις και προτεραιότητες.

#### 3. Το Κοινοβούλιο και το Συμβούλιο συναποφασίζουν

Αν οι θέσεις του Ευρωπαϊκού Κοινοβουλίου και του Συμβουλίου είναι σχεδόν παρόμοιες, ο νέος νόμος μπορεί να θεσπιστεί άμεσα. Αν υπάρχουν σημεία διαφωνίας, ο κάθε φορέας μπορεί να αναθεωρήσει την άποψή του. Αν μετά από αυτές τις αναθεωρήσεις οι απόψεις εξακολουθούν να είναι πολύ διαφορετικές – όπως συνέβη και με την οδηγία περί μπαταριών – τότε κάνει την εμφάνισή του ένας συμβιβαστικός μηχανισμός που ονομάζεται «διαδικασία συμπιλιώσης». Έτσι ο τελικός νόμος είναι πάντα ένας συμβιβασμός μεταξύ των μερών του Ευρωπαϊκού Κοινοβουλίου και των κυβερνήσεων των χωρών μελών, βάσει μιας πρότασης από την Επιτροπή.

#### 4. Η εφαρμογή ενός νόμου

Μόλις ένας νόμος θεσπιστεί σε επίπεδο ΕΕ, οι εθνικοί νόμοι των χωρών μελών πρέπει να προσαρμοστούν ή πρέπει να θεσπιστούν καινούργιοι για να εφαρμοστεί ο νόμος της ΕΕ. Για να γίνει αυτό, παρέχεται στις εθνικές κυβερνήσεις ένα χρονικό διάστημα – για την οδηγία περί μπαταριών αυτό το διάστημα λήγει τον Σεπτέμβριο του 2008.

### Τι θα αλλάξει με την καινούργια οδηγία περί μπαταριών;

- Μέχρι το 2016, πρέπει να συγκεντρώνεται το 45% όλων των χρησιμοποιημένων φορητών μπαταριών. Για το λόγο αυτό υπάρχουν σημεία συγκέντρωσης, για παράδειγμα στα σουπερ μάρκετ, όπου επιστρέφονται οι μπαταρίες χωρίς επιπλέον επιβάρυνση.
- Όλες οι μπαταρίες που συγκεντρώνονται πρέπει να ανακυκλώνονται και η ανακύκλωση πρέπει να γίνει πιο αποτελεσματική.
- Περιορίζεται η χρήση επικίνδυνων υλικών στις μπαταρίες.
- Από το 2009, θα αναγράφεται σε όλες τις μπαταρίες η ισχύς τους, προκειμένου να μπορούν οι καταναλωτές να επιλέγουν μπαταρίες με μεγαλύτερη διάρκεια ζωής ώστε να περιορίζονται τα απορρίμματα. ■



Χρονικό της ΕΕ

1946

Στον απόηχο του Δεύτερου Παγκοσμίου Πολέμου, στόχος είναι να **διασφαλιστεί η ειρήνη** μεταξύ των νικητών και κερδισμένων.

1950

Η **Διακήρυξη Schuman**. Αποτελέσει αφορμή για τη Συνθήκη του Παρισιού, τον Απρίλιο του 1951, με την οποία δημιουργήθηκε η Ευρωπαϊκή Κοινότητα Άνθρακα και Χάλυβα. Περιλαμβάνει έξι χώρες: Βέλγιο, Γαλλία, Ιταλία, Λουξεμβούργο, Ολλανδία και την Ομοσπονδιακή Δημοκρατία της Γερμανίας. Σύμφωνα με τη συνθήκη αυτή, οι παραπάνω χώρες είναι ισότιμες και συνεργάζονται εντός κοινών θεσμικών οργάνων.

1957

Το Βέλγιο, η Γαλλία, η Ιταλία, το Λουξεμβούργο, η Ολλανδία και η Δυτική Γερμανία υπογράφουν τη **Συνθήκη της Ρώμης**, με την οποία δημιουργείται η Ευρωπαϊκή Οικονομική Ένωση (ΕΟΚ) και η Ευρωπαϊκή Κοινότητα Ατομικής Ενέργειας. Κάνει έτσι την εμφάνισή της μια «Κοινή αγορά» όπου τα αγαθά, οι υπηρεσίες, το κεφάλαιο και οι άνθρωποι μπορούν να μετακινηθούν ελεύθερα.

1960

Δημιουργείται η **Ευρωπαϊκή Ζώνη Ελευθέρων Συναλλαγών (ΕΖΕΣ/ΕFTA)**, που περιλαμβάνει τις χώρες της Δυτικής Ευρώπης, οι οποίες δεν ανήκουν στην ΕΟΚ.

1968

1968

Δημιουργείται η **Τελωνειακή Ένωση**: καταργούνται όλοι οι δασμοί εισαγωγής ανάμεσα στις 6 χώρες της ΕΟΚ.

1979

Πρώτη εκλογή του Ευρωπαϊκού **Κοινοβουλίου** μέσω άμεσων εκλογών. Δημιουργείται επίσης το ΕΝΣ (**Ευρωπαϊκό Νομισματικό Σύστημα**), το οποίο βοηθά τη σταθεροποίηση των τιμών συναλλάγματος.

1979

Προσδοκώμενη ολοκλήρωση της **εuropeακής ενιαίας αγοράς** μέχρι την 1η Ιανουαρίου 1993.

1986

1986

Υπογραφή της «**Ενιαίας Ευρωπαϊκής Πράξης**» που παρουσιάζει ένα χρονοδιάγραμμα για την ολοκλήρωση της **εuropeακής ενιαίας αγοράς** μέχρι την 1η Ιανουαρίου 1993.



2006

**Μέχρι το τέλος του 2006**, 15 χώρες μέλη έχουν επικυρώσει το Σύνταγμα της Ευρώπης: Αυστρία, Βέλγιο, Κύπρος, Εσθονία, Γερμανία, Ελλάδα, Ουγγαρία, Ιταλία, Λετονία, Λιθουανία, Λουξεμβούργο, Μάλτα, Σλοβακία, Σλοβενία και Ισπανία. Οι Γάλλοι και οι Ολλανδοί απέρριψαν το κείμενο του Συντάγματος. ■

2004

2004

Υπογράφεται η **Συνταγματική Συνθήκη**. Ξεκινάει η διαδικασία επικύρωσης κάθε χώρας μέλους.

2002

2001

2002

Εμφανίζονται τα **χαρτονομίσματα και κέρματα του ευρώ**. Τα εθνικά νομίσματα παύουν πλέον να ισχύουν.

1999

1997

2001

Υπογραφή της **Συνθήκης της Νίκαιας** που επιφέρει περαιτέρω αλλαγές στα θεσμικά όργανα και ενισχύει τα βασικά δικαιώματα, ασφάλεια και άμυνα, και τη δικαστική συνεργασία σε ζητήματα εγκληματικότητας.

1992

1999

1989

Εμφανίζεται το **Ευρώ**, το ενιαίο ευρωπαϊκό νόμισμα, σε 11 από τις 15 χώρες μέλη ως νόμισμα που μπορεί να χρησιμοποιηθεί σε συναλλαγές χωρίς μετρητά. Οι χώρες αυτές γίνονται 12 τον επόμενο χρόνο.

1997

Υπογραφή της **Συνθήκης του Άμστερνταμ**, με στόχο την αναδιάρθρωση των θεσμικών οργάνων της Ένωσης.

1992

Υπογραφή της **Συνθήκης του Μάαστριχτ**, η οποία αλλάζει την Κοινότητα σε Ευρωπαϊκή Ένωση. Πλέον θέτει νέους φιλόδοξους στόχους για τις χώρες μέλη: νομισματική ένωση μέχρι το 1999, ευρωπαϊκά πολιτικά δικαιώματα, νέες κοινές πολιτικές – συμπεριλαμβανομένης της Κοινής Εξωτερικής Πολιτικής και Πολιτικής Ασφαλείας (ΚΕΠΠΑ) – και συζητήσεις για εσωτερική ασφάλεια.

1989

Πέφτει το σιδηρούν παραπέτασμα και γεννιέται η ελπίδα για μια ενωμένη ήπειρο. Αυτό οδηγεί στην **επανάσταση της Γερμανίας** στις 3 Οκτωβρίου 1990 και την αποκατάσταση της δημοκρατίας στις χώρες της Κεντρικής και Ανατολικής Ευρώπης.

Δείτε περισσότερες πληροφορίες στη διεύθυνση:



[http://europa.eu/constitution/index\\_el.htm](http://europa.eu/constitution/index_el.htm)

Για να συμμετάσχετε στη συζήτηση για το Μέλλον της Ευρώπης: [http://europa.eu/debateeurope/index\\_el.htm](http://europa.eu/debateeurope/index_el.htm)

Για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με την ιστορία της ΕΕ: [http://europa.eu/abc/history/index\\_el.htm](http://europa.eu/abc/history/index_el.htm)

Για οποιαδήποτε ερώτηση σχετικά με συγκεκριμένες πτυχές της Ευρωπαϊκής Ένωσης: Europe Direct – <http://europedirect.europa.eu> ή καλέστε 00 800 6 7 8 9 10 11

ή επισκεφθείτε ένα κέντρο πληροφοριών – βρείτε το πιο κοντινό σε εσάς στον δικτυακό τόπο του Europe Direct.

## Μήνυμα από τον Επίτροπο για το Περιβάλλον

Το όνομά μου είναι Σταύρος Δήμας και είμαι ο Ευρωπαίος Επίτροπος για το Περιβάλλον. Τα τελευταία 30 χρόνια, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή έχει θεσπίσει νόμους για το περιβάλλον που έχουν βοηθήσει στη μείωση της μόλυνσης του αέρα και του νερού και στην προστασία της ανθρώπινης υγείας και της φύσης. Η ευρωπαϊκή πολιτική για το περιβάλλον έχει επίσης συμβάλει στο να γίνουν «οικολογικά» και άλλα πεδία όπως η γεωργία, αλιεία, βιομηχανία, ενέργεια, έρευνα... Ωστόσο, πρέπει να γίνουν περισσότερα. Τα περιβαλλοντικά ζητήματα που καλούμαστε να αντιμετωπίσουμε γίνονται όλο και πιο πολύπλοκα.



Αυτό το βιβλίο περιέχει πληροφορίες για θέματα σχετικά με τις κλιματολογικές αλλαγές, τη βιοποικιλότητα, τα απορρίμματα, τον αέρα, το νερό... Κρίσιμα ζητήματα για τα οποία πρέπει όλοι να δράσουμε! Μπορείτε να διαβάσετε για αυτά μόνοι ή με τους φίλους και συμμαθητές σας. Θα σας βοηθήσει να σκεφθείτε πώς θα μπορούσατε ατομικά και συλλογικά να αντιμετωπίσετε αυτά τα θέματα, σήμερα και αύριο, γιατί το μέλλον σας ανήκει.

**Σταύρος Δήμας**

Ευρωπαίος Επίτροπος για το Περιβάλλον

**Επισκεφθείτε**

[http://ec.europa.eu/commission\\_barroso/dimas/index\\_el.htm](http://ec.europa.eu/commission_barroso/dimas/index_el.htm)

Ο Ευρωπαίος Επίτροπος για το Περιβάλλον υποστηρίζεται από τη Γενική Διεύθυνση της Ευρωπαϊκής Επιτροπής. Ο ρόλος της Επιτροπής είναι να προτείνει νέους νόμους για το περιβάλλον και να διασφαλίσει την εφαρμογή των μέτρων που συμφωνήθηκαν από τις χώρες μέλη της ΕΕ. Η Γενική Διεύθυνση Περιβάλλοντος της ΕΕ έχει έδρα τις Βρυξέλλες και προσωπικό περίπου 550 άτομα. ■

**Τι θα επακολουθήσει;**

Η Ευρωπαϊκή Ένωση έχει μεγαλώσει πολύ όχι μόνο σε σχέση με τη γεωγραφία, τον πληθυσμό και την οικονομική της δύναμη αλλά και με τους τρόπους που αγγίζει την καθημερινότητά μας.

Αυτή η επιτυχία έχει κάνει την παρουσία της Ευρωπαϊκής Ένωσης πιο αισθητή στο ευρύ κοινό, το οποίο τώρα έχει απορίες όπως οι εξής:

- Αν η Ευρωπαϊκή Ένωση πραγματικά μας κυβερνά με τον τρόπο που το κάνουν οι εθνικές κυβερνήσεις, δεν θα έπρεπε να έχουμε και δικαιώματα ως «Ευρωπαίοι» πολίτες;
- Πόσο μεγαλύτερη θα γίνει η Ευρωπαϊκή Ένωση;
- Αν η Ευρωπαϊκή Ένωση έχει τόσο μεγάλη επίδραση στις ζωές μας, τότε σίγουρα επιδρά και στις κοινωνίες μας. Δεν έχει όμως η κάθε χώρα ούτε και θέλει να έχει την ίδια κοινωνία και το ίδιο κοινωνικό μοντέλο – πώς εξισορροπείται αυτό στο «Ευρωπαϊκό» ιδεώδες;

Αυτά και άλλα ερωτήματα είναι η καρδιά μιας πολύ σημαντικής συζήτησης για το μέλλον της Ευρώπης. Εσύ ως Ευρωπαίος πολίτης μπορείς και πρέπει να συμμετέχεις σε αυτήν! ■

**Μάργκο Βάλστρομ**

Αντιπρόεδρος της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, υπεύθυνη για διοργανικές σχέσεις και επικοινωνιακή στρατηγική

*Ποιο είναι το μεγαλύτερο επίτευγμα της Ευρωπαϊκής Ένωσης τα τελευταία 10 χρόνια;*

Πιστεύω ότι ένα μεγάλο επίτευγμα είναι η ένωση πολλών από τις ανατολικές και δυτικές χώρες, καθώς επίσης η ενιαία αγορά και το ενιαίο νόμισμα σε πολλές χώρες. Η ΕΕ έχει βελτιώσει την ποιότητα της καθημερινότητας των ανθρώπων.

*Ποιες είναι οι πιο σημαντικές προκλήσεις για τα επόμενα 10 χρόνια;*

Πιστεύω ότι είναι η δημιουργία μιας πραγματικά δημοκρατικής Ευρωπαϊκής Ένωσης, όπου μπορούν να ακουστούν οι ανησυχίες των πολιτών. Οι άνθρωποι έχουν την ανάγκη να αισθάνονται ότι έχουν φωνή, ότι μπορούν να επηρεάσουν τα γεγονότα στην Ευρώπη και ότι ακούγονται. Μία από τις μεγαλύτερες προκλήσεις είναι να αντιμετωπίσουμε το ζήτημα της ενσωμάτωσης – να μάθουμε ουσιαστικά να ζούμε ο ένας με τον άλλο – καθώς και τις επιπτώσεις της παγκοσμιοποίησης.



Μάθετε περισσότερα για την περιβαλλοντική πολιτική της ΕΕ. Επισκεφθείτε



τις ιστοσελίδες: [http://ec.europa.eu/environment/youth/index\\_el.html](http://ec.europa.eu/environment/youth/index_el.html)  
[http://ec.europa.eu/environment/index\\_el.htm](http://ec.europa.eu/environment/index_el.htm)



## Επικίνδυνα χημικά

Μπορεί να μη μπορούμε να τα δούμε, να τα αγγίξουμε ή να τα γευτούμε, ωστόσο είμαστε περικυκλωμένοι από χημικά. Κάποια από αυτά είναι επικίνδυνα, όπως αυτά που προέρχονται από τα καυσαέρια, τη βιομηχανία και τα εντομοκτόνα. Άλλα επικίνδυνα χημικά εντοπίζονται σε προϊόντα καθημερινής χρήσης, όπως απορρυπαντικά, υφάσματα, ηλεκτρονικές συσκευές, χαλιά ακόμη και παιχνίδια.



### Τι κάνει η ΕΕ για τα επικίνδυνα χημικά;

Η ΕΕ έχει προχωρήσει σε σημαντικά βήματα για τη μείωση των επικίνδυνων χημικών στα οποία είμαστε εκτεθειμένοι. Για παράδειγμα, περιορίζει τον αριθμό των Επίμονων Οργανικών Ρύπων (POPs), κάποια από τα πιο βλαβερά χημικά που χρησιμοποιούνται στη βιομηχανία και ιδιαίτερα ως εντομοκτόνα (όπως το DDT). Είναι τοξικά, διατηρούνται για γενιές και συσσωρεύονται στα σώματα των ανθρώπων και των ζώων. Η ΕΕ έχει συμφωνήσει στη Συνθήκη της Στοκχόλμης που αφορά σε Επίμονους Οργανικούς Ρύπους (Stockholm Convention on Persistent Organic Pollutants) που αποτελεί την πιο σημαντική παγκόσμια προσπάθεια για την απαγόρευση της χρήσης αυτών των τοξικών χημικών.

Η Ευρωπαϊκή Επιτροπή έχει παρουσιάσει μια πρόταση για ένα νέο σύστημα της ΕΕ που θα ρυθμίζει τη χρήση των χημικών: REACH, το οποίο σημαίνει Registration, Evaluation and Authorisation of Chemicals (Καταγραφή, Αξιολόγηση και Έγκριση Χημικών). Αναθέτει την ευθύνη για την ασφάλεια των χημικών στους κατασκευαστές και τους εισαγωγείς και παρέχει τις απαραίτητες πληροφορίες για τις χημικές ουσίες που έλειπαν μέχρι τώρα. Η πρόταση έγινε νόμος το 2007.

### Συμβουλές

- Να πλένετε ή να ξεφλουδίζετε τα φρούτα και τα λαχανικά προτού τα καταναλώσετε.
- Να αποφεύγετε τα προϊόντα καθαρισμού με έντονη μυρωδιά.
- Να αποφεύγετε τρόφιμα που έχουν έλθει σε επαφή με τη μεμβράνη PVC.
- Να επιλέγετε καλλυντικά προϊόντα από φυτικά συστατικά.
- Να αποφεύγετε τη χρήση εντομοκτόνων, μικροβιοκτόνων και μυκητοκτόνων στον κήπο σας.
- Όταν κάνετε αγορές, να προτιμάτε προϊόντα με την ετικέτα eco – ένα λουλούδι που υποδεικνύει ποια προϊόντα είναι λιγότερο βλαβερά για το περιβάλλον.
- Προσπαθήστε να είστε ενημερωμένοι για τα σύμβολα της ΕΕ που προειδοποιούν για κινδύνους.

[http://ec.europa.eu/environment/dansub/pdfs/annex2\\_en.pdf](http://ec.europa.eu/environment/dansub/pdfs/annex2_en.pdf) ■

Για περισσότερες πληροφορίες, επισκεφθείτε:



<http://www.eco-label.com/default.htm>  
<http://www.wwf.gr>

<http://www.chemical-cocktail.org>  
<http://www.greenpeace.org/greece>  
<http://www.medsos.gr>

## Προστασία του περιβάλλοντος τώρα και στο μέλλον

Είναι σημαντικό να προστατεύουμε το περιβάλλον τώρα, πρέπει όμως να σκεφτούμε και τις ανάγκες των μελλοντικών γενιών – τα παιδιά σας, τα παιδιά τους και τα παιδιά των παιδιών τους.

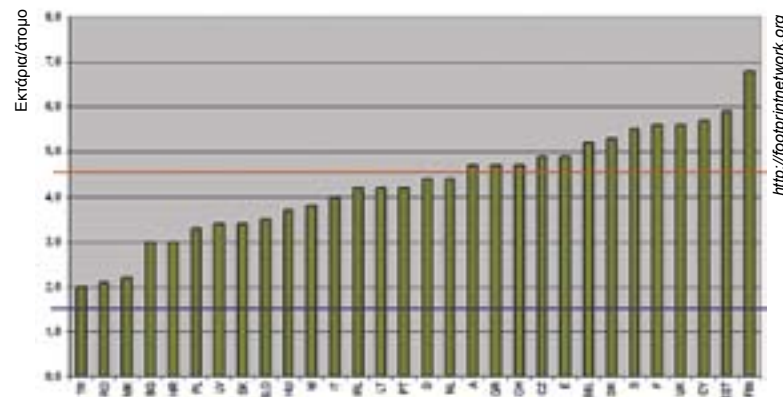
Τα τελευταία 20 περίπου χρόνια, έχει γίνει αντιληπτό ότι ο τρόπος ζωής στην Ευρώπη επιβαρύνει έντονα τον πλανήτη. Ασκούμε όλο και αυξανόμενη πίεση στους φυσικούς πόρους και τα περιβαλλοντικά συστήματα όπως το νερό, τη γη και τον αέρα. Αυτό δε μπορεί να συνεχιστεί, ιδίως αφού ο παγκόσμιος πληθυσμός συνεχίζει να αυξάνεται.

Αν δεν αλλάξουμε τον τρόπο ζωής μας, αντιμετωπίζουμε ένα λιγότερο ασφαλές μέλλον στο οποίο όλο και περισσότεροι άνθρωποι θα αγωνίζονται για όλο και λιγότερους πόρους. Πρέπει να βάλουμε σε εφαρμογή αυτό που είναι γνωστό ως βιώσιμη ανάπτυξη.

### Οικολογικά Αποτυπώματα της ΕΕ το 2002

Το Οικολογικό Αποτύπωμα υπολογίζει ποια περιοχή γης και νερού χρειάζονται οι άνθρωποι για να παράγουν τους πόρους που καταναλώνουν και απορροφούν τα απορρίμματά τους. Το 2002, ο πλανήτης μπορούσε να παρέχει 1,8 εκτάρια ανά άτομο, αλλά κατά μέσο όρο, οι χώρες μέλη και υποψήφιες χώρες μέλη της ΕΕ χρησιμοποιούσαν 4,7 εκτάρια ανά άτομο. Αυτό σημαίνει ότι εξαντλούμε τους πόρους που θα χρειαστούν οι επόμενες γενιές – όπως όταν ένας πλούσιος άνθρωπος σπαταλάει την περιοχή του και δεν αφήνει τίποτα στα παιδιά του.

### Οικολογικά Αποτυπώματα της ΕΕ



<http://footprintnetwork.org>

### Τι σημαίνει λοιπόν βιώσιμη ανάπτυξη;

Βιώσιμη ανάπτυξη σημαίνει να διασφαλίσουμε μια αξιοπρεπή ποιότητα ζωής για όλους χωρίς να εξαντλούμε τους πόρους που θα χρειαστούν οι επόμενες γενιές για τη δική τους ευημερία.



Υπάρχουν πολλά εμπόδια που πρέπει να ξεπεραστούν για να μπορέσουμε να πούμε ότι έχουμε επιτύχει τη βιώσιμη ανάπτυξη.

Θα χρειαστεί να αλλάξουμε τον τρόπο που καταναλώνουμε τους φυσικούς πόρους. Στις βιομηχανικές κοινωνίες ζούμε συνήθως πολύ άνετα, έτσι όμως χρησιμοποιούμε μεγάλες ποσότητες ενέργειας και πρώτων υλών. Επίσης παράγουμε πολλά απορρίμματα. Για να επιτευχθεί η βιώσιμη ανάπτυξη θα πρέπει να αλλάξουμε τα μη βιώσιμα πρότυπα κατανάλωσης – όχι μόνο στην ΕΕ αλλά και στον υπόλοιπο κόσμο, συμπεριλαμβανομένων των ραγδαία αναπτυσσόμενων χωρών, όπως η Κίνα, όπου τα περιβαλλοντικά ζητήματα προκαλούν όλο και περισσότερη ανησυχία.

### Οι προκλήσεις που μας περιμένουν

Η ΕΕ έχει αναγνωρίσει επτά μεγάλα ζητήματα που πρέπει να αντιμετωπίσουμε αν θέλουμε να θέσουμε σε εφαρμογή στρατηγικές βιώσιμης ανάπτυξης:

- Οι κλιματικές αλλαγές και η ανάγκη για καθαρή ενέργεια
- Η χρήση βιώσιμων μεταφορικών συστημάτων
- Η βιώσιμη παραγωγή και κατανάλωση – π.χ. να παράγουμε περισσότερα χρησιμοποιώντας λιγότερους πόρους
- Η συντήρηση και καλύτερη διαχείριση των φυσικών πόρων όπως το νερό
- Η αντιμετώπιση των απειλών κατά της υγείας όπως οι μολυσματικές ασθένειες, χημική μόλυνση και επισφαλείς τροφές
- Η αντιμετώπιση των κοινωνικών και οικονομικών πιέσεων που προκαλούνται από τον πληθυσμό που γερνάει και τη μετανάστευση σε άλλες χώρες
- Η καταπολέμηση της παγκόσμιας φτώχειας – περισσότεροι από ένα δισεκατομμύριο άνθρωποι ζουν με λιγότερο από ένα δολάριο την ημέρα



#### Αυτό το γνωρίζετε;

*Κάποιος που ζει στην Ευρώπη χρησιμοποιεί περίπου 10 φορές περισσότερα φυσικά καύσιμα και ηλεκτρική ενέργεια από κάποιον σε μια αναπτυσσόμενη χώρα. Παράγουμε επίσης δύο με τρεις φορές περισσότερα απορρίμματα.*

Στα πλαίσια αυτών των προκλήσεων, η ΕΕ επιλέγει μια πιο ουσιαστική προσέγγιση στη διαμόρφωση πολιτικών ώστε να διασφαλίσει ότι οι διάφορες πολιτικές και ενέργειές της έχουν συνοχή και συνεκτικότητα. Ωστόσο, η ΕΕ δε μπορεί να αντεπεξέλθει σε αυτές τις προκλήσεις μόνη της, κι έτσι συνεργάζεται με άλλες χώρες απ' όλο τον κόσμο, συμπεριλαμβανομένων των ραγδαία αναπτυσσόμενων χωρών, οι οποίες εξαντλούν επίσης τους φυσικούς πόρους του πλανήτη.

Η ΕΕ έχει επίσης δεσμευτεί στη βελτίωση της πρόσβασης σε καθαρές και ασφαλείς παροχές ενέργειας για τις φτωχότερες χώρες του κόσμου. Η ΕΕ διαθέτει επιδοτήσεις για προγράμματα ανανέωσης ενέργειας που θα παρέχουν στους ανθρώπους της Αφρικής κάτω από τη Σαχάρα, της Καραϊβικής και του Ειρηνικού την ενέργεια που χρειάζονται για να ζήσουν, η οποία όμως θα βλάπτει λιγότερο το περιβάλλον.



### Είναι το πρόβλημα τόσο μεγάλο που δεν αντιμετωπίζεται;

Η βιώσιμη ανάπτυξη φαίνεται να είναι ένα τεράστιο ζήτημα και όντως είναι, πρέπει όμως να συμμετέχουμε όλοι είτε στο σχολείο είτε στο σπίτι. Όχι μόνο γιατί αυτό είναι το σωστό, αλλά και γιατί είναι αυτό που μας συμφέρει μακροπρόθεσμα. Αν ακολουθήσουμε κάποιες από τις υποδείξεις και συμβουλές που μας δίνει αυτό το βιβλίο, όπως η εξοικονόμηση ενέργειας, η μείωση των απορριμμάτων, η επαναχρησιμοποίηση και ανακύκλωση προϊόντων που χρησιμοποιούμε καθημερινά, τότε οι δραστηριότητές μας θα απαρτίζουν ένα σύνολο που μπορεί να κάνει τη διαφορά. ■

*«Ξεχωρίζω τα σκουπίδια που είναι για ανακύκλωση και κλείνω τη βρύση όταν βουρτσίζω τα δόντια μου. Όταν έχω να πάω κάπου κοντά πηγαίνω με τα πόδια, αλλιώς χρησιμοποιώ τα μέσα μαζικής μεταφοράς.»*

- Marine, 20



*«Για να είμαι ειλικρινής δεν κάνω και πολλά για το περιβάλλον. Θα έπρεπε να κάνω πιο τακτικά ανακύκλωση, αλλά στο σπίτι μου δεν έχω αρκετό χώρο για να συγκεντρώνω τα κουτιά αναψυκτικών. Αυτό που κάνω όμως είναι να σβήνω τα φώτα και την τηλεόραση όταν φεύγω από το δωμάτιο.»*

- Julien, 22

Για περισσότερες πληροφορίες:



<http://ec.europa.eu/sustainable>  
<http://www.minenv.gr>

<http://www.oikologos.gr>  
<http://www.thehungersite.com>

Για εθελοντική εργασία σε περιβαλλοντικά θέματα:

<http://www.anthropos.gr>

<http://www.cvgpeep.gr>

## Κλιματικές αλλαγές

### Ας μιλήσουμε για τον καιρό

*Πιστεύετε ότι τα καλοκαίρια γίνονται όλο και πιο ζεστά; Ότι υπάρχει λιγότερο χιόνι το χειμώνα και η άνοιξη έρχεται λίγο νωρίτερα κάθε χρόνο; Έχετε δει στην τηλεόραση ότι εμφανίζονται όλο και συχνότερα καταιγίδες και πλημμύρες; Η αλλαγή του κλίματος είναι μια από τις μεγαλύτερες απειλές που έχει να αντιμετωπίσει η ανθρωπότητα. Επιπλέον, είναι κάτι που ήδη συμβαίνει και οι επιπτώσεις που έχει σε όλους εμάς γίνονται ολοένα και πιο σοβαρές.*

Από την αρχή του εικοστού αιώνα, η θερμοκρασία της γης αυξάνεται ραγδαία. Στην Ευρώπη, ο μέσος αριθμός των καταστροφών που προκλήθηκαν από καιρικά και κλιματολογικά φαινόμενα, όπως πλημμύρες και καταιγίδες, διπλασιάστηκε τη δεκαετία του 1990 σε σύγκριση με τα προηγούμενα δέκα χρόνια. Η στάθμη της θάλασσας ανεβαίνει – κάτι που είναι πολύ κακό για τις παραθαλάσσιες περιοχές με χαμηλό υψόμετρο– και το χιόνι που καλύπτει την επιφάνεια της γης έχει μειωθεί κατά 10% από τα μέσα της δεκαετίας του 1960.

Μακροπρόθεσμα, οι κλιματικές αλλαγές προβλέπεται να προκαλέσουν μεγαλύτερες καταστροφές, όπως έλλειψη τροφής και νερού, το οποίο θα οδηγήσει στην εξαφάνιση πολλών άγριων ζώων που δε μπορούν να επιζήσουν σε πιο ζεστές συνθήκες.

Αν δεν αναλάβουμε δράση για να σταματήσουν οι κλιματικές αλλαγές, ή η παγκόσμια θέρμανση όπως αλλιώς ονομάζεται, ο κόσμος γύρω μας θα μεταμορφωθεί και η ζωή μας στον πλανήτη θα γίνει πολύ δυσκολότερη.

### Τότε γιατί αλλάζει το κλίμα;

Αιτία όλων αυτών είναι ο τρόπος που ζούμε σήμερα, ιδιαίτερα στις πιο πλούσιες και αναπτυσσόμενες περιοχές του κόσμου όπως είναι η Ευρωπαϊκή Ένωση. Τα



### Αυτό το γνωρίζετε;

*Η στάθμη της θάλασσας προβλέπεται να ανέβει έως και κατά 88 εκατοστά μέχρι το 2100. Κάτι τέτοιο θα πλημμυρίζε νησιά και παραθαλάσσιες περιοχές με χαμηλό υψόμετρο, περίπου 70 εκατομμύρια άνθρωποι στην Ευρώπη θα βρισκότουσαν σε κίνδυνο και οι πιο δημοφιλείς προορισμοί για διακοπές θα βυθιζότουσαν. Επιπλέον, τα τρία τέταρτα των παγετώνων στις Ελβετικές Άλπεις αναμένεται να εξαφανιστούν μέχρι το 2050.*

*Η Βόρεια θάλασσα έχει γίνει πιο ζεστή κατά 1.1°C τα τελευταία 30 χρόνια και αυτό έχει μεγάλες επιπτώσεις στα ψάρια – 36 είδη ψαριών έχουν μετακινηθεί 50 έως 400 χιλιόμετρα προς τα βόρεια. Στη στεριά, 16 είδη πεταλούδας έχουν μετακινηθεί σε μεγαλύτερο υψόμετρο στα βουνά για να βρουν ένα πιο δροσερό φυσικό περιβάλλον.*

συστήματα μεταφοράς, οι εγκαταστάσεις παραγωγής ηλεκτρικού ρεύματος που ζεσταίνουν τα σπίτια μας και παρέχουν ηλεκτρικό ρεύμα, τα εργοστάσια που παράγουν τα προϊόντα που αγοράζουμε και η γεωργία, όλα αυτά παράγουν τεράστιες ποσότητες αερίων του θερμοκηπίου που αλλάζουν το κλίμα στη γη. Είναι ανάγκη να βρούμε δραστικούς τρόπους μείωσης αυτών των εκπομπών.

### Ο ρόλος των αερίων του θερμοκηπίου

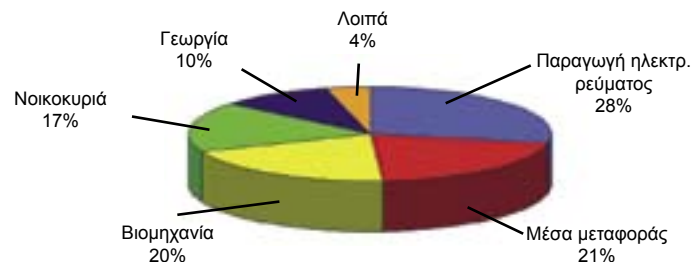
Τα αέρια του θερμοκηπίου είναι φυσικά και βοηθούν στο να διατηρείται η θερμότητα του πλανήτη. Χωρίς αυτά, η μέση θερμοκρασία της γης θα ήταν περίπου 30°C χαμηλότερη και τα πάντα θα ήταν παγωμένα. Αλλά οι ανθρώπινες δραστηριότητες, όπως οι εγκαταστάσεις παραγωγής ηλεκτρικής ενέργειας και η γεωργία, παράγουν αέρια του θερμοκηπίου σε ακόμη μεγαλύτερες ποσότητες, το οποίο έχει ως αποτέλεσμα να αυξάνεται η παγκόσμια θερμοκρασία. Το διοξείδιο του άνθρακα (CO<sub>2</sub>) είναι το κυριότερο αέριο του θερμοκηπίου που παράγεται από την ανθρώπινη δραστηριότητα. Απελευθερώνεται κυρίως από την καύση των φυσικών καυσίμων, όπως κάρβουνο, πετρέλαιο και φυσικό αέριο. Τα φυτά και τα δέντρα απορροφούν το υπερβολικό CO<sub>2</sub>, γι' αυτό και τα δάση είναι τόσο σημαντικά, αλλά η αποψίλωση – όταν καίγονται και κόβονται τα δέντρα – απελευθερώνει CO<sub>2</sub> στην ατμόσφαιρα, κάτι που κάνει δυσκολότερα τα πράγματα.

### Άλλα αέρια του θερμοκηπίου για τα οποία μπορεί να έχετε ακούσει:

- Μεθάνιο και νιτρικές οξείδω – αόρατα αέρια από χωματερές, εκτροφή βοοειδών, καλλιέργειες ρυζιού και κάποια λιπάσματα.
- Φθοριούχα αέρια – αυτά παράγονται από τη βιομηχανία. Χρησιμοποιούνται στα ψυγεία και τα κλιματιστικά. Απελευθερώνονται στην ατμόσφαιρα από διαρροή ή όταν οι συσκευές απορρίπτονται με λάθος τρόπο.

Οι κλιματικές αλλαγές μπορεί να φαίνεται ότι είναι ένα τεράστιο πρόβλημα για το οποίο δε μπορείτε να κάνετε και πολλά πράγματα, ακόμη όμως και οι μικρές πράξεις μπορούν να βοηθήσουν. Γιατί δεν ποτίζετε ένα δέντρο στον κήπο, στο σχολείο ή στη γειτονιά σας; – πέντε δέντρα απορροφούν περίπου έναν τόνο CO<sub>2</sub> κατά τη διάρκεια της ζωής τους.

### Πηγές εκπομπών αερίων του θερμοκηπίου στην ΕΕ



## Η επίδραση των κλιματικών αλλαγών

Έτσι λοιπόν ο καιρός θα γίνεται όλο και πιο ζεστός. Είναι τόσο κακό; Η απάντηση είναι ναι. Η αλλαγή του κλίματος σημαίνει πολύ περισσότερα από ηλιόλουστες διακοπές. Θα έχει δραματικές επιπτώσεις στην Ευρώπη και τον υπόλοιπο κόσμο.

- Λιώνουν οι πάγοι. Αν λιώσουν οι πάγοι της Γροιλανδίας, κάτι που μπορεί να συμβεί τα επόμενα εκατό χρόνια, η στάθμη της θάλασσας θα ανέβει έως και 7 μέτρα. Κάτι τέτοιο θα πλημμύριζε τις παραθαλάσσιες περιοχές σε όλο τον κόσμο, όπου κατοικούν εκατοντάδες εκατομμυρίων ανθρώπων. Η αύξηση της στάθμης της θάλασσας δεν απειλεί μόνο τις παραθαλάσσιες περιοχές αλλά και επίσης μολύνει το έδαφος και το νερό.
- Υποχωρούν οι παγετώνες – ήδη η κατάσταση είναι τόσο άσχημη στο χειμερινό θέρετρο Andermatt στην Ελβετία που οι διευθυντές αναγκάστηκαν να σκεπτάσουν τον πάγο για να μη λιώνει το καλοκαίρι.
- Οι κλιματικές αλλαγές προκαλούν ακραία καιρικά φαινόμενα – καταιγίδες, πλημμύρες, ξηρασίες και κύματα καύσωνα.
- 1.2 δισεκατομμύρια άνθρωποι σε όλο τον κόσμο δεν έχουν πρόσβαση σε καθαρό πόσιμο νερό. Αν η παγκόσμια θερμοκρασία συνεχίσει να αυξάνεται τότε ακόμη 2.4 έως 3.1 δισεκατομμύρια άνθρωποι είναι πιθανό να υποφέρουν από έλλειψη νερού.
- Αν η θερμοκρασία αυξηθεί κατά 2.5°C, τότε 50 εκατομμύρια άνθρωποι θα κινδυνεύουν από έλλειψη τροφής.
- Οι τροπικές ασθένειες, όπως ελονοσία μπορεί να επεκταθούν βόρεια, θέτοντας σε κίνδυνο την υγεία 210 εκατομμυρίων ανθρώπων.
- Το 2003 ήταν η πιο ζεστή χρονιά που έχει καταγραφεί ποτέ και είχε ως αποτέλεσμα τον πρόωρο θάνατο 20.000 Ευρωπαίων, μεγάλες φωπές σε δάση και γεωργικές απώλειες αξίας 10 δισεκατομμυρίων ευρώ. Μέχρι το 2070, η Ευρώπη θα περνάει μια παρόμοια εμπειρία κύματος καύσωνα χρόνο παρά χρόνο.
- Τα ζώα και τα φυτά δεν θα μπορούν να αντιμετωπίσουν τις μεταβαλλόμενες θερμοκρασίες. Μία έρευνα δείχνει ότι οι κλιματικές αλλαγές μπορεί να οδηγήσουν στην εξαφάνιση ενός τρίτου των ειδών των ζώων μέχρι το 2050. Τα ζώα που ζουν σε περιβάλλοντα με χαμηλές θερμοκρασίες – πολικές αρκούδες, φώκιες και πηγουίνια – είναι ιδιαίτερα ευαίσθητα.
- Μακροπρόθεσμα, οι κλιματικές μεταβολές σε όλο τον κόσμο μπορεί να προκαλέσουν λιμούς και τη μετακίνηση μεγάλων αριθμών προσφύγων προς αναζήτηση τροφής, νερού και καυσίμων.

### Μία μεγάλη ανησυχία

Στην Αγγλία, οι κλιματικές αλλαγές είναι η μεγαλύτερη ανησυχία των νέων για το μέλλον του πλανήτη, σύμφωνα με κρατική έρευνα. Το 24% των ερωτηθέντων πιστεύει ότι είναι η μεγαλύτερη απειλή για τη γη.

## Τι μπορείτε να κάνετε για να περιοριστούν οι κλιματικές αλλαγές;

Μη νομίζετε ότι δε μπορείτε να κάνετε τίποτα. Αν αλλάξουμε όλοι από λίγο την καθημερινή μας συμπεριφορά, μπορούμε να επηρεάσουμε τις εκπομπές αερίων του θερμοκηπίου. Δε χρειάζεται να κάνετε κάτι πολύ δραστικό και είναι μάλιστα ένας τρόπος να εξοικονομήσετε χρήματα!

- Έχετε όρεξη για καφέ; Βράστε μόνο την ποσότητα νερού που χρειάζεστε και μη γεμίσετε την καφετιέρα μέχρι επάνω.
- Τα αεροπλάνα είναι η μεγαλύτερη πηγή εκπομπών CO<sub>2</sub>. Σκεφθείτε να πάτε διακοπές στη χώρα σας ή ανακαλύψτε και άλλα μέρη της Ευρώπης με το τρένο.
- Τα αυτοκίνητα ευθύνονται για το 10% των εκπομπών CO<sub>2</sub> της ΕΕ. Γιατί να μη χρησιμοποιούμε τα μέσα μαζικής μεταφοράς; Το ποδήλατο και το περπάτημα είναι οι πιο υγιείς και οικονομικές επιλογές.
- Αν οι γονείς σας σκέφτονται να αγοράσουν ένα καινούργιο ψυγείο, πλυντήριο πιάτων ή άλλη ηλεκτρική συσκευή, πείτε τους να βεβαιωθούν ότι είναι κατηγορίας Α σύμφωνα με την ευρωπαϊκή ετικέτα ενεργειακής απόδοσης που κάθε συσκευή πρέπει να διαθέτει. Η κατηγορία 'Α' σημαίνει ότι οι συσκευές έχουν μεγαλύτερη ενεργειακή απόδοση.



• Μην αφήνετε την τηλεόραση, το στερεοφωνικό ή τον υπολογιστή σας σε κατάσταση αναμονής – δηλαδή με αναμμένο το φωτάκι. Η τηλεόραση καταναλώνει το 45% της ενέργειάς της όταν βρίσκεται σε κατάσταση αναμονής. Εάν όλοι οι Ευρωπαίοι το καταλάβαιναν αυτό, θα εξοικονομούσαν ενέργεια που θα μπορούσε να ηλεκτροδοτήσει μια χώρα σαν το Βέλγιο.

- Μην αφήνετε στην πρίζα τον φορτιστή του κινητού σας, ενώ αυτό έχει ήδη φορτίσει, γιατί έτσι σπαταλιέται το 95% της ενέργειας – ενώ μόνο το 5% χρησιμοποιείται για να φορτιστεί το κινητό σας.
- Εξοικονομήστε ζεστό νερό κάνοντας ντους και όχι γεμίζοντας τη μπανιέρα – έτσι καταναλώνετε τέσσερις φορές λιγότερη ενέργεια.
- Να σβήνετε τα φώτα όταν βγαίνετε έξω και όταν δεν τα χρειάζεστε. Τα νοικοκυριά ευθύνονται για το 30% της κατανάλωσης ενέργειας στην ΕΕ, έτσι θα υπήρχε μεγάλη διαφορά αν όλοι προσπαθούσαμε για την εξοικονόμηση ενέργειας. Επίσης θα εξοικονομούσαμε χρήματα – αν σβήνουμε τα φώτα όταν δεν τα χρειαζόμαστε εξοικονομούμε περίπου €60 το χρόνο.
- Να αγοράζετε λάμπες εξοικονόμησης ενέργειας. Είναι πιο ακριβές από τις κανονικές λάμπες αλλά διαρκούν περισσότερο και καταναλώνουν πέντε φορές λιγότερη ενέργεια.



- Μην υπερθερμαίνετε το σπίτι σας. Η μείωση της θερμοκρασίας κατά μόλις 1°C μπορεί να μειώσει έως και κατά 7% το λογαριασμό ρεύματος.
- Αν οι γονείς σας σκέφτονται να αγοράσουν καινούργιο αυτοκίνητο, προτείνετέ τους να αγοράσουν ένα μικρό μοντέλο, που καταναλώνει λιγότερη ενέργεια. Όλα τα νέα αυτοκίνητα φέρουν ετικέτα που δείχνει την ποσότητα CO<sub>2</sub> που εκπέμπουν. Η ΕΕ έχει στόχο να μειώσει τον μέσο όρο εκπομπών στα νέα αυτοκίνητα σε 120g CO<sub>2</sub> ανά χλμ.
- Μη βάζετε στο ψυγείο ζεστό φαγητό – αφήστε το πρώτα να κρυώσει.
- Προτιμήστε τα προϊόντα με την ευρωπαϊκή ετικέτα eco – μια εικόνα ενός μικρού λουλουδιού σε ορισμένα προϊόντα. Δείχνει ότι το συγκεκριμένο προϊόν είναι καλύτερο για το περιβάλλον από άλλα παρόμοια προϊόντα χωρίς την ετικέτα.
- Όταν αερίζετε το δωμάτιο, αφήστε το παράθυρο ανοιχτό για μερικά λεπτά και μετά κλείστε το, μην αφήνετε τη ζέστη να φύγει.



«Πρέπει να σκεφτούμε και τις μελλοντικές γενιές. Πιστεύω ότι οι πολιτικοί πρέπει να παρέμβουν περισσότερο σε αυτόν τον τομέα: να υποχρεώσουν τη βιομηχανία να κατασκευάζει αυτοκίνητα που δε χρησιμοποιούν πετρέλαιο, να μάθουν στους μαθητές να έχουν οικολογική συνείδηση, να επιβάλουν πρόστιμα στις εταιρίες που μολύνουν το περιβάλλον...»  
- Yvette, 20

Για να μάθετε περισσότερα για το πώς μπορείτε να ελέγξετε τις κλιματικές μεταβολές, επισκεφθείτε τη διεύθυνση <http://www.climatechange.eu.com>.



## Κουίζ

1. Πόση ενέργεια χρειάζεται για την παραγωγή ενός φύλλου χαρτιού συγκριτικά με αυτή που χρειάζεται για να δημιουργηθεί ένα φωτοαντίγραφο του;

- α) 10 φορές περισσότερη
- β) Μισή
- γ) 1/10 λιγότερη

2. Αν όλα τα κουτιά αλουμινίου που χρησιμοποιούνται στην Ευρώπη ανακυκλώνονταν, θα εξοικονομούσαμε αρκετή ενέργεια για να:

- α) χρησιμοποιήσουμε ένα φούρνο για 13 ώρες
- β) να στείλουμε έναν πύραυλο στο φεγγάρι πέντε φορές
- γ) να οδηγήσουμε ένα αυτοκίνητο για το γύρο του κόσμου 675.000 φορές

3. Πόση κατανάλωση ενέργειας του ψυγείου σας εξοικονομείται με την απόψυξή του;

- α) 5%
- β) 10%
- γ) 30%



Η ενέργεια που απαιτείται για να παραχθεί ένα φύλλο χαρτιού είναι 10 φορές περισσότερη από αυτή που απαιτείται για να παραχθεί ένα φωτοαντίγραφο του. Αυτό συμβαίνει επειδή η παραγωγή χαρτιού απαιτεί την καύση ορυκτών καυσίμων, η οποία εκπέμπει διοξείδιο του άνθρακα. Το φωτοαντίγραφο, από την άλλη πλευρά, απαιτεί μόνο ηλεκτρική ενέργεια, η οποία μπορεί να προέρχει από ανανεώσιμες πηγές.

Αν όλα τα κουτιά αλουμινίου που χρησιμοποιούνται στην Ευρώπη ανακυκλώνονταν, θα εξοικονομούσαμε αρκετή ενέργεια για να χρησιμοποιήσουμε ένα φούρνο για 13 ώρες, να στείλουμε έναν πύραυλο στο φεγγάρι πέντε φορές ή να οδηγήσουμε ένα αυτοκίνητο για το γύρο του κόσμου 675.000 φορές.

Με την απόψυξη του ψυγείου, μπορούμε να εξοικονομήσουμε το 30% της ενέργειας που καταναλώνεται. Αυτό συμβαίνει επειδή το ψυγείο πρέπει να λειτουργήσει περισσότερο για να κρυώσει το φαγητό που έχει αποψυχθεί. Η απόψυξη του φαγητού πριν το βάλουμε στο ψυγείο μειώνει τον χρόνο λειτουργίας του ψυγείου και, ως εκ τούτου, την κατανάλωση ενέργειας.

Αν όλα τα κουτιά αλουμινίου που χρησιμοποιούνται στην Ευρώπη ανακυκλώνονταν, θα εξοικονομούσαμε αρκετή ενέργεια για να χρησιμοποιήσουμε ένα φούρνο για 13 ώρες, να στείλουμε έναν πύραυλο στο φεγγάρι πέντε φορές ή να οδηγήσουμε ένα αυτοκίνητο για το γύρο του κόσμου 675.000 φορές.

## Το Πρωτόκολλο του Κιότο

Στη δεκαετία του 1980, όταν έγινε πλέον σαφές ότι οι κλιματικές αλλαγές αποτελούσαν σοβαρό κίνδυνο για την υγεία, οι κυβερνήσεις διαπίστωσαν ότι το πρόβλημα ήταν τόσο μεγάλο που δε μπορούσαν να το αντιμετωπίσουν χωριστά: έπρεπε να προσπαθήσουν να το λύσουν από κοινού.

Το 1992, η διεθνής κοινότητα συμφώνησε με τη Σύμβαση-Πλαίσιο των Ηνωμένων Εθνών για τις κλιματικές μεταβολές (UNFCCC). Σκοπός του ήταν η πρόληψη των επικίνδυνων κλιματικών αλλαγών. Η συμφωνία αυτή έγινε επίσημα αποδεκτή από 189 χώρες – σχεδόν όλες τις χώρες του κόσμου. Παρακολουθούν τι γίνεται στις χώρες τους και βοηθούν τις φτωχότερες χώρες να αντιμετωπίσουν τις κλιματικές αλλαγές.

Το 1997, στην πόλη του Κιότο, στην Ιαπωνία, η παγκόσμια κοινότητα προχώρησε στο επόμενο βήμα και συμφώνησε στο Πρωτόκολλο του Κιότο. Με αυτό οι βιομηχανικές χώρες δεσμεύονται να μειώσουν ή να περιορίσουν τις εκπομπές των αερίων του θερμοκηπίου μέχρι και το 2012. Οι βιομηχανικές χώρες, όπως αυτές στην ΕΕ, έχουν συγκεκριμένους στόχους εκπομπών επειδή ευθύνονται για τα περισσότερα αέρια θερμοκηπίου και διαθέτουν τη γνώση και εμπειρία για να τα αντιμετωπίσουν. Το Πρωτόκολλο του Κιότο τέθηκε σε ισχύ το 2005. Μέχρι σήμερα το έχουν υιοθετήσει 150 χώρες, συμπεριλαμβανομένων όλων των χωρών της ΕΕ, ωστόσο οι ΗΠΑ και η Αυστραλία δεν το έχουν υιοθετήσει.

## Τι κάνει η ΕΕ για τις κλιματικές αλλαγές;

Η ΕΕ είναι πρωτοπόρος διεθνώς στο δρόμο για την αντιμετώπιση των επικίνδυνων κλιματικών αλλαγών. Τα τελευταία χρόνια, η ΕΕ έχει προτείνει πάνω από 30 μέτρα για την μείωση των εκπομπών αερίων του θερμοκηπίου. Αυτά περιλαμβάνουν τη χρήση ανανεώσιμων πηγών ενέργειας, την υιοθέτηση προτύπων ώστε να διασφαλιστεί ότι τα κτίρια χρησιμοποιούν πιο αποτελεσματικά και ελεγχόμενα τα φθοριούχα αέρια που χρησιμοποιούνται στις συσκευές κλιματισμού.

Πιο καινοτόμο υπήρξε το πρόγραμμα της ΕΕ για τις εκπομπές σύμφωνα με το οποίο επιτρέπεται σε πάνω από 10.000 εγκαταστάσεις και εργοστάσια να εκπέμπουν μια ορισμένη ποσότητα CO<sub>2</sub> το χρόνο. Αν μια εγκατάσταση ή εργοστάσιο εκπέμπει λιγότερο CO<sub>2</sub> από αυτό που επιτρέπεται, μπορεί να πουλήσει το υπόλοιπο σε άλλο που δεν πηγαίνει και τόσο καλά – αυτό είναι ένα κίνητρο να κερδίσουν χρήματα διατηρώντας τις εκπομπές τους σε χαμηλά επίπεδα.

Αλλά οι κλιματικές αλλαγές δεν είναι ένα ζήτημα που πρέπει να απασχολεί μόνο τη βιομηχανία – πρέπει να συμμετέχουμε όλοι μας. Όσο γρηγορότερα αναλάβουμε δράση στις καθημερινές μας δραστηριότητες, τόσο καλύτερα θα μπορούμε να ελέγξουμε το μέλλον μας και να προστατεύσουμε τον πλανήτη μας. ■

Για να μάθετε περισσότερα για τις κλιματικές αλλαγές και τι μπορείτε να κάνετε για αυτό, επισκεφθείτε τις εξής διευθύνσεις:



European Commission, Directorate General for the Environment  
<http://www.climatechange.eu.com>  
<http://ec.europa.eu/dgs/environment>

European Environment Agency  
<http://www.eea.europa.eu>

UNFCCC  
<http://unfccc.int/2860.php>

Green Facts  
[http://www.greenfacts.org/studies/climate\\_change/index.htm](http://www.greenfacts.org/studies/climate_change/index.htm)

United Nations Environment Programme  
<http://www.unep.org>

## Η εξάντληση των φυσικών καυσίμων

*Χρειαζόμαστε την ενέργεια για να ζεσταινόμαστε, να τρεφόμαστε, να μετακινούμαστε, να κατασκευάζουμε και να παράγουμε αγαθά. Αλλά οι μη-ανανεώσιμες πηγές ενέργειας στον κόσμο – πετρέλαιο, αέριο, άνθρακας και ουράνιο - εξαντλούνται. Η Διεθνής Επιτροπή Ενέργειας προβλέπει ότι οι πιο γνωστές πηγές πετρελαίου του κόσμου θα έχουν εξαντληθεί σε 40 χρόνια, το φυσικό αέριο σε 60 χρόνια και ο άνθρακας σε 200 χρόνια – και ότι η Ευρώπη θα πρέπει να εισάγει το 70% των αναγκών της σε ενέργεια μέχρι το 2030.*



Πρέπει να ξεκινήσουμε την εξοικονόμηση ενέργειας αμέσως. Η ΕΕ προτείνει τη μείωση της κατανάλωσης ενέργειας κατά 20% μέχρι το 2020. Η βιομηχανία θα παίξει σημαντικό ρόλο σε αυτό, υπάρχουν όμως ενέργειες που μπορούμε να κάνουμε όλοι για να εξοικονομήσουμε ενέργεια, όπως να χρησιμοποιούμε λάμπες εξοικονόμησης ενέργειας, να αντικαθιστούμε τις παλιές και αναποτελεσματικές συσκευές όπως καυστήρες και ψυγεία και να βεβαιωνόμαστε ότι η πίεση στα λάστιχα του αυτοκινήτου μας είναι η σωστή.

Μεγάλη διαφορά μπορεί επίσης να έχει και η μόνωση του σπιτιού σας. Μια καλή αρχή είναι να κλείνετε τις κουρτίνες το βράδυ για να μη φεύγει η θερμότητα. Και τα διπλά τζάμια

μπορούν να αποτρέψουν έως 20% απώλειες της θερμότητας – κατά μέσο όρο, θα επιστρέψουν το κόστος τους σε έξι χρόνια λόγω των χαμηλότερων λογαριασμών θέρμανσης.

### Ποια είναι η εναλλακτική λύση;

Τα φυσικά καύσιμα εξαντλούνται και παράγουν το 60% των εκπομπών διοξειδίου του άνθρακα (CO<sub>2</sub>), του πιο διαδεδομένου από τα αέρια του θερμοκηπίου.

Ωστόσο δημιουργούνται τεχνολογίες φιλικές προς το κλίμα που μπορεί να είναι σε θέση να παρέχουν μια λύση. Για παράδειγμα, είναι πιθανό να δεσμεύεται ένα μέρος του CO<sub>2</sub> που απελευθερώνεται όταν καίγεται το καύσιμο και στη συνέχεια να αποθηκεύεται σε παλιά ορυχεία ή κοιτάσματα πετρελαίου. Αυτή είναι μια νέα τεχνική που ονομάζεται δέσμευση και αποθήκευση άνθρακα και μειώνει τις εκπομπές CO<sub>2</sub> στην ατμόσφαιρα.

Η ανάπτυξη των πηγών ανανεώσιμης ενέργειας, όπως είναι η αιολική, υδάτινη και ηλιακή ενέργεια, είναι ένα σημαντικό σημείο της μελλοντικής στρατηγικής

της Ευρώπης για την ενέργεια. Η ΕΕ είναι πρωτοπόρος στην αξιοποίηση της αιολικής ενέργειας σε όλο τον κόσμο. Πώς λειτουργεί όμως η αιολική ενέργεια; Περιστρεφόμενες προπέλες οδηγούν έναν στρόφρα που συνδέεται με μια γεννήτρια, η οποία μετατρέπει τη μηχανική σε ηλεκτρική ενέργεια. Είτε στη γη – σε χωράφια, αγρούς, πάρκα ή σταθμούς αιολικής ενέργειας – είτε στη θάλασσα, ο αέρας έχει τη δυνατότητα να παράγει ενέργεια. Έτσι λοιπόν οι μέρες με τα πολλά μποφόρ έχουν και τα καλά τους! Η Γερμανία ήταν η χώρα με τη μεγαλύτερη παραγωγή αιολικής ενέργειας για πολλά χρόνια αλλά η Ισπανία αναμένεται πλέον να αναλάβει τα ηνία.

Η ηλιακή ενέργεια κερδίζει όλο και περισσότερο έδαφος στην ΕΕ. Η ηλιακή ενέργεια δε βασίζεται μόνο στις ηλιόλουστες ημέρες – η Γερμανία διαθέτει τη μεγαλύτερη δυνατότητα αξιοποίησης ηλιακής ενέργειας στην ΕΕ, και την ακολουθούν η Ελλάδα και η Αυστρία. Αυτές οι τρεις χώρες αποτελούν στην Ευρώπη τα τρία τέταρτα της συνολικής παραγωγής ηλιακής ενέργειας.

Τα μεγάλα κύματα περιέχουν επίσης μεγάλες ποσότητες ενέργειας. Οι ισχυροί άνεμοι στον Ατλαντικό ωκεανό δημιουργούν μεγάλα κύματα με αποτέλεσμα να γίνονται οι δυτικές ακτές της Ευρώπης το ιδανικό σημείο για προγράμματα κυματικής ενέργειας. Ωστόσο, οι τεχνολογίες κυματικής ενέργειας πρέπει να αναπτυχθούν περαιτέρω αν πρόκειται να συμβάλλουν στα αποθέματα ενέργειας. ■



### Αυτό το γνωρίζετε;

• Τα φυσικά καύσιμα – άνθρακας, πετρέλαιο και αέριο – αποτελούν ακόμη σχεδόν το 80% της ενέργειας που χρησιμοποιείται παγκοσμίως.

• Αν η κατανάλωση ενέργειας ήταν χαμηλότερη κατά 20%, μέχρι το 2020 η Ευρώπη θα εξοικονομούσε περίπου 60 δισεκατομμύρια ευρώ (40 δισεκατομμύρια στερλίνες).



Για περισσότερες πληροφορίες επισκεφθείτε τις εξής διευθύνσεις:



<http://ec.europa.eu/energy>

[http://themes.eea.europa.eu/Sectors\\_and\\_activities/energy](http://themes.eea.europa.eu/Sectors_and_activities/energy)

<http://www.greenpeace.org>

<http://www.epper.gr>

## Νερό – ένας πολύτιμος φυσικός πόρος

### Τι θα κάναμε χωρίς νερό;

Το νερό είναι ένας από τους πολυτιμότερους πόρους μας. Δε μπορούμε να ζήσουμε χωρίς αυτό αλλά το θεωρούμε δεδομένο. Σε παγκόσμιο επίπεδο τα ποσοστά δεν είναι ικανοποιητικά: λιγότερο από 1% του νερού του πλανήτη διατίθεται για κατανάλωση από τον άνθρωπο και περισσότεροι από 1,2 δισεκατομμύρια άνθρωποι – περίπου το ένα πέμπτο του παγκόσμιου πληθυσμού – δεν έχουν καθόλου πρόσβαση σε ασφαλές πόσιμο νερό.



Ευτυχώς σε όλη την Ευρώπη το νερό είναι άφθονο, παρόλο που σε ορισμένες περιοχές της νότιας Ευρώπης, όπως είναι η Ισπανία, οι ελλείψεις νερού και η ξηρασία είναι όλο και πιο συχνά φαινόμενα.

Δεν είναι η ποσότητα το μοναδικό θέμα που απασχολεί την Ευρώπη, αλλά και η ποιότητα. Περίπου το 35% του νερού της Ευρώπης προέρχεται από λίμνες και ποτάμια ενώ το 20% από αυτό απειλείται

από μόλυνση. Το υπόλοιπο 65% προέρχεται από το νερό της βροχής που περνάει από το έδαφος και δημιουργεί υπόγειους υδροφόρους ορίζοντες.

Το νερό της βρύσης είναι πόσιμο σχεδόν παντού στην Ευρώπη, χρειάζεται όμως επεξεργασία προτού βγει από τις βρύσες μας. Κάτι τέτοιο κοστίζει και χρησιμοποιεί πολλή ενέργεια, είναι όμως αναγκαίο γιατί το νερό μπορεί να έχει μολυνθεί από λιπάσματα, εντομοκτόνα, τοξικά βιομηχανικά χημικά ή μικρόβια από απόβλητα ανθρώπων ή ζώων. Οι μεγαλύτεροι ρύποι είναι τα λιπάσματα και τα εντομοκτόνα. Καθώς το νερό της βροχής έρχεται σε επαφή με αυτούς, τους μεταφέρει στα ποτάμια και έπειτα στη θάλασσα.

Η μείωση της μόλυνσης είναι σημαντική όχι μόνο για τη διατήρηση των αποθεμάτων πόσιμου νερού αλλά και για την προστασία των φυτών και ζώων που ζουν στα ποτάμια, τις λίμνες και τη θάλασσα. Παρόλο που η ΕΕ έχει κάνει πολλά για τη μείωση της μόλυνσης τα τελευταία 30 χρόνια, υπάρχουν ακόμη πολλά που μπορούν να γίνουν και σε αυτά μπορεί να συμβάλει ο καθένας μας.

### Για ποιο πράγμα ανησυχούν περισσότερο οι Ευρωπαίοι;

Η μόλυνση του νερού είναι η μεγαλύτερη περιβαλλοντική ανησυχία των Ευρωπαίων. Σε μια τελευταία δημοσκόπηση σχετικά με περιβαλλοντικές ανησυχίες, το 47% των Ευρωπαίων βάζουν πρώτη τη μόλυνση του νερού, πριν από τις καταστροφές που προκαλούνται από τον άνθρωπο και τις κλιματικές αλλαγές.

Λιγότερο από 1% του νερού του πλανήτη διατίθεται για κατανάλωση από τον άνθρωπο.



### Αυτό το γνωρίζετε;

Κατά μέσο όρο, μόνο το 7% του πόσιμου νερού που χρησιμοποιούμε προορίζεται στην πραγματικότητα για να πίνουμε και να μαγειρεύουμε: το 22% χρησιμοποιείται για το πλύσιμο των πιάτων και των ρούχων, το 20% όταν τραβάμε το καζανάκι, το 39% για μπάνιο και ντους και το 6% για το πλύσιμο του αυτοκινήτου και το πότισμα των φυτών.

Παρόλο που το νερό της βρύσης είναι απόλυτα ασφαλές, οι πωλήσεις εμφιαλωμένου νερού ακμάζουν. Το 1997, ο μέσος Ευρωπαίος πολίτης κατανάλωνε 78 λίτρα εμφιαλωμένου νερού και μέχρι το 2005 ο αριθμός αυτός αυξήθηκε σε 106,5 λίτρα το χρόνο. Το εμφιαλωμένο νερό δεν είναι μόνο ακριβό – κοστίζει χιλιάδες φορές περισσότερο από το νερό της βρύσης – αλλά και παράγει τεράστιες ποσότητες απορριμμάτων υπό τη μορφή πλαστικών και γυάλινων μπουκαλιών.

### Το θαλάσσιο περιβάλλον – ζωτικό για τη ζωή στη γη

Οι ωκεανοί και οι θάλασσες καλύπτουν το 71% της επιφάνειας της Ευρώπης και περιέχουν το 90% όλων των ζώντων οργανισμών του πλανήτη. Τα θαλάσσια ύδατα της Ευρώπης καλύπτουν 3 εκατομμύρια τετραγωνικά χιλιόμετρα – το ίδιο με τη χερσαία επιφάνεια. Τα θαλάσσια οικοσυστήματα παρέχουν ένα εύρος ουσιαστικών υπηρεσιών, συμπεριλαμβανομένου του βασικού ρόλου τους στον καθορισμό των κλιματολογικών και καιρικών προτύπων και την απορρόφηση του διοξειδίου του άνθρακα που εκλύεται στην ατμόσφαιρα από τις ανθρωπίνες δραστηριότητες. Η θάλασσα αποτελεί επίσης ζωτική πηγή τροφής, ένας πυλώνας της οικονομικής ευημερίας μέσω της αλιείας και του τουρισμού, καθώς επίσης συμβάλλει σημαντικά στην υγεία και ευεξία μας.

### Τι μπορείτε να κάνετε για την εξοικονόμηση νερού;



- Να κάνετε ντους αντί για μπάνιο – έτσι χρησιμοποιείτε τέσσερις φορές λιγότερο νερό από το να γεμίσετε τη μπανιέρα. Όχι μόνο είναι οικολογικό αλλά και σας βοηθάει να εξοικονομήσετε χρήματα!
- Να κλείνετε τη βρύση όταν βουρτσίζετε τα δόντια σας – αν όλοι οι Ευρωπαίοι έκλειναν τη βρύση όταν δεν τη χρειαζόντουσαν, τότε θα εξοικονομούσαν αρκετό νερό ώστε να γεμίζουν κάθε χρόνο 6.000 πισίνες ολυμπιακών διαστάσεων.
- Να ελέγχετε τις βρύσες – μια βρύση που στάζει σπαταλάει περίπου 25 λίτρα νερό την ημέρα και μπορεί συνήθως να επιδιορθωθεί αν τοποθετηθεί ένας καινούργιος φθηνός δακτύλιος.

- Περιμένετε να γεμίσει το πλυντήριο πιάτων ή ρούχων προτού το θέσετε σε λειτουργία. Αν δεν υπάρχουν αρκετά ρούχα για να γεμίσει το πλυντήριο επιλέξτε τη λειτουργία εξοικονόμησης ενέργειας – με αυτό τον τρόπο εξοικονομείται νερό αλλά και ενέργεια.
- Να μαζεύετε το νερό της βροχής – μπορείτε να μαζεύετε το νερό σε άδειους κουβάδες και να πείτε στους γονείς σας να τοποθετήσουν ένα βαρέλι που θα μαζεύει το νερό που στάζει από λούκια. Το νερό αυτό μπορεί στη συνέχεια να χρησιμοποιηθεί για το πότισμα των φυτών ή το πλύσιμο του αυτοκινήτου.



### Παίξτε το δικό σας ρόλο

- Μη ρίχνετε χημικά ή λάδια στο νιπτήρα – δηλαδή μπουγιά, βερνίκι, εντομοκτόνα, φάρμακα, λάδι μαγειρικής και λάδι μηχανής. Όχι μόνο μολύνεται το νερό, αλλά μπορεί να βουλώσουν ή να χαλάσουν οι σωλήνες. Δείτε αν υπάρχουν κέντρα συγκέντρωσης αυτών των προϊόντων στη γειτονιά σας και επιστρέψτε τα παλιά φάρμακα στον φαρμακοποιό σας.
- Μη ρίχνετε απορρίμματα σε ποτάμια, λίμνες ή στη θάλασσα και να μαζεύετε πάντα τα σκουπίδια σας από τις ακτές όταν πηγαίνετε για μπάνιο. Τα θαλάσσια απόβλητα σκοτώνουν τα ψάρια, τα άλλα όντα που ζουν στη θάλασσα και τα θαλασσοπούλια και μεταφέρονται από τα ρεύματα και τον αέρα σε πολύ μακρινές αποστάσεις.
- Όλοι γνωρίζουμε ότι τα ψάρια μάς κάνουν καλό, όμως η υπεραλιεία συνεπάγεται την έλλειψη πολλών από τα είδη ψαριών που τρώμε. Σύμφωνα με τον Οργανισμό Ηνωμένων Εθνών για τη Διατροφή και τη Γεωργία (United Nation's Food and Agriculture Organisation), από τα δέκα είδη ψαριών που τρώμε περισσότερο (αποτελούν περίπου το 30% των φρέσκων ψαριών που καταναλώνονται σε όλο τον κόσμο), τα επτά θεωρείται ότι αλιεύονται πλήρως ή υπεραλιεύονται. Σε αυτά συμπεριλαμβάνεται η ρέγκα του Ατλαντικού και ο μπακαλιάρος. Καλό είναι να αγοράζετε ψάρια από βιώσιμα αποθέματα, να τρώτε νέα ψάρια και να ρωτάτε τον ιχθυοπώλη από πού προέρχονται τα ψάρια που αγοράζετε.



Για περισσότερες πληροφορίες:



<http://ec.europa.eu/environment/water/index.html>  
<http://www.minenv.gr>



### Μπες, το νερό είναι υπέροχο...

Όταν πηγαίνετε στη θάλασσα το νερό μπορεί να φαίνεται πολύ δελεαστικό μπορεί όμως να είναι μολυσμένο, ιδιαίτερα κοντά σε υπονόμους. Ένας νόμος της ΕΕ για τις ακτές που έχουν καθαρό νερό για κολύμπι διασφαλίζει την ποιότητα του νερού και των περιοχών για κολύμπι μέσω του αυστηρού ελέγχου τους από την ΕΕ. Βαθμολογείται έτσι η ποιότητα του νερού είτε ως συμβατή είτε ως μη συμβατή, κάτι που σας βοηθάει να αποφασίσετε αν θα βουτήξετε ή όχι. Αν οι συνθήκες δεν είναι οι κατάλληλες για κολύμπι τότε η περιοχή θα παραμείνει κλειστή για τους κολυμβητές και οι αρχές θα μπορέσουν να λάβουν τα κατάλληλα μέτρα για την εξυγίανσή της.

Μπορείτε να πληροφορηθείτε για ποιότητα των νερών της αγαπημένης σας παραλίας στην ιστοσελίδα:

<http://www.minenv.gr/poioititaNeron2005html/index.html> ■

## Τι θα λέγατε για λίγο φρέσκο αέρα;

Ο καθαρός αέρας έχει ζωτική σημασία για την υγεία μας, αλλά η ατμοσφαιρική ρύπανση που προκαλείται από τη βιομηχανία και τα αυτοκίνητα έχει μεγάλες επιπτώσεις στην υγεία των ανθρώπων που κατοικούν σε αστικές περιοχές, όπου ζει σήμερα το 80% των Ευρωπαίων. Η μόλυνση της ατμόσφαιρας ευθύνεται σήμερα για αναπνευστικά προβλήματα, όπως άσθμα, και πολλές αλλεργίες. Είναι η αιτία περίπου 370.000 πρόωγων θανάτων στην Ευρώπη και μειώνει τη διάρκεια ζωής για τον καθένα από εμάς κατά οκτώ μήνες – και κατά δύο χρόνια στις πιο επιβαρημένες περιοχές.

### Τι συνέπειες έχει η μόλυνση του αέρα;



#### Οι επιπτώσεις της ατμοσφαιρικής μόλυνσης

- Κακή υγεία, από άσθμα μέχρι βρογχίτιδα, ακόμη και πρόωρο θάνατο
- Οξίνιση – η εναπόθεση όξινων ρύπων βλάπτει τις δασικές εκτάσεις, τα ποτάμια, τις λίμνες και τα ιστορικά κτίρια.
- Ευτροφισμός – είναι η ανάπτυξη φυκών στις λίμνες και τα ποτάμια με ανεπιθύμητες συνέπειες στα φυτά και τα ζώα. Το 2006, όσοι έκαναν διακοπές στις ακτές της Ιταλίας, Σκωτίας, Σουηδίας και Δανίας βρέθηκαν μπροστά στη δυσοσμία και θολότητα του νερού από φύκη.

Η μόλυνση του αέρα προκαλείται από τη βιομηχανία, τις μεταφορές, την παραγωγή ηλεκτρικής ενέργειας και τη γεωργία, καθώς και από τους ανθρώπους στα ίδια τους τα σπίτια. Η ΕΕ έχει εργαστεί σκληρά για τη μείωση της ατμοσφαιρικής μόλυνσης: τα αυτοκίνητα εκπέμπουν πλέον 90% λιγότερους ρύπους απ' ό,τι πριν από 20 χρόνια. Ωστόσο, η μόλυνση του αέρα βλάπτει ακόμη την ανθρώπινη υγεία και το περιβάλλον, και για το λόγο αυτό η Ευρωπαϊκή Επιτροπή έχει προτείνει μια νέα στρατηγική που θα προχωρήσει σε περαιτέρω σημαντικές βελτιώσεις για την ποιότητα του αέρα μέχρι το 2020.

Ένας από τους πιο επικίνδυνους ρύπους είναι τα σωματίδια – σκόνη – που δημιουργούνται από πετρελαιοκίνητα αυτοκίνητα, πετρέλαιο θέρμανσης και διαλυτικές ουσίες στις μπογιές. Προκαλούν προβλήματα στους πνεύμονες. Το όζον στην επιφάνεια της γης ή «νέφος» αποτελεί άλλη μια σοβαρή απειλή. Είναι το αποτέλεσμα χημικών αντιδράσεων ορισμένων ρύπων με τη βοήθεια της ηλιακής ακτινοβολίας, μπορεί να προκαλέσει αναπνευστικές δυσκολίες καθώς και ερεθισμό στο λαιμό και τα μάτια. Το όζον βλάπτει επίσης τη δασική βλάστηση, τα χωράφια και τα ζώα.



### Τι μπορείτε να κάνετε;

Η μόλυνση του αέρα είναι ένα τεράστιο πρόβλημα, αλλά υπάρχουν κάποιες ενέργειες που μπορείτε να κάνετε για καλύτερα αποτελέσματα:

- Το μεγαλύτερο μέρος ηλεκτρισμού και ενέργειας προέρχεται από φυσικά καύσιμα, τα οποία εκπέμπουν αέρια του θερμοκηπίου όταν καίγονται. Γι' αυτό λοιπόν μην σπαταλάτε ενέργεια: να σβήνετε τα φώτα, την τηλεόραση, τον υπολογιστή και άλλες συσκευές όταν δεν τις χρησιμοποιείτε, και επίσης μην υπερθερμαίνετε το σπίτι σας.
- Ελέγξτε πώς θερμαίνεται το σπίτι σας. Η θέρμανση με πετρέλαιο παράγει περισσότερη μόλυνση από το φυσικό αέριο. Αν στο σπίτι σας χρησιμοποιείτε πετρέλαιο θέρμανσης αλλά υπάρχει και εγκατάσταση για φυσικό αέριο στη γειτονιά σας, τότε πείτε στους γονείς σας να σκεφτούν τη δεύτερη επιλογή. Δεν θα υπάρχει πια αυτή η άσχημη μυρωδιά από το ντεπόζιτο!
- Η φωτιά με κάρβουνα ή κούτσουρα στο καθιστικό δίνει μια ωραία ατμόσφαιρα στο σπίτι αλλά μολύνει τον αέρα στη γειτονιά σας. Προσπαθήστε να ανάβετε το τζάκι μόνο σε ειδικές περιστάσεις, όπως Χριστούγεννα ή Πρωτοχρονιά.
- Προσπαθήστε να μη χρησιμοποιείτε το αυτοκίνητο όποτε μπορείτε. Το ποδήλατο ή το περπάτημα όχι μόνο περιορίζουν τη μόλυνση του περιβάλλοντος και τη δημιουργία αερίων του θερμοκηπίου αλλά αποτελούν και μια υγιή σωματική άσκηση. Αλλιώς χρησιμοποιήστε τα μέσα μαζικής μεταφοράς ή ένα μόνο αυτοκίνητο – ένα αυτοκίνητο με πολλά άτομα μολύνει λιγότερο από πολλά αυτοκίνητα με ένα μόνο άτομο στο καθένα.
- Μη χρησιμοποιείτε συχνά τον κλιματισμό στο αυτοκίνητο, αυξάνει την κατανάλωση καυσίμων και τις εκπομπές CO<sub>2</sub> κατά περίπου 5%. Αν πρέπει οπωσδήποτε να χρησιμοποιήσετε το σύστημα κλιματισμού, οδηγήστε μερικά λεπτά με ανοιχτά παράθυρα, στη συνέχεια κλείστε τα και ανοίξτε τον κλιματισμό μετά. Έτσι εξοικονομείται το καύσιμο που χρειάζεται για να μειωθεί η αρχική θερμοκρασία.
- Μην αφήνετε τη σχάρα στο αυτοκίνητο όταν είναι άδεια. Κάπι τέτοιο αυξάνει την κατανάλωση καυσίμων και τις εκπομπές CO<sub>2</sub> έως και κατά 10% λόγω της αντίστασης του αέρα και το επιπρόσθετο βάρος – καλό θα ήταν να τη βγάλετε.



#### Αυτό το γνωρίζετε;

Αν η πίεση στα λάστιχα του αυτοκινήτου σας είναι πολύ χαμηλή, αυτό σημαίνει ότι χρησιμοποιείτε 5% περισσότερα καύσιμα με αποτέλεσμα περισσότερη μόλυνση του αέρα και αέρια του θερμοκηπίου.

Αν σέβεστε τα όρια ταχύτητας εξοικονομείτε καύσιμα, παράγετε λιγότερο καυσαέριο και έχετε πιο ασφαλές ταξίδι!

## Βιοποικιλότητα



*Ο κόσμος έχει να αντιμετωπίσει μια άνευ προηγουμένου απώλεια βιοποικιλότητας. Μαζί με τις κλιματικές αλλαγές, αποτελεί ένα από τα μεγαλύτερα προβλήματα του πλανήτη.*

Βιοποικιλότητα σημαίνει όλο το εύρος ζωής στη γη – φυτά, ζώα, πουλιά, δάση, ωκεανοί, ποτάμια και χωράφια. Μας παρέχει τροφή, καθαρό αέρα και νερό και πολλά άλλα πράγματα που θεωρούμε δεδομένα. Μπορείτε να φανταστείτε τη ζωή μας χωρίς μια βόλτα στο δάσος, χωρίς το κελήδισμα των πουλιών ή τα φυτά γύρω μας; Θα υπήρχε ένα γυμνό τοπίο. Πιθανώς θα έχετε διαβάσει για τις καταστροφές που απειλούν τα τροπικά δάση του Αμαζονίου ή τα φυσικά περιβάλλοντα των ζώων στην Αφρική, η βιοποικιλότητα όμως χάνεται και στην Ευρώπη. Υπολογίζεται ότι ο ρυθμός με τον οποίο εξαφανίζονται πλέον τα είδη των ζώων είναι 1.000 με 10.000 φορές μεγαλύτερος από τον φυσικό ρυθμό. Αν δεν δράσουμε τώρα, θα φτάσουμε κάποια στιγμή

σε ένα σημείο χωρίς επιστροφή. Στην Ευρώπη έχουμε υπέροχα τοπία, από τα βουνά των Άλπεων μέχρι τα δάση και τους υγρότοπους. Όλα αυτά είναι το σπίτι διαφορετικών ειδών άγριας ζωής. Ήδη απειλούνται πολλά ζώα, πουλιά και φυτά, ενώ κάποια από αυτά έχουν εξαφανιστεί.

**Όταν ένα είδος εξαφανίζεται δεν θα ξαναεμφανιστεί**

Η Ευρώπη είναι το σπίτι περίπου 200.000 ειδών φυτών και ζώων. Ωστόσο, 335 σπονδυλωτά είδη απειλούνται με εξαφάνιση συμπεριλαμβανομένου του ιβηρικού λύγκα (Iberian lynx), της καφέ αρκούδας και όλων των θαλάσσιων θηλαστικών. Υπό απειλή εξαφάνισης βρίσκεται επίσης το 43% των ειδών των πτηνών, το 45% των ειδών πεταλούδας, το 30% των αμφιβίων, το 45% των ερπετών και το 52% των ψαριών. Στην Ευρώπη κινδυνεύουν περίπου 800 είδη φυτών, τα οποία θα μπορούσαν να αποτελέσουν τη βάση για νέα φάρμακα και θεραπείες. Αν όμως εξαφανιστούν δε θα μάθουμε ποτέ πόσο χρήσιμα θα μπορούσαν να μας είχαν φανεί.

**Γιατί συμβαίνει αυτό;**

Για την απώλεια της βιοποικιλότητας ευθύνεται η καταστροφή των φυσικών βιοτόπων λόγω εντατικής καλλιέργειας και κατασκευής, μόλυνσης, υπερεκμετάλλευσης των δασών, ωκεανών, ποταμιών, λιμνών και εδάφους, καθώς και λόγω των κλιματικών αλλαγών.

- Μην καίτε τα σκουπίδια στην αυλή – σε πολλές περιοχές αυτό είναι παράνομο – και μην ανάβετε μεγάλες φωτιές στην ύπαιθρο. Ο καπνός από αυτές τις φωτιές μολύνει τον αέρα και περιέχει πολύ τοξικές ουσίες που ονομάζονται διοξίνες.

**Να τρώτε τοπικά και εποχιακά προϊόντα**

Φράουλες και ροδάκινα το Δεκέμβριο; Μπορεί να είστε συνηθισμένοι να τρώτε τα αγαπημένα σας φρούτα όλο το χρόνο αλλά 25 χρόνια πριν θα μπορούσατε να τα φάτε μόνο το καλοκαίρι όταν δηλαδή ήταν η εποχή τους – ρωτήστε αν θέλετε και τη γιαγιά σας! Η μεταφορά των τροφών είναι ένα φλέγον ζήτημα – όταν αυτό γίνεται με αεροπλάνο από τη μια άκρη του κόσμου στην άλλη ρυπαίνεται ο αέρας και δημιουργούνται 200 με 400 φορές περισσότερα αέρια του θερμοκηπίου από τη μεταφορά του με φορτηγό σε απόσταση 50 χλμ. Καλό είναι να τρώτε τα προϊόντα της περιοχής σας και μάλιστα όταν είναι η εποχή τους.

**Διακοπές που βοηθούν**

Γνωρίζετε ότι οι διεθνείς πτήσεις έχουν αυξηθεί κατά 50% από το 1990; Με τα χαμηλά αεροπορικά εισιτήρια έχει γίνει πολύ εύκολο ένα διήμερο σε μια άλλη ευρωπαϊκή πόλη ή ένα ταξίδι σε μια παραλία στο εξωτερικό. Είτε όμως έχετε εισιτήριο προσφοράς είτε εισιτήριο πρώτης θέσης, το αεροπλάνο προκαλεί ρύπανση του αέρα και αέρια του θερμοκηπίου. Γιατί να μην ανακαλύψετε μια καινούργια περιοχή



στη χώρα σας ή να ταξιδέψετε στην Ευρώπη με τρένο; Σίγουρα φτάνεις πιο αργά στον προορισμό σου αλλά βλέπεις περισσότερα τοπία από το παράθυρο και έχεις το χρόνο να μιλήσεις με νέα και ενδιαφέροντα άτομα στη διαδρομή. ■

Για περισσότερες πληροφορίες, δείτε τα εξής:



<http://ec.europa.eu/environment/air/index.htm>

<http://www.greenfacts.org>

<http://www.minenv.gr>



### Γιατί έχει τόσο σημασία;



Η απώλεια της βιοποικιλότητας δεν έχει σχέση μόνο με την εξαφάνιση των όμορφων τοπίων, των ζώων, των πουλιών και των φυτών. Είναι σημαντική και για την οικονομική ευημερία, την ασφάλεια, την υγεία και άλλες πλευρές της καθημερινότητάς μας. Η απώλεια της βιοποικιλότητας ήδη υπονομεύει και απειλεί να εκτροχιάσει τις προσπάθειες για τη βελτίωση της οικονομικής, κοινωνικής και περιβαλλοντικής ευημερίας στην ΕΕ, αλλά και παγκοσμίως.

Για παράδειγμα, η παγκόσμια βιοποικιλότητα παρέχει πάνω από το 25% των φαρμάκων μας. Στις αναπτυσσόμενες χώρες, οι φτωχότεροι είναι αυτοί που βασίζονται περισσότερο στη φύση

– για τροφή, καθαρό νερό, ξύλα για φωτιά, και για τα αναγκαία για τη συντήρησή τους.

Η προστασία της βιοποικιλότητας μπορεί να βοηθήσει στη μείωση των επιπτώσεων που έχουν οι κλιματικές αλλαγές. Για παράδειγμα, τα υγιή οικοσυστήματα μπορούν να βοηθήσουν στον περιορισμό των ατμοσφαιρικών αερίων του θερμοκηπίου επειδή τα δάση και τα άλλα φυσικά περιβάλλοντα αποθηκεύουν διοξείδιο του άνθρακα. Τα υγιή οικοσυστήματα μπορούν επίσης να αποτελέσουν προστατευτική ασπίδα από τους φυσικούς κινδύνους που επιδεινώνονται από τις κλιματικές αλλαγές. Για παράδειγμα, οι παράκτιοι υγρότοποι σε υγιή οικοσυστήματα μπορούν να βελτιώσουν την προστασία από τα ξαφνικά τεράστια κύματα που προκαλούνται από τυφώνες ενώ οι λεκάνες απορροής και τα οικοσυστήματα πλημμυρο – πεδιάδων μπορούν να μειώσουν τις πλημμύρες των ποταμών.

#### Αυτό το γνωρίζετε;

*Αν και τα 6 δισεκατομμύρια του παγκόσμιου πληθυσμού ζούσαν και κατανάλωναν όπως οι Ευρωπαίοι, θα χρειαζόμασταν τρεις φορές συντηρήσει.*

### Τι κάνει η ΕΕ για να σταματήσει την απώλεια βιοποικιλότητας;

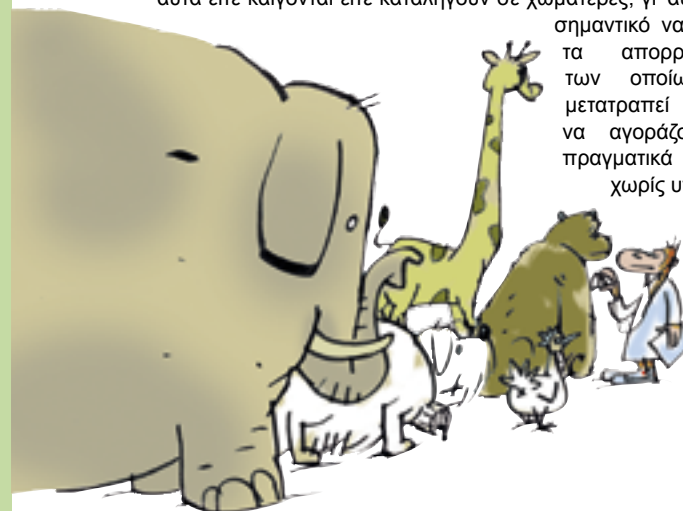
Η ΕΕ έχει λάβει πολλά μέτρα για την προστασία της βιοποικιλότητας σε όλες τις χώρες μέλη της. Οι παγκόσμιοι ηγέτες έχουν δεσμευτεί για τη σημαντική μείωση του ρυθμού απώλειας της βιοποικιλότητας μέχρι το 2010 – ωστόσο η ΕΕ επιθυμεί να **σταματήσει** την απώλεια μέχρι τότε. Στα πλαίσια της προαναφερόμενης δέσμευσης, προστατεύει ολόκληρα οικοσυστήματα και φυσικά περιβάλλοντα σε περισσότερες από 25.000 περιοχές σε όλη την Ευρώπη μέσω του δικτύου Natura 2000. Αυτές οι περιοχές ισοδυναμούν με μια έκταση μεγαλύτερη από τη Γερμανία και αν επεκταθεί θα ξεπεράσει και το μέγεθος της Γαλλίας.

Βασιζόμαστε επίσης στις θάλασσες για την επιβίωσή μας αλλά η κατάσταση του θαλάσσιου περιβάλλοντος επιδεινώνεται τόσο γρήγορα που χρειάζεται να βρούμε καλύτερους τρόπους για τη διαχείρισή του. Η ΕΕ είναι αποφασισμένη να προστατεύσει τις θάλασσές μας και έχει αναπτύξει μια στρατηγική για τη συντήρηση του θαλάσσιου περιβάλλοντος.

### Πώς μπορείτε να βοηθήσετε;

Υπάρχουν πολλά πράγματα που μπορεί να κάνει ο καθένας μας για να βοηθήσει σε όποια χώρα της ΕΕ κι αν βρίσκεται:

- Μπορείτε να επισκεφθείτε την κοντινότερη περιοχή του δικτύου Natura 2000 και να μάθετε για τη βιοποικιλότητα στην Ευρώπη.
- Μπορείτε να βοηθήσετε εθελοντικά σε μία περιοχή προστασίας της φύσης στην περιοχή σας. Οι φύλακες αυτών των περιοχών ψάχνουν πάντα εθελοντές που θα τους βοηθήσουν να τις διαχειριστούν.
- Αν έχετε κήπο μπορείτε να φυτέψετε λουλούδια ή να δημιουργήσετε μια μικρή φυσική λιμνούλα. Ακόμη και αν δεν έχετε κήπο, μπορείτε να τοποθετήσετε ωραίες ζαρντινιέρες στα παράθυρά σας και να δημιουργήσετε έτσι μια όαση για τα πουλιά και τα έντομα που ζουν εκεί.
- Στην ΕΕ παράγουμε 537 κιλά απορριμμάτων ανά άτομο το χρόνο. Πολλά από αυτά είτε καίγονται είτε καταλήγουν σε χωματερές, γι' αυτό και είναι τόσο σημαντικό να ανακυκλώνουμε τα απορρίμματα, μέρος των οποίων μπορεί να μετατραπεί σε λίπασμα, και να αγοράζουμε μόνο ό,τι πραγματικά χρειαζόμαστε χωρίς υπερβολές. ■



Για περισσότερες πληροφορίες: <http://www.greenfacts.org/biodiversity>

<http://www.countdown2010.net>  
<http://ec.europa.eu/environment>  
<http://www.panda.org>  
<http://www.minenv.gr>





## Μείωση, επαναχρησιμοποίηση, ανακύκλωση

### Τι σπατάλη!

Σκεφτήκατε ποτέ τι απογίνονται τα σκουπίδια που πετάτε στο καλάθι των αχρήστων; Τα περισσότερα από αυτά είτε καίγονται σε καυστήρες είτε θάβονται σε μεγάλες λακκούβες στο χώμα που ονομάζονται χωματερές. Κάτι τέτοιο όμως είναι βλαβερό για το περιβάλλον. Η χωματερή, που είναι και ο πιο συνηθισμένος τρόπος απόρριψης των απορριμμάτων, όχι απλά καταλαμβάνει όλο και περισσότερο πολύτιμο χώρο αλλά και προκαλεί τη μόλυνση του αέρα, του νερού και του εδάφους, απελευθερώνει στην ατμόσφαιρα διοξείδιο του άνθρακα (CO<sub>2</sub>) και μεθάνιο (CH<sub>4</sub>) ενώ μολύνει με χημικά τη γη και τα υπόγεια νερά. Αυτό όμως είναι με τη σειρά του βλαβερό για την υγεία του ανθρώπου αλλά και των ζώων και φυτών και επίσης συμβάλλει αρνητικά στις κλιματικές αλλαγές.

Τα απορρίμματα προκαλούν επίσης απώλεια των πόρων: αν ανακυκλώνουμε τα υλικά, δε χρειάζεται να τα παίρνουμε από τη φύση και να τα επεξεργαστούμε με τρόπους που συχνά μολύνουν το περιβάλλον.

Κάθε χρόνο μόνο στην ΕΕ πετούμε περισσότερους από 1,3 δισεκατομμύρια τόνους απορριμμάτων - περίπου οι 40 εκατομμύρια τόνοι από αυτά είναι επικίνδυνα. Αν εδώ προσθέσουμε άλλα 700 εκατομμύρια τόνους γεωργικών απορριμμάτων θα διαπιστώσουμε ότι η επεξεργασία και απόρριψη όλων αυτών των σκουπιδιών - χωρίς να βλάψουμε το περιβάλλον - είναι πολύ δύσκολη υπόθεση.

Και μάλιστα τα πράγματα μπορεί να γίνουν ακόμη χειρότερα. Μέχρι το 2020, υπολογίζεται ότι τα απορρίμματα από νοικοκυριά μπορεί να είναι κατά 45% περισσότερα από ότι ήταν το 1995. Πρέπει όλοι να μειώσουμε, να επαναχρησιμοποιούμε και να ανακυκλώνουμε τα προϊόντα που αγοράζουμε.

### Σκεφτείτε προτού αγοράσετε

Πόσο χαρτί συσκευασίας πρέπει να σκίσετε απλά για να ανοίξετε κάτι που έχετε αγοράσει; Το 50% των σκουπιδιών που πετάμε στα καλάθια αχρήστων προέρχεται από το χαρτί συσκευασίας και κάθε χρόνο οι Ευρωπαίοι παράγουν τέτοια απορρίμματα ίσα με το βάρος 4.000 Πύργων του Αιφελ.



### Αυτό το γνωρίζετε;

*Κάθε Ευρωπαίος παράγει, κατά μέσο όρο, 1,5 κιλό απορριμμάτων την ημέρα. Αυτό σημαίνει 10 κιλά την εβδομάδα!*



Στο Ηνωμένο Βασίλειο, μια ένωση ηλικιωμένων κυριών αποφάσισε να διαμαρτυρηθεί πετώντας τις συσκευασίες που περίσσευαν μέσα σε σουπερ μάρκετ. Δε χρειάζεται όμως να διαδηλώσετε για να μειώσετε την ποσότητα των απορριμμάτων που παράγετε, μπορείτε απλά να σκέφτεστε προτού αγοράσετε.

### Τι μπορείτε να κάνετε

Η μείωση των απορριμμάτων δε σημαίνει ότι στερούμαστε κάτι, απλά σημαίνει ότι κάνουμε έξυπνες αγορές. Να αγοράζετε μόνο ό, τι χρειάζεστε. Πόσα από τα τρόφιμα που αγοράζετε καταλήγουν τελικά στα σκουπίδια, μόνο και μόνο επειδή αγοράσατε τόσο πολλά στο σουπερ μάρκετ που δεν προλάβετε να τα καταναλώσετε πριν από την ημερομηνία λήξης τους;

Μερικές φορές δεν αξίζει πραγματικά να ξοδεύουμε τόσα χρήματα: το καλά φιλτραρισμένο νερό της βρύσης είναι εξίσου καλό με το εμφιαλωμένο. Δε μεταφέρεται σε φορητά που καίνε καύσιμα και φυσικά δεν είναι συσκευασμένο. Και όταν αγοράζετε προϊόντα να προτιμάτε αυτά που είναι φιλικά προς το περιβάλλον:

- Τα προϊόντα με την ετικέτα eco είναι πηγή πολύ λιγότερων απορριμμάτων και μόλυνσης από άλλα προϊόντα.
- Να αποφεύγετε τα συσκευασμένα φρούτα και λαχανικά, μη βάζετε τις μπανάνες σε πλαστική σακούλα πριν τις πάτε στο ταμείο για να πληρώσετε.
- Ελέγξτε ποια είναι η ημερομηνία λήξης του προϊόντος που θέλετε να αγοράσετε και προτιμήστε αυτό με την πιο μακρινή ημερομηνία.

### Σκεφτείτε προτού εκτυπώσετε!

Γνωρίζετε ότι ο μέσος Ευρωπαίος πολίτης χρησιμοποιεί 20 κιλά χαρτί το μήνα; Υπάρχει πράγματι ανάγκη να εκτυπώνετε ένα έγγραφο ή ένα ηλεκτρονικό μήνυμα; Όταν εξοικονομείτε χαρτί, εξοικονομείτε ενέργεια και χρήματα και όταν μειώνετε τη ζήτηση χαρτιού βοηθάτε την προστασία των δασών και των φυσικών βιοτόπων των ζώων.

### Αρνηθείτε την ανεπιθύμητη αλληλογραφία

Μπορείτε να πάρετε αυτοκόλλητα για το γραμματοκιβώτιό σας που θα δηλώνουν ότι αρνείστε την ανεπιθύμητη αλληλογραφία. Μπορείτε να τα βρείτε σε καταστήματα και σε ορισμένες χώρες παρέχονται από το τοπικό συμβούλιο.

*Μέχρι το 2020, υπολογίζεται ότι ο κάθε ένας από εμάς μπορεί να παράγει 45% περισσότερα απορρίμματα από ότι παράγαμε το 1995.*



### Μην το πετάτε – χρησιμοποιήστε το πάλι

Όταν είστε στο σούπερ μάρκετ, παίρνετε την πλαστική σακούλα χωρίς να το σκεφτείτε; Υπολογίζεται ότι χρησιμοποιούνται περίπου 750 δισεκατομμύρια πλαστικές σακούλες παγκοσμίως κάθε χρόνο και οι περισσότερες από αυτές καταλήγουν σε χωματερές.

Πόσος χρόνος χρειάζεται για την αποσύνθεση μιας πλαστικής σακούλας; 50 χρόνια; 100 χρόνια; Ή μήπως 200 χρόνια; Η απάντηση είναι περισσότερο από 200 χρόνια. Οι πλαστικές σακούλες δεν είναι βιοδιασπώμενες, και η φύση χρειάζεται πολύ χρόνο για να τις αποσυνθέσει. Όχι μόνο αποσυντίθενται δύσκολα αλλά και μόλις πεταχθούν στη θάλασσα σκοτώνουν τις θαλάσσιες χελώνες, οι οποίες τις καταπίνουν νομίζοντας ότι είναι μέδουσες.

Αγοράστε μια βαμβακερή ή μια ψάθινη τσάντα που μπορεί να ξαναχρησιμοποιηθεί ή χρησιμοποιήστε ένα σακίδιο για να μεταφέρετε τα προϊόντα.

Σε μερικά σούπερ μάρκετ πωλούνται τσάντες που μπορούν να χρησιμοποιηθούν πολλές φορές και όταν τελικά φθαρούν μπορούν να ανακυκλωθούν και να γίνουν έπιπλα!

### Άλλοι τρόποι επαναχρησιμοποίησης προϊόντων

- Ανακαινίστε – δώστε στον καναπέ σας μια νέα μοντέρνα όψη αντί να αγοράσετε καινούργιο
- Επιδιορθώστε – βάλτε καινούργια τακούνια στα παπούτσια σας για να διατηρηθούν περισσότερο καιρό
- Βρείτε νέα χρήση – χρησιμοποιήστε πλαστικά δοχεία για αποθήκευση ή χρησιμοποιήστε παλιά φύλλα για πρόχειρο χαρτί
- Μην πετάτε ρούχα, βιβλία, παιχνίδια, CD που δε χρησιμοποιείτε – δώστε τα σε φιλανθρωπικά ιδρύματα ή φίλους, ή κερδίστε χρήματα πουλώντας τα σε δημοπρασίες στο διαδίκτυο
- Χρησιμοποιείτε επαναφορτιζόμενες μπαταρίες
- Τα παλιά γυαλιά μπορούν συχνά να χρησιμοποιηθούν από φιλανθρωπικά ιδρύματα που τα διανέμουν σε αναπτυσσόμενες χώρες

Για περισσότερες συμβουλές επισκεφθείτε τον δικτυακό τόπο των Φίλων της Γης στο [http://www.foe.co.uk/living/poundsavers/top\\_tips\\_waste.html](http://www.foe.co.uk/living/poundsavers/top_tips_waste.html)  
<http://www.oikologos.gr> - <http://www.ecogreens.gr>

### Ανακύκλωση



Πόσο συχνά πετάτε πράγματα; Η χθεσινή εφημερίδα, τα άδεια μπουκάλια και κουτιά αναψυκτικών μπορούν να επαναχρησιμοποιηθούν ή να ανακυκλωθούν ώστε να μειωθούν

οι τεράστιοι σωροί απορριμμάτων που υπάρχουν στον κόσμο.



Ανακύκλωση είναι η επεξεργασία των απορριμμάτων ώστε να ξαναγίνουν πρώτη ύλη και να χρησιμοποιηθούν για την παραγωγή καινούργιων προϊόντων.

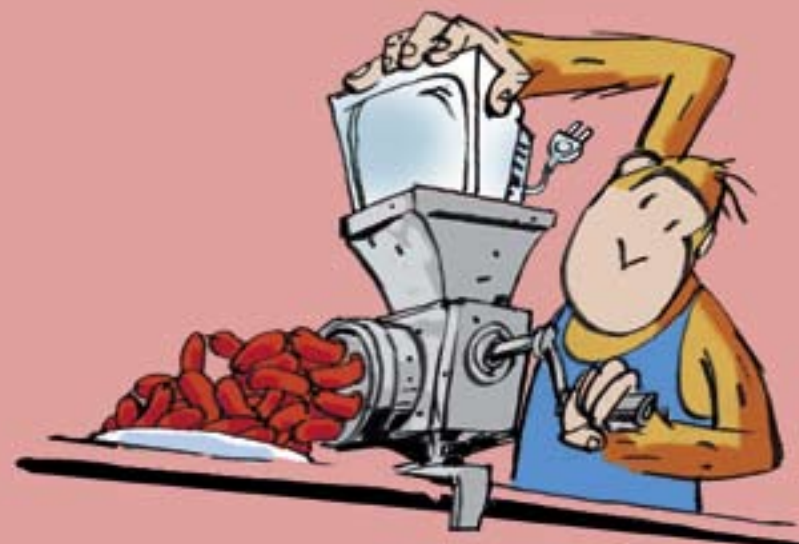
Υπάρχουν πολλών διαφορετικών ειδών «σκουπίδια» για ανακύκλωση – χαρτί, χαρτόνι, ξύλο, αλουμίνιο, πλαστικά και γυάλινα μπουκάλια και βάζα, ηλεκτρικός εξοπλισμός, υπολογιστές και μπαταρίες. Η ανακύκλωση ενός κουτιού αναψυκτικού καταναλώνει δέκα φορές λιγότερη ενέργεια από την παραγωγή ενός καινούργιου και τα εργοστάσια χρησιμοποιούν πολύ λιγότερη ενέργεια όταν κατασκευάζουν χαρτί από παλιές εφημερίδες παρά από χαρτοπολλά.

Είναι πολύ πιθανό να υπάρχουν κάδοι ανακύκλωσης στη γειτονιά σας – μην τους αγνοήσετε, χρησιμοποιήστε τους. ■



### Αυτό το γνωρίζετε;

Με την ανακύκλωση ενός αλουμινένιου κουτιού από αναψυκτικό εξοικονομείτε τόση ενέργεια όση θα χρειαζόταν η λειτουργία ενός υπολογιστή για δέκα ώρες.



Για περισσότερες πληροφορίες:



<http://www.anakyklosi.idx.gr>  
<http://www.ecorec.gr>

## «Τεχνολογικά» απορρίμματα

Όταν έρχεται μια νέα συσκευή στην αγορά, πετάμε την προηγούμενη γιατί τη θεωρούμε πλέον ξεπερασμένη. Αυτός ο ατελείωτος σωρός από παλιούς υπολογιστές, τηλεοράσεις και τοστιέρες είναι τα λεγόμενα ηλεκτρονικά ή «τεχνολογικά» απορρίμματα. Πρόκειται για την πιο γρήγορα αναπτυσσόμενη μορφή απορριμμάτων σε ολόκληρο τον δυτικό κόσμο. Στην ΕΕ παράγονται 20 κιλά τέτοιων απορριμμάτων ανά άτομο το χρόνο. Αυτά τα σκουπίδια περιέχουν ουσίες όπως βαριά μέταλλα και χημικά που μπορεί να είναι εξαιρετικά βλαβερά για την ανθρώπινη υγεία αν δεν απορρίπτονται με προσοχή.



## Τι μπορείτε λοιπόν να κάνετε με τα ηλεκτρονικά απορρίμματα;

Κάποια φιλανθρωπικά ιδρύματα παίρνουν παλιούς υπολογιστές και κινητά τηλέφωνα και τα ανακυκλώνουν για να χρησιμοποιηθούν στον αναπτυσσόμενο κόσμο, αλλά είναι ακόμη πιο σημαντικό να σκεφτούμε αν όντως χρειαζόμαστε το κινητό τελευταίας τεχνολογίας προτού ακόμη το αγοράσουμε. Ή μήπως είναι πιο πολύ της μόδας να κρατήσουμε το παλιό; Οι Ιάπωνες μάλλον συμμαρίζονται αυτή την άποψη – τα τεράστια παλιά κινητά τηλέφωνα αποτελούν πλέον απαραίτητο αξεσουάρ!

Αν πρέπει να αγοράσετε μια καινούργια συσκευή, τότε μπορείτε σύμφωνα με τους νόμους της ΕΕ να δώσετε τον παλιό ηλεκτρικό και ηλεκτρονικό εξοπλισμό στο κατάστημα για ανακύκλωση όταν αγοράσετε το νέο προϊόν. ■

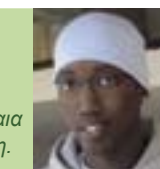


«Αν μια συσκευή λειτουργεί ακόμη, την πουλάω είτε μέσω διαδικτύου είτε σε κάποιο μαγαζί με μεταχειρισμένα αντικείμενα. Έτσι βοηθάω στην προστασία του περιβάλλοντος και παράλληλα βγάζω χρήματα! Αν έχει χαλάσει, την πετάω.»

- Gregory, 20

«Δίνω το παλιό μου κινητό στον μικρό μου αδελφό, αν βέβαια λειτουργεί ακόμη. Αν έχει χαλάσει, το πηγαίνω στο κέντρο ανακύκλωσης. Δεν πετάω ποτέ στα σκουπίδια αυτές τις συσκευές, προσπαθώ πάντα να τις ανακυκλώνω.»

- Jobert, 20



Για περισσότερες πληροφορίες:

[http://ec.europa.eu/environment/waste/weee\\_index.htm](http://ec.europa.eu/environment/waste/weee_index.htm)



## Έρευνα

Η λέξη «έρευνα» φέρνει στο μυαλό πολλών την εικόνα τρελών επιστημόνων με λευκές στολές, που δουλεύουν όλη μέρα στο εργαστήριο χωρίς καμία σχέση με τον έξω κόσμο. Κάτι τέτοιο βέβαια απέχει πολύ από την πραγματικότητα, όταν αναφερόμαστε στα προγράμματα έρευνας και ανάπτυξης που χρηματοδοτούνται από την Ευρωπαϊκή Ένωση.

Όπως θα δείτε στις σελίδες που ακολουθούν, η έρευνα που χρηματοδοτείται από την ΕΕ έχει άμεσα και πρακτικά αποτελέσματα. Τα έργα που περιγράφονται έχουν ως αποτέλεσμα βελτιωμένα καταναλωτικά προϊόντα και νέες πρακτικές και κανονισμούς για τις εταιρίες. Τα αποτελέσματα είναι επίσης μακροπρόθεσμα καθώς μας βοηθούν να κατανοήσουμε ορισμένα σημαντικά ζητήματα – αυτό αποτελεί τη βάση για τη μελλοντική βελτίωση της ασφάλειας, της παραγωγικότητας, της περιβαλλοντικής προστασίας και της υγείας.

Αυτά τα έργα επιλέχθηκαν για να χρηματοδοτηθούν από την ΕΕ γιατί προορίζονται για να ωφελήσουν την Ευρώπη στο σύνολο της.



**Janez Potočnik**, Ευρωπαίος Επίτροπος για την Επιστήμη και την Έρευνα

**Ποιο είναι το μεγαλύτερο επίτευγμα της Γενικής Διεύθυνσης τα τελευταία 20 χρόνια;**

Η έρευνα καλύπτει τόσο μεγάλο εύρος πεδίων που θα ήταν αδύνατο να αναφερθεί μία μόνο επιτυχία έναντι των άλλων. Τα έργα που χρηματοδοτήθηκαν από την Ευρώπη έχουν βοηθήσει για την εξέλιξη των κινητών τηλεφώνων που χρησιμοποιείτε, για πιο ασφαλή και αποτελεσματική ενέργεια, για εργαλεία που κάνουν τις ζωές των άρρωστων, ηλικιωμένων και ανάπηρων πιο άνετες. Η έρευνα συμβάλλει στη βελτίωση της καθημερινότητάς μας.

Έτσι, αν πρέπει να αναφέρω ένα μόνο πράγμα, θεωρώ ότι το μεγαλύτερο επίτευγμά μας έγκειται στη συνεργασία πολλών ανθρώπων μεταξύ τους. Για περισσότερα από 20 χρόνια, φέρνουμε κοντά ανθρώπους από όλη την Ευρώπη – και όχι μόνο – και τους ενθαρρύνουμε να μοιραστούν ο ένας με τον άλλο ιδέες και δεξιότητες.

**Ποιες είναι σημαντικότερες προκλήσεις για τα επόμενα 10 χρόνια;**

Σίγουρα θα έχετε ακούσει τη λέξη «παγκοσμιοποίηση». Σημαίνει ότι τα πάντα είναι αλληλοσυνδεδεμένα, ο κόσμος είναι μικρότερος και όλα κινούνται γρηγορότερα.

Προτεραιότητα πρέπει να είναι στόχοι όπως οικονομική ανάπτυξη, μείωση της ανεργίας, καταπολέμηση των κλιματολογικών αλλαγών, παροχή σε όλους (νέους ή γέρους) μιας αξιοπρεπούς θέσης στην κοινωνία. Πρέπει όλοι να προσπαθήσουμε σκληρά για τη βελτίωση της ποιότητας ζωής με την ευρύτερη έννοια της λέξης.

Η Ευρώπη δε μπορεί και δεν θέλει να πληρώνει τους ανθρώπους λιγότερο και να ανταγωνίζεται σε χαμηλούς μισθούς ή εις βάρος του περιβάλλοντος. Έτσι, κατά τη γνώμη μου, η πιο σημαντική πρόκληση για τα χρόνια που έρχονται είναι να γινούμε περισσότερο και να γινόμαστε καλύτεροι. Ας γίνουμε δημιουργικοί και ας χρησιμοποιήσουμε το μυαλό μας! Ο ανθρώπινος νους έχει μεγάλες δυνατότητες και πρέπει να τις απελευθερώσει. ■



## Ένα δίκτυο για ασφάλεια στο δρόμο








Το 2004 σκοτώθηκαν πάνω από 40,000 άνθρωποι στην Ευρωπαϊκή Ένωση και τραυματίστηκαν πάνω από 1,7 εκατομμύρια. Αυτοί οι αριθμοί έχουν κινητοποιήσει τη δημιουργία του Ευρωπαϊκού Δικτύου Παθητικής Ασφάλειας Οχημάτων (European Vehicle Passive Safety Network), μια ένωση περισσότερων από 50 κατασκευαστών, προμηθευτών, ερευνητικών κέντρων και πανεπιστημίων που αναζητούν λύσεις στα προβλήματα οδικής ασφάλειας.



Το οδικό δίκτυο είναι ο λιγότερο ασφαλής τρόπος μετακίνησης στην Ευρωπαϊκή Ένωση.

## Ποσοστά θανάτων ανά μέσο μεταφοράς

	0,04
	0,07
	0,10
	1,00
	20,00

## Κατασκευή ασφαλέστερων αυτοκινήτων

Μέρος της λύσης είναι ο σχεδιασμός αυτοκινήτων ώστε να προστατεύονται οι κάτοχοί τους όταν συμβαίνει ένα ατύχημα, μια αρχή που είναι γνωστή ως **παθητική ασφάλεια**. Για παράδειγμα, οι ζώνες ασφαλείας και οι αερόσακοι προστατεύουν τους επιβάτες, ενώ ο προσεκτικός σχεδιασμός του μπροστινού τμήματος του αυτοκινήτου μπορεί να μειώσει τον τραυματισμό των πεζών. Ωστόσο, η έρευνα για την ασφάλεια είναι ακριβή και το να αντιγράψει ο ένας κατασκευαστής τον ανταγωνιστή του για την επίλυση παρόμοιων προβλημάτων είναι κάτι που δεν τον πειράζει και πολύ.

Για το λόγο αυτό οι αυτοκινητοβιομηχανίες δημιούργησαν το Ευρωπαϊκό Δίκτυο Παθητικής Ασφάλειας Οχημάτων (EVPSN), το οποίο τώρα περιλαμβάνει περισσότερα από 50 μέλη από 15 χώρες, συμπεριλαμβανομένων πολλών εκτός ΕΕ. Εκτός από τα ερευνητικά κέντρα, τα πανεπιστήμια και τους προμηθευτές, το δίκτυο αυτό περιλαμβάνει πλέον κατασκευαστές αυτοκινήτων όπως οι εταιρίες DaimlerChrysler, Fiat, Ford, Peugeot, Renault, Skoda και Volkswagen.

Ένα από τα έργα που σχεδιάστηκαν περιλαμβάνει ένα ιδιαίτερα τεχνικά πολύπλοκο ομοίωμα που ονομάζεται THOR-FT. Το ομοίωμα αυτό παρέχει πολύ

περισσότερες πληροφορίες σχετικά με τον τρόπο αντίδρασης του επιβάτη στο αυτοκίνητο. Τα ανδρείκελα μπορούν να χρησιμοποιηθούν για τη δοκιμή αερόσακων καθώς και άλλων συστημάτων, όπως ζώνες ασφαλείας.

## Κατανοώντας τη δυναμική των ατυχημάτων

Άλλα έργα που έχουν ολοκληρωθεί πρόσφατα περιλαμβάνουν το Advance και το VITES, τα οποία δημιούργησαν εργαλεία προσομοίωσης οχημάτων ώστε να διερευνηθεί η συμπεριφορά των αυτοκινήτων σε ατυχήματα. Αντί για μια πραγματική σύγκρουση, βιώνετε την εμπειρία μιας ψηφιακής δοκιμής ώστε να μάθετε αρκετά πράγματα για το αυτοκίνητό σας και να προσπαθήσετε να το βελτιώσετε.

Άλλα έργα περιλαμβάνουν τον σχεδιασμό αυτοκινήτων με προτεραιότητα την ασφάλεια των παιδιών, μελετώντας την αποφυγή των τραυματισμών σε ατυχήματα, την ασφάλεια σε αστικά και υπεραστικά λεωφορεία, την υποδομή πεζοδρομίων και τα «έξυπνα» συστήματα συγκράτησης που λαμβάνουν υπόψη ότι οι άνθρωποι δεν κάθονται ακίνητοι μέσα στο αυτοκίνητο. ■



Για περαιτέρω πληροφορίες:



<http://ec.europa.eu/research/growth/gcc/projects/network.html>

## Η σημασία του ήλιου

Η ηλιακή ενέργεια είναι μια τεράστια και αναξιοποίητη πηγή ενέργειας που θα μπορούσε να καλύψει τις παγκόσμιες ανάγκες ενέργειας με την κατάλληλη και αποτελεσματική χρήση της. Οι τεχνολογικοί και οικονομικοί παράγοντες ωστόσο έχουν περιορίσει τις δυνατότητές της. Ομάδες από την Ευρώπη και το Ισραήλ έχουν εργαστεί από κοινού σε ένα έργο που έχει σημειώσει σημαντική πρόοδο για την αντιμετώπιση αυτών των προβλημάτων. Έχουν σχεδιάσει έναν πολύ μεγάλο ηλιακό παραβολικό συγκεντρωτικό συλλέκτη και έχουν κατασκευάσει και δοκιμάσει. Είναι πεπεισμένοι ότι τα νέα σχέδιά τους θα έχουν μεγάλη εμπορική απήχηση. Αυτό είναι κάτι που μάλλον θα αποδειχθεί στο μέλλον, ωστόσο τα πρώτα σημάδια είναι ιδιαίτερα ενθαρρυντικά.

«Η ηλιακή ενέργεια είναι η πηγή ενέργειας του μέλλοντος, όπως άλλωστε ήταν πάντα». Η εξέλιξη της έχει αναχαιτιστεί λόγω

Η ηλιακή ενέργεια είναι η πηγή ενέργειας του μέλλοντος, όπως άλλωστε ήταν πάντα.



## Ευρωπαϊκά Καταναλωτικά Κέντρα

Για να είναι σίγουρο ότι οι Ευρωπαίοι πολίτες γνωρίζουν τα δικαιώματά τους ως καταναλωτές, η ΕΕ δημιούργησε ένα δίκτυο Ευρωπαϊκών Καταναλωτικών Κέντρων (ECC) σε 27 ευρωπαϊκές χώρες. Αυτό το δίκτυο βοηθά τους καταναλωτές να κατανοήσουν καλύτερα πώς να κάνουν αγορές εκτός συνόρων και παρέχει συμβουλές αν αντιμετωπίσουν προβλήματα με πωλητές σε άλλη χώρα της ΕΕ, την Ισλανδία ή τη Νορβηγία.

### Ελληνικό Ευρωπαϊκό Κέντρο Καταναλωτή

Οι περισσότερες καταγγελίες αφορούν αγορές μέσω διαδικτύου, όπου συνήθως οι καταναλωτές δεν παραλαμβάνουν τα προϊόντα ή τους αποστέλλονται με μεγάλη καθυστέρηση. Άλλες καταγγελίες αφορούν ενοικιάσεις αυτοκινήτων. Σε αυτές τις περιπτώσεις οι καταναλωτές διαμαρτύρονται για επιπλέον και μη προβλεπόμενες χρεώσεις στις πιστωτικές τους κάρτες. Επίσης πολλές κατηγορίες υποβάλλονται κατά ξενοδοχείων σχετικά με προβλήματα χαμηλής ποιότητας υπηρεσιών, κλοπών και υπερχρεώσεων.

Όταν είναι εφικτό, τα κέντρα θα σας καθοδηγήσουν σε ειδικούς που θα μπορέσουν να λύσουν το πρόβλημά σας χωρίς να αναμιχθούν τα δικαστήρια. Οι σύμβουλοι των καταναλωτικών κέντρων μπορούν επίσης να βοηθήσουν στη μετάφραση των σχετικών εγγράφων και τη διευκρίνιση ερωτημάτων νομικής φύσεως σχετικά με τις εθνικές διαφορές στη νομοθεσία. Αν χρειαστεί, μπορούν να έλθουν απευθείας σε επαφή με τον εν λόγω έμπορο. ■

Απευθείας γραμμή για ερωτήσεις στην Ευρωπαϊκή Ένωση  
<http://europa.eu.int/europedirect>

Βρείτε το πιο κοντινό σας Ευρωπαϊκό Καταναλωτικό Κέντρο στο:



EUROPA – Consumer Affairs - Complaints  
[http://europa.eu.int/comm/consumers/redress/ecc\\_network/links\\_en.htm](http://europa.eu.int/comm/consumers/redress/ecc_network/links_en.htm)

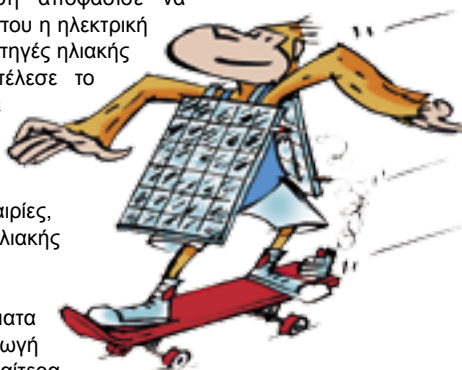
Για περισσότερες πληροφορίες:  
[http://europa.eu.int/comm/consumers/index\\_el.htm](http://europa.eu.int/comm/consumers/index_el.htm)  
<http://www.eccefpolis.gr>

*Τα περισσότερα επαναλαμβανόμενα προβλήματα που αντιμετωπίζουν τα Ευρωπαϊκά Καταναλωτικά Κέντρα έχουν σχέση με τα ταξίδια, τις αγορές μέσω διαδικτύου, τις εγγυήσεις, την αγορά αυτοκινήτων από το εξωτερικό και άλλες οικονομικές απάτες.*

τεχνολογικών ελλείψεων και αδυναμίας των κρατικών αρχών να απομακρυνθούν από φθηνές και εύκολες πηγές ενέργειας φυσικών καυσίμων. Ωστόσο, σε έναν κόσμο που ενημερώνεται όλο και περισσότερο για την περατότητα των φυσικών πηγών, οι συμπεριφορές αρχίζουν σταδιακά να αλλάζουν.

### Κοιτάζοντας στον καθρέπτη

Το 1998, η ισπανική κυβέρνηση αποφάσισε να καταβάλει αμοιβή σε περιπτώσεις που η ηλεκτρική ενέργεια παράγεται από βιώσιμες πηγές ηλιακής ενέργειας. Η αμοιβή αυτή αποτέλεσε το κίνητρο για ορισμένες εταιρίες ώστε να διερευνήσουν εξονυχιστικά τις δυνατότητες αξιοποίησης της ηλιακής ενέργειας. Ανάμεσα σε αυτές, ήταν δύο ισπανικές εταιρίες, πρωτοπόρες στην τεχνολογία της ηλιακής ενέργειας.



Υπολόγισαν λοιπόν όλα τα συστήματα που ήταν διαθέσιμα για την παραγωγή ενέργειας από ηλιακές πηγές, ιδιαίτερα όσα βασίζονται σε τεχνικές με παραβολικούς καθρέπτες. Το αποτέλεσμα ήταν μάλλον αποκαρδιωτικό. Ακόμη και οι καλύτερες τεχνολογίες ήταν ασύμφωρες οικονομικά, ακόμη και μαζί με την αμοιβή. Τα έξοδα κατασκευής, συντήρησης και λειτουργίας τους ήταν ιδιαίτερα υψηλά.

Το οικονομικό χάσμα οδήγησε αυτές τις εταιρίες και τους συνεργάτες τους απ' όλη την Ευρώπη να αναπτύξουν μια πρόταση για ένα έργο χρηματοδοτούμενο από την ΕΕ, με το όνομα "Eurotrough". Στόχος ήταν ο σχεδιασμός και η κατασκευή πολύ φθηνότερων συστημάτων συγκέντρωσης ηλιακής ενέργειας. Ακόμη και αν αυτά τα συστήματα δε μπορούν να ανταγωνιστούν απευθείας με συστήματα παραγωγής ηλεκτρικής ενέργειας από φυσικά καύσιμα, τα αποτελέσματα της συνεργασίας με παραβολικούς καθρέπτες και σωλήνες με μήκος μεγαλύτερο από εκατό μέτρα, είναι ιδιαίτερα εντυπωσιακά, και η ηλεκτρική ενέργεια υπολογίζεται για πρώτη φορά σε MW αντί για kW.

Και η δουλειά συνεχίζεται... ■

Για περισσότερες πληροφορίες: <http://www.psa.es/webeng/instalaciones/parabolicos.html>



## Πώς να διαμαρτυρηθείτε

Μη φοβηθείτε να διαμαρτυρηθείτε!

*Σας έχουν ποτέ εξαπατήσει; Δεν είστε μόνοι σας. Καθημερινά οι καταναλωτές αντιμετωπίζουν προβλήματα με προϊόντα και υπηρεσίες που δε μπορούν πλέον να ανεχθούν. Ορθώστε το ανάστημά σας και διαμαρτυρηθείτε!*

### Επιστροφή του προϊόντος

Αν είστε δυσαρεστημένοι με κάτι που έχετε αγοράσει επιστρέψτε το στο κατάστημα. Πείτε τους ποιο είναι το πρόβλημα, και τι θα θέλατε να γίνει. Ζητήστε το όνομα του υπαλλήλου που σας εξυπηρέτησε σε περίπτωση που χρειαστεί να αναφερθείτε αργότερα σε αυτή τη συνομιλία.

Αν αυτό δε φέρει αποτέλεσμα, το επόμενο βήμα είναι να επικοινωνήσετε με τα κεντρικά γραφεία της εταιρίας – μπορείτε να βρείτε τη διεύθυνση και το τηλέφωνο στο διαδίκτυο. Και αν δε διαθέτουν ηλεκτρονική διεύθυνση, γράψτε μια επιστολή ή τηλεφωνήστε τους. Αν τηλεφωνήσετε, σημειώστε την ώρα και ημερομηνία της κλήσης, το άτομο με το οποίο μιλήσατε και τι ειπώθηκε. Επίσης είναι κακή ιδέα να γράψετε μια επιστολή που θα συνοψίζει τη συνομιλία. Θυμηθείτε να κρατήσετε ένα αντίγραφο και για τον εαυτό σας.

### Ακόμη δεν είστε ικανοποιημένοι;

Αναφέρετε το πρόβλημα στη Γενική Γραμματεία Καταναλωτή του Υπουργείου Ανάπτυξης (τηλ. γραμμή καταναλωτή: 1520), ή σε έναν από τους Οργανισμούς για την Προστασία του Καταναλωτή. Επίσης, για μία εξωδικαστική – συμβιβαστική επίλυση των διαφορών σας, μπορείτε να απευθυνθείτε στην Επιτροπή Φιλικού Διακανονισμού καταναλωτικών διαφορών της Νομαρχίας σας. Για επίλυση τυχόν διαφορών σας με κρατικούς φορείς και υπηρεσίες θα απευθυνθείτε στον Συνήγορο του Πολίτη.

Εάν ο πωλητής ή προμηθευτής υπηρεσιών δεν απαντήσει στις επιστολές ή τα τηλεφωνήματά σας ή αρνηθεί να προβεί σε οποιαδήποτε ενέργεια, ή κάνει μια τελική προσφορά που δεν είστε διατεθειμένοι να δεχτείτε, μπορεί να χρειαστεί, ως έσχατη λύση, να καταφύγετε σε πταισματοδικείο, διαίτησία ή διαμεσολάβηση για να αναζητήσετε λύση.

*«Αν δυσαρεστηθώ από κάποιο προϊόν, το πηγαίνω πίσω στο μαγαζί με την πρόθεση να το αλλάξω. Δεν τα καταφέρνω όμως πάντα: κάποτε είχα αγοράσει ένα ακριβό κολιέ και όταν άλλαξα γνώμη δε μπορούσα να το αλλάξω. Δε θα ξαναπάω σε αυτό το μαγαζί.» - Lucia, 21*



*«Δε διαμαρτύρομαι συχνά. Το κάνω μόνο όταν αφορά ένα ακριβό προϊόν. Σε αυτή την περίπτωση πηγαίνω πίσω στο μαγαζί με την εγγύηση και την απόδειξη.» - Daan, 20*

## Πώς να διαμαρτυρηθείτε αποτελεσματικά

1. Μη φοβάστε να διαμαρτυρηθείτε
2. Προτού ξεκινήσετε ενημερωθείτε για τα δικαιώματά σας
3. Είναι πιο πιθανό να καταφέρετε αυτό που θέλετε αν διατηρήσετε την ψυχραιμία σας!
4. Παραθέστε τα γεγονότα με ακρίβεια
5. Πείτε τι περιμένετε – μία συγνώμη, αντικατάσταση του προϊόντος, επιστροφή χρημάτων, καλύτερη εξυπηρέτηση ή αποζημίωση
6. Βεβαιωθείτε ότι μιλάτε με κάποιον που είναι αρμόδιος να διευθετήσει το ζήτημα – ζητήστε τον διευθυντή
7. Κρατήστε αρχείο με τις πληροφορίες που θα σας χρειαστούν – διαφήμιση, παραγγελία, αποδείξεις, εγγυήσεις, αποδείξεις πληρωμής, επιστολές, ημερομηνίες συνομιλιών και ονόματα των ατόμων με τα οποία επικοινωνήσατε
8. Αν χρειαστεί να στείλετε κάτι από τα παραπάνω στην εν λόγω εταιρία, στείλτε ένα αντίγραφο και κρατήστε εσείς το πρωτότυπο
9. Μόλις ανακαλύψετε το πρόβλημα, δράστε άμεσα, μην το αναβάλλετε
10. Πρέπει πάντα να αναφέρετε τα προσωπικά σας στοιχεία: όνομα, διεύθυνση, τηλέφωνο, ηλεκτρονική διεύθυνση και τυχόν αριθμό λογαριασμού ή αρχείου που μπορεί να έχετε στην εταιρία.



### Έχετε κάποιο πρόβλημα με μια εταιρία στο εξωτερικό;

Για την περίπτωση που υπάρχει πρόβλημα με προϊόν ή υπηρεσία σε άλλη χώρα της ΕΕ, η ΕΕ έχει δημιουργήσει το Ευρωπαϊκό Δίκτυο Κέντρων Καταναλωτή (ECC-Net), όπου μπορείτε να λάβετε πρακτικές συμβουλές και βοήθεια για προβλήματα καταναλωτών εκτός των συνόρων της χώρας τους. Εάν ζείτε στην Ελλάδα και παρουσιαστεί πρόβλημα σε κάτι που αγοράσατε από την Ισπανία, για παράδειγμα, το Ευρωπαϊκό Κέντρο Καταναλωτή (δίκτυο ECC-Net) μπορεί να παρέχει πληροφορίες και συμβουλές σχετικά με την εφαρμογή των νόμων που εφαρμόζονται στην ΕΕ. Μπορεί επίσης να σας βοηθήσει να έλθετε σε επικοινωνία με τον αντιπρόσωπο ώστε να διευθετηθεί το θέμα. ■



Ευρωπαϊκό Κέντρο Καταναλωτή  
Πλατεία Κάνιγγος  
Αθήνα 10181  
210-3847253, 3893104  
www.eccefpolis.gr  
eurocons1\_eccgr@efpolis.gr

Άλλες πηγές συμβουλών:

 <http://www.dolceta.eu>  
 <http://www.synigoros.gr>  
<http://www.synigoroskatalanoti.gr>  
<http://www.efpolis.gr>

Οργανώσεις για την Προστασία του Καταναλωτή:

<http://www.inka.gr>  
<http://www.ekipzo.gr>  
<http://www.kepka.gr>  
<http://www.ekato.org>

## Το χρήμα κινεί τον κόσμο

*Που θα βρισκόμασταν χωρίς χρήματα; Θα έπρεπε να ανταλλάσσουμε αγαθά όπως έκαναν οι πρόγονοί μας. Τα χρήματα κάνουν σίγουρα τη ζωή μας ευκολότερη, δε μιλάμε όμως μόνο για τα κέρματα του ευρώ που κουδουνίζουν στην τσέπη μας ή τα χαρτονομίσματα στο πορτοφόλι μας. Υπάρχει ένας ολόκληρος κόσμος που δεν έχει να κάνει καθόλου με μετρητά – πιστωτικές και χρεωστικές κάρτες, καταθέσεις, δάνεια και υπεραναλήψεις.*

Η συνετή διαχείριση των οικονομικών είναι πολύ σημαντική. Όλο και περισσότεροι νέοι άνθρωποι σε όλη την Ευρώπη ξοδεύουν περισσότερα απ' όσα έχουν, χρησιμοποιώντας πιστωτικές κάρτες, δάνεια και υπεραναλήψεις, με αποτέλεσμα να βρίσκονται χρεωμένοι. Κάτι τέτοιο επηρεάζει σοβαρά τη ζωή τη δική τους, της οικογένειάς τους αλλά και τις μελλοντικές οικονομικές τους προοπτικές.



**Αυτό το γνωρίζετε;**  
Ξοδεύουμε κατά μέσο όρο 1.600 ώρες, ή σχεδόν ένα χρόνο από τη ζωή μας, πληρώνοντας λογαριασμούς σπιτιού.

### Ξοδεύουμε όσα έχουμε

Όταν έχετε τα μετρητά στην τσέπη σας, μπορείτε να τα ξοδέψετε. Αλλά τα τσεκ και οι πιστωτικές κάρτες σας επιτρέπουν να ξοδεύετε χρήματα που βρίσκονται στο λογαριασμό σας και όχι στην τσέπη σας. Είναι ευκολότερο από το να κουβαλάτε πολλά χρήματα μαζί σας και όλο και περισσότερες αγορές γίνονται με αυτό τον τρόπο. Ορισμένοι οικονομικοί αναλυτές πιστεύουν ότι στο μέλλον δε θα χρειάζεται να κουβαλάμε καθόλου χρήματα, αλλά πιστωτικές κάρτες ακόμη και για τις πιο μικρές αγορές μας. Όταν θα χρησιμοποιούμε πιστωτική κάρτα, θα μας ζητάνε έναν κωδικό αριθμό και όχι απλά την υπογραφή μας, οπότε θα πρέπει να θυμόμαστε τον αριθμό – θα πρέπει να αποφεύγουμε προφανείς αριθμούς, όπως 1234 ή ημερομηνίες γέννησης, και ποτέ να μην καταγράφουμε τον αριθμό ούτε να τον φυλάσσουμε στο πορτοφόλι μας, από όπου θα μπορούσε να κλαπεί.



### Οι πιστωτικές κάρτες και ο τρόπος λειτουργίας τους

Οι πιστωτικές κάρτες μπορεί να είναι πολύ χρήσιμες – είναι ένας βολικός και ασφαλής τρόπος να αγοράσει κάποιος εισιτήρια, βιβλία και CD αλλά και να προχωρήσει σε αγορές μέσω διαδικτύου.

Παλιότερα τις πιστωτικές κάρτες τις παρείχαν μόνο οι τράπεζες και άλλοι χρηματοοικονομικοί οργανισμοί, πλέον όμως τα σούπερ μάρκετ, οι αεροπορικές γραμμές ακόμη και τα φιλανθρωπικά ιδρύματα διαθέτουν πιστωτικές κάρτες με τη δική τους ονομασία.

Υπάρχουν δύο ειδών πιστωτικές κάρτες. Κάποιες πρέπει να εξοφλούνται πλήρως κάθε μήνα και δεν χρεώνεται τόκος στα χρήματα που έχουν δανειστεί. Άλλες δε χρειάζεται να εξοφλούνται πλήρως κάθε μήνα, αλλά το χρέος μπορεί να μεταπίθεται από τον ένα μήνα στον επόμενο ενώ ο ιδιοκτήτης της κάρτας πρέπει να καταβάλει ανεξάρτητα ένα μηνιαίο ποσό. Ο τόκος χρεώνεται στο ανεξόφλητο ποσό και είναι μεγαλύτερος όταν η πληρωμή καθυστερήσει.

Ο τόκος ποικίλλει από κάρτα σε κάρτα και οι περισσότεροι προμηθευτές παρέχουν μία περίοδο για αγορές χωρίς τόκο, αν όμως χρησιμοποιείτε την πιστωτική σας κάρτα για να βγάξετε μετρητά τότε θα χρεώνεστε αμέσως με ένα πρόσθετο ποσό ή/ και τόκο.

### Πώς υπολογίζεται το ετήσιο ποσοστό (επιτόκιο) – APR

Το ετήσιο ποσοστό είναι το συνολικό ποσοστό επιβάρυνσης σε μια συμφωνία που λαμβάνει υπόψη όχι μόνο τον τόκο αλλά και τις υπόλοιπες επιβαρύνσεις, εφόσον αυτές γίνονται γνωστές πριν από τον τελικό υπολογισμό. Σας δίνει τη δυνατότητα να συγκρίνετε εύκολα το κόστος δύο διαφορετικών συμφωνιών. Όσο χαμηλότερο είναι το ετήσιο ποσοστό (επιτόκιο), τόσο καλύτερη είναι η συμφωνία. Ωστόσο, η απόφασή σας δεν πρέπει να βασίζεται μόνοι σε αυτό – το σημαντικότερο είναι να σκεφτείτε πόσα χρήματα μπορείτε να εξοφλήσετε.

### Πιστωτικές κάρτες – ευκολία ή κατάρα;

Τα πιο μοντέρνα αθλητικά παπούτσια, ένας καινούργιος υπολογιστής, εισιτήρια για τη συναυλία του πιο διάσημου συγκροτήματος, ένα ταξίδι σε μία ευρωπαϊκή πόλη; Γιατί να μη μπορείς να τα κάνεις όλα αυτά; Αν θέλεις κάτι πολύ, φαίνεται εύκολο να δανειστείς χρήματα για να το πραγματοποιήσεις. Το να αποκτήσεις πιστωτική κάρτα είναι εύκολο – οι αιτήσεις ξεπερνούν από το γραμματοκιβώτιο, βρίσκονται ανάμεσα από τις σελίδες των περιοδικών ή εμφανίζονται στην οθόνη ενώ σερφάρετε στο διαδίκτυο. Και όχι μόνο προσφέρουν τα χρήματα που χρειάζεσαι, αλλά παρέχουν συχνά και δώρα, όπως κινητά ή φωτογραφικές μηχανές.



Προσέξτε όμως – οι πιστωτικές κάρτες είναι ένας από τους πιο ακριβούς τρόπους δανεισμού. Αν δεν επιστρέψετε τα χρήματα αμέσως, θα πρέπει να πληρώσετε τόκους – μερικές φορές έως και 30% - και μπορεί να βρεθείτε χρεωμένοι ως το λαιμό. Αν δεν έχετε τα χρήματα για να αποκτήσετε ό,τι επιθυμείτε, τότε μην παίρνετε πιστωτική κάρτα.

### Προσέξτε τα ψιλά γράμματα

Εκτός από τον τόκο, οι πιστωτικές κάρτες έχουν και έξτρα χρεώσεις.

Προσέξτε τα εξής:

- Πρόστιμο καθυστερημένης πληρωμής
- έξοδα ανάληψης μετρητών
- Ετήσια συνδρομή
- Πρόστιμο για την υπέρβαση του πιστωτικού ορίου

### Μεταφορά υπολοίπου

Πολλές εταιρίες πιστωτικών καρτών προσπαθούν να πείσουν τους κατόχους καρτών να αλλάξουν εταιρία προσφέροντάς τους άτοκες περιόδους έως και 12 μήνες ή μεταφορά υπολοίπου στην υπάρχουσα πιστωτική κάρτα. Οι έξυπνοι καταναλωτές μπορούν έτσι να επωφεληθούν ως προς τους τόκους, προσέξτε όμως στο τέλος της άτοκης περιόδου γιατί μπορεί να χρεωθείτε με μεγαλύτερο τόκο από την παλιά σας κάρτα. Και να θυμάστε: το ότι είναι άτοκες δε σημαίνει ότι μπορείτε να ξοδεύετε ανεξέλεγκτα γιατί μπορεί να βρεθείτε χρεωμένοι χωρίς να το καταλάβετε.

### Κάρτες καταστημάτων

Έχετε ένα αγαπημένο κατάστημα ρούχων όπου πηγαίνετε συχνά για να κάνετε τις αγορές σας; Είναι πολύ πιθανό κάποια στιγμή να σας προσφέρουν έκπτωση από τις αγορές σας αν συμφωνήσετε να πάρετε κάρτα. Είναι πολύ δελεαστικό, αλλά προσέξτε γιατί μερικές φορές το ετήσιο ποσοστό μπορεί να φτάνει το 30% - υψηλότερο από οποιαδήποτε άλλη κάρτα. Αν ξεπληρώσετε όλο το ποσό εντός της άτοκης περιόδου, τότε αυτές οι κάρτες είναι πολύ βολικές γιατί έχετε έκπτωση και μπορεί επίσης να προσκληθείτε σε επιδείξεις, να λαμβάνετε περιοδικά και νέα για ειδικές προσφορές, αν όμως δεν εξοφλήσετε το ποσό που χρωστάτε, θα βρεθείτε χρεωμένοι πολύ σύντομα.



«Είναι εύκολο να έχεις ευκολίες όταν αγοράζεις κάτι ακριβό: μπορείς να πληρώσεις, για παράδειγμα, σε δόσεις και έτσι δεν αντιλαμβάνεσαι ότι χρωστάς. Οι τράπεζες προσπαθούν να αυξήσουν την αγοραστική μας δύναμη, αλλά δεν έχουμε χρήματα. Πρέπει να γράφω τα έξοδά μου σε μία λίστα κάθε μέρα για να ξέρω πόσα ξοδεύω.» - Ranjee, 22

### Υπερανάληψη; Μη βασίζεστε σε αυτήν

Ένας άλλος τρόπος δανεισμού είναι η αίτηση για υπερανάληψη. Εάν έχετε ήδη συμφωνήσει με την τράπεζα να κάνετε χρήση υπερανάληψης, αυτό σημαίνει ότι θα σας επιτρέψει να παίρνετε χρήματα όταν ο λογαριασμός σας είναι άδειος, μέχρι ένα ποσό που έχει συμφωνηθεί. Ωστόσο, τα επιτόκια είναι υψηλά και πρέπει να χρησιμοποιείται μόνο ως προσωρινή λύση σε ένα βραχυπρόθεσμο πρόβλημα. Εάν δεν έχει προηγηθεί συμφωνία με την τράπεζα, η μέθοδος αυτή μπορεί να είναι πολύ ακριβή – θα χρεωθείτε με πρόστιμο και τα επιτόκια είναι υψηλά. Γι' αυτό καλό θα ήταν να επικοινωνήσετε πρώτα με την τράπεζά σας για να το συζητήσετε.

### Τραπεζικά δάνεια

Το τραπεζικό δάνειο είναι ένας ακόμη τρόπος να δανειστείτε χρήματα και έχει γενικά χαμηλότερα επιτόκια από αυτά που προσφέρονται από εταιρίες πιστωτικών καρτών. Δανείτε ένα συγκεκριμένο ποσό και το λαμβάνετε εφάπαξ – προορίζεται συνήθως για μεγάλες αγορές, π.χ. αυτοκίνητο. Στη συνέχεια εξοφλείτε το δάνειο σε μηνιαίες δόσεις σε περίοδο που έχει συμφωνηθεί και μπορεί να εκτείνεται από έξι μήνες σε δέκα χρόνια. Εάν δεν εξοφλήσετε τις δόσεις σας, θα οδηγηθείτε στο δικαστήριο ή/ και θα λάβετε χαμηλή αξιολόγηση δανειοληπτικής ικανότητας ώστε να μη μπορείτε πλέον να πάρετε πιστωτική κάρτα ή δάνειο στο μέλλον.





## Χρέος

Είναι εύκολο να βρεθείτε χρεωμένοι, αλλά πολύ δύσκολο να ξεχρεώσετε. Τα χρέη αποτελούν μεγάλο πρόβλημα για όλο και περισσότερους νέους σε όλη την Ευρώπη, οι οποίοι για κάποιο λόγο ξοδεύουν περισσότερα απ' όσα διαθέτουν και δε βρίσκουν τρόπο να ξεπληρώσουν τα χρήματα που χρωστούν.

### Ορίστε η ιστορία της Rachel:

“Είχα μόλις ξεκινήσει την πρώτη μου δουλειά και ο μισθός ήταν χαμηλός. Πήρα δάνειο για να πληρώσω την προκαταβολή για ένα διαμέρισμα που νοίκιασα στο Λονδίνο. Έβγαλα και πιστωτική κάρτα και άρχισα να ξοδεύω χρήματα σε ρούχα και εξόδους μετά τη δουλειά – φαγητό, νυχτερινή διασκέδαση, εισιτήρια για συναυλίες, τέτοιου τύπου πράγματα. Αποφάσισα επίσης να αγοράσω αυτοκίνητο για να πηγαίνω στη δουλειά πιο άνετα και πήρα ένα ακόμη δάνειο. Είχα ήδη αρχίσει να δυσκολεύομαι με την εξόφληση των δόσεων και τότε η εταιρία που δούλευα έκλεισε. Χρειάστηκε να περάσουν πέντε μήνες για να βρω άλλη δουλειά και μέχρι τότε τα χρέη μου είχαν εκτοξευτεί. Τελικά, τα είπα όλα στη μητέρα μου, η οποία δε μπορούσε να με βοηθήσει οικονομικά αλλά πήγαμε μαζί να δούμε έναν σύμβουλο που με βοήθησε να οργανώσω ένα πρόγραμμα εξόφλησης. Δεν πρόκειται να χρησιμοποιήσω πιστωτική κάρτα ξανά.”

Rachel, 20, Ηνωμένο Βασίλειο

### Μπορεί να συμβεί και σε σένα

Νομίζεις ότι δεν πρόκειται να συμβεί σε σένα; Αυτό νομίζει και όποιος βρίσκεται ξαφνικά χρεωμένος. Οι δανειστές θέλουν να προσελκύουν νέους καταναλωτές, η θεωρία είναι ότι αν έχεις μια συγκεκριμένη πιστωτική κάρτα όταν είσαι έφηβος, θα παραμείνεις πιστός στην ίδια και όταν αρχίσεις να κερδίζεις περισσότερα.

Αλλά με μια πιστωτική κάρτα στην τσέπη, αρχίζεις και γίνεσαι αρκετά επιρρεπής στο να ξοδεύεις.

Μία φιλανθρωπική υπηρεσία στο Ηνωμένο Βασίλειο (Consumer Credit Counselling Service) που βοηθά όσους έχουν χρέη να μπορέσουν να τα αντιμετωπίσουν, αναφέρει ότι οι νέοι 18 ετών με τους οποίους έχει έλθει σε επαφή από το

«Είναι εύκολο να βρεθεί ένας νέος χρεωμένος: δεν έχουμε αρκετά χρήματα αλλά ξοδεύουμε πολλά όταν βγαίνουμε για ποτό ή φαγητό. Οι νέοι είναι ο στόχος των τραπεζών και τους δελεάζουν να ξοδεύουν περισσότερα με πιστωτικές κάρτες, δόσεις και δάνεια.» - Thomas, 20



2003 είχαν κατά μέσο όρο πέντε διαφορετικούς παροχείς πιστωτικών καρτών. Αναφέρει επίσης ότι ένας έφηβος που αναζητήσε βοήθεια είχε χρέη £48.000 (71.000 ευρώ) σε 19 διαφορετικούς δανειστές.

### Αξιολόγηση της πιστοληπτικής σας ικανότητας

Αν είστε χρεωμένοι, δε θα μπορέσετε να το κρατήσετε μυστικό για πολύ καιρό. Η τράπεζα ή ο δανειστής σας θα μεταφέρει τις πληροφορίες αυτές σε ένα γραφείο εκτίμησης πιστοληπτικής ικανότητας. Κάθε φορά που κάνετε αίτηση για πίστωση στο μέλλον, ο δανειστής θα επικοινωνεί με το γραφείο εκτίμησης πιστοληπτικής ικανότητας για να μάθει το ιστορικό σας. Αν δεν ήσασταν συνεπής στις πληρωμές των πιστωτικών καρτών ή έχετε προβεί σε μη εγκεκριμένη υπερανάληψη, η αξιολόγησή σας θα είναι χαμηλή και δε θα έχετε το δικαίωμα περαιτέρω πίστωσης. Κάτι τέτοιο μπορεί να επηρεάσει τη δανειοληπτική σας ικανότητα στο μέλλον ακόμη και αν η οικονομική σας κατάσταση βελτιωθεί.

Είναι επομένως σημαντικό να μιλήσετε με τους ανθρώπους στους οποίους χρωστάτε. Μπορεί να καταλήξετε σε κάποια συμφωνία ώστε να εξοφλείτε τα χρήματα σε μικρές δόσεις για μεγάλο χρονικό διάστημα, ώστε να μην επηρεαστεί η πιστοληπτική σας ικανότητα.



## Τι να κάνετε αν είστε χρεωμένοι:

### Τι να μην κάνετε:

- Μην εθελουφλείτε. Μην αγνοείτε τα συσσωρευμένα χρέη σας και μην τα κρύβετε – δεν πρόκειται να εξαφανιστούν έτσι και η κατάσταση θα επιδεινωθεί.
- Μην προσπερνάτε χωρίς να ανοίξετε τους φακέλους με τους λογαριασμούς και την κατάσταση του τραπεζικού σας λογαριασμού.
- Μην προσπαθήσετε να δανειστείτε ένα μεγάλο ποσό ώστε να εξοφλήσετε το σύνολο των χρεών σας, χωρίς να ζητήσετε προηγούμενως ανεξάρτητη συμβουλή.

### Τι να κάνετε:

- Να ζητήσετε βοήθεια και συμβουλές προτού η κατάσταση να φτάσει σε κρίσιμο σημείο – υπάρχουν φιλανθρωπικά ιδρύματα ή κέντρα καταναλωτή που μπορούν να βοηθήσουν.
- Να διατηρείτε καλές σχέσεις με την τράπεζά σας ή άλλους δανειστές, όπως εταιρίες πιστωτικών καρτών.
- Να είστε σίγουροι ότι οι περισσότεροι πιστωτές είναι πρόθυμοι να σας μιλήσουν σχετικά με τα προβλήματά σας και είναι προετοιμασμένοι να αποδεχθούν ένα ρεαλιστικό πλάνο εξόφλησης του χρέους.
- Πάρτε εσείς την πρωτοβουλία. Επικοινωνήστε με τους δανειστές σας όσο το δυνατό γρηγορότερα, όσο πιο γρήγορα γνωρίσουν το πρόβλημά σας τόσο μεγαλύτερη κατανόηση θα δείξουν.



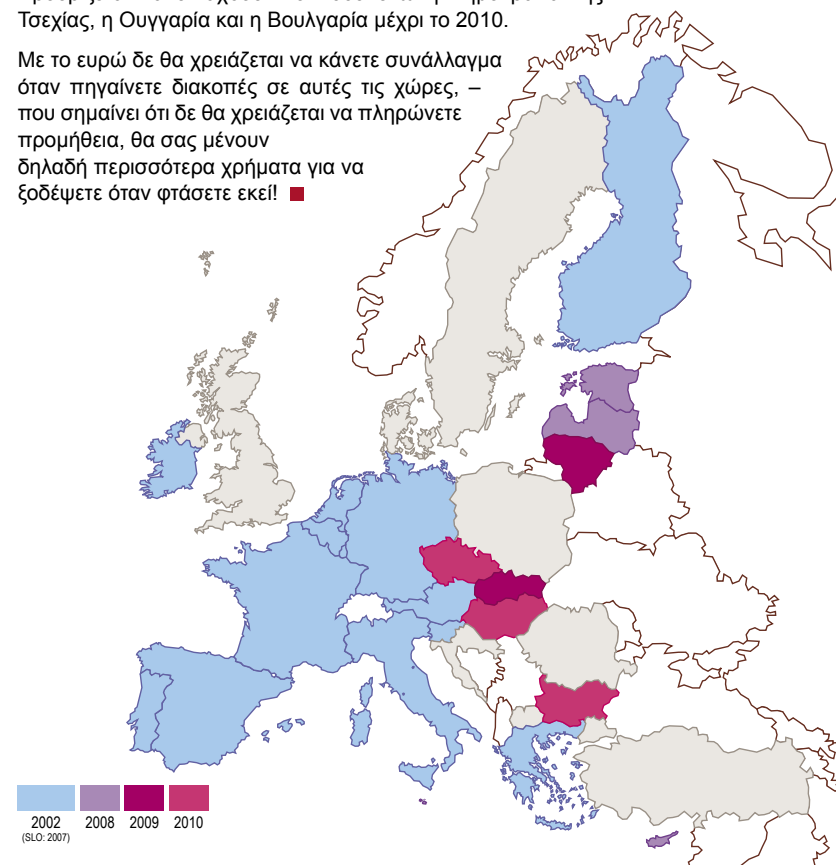
## Τα νέα κράτη μέλη και το ευρώ

Από το 2002, 12 κράτη μέλη της ΕΕ άφησαν το παραδοσιακό τους νόμισμα και άρχισαν να χρησιμοποιούν το ευρώ. Οι δέκα χώρες που αποτελούν μέλη της ΕΕ από το 2004 σκέφτονται επίσης να υιοθετήσουν το ευρώ στο κοντινό μέλλον.

Οι κυβερνήσεις τους έχουν ήδη αρχίσει να εφαρμόζουν τις αυστηρές οικονομικές μεταρρυθμίσεις που είναι απαραίτητες για την ένταξη της χώρας τους στη ζώνη του ευρώ. Κάποιες χώρες είναι πιο μπροστά σε αυτές τις μεταρρυθμίσεις από κάποιες άλλες.

Η Σλοβενία θα ενταχθεί τον Ιανουάριο του 2007 ενώ η Κύπρος, η Εσθονία, η Λετονία και η Μάλτα θα ενταχθούν το 2008. Η Σλοβακία και η Λιθουανία προορίζεται να ενταχθούν το 2009 ενώ η Δημοκρατία της Τσεχίας, η Ουγγαρία και η Βουλγαρία μέχρι το 2010.

Με το ευρώ δε θα χρειάζεται να κάνετε συνάλλαγμα όταν πηγαίνετε διακοπές σε αυτές τις χώρες, – που σημαίνει ότι δε θα χρειάζεται να πληρώνετε προμήθεια, θα σας μένουν δηλαδή περισσότερα χρήματα για να ξεδέψετε όταν φτάσετε εκεί! ■



2002 2008 2009 2010  
(SLO: 2007)

## Τι υπάρχει πίσω από μια μάρκα;

Νερό, ζάχαρη, χρώμα και γλυκαντικές ουσίες. Ίσως από μόνα τους να μην ακούγονται τόσο συναρπαστικά, μαζί όμως συνθέτουν μια από τις μεγαλύτερες μάρκες αναψυκτικών σε όλο τον κόσμο.

Όπως όμως και σε οποιαδήποτε άλλη γνωστή μάρκα, τα παραπάνω είναι απλά μία λίστα συστατικών στη μία πλευρά του κουτιού. Η παγκόσμια επιτυχία του αναψυκτικού οφείλεται στη γεύση του, το χρώμα, τη συσκευασία, το σχήμα, το λογότυπο, το όνομα και τον τρόπο που διαφημίζεται. Όλα αυτά τα στοιχεία ευθύνονται για τη δημιουργία της προσωπικότητάς και της εικόνας του και σημαίνουν ότι είναι αναγνωρίσιμο από ανθρώπους σε όλο τον κόσμο.

Ένα κουτί αναψυκτικού, ένα ζευγάρι αθλητικά παπούτσια ή ένα παντελόνι τζιν μπορεί να μοιάζουν με ένα άλλο, η μάρκα όμως είναι αυτή που διαχωρίζει το ένα προϊόν από το άλλο και το κάνει πιο επιθυμητό στον καταναλωτή.



### Ενίσχυση της αφοσίωσης σε μια μάρκα

Οι εταιρίες θέλουν τα προϊόντα τους να είναι απαραίτητα για τον καταναλωτή, και δημιουργούν ένα είδος αφοσίωσής τους σε αυτά ώστε να θέλουν να τα αγοράζουν ξανά και ξανά.

Ένας τρόπος να γίνει ευρέως επιθυμητή μια μάρκα είναι όταν διάσημοι εμφανίζονται να χρησιμοποιούν το συγκεκριμένο προϊόν, όταν χρησιμοποιούν το κινητό σας, έχουν ίδια τσάντα με τη δική σας, οδηγούν αυτοκίνητο ίδιο με εσάς, ή πίνουν το ίδιο ποτό. Και πολλές εταιρίες παρέχουν δωρεάν προϊόντα σε διασημότητες ώστε να φαίνεται ότι η συγκεκριμένη μάρκα χρησιμοποιείται από αυτούς.

Άλλοι πάλι προσλαμβάνουν άτομα που πληρώνονται για να συζητήσουν με αγνώστους σε μπαρ και κλαμπ και να διαφημίσουν έμμεσα ένα προϊόν μέσα από τη συζήτηση. Ορισμένοι πληρώνονται ακόμη και για να μιλήσουν για ορισμένες μάρκες σε φίλους και συναδέλφους.

Μία εταιρία αθλητικών ειδών, εντοπίζει τα παιδιά που ασκούν μεγαλύτερη επιρροή σε κάθε τάξη και τους δίνει να φορέσουν τα τελευταία σχέδια αθλητικών παπουτσιών. Αυτό δημιουργεί συζητήσεις για τη συγκεκριμένη μάρκα και ασκείται πίεση στους συμμαθητές αφού όλοι θέλουν να αποκτήσουν τα ίδια.

### Απομιμήσεις



Τι γίνεται όμως αν θέλεις τις πιο καινούργιες μάρκες σε χαμηλές τιμές; Πολλοί καταναλωτές μπαίνουν στον πειρασμό να αγοράσουν απομιμήσεις των προϊόντων από το δρόμο σε διάφορες πόλεις της Ευρώπης, πρέπει όμως να είναι υποψιασμένοι – μπορεί να νομίζετε ότι βρήκατε μια προσφορά αλλά τα προϊόντα αυτά είναι μάλλον χαμηλής ποιότητας, έχουν κατασκευαστεί από παιδιά, παίρνουν τη δουλειά από νόμιμες εταιρίες στην Ε.Ε. και μπορεί έτσι να χρηματοδοτείτε μία οργανωμένη απάτη. Ορισμένα προϊόντα είναι επίσης πολύ επικίνδυνα, όπως απομιμήσεις ανταλλακτικών αυτοκινήτων ή φαρμάκων.

Η απομίμηση προϊόντων είναι μεγάλη επιχείρηση. Το 2005, οι τελωνειακές αρχές σε όλη την Ευρώπη κατέσχεσαν απομιμήσεις προϊόντων αξίας περίπου €3 δισεκατομμυρίων.

Και δεν είναι μόνο η κακή ποιότητα των τσαντών που ξηλώνονται στις ραφές αυτό που πρέπει να σας απασχολεί – κάποιες απομιμήσεις προϊόντων μπορεί να είναι και εξαιρετικά επικίνδυνες. Δεν έχουν να κάνουν μόνο με το χώρο της μόδας, αλλά συμπεριλαμβάνουν και ανταλλακτικά αυτοκινήτων, φάρμακα ακόμη και τροφές – το 2004, κατασχέθηκαν περισσότερα από 4.5 εκατομμύρια τεμάχια τέτοιων τροφών και ποτών, μία αύξηση σχεδόν 200% σε ένα μόλις χρόνο.

Στην Ε.Ε. αποστέλλονται επίσης απομιμήσεις σε μάρκες τσιγάρων σε μεγάλες ποσότητες – 41 εκατομμύρια πακέτα κατασχέθηκαν από τις τελωνειακές αρχές το 2004 – δηλαδή η αύξηση σχετικά με τον περασμένο χρόνο έφτασε στο 25% και τα περισσότερα από αυτά τα τσιγάρα είναι ακόμη πιο βλαβερά για την υγεία σας από τις νόμιμες μάρκες.



«Δεν αγοράζω επώνυμα προϊόντα γιατί είναι πολύ ακριβά.»  
- Iris, 19

«Αγοράζω επώνυμα προϊόντα όταν ξέρω ότι έχουν καλύτερη ποιότητα και αν μου αρέσει το συγκεκριμένο μοντέλο. Σε αντίθετη περίπτωση, δεν τα προτιμώ.» - Belen, 21

## Φερθείτε έξυπνα σε έναν δικτυωμένο κόσμο

Πλέον παρατηρούνται πολύ περισσότερες αγορές μέσω διαδικτύου απ' ότι παλιότερα. Το 2006, οι Ευρωπαίοι καταναλωτές ξόδεψαν πάνω από €100 δισεκατομμύρια σε αγορές μέσω διαδικτύου, και ορισμένοι αναλυτές πιστεύουν ότι ο αριθμός αυτός θα υπερδιπλασιαστεί τα επόμενα πέντε χρόνια.



Οι αγορές μέσω διαδικτύου είναι γρήγορες και εύκολες – με ένα κλικ στο ποντίκι μπορείτε να συγκρίνετε τις τιμές από δεκάδες καταστήματα σε όλο τον κόσμο. Και επειδή στο διαδίκτυο δεν υπάρχουν τα έξοδα που έχουν τα καταστήματα σε κεντρικούς δρόμους, οι τιμές είναι συχνά χαμηλότερες.

Οι καταναλωτές του Ηνωμένου Βασιλείου είναι οι μεγαλύτεροι οπαδοί των αγορών μέσω διαδικτύου και ξόδεψαν €9.79 δισεκατομμύρια το 2005, ενώ τους ακολούθησαν οι Γερμανοί που ξόδεψαν €9.71 δισεκατομμύρια την ίδια περίοδο. Οι πιο δημοφιλείς αγορές είναι βιβλία, CD και ταξίδια, ωστόσο όλο και περισσότερος κόσμος αρχίζει να αγοράζει ρούχα και ηλεκτρικές συσκευές μέσω διαδικτύου.

### Από ποιον αγοράζετε;

Δε μπορείτε ποτέ να είστε βέβαιοι από ποιον αγοράζετε στον κυβερνοχώρο, αλλά τα ευυπόληπτα καταστήματα αναφέρουν το τηλέφωνο και την ταχυδρομική τους διεύθυνση σε κάποιο σημείο της ιστοσελίδας τους. Σχεδόν όλοι οι δικτυακοί τόποι σας επιτρέπουν να πληρώσετε μέσω πιστωτικής κάρτας (και οι εταιρίες πιστωτικών καρτών θα σας προστατεύσουν από τυχόν απάτη). Άλλοι σας επιτρέπουν να χρησιμοποιείτε συστήματα απευθείας πληρωμών, όπως το PayPal, και άλλες μεταφορά από τραπεζικό λογαριασμό.

### Ποια είναι η πραγματική τιμή;

Να θυμάστε ότι εάν κάνετε αγορές μέσω διαδικτύου, θα χρειαστεί πιθανότατα να πληρώσετε και τα έξοδα αποστολής. Ορισμένοι δικτυακοί τόποι δε χρεώνουν την αποστολή αν οι αγορές σας υπερβαίνουν ένα συγκεκριμένο ποσό ή αν είστε πρόθυμοι να περιμένετε μερικές μέρες για την παράδοσή τους. Να θυμάστε ότι αν κάνετε αγορές μέσω διαδικτύου, θα χρειαστεί να πληρώσετε και τα έξοδα αποστολής. Η παράδοση την επόμενη ημέρα είναι συνήθως πιο ακριβή. Στον δικτυακό τόπο θα πρέπει να καθίσταται σαφές το ακριβές ποσό που θα χρεωθείτε και τότε θα παραλάβετε την παραγγελία σας.



Εάν αγοράσετε κάτι από μια εταιρία εκτός της ΕΕ, βεβαιωθείτε ότι είναι σε θέση να αποστείλει τα προϊόντα σας – ορισμένοι δικτυακοί τόποι στις ΗΠΑ πωλούν προϊόντα μόνο σε καταναλωτές με διεύθυνση στις ΗΠΑ. Μπορεί να χρειαστεί να πληρώσετε φόρους τελωνείου για την εισαγωγή κάποιου προϊόντος στην ΕΕ και οι χρεώσεις ποικίλλουν ενώ τα έξοδα

### Από πού προέρχονται οι απομιμήσεις προϊόντων;

Η Ασία, και ιδιαίτερα η Κίνα, είναι η κύρια πηγή των απομιμήσεων που κατακλύζουν την Ευρώπη. Η κυβέρνηση της Κίνας έχει λάβει μέτρα κατά των ενόχων, αλλά συνεχίζουν να αποστέλλονται όλο και περισσότερα φορτία σε τρίτες χώρες, όπως Ιαπωνία, αλλά και στις ΗΠΑ προτού περάσουν λαθραία στην Ε.Ε.

### Τι γίνεται για την καταπολέμηση των απομιμήσεων;

Το 2005, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή πρότεινε μια σειρά μέτρων κατά της απομίμησης προϊόντων, συμπεριλαμβανομένων των αυστηρότερων τελωνειακών μέτρων και διασφαλίζοντας ότι οι επιχειρήσεις μπορούν γρήγορα να καταστρέψουν αυτά τα προϊόντα.

«Ναι, έχω ήδη αγοράσει ένα ρολόι απομίμηση επειδή μου άρεσε το σχέδιο και δεν είχα τα λεφτά να αγοράσω το αυθεντικό. Το ξέρω ότι είναι κακό αλλά το έκανα μόνο μια φορά και με απόλυτη συναίσθηση της πράξης μου.» - Arwinder, 18



Εάν μπείτε στον πειρασμό να αγοράσετε μια απομίμηση τσάντας, γυαλιών ηλίου ή DVD στο δρόμο, σε αγορά ή παραλία της Ιταλίας, προσέξτε! Η χώρα έχει κατακλυστεί τόσο πολύ από απομιμήσεις προϊόντων, που επιβάλλεται πρόστιμο σε όσους τα αγοράζουν από €500 έως και €10.000 ευρώ!

### Θα αντεπιτεθούν οι μάρκες;

Παρόλο που οι μάρκες ήρθαν για να μείνουν, υπάρχουν ενδείξεις ότι κάποιοι καταναλωτές χάνουν το ενδιαφέρον τους – τουλάχιστον στον κόσμο της μόδας. Υπάρχουν ακόμη θύματα της μόδας που δεν έχουν πρόβλημα να πληρώνουν υψηλές τιμές για να ντύνονται με την τελευταία λέξη της μόδας, οι γνώστες όμως θεωρούν ότι είναι καλύτερο να διατηρείς την ατομικότητά σου και όχι να φοράς μιας πολύ προφανή μάρκα. Είναι επίσης πολύ της μόδας να κάνεις οικονομία. Οι καταναλωτές κατακλύζουν τα φιλανθρωπικά ιδρύματα για vintage και μεταχειρισμένα ρούχα αλλά και τα σούπερ μάρκετ, όπου πωλούνται βασικά είδη ρουχισμού σε χαμηλές τιμές.

Οι καταναλωτές γνωρίζουν επίσης όλο και περισσότερα για τις πολιτικές απασχόλησης που εφαρμόζονται από ιδιοκτήτες συγκεκριμένων εταιριών, και μπουκότάρουν όσες δεν ανταποκρίνονται στις αρχές τους. ■



Περισσότερες πληροφορίες για απομιμήσεις προϊόντων:

<http://www.efpolis.gr>

<http://www.eccefpolis.gr>

μεταφοράς είναι πιθανό να είναι ακριβότερα. Και να θυμάστε ότι αν αγοράσετε κάτι εκτός της ΕΕ, δεν θα έχετε την ίδια νομική προστασία. Εάν κάτι δεν πάει καλά, μπορεί να είναι δύσκολο ή και απίθανο να λάβετε αποζημίωση.

### Μην ξεχνάτε το ΦΠΑ

Εάν ο δικτυακός τόπος όπου κάνετε τις αγορές σας έχει έδρα στην ΕΕ, θα χρεωθείτε με φόρο προστιθέμενης αξίας (ΦΠΑ) για τα περισσότερα προϊόντα. Σε διαφορετικές χώρες της ΕΕ οι χρεώσεις ποικίλλουν, εάν όμως ήσασταν στη Γερμανία και αγοράζατε ένα προϊόν αξίας €100 από μια ιρλανδική εταιρία θα είχατε χρέωση €100 συν 21% ΦΠΑ, δηλαδή σύνολο €121. Να ελέγχετε πάντα τη χρέωση του ΦΠΑ προτού αγοράσετε οτιδήποτε.

### Τι γίνεται αν κάτι δεν πάει καλά;

Πρέπει πάντα να εκτυπώνετε το έντυπο παραγγελίας σας και την επιβεβαίωση της εάν σας την αποστείλουν. Εάν κάτι δεν πάει καλά, τότε επικοινωνήστε αμέσως με τον πωλητή. Αν δεν σας βοηθήσει, διαμαρτυρηθείτε γραπτώς. Αν ούτε αυτή η λύση φέρει κάποιο αποτέλεσμα, απευθυνθείτε στο τοπικό ινστιτούτο καταναλωτή ή στο Ευρωπαϊκό κέντρο καταναλωτή που μπορεί να σας παρέχει βοήθεια και συμβουλές.



«Αγοράζω βιβλία, CD και εξοπλισμό για τον υπολογιστή μέσω διαδικτύου. Νομίζω ότι είναι πιο εύκολο, υπάρχουν περισσότερες επιλογές και δε χρειάζεται να πηγαίνω σε κάποιο κατάστημα.»  
- Alex, 23

«Μου αρέσει να κάνω αγορές μέσω διαδικτύου επειδή έτσι ξοδεύω λιγότερα χρήματα: μπαίνω λιγότερο στον πειρασμό να αγοράσω πράγματα που δε χρειάζομαι, αφού δεν παρουσιάζονται μπροστά μου όπως σε ένα κατάστημα.»  
- Olivier, 23



Αν έχετε πληρώσει με πιστωτική κάρτα, τότε ελέγξτε το λογαριασμό όταν τον παραλάβετε. Αν παρατηρήσετε κάτι παράξενο, για παράδειγμα χρέωση €500 αντί για €50, καλέστε το κατάστημα και την εταιρία της πιστωτικής σας κάρτας – μπορούν να μπλοκάρουν την πληρωμή και, αν χρειαστεί, να ακυρώσουν την κάρτα ώστε να διακοπεί η χρήση της.

### Δημοπρασίες μέσω διαδικτύου

Σας έχει τύχει ποτέ να ψάχνετε για πολύ καιρό μια συγκεκριμένη τσάντα ή ένα σπάνιο CD; Η αύξηση των δημοπρασιών μέσω διαδικτύου σημαίνει ότι μπορείτε μερικές φορές να αρπάξετε μια προσφορά, να αποκτήσετε κάτι που ψάχνατε πολύ καιρό ή ακόμη και να πουλήσετε κάποιο δικό σας αντικείμενο που δε χρειάζεστε πλέον. Αυτοί οι δικτυακοί τόποι είναι από αυτούς με την μεγαλύτερη επισκεψιμότητα στον κυβερνοχώρο, επειδή όμως αγοράζετε απευθείας από κάποιο πρόσωπο και όχι από εταιρία, δε λαμβάνετε την ίδια νομική προστασία.



### Ορίστε κάποιες συμβουλές για την προστασία σας:

- Ελέγξτε τη φήμη του πωλητή – οι περισσότεροι δικτυακοί τόποι δημοπρασιών βαθμολογούν τους πωλητές βάσει των σχολίων από άλλους αγοραστές.
- Ένας έντιμος πωλητής θα είναι πάντα διατεθειμένος να απαντήσει σε ερωτήσεις.
- Ελέγξτε την περιγραφή και την τιμή – είναι πράγματι προσφορά ή θα μπορούσατε να το αγοράσετε με την ίδια τιμή από ένα κατάστημα; Αν όμως η τιμή παραείναι καλή για να είναι αληθινή, προσέξτε – συνήθως δεν είναι έτσι.
- Ελέγξτε τα έξοδα αποστολής.
- Ελέγξτε τον τρόπο πληρωμής του πωλητή. Αν είναι με τσεκ, είστε διατεθειμένοι να ρισκάρετε να στείλετε την πληρωμή πριν παραλάβετε τα προϊόντα; Μπορείτε να χρησιμοποιήσετε ασφαλή συστήματα πληρωμών όπως το PayPal. Ή μπορείτε να χρησιμοποιήσετε τριτεγγυητή. Στέλνετε δηλαδή την πληρωμή στη δημοπρασία που πληρώνει τον πωλητή μόνο αφού παραλάβετε την παραγγελία σας.

### Τα δικαιώματά σας ως Ευρωπαίοι:

#### Οι νόμοι της Ε.Ε. σας προσφέρουν:

- Το δικαίωμα για πλήρη ενημέρωση γύρω από τις αγορές σας πριν τις πραγματοποιήσετε
- Το δικαίωμα να λάβετε γραπτή επιβεβαίωση της παραγγελίας σας
- Το δικαίωμα να ακυρώσετε την παραγγελία σας εντός επτά εργάσιμων ημερών (εκτός αργιών ή σαββατοκύριακων)
- Το δικαίωμα να αρνηθείτε να αγοράσετε κάτι που δεν ζητήσατε
- Το δικαίωμα να παραλάβετε τα προϊόντα εντός 30 ημερών από την παραγγελία
- Προστασία κατά της εξαπάτησης μέσω της χρήσης πιστωτικής κάρτας

### Απομιμήσεις, phishing και απάτες

Προσέξτε τους δικτυακούς τόπους - απομιμήσεις. Όλο και περισσότεροι χρήστες του διαδικτύου εξαπατώνται και χρησιμοποιούν ψεύτικους δικτυακούς τόπους που δημιουργήθηκαν από απατεώνες ώστε να έχουν πρόσβαση στα προσωπικά τους οικονομικά στοιχεία. Μόνο στο Ηνωμένο Βασίλειο, εντοπίστηκαν το 2005 353 ψεύτικοι δικτυακοί τόποι τραπεζών. Οι απατεώνες δολοφονούν τους χρήστες σε δικτυακούς τόπους μέσω του "phishing" – στέλνοντας δηλαδή e-mail που υποτίθεται ότι προέρχονται από την τράπεζα ή άλλη εταιρία και τους ζητούν να επιβεβαιώσουν την πιστωτική τους κάρτα και τους κωδικούς.

Άλλες απάτες που πρέπει να προσέξετε είναι επιστολές ή e-mail που λένε ότι έχετε κερδίσει ένα μεγάλο δώρο σε ξένη λαχειοφόρο αγορά και σας ζητούν τα έξοδα αποστολής προκειμένου να το παραλάβετε ή email από ξένο ανώτερο υποτίθεται υπάλληλο που προτίθεται να μοιραστεί μαζί σας χιλιάδες ευρώ με αντάλλαγμα να

Μπορείτε να μάθετε περισσότερα για τις απάτες στο διαδίκτυο στο:



<http://www.saferinternet.gr>

Περισσότερες πληροφορίες σχετικά με αγορές μέσω διαδικτύου βρείτε στο:

<http://www.efpolis.gr>

<http://www.eccefpolis.gr>

χρησιμοποιήσει τον τραπεζικό σας λογαριασμό ώστε να μεταφέρει τα χρήματα εκτός της χώρας του. Τα θύματα αυτής της απάτης διαπιστώνουν εκ των υστέρων ότι ο τραπεζικός τους λογαριασμός έχει αδειάσει.

### Είστε εξαρτημένοι από το διαδίκτυο

Πόση ώρα περνάτε στο διαδίκτυο – κάνα δυο ώρες τη μέρα; Περισσότερο; Ο μέσος χρήστης υπολογιστή περνάει 12 ώρες την εβδομάδα στο διαδίκτυο, κάποιιο άλλοι όμως είναι εξαρτημένοι από αυτό. Οι ψυχίατροι το έχουν ονομάσει “διαταραχή της εξάρτησης από το διαδίκτυο” και τα θύματα δε μπορούν να ξεκολλήσουν από τον υπολογιστή τους. Υποφέρουν από συμπτώματα όπως “cyber shakes” και πονοκεφάλους και διαπιστώνουν ότι οι σχέσεις τους με την οικογένεια και τους φίλους διαλύονται. Όσοι είναι εξαρτημένοι περνούν ώρες σε χώρους άμεσων συνομιλιών στο διαδίκτυο, παιχνίδια, τζόγο, πορνογραφικό υλικό και απευθείας δημοπρασίες.

**Η παρακάτω ιστορία δεν είναι καθόλου ασυνήθιστη:**

“Ξόδευα έως και 12 ώρες τη μέρα στο διαδίκτυο, κυρίως σε χώρους άμεσων συνομιλιών αλλά και σε παιχνίδια. Αυτό είχε καταλάβει όλη τη ζωή μου. Σταμάτησα το διάβασμα, δεν έβλεπα τους φίλους μου, παραμελούσα την οικογένειά μου και δεν έβγαίνα έξω ποτέ. Τελικά, οι γονείς μου με πήγαν σε έναν σύμβουλο και αρχίζω σιγά σιγά να αντιλαμβάνομαι ότι υπάρχει ζωή και πέρα από τον υπολογιστή.”

Αν νομίζετε ότι περνάτε πολλή ώρα στο διαδίκτυο μπορείτε να κάνετε ένα τεστ στον εαυτό σας για πιθανή εξάρτηση μέσω του δικτυακού τόπου <http://www.netaddiction.com>.

### Είναι απλά ένα παιχνίδι;

Τα παιχνίδια στο διαδίκτυο είναι ιδιαίτερα δημοφιλή. Σε ορισμένα από αυτά συμμετέχουν χιλιάδες παίκτες απ’ όλο τον κόσμο και μάλιστα σε πραγματικό χρόνο. Συνήθως τοποθετούνται σε έναν φανταστικό κόσμο. Ένα φανταστικό πρόσωπο που ονομάζεται avatar αντιπροσωπεύει κάθε παίκτη. Ο avatar μπορεί να ανέβει πολλά «επίπεδα» όταν μάχεται με τους εχθρούς του ή ολοκληρώνει έρευνες, κερδίζει καινούργια όπλα, πανοπλία και μαχητικές ικανότητες. Σε ένα παιχνίδι μπορεί να συμμετέχουν περισσότεροι από τέσσερα εκατομμύρια παίκτες παγκοσμίως και σε κάθε δεδομένη στιγμή υπάρχουν συνδεδεμένοι 500.000 παίκτες.

Μία μέση διάρκεια παιχνιδιού μπορεί να είναι πέντε ή έξι ώρες και κάποιιο παίκτες νομίζουν ότι η ζωή τους περιστρέφεται γύρω από τον φανταστικό κόσμο του παιχνιδιού. Το διαδίκτυο δεν είναι κακό εφόσον οι χρήστες έχουν ζωή πέρα από τον φανταστικό κόσμο της οθόνης του υπολογιστή.

### Μήπως ο τζόγος ανεβάζει την αδρεναλίνη σας;

Ο τζόγος μέσω διαδικτύου εξαπλώνεται σαν ιός. Αντί να πάει κάποιος σε καζίνο ή σε άλλο χώρο στοιχημάτων, συνδέεται απλά στο διαδίκτυο. Οι ψυχολόγοι όμως προειδοποιούν ότι κάτι τέτοιο είναι ιδιαίτερα εθιστικό, γιατί αντίθετα με τον τζόγο εκτός διαδικτύου, οι δικτυακοί τόποι δεν κλείνουν ποτέ και αν περάσει κάποιος πολλές ώρες συνδεδεμένος χάνει την αίσθηση της πραγματικότητας και δεν αντιλαμβάνεται ότι χάνει πραγματικά χρήματα.

Ένας 23χρονος στο Ηνωμένο Βασίλειο παραδέχτηκε ότι έκλεψε πάνω από 1.5 εκατομμύρια ευρώ από τον εργοδότη του για να τζογάρει στο διαδίκτυο. Στοιχημάτισε σε ιπποδρομίες, ποδοσφαιρικούς αγώνες, πόκερ και άλλα παιχνίδια. Στο αποκορύφωμα της εξάρτησής του, ρίσκαρε έως και 25,000 ευρώ από τα χρήματα της εταιρίας καθημερινά για αυτή τη συνήθεια. ■



Αν σας προβληματίζει ο τζόγος μέσω διαδικτύου επισκεφθείτε τον εξής δικτυακό τόπο:



<http://www.gamblersanonymous.org.uk>

## Πώς θα είστε ασφαλείς στο διαδίκτυο

*Έχετε καλούς φίλους που δεν έχετε γνωρίσει ποτέ από κοντά; Δεν είστε οι μόνοι. Οι δύο μεγαλύτεροι ιστοχώροι κοινωνικής δικτύωσης στο διαδίκτυο έχουν περισσότερα από 100 εκατομμύρια μέλη παγκοσμίως, τα οποία συζητούν, μοιράζονται τα νέα τους, κουτσομπολεύουν και ανταλλάσσουν φωτογραφίες. Είναι για τον 21ο αιώνα το αντίστοιχο με μια βόλτα στο δρόμο.*

Παρόλο που το διαδίκτυο μπορεί να είναι ένας ωραίος τρόπος να γνωρίσεις καινούργιους ανθρώπους με κοινά ενδιαφέροντα, δε μπορείς να είσαι πάντα σίγουρος με ποιον επικοινωνείς. Σε μια πρόσφατη περίπτωση, περισσότερες από 40 έφηβες είχαν εντοπιστεί από έναν παιδόφιλο στον Καναδά, ο οποίος τις βρήκε από τη λίστα επαφών μιας από αυτές. Ευτυχώς τον έπιασαν και τον παρέπεμψαν στη δικαιοσύνη. Παρόλα αυτά το πρόβλημα παραμένει και είναι πολύ σοβαρό. Το Ομοσπονδιακό Γραφείο Ερευνών των ΗΠΑ



(FBI) υπολογίζει ότι υπάρχουν

50.000 παιδόφιλοι που ενεργούν στο διαδίκτυο, σε όλο τον κόσμο ανά πάσα στιγμή. Και ένας στους 12 εφήβους έχει συναντηθεί από κοντά με έναν άγνωστο που έτυχε να μιλήσει στο διαδίκτυο. Όλο και περισσότερο επίσης παρατηρείται το φαινόμενο να λαμβάνουμε από άγνωστους υβριστικά μηνύματα.

**Οι αίθουσες συνομιλιών στο διαδίκτυο είναι για τον 21ο αιώνα το αντίστοιχο με μια βόλτα στο δρόμο.**



### Πώς θα είστε ασφαλείς στο διαδίκτυο:

- Δεν θα δίνετε σε έναν ξένο στο δρόμο το όνομα, το τηλέφωνο και τη διεύθυνσή σας, επομένως μην το κάνετε ούτε στο διαδίκτυο.
- Να αποφεύγετε να δίνετε πληροφορίες που θα διευκόλυναν κάποιον να σας εντοπίσει, όπως το που πηγαίνετε κάθε μέρα μετά το σχολείο.
- Μη συναντάτε ανθρώπους που έχετε γνωρίσει μέσω διαδικτύου. Αν πρέπει να συναντήσετε κάποιον, κάντε το σε δημόσιο χώρο και πάρτε μαζί σας φίλους ή κάποιον ενήλικο που εμπιστεύεστε.
- Μη βάζετε στο διαδίκτυο προκλητικές ή «σέξι» φωτογραφίες σας.
- Αν λάβετε μηνύματα με σεξουαλικό, επιθετικό ή απειλητικό περιεχόμενο πείτε το σε κάποιον ενήλικο που εμπιστεύεστε, αναφέρετέ το στον παροχέα του δικτύου και μην απαντήσετε – κάτι τέτοιο μπορεί να ενθαρρύνει τον αποστολέα. ■

Περισσότερες πληροφορίες θα βρείτε στο:



<http://www.e-yliko.gr/safety/safety.htm>  
<http://www.safeline.gr>



## Κινητά τηλέφωνα – κρατήστε τον έλεγχο

Πριν από είκοσι χρόνια, οι μοναδικοί άνθρωποι που είχαν κινητά τηλέφωνα ήταν οι επιχειρηματίες και οι συσκευές είχαν το μέγεθος τούβλου, ενώ πλέον έχει ο καθένας από ένα κινητό. Σύμφωνα με πρόσφατη έρευνα, το 70% των Ευρωπαίων ηλικίας 12-13 ετών και το 23% των παιδιών ηλικίας 8-9 ετών έχουν κινητό τηλέφωνο.

Είναι ένας ωραίος τρόπος να έχετε επικοινωνία με την οικογένεια και τους φίλους σας – εφόσον όμως ελέγχετε το κόστος.



### Σύνδεση ή κάρτα

Υπάρχουν δύο τρόποι πληρωμής των τηλεφωνικών συνδιαλλαγών σας – το μηνιαίο συμβόλαιο όπου εσείς – ή μάλλον οι γονείς σας – πληρώνουν το λογαριασμό κάθε μήνα και η κάρτα, την οποία μπορείτε να αγοράζετε κάθε φορά που σας τελειώνουν οι μονάδες. Με τον δεύτερο τρόπο, μπορείτε να ελέγχετε πόσα ξοδεύετε στο κινητό σας – αλλά οι κλήσεις έχουν μεγαλύτερη χρέωση απ' ό,τι με το μηνιαίο συμβόλαιο.

*Οι ήχοι κλήσεων είναι ένας ωραίος τρόπος να προσωποποιήσετε το κινητό σας με την αγαπημένη σας μουσική, όμως προσέξτε γιατί μπορεί να είναι πολύ ακριβοί.*

### Η χαρά του κειμένου;

Το γραπτό μήνυμα είναι φθηνότερο από την κλήση μπορεί όμως να γίνει εθιστικό – ορισμένοι ψυχολόγοι θεωρούν ότι είναι πιο εθιστικό και από το διαδίκτυο. Ένας 19χρονος από την Σκοτία θεωρείται ότι είναι ο πρώτος άνθρωπος που υποβάλλεται σε θεραπεία για την εξάρτησή του από τα γραπτά μηνύματα. Ξόδεψε €6.600 σε γραπτά μηνύματα σε ένα χρόνο και έφτασε σε σημείο να στείλει περίπου 700 μηνύματα σε μια εβδομάδα.

### Το κόστος των ήχων κλήσεων

Οι ήχοι κλήσεων είναι ένας τρόπος να προσωποποιήσετε το κινητό σας με την αγαπημένη σας μουσική, όμως προσέξτε γιατί μπορεί να είναι πολύ ακριβοί. Πολλοί χρησιμοποιούν τα κινητά τους ή το διαδίκτυο για να κατεβάσουν ήχους χωρίς όμως να αντιλαμβάνονται ότι υπογράφουν μια πολύ ακριβή συνδρομή και δεν αγοράζουν απλά έναν ήχο. Μόλις δεσμευτούν με το συμβόλαιο, τους βομβαρδίζουν με ανεπιθύμητα μηνύματα και ήχους ή εικόνες που κοστίζουν έως και 5 ευρώ η μία. Σύμφωνα με μια πρόσφατη έρευνα, το 63% των εφήβων από 11 έως 15 ετών που έχει κινητό, ξοδεύει χρήματα για να κατεβάσει ήχους ανά τακτά διαστήματα, και το 35% παραδέχτηκε ότι δεν γνωρίζει το κόστος τους. Προτού κατεβάσετε έναν ήχο, βεβαιωθείτε ότι δεν γίνεστε αυτόματα συνδρομητής – να διαβάζετε πάντα τα ψιλά γράμματα.

### Σκέφτεστε να αγοράσετε καινούργιο κινητό;

Σας έχουν προσφέρει ποτέ ένα από τα τελευταία μοντέλα κινητού σε τιμή χαμηλότερη από αυτήν που υπάρχει στα καταστήματα; Προσέξτε – πολλά μεταχειρισμένα κινητά είναι κλεμμένα. Μπορεί να βρείτε μια καλή προσφορά πρέπει όμως να κάνετε και τις κατάλληλες ερωτήσεις. Μάθετε ποιο δίκτυο θα μπορείτε να χρησιμοποιείτε – πολλά κινητά είναι κλειδωμένα και χρησιμοποιούνται για ένα συγκεκριμένο δίκτυο. Αν θέλετε να αγοράσετε μεταχειρισμένο κινητό, τότε προτιμήστε έναν έμπορο μεταχειρισμένων που μπορεί να σας προσφέρει εγγύηση αντί για έναν πλανόδιο πωλητή ή έναν ξένο στο δρόμο.



### Παρενόχληση μέσω κινητού

Τα κινητά τηλέφωνα είναι ένας νέος τρόπος παρενόχλησης μέσω υβριστικών κλήσεων ή μηνυμάτων. Αν σας παρενοχλήσουν, τότε πείτε το σε κάποιον ενήλικο που εμπιστευέστε. Πρέπει επίσης να ειδοποιήσετε την αστυνομία ή την εταιρία κινητής τηλεφωνίας – ίσως μπορέσουν να ανακαλύψουν τον ένοχο. Όσοι προβαίνουν σε τέτοιες ενέργειες θέλουν να αντιδράσετε, γι' αυτό και μην απαντάτε ποτέ αλλά κρατήστε τα υβριστικά γραπτά και ηχητικά μηνύματα και δείξτε τα σε έναν ενήλικο. Και κυρίως, μη δίνετε τον αριθμό του κινητού σας σε ανθρώπους που δεν ξέρετε πολύ καλά.

Αν ανήκετε σε αυτούς που κάνουν τέτοια τηλεφωνήματα και νομίζετε ότι είναι κάτι αστείο, τότε ξανασκεφθείτε το. Μπορεί να έχει σοβαρές επιπτώσεις στο άτομο που παρενοχλείτε, και επιπλέον είναι παράνομο. ■



Για περισσότερες πληροφορίες, ανατρέξτε στο: <http://www.ekato.org/gr/research.html>





## Ταξίδια στην ΕΕ

### Ταξίδια με αεροπλάνο

Ταξιδεύουμε περισσότερο από ποτέ στην Ευρώπη και πολλά από αυτά τα ταξίδια είναι αεροπορικά. Οι πτήσεις αυξήθηκαν κατά 7,4% το χρόνο ανάμεσα στο 1980 και το 2001, ενώ στις 15 παλαιότερες χώρες μέλη της ΕΕ η κίνηση στα αεροδρόμια έχει αυξηθεί στο πενταπλάσιο.

### Κι αν κάτι πάει στραβά;

Έχετε ξεμείνει ποτέ σε ξένο αεροδρόμιο, έχει ακυρωθεί η πτήση σας και δε βρίσκετε τρόπο να επιστρέψετε; Σε περιόδους αιχμής μπορεί να είναι δύσκολο να βρείτε άλλη πτήση αν η δική σας ακυρωθεί ή είναι υπερπλήρης. Υπήρξαν περιπτώσεις που άνθρωποι αναγκάστηκαν να κοιμηθούν σε αεροδρόμια για μέρες.



### Γνωρίστε τα δικαιώματά σας

Από το 2005, η ΕΕ θέσπισε νέα δικαιώματα σε περίπτωση ακύρωσης ή καθυστέρησης της πτήσης σας:

- Αν η πτήση είναι υπερπλήρης, μπορείτε να διεκδικήσετε αποζημίωση €250, €400 ή €600 ανάλογα με τη διάρκεια της πτήσης.
- Αν η πτήση ακυρωθεί, υπάρχουν κανονισμοί που ορίζουν τον τρόπο αποζημίωσής σας, τον προγραμματισμό της επόμενης πτήσης ή την παροχή υπηρεσιών κατά τη διάρκεια της αναμονής.
- Αν μια πτήση καθυστερήσει, υπάρχουν επίσης κανονισμοί που ορίζουν ότι πρέπει να παρέχονται υπηρεσίες στους επιβάτες κατά τη διάρκεια αναμονής. Αυτές περιλαμβάνουν δωρεάν γεύματα και διαμονή σε ξενοδοχείο, δωρεάν μετακίνηση και τηλεφωνικές κλήσεις.
- Αν η καθυστέρηση είναι πολύωρη, μπορείτε να επιβιβαστείτε σε άλλη πτήση ή να επιστραφούν τα χρήματά σας. ■



Για περισσότερες πληροφορίες, ανατρέξτε στο:

[http://ec.europa.eu/transport/air\\_portal/passenger\\_rights/doc/2005\\_01\\_19\\_apr\\_leaflet\\_gr.pdf](http://ec.europa.eu/transport/air_portal/passenger_rights/doc/2005_01_19_apr_leaflet_gr.pdf)  
<http://www.in2.gr/travel.php>  
<http://www.kepka.org/Grk/pubs/press/Press060619.htm>



### Και όταν ταξιδεύετε με τρένο;

Οι καθυστερήσεις δεν περιορίζονται μόνο στα πολυσύχναστα αεροδρόμια. Παρατηρούνται και σε ταξίδια με τρένα σε όλη την Ευρώπη, ωστόσο το 2006 το Ευρωπαϊκό Κοινοβούλιο ψήφισε υπέρ της αποζημίωσης των επιβατών τρένων.

Αυτό δεν έχει αποφασιστεί ακόμη, αλλά τα μέλη του Ευρωπαϊκού Κοινοβουλίου πιστεύουν ότι οι πολίτες πρέπει να λαμβάνουν χρηματικές αποζημιώσεις όταν υπάρχει καθυστέρηση σε δρομολόγια τρένων:

- αποζημίωση 25% της τιμής του εισιτηρίου για καθυστερήσεις μιας ώρας
- 50% για καθυστέρηση δύο ωρών
- 75% για καθυστέρηση τριών ωρών ή παραπάνω



## Η μεγάλη σημασία των μικρών εικόνων

Κάποια προϊόντα μπορεί να είναι επικίνδυνα και γι' αυτό πρέπει να τα μεταχειριζόμαστε με ιδιαίτερη προσοχή. Βεβαιωθείτε ότι γνωρίζετε τι έχετε να αντιμετωπίσετε.

### Προϊόντα που μπορεί να σας βλάψουν

Τα περισσότερα προϊόντα που φέρουν αυτά τα σύμβολα πρέπει να χρησιμοποιούνται σε χώρο που αερίζεται καλά. Πρέπει να χρησιμοποιείτε γάντια και να προστατεύετε τα μάτια και το δέρμα σας, να αποφεύγετε την εισπνοή ή, ακόμη χειρότερα, την κατάποσή των προϊόντων. Βεβαιωθείτε ότι έχετε διαβάσει τις οδηγίες & προειδοποιήσεις που αναγράφονται στο δοχείο για να γνωρίζετε ακριβώς τι πρέπει να κάνετε – και τι όχι.



Xn

#### Βλαβερό

Εάν δε χρησιμοποιηθεί σωστά, το προϊόν θα είναι βλαβερό για την υγεία σας.



Xi

#### Προκαλεί ερεθισμούς

Το προϊόν μπορεί να προκαλέσει τοπικό ερεθισμό ή φλεγμονή στο δέρμα, τα μάτια, τη μύτη ή τους πνεύμονες.



#### Διαβρωτικό

Το προϊόν μπορεί να προκαλέσει έγκαυμα στο δέρμα σας και μόνιμη βλάβη στα μάτια σας.



#### Τοξικό

Όταν συνοδεύεται από το "T+", είναι ιδιαίτερα τοξικό. Το προϊόν μπορεί να προκαλέσει σοβαρό τραυματισμό, να έχει μόνιμες επιπτώσεις ή να οδηγήσει ακόμη και στο θάνατο. Βεβαιωθείτε ότι έχετε πλύνει τα χέρια σας προτού φάτε, πιείτε ή βάλετε τα χέρια σας στην περιοχή γύρω από το στόμα.

Εάν το δέρμα ή τα μάτια σας έλθουν σε επαφή με τα προϊόντα αυτά, ξεπλύνετε με άφθονο κρύο ή χλιαρό νερό για τουλάχιστον 10 λεπτά. Σε περίπτωση κατάποσης του προϊόντος, μην προκαλέσετε εμετό ούτε να δώσετε στο θύμα να φάει ή να πει. Σε αντίθεση με τη λαϊκή αντίληψη, το γάλα δε βοηθάει – μπορεί μάλιστα να επιδεινώσει την κατάσταση. Καλέστε αμέσως το Κέντρο Δηλητηριάσεων – καλό θα ήταν φυλάσσετε το νούμερο δίπλα στην τηλεφωνική σας συσκευή: 210-7793777-8



© Oliver Gruener - Plusverde

### Εύφλεκτα προϊόντα

Τρία διαφορετικά σύμβολα χρησιμοποιούνται για να υποδείξουν την ευφλεκτότητα ενός προϊόντος, ανάλογα με τον τύπο ευφλεκτότητας που συνεπάγεται. Πρέπει και πάλι να βεβαιωθείτε ότι χρησιμοποιείτε τα προϊόντα σε χώρο που αερίζεται καλά. Χρησιμοποιείτε και αποθηκεύετε το προϊόν μακριά από οποιαδήποτε πηγή θερμότητας: ηλεκτρική κουζίνα, κεριά, τσιγάρα, αναπτήρες κλπ. ■



F

#### Εύφλεκτο

Όταν ακολουθείται από F+, σημαίνει πολύ εύφλεκτο.



#### Εκρήξιμο

Το προϊόν μπορεί να ανατιναχθεί εάν εκτεθεί σε φωτιά.



#### Οξειδωτικό

Η ουσία είναι ιδιαίτερα αντιδραστική και πρέπει να αποθηκεύεται χωριστά από άλλα προϊόντα.

## Αλλεργίες

Κάποιοι άνθρωποι παρουσιάζουν δερματικές αλλεργίες (κοκκινίλες, πρήξιμο, εξανθήματα, φαγούρα) από τη χρήση καταναλωτικών προϊόντων, όπως καλλυντικά και απορρυπαντικά. Εάν παρουσιάσετε κάποια αλλεργική αντίδραση, επισκεφθείτε τον γιατρό ή/και τον δερματολόγο σας. Δείξτε τους προϊόντα που έχετε αρχίσει να χρησιμοποιείτε τις τελευταίες εβδομάδες μαζί με τη συσκευασία, εάν ακόμη την έχετε. Μαζί θα μπορέσετε να απομονώσετε το προϊόν που προκάλεσε την αλλεργία, ίσως ακόμη και κάποιο συστατικό του προϊόντος. Η λύση είναι να διακόψετε τη χρήση του συγκεκριμένου προϊόντος, καθώς και οπουδήποτε άλλου προϊόντος περιέχει το συστατικό, στο οποίο είστε αλλεργικοί. Για να μπορέσετε να επιλέξετε τα προϊόντα που είναι κατάλληλα για την επιδερμίδα σας, τα συστατικά τους αναγράφονται σε όλα τα καλλυντικά και απορρυπαντικά.

AMYL CINNAMAL  
BENZYL ALCOHOL  
CINNAMYL ALCOHOL  
CITRAL  
EUGENOL  
HYDROXYCITRONELLAL  
ISOEUGENOL  
AMYL CINNAMYL ALCOHOL  
BENZYL SALICYLATE  
CINNAMAL  
COUMARIN  
GERANIOL  
HYDROXYISOHEXYL  
3-CYCLOHEXENE  
CARBOXYALDEHYDE  
ANISE ALCOHOL  
BENZYL CINNAMATE

FARNESOL  
BUTYLPHENYL  
METHYLPROPIONAL  
LINALOOL  
BENZYL BENZOATE  
CITRONELLOL  
HEXYL CINNAMAL  
LIMONENE  
METHYL 2-OCTYNOATE  
ALPHA-ISOMETHYL IONONE  
EVERNIA PRUNASTRI EXTRACT  
EVERNIA FURFURACEA  
EXTRACT

## Τι αναγράφεται σε μια ετικέτα;

Επειδή αγοράζουμε προϊόντα από άλλες χώρες της ΕΕ, πρέπει οι ετικέτες που χρησιμοποιούμε να έχουν την ίδια σημασία σε όλες τις χώρες μέλη της ΕΕ. Οι ετικέτες πρέπει να είναι σαφείς. Οι εσφαλμένες ετικέτες μπορεί να έχουν σοβαρές συνέπειες, ιδιαίτερα σε άτομα που πάσχουν από αλλεργία σε τρόφιμα ή δυσανεξία. Η νομοθεσία της ΕΕ ρυθμίζει τι μπορεί ή πρέπει να αναγράφεται σε ετικέτες τροφίμων, και διασφαλίζει έτσι την πληροφόρηση των καταναλωτών σχετικά με το τι περιέχουν τα τρόφιμα, πόσο καιρό διαρκούν, ποιος τα παρασκεύασε, από πού προέρχονται καθώς επίσης τις μεθόδους αποθήκευσης και παρασκευής τους.

### Τι πρέπει να γνωρίζετε

- Τα συστατικά αναγράφονται σε φθίνουσα σειρά ανάλογα με το βάρος τους. Πρέπει να αναφέρονται όλα τα συστατικά, συμπεριλαμβανομένου του νερού και των προσθετικών τροφής.
- Σύμφωνα με τη νομοθεσία της ΕΕ, οι ετικέτες πρέπει να αναφέρουν αν τα τρόφιμα περιέχουν ένα συστατικό ή ουσία που μπορεί να προκαλέσει παρενέργειες σε ορισμένους ανθρώπους.
- Τα στοιχεία επικοινωνίας του κατασκευαστή πρέπει να αναγράφονται ξεκάθαρα στην ετικέτα, ώστε να μπορούν οι καταναλωτές να διαμαρτυρηθούν ή να ζητήσουν περισσότερες πληροφορίες για το προϊόν.
- Οι εικόνες επάνω στις ετικέτες πρέπει να είναι ακριβείς. Ένα γιαούρτι φράουλα με τεχνητή, και όχι φυσική, γεύση δε μπορεί να απεικονίζει φράουλες στη συσκευασία.
- Προσέξτε τις αναγραφόμενες ημερομηνίες, όπως «Ανάλωση έως» και «Ημερομηνία λήξης» για να μη θέσετε σε κίνδυνο την υγεία σας. Ο όρος «διάρκεια παραμονής στο ράφι» αφορά το προσωπικό του καταστήματος και όχι τους καταναλωτές.
- Απόψυξη και χρόνος μαγειρέματος: για να βεβαιωθείτε ότι θα σκοτωθούν τα βακτήρια και μικρόβια, διαβάστε την ετικέτα σχετικά με την αποθήκευση και προετοιμασία του φαγητού.
- Οι ετικέτες που αναγράφουν τα θρεπτικά στοιχεία παρέχουν πληροφορίες π.χ. για την ποσότητα ενέργειας, πρωτεϊνών, υδατανθράκων, λίπους, ινών, νατρίου, βιταμινών και μετάλλων που περιέχονται στα τρόφιμα. Αυτό δεν είναι υποχρεωτικό στην ΕΕ, εκτός εάν έχει γίνει συγκεκριμένη καταγγελία σχετικά με τις θερμίδες ή τα θρεπτικά συστατικά που περιέχονται σε μια τροφή.



### Αυτό το γνωρίζετε;

Υπάρχουν συγκεκριμένοι κανόνες ως προς το τι πρέπει να διασαφηνίζεται στις ετικέτες τροφίμων. Για να ονομαστεί «σοκολάτα» στην ετικέτα, μία σοκολάτα πρέπει να περιέχει τουλάχιστον 45% κόκκους κακάο.



### Οι ετικέτες πρέπει να είναι σαφείς

Αν τα ακριβά προϊόντα αντικατασταθούν με φθηνότερα, αυτό πρέπει να αναγράφεται στην ετικέτα. Για παράδειγμα, αν μια φθηνή μαργαρίνη ανακατευτεί με ακριβό βούτυρο, αυτό πρέπει να γίνει γνωστό στους καταναλωτές. Και αν μια τροφή «διογκωθεί», π.χ. με την προσθήκη νερού σε ζαμπόν ή κοτόπουλο, αυτό πρέπει επίσης να αναγράφεται στην ετικέτα.

Ορισμένες τροφές φημίζονται για την ποιότητά τους και εκτός συνόρων για το λόγο αυτό έχουν «προστατευόμενη ονομασία προέλευσης». Αυτό σημαίνει ότι το ζαμπόν Parma πρέπει να προέρχεται από την ομώνυμη πόλη της Ιταλίας και η σαμπάνια πρέπει να προέρχεται από την περιοχή της Γαλλίας με αυτό το όνομα.

### Ετικέτες στην ΕΕ και αλλεργίες

Περίπου το 2% όλων των ενηλίκων και το 5% των παιδιών πάσχουν από αλλεργίες σε τρόφιμα. Οι επιπτώσεις των αλλεργιών ποικίλλουν από ελαφρύ ερεθισμό έως και θάνατο, γι' αυτό είναι σημαντικό να είναι οι ετικέτες κατανοητές. Η νομοθεσία της ΕΕ απαιτεί όλα τα συστατικά (ή αυτά που αποτέλεσαν μέρος της διαδικασίας παραγωγής της τροφής) να αναγράφονται, ιδιαίτερα αυτά που μπορεί να προκαλούν αλλεργίες, όπως οι ξηροί καρποί. ■



### Τα αλλεργιογόνα συστατικά περιλαμβάνουν:

- Δημητριακά που περιέχουν γλουτένη
- Όστρακα (θαλασσινά όπως καβούρια, αστακοί, γαρίδες κλπ.)
- Αυγά
- Ψάρι
- Φιστίκια

- Άλλους ξηρούς καρπούς (αμύγδαλα, φουντούκια, καρύδια, κάσιους, πεκάν, φιστίκια αιγίνης, μακαντάμια)
- Σουσάμι
- Σόγια
- Γάλα
- Σέλινο
- Μουστάρδα
- Διοξειδίο του θείου και θειώδες άλας σε μεγάλες ποσότητες

Για περισσότερες πληροφορίες: <http://www.efsa.eu.int>  
<http://www.efet.gr>



## Προστατεύστε τον εαυτό σας από τον ήλιο

*Σας ενθουσιάζει η ιδέα να κάνετε ηλιοθεραπεία και να έχετε μια ωραία εμφάνιση στην παραλία; Προτού απλωθείτε κάτω από τον ήλιο, πρέπει να σκεφθείτε ότι το μαύρισμα μπορεί να φαίνεται «υγιές» αλλά στην πραγματικότητα μπορεί να είναι πολύ βλαβερό. Η παρατεταμένη έκθεση στον ήλιο μπορεί να προκαλέσει καρκίνο του δέρματος.*

### Συμβουλές για προστασία από τον ήλιο

- Οι αντιηλιακές κρέμες παρέχουν κάποια προστασία από τη βλαβερή υπεριώδη ακτινοβολία του ήλιου. Όσο μεγαλύτερο δείκτη προστασίας έχει το αντιηλιακό σας (SPF), τόσο μεγαλύτερη είναι η προστασία από τις ακτίνες UVB που προκαλούν εγκαύματα. Όταν επιλέγετε αντιηλιακό, να προτιμάτε κάποιο με δείκτη 15 ή παραπάνω, το οποίο πρέπει επίσης να παρέχει προστασία από τις ακτίνες UVA – που ευθύνονται για μακρόχρονες βλάβες και μπορούν να αυξήσουν την πιθανότητα καρκίνου του δέρματος. Δεν υπάρχει κανένα προϊόν που μπορεί να εμποδίσει απόλυτα τις βλαβερές ακτίνες του ήλιου – ό,τι και να λέγεται στις διαφημίσεις. Πρόκειται να υπάρξουν αλλαγές στις επικείμενες αντιηλιακών στην ΕΕ, κάτι που θα κάνει ευκολότερη την επιλογή των πιο ασφαλών προϊόντων για εσάς.
- Να πίνετε άφθονο νερό.
- Να είστε κάτω από σκιά μεταξύ 11πμ. 3μμ., όταν ο ήλιος είναι πιο δυνατός.
- Η αντιηλιακή κρέμα είναι ένας μόνο τρόπος προστασίας σας από τον ήλιο, πρέπει επίσης να φοράτε καπέλο και γυαλιά.

- Πρέπει να προσέχετε περισσότερο αν έχετε φακίδες ή κρεατοελιές, οικογενειακό ιστορικό σε καρκίνο του δέρματος ή αν παθαίνετε εύκολα εγκαύματα από τον ήλιο.
- Το σολάριουμ δεν είναι ασφαλές – μάλιστα στην Ιρλανδία έχει απαγορευτεί σε άτομα κάτω των 18 ετών επειδή ο κίνδυνος μελανώματος – η πιο επικίνδυνη μορφή καρκίνου – είναι υψηλότερος για εφήβους από ενήλικες. ■



### Αυτό το γνωρίζετε;

- Μία σοβαρή μορφή εγκαύματος πριν από την ηλικία των 15 ετών μπορεί να διπλασιάσει τον κίνδυνο καρκίνου του δέρματος.
- Ξεχάστε τις εικόνες των ηλιοκαμένων μοντέλων στα περιοδικά. Η υπερβολική έκθεση στον ήλιο θα χαλάσει την επιδερμίδα σας αφού προκαλεί ρυτίδες, χαλάρωση και κύκλους γύρω από τα μάτια.
- Η ακτινοβολία UV μπορεί να διεισδύσει ανάμεσα από τα σύννεφα, έτσι βάζετε αντιηλιακό ακόμη και τις συννεφιασμένες καλοκαιρινές ημέρες.



Για περισσότερες πληροφορίες: <http://www.e-child.gr/sunprotection.asp>  
<http://www.health.in.gr>



Η γνώμη σου μετράει.  
Συμπλήρωσε την έρευνα.  
Κέρδισε βραβεία.

<http://www.generation-europe.eu.com>

Αυτή η έκδοση χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Επιτροπή και διανέμεται σε περισσότερους από 2 εκατομμύρια μαθητές σε ολόκληρη την Ευρωπαϊκή Ένωση. Θα θέλαμε να μάθουμε τι πιστεύετε για τα θέματα που καλύπτει αυτή η έκδοση. Γι' αυτό σας παρακαλούμε να μας δώσετε τη γνώμη σας – απαντήστε σε ορισμένα ερωτήματα στο <http://www.generation-europe.eu.com>, και εγγραφείτε για να κερδίσετε βραβεία!

## Κάπνισμα... τα στοιχεία

**Οι περισσότεροι καπνιστές εθίζονται. Αυτό συμβαίνει λόγω της νικοτίνης, ένα εξαιρετικά εθιστικό ναρκωτικό που υπάρχει σε όλα τα προϊόντα καπνού. Όσο πιο νέος ξεκινήσει κανείς το κάπνισμα, τόσο πιο πιθανό είναι να εθιστεί. Η συντριπτική πλειοψηφία των καπνιστών εθίζεται πριν από την ηλικία των 18 ετών και έρευνες έχουν δείξει ότι το 20% των 15χρονων είναι τακτικοί καπνιστές. Εάν το κόψετε νωρίς, η βλάβη μπορεί να αποκατασταθεί σχεδόν ολοκληρωτικά μέσα σε 10-15 χρόνια – ενώ η υγεία σας δείχνει σημάδια βελτίωσης μέσα σε μια μέρα!**

### Γιατί εγκλωβιζόμαστε στο κάπνισμα;

- Γνωρίζουμε εδώ και 50 χρόνια ότι το κάπνισμα προκαλεί καρκίνο του πνεύμονα. Μπορεί να προκαλέσει όμως και ένα σωρό άλλες θανάσιμες ασθένειες στην καρδιά, τον εγκέφαλο και τους πνεύμονες – και συνδέεται με περισσότερες από 50 άλλες διαφορετικές ασθένειες και διαταραχές.
- Οι μισοί από όσους συνεχίζουν το κάπνισμα θα οδηγηθούν στο θάνατο εξαιτίας του – μειώνει τη ζωή τους κατά ένα μέσο όρο 16 ετών.
- Οι νέοι άνθρωποι που καπνίζουν είναι δύο έως έξι φορές πιο επιρρεπείς σε βήχα και δύσπνοια από τους μη-καπνιστές. Το κάπνισμα μειώνει επίσης τις σεξουαλικές και αθλητικές επιδόσεις, δημιουργεί ρυτίδες και κάνει τα μαλλιά θαμπά!
- Εκτός των άλλων, το κάπνισμα διογκώνει τα έξοδά σας! Τα 20 τσιγάρα την ημέρα κοστίζουν ετησίως 1.450 ευρώ. Σκεφτείτε μόνο πώς θα μπορούσατε να ξοδέψετε αυτά τα λεφτά!



### Έξω στο κρύο

Το παθητικό κάπνισμα βλάπτει την υγεία των μη καπνιστών. Για το λόγο αυτό, το κάπνισμα απαγορεύεται σταδιακά σε δημόσιους χώρους, όπως μπαρ, εστιατόρια και χώρους εργασίας σε όλη την Ευρώπη. Η συνήθεια αυτή χάνει τη γοητεία της αν αναγκάζεσαι να βγεις έξω στη βροχή και το κρύο για να την απολαύσεις.

- Η Ιρλανδία, η Νορβηγία, η Ιταλία, η Σουηδία και η Μάλτα έχουν απαγορεύσει το κάπνισμα σε δημόσιους χώρους, συμπεριλαμβανομένων των μπαρ και εστιατορίων.
- Απαγορεύσεις εφαρμόζονται επίσης στο Ηνωμένο Βασίλειο και το Βέλγιο.
- Η Εσθονία, η Λετονία, το Λουξεμβούργο και η Ισπανία έχουν κάνει αυστηρότερους τους σχετικούς νόμους.
- Στοιχεία από τη Νέα Υόρκη δείχνουν ότι από τότε που απαγορεύτηκε το κάπνισμα σε δημόσιους χώρους, τα δύο τρίτα των καπνιστών προσπάθησαν να το κόψουν.



### Μπορείτε να τα καταφέρετε

Όσο περισσότερο συνεχίζετε το κάπνισμα, τόσο δυσκολότερο γίνεται να το κόψετε. Επομένως, μην το αναβάλλετε επειδή πλησιάζουν οι εξετάσεις, έχετε προβλήματα στις σχέσεις σας ή έχετε να πάτε σε ένα πάρτι.

- Μην προσπαθήσετε μόνοι σας. Υπάρχουν πολλοί που μπορούν να σας βοηθήσουν χωρίς αντάλλαγμα. Η εκστρατεία της Ε.Ε. για μια ζωή χωρίς καπνό στο <http://www.help-eu.com> περιέχει πρακτικές συμβουλές, χρήσιμες διασυνδέσεις και ένα τεστ που μετράει την εξάρτησή σας από τον καπνό.
- Μπορεί να είναι δύσκολο να κόψετε το κάπνισμα, τα εκατομμύρια όμως των πρώην καπνιστών σε όλη την Ευρώπη είναι η απόδειξη ότι είναι κάτι εφικτό. Η νικοτίνη είναι ένα ισχυρό ναρκωτικό – θα χρειαστεί μεγάλη θέληση για να σπάσετε τα δεσμά. Για τους περισσότερους είναι δύσκολο τις πρώτες ημέρες, αισθάνονται όμως καλύτερα μέχρι την τέταρτη ημέρα. Τα συμπτώματα στέρησης συμπεριλαμβάνουν ευερεθιστότητα, αϋπνία και ανησυχία. Είναι όμως κάτι που θα περάσει.
- Εάν είστε πολύ εξαρτημένοι και καπνίζετε αρκετά χρόνια, μπορείτε να δοκιμάσετε άλλου είδους θεραπείες, όπως επιθέματα νικοτίνης ή τσιχλες. Με αυτά η απεξάρτηση από τη νικοτίνη γίνεται σταδιακά χρησιμοποιώντας μικρή δόση νικοτίνης για να κατευναστεί η ακατάσχετη επιθυμία.
- Δείτε τι λένε και άλλοι νεαροί Ευρωπαίοι για το κάπνισμα: επισκεφθείτε τη διεύθυνση [visit http://www.youthandtobacco.com](http://www.youthandtobacco.com) και διαβάστε το Manifesto. Τα πράγματα αλλάζουν – προσπαθήστε κι εσείς να συμβαδίσετε! ■



*«Συμφωνώ με την απαγόρευση του καπνίσματος σε δημόσιους χώρους. Έτσι η ατμόσφαιρα θα είναι πιο καθαρή για όλους.» - Iris, 19*



Για περισσότερες πληροφορίες:



<http://www.help-eu.com>  
<http://www.blackstate.gr/kapnisma.htm>  
<http://www.nosmoking.gr>

## Αλκοόλ

Το αλκοόλ είναι η τρίτη αιτία προβλημάτων υγείας στην Ευρώπη. Οι νέοι σηκώνουν στους ώμους τους ένα δυσανάλογο ποσοστό αυτού του φορτίου, και αυτό τους κάνει μάλλον θύματα παρά αιτία του προβλήματος. Υπάρχουν σοβαρές ανησυχίες σχετικά με την αυξημένη κατανάλωση ποτού σε ανήλικους και τις βλάβες που προξενεί, ιδιαίτερα η ασυλλόγιστη κατανάλωση πολλών ποτών στη σειρά (binge-drinking). Αυτή η τάση έχει παρατηρηθεί σε πολλούς νέους στην Ευρώπη τα τελευταία χρόνια, ιδίως σε κορίτσια.



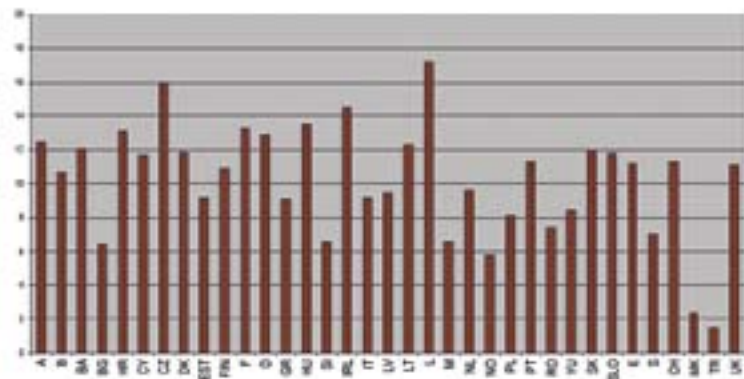
### Οι κίνδυνοι

Οι περισσότεροι νέοι δε νιώθουν ότι θέτουν τον εαυτό τους σε κίνδυνο όταν πίνουν, το αλκοόλ όμως μπορεί να επηρεάσει πολύ αρνητικά την καθημερινή του ζωή. Οι νέοι υποφέρουν περισσότερο από τους ενήλικες από επιπτώσεις στην υγεία τους. Το ποτό μπορεί να προκαλέσει αφυδάτωση, χαμηλό σάκχαρο στο αίμα και δηλητηρίαση. Οι πολύ μεγάλες ποσότητες αλκοόλ μπορεί να αποβούν θανάσιμες – μπορεί να προκαλέσουν κώμα, εμετό ή και πνιγμό κατά τον εμετό. Μπορεί επίσης να προκληθούν βλάβες στον εγκέφαλο και το σώμα, ή ακόμη και κατάθλιψη.

Ακόμη το αλκοόλ ενθαρρύνει μια πιο ελεύθερη στάση απέναντι στο σεξ και σας κάνει αδιάφορος στο να προστατέψετε τον εαυτό σας από μολύνσεις και ανεπιθύμητες εγκυμοσύνες.

Τα τελευταία 10 χρόνια έχει παρατηρηθεί σε πολλές ευρωπαϊκές χώρες αύξηση του αριθμού των νέων με παθήσεις στο ήπαρ. Η εθιστικότητα στο αλκοόλ είναι υποτιμημένη και όσοι πίνουν πολύ όταν είναι νέοι δυσκολεύονται να αλλάξουν αυτή τη συνήθεια αργότερα και μπορεί να χάσουν τον έλεγχο της ίδιας τους της ζωής.

### Λίτρα αλκοόλ που καταναλώνονται ανά άτομο ηλικίας 15+



Πηγή: Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας, 2002.



### Αυτό το γνωρίζατε;

Το 2003, υπολογίζεται ότι το 23% όλων των μαθητών της ΕΕ ηλικίας 15-16 ετών και το 14% των μαθητριών έχουν καταναλώσει ασυλλόγιστα πολλά ποτά στη σειρά για τρεις ή περισσότερες φορές τις τελευταίες 30 ημέρες. Επιπλέον, η κατανάλωση αλκοόλ ευθύνεται για το 10% των θανάτων σε γυναίκες και περίπου για το 25% των θανάτων σε άνδρες σε ηλικίες από 15 – 29 ετών.

### Τι κάνει η ΕΕ;

Ως απάντηση, οι ευρωπαϊκές χώρες και η ΕΕ αναπτύσσουν στρατηγικές που μειώνουν τις αρνητικές συνέπειες του αλκοόλ, ιδιαίτερα για την προστασία των νέων ανθρώπων. Αυτές περιλαμβάνουν αυστηρότερα μέτρα για την πώληση αλκοόλ σε καταστήματα και μπαρ σε ανήλικους, παροχή βοήθειας σε οικογένειες με προβλήματα αλκοολισμού, εκπαίδευση μαθητών για πρώτες βοήθειες, και έλεγχος των εταιριών παρασκευής αλκοολούχων ποτών ώστε να μην έχουν στόχο τους νέους μέσω της διαφήμισης. Μια άλλη τακτική που εφαρμόζεται από κάποιες χώρες είναι η αύξηση της τιμής πολλών αλκοολούχων ποτών που προτιμούνται από εφήβους, ώστε να μη μπορούν να τα αγοράσουν. ■



Περισσότερες πληροφορίες σχετικά με το τι γίνεται σε επίπεδο ΕΕ μπορείτε να βρείτε στο:



<http://health.europa.eu>

Που θα βρείτε βοήθεια:

<http://www.mednet.gr>

<http://www.help-net.gr/Themes/Alkool.htm>

Γραμμή συμπαράστασης νέων: 2821045046

## Σεξουαλικά μεταδιδόμενες ασθένειες

**Οι σεξουαλικά μεταδιδόμενες ασθένειες και μολύνσεις (STI) βρίσκονται σε έξαρση σε όλη την Ευρώπη.**

**Ο ιός HIV (AIDS) είναι ένα τεράστιο πρόβλημα τόσο για ομοφυλόφιλους όσο και ετεροφυλόφιλους νέους ανθρώπους και το 21% των πρόσφατων περιπτώσεων ασθενών που πάσχουν από τον ιό στην ΕΕ αφορά νέους από 15 έως 24 ετών. Έχουν επίσης αναφερθεί αυξημένες περιπτώσεις χλαμύδιας, γονόρροιας και σύφιλης σε μεγαλύτερους έφηβους – ειδικά γυναίκες. Για αυτή την εξάπλωση ευθύνεται η υψηλού κινδύνου σεξουαλική συμπεριφορά και η περιορισμένη χρήση προφυλακτικών.**

Όποιος προχωράει στην ερωτική πράξη χωρίς προφυλακτικό μπορεί να κολλήσει κάποια σεξουαλικά μεταδιδόμενη ασθένεια από ένα άτομο που έχει ήδη μολυνθεί – ακόμη και από την πρώτη φορά. Οι ασθένειες αυτές μεταδίδονται και μέσω του στοματικού έρωτα. Δεν υπάρχει τρόπος να διαπιστώσουμε αν ο άλλος έχει μολυνθεί, εκτός αν μας το πει ο ίδιος.

Να θυμάστε: αν χρησιμοποιείτε προφυλακτικό– με την προϋπόθεση ότι το χρησιμοποιείτε σωστά και κάθε φορά – μπορείτε να αποφύγετε τις περισσότερες σεξουαλικά μεταδιδόμενες ασθένειες. Άλλα αντισυλληπτικά μέτρα, όπως το χάπι, δεν σας προσφέρουν προστασία από αυτές τις ασθένειες.

Προφανώς ο καλύτερος τρόπος για να μη μολυνθείτε από κάποια σεξουαλικά μεταδιδόμενη ασθένεια είναι να αποφεύγετε τη σεξουαλική επαφή. Αν είστε σεξουαλικά δραστήριοι, η αλλαγή πολλαπλών ερωτικών συντρόφων αυξάνει τον κίνδυνο μόλυνσης. Πιο ασφαλής είναι μια αμοιβαία μονογαμική σχέση με χρήση προφυλακτικού.

### Ενημερωθείτε

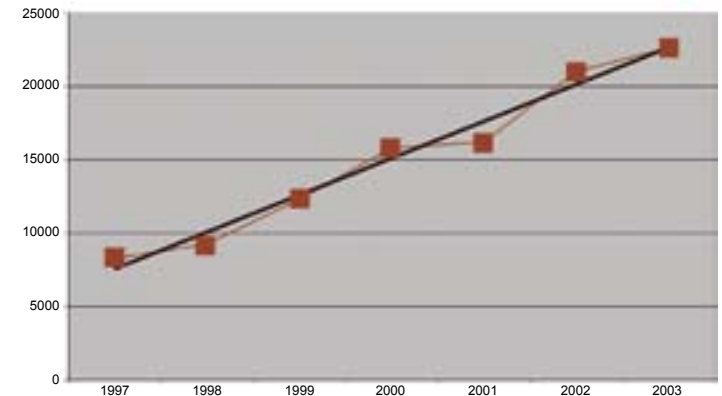
Είναι σημαντικό να είστε ενημερωμένοι για τους διάφορους τύπους μόλυνσης, επειδή τα συμπτώματα είναι δύσκολο να εντοπιστούν.

- Η χλαμύδια είναι η πιο συνηθισμένη και ταχύτερα σεξουαλικά μεταδιδόμενη ασθένεια στο Ηνωμένο Βασίλειο. Υπολογίζεται ότι περίπου μια στις 10 σεξουαλικά δραστήριες νέες γυναίκες μπορεί να έχουν μολυνθεί. Πρόκειται για βακτηριακή μόλυνση αλλά πολλοί άνθρωποι, και ιδίως οι γυναίκες, έχουν λίγα ή καθόλου συμπτώματα. Αν δεν θεραπευθεί μπορεί να προκαλέσει στειρότητα.
- Η γονόρροια βρίσκεται επίσης σε αυξητικά επίπεδα. Μπορεί να μην υπάρχουν συμπτώματα. Θεραπεύεται με τη λήψη αντιβιοτικών.
- Ο ιός HIV είναι μια θανάσιμη σεξουαλικά μεταδιδόμενη ασθένεια που καταστρέφει το ανοσοποιητικό σύστημα. Αυτό μπορεί να επιβραδυνθεί καταπολεμώντας τον ιό με αντιρετροϊκά φάρμακα. Όταν όμως τελικά το ανοσοποιητικό σύστημα ενός ανθρώπου καταρρεύσει, τότε είναι επιρρεπής σε άλλες ασθένειες, ιδίως μολύνσεις όπως φυματίωση, πνευμονία και καρκίνος. Σε αυτό το στάδιο, η διάγνωση είναι



ότι ο ασθενής πάσχει από AIDS. Υπάρχει ωστόσο ο φόβος ότι η νέα γενιά των ανθρώπων αγνοεί τους κινδύνους, καθώς τα ποσοστά της μόλυνσης συνεχίζουν να αυξάνονται.

### Πρόσφατα διαγνωσμένες περιπτώσεις με τον ιό HIV (AIDS) στην ΕΕ, 1997-2003



Σημείωση: εξαιρούνται τα στοιχεία από τη Γαλλία μέχρι το 2003.  
Πηγή: EuroHIV. HIV/AIDS Surveillance in Europe. Τέλος του 2004.

### Αν υποπτευθείτε ότι πάσχετε από σεξουαλικά μεταδιδόμενη ασθένεια...

- Τα αγόρια πρέπει να προσέξουν αν παρατηρηθούν εξογκώματα στο πέος, πόνος και κνησμός. Τα κορίτσια πρέπει να προσέξουν τις κοιλιακές εκκρίσεις, τον πόνο κατά την ούρηση, τον κνησμό ή τον πόνο.
- Αν ανησυχείτε, επισκεφθείτε έναν γιατρό και λάβετε θεραπευτική αγωγή ώστε να μην κάνετε κακό στον εαυτό σας ή τον σύντροφό σας.
- Παρέχεται επίσης βοήθεια σε κλινικές σεξουαλικής υγείας.

Να θυμάστε ότι όλες οι σεξουαλικά μεταδιδόμενες ασθένειες μπορούν να θεραπευθούν εκτός από τον ιό HIV. Αν όμως αυτό δε γίνει εγκαίρως, μπορεί να προκαλέσουν μόνιμη ή προσωρινή βλάβη. Κάποιες μεταδίδονται από τη μητέρα στο έμβρυο και προκαλούν γενετικές ανωμαλίες. Κάποιες άλλες, όπως ο έρπης, δε θεραπεύονται και μεταδίδονται στους σεξουαλικούς συντρόφους για όλη σας τη ζωή. Αν είστε σταθερά σε μια μονογαμική σχέση και θέλετε να σταματήσετε τη χρήση προφυλακτικού, πρέπει πρώτα να κάνετε και οι δύο ιατρικές εξετάσεις ώστε να εξαιληθεί η πιθανότητα κάποιας σεξουαλικά μεταδιδόμενης ασθένειας. ■

Για περισσότερες πληροφορίες, ελέγξτε τους εξής δικτυακούς τόπους:



<http://www.ephebiatrics.gr>

<http://health.in.gr/news/article.asp?lngArticleID=31071>

<http://www.hiv.gr>

[http://www.lucistrust.org/greek/goodwill/nl/2003/wg\\_nl\\_2003\\_4.pdf](http://www.lucistrust.org/greek/goodwill/nl/2003/wg_nl_2003_4.pdf)

## Παχυσαρκία – ο σύγχρονος εχθρός

**Στην Ευρώπη, ο αριθμός των παχύσαρκων νέων έχει αυξηθεί ανησυχητικά. Εκτός του ότι καταναλώνουν τροφές που περιέχουν πολλά λιπαρά και ζάχαρη, πολλοί μαθητές προτιμούν να κάθονται στον καναπέ και να τρώνε μπροστά από την τηλεόραση από το να κινούνται κάνοντας κάποιο άθλημα.**

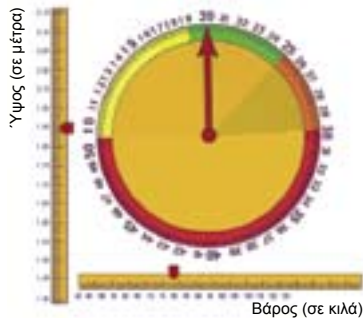
### Τα στοιχεία

1. Τα ποσοστά παχυσαρκίας έχουν τριπλασιαστεί σε πολλές ευρωπαϊκές χώρες από τη δεκαετία του 1980. Σύγκριση των δεδομένων από μελέτες που διεξάχθηκαν σε σχολεία το 1997 και 1998 δείχνουν ότι οι ΗΠΑ, η Ιρλανδία, η Ελλάδα και η Πορτογαλία είχαν τα υψηλότερα ποσοστά παχυσαρκίας. Η παχυσαρκία στα παιδιά και τους εφήβους ραγδαία εξελίσσεται σε μια παγκόσμια επιδημία με τεράστιες προεκτάσεις στη δημόσια υγεία καθώς τα υπέρβαρα παιδιά γίνονται υπέρβαροι ενήλικες. Το 8% του ενήλικου πληθυσμού είναι υπερβολικά παχύσαρκοι όπως ορίζεται από το ΔΜΣ>30 και 25% των παιδιών και εφήβων είναι υπέρβαροι. Τα ποσοστά παχυσαρκίας σε γυναίκες τείνουν να είναι υψηλότερα απ' ό,τι σε άντρες και έχουν φτάσει στην Ελλάδα το 38%.
2. Τρία εκατομμύρια μαθητών στην Ευρώπη είναι παχύσαρκοι. Και κάθε χρόνο, ακόμη 85.000 περίπου παιδιά γίνονται παχύσαρκα – ένας αριθμός που προκαλεί μεγάλη ανησυχία. Το να είναι κάποιος παχύσαρκος στην παιδική του ηλικία σημαίνει ότι ως ενήλικας μπορεί να παρουσιάσει ασθένειες όπως διαβήτη τύπου II.
3. Η αύξηση των ποσοστών παχυσαρκίας είναι παράλληλη με την αυξανόμενη αναλογία των υπέρβαρων ανθρώπων. Υπολογίζεται ότι ο μισός ενήλικος πληθυσμός και το ένα τέταρτο των μαθητών στην ΕΕ είναι υπέρβαροι. Τα υπέρβαρα παιδιά διατηρούν συνήθως το υπερβολικό βάρος σε όλη την ενήλικη ζωή τους και είναι πιο πιθανό να γίνουν παχύσαρκα.



### Δείκτης μάζας σώματος: KG/M<sup>2</sup>

- 10-19 Κάτω από το κανονικό
- 19-25 Κανονικό
- 25-30 Πάνω από το κανονικό
- 30+ Παχύσαρκο



BMI = το βάρος σας σε κιλά ÷ (το ύψος σας σε μέτρα x το ύψος σας σε μέτρα)

4. Ο τρόπος ζωής είναι η κύρια αιτία. Σε όλη την Ευρωπαϊκή Ένωση, καταναλώνονταν την ημέρα περίπου 300 θερμίδες περισσότερες το 1999 από το 1970 ανά άτομο. Ένας στους τρεις Ευρωπαίους δεν ασκείται και ο μέσος Ευρωπαίος περνάει καθιστός πάνω από πέντε ώρες την ημέρα.

### Ποιο είναι το τίμημα;

Οι υπέρβαροι νέοι είναι πιθανό να παρουσιάσουν σοβαρά προβλήματα υγείας στη μετέπειτα ενήλικη ζωή τους. Ήδη έως και το 7% του ετήσιου εθνικού προϋπολογισμού υγείας στην ΕΕ δαπανάται για τη θεραπεία χρόνιων ασθενειών που σχετίζονται με την παχυσαρκία, όπως διαβήτης, καρκίνος και καρδιακές παθήσεις. Αυτό το ποσοστό θα αυξηθεί περαιτέρω τα επόμενα χρόνια. Σε αυτό προστίθενται και οι οικονομικές δαπάνες που προκαλούνται από την αρρώστια, τον κοινωνικό αποκλεισμό και τον πρόωρο θάνατο.



Η αύξηση στα ποσοστά παχυσαρκίας σε όλη την Ευρώπη θα μπορούσε να έχει ως αποτέλεσμα να πεθαίνουν οι νέοι άνθρωποι νωρίτερα από τους γονείς τους. Ορισμένα παχύσαρκα παιδιά υποφέρουν ήδη από 'ενήλικες' ασθένειες όπως διαβήτη τύπου 2 και ενδέχεται να αναπτύξουν κάποιες μορφές καρκίνου, καρδιακών παθήσεων, εμφράγματος και αρθρίτιδας κατά την ενήλικη ζωή τους.

### Πώς μπορείτε να βοηθήσετε τον εαυτό σας

- Να βλέπετε λιγότερη τηλεόραση και να ασκείστε περισσότερο. Να βάλετε στόχο μια ώρα άσκησης την ημέρα και να περιορίσετε την τηλεόραση στη μία ώρα.
- Δε χρειάζεται να κάνετε κάποιο άθλημα για να γυμναστείτε. Πηγαίνετε στο σχολείο με τα πόδια ή το ποδήλατο. Ανεβείτε με τις σκάλες και όχι το ασανσέρ. Βγάλτε το σκύλο βόλτα ή κολυμπάτε τακτικά.
- Τρώτε τουλάχιστον πέντε μερίδες φρούτων και λαχανικών την ημέρα. Κάνουν καλό στην επιδερμίδα και τα μαλλιά σας, σας παρέχουν θρεπτικά συστατικά και αυξάνουν την προστασία από διάφορες ασθένειες.
- Τα ενδιάμεσα γεύματα είναι OK αλλά πρέπει να είναι θρεπτικά – μπορείτε να φάτε ένα σάντουιτς και ένα ποτήρι γάλα, αντί για μια σοκολάτα. Όταν είστε έξω μπορείτε να έχετε μαζί σας ξηρούς καρπούς ή φρέσκα φρούτα.
- Μην παίρνετε συχνά σνακ από έξω – είναι συνήθως πολύ υψηλά σε λιπαρά.
- Να τρώτε τακτικά γεύματα – ιδιαίτερα καλό πρωινό. Έτσι θα είναι λιγότερο πιθανό να τσιμπολογήσετε κατά τη διάρκεια της ημέρας.
- Να πίνετε νερό αντί για αναψυκτικά που έχουν πολλές θερμίδες. Και να θυμάστε ότι τα αλκοολούχα ποτά περιέχουν επίσης πολλές θερμίδες.





## Τουρισμός που δεν επιβαρύνει το περιβάλλον

**Όλοι αγαπάμε τις διακοπές και στον 21ο αιώνα κάνουμε περισσότερες διακοπές από ποτέ. Μέρη που παλιότερα φάνταζαν εξωτικά όπως η Ταϊλάνδη, η Βραζιλία ή η Καραϊβική πλέον απέχουν μόλις μια πτήση με αεροπλάνο.**

Έτσι δεν προξενεί έκπληξη το ότι ο τουρισμός είναι πλέον μια από τις μεγαλύτερες βιομηχανίες παγκοσμίως και συνεχίζει την ανοδική του πορεία. Ο Παγκόσμιος Οργανισμός Τουρισμού προβλέπει ότι μέχρι το 2020 θα υπάρχουν 1,6 δισεκατομμύρια τουρίστες το χρόνο.

Οι διακοπές μας όμως μπορεί να έχουν τεράστιες κοινωνικές και περιβαλλοντικές επιπτώσεις: έχουν τη δύναμη να υποστηρίζουν την οικονομική και κοινωνική ανάπτυξη των φτωχότερων χωρών, μπορούν ωστόσο να επηρεάσουν αρνητικά το περιβάλλον και τους τοπικούς πολιτισμούς. Η εισροή των τουριστών ασκεί πίεση στο περιβάλλον, αυξάνει τη μόλυνση στο έδαφος και το νερό και υπερ-εκμεταλλεύεται τους πόρους. Για παράδειγμα, η δημιουργία ξενοδοχείων σε όμορφες τροπικές παραλίες σημαίνει ότι επιβαρύνονται οι πόροι νερού και παράγονται περισσότερα σκουπίδια. οι φυσικοί βιότοποι καταστρέφονται για να δημιουργηθεί χώρος για κτίρια και θέσεις στάθμευσης.

Οι αρνητικές επιπτώσεις επεκτείνονται και στον τρόπο μετάβασης στον τουριστικό προορισμό: τα αεροπορικά ταξίδια είναι μια από τις μεγαλύτερες πηγές εκπομπών διοξειδίου. Μια γυναίκα που ταξίδευε από το Ηνωμένο Βασίλειο ανησυχούσε τόσο πολύ για τις επιπτώσεις των αεροπορικών πτήσεων στο περιβάλλον, ώστε προτίμησε να πάει στο γάμο ενός φίλου στην Αυστραλία με τρένο και στη συνέχεια με πλοίο που κουβαλούσε εμπορεύματα – της πήρε όμως οχτώ εβδομάδες για να φτάσει αντί για 24 ώρες!

Αν σκοπεύετε να πάτε διακοπές, προσπαθήστε να βρείτε ένα τουριστικό γραφείο που ειδικεύεται σε οικολογικές διακοπές, οι οποίες βλάπτουν όσο το δυνατό λιγότερο το περιβάλλον και δεν διαταράσσουν σε μεγάλο βαθμό τις ζωές των ντόπιων κατοίκων. Να ταξιδεύετε με τέτοιο τρόπο ώστε οι επιπτώσεις στο περιβάλλον να είναι όσο το δυνατό πιο ήπιες. ■



Για περισσότερες πληροφορίες, δείτε τα παρακάτω: <http://www.ecotravel.gr/index.php>  
[http://www.greek-ecotourism.gr/default.asp?V\\_LANG\\_ID=6](http://www.greek-ecotourism.gr/default.asp?V_LANG_ID=6)  
<http://www.agrotourism.gr>

Δραστηριότητα	41 kg	50 kg	59 kg	68 kg	82 kg	91 kg	100 kg	109 kg
Μπάντμιντον	135	165	195	225	270	300	330	360
Ποδηλασία (16 χλμ/ ώρα)	112	138	162	188	225	250	275	300
Μπόουλινγκ	50	60	72	82	99	110	121	132
Κούρεμα γκαζόν	122	149	175	202	243	270	297	324
Τρέξιμο (13 χλμ/ ώρα)	274	336	396	458	549	610	671	732
Κολύμπι (50 μέτρα/ λεπτό)	202	248	292	338	405	450	495	540
Τέννις	144	176	208	240	288	320	352	384
Καθάρισμα με ηλεκτρική σκούπα	68	82	98	112	135	150	165	180
Βάδισμα (5 χλμ/ ώρα)	72	88	104	120	144	160	176	192

Αυτός ο πίνακας δείχνει πόσες θερμίδες καίτε ανά μισή ώρα, ανάλογα με το βάρος σας.

Για περισσότερες πληροφορίες: <http://www.paxysarkia.gr>



<http://health.in.gr>

<http://www.eatingdisorders.gr>



## Ακολουθήστε τη συμβουλή ενός Σεφ!



Δεν είναι δύσκολο να προετοιμάσει κανείς ένα υγιεινό, απλό και νόστιμο γεύμα. Ο καθένας μπορεί να αποκτήσει τη συνήθεια να αγοράζει εποχικά συστατικά και να μάθει να απολαμβάνει την προετοιμασία και το μαγείρεμά τους.

Με ποιο τρόπο; Θα σας πουν οι Σεφ στην “Ευρωπαϊκή ημέρα υγιεινής διατροφής” που χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Επιτροπή. Κάποιοι σεφ θα εγκαταστήσουν τα εστιατόριά τους σε σχολεία, άλλοι θα προσκαλέσουν τα σχολεία στα εστιατόριά τους. Θα σας μάθουν γιατί είναι σημαντικό να προετοιμάζουμε τα γεύματά και να τρώμε μαζί με την οικογένεια, θα σας βοηθήσουν να ανακαλύψετε ό,τι χρειάζεται για ένα ισορροπημένο, εύγευστο και χρωματιστό γεύμα και μπορεί ακόμη και να σας αποκαλύψουν κάποια από τα καλά κρυμμένα μυστικά τους.

Είστε λοιπόν ανάμεσα σε αυτούς που θα προσκληθούν; Μάθετε περισσότερα στο <http://www.euro-toques.org>. ■

## Δίκαιο και αλληλέγγυο εμπόριο

### Ξέρετε τι αγοράζετε;

*Γνωρίζετε ποιες είναι οι συνθήκες στα εργοστάσια που κατασκευάζονται τα τζιν που φοράτε; Εργάζονται εκεί και παιδιά; Πόσο πληρώθηκε ο αγρότης για τις μπανάνες που μόλις αγοράσατε στο σούπερ μάρκετ; Έχουν τη δυνατότητα οι αγρότες και οι εργάτες να στείλουν τα παιδιά τους στο σχολείο; Η τιμή που πληρώνετε είναι θεμιτή;*

Όλα αυτά είναι πολύ σημαντικά ερωτήματα και πρέπει να τα λαμβάνετε υπόψη όταν αγοράζετε κάτι καινούργιο. Το δίκαιο εμπόριο είναι ένα ζήτημα που απασχολεί όλο και πιο πολύ τις ευρωπαϊκές χώρες και άλλα αναπτυσσόμενα έθνη. Όλο και περισσότεροι καταναλωτές ψηφίζουν μέσω των αγορών τους – αν δεν τους αρέσει ο τρόπος με τον οποίο μια εταιρία λειτουργεί απλώς αγοράζουν προϊόντα από αλλού. Πολλές εταιρίες αναγκάστηκαν να αλλάξουν τις πολιτικές τους για την απασχόληση και το περιβάλλον λόγω του μπούκοτζ που υπέστησαν από τους καταναλωτές.

### Τι είναι για εσάς δίκαιο;

Σε όλους μας αρέσει να βρισκουμε προσφορές και να εξοικονομούμε χρήματα σε ρούχα, τρόφιμα και ηλεκτρικές συσκευές. Στην Ευρώπη όμως δεν πιστεύουμε στο εμπόριο με οποιοδήποτε τίμημα. Θα σας ευχαριστούσε να αγοράζατε φθηνά αθλητικά παπούτσια αν γνωρίζατε ότι κατασκευάστηκαν από ένα παιδί που εκείνη τη στιγμή έπρεπε να βρίσκεται στο σχολείο; Θα ήσασταν ευχαριστημένοι αν βρίσκατε μια τηλεόραση σε τιμή ευκαιρίας αν γνωρίζατε ότι ο εργάτης που τη συσκεύασε τραυματίστηκε επειδή δούλευε σε περιβάλλον που δεν πληρούσε τις προϋποθέσεις ασφάλειας;

Η ΕΕ αντιπύεται στην εξαναγκαστική εργασία των παιδιών. Και στις ευρωπαϊκές χώρες τα δικαιώματα των εργαζομένων είναι εμποτισμένα με την ευρωπαϊκή κουλτούρα. Η ΕΕ θέλει να συναλλάσσεται με εταίρους που σέβονται τα βασικά



### Οι γνώμες των καταναλωτών

*Σε μια πρόσφατη έρευνα, το 92% των Ευρωπαίων καταναλωτών υποστήριξε ότι οι εταιρίες έχουν την ευθύνη να ελέγχουν τη σωστή συμπεριφορά των προμηθευτών σε όλο τον κόσμο.*

κριτήρια υγείας, ασφάλειας και περιβάλλοντος. Σε χώρες που δεν τηρούνται αυτές οι προϋποθέσεις, οι εταιρίες εκμεταλλεύονται τους εργάτες, μολύνουν το περιβάλλον και παράγουν προϊόντα σε ασύγκριτα χαμηλές τιμές θέτοντας έτσι σε κίνδυνο τις θέσεις εργασίας στην Ευρώπη. Έτσι, αν κάτι είναι απίστευτα φθηνό, λάβετε υπόψη ότι αυτό μπορεί να συμβαίνει επειδή έχει παραχθεί με αθέμιτα μέσα.

Σε αντίθεση με άλλες χώρες, οι χώρες μέλη της ΕΕ σέβονται όλες τις βασικές συνθήκες για τα δικαιώματα των εργαζομένων που θεσπίστηκαν από τον Διεθνή Οργανισμό Εργασίας (International Labour Organisation). Αυτές περιλαμβάνουν την απαγόρευση της δουλειάς και της εξαναγκαστικής εργασίας παιδιών, της διάκρισης ανάλογα με τη φυλή, το φύλο κλπ. και την εγγύηση ότι οι εργάτες μπορούν να συμμετέχουν σε συλλόγους όπως είναι τα εργατικά σωματεία.



### Μπορείτε να κάνετε τη διαφορά;

Ως απάντηση στις απαιτήσεις των καταναλωτών, πολλές εταιρίες μπαίνουν σε μεγάλη ταλαιπωρία για να βεβαιωθούν ότι οι συνθήκες σε όλη την αλυσίδα παραγωγής πληρούν τις απαραίτητες προϋποθέσεις και δεν τους κάνουν να ντρέπονται. Η ιδέα του «δικαιου εμπορίου» πηγαίνει παραπέρα και βοηθά τους φτωχότερους παραγωγούς σε αναπτυσσόμενες χώρες να εξασφαλίσουν καλή τιμή για τα προϊόντα τους.



Στο παρελθόν, τα προϊόντα δίκαιου και αλληλέγγυου εμπορίου πωλούνταν συνήθως μέσω φιλανθρωπικών ιδρυμάτων ή μικρών, ανεξάρτητων παραγωγών και λιανέμπορων. Πλέον όλο και περισσότερα μεγάλα ονόματα, σούπερ μάρκετ και άλλοι λιανέμποροι αρχίζουν να πουλάνε προϊόντα δίκαιου εμπορίου, είτε πρόκειται για τσάι και καφέ, βαμβακερές κάλτσες ή τζιν.

Επειδή οι εργάτες και οι αγρότες λαμβάνουν μια δίκαιη τιμή για τα προϊόντα τους, αυτά μπορεί να είναι πιο ακριβά από άλλα προϊόντα, αν και αυτό δε συμβαίνει πάντα.

Πώς μπορείτε να είστε σίγουροι ότι κάτι έχει παραχθεί σε συνθήκες με τις οποίες θα ήσασταν ικανοποιημένοι; Ένας τρόπος είναι να δείτε αν υπάρχει το Διεθνές Σήμα Πιστοποίησης Δίκαιου και Αλληλέγγυου Εμπορίου (International Fair Trade Certification Mark). Με αυτό διασφαλίζεται ότι τα προϊόντα πληρούν ένα σύνολο διεθνώς συμφωνημένων ηθικών κριτηρίων. Το Σήμα καλύπτει τα εξής προϊόντα: καφέ, τσάι, κακάο, ζάχαρη, μέλι, μπανάνες, φρέσκα φρούτα και λαχανικά, αποξηραμένα φρούτα, χυμούς φρούτων, ρύζι, κρασί, καρύδια και ηλιόσπορο, λουλούδια, διακοσμητικά φυτά, βαμβάκι και μπάλες αθλημάτων.

Πρέπει να γνωρίζετε ότι ορισμένες εταιρίες ισχυρίζονται ότι ενδιαφέρονται για το δίκαιο εμπόριο, ωστόσο φροντίζουν μόνο τους εργάτες τους ενώ αδιαφορούν για τις υπόλοιπες πρακτικές στην αλυσίδα προμηθειών. Κάποιες μπορεί να υπονοούν ότι λειτουργούν σύμφωνα με τα πρότυπα του δίκαιου εμπορίου ενώ κάτι τέτοιο δεν ισχύει. Η συζήτηση για δίκαιο και αλληλέγγυο εμπόριο αποκτά συνεχώς διαφορετικές πτυχές και μερικές φορές είναι δύσκολο να καταλάβει κανείς ποια προϊόντα αξίζουν την υποστήριξή του.

Αν θέλετε και εσείς να συνεισφέρετε ώστε να γίνει το εμπόριο ακόμη πιο δίκαιο, τότε ρίξτε μια πιο προσεκτική ματιά στις ετικέτες που αναγράφονται στα προϊόντα που αγοράζετε και προσέξτε τι ισχυρίζονται οι κατασκευαστές για τα προϊόντα. Αν θέλετε να μάθετε περισσότερα, μπορείτε να απευθυνθείτε στην εταιρία και να μάθετε για τις πρακτικές και πολιτικές της – πώς είναι οι συνθήκες εργασίας; Μπορείτε επίσης να ανατρέξετε στην ιστοσελίδα της εταιρίας και να δείτε τις πληροφορίες που βρίσκονται εκεί είτε από την ίδια την εταιρία είτε από άλλους για την εταιρία. ■



Για περισσότερες πληροφορίες: <http://www.fairtrade.gr>



<http://www.fairtrade.net>

<http://www.rainforest-alliance.org>

<http://www.beuc.org>