

Europos *dienoraštis*

Pasirink protingai!

- Europos Sąjunga
- Saugūs vartotojai
- Informuoti vartotojai
- Interneto vartotojai
- Sveiki vartotojai
- Atsakingi vartotojai
- Subalansuotas vartojimas



© Europos Bendrijos, 2006

Europos Komisija



LIUVOS
VARTOTOJŲ
INSTITUTAS



LT

Europos *dienoraštis*

Pasirink protingai!



Europos dienoraštis



Pasirink protingai!

2006 / 2007



Generalinis direktoratas, kuris yra atsakingas už sveikatos ir vartotojų apsaugą Europos Komisijoje, džiaugiasi galėdamas jums pasiūlyti „**Europos dienoraštį. Pasirink protingai!**“, kuris buvo sukurtas kad suprastum savo, kaip vartotojo, teises ir pareigas šiandieninėje Europoje. Mokykla užsakė dienoraštį tau, tad tikimės, kad patiks jį naudoti ir mokykloje, ir namuose.

http://europa.eu.int/pol/cons/index_lt.htm

**NUO TAVĖS PRIKLAUSO, AR KLIMATAS KEISIS.
TAUPLYK ENERGIJĄ. RŪŠIUOK ATLIEKAS. VAIKŠČIOK. KEISKIS**

www.climatechange.eu.com



Europos dienoraštis. Pasirink protingai! 06/07

Pavardė

Vardas

Gimimo data

Adresas

Šalis

Telefonas

Mobilusis telefonas

Elektroninio pašto adresas

Mokyklos pavadinimas

Mokyklos adresas

Klasė

Klasės auklėtojas

Nelaimės atveju skambinti telefonu

Leidėjas:

Tarptautinis koordinatorius:

Leidybos koordinatorius:

Nacionalinis koordinatorius:

Grafika ir spauda:

Viršelis:

Redaktoriai:

Catie Thorburn

Sylvie Huysmans

Stéphanie Racette

Zita Čeponytė

Dominique Chasseur, Yannick Muller

Patrick Incorvaia

Justin Stares, Alexander MacLeod,

Irina Glebavičiūtė

© Europos Bendrijos, 2006

Leidimų įvairiomis kalbomis vertėjai:

Ivan Alba, Jacob Applinger, Eili Heinmets, Kaspars Briskens, Jacob Hestoy, Catherine Dib, Claus Eschemann, Donatienne Joris, Ifigenia Kastanara, Monika Kavalir, Jan Kroupa, Zita Pásztor, Violetta Polese, Vilius Maniušis, Klaar Roeland, Maria José Santos, Magdalena Tosik, Veronika Vajdova, Valtteri Varpela.

Pagrindinis koordinatorius:

Europos kartos fondas

(Generation Europe Foundation)

Chaussée St. Pierre, 123

B-1040 Brussels, Belgium

El. paštas: info@generation-europe.org

Interneto svetainės:

http://www.generation-europe.org

(užsakydamas internetu)

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

(diskusijos, apžvalgos, intranetas)

Projekto partneris Lietuvoje:

Lietuvos vartotojų institutas

S. Konarskio 49, LT – 03123 Vilnius

Tel. (8 – 5) 231 07 11

Fax. (8 – 5) 231 07 11

Kontaktinis asmuo: Irina Glebavičiūtė

El. paštas: info@vartotojai.lt

Interneto svetainė: http://www.vartotojai.lt

Šis dienoraštis išleistas šiose šalyse:

Airijoje, Austrijoje, Belgijoje, Čekijos Respublikoje, Danijoje, Estijoje, Graikijoje, Ispanijoje, Italijoje, Jungtinėje Karalystėje, Kipre, Latvijoje, Lenkijoje, Lietuvoje, Liuksemburge, Maltoje, Olandijoje, Prancūzijoje, Portugalijoje, Slovakijoje, Slovėnijoje, Suomijoje, Suomijoje (švedų kalba), Švedijoje, Vengrijoje ir Vokietijoje.

Padėka:

Šis leidimas buvo ruošiamas padedant ir patariant nacionaliniams redaktoriams. Mes norėtume padėkoti daugeliui žmonių ir organizacijų, kurios prisidėjo ruošiant šį dienoraštį ir ypatingai mūsų nacionaliniam partneriui - Lietuvos vartotojų institutui. Dėkingi esame HELP kampanijai, Klimato pokyčių kampanijai, CEPI/StoraEnso, kurių dėka galėjome išleisti papildomus leidinio egzempliorius.

Informacija, pateikta šiame leidinyje, buvo kruopščiai parinkta ir, mūsų žiniomis, buvo tiksliai pateikiant ją spaudai. Leidėjas neprisiima jokios atsakomybės dėl klaidų ar trūkumų. Ne visos pateiktos nuomonės yra leidėjo.

Europos Komisija ir leidėjas neatsako už pateiktą interneto tinklalapių turinį, išskyrus jų pačių tinklalapius. "Trečiųjų šalių" tinklalapiai šiame leidinyje yra pateikiami tik kaip pavyzdžiai ir jokių būdu tai nėra baigtinis sąrašas.

Spausdinimas:

Lannoo Printers, Belgija - http://www.lannooprint.com



Įžanginis žodis	5
ES laiko juosta	6
Žvilgsnis į ES	8
Nesąžininga veikla	12
ES valstybių narių duomenys	14
DG SANCO	20
Įsidauginęs pasaulis	23
Prisijunk prie pasaulinio tinklo	28
Autorių teisės	32
Interneto draugai	34
Interneto įpročiai	36
Kas yra etiketėje?	38
Etiketės ir jų tikrosios reikšmės	42
Ką reiškia tie maži paveikslukai?	44
Kaip skūstis? Kovok už save!	47
Mirtys keliuose	50
Rūkalių pragaras	52
Gyvenimo būdo pusiausvra	56
Nuo tavęs priklauso, ar klimatas keisis	60
Euras tavo kišenėje	68
Euras Lietuvoje	72
Skolų valdymas	76
Kelionės ES?	79
Kas yra prekės ženkle?	82
Reklama	86
Aplinkai reikia TAVES!	89
Tausojantis popieriaus ciklas	92
Eko ženklavimas	94
Ar pažįsti perdirbimo simbolius?	96

2006

Sausis

P	A	T	K	P	Š	S
					1	2
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

Vasaris

P	A	T	K	P	Š	S
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28					

Kovas

P	A	T	K	P	Š	S
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

Balandis

P	A	T	K	P	Š	S
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

Gegužė

P	A	T	K	P	Š	S
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

Birželis

P	A	T	K	P	Š	S
		1	2	3	4	
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

Liepa

P	A	T	K	P	Š	S
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

Rugpjūtis

P	A	T	K	P	Š	S
1	2	3	4	5	6	
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

Rugsėjis

p	a	t	k	p	š	s
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

Spalis

p	a	t	k	p	š	s
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

Lapkritis

p	a	t	k	p	š	s
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

Gruodis

p	a	t	k	p	š	s
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

2007

Sausis

P	A	T	K	P	Š	S
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

Vasaris

P	A	T	K	P	Š	S
		1	2	3	4	
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28				

Kovas

P	A	T	K	P	Š	S
		1	2	3	4	
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

Balandis

P	A	T	K	P	Š	S
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

Gegužė

P	A	T	K	P	Š	S
1	2	3	4	5	6	
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

Birželis

P	A	T	K	P	Š	S
		1	2	3		
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

Liepa

P	A	T	K	P	Š	S
					1	
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

Rugpjūtis

P	A	T	K	P	Š	S
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

Rugsėjis

P	A	T	K	P	Š	S
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

Spalis

P	A	T	K	P	Š	S
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

Lapkritis

P	A	T	K	P	Š	S
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

Gruodis

P	A	T	K	P	Š	S
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

Įžanginis žodis



Europos Sąjungoje labai išaugo jaunimo pasirinkimo galimybės, darosi vis sunkiau apsispręsti. Kaip Sveikatos ir vartotojų apsaugos Komisaras, aš privalau įtraukti jaunimą į Europos ateities formavimo procesą.

Pirmieji du "Europos dienoraščio. Pasirink protingai!" leidimai buvo tikra sėkmė. Šis dienoraštis mums padėjo pasiekti tokius kaip tu moksleivius visoje Europoje ir sužinoti, ką kita ES karta mano apie vartotojų teises išsiplėtusioje Sąjungoje. Šių metų leidimas turėtų paskatinti jaunus žmones žengti dar vieną žingsnį savo

sveikatos ir vartojimo linkme. Mūsų tikslas - užtikrinti visiems ES piliečiams vienodas teises visoje Europoje, nesvarbu, kur jie gyvena, valgo ar perka.

Šiame dienoraštyje yra daug informacijos apie tavo, kaip vartotojo, teises ir tų teisių teikiamus privalumus tau keliaujant, perkant, naršant internete, gyvenant ir mokantis visoje ES.

Tu turi tiek daug pasirinkimų, todėl reikalinga tinkama informacija, kad galėtum pasirinkti tai, kas tau geriausia. Būdamas Europos Sąjungos piliečiu tu gali pirkti ką nori, kur nori ir žinoti, kad galėsi įsigytą daiktą gražinti, jei jis neveiks ar bus netinkamos kokybės. ES galioja teisės aktai, apsaugantys nuo sukčių prekeivių naujausių sukybių, nuo "spaudimo pirkti" ir kitų rinkodaros būdų, kurie gali vartotojams sukelti tikrai didelį stresą.

Tu turi teisę valgyti sveiką maistą ir tikėti tuo, kas parašyta ant etiketės. ES galioja daug teisės aktų, užtikrinančių, kad maistas, kurį tu valgai, būtų saugus. Mes manome, kad tu privalai gauti daugiau faktinės informacijos apie tabako, narkotikų ir nutukimo žalą organizmui ir sveikatai.

"Europos dienoraštis. Pasirink protingai!" suteikia praktinių patarimų ir informacijos apie tai, kaip tapti sveikesniu, labiau pasitikinčiu savimi ir priimančiu geriausius sprendimus ES piliečiu, kuris sugeba pasinaudoti ES jam suteiktomis teisėmis.

Mėgaukis gyvenimu!

Markos Kyprianou
Sveikatos ir vartotojų apsaugos Komisaras

http://europa.eu.int/comm/dgs/health_consumer/index_en.htm

ES laiko juosta

'45/46

Antrojo Pasaulinio karo pabaiga. Europa skendi griuvėsiuose. Vinstonas Čerčilis ragina sukurti valstybinį darinį panašų į "Jungtines Amerikos Valstijas".

'57

Belgija, Prancūzija, Italija, Liuksemburgas, Olandija ir Vakarų Vokietija pasirašo Romos sutartį, kuria įsteigiamos Europos Ekonominė Bendrija (EEB) ir Europos Atominės Energijos Bendrija (EAEB arba Euratomas). Pradedama funkcionuoti "Bendroji rinka", kurioje vyksta prekyba be jokių apribojimų.

'68

Sukuriama Muitų Sąjunga: panaikinami visi importo tarifai tarp 6 EEB narių.

'86

EEB narės pasirašo Suvestinį Europos aktą, kuris numatė pakeitimus, stiprinančius EEB institucijas ir jų galias bei sukūrė plačią vidaus rinką, kurioje prekės, paslaugos, kapitalas ir asmenys gali judėti laisvai, netrukdomi jokių muitinės procedūrų. (Tokia rinka realiai funkcionuoti pradėjo 1993 m. sausio 1 d.)

'92

Pasirašoma Maastrichto sutartis, kuri Bendriją pakeičia Europos Sąjunga. Ši sutartis išplečia ES reguliuojamų sričių spektrą, pvz., į savo darbo planą įtraukia pinigų sąjungos įgyvendinimo klausimą.

'99

Euras, bendroji Europos valiuta, ne grynuoju pavidalu, tarsi nematomi pinigai, pradedami naudoti vienuolikoje iš penkiolikos valstybių narių. Kitais metais šis skaičius išauga iki 12.

'04

Pasirašoma Europos Sąjungos Konstitucijos sutartis. Kiekvienoje valstybėje narėje prasideda šios sutarties ratifikacijos procesas.

'50

Šumano deklaracija, kurios pasekoje 1951 m. balandžio mėn. sukuriamas Europos Anglių ir Plieno Bendrija, apjungianti šešias valstybes: Belgiją, Prancūziją, Italiją, Liuksemburgą, Olandiją ir Vokietijos Federacinę Respubliką (VFR).

'60

Sukuriama Europos laisvosios prekybos asociacija (EFTA), kurios narės yra Vakarų Europos valstybės, nepriklausančios EEB.

'79

Pirmą kartą Europos Parlamentas išrenkamas visuotiniuose rinkimuose. Taip pat pradeda veikti EPS (Europos pinigų sistema).

'90

Geležinė uždanga nusileidžia ir pagaliau atsiranda galimybė viso kontinento susivienijimui.

'97

Pasirašoma Amsterdamo sutartis, kuria siekiama reformuoti Sąjungos institucijas.

'02

Pasirodo Euro banknotai ir monetos. Nacionalinė valiuta palaipsniui išimama iš apyvartos.



Europos Bendrijos plėtra

1957

6 šalys: Belgija, Prancūzija, Italija, Liuksemburgas, Olandija ir Vakarų Vokietija.

1973

Jungtinė Karalystė, Airija ir Danija išstoja iš EFTA ir prisijungia prie EEB. Norvegai referendume balsuoja prieš narystę.

1981

Graikija tampa dešimtają Bendrijos nare.

1986

Istoja Ispanija ir Portugalija.

1990

Po Berlyno sienos griuvimo, prie Bendrijos prisijungia buvusi Rytų Vokietija.

1995

Austrija, Suomija ir Švedija taip pat tampa Europos Sąjungos narėmis. Norvegai antrą kartą nubalsuoja prieš narystę Europos Sąjungoje.

2004

Lietuva kartu su Latvija, Estija, Lenkija, Vengrija, Čekija, Slovakija, Slovėnija, Malta ir Kipru įstoja į Europos Sąjungą. Tai vienas reikšmingiausių įvykių ne tik mūsų šalies, bet ir Vidurio Rytų Europos regiono istorijoje. Pradedamos derybos dėl įstojimo į Europos Sąjungą su dar keturiomis valstybėmis: Turkija, Kroatija, Bulgarija ir Rumunija. ■



Europos Sąjunga – kas tai?



Europos Sąjungą sudaro 25 valstybės narės, kurios tiki, kad pasidalinus valdžia, jų gyventojai bus laimingesni, saugesni, turtingesni ir sveikesni. ES institucinė sistema yra unikali. Sąjungos veiklą prižiūri institucijos, įsteigtos Briuselyje, Strasbūre ir Liuksemburge. Kiekviena institucija atlieka savo

funkcijas, tačiau dažnai kyla nesutarimų. Kartu jos priima daug teisės aktų, kurie įtakoja mūsų gyvenimą.

Pagrindinės institucijos:

Europos Parlamentas

Parlamentas - tai piliečių balsas. Jis svarsto Komisijos pasiūlymus, teikia pasiūlymus dėl teisės aktų pakeitimo ir derasi su Ministrų Taryba dėl galutinio dokumento teksto.

Kas penkeri metai rinkėjai iš 25 ES šalių renka savo valstybės atstovus į Europos Parlamentą, kuris posėdžiauja dviejuose rūmuose - Briuselyje ir Strasbūre. Šiuo metu Europos Parlamentą sudaro 732 nariai ir ši institucija yra pati didžiausia tarptautinė parlamentinė institucija.

Europos Parlamento nariai dirba daugianacionalinėse grupėse, kurios atspindi jų politines pažiūras. Parlamento dauguma palaiko Europos Sąjungą, tačiau mažuma mano, kad ES yra įgavusi per daug valdžios. Kai kurie radikalai netgi norėtų visiškai ES panaikinimo. ES rėmėjai kartais sulaukia tokių epitetų kaip "eurofilai", o jų priešininkus įprasta vadinti "euroskeptikais".

Žozefas Borelis Fontelis (Josep Borrell Fontelles)

Europos Parlamento Prezidentas

Gimimo data: 1947 m. balandžio 24 d.

Tautybė: ispanas

www.europarl.eu.int



Europos Komisija

Europos Komisija, įsikūrusi Briuselyje, yra ES "vyriausybė" arba kitais žodžiais tariant - Sąjungos vykdomoji valdžia. Visi nauji teisės aktai kuriami čia. Komisija yra tarsi "policijos pajėgos", užtikrinančios, kad kiekviena valstybė narė laikytųsi taisyklių. Jei šios taisyklės pažeidžiamos, Komisija turi teisę paduoti tų šalių vyriausybes į Europos Teisingumo Teismą ir, jeigu valstybė bus pripažinta kalta, jai gresia didžiulės baudos.

Dabartinis Komisijos Prezidentas yra portugalas Chosé Baroso, vadovaujantis 24 komisarams iš kiekvienos valstybės narės. Prieš pradėdami vykdyti savo pareigas, komisarai prisiekia dirbti Europos Sąjungos labui, ne tik savo šalies naudai.



Komisijos struktūrose dirba apie 20 000 darbuotojų. Dauguma jų dirba Briuselyje, tačiau kai kurie atstovauja taip vadinamas "delegacijas" įvairiose šalyse narėse.

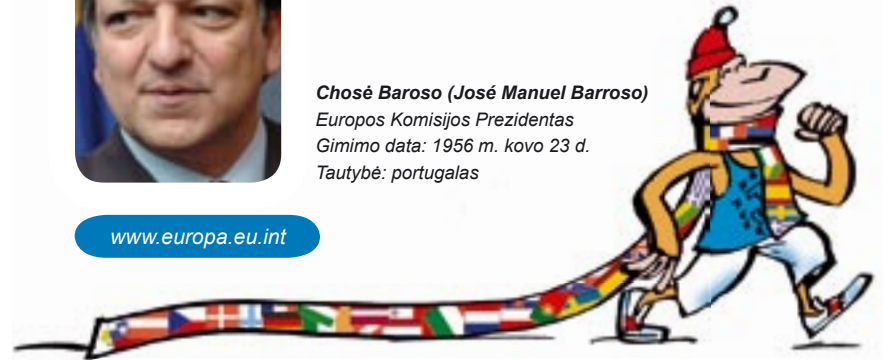
Chosé Baroso (José Manuel Barroso)

Europos Komisijos Prezidentas

Gimimo data: 1956 m. kovo 23 d.

Tautybė: portugalas

www.europa.eu.int



ue.eu.int

Ministrų Taryba



Tai institucija, kurioje nacionalinės vyriausybės išreiškia savo nuomonę. Taryba, kuri yra įsikūrusi Briuselyje, keičia, priima ar atmeta pasiūlytus teisės aktus.

Kada vyksta diskusijos aktualiomis ir jautriomis temomis, tokiomis kaip užsienio politika, Taryba privalo vienbalsiai priimti sprendimą. Tačiau, kai prie stalo vienu metu susėda 25 valstybių narių atstovai, tai padaryti labai sunku.

Jei dalykas yra mažiau ginčytinas, pvz., pramonės politika, užtenka daugumos, kad sprendimas būtų priimtas. Didžiosios valstybės, tokios kaip Vokietija, turi daugiau balsų, todėl yra įtakingesnės nei mažosios valstybės, tokios kaip Malta. Visgi mažosioms valstybėms yra suteikiama galimybė, kad jų nuomonė nebūtų ignoruojama didžiųjų kaimynų. Tokia balsavimo sistema vadinama "kvalifikuotu daugumos balsavimu".

Europos Teisingumo Teismas

Įstatymus galima interpretuoti skirtingai. Europos Teisingumo Teismo uždutis - užtikrinti teisingą įstatymų aiškinimą Europos Sąjungoje. Teisme, kurio būstinė yra Liuksemburge, dirba po teisėjų iš kiekvienos valstybės narės. Teisėjų šešerių metų kadencijai skiria tų šalių vyriausybės.



Teismo nutarimai yra labai svarbūs ir jiems negali prieštarauti nacionalinių teismų sprendimai.



Europos Audito Rūmai

Europos Sąjunga yra išlaikoma iš mokesčių mokėtojų lėšų. Natūralu, kad mokesčių mokėtojai turi teisę žinoti, ar pagal paskirtį yra naudojami jų pinigai. Taigi, Europos Audito Rūmai, kurie yra taip pat įsikūrę Liuksemburge, tikrina Komisijos sąskaitas bei skelbia metinius pranešimus.

Europos Taryba

Europos Tarybą sudaro visų ES valstybių prezidentai arba ministrai pirmininkai.

Du kartus per metus jie renkasi į susitikimus, kuriuose sprendžia ES ateities klausimus. Europos Tarybai vadovauja ES pirmininkaujanti valstybė, kuri rotacijos principu keičiasi kas 6 mėnesius.

Suomija pirmininkauja 2006 m. antrąjį pusmetį, o Vokietija - 2007 m. pirmąjį pusmetį.

Abejoji?

2004 m. Europos Parlamento rinkimai užfiksavo rekordiškai mažą balsavusiųjų skaičių – 45 %. Tuo tarpu naujose narėse balsavo dar mažiau žmonių: tik 26,4 % ir tik 17 % Slovėnijoje.

"Kodėl mes taip nutolom nuo pilietinių vertybių?"

Aleksandras Kvašnevskis (Aleksander Kwasiński),
Buvęs Lenkijos prezidentas



Toks nesidomėjimas balsavimu suprantamas kaip rinkėjų abejingumas. Kokios to priežastys?

Kai kurie žmonės teigia, kad nebalsuojama, nes abejojama, ar Europos Parlamentas gali turėti įtakos jų kasdieniniam gyvenimui.

Kiti teigia, kad rinkėjai abejingi ne tik Europos, bet ir nacionaliniams rinkimams. Galbūt čia glūdi svarbesnė problema – jie tiesiog nepasitiki nei politika, nei politikais, nesvarbu kam jie atstovautų: vietinei, nacionalinei ar Europos Sąjungos valdžiai.

Ar gali pasikeisti ši liūdna tendencija ir ką reikėtų padaryti, kad taip įvyktų? Kaip manai, kas pasikeistų, jei rinkėjai būtų aktyvesni? ■



epp.eurostat.cec.eu.int



Nesąžininga veikla

**Kaip kuriami įstatymai:
nesąžiningos komercinės veiklos direktyva**

Darbo tvarka

Komisija įvertina esamą padėtį

Prieš priimant bet kokią naują Europos Sąjungos teisės aktą vyksta daug diskusijų. Europos Komisija, kuri inicijuoja teisės aktų priėmimą, organizuoja diskusijas, parengia "popierius" dėl esminių problemų ir klausimų. Pramonininkai ir kitos suinteresuotos grupės, įskaitant vartotojų organizacijas, šiose diskusijose, išsako savo nuomonę, siekdami įtakoti naujo teisės akto turinį. Komisija savo ruožtu atidžiai išanalizuoja galimą svarstomo teisės akto ekonominį, socialinį poveikį bei poveikį aplinkai. Ši analizė vadinama "poveikio vertinimu".

Komisija siūlo parengti teisės aktą

Komisijos padalinys, atsakingas už naujo teisės akto pasiūlymą, parengia jo projektą, kurį pateikia apsvarstyti kitiems padaliniams. Kai pasiekiamas bendras sutarimas, pasiūlymas išverčiamas į visas oficialias ES kalbas ir Komisija jį oficialiai patvirtina.

Parlamentas ir Taryba sprendžia kartu

Tačiau tai tik ilgo kelio pradžia, kol tas tekstas taps nauju teisės aktu. Tekstui pritarti turi Europos Parlamentas ir Ministrų Taryba, kurie gali jį pakeisti ar net atmesti.

Parlamentas paprastai turi dvi galimybes išnagrinėti Komisijos pasiūlymą. Tai vadinama "skaitymais". Jei visos institucijos sutaria, naujas teisės aktas gali būti priimtas ir per pirmąjį skaitymą. Tačiau, jei iškyla nesutarimų, debatai tarp institucijų gali tęstis mėnesius, kartais net metus. Jei nerandama bendro sutarimo net po antro skaitymo, kelią iš aklavietės surasti padeda taip vadinama "sutaikinimo procedūra".



Sutaikinimo procedūra

Ši procedūra taikoma svarstant daugelį ES teisės aktų projektų. Taikant šią procedūrą Parlamentas savo nuomonę pateikia ne iš karto, o lygiom dalim pasidalina įstatymų leidybos įgaliojimus su Taryba. Jei Taryba ir Parlamentas negali rasti bendro sutarimo dėl siūlomo teisės akto projekto, ginčas perduodamas sutaikinimo komitetui, sudarytam iš vienodo skaičiaus Tarybos ir Parlamento atstovų. Kai šis komitetas pasiekia sutarimą, tekstas siunčiamas atgal į Parlamentą ir Tarybą, kad jie galėtų priimti teisės aktą.

Teisės aktas yra priimtas – pavyzdys:

Nesąžiningos komercinės veiklos direktyvą, kaip teisės aktą Europos Parlamentas ir Ministrų Taryba patvirtino 2005 gegužės 11 d., praėjus beveik dvejim metams nuo jos pirmo pasiūlymo.

Kai Europos Sąjungoje priimamas naujas teisės aktas, nacionaliniai teisės aktai dažnai turi būti pritaikomi, kad būtų įgyvendintas ES teisės aktas. Nacionalinės vyriausybės tai padaryti privalo per du metus. Nacionalinių teisės aktų suderinimas su ES teisės aktais vadinamas "perkėlimu".

Rezultatai

Vartotojai apsaugoti nuo nesąžiningos komercinės veiklos. Šiame teisės akte pateiktas "juodasis sąrašas" veiklų, kurios visais atvejais laikomos neteisėtomis, tokių kaip:

- Spaudimas nusipirkti.
- Mėginimas įteigti vartotojui, kad jis negali išeiti iš parduotuvės, kol nesudarė sutarties.
- Lankymasis vartotojo namuose, nepaisant vartotojo reikalavimo išeiti ar negrįžti.
- "Paskutinio išpardavimo" rinkodaros triuko naudojimas, kai iš tikrųjų nesiruošiama užsidaryti.
- Teigimas, kad pardavėjas yra pasirašęs "elgesio kodeksą", kai iš tiesų to nėra.
- Produkto apibūdinimas kaip "dykai", "veltui", "nemokamai" ar panašiai, jei vartotojas turi mokėti už kažką kitą, išskyrus neišvengiamas pristatymo ar surinkimo išlaidas. ■

DG SANCO: Teisės virsta realybe

Sveikatos ir vartotojų apsaugos generalinis direktoratas rūpinasi Europos piliečių gyvenimo kokybe šiose srityse: vartotojų teisės, visuomenės sveikata ir maisto sauga.

Direktoratas, kitaip sakant ES "ministerija", siekia šio tikslo užtikrindamas visiems Europos piliečiams minimalius saugos standartus. Direktorato darbuotojai siūlo naujus ES teisės aktų, susijusių su vartotojų apsauga, projektus: nuo mažmeninės prekybos iki rūkymą reglamentuojančių įstatymų, maisto ženklinimo bei gyvūnų apsaugos.

Tikrovėje tai reiškia:

- gali būti tikras, jog maistas, kurį perki, yra saugus vartoti.
- tavo, kaip vartotojo, teisės yra apsaugotos perkant prekę internetu iš Europos tiekėjo.

Dešimt vartotojų apsaugos principų

Kaip ES pilietis tu turi teisę:

1. Pirkti ką nori ir kur nori.
2. Gražinti netinkamos kokybės prekę .
3. Į aukštus maisto ir vartojimo prekių saugos standartus.
4. Žinoti, ką valgai.
5. Į sąžiningas vartotojų atžvilgiu sutartis.
6. Nusipirkęs apsigalvoti.
7. Į galimybę palyginti kainas.
8. Nebūti klaidinamas.
9. Į apsaugą atostogaujant.
10. Į neteisminį ginčų nagrinėjimą tarptautiniuose ginčuose



Pagalba Europos vartotojams

Siekiant, kad Europos piliečiai žinotų savo, kaip vartotojų, teises, ES sukūrė Europos vartotojų centrų tinklą.

Šis tinklas padeda vartotojams geriau suvokti ES rinkos privalumus ir konsultuoja, kai jie susiduria su problemomis, peržengiančiomis nacionalinių sienų ribas.

Kaip veikia Europos vartotojų centrai?

Jeigu tu perki kompaktinį diską internete iš prekiautojo kitoje ES šalyje, tai tas prekiautojas privalo laikytis ES nuotolinės prekybos taisyklių.

Ką daryti, jei tau atsiuntė ne tą albumą? Tu skundiesi, bet pardavėjas ignoruoja tavo elektroninius laiškus. O kas toliau ?

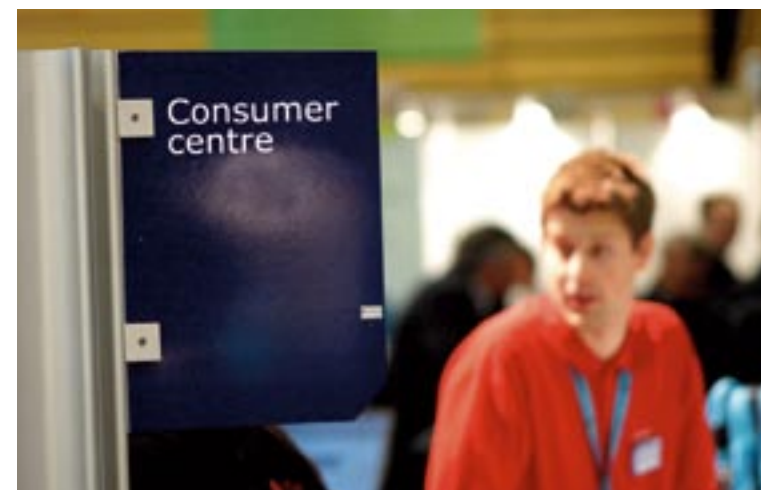
Tau reikia greito ir efektyvaus problemos sprendimo būdo.

Štai tas būdas! Jei tu deriesi su pardavėju iš bet kurios ES šalies, o taip pat Islandijos ar Norvegijos, tu gali susisiekti su Europos vartotojų centru, kuris užtikrins, kad tavo teisės nebūtų pažeistos. Tai padaryti taip pat lengva, kaip ir pirkti internetu.



Šiuo metu veikia 24 vartotojų centrai visoje Europoje, nuo Atėnų iki Reikjaviko ir nuo Lisabonos iki Talino. Visus juos finansuoja Europos Komisija ir valstybės narės.

2004 m. Europos vartotojų centrai užregistravo 2 544 pranešimus dėl prekybos internete. Dažniausiai vartotojai buvo nepatenkinti prekės pristatymu. Kiti teigė, kad prekės turėjo trūkumų arba neatitiko užsakymo.



Įsiaudrinęs pasaulis

Kaip išvengti kompiuterių piratų

Kai kurie mano, kad kompiuterių piratai yra didvyriai. Filmuose jie vaizduojami kaip vienišiai, sėdintys savo kambaryje tėvų namuose, kovojantys prieš blogį nešančias korporacijas ir ištišas vyriausybes.

Žiniasklaida dažnai naudoja terminą "hakeris" apibūdinti žmogų, kuris įsilaužia į kompiuterių sistemas nelegaliais tikslais, tačiau tokį asmenį tiksliau būtų vadinti "krakeriu". Tokia veikla netgi gali tave pasodinti už grotų.

Apibrėžimai

Hakeris: programuotojas ekspertas, kuris pakeičia egzistuojančius kompiuterio kodus ir resursus, kad pasiektų savo tikslus.

Krakeris: taip pat programuotojas ekspertas, tik jis įsilaužia į sistemas su piktavališkais ketinimais.

Kokie žmonės tampa kompiuterių piratais?

Jei nesi greitai mažstantis, smalsus ir neturi daug laisvo laiko, netapsi kompiuterių piratu. Daugelis iš jų yra moksleiviai, kurie praleidinėja pamokas, norėdami skirti daugiau laiko įsilaužinėjimui į kitų žmonių kompiuterius. Kartą vienas kompiuterių piratas sugebėjo įsilaužti į vieną iš labiausiai apsaugotų kompiuterių sistemų pasaulyje.



Amerikietis kompiuterių piratas prisijungė prie Jungtinių Amerikos Valstijų valstybinės kompiuterių sistemos, kuria naudojosi daug parduotuvių. Jis rado menkai apsaugotą vietinį tinklą ir įdiegė programą, nuskaitančią vartotojų kreditinių kortelių duomenis.

JAV vyriausybė pranešė, kad nusikaltimas pridarė žalos maždaug už 2,5 mln. dolerių. Kompiuterių piratas devyneriems metams buvo pasodintas į kalėjimą - tai didžiausia bausmė kada nors skirta kompiuterių nusikaltėliams.

Jei bus įmanoma, centras nurodys specialistus, kurie patars kaip išspręsti iškilusią problemą be teismo - "alternatyvaus ginčo sprendimo" būdu. Viena tokių įstaigų, kuri specializuojasi sprendžiant ginčus, kylančius perkant internete, yra Interneto Ombudsmenas Vokietijoje. Skundas yra nagrinėjamas atvirai diskutuojant internete, kai visos pusės turi teisę pareikšti savo nuomonę dėl, jų manymu, teisingiausio sprendimo.

Vartotojų centrai atlieka ir kitą funkciją: jie prižiūri, ar Europos teisės aktai tinkamai taikomi valstybėse narėse.



Jau daug žmonių naudojosi Europos vartotojų centrų paslaugomis. Vien tik Prancūzijos-Vokietijos asociacija Euro-Info-Consumers, įkurta 1993 m. Kehl'yje, netoli Strasbūro, sėkmingai išnagrinėjo 75 000 panašių skundų.

Žemiau pateikiama informacija, kur galima rasti vietinį Europos vartotojų centrą.

- Europos vartotojų centrai:
europa.eu.int/comm/consumers/redress/ecc_network/links_en.htm
- Europos vartotojų centras Lietuvoje:
www.ecc.lt
- Informacija apie neteisminį ginčų nagrinėjimą ir vartotojų teises:
europa.eu.int/comm/consumers/redress/ecc_network/index_en.htm
- Kontaktiniai Europos institucijų duomenys :
europa.eu.int/geninfo/mailbox/inst_en.htm
- Tiesioginė linija klausimams apie ES:
europa.eu.int/europedirect/index_en.htm ■

Daugiau informacijos rasi:
europa.eu.int/comm/dgs/health_consumer/index_en.htm

europa.eu.int/comm/consumers/index_en.htm
www.europa.eu.int/comm/consumers/cons_org/associations/links/index_en.htm



Kaip tau apsaugoti nuo kompiuterių piratų perkant, naršant internete?

Būk atidus ir naudok atitinkamas apsaugos programas. Jei to nedarysi, gali nutikti šie dalykai:

- Tavo kredito kortelės duomenys gali būti nukopijuoti, o tai leis kitiems jais pasinaudojant išleisti tavo pinigus;
- Tavo banko sąskaitos duomenys gali būti atskleisti, o tai leis kitiems ištuštinti tavo sąskaitą;
- Tavo prisijungimo duomenys ir slaptažodžiai gali būti atskleisti, o tai leis kitiems skaityti tavo asmeninius laiškus.

Nuo 2004 m. gegužės iki 2005 m. gegužės maždaug 1,2 mln. JAV gyventojų per *phishing'o* atakas neteko pinigų, kurių suma siekė 929 mln. dolerių.

Phishing'o atakos

Kas yra *phishing'o* (duomenų vagystės) atakos?

Tai elektroniniai laišukai, kurie atrodo ateina iš patikimo šaltinio, pvz., tavo interneto banko. Jie siekia, kad tu apsilankytum netikruose puslapiuose, kurie labai panašūs į tikruosius.

Kodėl tai daroma?

Tai daroma norint pavogti tavo kredito kortelės numerį, sąskaitos duomenis, prisijungimo vardą ir slaptažodį tau jungiantis prie savo interneto banko.

Ar tai didėjanti grėsmė?

Taip, 30 % per mėnesį, pasak Anti-Phishing'o darbo grupės. Taip pat imituojami puslapiai, kuriuose atliekami pinigų sandoriai, pvz., aukcionai internete.

Ką tau daryti?

Būk atidus ir įsidiek anti-phishing'o programą.

Patarimas: jei gavai elektroninį laišką iš savo banko, siūlantį prie jo prisijungti, paspaudžiant nuorodą tame laiške, nespausk šios nuorodos, o atidaryk naują naršyklės langą ir naudodamasis įprasta nuoroda, nueik į banko interneto svetainę.

Apsisaugojimas nuo Trojos arklių

Kas tai yra?

Trojos arklys yra piktybinė programa, kuri užkrečia tavo kompiuterį.

Ką ji daro?

Kai *Trojos arklys* pats save įdiegia tavo kompiuteryje, kompiuterių piratai gali per nuotolį pasiekti tavo kompiuterį. Kitaip nei virusai ir kirminai, *Trojos arkliai* nesidaugina. Jie tik stengiasi užsikabinti už tavo duomenų.

Ką tau daryti?

Kai kurios antivirusinės programos atpažįsta *Trojos arklius*, bet ne visos gali juos pastebėti. Tau reiktų įsidiegti anti-trojišką programą.



Šnipų programos

Kas tai?

Šios programos seka tavo naršymą internete, registruoja puslapius, kuriuose lankaisi.

Ką jos daro?

Šios programos nusiunčia sąrašą puslapių, kuriuose apsilankei, programos operatoriui. Dažniausiai tai daroma reklamos tikslais.

Ką daryti?

Naudok žinomas anti-šnipų programas.

Daugelis naujų kompiuterių jau turi įdiegtas programas, saugančias nuo nelegalių kompiuterių piratų atakų, *Trojos arklių*, šnipų, virusinių programų ir taip toliau. Bet tau juk niekas nedraudžia dar patobulinti šią apsaugos sieną. Tačiau, kai kurios programos yra pernelyg brangios ir sudėtingos, todėl prieš jas įsigydamas, paklausk patarimo nusimanančių.

Suktybių pavyzdžiai

Nigerijos suktybė

Taip pat žinoma kaip "419", pavadinta pagal Nigerijos nusikaltėlių slaptą kodą. Sakoma, kad tai yra trečia didžiausia pramonės šaka Nigerijoje.

- **Kaip tai veikia:** tu gauni elektroninį laišką iš Nigerijos ar kurios kitos Afrikos šalies, kuriame tau siūloma didelė pinigų suma (dažniausiai paveldėta neaiškiomis aplinkybėmis iš mirusių giminių), mainais tu turi padėti tuos pinigus išimti iš tos šalies.
- **Kas atsitinka iš tikrųjų:** laiške tavęs paprašo sumokėti avansą. Jei tai padarysi, daugiau niekada negausi iš jų jokios žinios.
- **Būk atsargus!** Tu gali tapti asmens duomenų vagies auka. Dar blogiau, jei nuspręstum vykti į tą šalį susitikti su asmeniu, iš kurio atėjo laiškas, tu rizikuoji net savo gyvybe. Tai rodo konkretūs faktai.
- **Nuorodos:**
www.fraudaid.com/ScamSpeak/Nigerian/nigerian_scam_letters.htm

Olandų (arba kanadiečių) loterijos apgaulė

- **Kaip tai veikia:** tu gauni elektroninį laišką, kuriame pranešama, kad tu esi "Laimingasis olandų loterijos laimėtojas". Ten bus nurodytas unikalus tavo numeris ir telefono numeris.
- **Kas iš tikrųjų atsitinka:** jei su jais susisieksi, tavęs paprašys nurodyti banko sąskaitos duomenis ir paso kopiją. Taip pat tavęs gali paprašyti avanso, kad iš anksto būtų sumokėti mokesčiai už laimėtą prizą. Daugiau iš jų nesulauksi jokios žinios.
- **Nuorodos:** www.fraudwatchinternational.com/internet/lottery.shtml



"Turint omeny visas virusines programas, Trojos arklius, šiukšles ir kitokias atakas, darosi baisu naršyti internete!"

Chuanas, 18,
Ispanija

"Mano tėvas draudžia man namie naudotis kompiuteriu, nes bijo, kad atsisiųsiu kokį nors virusą."

Bartas, 19,
Olandija



Daugiau informacijos:
www.millersmiles.co.uk/identitytheft/phishing.html

Anti-Phishing'o darbo grupė
www.antiphishing.org

Atlik phishing'o IQ testą: (tik Jungtinėje Karalystėje)

Viena saugumo kompanija sukūrė phishing'o IQ testą, kuris moko vartotojus atpažinti galimas phishing'o apgaulės. Tau parodys 10 įtartinų elektroninių laiškų ir tu turėsi nuspręsti, kurie yra tikri, o kurie - ne. Atlikęs testą sužinosi, kaip tau sekėsi, ir gausi daugiau informacijos apie panašias apgaulės.

survey.mailfrontier.com/survey/phishing_uk.html

Ką turi daryti, jei tapai interneto apgaulės auka?

Visos apgaulės internete yra nelegalios. Tačiau sunku nubausti nusikaltėlių, kai jis yra kitoje šalyje ar net kitame žemyne. "Interneto šiukšliniojų" ieškojimas yra labai sunkus darbas.

Jei tu tapai phishing'o auka, pirmiausia apie tai pranešk bankui ar parduotuvei, iš kurios tariamai atėjo tas laiškas. Tada persiusk tą laišką savo interneto ryšio tiekėjui. Lietuvoje tu apie banko phishing'ą gali pranešti savo bankui. Jei per tokį incidentą netekai pinigų, pranešk apie tai policijai.

Tu turėtum susisiekti su policija, jei manai, kad tapai asmens duomenų vagystės auka.

Apie kai kuriuos nusikaltimus policijai gali pranešti tiesiogiai, ieškok: www.policija.lt ■



Daugiau informacijos apie interneto apgavystes ieškok www.euroconsumer.org.uk/index/your_rights/scams_home/internet_fraud.h
www.rrt.lt
www.nvtat.lt

Prisijunk prie pasaulinio tinklo

Pirkdamas internetu tu gali ne tik sutaupyti, bet svarbiausia – gali rasti tokių muzikinių albumų, kurie parduodami tik kitose valstybėse ir kurių niekada nerastum savo vietinėse muzikos parduotuvėse. Kelijų spragtelėjimų pagalba, tu gali palyginti daugelio parduotuvių kainas- pradėdant vietinėmis įmonėmis, įsikūrusiomis tavo mieste, baigiant firmomis, esančiomis kitame pasaulio gale.

Prognozuojama, kad Europos Sąjungoje išaugs prekyba internete. Vien Jungtinėje Karalystėje pardavimai internete 2003 metais išaugo iki 39,5 milijardų svarų sterlingų, skaičiuojant nuo 19 milijardų svarų sterlingų 2002 metais. Lietuvoje taip pat tikimasi šio verslo augimo.

Žinok su kuo turi reikalą

Gerai žinomos internetinės kompanijos nebijo atsakinėti į pateikiamus klausimus. Atmink, jų tinklalapyje, turi būti užrašytas telefono numeris bei adresas. Jie supranta, kad daugelis žmonių nepasitiki internetiniu mokėjimu, todėl pasiūlo kitų apmokėjimo variantų, pvz., banko pervedimas ar galimybė padiktuoti tau savo kreditinės kortelės duomenis telefonu. Tokios kompanijos laisvai aptaria pinigų ar prekių gražinimo atvejus bei sąlygas - ši informacija irgi turėtų būti jų tinklalapyje.

Kiek, iš tikrųjų, tai kainuoja?

Jeigu tinklalapis yra įmonės, įsteigtos ES, už daugelį prekių tu turėsi sumokėti pridėtinės vertės mokestį (PVM). Kiekvienoje valstybėje šio mokesčio procentas, pridėdamas prie pagrindinės prekės kainos, skiriasi. Jeigu tu, būdamas Vokietijoje, pirktum 100 eurų vertės fotoaparata iš Airijoje įsteigtos kompanijos, tu turėtum sumokėti Airijos PVM. Tai sudarytų 21% fotoaparato kainos- tai yra didesnis mokestis negu tu sumokėtum Vokietijoje. Taigi, tikroji fotoaparato kaina būtų 121 euras. Dauguma gerai žinomų parduotuvių turi savo filialus visoje ES teritorijoje, todėl gali priskaičiuoti tavo gyvenamosios vietos mokesčio tarifą. Bet būk atsargus! PVM paprastai neįtraukiamas į tą pradinę prekės kainą, kuri yra pateikiama elektroninės parduotuvės tinklalapyje, bet jis bus priskaičiuotas vėliau, kai atliksi galutinį mokėjimą. Jeigu tinklalapyje apie PVM priskaičiavimą nieko nekalbama, atlik (ir atšauk!) bandomąjį užsakymą, kad pažūrėtum, kokia yra galutinė prekės kaina.



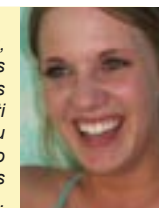
Tavo, kaip europiečio, teisės

ES teisė tau suteikia:

- ✓ teisę gauti visą informaciją apie tai, ką perki, dar prieš perkant;
- ✓ teisę gauti raštišką savo užsakymo patvirtinimą;
- ✓ teisę atšaukti savo užsakymą per septynias darbo dienas (neįskaitant savaitgalių ir švenčių dienų);
- ✓ teisę atsisakyti pirkti tai, ko tu neužsisakei;
- ✓ teisę gauti prekes per 30 dienų nuo jų užsakymo;
- ✓ kreditinių kortelių apsaugą nuo apgavysčių.

Dėl žemų kainų, tu gali užmiršti, kad tau gali tekti sumokėti už prekių pristatymą. Parduotuvė turėtų nurodyti pristatymo kainas, kad galėtum įsitikinti, ar iš tikrųjų sutaupai perkdamas tokiu būdu. Taip pat turi būti nurodyta, per kiek laiko prekė bus tau pristatyta. Yra įmanoma gauti prekes anksčiau, jei tu sumokėsi už skubų pristatymą ar už pristatymą „kitą dieną“ – tačiau tai, daugeliu atvejų, yra labai brangu.

“Aš manau, kad žmonės vis dažniau ims apsipirkinėti Internetu, tačiau jie nenustos to daryti ir prekybos centruose. Pirkdamas prekybos centre tu judi ir gali sutikti daug žmonių, tuo tarpu pirkimas Internetu šio bendravimo aspekto niekada neatstos.”
Elada, 21, Belgija



© Nick Benjaminsz

Pirkimas iš tinklalapių, esančių ne ES teritorijoje, atrodo paprastas dalykas, tačiau tai gali būti labai brangu. Iš pradžių įsitink, kad pasirinktas tinklalapis noriai prekiauja su užsienio valstybėmis: daugelis JAV tinklalapių prekes pristato tik JAV adresais. Būk pasiruošęs sumokėti maito mokesčius už prekių įvežimą į ES - mokesčiai gali skirtis. Šiuo atveju tau ir pristatymas kainuos daugiau, ypač jei pristatoma oro paštu, be to, gali tekti labai ilgai laukti. Jei perki ne ES, tu negali tikėtis tokios pat teisinės apsaugos, kurią gautum pirkdamas ES. Jei kas nors nepavyks, gali būti labai sunku, ar net neįmanoma, susigrąžinti pinigus.

Kai kurie tinklalapiai priskaičiuoja papildomų mokesčių tuo atveju, jei atsiskaitai kreditine kortele (o dauguma žmonių kaip tik taip ir daro). Vėlgi, jie turėtų apie tai įspėti iš anksto. Būk atidus ir per visą užsakymą žiūrėk, kad tau nebūtų priskaičiuojami papildomi mokesčiai, ir, net įpusėjus užsakymo procesui, nebijok jo nutraukti, jei tau kas nors nepatinka.



Kai iškyla problemų

Labai pravartu būtų atsispausdinti savo užsakymo formą ar užsirašyti tai, ką tu užsisakei ir kiek tai kainavo. Jei iškyla kokių nors problemų, pirmiausiai reiktų susiekti su pardavėju. Galbūt jie pasiūlys sprendimo variantą. Jei iš to jokios naudos, išdėstyk skundą raštu ir išsiųsk jiems. Jokių rezultatų? Vietinė vartotojų organizacija ar Europos vartotojų pagalbos centrai tau gali patarti ar praktiškai padėti spręsti iškilusią problemą.

Jeigu tu atsiskaitai kreditine kortele, verta patikrinti sąskaitą iš karto, kai tik ją gauni. Jei pamatai ką nors neįprasto ar nesuprantamo, pvz., 500 eurų mokesčių už tai, kas turėjo kainuoti 50 eurų, susisiek su elektronine parduotuve. Jeigu ji negali tau to paaiškinti ar to ištaisyti, susisiek su kreditinę kortelę išdavusia kompanija. Šios gali sustabdyti mokėjimą ar, esant reikalui, užblokuoti kortelę, kad sukčiai negalėtų ją pasinaudoti.

Interneto aukcionai

Interneto aukcionai siūlo daugybę sunkiai randamų prekių ir, labai dažnai, nedidelėmis kainomis. Deja, tu negali tikėtis tokios pat teisinės apsaugos, kurią gautum pirkdamas interneto parduotuvėje. Šiuo atveju tu perki tiesiai iš kito asmens, todėl aukcionų tinklalapiai neprivalės tau atlyginti nuostolių tuo atveju, jei iškilis kokių nors problemų. Bet ir čia yra tam tikros apsaugos priemonės, kurių tu gali imtis.

Aukcionų tinklalapiai dažnai pateikia daugybę gerų patarimų tiek pardavėjams, tiek pirkėjams. Taip pat nemažai jų suteikia ir informacijos apie pardavėją, pvz., kiek gaminių jie yra pardavę ir ar jiems buvo dėl to pateikta kokių nors skundų. Paprastai pardavėjai yra suinteresuoti, kad apie juos pateikiama informacija būtų teigiama, todėl dauguma jų yra sąžiningi. Jeigu tau kyla kokių nors klausimų, susisiek su jais, išsiaiškink, kiek kainuoja prekių pristatymas. Taip pat tu gali naudotis saugia elektronine apmokėjimo sistema, tokia kaip, pvz., PayPal. O jei tu esi ypatingai atsargus, pamąstyk apie sąlyginį įsipareigojimą. Pastaruoju atveju, tu siunti pinigus aukciono tinklalapiui, kuris pinigus sumoka pardavėjui tik tada, kai tu gauni prekes.

Galiausiai, saugokis "netikrų" interneto puslapių. Jie yra sukurti, mėgdžiojant gerai žinomas kompanijas ir siekiant įtikinti šių tinklalapių lankytojus atsiskaityti kreditine kortele ir pateikti jiems visus kreditinių kortelių duomenis bei kitą finansinę informaciją. Tokios kompanijos kaip Amazon, AOL, eBay ir PayPal yra nukentėję nuo tokios praktikos - kaip, tikėtina, ir jų potencialūs klientai. ■



www.statistics.gov.uk
www.paypal.com

A autorių teisės

Ar duomenų parsisiuntimas nusikaltimas?

Ar matei hitą "Pasaulių karai" su Tomu Kruzu? Taip, bet ar už šį malonumą sumokėjai? Ne? Tada tu esi vienas iš 102 895 žmonių, kurie kasdien neteisėtai parsisiunčia šį kūrinį į savo asmeninį kompiuterį.

Didžiulį nerimą kino pramonei kelia audiovizualinių kūrinių platinimas. Visoje ES studentų nešiojamuose kompiuteriuose galima aptikti parsisiuntimo programų, be to, ir interneto sparta nuolatos auga. Tai reiškia, kad vis paprasčiau parsisiūsti pilnametražius filmus, todėl kino pramonė pradeda nerimauti dėl galimų didžiulių nuostolių, kokius paskutiniaisiais metais jau patyrė muzikos pramonė.

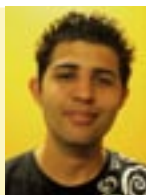
Ar gali, pridėjęs ranką prie širdies, prisiekti, kad užmokėjai už kiekvieną dainą, esančią tavo mp3 grotuve? Tiek to, kurgi čia problema? Juk visos dainos tik ir telaukia, kad jas kas nors parsisiųstų, argi ne?

Problema - autorių teisės

A autorių teisės suteikia autoriams teisę kontroliuoti kino filmų, muzikos, tapybos ir kitų kūrinių atgaminimą. Jei ką nors parsisiūnti be autoriaus sutikimo, tu pažeidi įstatymą ir gali atsidurti net teisme!

Nelegaliai parsisiūntia kūrinius tokia daugybė žmonių, kad neįmanoma visų sugaudyti.

"Aš nenoriu pažeidinėti įstatymų, bet tiesiog neturiu pinigų savo mėgstamiems diskams nusipirkti. Ką man daryti?"



Kenanas, 17, Kipras

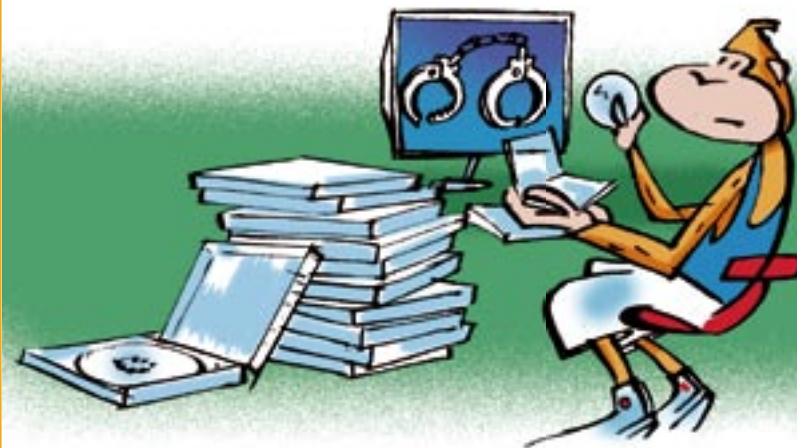
Todėl autoriai nekantriai laukia pamokančio pavyzdžio - teismo proceso prieš jaunas žmones, į kurį būtų įtraukti ir jų tėvai.

Tiesą pasakius, autorių teisės skirtos ne tam, kad uždraustų tau linksintis.

Tai tik būdas užtikrinti, kad kūrybingiems žmonėms už jų darbą būtų atlyginta. Pasak Kino filmų asociacijos (the Motion Picture Association), tik vienas filmas iš dešimties nepatiria nuostolių. Ne kiekvienas filmas pasaulyje kasmet uždirba milijonus. Galiausiai, autorių teisės daugeliui žmonių, pradėdant nuo elektrikų, dekoracijų tapytojų iki močiutės, parduodančios bilietus, užtikrina, kad už jų darbą bus atlyginta.

Pasak Peterio Džeksono, trilogijos "Žiedų valdovas" režisieriaus, "Piratavimas turi didžiulį potencialą sužlugdyti kino pramonę, ypač didžiuosius hitus. Jei tai nutiks, filmai nebebus kuriami".

Taigi, jei kiekvienas būtume parsisiuntę "Matricą", tikriausiai antra ir trečia jos dalys net nebūtų buvusios sukurtos. ■



"Aš esu parsisiuntusi tūkstančius dainų ir filmų į savo kompiuterį? Jie niekada manęs nepagaus, ar ne taip? Jei taip, ar nukentės mano tėvai?"



Maja, 18, Bulgarija

@

@

Interneto draugai

Interneto draugai ar priešai?

Ar žinai geresnį būdą susipažinti nei internetas? Interneto pokalbių kambariai padeda žmonėms tapti geriausiais draugais. Kai kurie netgi susituokia, kai kurie susiranda verslo partnerių. Internetas yra tai, ką ekonomistai pavadintų "efektyvia rinka": sėdėdamas prie savo kompiuterio ekrano tu gali susirasti panašių į save žmonių, kurie mėgsta tai, ką ir tu, mašto taip, kaip ir tu, ir net geidžia tų pačių dalykų. Naudotis internetu dabar yra kaip niekada pigu ir jis padeda susisiekti žmonėms iš viso pasaulio bet kurio paros metu.

Tačiau yra ir trūkumų

Negali būti tikras, ar tavo virtualusis draugas yra tas, kuo dedasi esąs. Kokie jo tikrieji ketinimai? Galbūt pretekstas draugauti yra bloga tau lemiantis ženklas?

Vaikų tvirkintojai dažnai ieško aukų tokiuose pokalbių kambariuose. Po pirmo kontakto paprastai seka pokalbiai, kurių tikslas įgyti pasitikėjimą - taip auka paruošiama susitikti akis į akį. Šis fenomenas yra žinomas kaip aukos parengimas prievartautojo kėslų įgyvendinimui (angliškai "grooming"), todėl policija dažnai ieško galimų prievartautojų pokalbių kambariuose.

Kai kurie pokalbių kambariai yra skirti ir naudojami dar tamsesniems ir baisesniems tikslams. Taip vadinami "savižudžių" kambariai kupini patarimų, ką žmonės turi daryti, jei nori pasikarti.

Daug jaunų žmonių yra nusižudę po vizitų į tokius pokalbių kambarius, kartais nutraukdami savo gyvybes kartu su virtualiais draugais iš šių kambarių.

Visuomenė norėtų, kad tokie pokalbių kambariai būtų paskelbti už įstatymo ribų ir uždaryti, tačiau kontroliuoti internetą yra nepaprastai sunku.



Šeši saugumo patarimai:

- Perskaityk interneto puslapio taisykles, saugumo nustatymus ir privatumo politiką prieš pradėdamas bendrauti pokalbių kambariuose. Turėtum rasti vertingų patarimų apie tai, ką gali daryti ir ko negali.
- Neatskleisk jokios asmeninės informacijos (pvz., savo gyvenamosios vietos, mokyklos, kurioje mokaisi, telefono numerio), nes su tavimi gali mėginti susisiekti asmenys, kurių tu nepažįsti ir net nenorėtum pažinti.
- Kai renkiesi sau "pseudonimą" pokalbių kambaryje, pasirink tokį, kurį neatskleistų jokios asmeninės informacijos. Pvz., gali pasivadinti Mikas Ridikas.
- Jei nuspręsi susitikti su savo virtualiaisiais draugais akis į akį:
 - Iš anksto įsitikink, kad jie yra tie, kuo dedasi esąs;
 - NIEKADA nesusitik su jais vienas:
 - Jei tau daugiau nei 18, eik susitikti tik su būriu draugų;
 - Jei tau mažiau nei 18, kartu veskis vieną iš tėvų ar globėją;
 - Jei tau bus nepatogu susitikti lydimm draugų, tėvų ar globėjų, tada tikrai nederėtų išvis susitikti su tuo žmogumi!;
 - Susitikimo vietą paskirk viešoje vietoje ir laikykis atokiau nuo izoliuotų teritorijų (parkų, automobilių stovėjimo aikštelių, avarinių išėjimų ...).



Interneto įpročiai



"Košmaras. Mano vaikinui rūpi tik tie kvaili žaidimai internete. Iš pradžių jis praleisdavo tik keletą valandų per naktį ir tai dar buvo pakenčiama, tačiau dabar jis žaidžia nuo šešių iki aštuonių valandų per dieną paprastomis savaitės dienomis ir netgi savaitgaliais. Todėl man tenka eiti į kiną su savo draugėmis, nes jis niekada neturi laiko. Jis netgi ėmė praleidinėti futbolo treniruotes ir buvo išmestas iš komandos. Jis net nesiprausia. Mūsų butas purvinas, bet jis to nepastebi. Ką man daryti?"

Ema, 20, Švedija

Priklausomybės nuo interneto liga

Ši istorija nėra nauja.

Psichologai šią maniją vadina "priklausomybe nuo interneto", kuri pradėjo plisti, atsiradus interneto pokalbių kambariams ("chat"ams)

Kai kurie žmonės tiek daug laiko praleido virtualiuose pokalbių kambariuose, kad sugriuvo jų gyvenimai. Kai kuriais atvejais suaugusieji susirasdavo partnerius ir keliaudavo į kitą pasaulio kraštą pas žmogų, su kuriuo prieš tai bendravo tik virtualiai.

Prieš dešimt metų buvo sukurtas pirmasis interneto puslapis, padedantis žmonėms, turintiems šių problemų: Interneto priklausomybės centras.

Jo steigėjai atrado, kad žmonės turi panašių manijų, susijusių ir su kitokio tipo interneto puslapiais: pornografiniais puslapiais, žaidimais, pirkimu interneto aukcionuose.

Žaidimai internete

Atsiradę žaidimai internete iš karto sulaukė didelio populiarumo. Kai kuriuos iš jų žaidžia tūkstančiai žaidėjų. Dažniausiai jie veikia išgalvotame pasaulyje.

Išgalvotas asmuo "dievybės įsikūnijimas" atstovauja kiekvienam žaidėjui. Ta dievybė gali kilti per skirtingus lygius nukaudamas priešus ar atlikdamas tam tikras užduotis. Jis ar ji taip pat gali gauti naujų ginklų, šarvų, įgyti naujų kovos įgūdžių. Žaidimo valdytojai tampa dievais - jie valdo išgalvotą pasaulį ir gali apdovanoti pasirinktus žaidėjus.

Šie žaidimai siūlo galimybę pabėgti nuo žemiškos, kasdieninės rutinos. Kodėl gi nepasinaudojus proga iškeisti įstaigos kėdę į galimybę pabūti herojumi ir kovotoju, aišku už mėnesinį mokesį? Vieną žaidimą žaidžia daugiau nei keturi milijonai žaidėjų visame pasaulyje. Bet kuriuo metu internete jį žaidžia ne mažiau kaip 500 000 žaidėjų.

Paprastai žaidimas užtrunka nuo penkių iki šešių valandų. Žaidėjas dažnai susiranda bendraminčių ir draugų internete. Pamažu jo gyvenimas ima sukintis virtualioje erdvėje, o ne tikrame pasaulyje.

Internetas nekenkia, kol žmonės turi tikrų užsiėmimų ir santykių. ■

"Pirmiausia netekau stipendijos universitete, po to mane iš jo išmetė ir tai įvyko tik todėl, kad negalėjau liautis žaisti internete!"
Matėja, 20, Slovėnija



"Kompiuteris neturėtų visiškai pakeisti tavo gyvenimo. Privalai turėti draugų ir tikslų gyvenime, kurie atitrauktų tave nuo kompiuterio. Atsiskirti nuo draugų ir klasiokų nėra sveika. Pripažink: tikras tavo pažįstamo bučinyš yra kur kas geriau už virtualų žmogaus, kurio gerai nepažįsti, bučinį!"
Viktorija, 18, Austrija



Jungtinės Karalystės Vyriausybės saugaus naudojimosi internetu vadovas:
www.thinkuknow.co.uk

Daugiau informacijos apie saugų naudojimąsi internetu:
www.rrt.lt

Apie priklausomybę nuo interneto žaidimų (MMORPG):
www.nickyee.com/hub/addiction/home.html

Interneto priklausomybės centro testas dėl priklausomybės nuo interneto:
www.netaddiction.com/resources/internet_addiction_test.htm

Kas yra etiketėje?

Ar esi kada nors apsipirkęs užsienyje? Prekės, pagamintos vienoje ES šalyje, gali būti be jokių apribojimų parduodamos visoje Europoje. Daugybė žmonių gyvena vienoje valstybėje, o apsipirka kitoje atostogų ar komandiruočių metu, kai kas specialiai vyksta apsipirkti į kitą valstybę dėl kainų skirtumo. Taigi, kad visi žinotų, ką perka, prekių etiketės turi būti panašios visoje ES.

Etiketės turi būti tikslios. Jei informacija etiketėse yra klaidinanti, gali nukentėti žmonės, ypač sergantys alergija. O teiginiai, kad maisto produktai turi gydomųjų galių yra paskelbti už įstatymo ribų ES teritorijoje.

ES teisės aktuose nustatyta, kokia informacija turi būti pateikiama etiketėse, kad vartotojai žinotų apie maisto sudėtį, tinkamumo vartoti terminus, gamintoją, kilmės šalį, laikymo sąlygas, paruošimo būdą.



Žvilgtelk į etiketę

- Sudedamosios dalys paprastai išvardijamos svorio mažėjimo tvarka, tos šalies, kurioje maistas parduodamas, kalba. Nurodomos visos sudedamosios dalys, įskaitant vandenį ir maisto priedus.
- Pagal ES teisės aktus nuo 2005 m. lapkričio mėnesio, jei maisto produktų sudėtyje yra sudedamųjų dalių, galinčių sukelti alergiją, jos turi būti nurodytos etiketėse.
- Etiketėje turi būti aiškiai nurodyti gamintojo kontaktiniai duomenys, kad vartotojas galėtų pasiskųsti ar gauti daugiau informacijos apie produktą.
- Piešiniai ant etiketės neturi klaidinti. Jeigu į jogurtą įdėta ne braškių, o tik kvapiųjų medžiagų, ant indelio neturi būti braškės piešinio.
- Atkreipkite dėmesį į nurodytus tinkamumo vartoti terminus, tokius kaip "Tinka vartoti iki..." ar "Geriausias iki...". Taip išvengsite susirgimų. Užrašas "Parduoti iki..." daugiau skirtas pardavėjams negu vartotojams.
- Atkreipkite dėmesį į atšildymo ir kepimo ar virimo laiką, kad būtumėte tikri, jog žuvo visos bakterijos ir virusai.
- Maistingumo nurodymas suteikia informacijos apie energiją, baltymus, angliavandenius, riebalus, skaidulines medžiagas, vitaminus, mineralines medžiagas, esančius maiste. Ši informacija neprivaloma, jeigu nepateikiami mitybiniai teiginiai apie kaloringumą ar praturtinimą maistinėmis medžiagomis. Jeigu pateikiami mitybiniai teiginiai, informacija apie vitaminus ir mineralines medžiagas turi būti nurodyta procentais nuo rekomenduojamos paros normos (RPN), o energinė vertė - kalorijomis (kcal) ar džauliais (kJ).



Kada šokolado plytelė tampa nebe šokolado plytele?

Jūs galite aptikti tokios klaidinančios informacijos:

- Kai kuriuos maisto produktus reglamentuoja specialios taisyklės. Šokoladas gali būti vadinamas šokoladu, jei jame yra ne mažiau kaip 45 % sausųjų kakavos medžiagų. Dešrelės gali būti pagamintos iš įvairiausių gyvūninių produktų, pvz., tokių kaip kiaulių ausys! Kai kuriose dešrelėse galima atrasti tik mažą dalį mėsos, todėl atidžiai perskaitykite etiketę. Be to, valgydami kavinėje ar restorane, niekuomet negalite būti tikri, ką iš tikrųjų valgate.
- Jeigu brangūs produktai pakeičiami pigesniais pakaitalais, apie tai turi būti nurodyta etiketėje. Brangų sviestą negalima maišyti su pigiu margarinu ir neinformuoti apie tai vartotojo.
- Negalima didinti produkto masės, pvz., pridėti į kumpį ar vištieną vandens, nenurodant to etiketėje.
- Maisto kilmės vieta turi būti nurodyta teisingai. Parmos kumpis turi būti pagamintas Parmoje, Italijoje. Šampanas turi būti gaminamas Šampanės regione, Prancūzijoje.



Kaip ES tvarkosi su alergenais?

Beveik du procentai suaugusiųjų ir apie penkis procentus vaikų kenčia nuo maisto alergijos. Alergijos simptomai gali būti įvairiausi: nuo čiaudulio iki mirties. Alergiją sunku gydyti, todėl sergantieji privalo vengti maisto produktų, kurių sudėtyje yra alergenų. Būtent todėl ES teisės aktai reikalauja, kad maisto produktų etiketėse būtų nurodytos visos sudedamosios dalys, ypač tos, kurios gali sukelti alergiją.



Ar turėtume palikti CE žymėjimą?



CE ženklas, pradėtas taikyti nuo 1993 m., turi parodyti, kad produktas atitinka visus ES saugos ir kokybės teisės aktus. Šį ženklą galite pamatyti ant daugelio prietaisų, parduodamų Europoje - nuo klaviatūrų iki video kamerų ir kavos virimo aparatų.

Ar turi CE ateitį?

Neseniai Europos Komisija išsiuntinėjo visoms valstybėms dokumentą, kuriame klausia, ar šis ženklas turėtų būti atnaujintas, ar iš viso panaikintas.

“Panaikinimas - vienas iš variantų, kurį verta deramai apsvarstyti”, – teigia dokumentas. “Tinkama proga užduoti klausimą, ar CE ženklinimas yra tikslingas. Turime daug faktų, liudijančių, kad Europos vartotojai nesupranta tikrosios CE ženklinimo prasmės”.

Problema ta, kad pagal galiojančias taisykles šio ženklo panaudojimui nereikia jokio leidimo - jį savo atsakomybe gali uždėti bet kuris gamintojas ar importuotojas. Taigi ženklas negarantuoja, kad gaminys iš tikrųjų buvo patikrintas. “Dėl šių aplinkybių CE ženklo negalima laikyti saugos ir kokybės garantu, kadangi dauguma tokių ženklų suvokia kaip įrodymą, kad gaminys buvo patikrintas ir atitinkama valdžios institucija išdavė leidimą pateikti jį į rinką”, - teigia Komisija.

Dar daugiau, Europoje nėra jokios institucijos, kuri prižiūrėtų CE ženklinimą ir galėtų skirti nuobaudas gamintojams už piktnaudžiavimą ir pažeidimus.

Galimos ir kitos šio ženklo panaikinimo alternatyvos – sukurti Europoje sertifikavimo sistemą arba įgyvendinti švietimo programas, kad vartotojai geriau suvoktų šio ženklo prasmę. Šių alternatyvų trūkumas tas, kad jos daug kainuoja. ■

Įprasti maistiniai alergenai:

- glieteno turintys javai ar jų produktai;
- vėžiagyviai (jūros gėrybės kaip krabai, omarai, krevetės, moliuskai ir t.t.);
- kiaušiniai;
- žuvis;
- žemės riešutai;
- kitokie riešutai (migdolai, lazdyno riešutai, graikiniai riešutai, anakardžių riešutai, pekanos riešutai, bertoletijos, pistacijos, makadonijos ir Kvinslendo riešutai ir kiti);
- sezamų sėklos;

- sojų pupelės;
- pienas;
- salierai;
- garstyčios;
- sieros dioksidas ir sulfitai, kurių koncentracija didesnė kaip 10 mg/kg.

Pagal naujus ES teisės aktus šios medžiagos turi būti įtrauktos į sudedamųjų dalių sąrašą, jei jos įeina į produkto sudėtį ar buvo naudojamos produkto gaminiui metu.

www.efsa.eu.int
www.rmc.lt
www.vet.lt
www.ukm.lt

www.food.gov.uk
www.fsai.ie/legislation/food/legislation_labelling.asp
europa.eu.int/scadplus/leg/en/s88000.htm

Etiketės ir jų tikrosios reikšmės

Ar žinojai, kad gali pasigerti gerdamas bealkoholį alų? Belgijos, vienos iš tradicinių Europos alaus gėrikų šalių, vartotojų grupės atliktas tyrimas parodė, kad beveik visos taip vadinamos “bealkoholio” alaus rūšys iš tikrųjų turi alkoholio.

Kad apgirstum, turėtum išgerti tikrai nemažai, tačiau tai įmanoma, nes pagal teisės aktus bealkoholiame aluje gali būti iki 0,5 % alkoholio. Vienoje iš iširtų alaus rūšių tyrėjai rado 1,8 % alkoholio, kai tuo tarpu etiketė skelbė, kad tai yra bealkoholis alus!

“Terminas “bealkoholis” dažnai yra klaidinantis, nes daugelis tokio alaus rūšių vis tiek savyje turi alkoholio”, - pareiškė Belgijos vartotojų sargas “Test Achats”. Tyrėjai teigė, kad alkoholio kiekis turėtų būti nurodytas, kad ir koks mažas jis bebūtų. Šiuo metu Lietuvos teisės aktai numato, kad alkoholis turi būti nurodomas, jei jo kiekis viršija 1,2 tūrio proc.



Ar kada nors buvai susimąstęs, ką iš tikrųjų reiškia šie terminai?

- **“Šviežias”** ir **“natūralus”**. Kadangi nėra jokių apibrėžimų, nustatančių, ką reiškia šie terminai, vartotojai dažnai gali būti klaidinami, kai gamintojai produktus netinkamai apibūdina kaip “šviežius” ir “natūralius”.
- **“Lengvas”**. Kadangi šis terminas taip pat nėra apibrėžtas teisės aktuose, neteisingas jo panaudojimas gali įteigti vartotojams, kad produkte yra mažiau riebalų ar kalorijų nei panašiuose produktuose. Kai kurie “lengvi” produktai gali turėti labai daug kalorijų, jie tiesiog pavadinti “lengvais”, nes turi šiek tiek mažiau kalorijų nei jų pirmtakai.
- **“Be cukraus”, “nesaldintas”**. Šie terminai dažniausiai reiškia, kad į produktą neįdėta cukraus. Tačiau tai nereiškia, kad produktas natūraliai negali būti saldus.
- **“Ekologiškas”**. Kad maisto produktai galėtų būti vadinami “ekologiškais”, jie turi būti pagaminti laikantis Europos Sąjungoje nustatytų ekologinio ūkininkavimo ir gamybos reikalavimų. Ekologinis ūkininkavimas - tai gamybos būdas, kuris užtikrina ekologinę pusiausvyrą ir gamintojo autonomiją. Nuo įprasto ūkininkavimo jis skiriasi tuo, kad nenaudojamos sintetinės cheminės medžiagos, naudojamos ir perdirbamos organinės medžiagos, naudojami biologiniai ligų ir kenkėjų kontrolės metodai. ■



Ką reiškia tie maži paveikslukai?

Trumpas pavadinimas: pavojaus simboliai

Kai kurie produktai gali būti pavojingi, todėl su jais elgtis reikia ypač atsargiai. Vartotojai turėtų žinoti su kokio pobūdžio pavojais susiduria. Europos teisės aktai reikalauja, kad tokie produktai būtų paženklinami pavojaus simboliais ir užrašais, kurie paaiškintų vartotojams, kaip saugiai naudoti produktus ir ką daryti, jeigu atsiranda tam tikrų problemų.

Vartotojai savo ruožtu turėtų žinoti, ką šie simboliai reiškia ar bent jau surasti šiek tiek laiko juos išsiaiškinti:

Produktai, kurie gali tau pakenkti

Daugelis produktų, paženklinutų šiais simboliais, gali būti naudojami tik gerai vėdinamose patalpose. Juos naudojant būtina mūvėti pirštines, apsaugoti akis ir odą, stengtis jų neįkvėpti, ir tuo labiau - neimti į burną. Būtinai perskaitykite nurodymus ir įspėjimus ant produkto pakuotės, kad tiksliai žinotumėte, ką reikia daryti ir ko daryti negalima.



Kenksmingas (žalingas)

Jei produkto nenaudosite tinkamai, gali pakenkti savo sveikatai.



Dirginantis

Produktas gali sudirginti ar nudeginti akis, odą, nosį ar plaučius.



Ardantis (ėsdinantis)

Produktas gali nudeginti odą ir negrįžtamai sužaloti akis.



Toksiškas

"T+" žymi, kad produktas yra labai toksiškas.

Produktas gali tave rimtai sužaloti, turėti ilgalaikių padarinių ar net sukelti mirtį. Būtinai nusiplauk rankas prieš valgant ar liečiant burną.

Jei į tavo akis ar ant odos pateko šių produktų, bent 10 minučių plauk pažeistas vietas tekančiu šaltu ar drungnu vandeniu. Prarijus produkto nemėgink nukentėjusiam sukelti vėmimą ar duoti ką nors valgyti, ar gerti. Priešingai nusistovėjusiai nuomonei, pienas ne tik nepadeda, bet gali net pabloginti padėtį. Nedelsdamas skambink į greitąją pagalbą ar toksikologijos centrą, visada turėk po ranka šį telefono numerį: 112.

Degūs produktai

Produkto degumą, priklausomai nuo degimo pobūdžio, nurodo trys simboliai. Primename dar kartą – naudok šiuos produktus tik gerai vėdinamoje patalpoje. Naudok ir laikyk šiuos produktus atokiau nuo karščio šaltinių: viryklių, žvakių, cigarečių, žiebtuvėlių...



Degus

F+ reiškia, kad produktas ypatingai degus.



Sprogus

Šis produktas užsidegęs gali sprogti.



Oksiduojantis

Ši medžiaga lengvai reaguoja su kitom medžiagom, todėl turėtų būti laikoma atskirai nuo kitų produktų.

Alergijos

Kai kurie butyje naudojami produktai, tokie kaip kosmetika, plovimo ar valymo priemonės, kai kuriems žmonėms gali sukelti odos alergiją (paraudimą, patinimą, pabrinkimą, išbėrimą, niežulį).

Jeigu pasireiškė alerginė reakcija, kreipkitės į šeimos gydytoją ar gydytoją dermatologą. Pasiimkite visus produktus, kuriuos pradėjote naudoti per kelias paskutines savaites, ir jų pakuotes, jei tik jas turite. Taip galėsite nustatyti produktus ar net sudedamąsias produktų dalis, kurie sukelia jums alergiją.

Vienintelė išeitis tau – nenaudoti nei šių produktų, nei kitų produktų, kurių sudėtyje yra sukeliančių alergiją sudedamųjų dalių. Siekiant padėti pasirinkti produktą priimtina tavo odai, visų kosmetikos gaminių, plovimo ir valymo priemonių etiketėse pateikiamas sudedamųjų dalių sąrašas.

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

SAUGOKITĖS SAULĖS

Tyrimai parodė, kad egzistuoja ryšys tarp ilgalaikio saulės poveikio ir kai kurių odos vėžio rūšių.

Patarimai besideginantiems saulėje:

- Mėgaukis saule saikingai.
- Ultravioletiniai spinduliai patys intensyviausi nuo 11 iki 15 val. – šiuo laiku nesikaitink saulėje.
- Jeigu negali išvengti ilgesnio buvimo saulėje, denk kūną. Galvos apdangalai ir saulės akiniai apsaugos papildomai.
- Kremas nuo saulės įdegimo gali tau padėti, bet jis neturėtų būti vienintelė apsaugos priemonė ilgą laiką būnant saulėje. Įsitink, kad tavo kremas nuo saulės apsaugo nuo UVA ir UVB spindulių. Naudodamas laikykitės instrukcijos.
- Vietos valdžia gali suteikti informaciją apie saulės radiacijos ir ultravioletinių spindulių intensyvumą, kurie priklauso nuo vietovės.
- Ypatingai jautri yra blyški, strazdanota ar su apgamais oda. Būk dar atsargesnis - atidžiau denk odą, vartok geriausią apsauginį kremą. ■



Ar žinai?

- 80 % saulės ultravioletinių spindulių prasiskverbia per lengvus debesis, todėl nudegti galima net ir debesuotą dieną.
- Vanduo minimaliai apsaugo nuo ultravioletinių spindulių, o atspindžiai nuo vandens dar labiau sustiprina jų poveikį.
- Saulės spinduliavimo poveikis per dieną kaupiasi, todėl pertraukos, daromos besikaitinant saulėje, nereiškia, jog bendras poveikis bus mažesnis.

Kaip skūstis? Kovok už save!

Nebijok pasiskusti!

Ar yra buvę, kad tave apgavo, o tu net nebandedi apsiginti? Vartotojai beveik kasdien susiduria su problemomis dėl prekių ir paslaugų kokybės, tačiau retai ryžtasi skūstis. Tai ne dėl mūsų drovumo. Pagrindinė priežastis sulaikanti žmones yra ta, kad jie nežino, kaip sėkmingai apsiginti.

Gražink netinkamas prekes

1. Gražink netinkamas prekes į parduotuvę. Kai kuriose parduotuvėse nustatyta skundų nagrinėjimo tvarka. Būk tvirtas, tačiau mandagus ir dalykiškas. Aiškiai išdėstyk problemą ir nurodyk, ko pageidauji. Užsirašyk asmens, su kuriuo bendravai, pavardę, kad galėtum ją nurodyti, jeigu vėliau tektų šiuo pokalbiu remtis.

2. Jeigu nepavyko susitarti, ženk antrąjį žingsnį – kreipkis telefonu arba raštu į įmonės vadovybę. Jeigu skambinsi, pasižymėk laiką, asmenį su kuriuo kalbėjai ir pokalbio turinį. Būtų neblogai pokalbio turinį dar pasiųsti ir raštu. Tik nepamiršk pasiilkti sau kopiją.

Ką daryti toliau

3. Trečiasis žingsnis, jeigu tu nepatenkintas rezultatu - kreiptis pagal kompetenciją į vietinę instituciją, nagrinėjančią vartotojų skundus – Valstybinę ne maisto produktų inspekciją prie Ūkio ministerijos, Valstybinę maisto ir veterinarijos tarnybą prie Lietuvos Respublikos Vyriausybės, Lietuvos Respublikos ryšių reguliavimo tarnybą, Valstybinę kainų ir energetikos kontrolės komisiją, Nacionalinę vartotojų teisių apsaugos tarybą prie Teisingumo ministerijos ar kitas institucijas. Nevyriausybines vartotojų organizacijas visada nurodys, kokia institucija sprendžia tau rūpimus klausimus.

4. Jeigu pardavėjas ar paslaugos teikėjas nereaguoja į laiškus, atsisako ką nors daryti, ar galiausiai pasiūlo tau nepriimtą sprendimą, lieka galutinė priemonė – kreiptis į teismą.



© David Rejford

Dešimt patarimų

1. Nebijok skųstis.
2. Žinok savo teises.
3. Daugiau pasieksi, jeigu būsi santūrus ir aiškiai suformuluosi savo pageidavimus.
4. Neiškraipyk faktų.
5. Pasakyk ko pageidauji – kad atsiprašytų, pakeistų prekę, gražintų pinigus, geriau aptarnautų ar išmokėtų kompensaciją.
6. Įsitikink, kad kalbi su kompetentingu darbuotoju.
7. Saugok svarbią informaciją – užsakymus, kvitus, garantijas, dokumentus, patvirtinančius apmokėjimą, laiškus, pokalbių datas, pavardes asmenų, su kuriais kalbėjaisi.
8. Jeigu siunti ar atiduodi minėtus dokumentus, visuomet sau pasilik originalą.
9. Jeigu atsirado problema, veik ryžtingai, reikalui esant nesivaržyk kreiptis pagalbos.
10. Visada prisistatyk – nurodyk savo pavardę, adresą, telefoną el. pašto adresą bei dokumentų numerius.



“Kartą per klaidą nusipirkau knygą, kurios man iš tikrųjų nereikėjo. Grįžau į knygyną. Aš išdrįsau kovoti už savo teises ar galų gale pasiekiau savo. Po pusvalandžio karštų ginčų, knygynas leido man iškeisti tą knygą į kita pirkinį. Aš didžiavausi savimi. Mano nuomone, mes visada turėtume prašyti pinigų sugrąžinimo arba teisės pakeisti prekę.”

Anetė, 19, Vokietija

Nusipirkus netinkamą prekę kitoje ES valstybėje, ginčų sprendimas tampa sudėtingesnis ir brangesnis, o procedūra kitose valstybėse gali būti kitokia negu tavo šalyje. Dėl šių priežasčių Europos Sąjungoje įsteigtas Europos vartotojų centrų tinklas (EEC-Net), kur tu gali gauti patarimą ir praktinę pagalbą, kai kyla problemų dėl prekių, įsigytų bet kurioje kitoje ES valstybėje. ■



www.inspekcija.lt
www.vet.lt
www.rrt.lt
www.regula.is.lt
www.nvtat.lt
www.ecc.lt

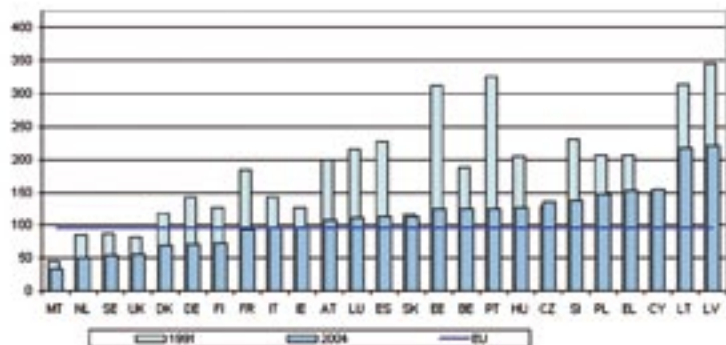
Mirtys keliuose

Ar išdrįstum šokti nuo televizijos bokšto "be gumos"? Ne? Tada kodėl vairuoti motociklą be šalmu, neužsisegi saugos diržų automobilyje?

Dažniausia jaunesnių nei 45 metų žmonių mirties priežastis yra kelių eismo įvykiai. Mirtys keliuose yra net dažnesnė nei mirtys nuo širdies ligų ar plaučių vėžio. Per pusę praėjusio amžiaus daugiau nei 2 mln. europiečių žuvo keliuose ir daugiau nei 100 mln. buvo sužeisti. Nors saugumo kokybė mašinose ir keliuose ženkliai pagerėjo, vis tiek kasmet Europos keliuose žūsta daugiau nei 40 tūkst. žmonių ir 1,7 mln. patiria įvairių sužalojimų. Šie skaičiai paremti tik 15 senųjų ES narių informacija, prieš 2004 m. sąjungos plėtrą. Jei pridėtume naujųjų narių statistiką, gautume dar kraupesnę vaizdą.

Mirtys keliuose, skaičiuojama milijonais

Šaltinis: Europos Komisijos, CARE duomenų bazė



Paiškinimai:

Mirtys keliuose, yra visi žuvę žmonės, praėjus ne daugiau kaip 30 dienų nuo įvykio. Sąjungos šalims, kurios nesilaiko šio apibrėžimo, buvo pritaikyti korekcijos faktoriai.



Europos Komisija nori iki 2010 m. per pusę sumažinti mirčių keliuose skaičių, apeliuodama į žmonių atsakomybės jausmą ir eismo taisyklių laikymąsi. Numatytos priemonės, kaip tobulinti automobilių saugumą ir kelių infrastruktūrą.

Negi ir tu norėtum tapti tuo, kuris papildytų mirusiųjų keliuose gretas? Jei ne, pasinaudok šiais paprastais patarimais:

- negerk alkoholinių gėrimų, jei vėliau teks vairuoti;
- laikykis greičio apribojimų;
- būk ypač atsargus, vairuodamas motociklą bei kirsdamas sankryžas;
- užsisiek saugos diržus, motociklu važiuok tik su specialia apranga ir šalmu;
- prižiūrėk savo transporto priemonę;
- sustok ir pailsėk, jei jautiesi pavargęs, kad galėtum toliau vairuoti. ■



Santykinis mirčių skaičius dėl įvairių transporto įvykių

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

Europos Kelių Saugumo Chartija:
europa.eu.int/comm/transport/roadsafety/charter_en.htm
 Nusikaltimai kelyje (Didžioji Britanija):
www.lawontheinternet.co.uk/motoringoffences.htm

Rūkalių pragaras

Sveiki atvykę į rūkalių pragarą, kur pripratusieji prie "blogio žolės", išprašyti iš alinių, restoranų, darbo vietų ir kitų viešųjų patalpų, turi būriuotis lauke per lietu ir vėją.

Tai Airija, garsi visame pasaulyje savo alinėmis ir tamsiu alumi, - pirmoji šalis pasaulyje, uždraudusi rūkyti viešose patalpose.

Draudimas įsigaliojo nuo 2004 kovo. Daugelis manė, kad jis sukels tokius pačius neramumus kaip ir Didysis badas 1847 m. Sklido kalbos net apie maištą visuose visuomenės sluoksniuose.

Kas gi atsitiko po metų? Gal Airijos rūkaliai sukėlė maištą? Gal Airijos kalėjimus užpildė alinių savininkai, atsakę paklusti šiam draudimui?

Atsakymas, priešingai negu tikėtasi, yra "NE", taigi Airija galėtų būti puikus tokios revoliucinės politikos pavyzdys kitoms valstybėms.



Moksleivių akcija
Pasaulinės anti
tabako dienos proga.

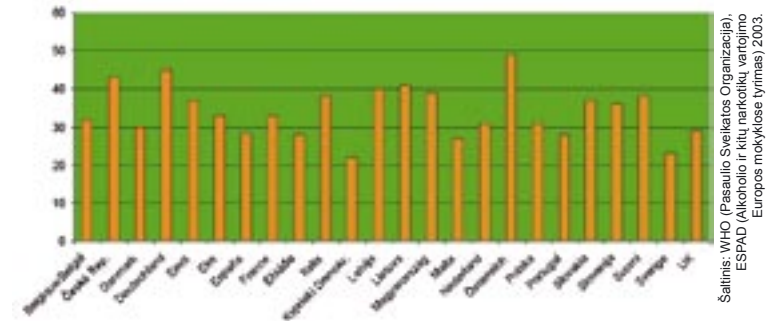
Stiprėjanti tendencija

- Airija, Italija, Švedija ir Malta jau uždraudė rūkymą viešose patalpose.
- Draudimai svarstomi ir Jungtinėje Karalystėje, ir Belgijoje.
- Estija, Latvija, Liuksemburgas ir Ispanija ruošiasi sugriežtinti savo įstatymus ir priartėti prie visiško uždraudimo.
- Niujorke draudimas rūkyti per metus sumažino rūkalių skaičių apie 100 000 žmonių.

"Aš prieš šį sumanymą. Kodėl negalima išskirti rūkaliams vietos bare ar rūkančiųjų kambario darbovietėje? Kodėl apribojama mano laisvė rūkyti, jei aš to noriu? Aš suprantu, kad tai man kenkia, bet ar neturėčiau aš pats apsispręsti?"
Kostas, 19, Graikija



Jaunų rūkančių europiečių skaičius (procentais)



"Aš esu už draudimą rūkyti viešose patalpose. Sutikime, kad dauguma žmonių palaiko draudimo idėją. Tai paskatintų žmones visai mesti rūkyti, be to, mes taip pat turime teisę į apsaugą nuo pasyvaus rūkymo."
Žeraldina, 20, Liuksemburgas



Daugiau informacijos:
www.sam.lt



Kadangi cigaretės nužudo pusę visų rūkalių, nuolatos reikia rasti vis naujų vartotojų. Siekiant apeiti galiojančius įstatymus, ribojančius rūkalių reklamą, nuolat kuriamos naujos ir vaizdingos strategijos, dažniausiai nukreiptos į moteris ir jaunus žmones.



Norėtum pamėginti?

Ne kiekvienas, kuris rūko, tampa rūkaliumi. Tačiau kuo jaunesnis pradedi, tuo didesnė tikimybė, kad priprasi. Cigarečių gamintojai prideda į jas chemikalų, kurie padidina tavo šansus tapti ištikimu vartotoju visą gyvenimą. Svarbiausias dalykas - tu turi išsiaiškinti, ar tapai priklausomas ir žinoti, kad šis kelias gali kainuoti tau daug pinigų ar net gyvybę.

Taigi, jei tau neduoda ramybės mintis pamėginti cigaretę, manyk, kad tau nėra jokios būtinybės to daryti, juk gali gyventi ir be šios patirties.



Jau rūkai?

Kartas nuo karto tu svarstai galimybę mesti. Ar žinai, kad kuo ilgiau tu rūkai, tuo sunkiau bus mesti? Taigi, jei manai, kad tau gali būti sunku mesti dabar (artėja egzaminai, vakarėlis, išsiskyrei su vaikinu ar mergina...) – pagalvok, kaip sunku bus tai padaryti po penkerių metų, kai būsi papildomai surūkęs apie 20 000 cigarečių.

Tavo šeima, draugai, mokykla, vyriausybė - visi yra pasiruošę tau padėti mesti rūkyti, jei nusprendei, kad jau metas tai padaryti.

Metimo rūkyti kalendorius

Nauda metus rūkyti

Po 1 dienos	Pagerėja širdies veikla, kraujo spaudimas, kraujas
Po 1 metų	Padidinta tikimybė susirgti širdies kraujagyslių ligomis yra perpus mažesnė, lyginant su nuolatinių rūkalių
Po 5 - 15 metų	Tikimybė patirti širdies smūgį yra sumažinta iki ką tik pradėjusių rūkyti
Po 10 metų	Tikimybė susirgti plaučių vėžiu sumažėja daugiau nei per pusę, lyginant su nuolat rūkančiais; taip pat sumažėja rizika susirgti kitų rūšių vėžiniais susirgimais
Po 15 metų	Tikimybė susirgti širdies kraujagyslių ligomis tokia pati kaip ir nerūkančiųjų, bendra mirties tikimybė beveik tokia pati kaip nerūkančiųjų, ypač, jei mesta rūkyti, prieš prasidedant ligai

Šaltinis: WHO (Pasaulio Sveikatos Organizacijos) tabako atlasas, 2002.

Help! – Už gyvenimą be tabako



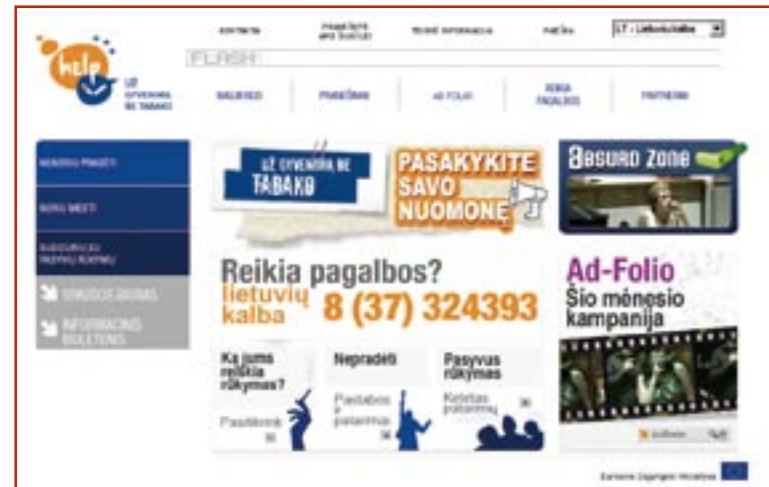
Net Europos Sąjunga pasiruošusi padėti tau mesti rūkyti. Be draudimų reklamuoti cigaretes ir įstatymų, draudžiančių parduoti cigaretes, jei ant pakelio nėra pažeistų plaučių piešinio, Europos Sąjunga taip pat vykdo akciją "Help!".

Akcijos interneto puslapyje www.help-eu.com rasite:

- praktinius patarimus, kaip nepradėti rūkyti, mesti rūkyti ir kokie pavojai tyko pasyviai rūkančiųjų;
- nuorodas į asociacijas, organizacijas, interneto puslapius ir pagalbos linijas, kurios padės tau mesti rūkyti;
- animuotą Fagerstrom testo versiją, kuri apskaičiuos, kiek pripratęs prie tabako tu esi.

Puslapyje taip pat yra:

- anti-tabako reklamų iš visos Europos biblioteka;
- "Absurdo zona", iš kurios tu gali savo draugams siųsti elektroninius atvirukus ir SMS žinutes, skelbiančias apie tavo pasiryžimą mesti rūkyti;
- Europos manifestas "Už gyvenimą be tabako", parašytas Europos jaunimo. ■



Rask viską www.help-eu.com



gyvenimo būdo pusiausvyrą

Ar žinai, kad nesveika mityba ir fizinio aktyvumo stoka - priežastys, dėl kurių prieš laiką miršta daugiausiai žmonių Europoje?

Nutukimas: šiuolaikinis žudikas

Nutukę žmonės turi ne tik antsvorio problemų. Dėl jų organizmuose susikaupusių riebalų žymiai padidėja rizika rimtai susirgti. Nutukimas - vienas iš didžiausių žudikų Europoje.

Faktai:

- ES daugiau nei 200 mln. suaugusiųjų ir 14 mln. vaikų turi antsvorio ar yra nutukę. Manoma, kad nutukusių vaikų skaičius kasmet padidėja maždaug 400 tūkst.
- Daugelyje ES šalių pusė suaugusiųjų turi antsvorio, nuo 20 iki 30 ū yra nutukę. Jei ši tendencija išliks, 2030 m. du trečdaliai europiečių bus nutukę.
- Suomijoje, Vokietijoje, Graikijoje, Kipre, Čekijoje, Slovakijoje ir Maltoje nutukusių žmonių jau dabar yra daugiau nei JAV. Graikijoje 38 % moterų yra nutukusios.

Kokia viso to kaina?

Nesveika gyvensena kenkia ir ekonomikai. Didžiojoje Britanijoje nustatyta, kad sveikatos apsaugos kaina nutukusiems ir kaina visai valstybei sudaro apie 17,5 mlrd. litų per metus.

Visi žinome, kad sveika ir subalansuota mityba bei kasdienis fizinis aktyvumas teigiamai veikia mūsų sveikatą ir gerovę. Kai suvartojama per daug maisto, ypač riebalų, cukraus, druskos, bet išiekojama per mažai energijos, galima priaugti svorio, susirgti vėžiu, širdies ligomis, diabetu. Gyvenimo būdo sukeltos ligos, tokios kaip antrojo tipo diabetas, jau plinta ir jaunimo tarpe, nors dar prieš kelerius metus jos buvo laikomos pagyvenusių žmonių ligomis.



Subalansuotos gyvensenos receptas

- Mankštinkis, mankštinkis, mankštinkis! Rekomenduojama per dieną mankštintis bent 30 minučių. Juk lengva nueiti iki mokyklos ar išlipti iš autobuso stotele anksčiau negu reikia, užbėgti laiptais aukštyn, užuot važiuavus liftu.
- Energinga fizinė veikla, bent 3 kartus per savaitę po valandą. Išmėgink naują sporto rūšį ar lankyk sporto salę. Jei neleidžia biudžetas – bėgiok ar greitai vaikščiok!
- "Suvalgyk kasdien po obuolį – nereikės jokių daktarų". Valgyk daugiau vaisių ir daržovių (mažiausiai 400 g per dieną) ir nepamiršk, kad javų dribsniai taip pat sveika.
- MIEGOK! Paaugliams reikia kasnakt miegoti bent po 9 valandas. Tai būtina, kad organizmas galėtų išskirti hormoną, kuris skatina augimą.
- Vartok nesočiuosius augalinės kilmės riebalus vietoje sočiųjų gyvūninių riebalų.
- Gerk daug vandens. Apie 2 litrus per dieną, venk gazuotų bei saldžių gėrimų.
- Pasistenk, kad tavo racione būtų kuo mažiau riebaus, sūraus ir saldaus maisto.
- Valgyk tik tada, kai jautiesi išalkęs, o ne dėl įpratimo.
- Eik apsipirkti tik pilnu skrandžiu ir su sąrašu, ką ketini pirkti.
- Atsimink, kad dažniausiai persivalgai, kai esi alkanas, nusiminęs ar tiesiog neturi, ką veikti.
- Pasakyk "Ne" tabakui, alkoholiui ir narkotikams.



Subalansuok savo gyvenimą. Ko reikia, kad sudegintum šias kalorijas?

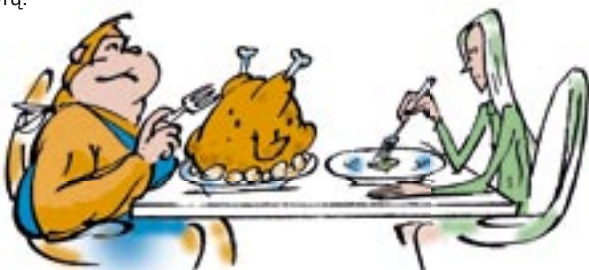
Ši lentelė parodo, kiek kalorijų sudegini per pusvalandį, priklausomai nuo tavo svorio.

Užsiėmimas	41 kg	50 kg	59 kg	68 kg	82 kg	91 kg	100 kg	109 kg
Badmintonas	135	165	195	225	270	300	330	360
Važiavimas dviračiu (16 km/h)	112	138	162	188	225	250	275	300
Boulingas	50	60	72	82	99	110	121	132
Šienavimas	122	149	175	202	243	270	297	324
Bėgimas (13 km/h)	274	336	396	458	549	610	671	732
Plaukimas (50 m/min.)	202	248	292	338	405	450	495	540
Tenisas	144	176	208	240	288	320	352	384
Valymas dulkiu siurbliu	68	82	98	112	135	150	165	180
Ėjimas (5 km/h)	72	88	104	120	144	160	176	192
Mašinos plovimas	68	82	98	112	135	150	165	180

Kitoje skalės pusėje**Nervinė anoreksija (apetito nebuvimas)**

Kitoje skalės pusėje dar viena mitybos sukeliama liga – nervinė anoreksija. „Anoreksikai“ pasirošę padaryti bet ką, kad tik jų svoris būtų mažesnis už normalų jų amžiaus ir ūgio jaunuolių svorį. Juos nuolatos persekioja įkyri mintis apie maistą ir svorio mažinimą. Kartais jie mankština iki išsekimo, kad išseiktų tai ką suvalgė. Šis sutrikimas dažniausiai pasitaiko tarp paauglių mergaičių ir jaunų moterų, o kartais - tarp berniukų bei vyrų.

Nervinė anoreksija serga 5 % mergaičių Didžiojoje Britanijoje.

**Bulimija (liguistas, labai padidėjęs alkio jausmas)**

Atsimink, kad su valgymu susiję sutrikimai kyla ne iš žmogaus noro ar apgalvoto apsisprendimo tai daryti. Šie sutrikimai išsivysto palaipsniui, kaip atsakas į problemas žmogaus gyvenime, ir yra susiję su nepakankama pagarba sau.

Nervinė bulimija. Tai pasikartojantys persivalgymo priepuoliai, po kurių paprastai seka rizikingos pastangos kompensuoti šį persivalgymą. Tai gali būti pasninkavimas, ekstremali mankšta, vėmimas, medikamentų vartojimas, siekiant pagreitinti maisto praėjimą per virškinimo sistemą. Daugelio žmonių, sergančių bulimija, svoris yra normalus, todėl šį sutrikimą sunku pastebėti.

Mitai ar tiesa?**1. Vegetarai maitinasi sveikiau**

MITAS. Vegetaras, kuris mėsą ir žuvį pakeičia pica ir skrudintu maistu, tikrai nesimaitina sveikiau! Jei atsisakai mėsos ir žuvies, turi surasti kitų produktų, iš kurių gautum užtekinai baltymų, vitaminų, mineralų, geležies ir cinko.

2. Pieno produktai tave storina

MITAS. Antsvoris dažniausiai atsiranda dėl nesubalansuotos mitybos ir mažo fizinio aktyvumo. Pieno produktuose yra kelių tipų riebalų, todėl valgydamas pieno produktus nepriaugsi svorio, tačiau vartojant sočiuosius riebalus gali padidėti cholesterolio kiekis, kuris gali sukelti širdies ligas. Norėdamas išvengti sočiųjų riebalų, pasirink pusiau nugriebtą ar nugriebtą pieną, ar neriebius jogurtus.

3. Vaisius ir daržoves gali pakeisti vitaminų papildais

MITAS. Vitaminų papildas neatstoja subalansuotos ir sveikos mitybos.

4. Badavimas padės numesti svorio

MITAS. Kontroliuoti svorį gali ir valgydamas tris kartus per dieną, o tarp valgių užkandamas sveikais užkandžiais (vaisiais, nekaloringais jogurtais ar dubeniu dribsnių).

5. Būti sveikas gali ir be jokių stebuklų ar magijos

TIESA. Kuo daugiau judi ir sportuoji, tuo daugiau kalorijų sudegini! ■

www.bodywhys.ie
www.eating-disorders.org.uk
www overeatersanonymous.org

www.youth2youth.co.uk
www.edauk.com/default.htm
www.rmc.lt

Nuo tavęs priklauso, ar klimatas keisis

Koks šiandien oras?

Žmonės dažnai šneka apie orą. Nenuostabu - juk oras iš tikrųjų turi didelės įtakos mūsų nuotaikai, aprangai ir mitybai.

Tačiau "klimatas" nėra tas pats, kas oras. Klimatas - tam tikrai teritorijai būdingas daugiamečių orų režimas.



Ar normalu, kad klimatas kinta?

Klimatas visada keitėsi ir tebesikeičia. Tai natūralu. Naujausi tyrimai rodo, kad pastaraisiais dešimtmečiais klimatas pakito daugiau nei įprasta dėl įvairios žmonių, pramonės sričių ir žemės ūkio veiklos.

Kodėl tai vyksta?

Saulės spinduliai šildo žemės paviršių. Kai temperatūra pakyla, šiluma grįžta atgal į atmosferą. Dalis jos sugeriama, o kita dalis vėl gražinama atgal į žemę. Šiluma neišsisklaido, nes ją sulaiko atmosferoje esančios įvairios dujos: CO₂, vandens garai, azoto dioksidas, metanas ir ozonas. Šis natūralus procesas vadinamas šiltnamio efektu ir sudaro sąlygas gyvybei egzistuoti žemėje. Jei šio efekto nebūtų – jei dujos nesulaikytų šilumos žemės paviršiuje - vidutinė pasaulio temperatūra būtų -18 °C.

Tačiau per praėjusį šimtmetį žmogaus veikla taip suaktyvėjo, kad CO₂ dujų koncentracija atmosferoje tapo didesnė nei per praėjusius 650 000 metų. Iš visų šiltnamio efektą sukeliančių dujų CO₂, yra apie 80 %. Išaugus CO₂ kiekiui atmosferoje, padidėjo ir šiltnamio efektas. Vidutinė metinė temperatūra pasaulyje dabar yra iki 0,6 °C, o Europoje - iki 1 °C didesnė.

Degindama dujas, naftą ir anglį, žmonija į atmosferą išmeta didžiulius CO₂ kiekius. Kitos šiltnamio efektą sukeliančios dujos atmosferoje atsiranda dėl pramonės įmonių veiklos, žemės ūkio ir sąvartynų.

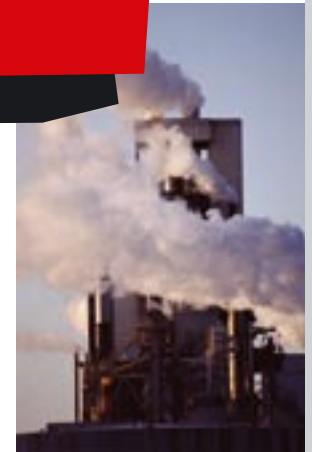
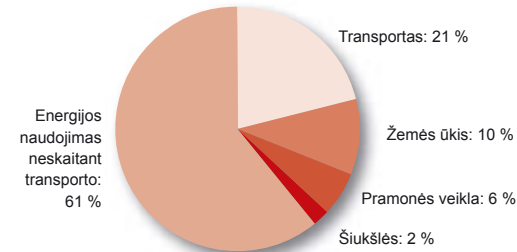


Ar žinojai ...?

- Dešimt šilčiausių metų buvo užfiksuota nuo 1990 m.
- Mokslininkai spėja, kad per šį amžių pasaulio vidutinė temperatūra pakils nuo 1,4 °C iki 5,8 °C.

Ar europiečiai prisideda prie šios problemos?






Šiltnamio efektą sukeliančių dujų emisija ES 2003 m.



Ar žinojai ...?

- Kiekvienas europietis kasmet prisideda prie 11 t šiltnamio efektą sukeliančių dujų išmetimo į atmosferą (emisijos), iš kurių net 9 t sudaro CO₂.
- Namų ūkis sunaudoja trečdalį visos ES energijos, todėl kiekvienai namai yra atsakingi už beveik 20 % su energija susijusios CO₂ emisijos. 70 % namų ūkio sunaudojamos energijos yra skirta namui šildyti, 14 % vandeniui šildyti ir 12 % apšvietimui bei elektros prietaisams.
- Asmeninių automobilių išmetamos dujos sudaro 10 % ES į atmosferą išmetamų CO₂ dujų.
- Europoje gyvena tik 7 % pasaulio gyventojų, bet jie sunaudoja 20 % pasaulio ekosistemos resursų – tokių kaip medžiagos, maistas, energija.
- Vidutiniškai europietis per dieną išmeta 1 kg šiukšlių. Kasmet europiečiai išmeta šiukšlių, kurių svoris prilygtų 4 000 Eifelio bokštų. Ir šis skaičius nuolat didėja.

Kokie yra klimato pokyčių padariniai?

- 
Tirpsta ledkalnių viršūnės. Per pastaruosius dešimtmečius Arkties ledynų užimamas plotas sumažėjo apie 10 %, o ledo storis sumažėjo apie 40 %. Tuo tarpu priešingoje pasaulio pusėje, Antarktidos ledo danga tapo nestabili.
- 
Ledynai nyksta. Tikėtina, kad 75 % Šveicarijos Alpių ledynų išnyks iki 2050 m.
- 
Jūrų vandens lygis kyla. Per praėjusį amžių jis pakilo 10 - 25 cm ir iki 2100 m. turėtų pakilti dar 88 cm. Europoje 70 mln. pakrančių gyventojų atsidurtų pavojuje. Jūros vanduo taip pat gali užlieti ir užteršti dirvą bei gėlo vandens šaltinius.
- 
Ekstremalus oras – audros, potvyniai, sausras ir karščio bangos. Per praėjusį dešimtmetį pasaulį ištiko tris kartus daugiau su oru susijusių natūralių katastrofų negu 1960 m. Tikėtina, kad nuo 2070 m. Europą kas antrus metus užplūs tokios karščio bangos kaip ir 2003 m. Per 2003 m. kaitriąją vasarą prieš laiką mirė apie 20 000 europiečių. Tą vasarą kilo didžiuliai miško gaisrai ir pridarė žemės ūkiui nuostolių už daugiau nei 10 mlrd. eurų.
- 
Biologinės įvairovės netektis: daug gyvūnų ir augalų rūšių nesugebės prisitaikyti prie pakitusių temperatūros sąlygų. Poliariniai lokiai, ruoniniai, jūrų vėpliai ir pingvinai yra ypač pažeidžiami.



Tai skamba rimtai! Ką reikėtų mums daryti?

Europos Sąjunga pirmąją kovojėsu klimato pokyčiais. ES valstybių veikla remiasi 1992 m. Jungtinių Tautų klimato pokyčių konvencija ir jos 1997 m. Kyoto protokolu. Šie dokumentai nustatė normas, kiek išsivysčiusios valstybės turėtų išmesti į atmosferą šiltnamio efektą sukeliančių dujų, kad tai nekeletų pavojaus planetai. Europos Komisija parengė daug įvairių priemonių, padedančių šalims narėms įvykdyti Kyoto kriterijus. Vyriausybės riboja pramonės ir energijos sektorių emisiją, nustatydamas leistinus emisijos dydžius. Kitos ES priemonės siekia pagerinti energijos naudojimo efektyvumą pramonės gamylose, pastatuose ir namų apyvokos prietaisuose.



Europos Komisija, daugelis vyriausybių, nevyriausybių organizacijų ir visuomenės grupių nemažai investavo, informuodami pramonės įmones ir gyventojus apie galimus klimato pokyčių pavojus. Jie skatinami naudoti energiją efektyviai ir kur įmanoma vengti nereikalingos emisijos.



Europos aplinkosaugos komisaras Stavras Dimasas:

“Žmonės mano, kad jų pasirinkimai neturi įtakos visuomenės gerovei. Tačiau iš tikrųjų šie pasirinkimai įtakos turi. Jei mes tapome klimato pokyčių kaltininkais, mes privalome su jais ir kovoti. Kiekvienas gali prisidėti, o tai išreiškia pagarbą savo aplinkai.”

Daug kompanijų atlieka svarbų vaidmenį, gamindamos produktus aplinkai draugišku būdu. Automobilių gamintojai stengiasi pagerinti degalų efektyvumą ES parduodamose automobiliuose, nes didesnis degalų efektyvumas reiškia mažesnę CO₂ išmetimo į atmosferą kiekį. Patikrink savo mėgstamų prekės ženklų internetos svetaines, kad sužinotum, ar kompanijos kovoja su klimato pokyčiais.

Daugiau informacijos apie Europos Komisijos aplinkosaugos direktorato veiklą ieškokite:
http://www.europa.eu.int/comm/environment/climat/home_en.htm

Ką aš galiu padaryti, kad padėčiau? Pažadėk!

Kiekvienas privalo suvaidinti svarbų vaidmenį kovoje su klimato pokyčiais. Žemiau rasite veiksmų planą, kuris tikrai lengvai įgyvendinamas!

TAUPYK ENERGIJĄ

- Neperkaitink savo namų. Sumažindamas temperatūrą tik 1°C, gali sumažinti iki 7 % savo šeimos sąskaitų dydį už energiją. 70 % namų ūkio sunaudojamos energijos yra skirta šildymui.
- Paprašyk, kad tėvai sureguliuotų namų šildymo sistemą taip, kad naktį ar kai nieko nėra namie, temperatūra nukristų iki 17 °C, o tau grįžus ar atsibudus vėl būtų 20 °C.
- Taupyk karštą vandenį naudodamasis dušu, o ne vonia – tai sunaudos keturis kartus mažiau energijos.
- Kai ruoši karštą gėrimą, užkaišk tik tiek vandens, kiek tau reikės.
- Kai vėdini savo kambarį, langus atidaryk tik kelioms minutėms ir vėl uždaryk, kad iš kambario neišeitų visa šiluma.
- Reguliariai atitirpdyk šaldytuvą. Taip gali sutaupyti iki 30 % sunaudojamos energijos.
- Nenustatyk savo šaldytuvo reguliatoriaus ant didžiausio šaldymo, kadangi kai šaldytuvo temperatūra yra mažesnė nei 5 °C, tu tik sunaudosi daugiau energijos, bet dėl to maistas ilgiau neišsilaisys šviežias.
- Nedėk į šaldytuvą šilto maisto. Leisk maistui atvėsti ir tik tada dėk į šaldytuvą.
- Neužmiršk išjungti šviesos, kai tau jos nereikia.
- Nepalik televizoriaus, kompiuterio ar garso aparatūros parengties režimu. Vidutiniškai televizorius sunaudoja 45 % savo energijos parengties režimo metu. Jei visi europiečiai vengtų parengties režimo, jie sutaupytų tiek elektros energijos, kad jos užtektų apšviesti Belgijos dydžio valstybei.
- Nepalik krauti mobiliojo telefono, kai jis jau pilnai pakrautas. Jei paliksi, 95 % elektros energijos nueis veltui ir tik 5 % bus skirti krauti tavo telefonui.
- Pakalbėk su savo tėvais apie energiją tausojančias elektros lemputes. Jos tarnauja ilgiau ir sunaudoja penkis kartus mažiau elektros energijos nei paprastos lemputės.
- Kai tavo tėvai rinksis naujus namų apyvokos daiktus (šaldytuvus, skalbimo mašinas ir t.t.), paprašyk, kad rinktųsi daiktus, pažymėtus Europos A+ klasės ženklu. Tai labai efektyvu.
- Jei užsuksi vandens čiaupą valydamasis dantis, sutaupysi nuo 12 iki 15 l vandens.



RŪŠIUOK ATLIKAS

- Apsipirkinėdamas naudokis daugkartinio naudojimo maišeliais vietoje vienkartinį.
- Nunešk stiklo tarą į supirkimo punktą ir atskirk popierių, kartoną ir skardines nuo kitų savo šiukšlių. Aliuminio skardinių perdirbimas sunaudoja dešimt kartų mažiau energijos nei naujų gaminimas. Gamyklos sunaudoja kur kas mažiau energijos, jei gamina popierių iš senų laikraščių ar žurnalų nei iš medienos.
- Jei turi sodą, kompostuok visas pūnančias virtuvės atliekas.
- Rinkis produktus, kurių pakuotės yra nedidelės, ir pirk daugkartinio naudojimo daiktus, kai gali.
- Savo pietus atsinešk daugkartinio naudojimo dėžutėje, o ne folijoje ar popieriaus maišeliuose.

VAIKŠČIUK

- Trumpus atstumus eik pėsčiomis ar važiuok dviračiu, nevažiuok trumpų atstumų motoroleriu ar automobiliu.
- Kai keliauji ilgesnius atstumus, naudokis traukiniu, tramvajumi ar autobusu.
- Taip pat stenkis vengti oro skrydžių – lėktuvai išmeta į atmosferą didžiulius CO₂ kiekius. Skraidymas yra sparčiausiai didėjantis pasaulyje CO₂ emisijos šaltinis.
- Jei tavo tėvai rengiasi pirkti automobilį, paprašyk, kad pirktų mažą ir degalų atžvilgiu efektyvų modelį, taip jie sutaupys degalams! Pagal Europos teisės aktus automobilių gamintojai privalo nurodyti informaciją apie CO₂ emisiją ir degalų sunaudojimą.

PAPILDOMA VEIKLA

- Pasodink medį mokykloje, savo sode ar kaimynystėje! Penki medžiai per savo gyvenimą sugeria 1 t CO₂.
- Parduotuvėse ieškok prekių su Europos eko ženklu, simbolizuojančiu mažą gėlytę.
- Naudok kaip įmanoma mažiau popieriaus - kopijuok ant abiejų lapo pusių, naudokis elektroniniu paštu.
- Vartok vietinės gamybos, sezoninį maistą. Jis ne tik yra sveikesnis, bet ir nekenksmingas aplinkai!
- Valgyk mažiau mėsos. Mėsos gamybos metu išsiskiria daug CO₂.

Aš, (įrašyk savo vardą) galiu kontroliuoti klimato pokyčius ir pasižadu tapti atsakingu piliečiu, sumažindamas savo CO₂ emisiją, darydamas mažus pakeitimus savo kasdieniniame gyvenime.

Data:

Valstybė:

Parašas:

Mano liudininkai yra

(Liudininkai turi būti mažiausiai 18 metų amžiaus ir norintys prisidėti prie tavo priesaikos)

Liudininkų parašai:



Sek savo klimato pokyčius mažinančią veiklą! 6 savaites skirk sau taškus už kiekvieną veiksmą, kurį atlikai tą savaitę, o pasibaigus stebėjimo laikotarpiui - sudėk taškus ir pamatysi, kaip tau sekėsi.

	Savaitė 1: / 2006- / 2006	Savaitė 2: / 2006- / 2006	Savaitė 3: / 2006- / 2006	Savaitė 4: / 2006- / 2006	Savaitė 5: / 2006- / 2006	Savaitė 6: / 2006- / 2006
Taupyk energiją.						
Sumažink šildymą namie 1°C vienai savaitei. <i>Gauni 10 taškų.</i>						
Uždaryk duris ir langus šildomuose kambariuose vienai savaitei. <i>Gauni 5 taškus.</i>						
Naudokis dušu vietoj vonios vieną savaitę. <i>Gauni 5 taškus.</i>						
Nepalikinė šaldytuvo atidaryto. Daryk tai vieną savaitę. <i>Gauni 1 tašką.</i>						
Išjunk šviesą, kai tik gali, daryk tai visą savaitę. <i>Gauni 5 taškus.</i>						
Ištrauk mobiliojo telefono kroviklį, kai telefonas pasikrauna. Daryk tai visą savaitę. <i>Gauni 1 tašką.</i>						
Visiškai išjunk savo televizorių, audio aparatūrą ir kompiuterį vienai savaitei. Nepalik jų parengties režimu. <i>Gauni 5 taškus.</i>						
Rūšiuok atliekas.						
Nešk stiklo tarą į supirkimo punktą vieną savaitę. <i>Gauni 1 tašką.</i>						
Neškis vieną savaitę į mokyklą daugkartinio naudojimo butelius, o ne skardinius ir plastikinius butelius. <i>Gauni 5 taškus.</i>						
Vieną savaitę neškis į parduotuvę daugkartinio naudojimo maišelį, o ne vienkartinius plastikinius maišelius. <i>Gauni 5 taškus.</i>						
Vaikščiok.						
Eik, važiuok dviračiu ar naudokis viešuoju transportu vykdamas į mokyklą, užklausinę veiklą ir namo. Už kiekvieną kilometrą <i>gauni 1 tašką.</i>						
Kita.*						

*Nueik į www.climatechange.eu.com ir pasirink keletą papildomų veiklų.

Tavo taškų suma po 6 savaitių:

Tavo vardas ir pavardė:

Liudininkai (vardai ir pavardės):

Šį lapą turi gražinti savo mokytoji iki 2006 m. gruodžio 15 d.

Jei norėsi jį atsisiųsti iš interneto, įeik į šį tinklalapį: www.climatechange.eu.com



KEISKIS

TAUPLYK ENERGIJĄ. RŪŠIUOK ATLIEKAS. VAIKŠČIOK.



Imkis veiksmų mokykloje, namie ar jaunimo ir sporto klube.




Smagiau, kai tai darote kartu!

- Sukurk plakatų akciją, kuri paskatintų žmones imtis mažų pokyčių savo kasdieniniame gyvenime: išjungti šviesą, kai jos nereikia, eiti užuot važiuvus, rūšiuoti šiukšles. Plakatus iškabink savo mokykloje, kaimynystėje, sporto ar jaunimo klube.
- Surenk lėšų rinkimo akciją savo sporto klube, kad būtų įrengti dvigubo stiklo langai. Taip ne tik apsaugosi klimata, bet sumažinsi ir klubo sąskaitas už šildymą.
- Pakalbėk su savo mokyklos moksleivių taryba apie ekologiškai draugiškus klasių šildymo ir vėdinimo būdus, kompiuterių klasės energijos sunaudojimo efektyvumą ir popieriaus bei kitų šiukšlių rūšiavimą.
- Surenk dviračių žygį ir paaukok surinktus pinigų kovai su klimato pokyčiais. ■

Euras tavo kišenėje

Nuo 2002 sausio 1 d. euro banknotai ir monetos cirkuliuoja dvylikoje Europos Sąjungos šalių, nuo Viduržemio jūros iki poliarinio rato (Belgijoje, Vokietijoje, Graikijoje, Ispanijoje, Airijoje, Italijoje, Liuksemburge, Olandijoje, Austrijoje, Portugalijoje ir Suomijoje).

Euras taip pat cirkuliuoja ir už Europos Sąjungos ribų: Monake, Vatikane ir San Marine.

- ES narės, įsivedusios eurą. 
- ES narės, neįsivedusios euro. 
- Šalys, kurios nėra ES narės. 



Euro gimimas

Istorija prasidėjo 1999 m. sausio 1 d., kai vienuolika ES narių (2005 m. – dvylika) nustatė neatšaukiamą euro ir nacionalinių valiutų perskaičiavimo kursą ir įkūrė Pinigų sąjungą su vienintele valiuta – euru. Taip gimė euras.

Euro simbolis

Be dolerio, jenos ir svaro sterlingo, tik keletas valiutų turi savo simbolius. 1996 m. pradžioje Europos Komisija pristatė euro simbolio dizainą. Grafinis ženklas (€), sukurtas iš graikų raidės epsilon, kuri asocijuojasi su Europos civilizacijos lopšiu, ir yra žodžio “Europa” pirmoji raidė, perkirsta dviem horizontaliais brūkšniais, simbolizuojančiais euro stabilumą.

Kas atsitiks valstybių banknotams ir monetoms?

Banknotai. Euro zonos valstybių centriniai bankai keičia savo valstybių banknotus nemokamai labai ilgą (mažiausiai 10 metų) ar neribotą laiką.

Monetos. Daugumoje šalių nacionalinės monetos keičiamos tik kelerius metus. Kai kuriose šalyse (pvz., Suomijoje, Italijoje) senosios nacionalinės monetos ir banknotai gali būti keičiami į eurus iki 2012 m. Kitose šalyse centriniai bankai keis nacionalinius banknotus ir monetas neribotą laiką.

	Keitimas	
	Banknotus iki	Monetas iki
	Neribotai	2004 gruodžio 31
	Neribotai	Neribotai
	Neribotai	Neribotai
	Neribotai	Neribotai
	2012 vasario 17	2005 vasario 17
	2012 kovo 1	2004 kovo 1
	2012 vasario 29	2012 vasario 29
	Neribotai	2004 gruodžio 31
	2032 sausio 1	2007 sausio 1
	Neribotai	Neribotai
	2022 vasario 28	2002 gruodžio 31
	2012 vasario 29	2012 vasario 29

“Euras pripažįstamas ir daugelyje vietų už euro zonos ribų, ypač turistų pamėgtose vietose. Keliuoti dabar daug lengviau!”
Laura, 16, Belgija



“Euras palengvina žmonių keliones, kadangi kiekvieną kartą kirtus valstybės sieną, nereikia rūpintis pinigų keitimu.”
Danielis, 19, Ispanija

Euras kasdieniniame gyvenime

Nuo 2002 m. sausio euro banknotai ir monetos pradėjo cirkuliuoti dvylikoje euro zonos valstybių. Euro banknotai buvo paskirstomi per bankus, banko pinigų automatus, o parduotuvės pradėjo pirkėjams gražą atidavinėti taip pat eurais. Tuo pačiu metu kiekviena šalis pradėjo iš apyvartos išiminti savo valstybės monetas ir banknotus. Kiekviena šalis narė nustatė dviejų valiutų apyvartos laikotarpį, per kurį žmonės galėjo išleisti paskutinius savo valstybės banknotus ir monetas parduotuvėse ar iškeisti juos į eurus bankuose. Užsienio bankai ir valiutos keityklos pradėjo pardavinėti eurus keliaujantiems į euro zonos šalis.

	Alberto II, Belgijos karaliaus, atvaizdas.
	Erelis simbolizuoja Vokietijos nepriklausomybę.
	Keltiška arfa yra tradicinis Airijos simbolis.
	Karaliaus Chuano Karloso I atvaizdas.
	Medis - gyvybės, tęstinumo ir augimo simbolis. Jį gaubia Respublikos šūkis "laisvė, lygybė, brolybė".
	Jauną princesę Europą pagrobia Dzeusas, pasivertęs buliumi.
	Dantės Aligjieri portretas, nutapytas Rafaelio.
	Didžiojo kunigaikščio Henrio portretas.
	Karalienės Beatričės portretas.
	Bertos fon Suttner portretas. Ji buvo Nobelio premijos laureatė 1905 m.
	5 herbai ir 7 pilys.
	Tipiškas suomiškas augalas: gervuogė.
	Princo Rainerio III portretas.
	Palazzo Pubblico (vyriausybės pastatas).
	Popiežiaus Jono Pauliaus II atvaizdas.

Euro banknotai ir monetos

Kiekvienos euro monetos viena pusė (bendroji) turi vienodą visai Europai dizainą, kita pusė (nacionalinė) - savitą kiekvienos šalies dizainą. Techninės monetų charakteristikos (dydis,svoris, metalo rūšis) vienodos visose euro zonos valstybėse. Monetos gali būti naudojamos kaip mokėjimo priemonė visose euro zonos valstybėse.

1997 m. Komisija suorganizavo Europoje konkursą bendrosios euro monetų pusės dizainui sukurti. Konkursą laimėjo jaunas dizaineris iš Belgijos Royal Mint (Luc Luycx). Euro banknotus sukūrė Robertas Kalina, Austrijos valstybinio banko banknotų dizaineris. Banknotuose atsispindi "Europos amžių ir stilijų" tematika. Kiekvieno nominalo banknotas turi atskirą dizainą, vienodą visose euro zonos šalyse. Juose atvaizduoti septynių Europos kultūros periodų architektūros stiliai: 5 eurų – klasikinis, 10 eurų – romaninis, 20 eurų – gotikos, 50 eurų – renesanso, 100 eurų – baroko ir rokoko, 200 eurų – plieno ir stiklo amžiaus, 500 eurų – moderniosios XX amžiaus architektūros.

Naujosios sąjungos narės ir euras

Čekija, Estija, Kipras, Latvija, Lietuva, Vengrija, Malta, Lenkija, Slovėnija, Slovakija ir Švedija prisijungs prie euro zonos tada, kai įgyvendins visus tam būtinus reikalavimus pagal "Mastrichto" sutartyje apibrėžtus konvergencijos kriterijus. Jungtinė Karalystė ir Danija turi ypatingą statusą, leidžiantį joms pačioms nuspręsti, kada (jei nuspręs) prisijungti prie euro zonos.

Mastrichto konvergencijos kriterijai apima šias sritis: kainų stabilumą, valstybės finansų padėties tvarumą (valdžios sektoriaus deficitą, valdžios sektoriaus skolą), valiutos kurso stabilumą ir ilgalaikes palūkanų normas. ■



Iš lito istorijos

Litas į apyvartą pirmą kartą išleistas 1922 m. spalio 2 d. Griežta Lietuvos banko pinigų politika padėjo išlaikyti stabilų lito kursą net ekonominių krizių metais. Litu pradėta pasitikėti, jis tapo viena tvirčiausių valiutų pasaulyje.

1940 m. Tarybų Sąjungai okupavus Lietuvą, litas buvo pakeistas rubliu. Atkūrusi Nepriklausomybę, Lietuva susigražino nacionalinę valiutą. 1992 m. apyvartoje pasirodė laikinieji pinigai - talonai. 1993 m. birželio 25 d. įvestas litas. Siekiant santykinio kainų stabilumo ilgesniu laikotarpiu, 1994 m. litas buvo susietas su JAV doleriu pastoviu kursu (4 litai už 1 dolerį). Kadangi Lietuvos pagrindine prekybos partnere tapo Europos Sąjunga, nuo 2002 m. vasario 2 d. litas yra susietas su euru nuolatiniu kursu (3,4528 lito už 1 eurą).

Lietuvos banko muziejuje Vilniuje eksponuojami lietuviški pinigai nuo pirmųjų kaldintų monetų pasirodymo XIV a. pabaigoje iki šių dienų. Muziejuje dažnai lankosi šalies moksleivių delegacijos.

Euro įvedimas Lietuvoje

Stodama į Europos Sąjungą, mūsų valstybė įsipareigojo įvesti bendrąją valiutą. 2007 m. sausio 1 d. - numatoma euro įvedimo Lietuvoje diena. Galutinius sprendimus dėl euro įvedimo priims atsakingos Europos Sąjungos institucijos 2006 m. birželio-liepos mėnesiais.

Euro nauda gyventojams

- Įvedusi eurą Lietuva galės patogiau ir daugiau prekiauti su kitomis euro zonos šalimis, o prekybos didėjimas gerins visų mūsų gyvenimo sąlygas.
- Nebeturėsime pinigų keitimo išlaidų, atsiskaitydami eurai – tai nauda keliaujantiems ir į užsienį mokytiis vykstantiems Lietuvos žmonėms.
- Euras ilgesniu laikotarpiu užtikrins kainų stabilumą (mažą infliaciją).
- Euras skatins didesnę konkurenciją Europos Sąjungos bendrojoje rinkoje, todėl pirkėjai galės pigiau įsigyti įvairių prekių ir paslaugų, paprasčiau palyginti jų kainas įvairiose šalyse.
- Euro zonoje gyventojai ir įmonės skolinsis mokėdamos nedideles palūkanas, tai leis daugiau vartoti ir investuoti.

Litų keitimas

- Euro ir lito perskaičiavimo kursą nustatys Europos Sąjungos Ekonomikos ir finansų ministrų taryba (Ecofinas). Tikimasi, kad kursas bus paskelbtas maždaug prieš pusę metų iki euro įvedimo. Nėra objektyvių veiksnių eurą įvesti kitokiu negu dabartinis lito ir euro kursas, t.y. 3,4528 lito už 1 eurą.
- Lietuvos bankas litus į eurus keis nemokamai, neribodamas sumos ir neribotą laiką. Numatoma, kad komerciniai bankai litus į eurus keis nemokamai 60 dienų nuo euro įvedimo dienos. Pasibaigus šiam laikotarpiui, už litų keitimą į eurus komerciniai bankai galės imti pačių bankų nustatytą užmokestį.
- Bankų klientų indėliai, paskolos litais į eurus bus perskaičiuoti nemokamai euro įvedimo metu pagal griežtas apvalinimo taisykles.
- Įvedus eurą, surinkti litų banknotai (į apyvartą jų išleista apie 60 tonų) bus supjaustyti ir sunaikinti, o litų monetos ir centai (į apyvartą jų išleista daugiau nei 1,3 tūkst. tonų) padaryti netinkami ir taps metalo laužu.

Prekyba, kainos ir vartotojai

- Nuo 2007 m. sausio 1 d. euras, kaip mokėjimo priemonė, Lietuvoje galutinai pakeis litą. Numatoma, kad įvedus eurą, dar 15 dienų bus galima mokėti už prekes ir paslaugas ir litais.



- Vienos valiutos pakeitimas kita nesukuria prielaidų kainų šuoliui, todėl to nereikia sieti su euro įvedimu ir dėl to bijoti. Kad pirkėjai geriau suvoktų kainas ir būtų užkirstas kelias jas nesąžiningai didinti euro įvedimo metu, pardavėjai turės tris mėnesius iki ir tris mėnesius po euro įvedimo nurodyti prekių ir paslaugų kainas litais ir eurai.
- Konkurencijos taryba ir kitos valstybės institucijos atidžiai stebės, kaip perskaičiuojamos kainos euro įvedimo laikotarpiu ir kaip jos keisis. Bus nedelsiant viešai skelbiama apie pažeidimus, nagrinėjami žmonių pranešimai ir teikiama informacija euro įvedimo klausimais. Tuo metu labai svarbus visų suinteresuotų valstybės institucijų, vartotojų teises saugančių organizacijų ir žiniasklaidos aktyvumas.

Eurų banknotai ir monetos Lietuvoje

- Negalutiniais duomenimis, euro įvedimo Lietuvoje metu į apyvartą reikės išleisti apie 100 mln. vienetų įvairių nominalų eurų banknotų (daugiausia – smulkių nominalų: 5, 10, 20 eurų). Euro įvedimui reikalingų eurų banknotų Lietuvos bankas ketina pasiskolinti iš Europos centrinio banko. Eurų banknotus spausdinti Lietuvoje neapsimoka.
- Įvedant bendrąją valiutą reikės sukaupti apie 200 mln. vienetų įvairių nominalų eurų monetų. Tokį kiekį Vilniuje veikianti UAB Lietuvos monetų kalykla planuoja nukaldinti per pusmetį.
- Lietuvoje nukaldintos aštuonių nominalų apyvarstinės eurų monetos bus su Lietuvos valstybės herbo simboliu Vyčiu (šarvuotu raiteliu). Tokių monetų nacionalinės pusės gipsinių modelių kūrimo konkursą laimėjo vilnietis skulptorius Antanas Žukauskas. Lietuviški eurai galios ir tiks atsiskaityti visose šalyse, kurios įvedusios eurą.
- Euro zonos valstybės kartą per metus gali išleisti 2 eurų proginę monetą, kurios viena pusė - kaip apyvarstinės tokio nominalo eurų monetos, o kita pusė – savita. Įvairių šalių proginės eurų monetos tinka atsiskaityti visoje euro zonoje. Lietuva 2 eurų progines monetas kurs ir kaldins, kai įves eurą. Be to, galėsime leisti kolekcinės eurų monetas. Jas kiekviena euro zonos šalis kaldina savo nuožiūra pasirinkdama nominalą, metalą, bet tokie eurai galioja tik juos išleidusioje valstybėje. ■



2 eurų bendroji pusė



2 eurų nacionalinė pusė

Skolų valdymas

Naujausi dizainerių drabužiai, geriausias žaidimų kompiuteris prekybos centre, gyvas tavo mėgstamiausios grupės koncertas, atostogos pajūryje - kodėl neturėti visko? Išleisti pinigus yra lengva ir taip malonu!

Bet ar tu jų turi? Ne? Tada yra kita išeitis - skolinkis! Tu gali rinktis iš kelių paskolų formų - kredito kortelių, kredito perviršio (overdraft'o) ar banko paskolų. Pasiskolinęs galėsi pinigais džiaugtis iškart, o gražint skolą - vėliau.

Problemų kaip ir nebūta, tiesa? Ne! Tik nedaugelis moka tvarkytis su savo skolom. Kai kas net sugeba iš skolintų pinigų uždirbti pelną. Bet jeigu neįvertinsi savo galimybių, skola gali sužlugdyti tavo ir tavo artimųjų gyvenimą.

Kredito kortelės spąstai

Daugelis žmonių yra nors kartą pakliuvę į kredito kortelės spąstus. Gauti kredito kortelę lengva – prašymo forma atkeliaus pas tave paštu, staiga pasirodys ekrane naršant internete, kris į akį tvarkant reikalus banke ar net skaitant mėgstamą žurnalą. Kai kurios kompanijos siūlo specialias dovanas – telefonus, video kameras, kad kuo greičiau apsispręstum įsigyti kredito kortelę.

Bet būk atsargus: tai yra vienas iš brangiausių skolinimosi būdų. Jei laiku nepradėsi gražinti skolos, palūkanos nugramzdins tave dar labiau ir netrukus pasijusi atsidūręs aklovietėje.



Informacija apie kredito kortelę

Baudos už pavėluotus mokėjimus
Išgryninimo mokestis
Metinis mokestis
Bauda už kredito perviršio ribos viršijimą

Kredito perviršiai (overdraft'ai) – nepasikliauk jais

Kitas būdas pasiskolinti pinigų – kreiptis dėl kredito perviršio. Kredito perviršis leis tau skolintis iš banko tada, kai tavo sąskaita ištuštės, bet tik iki tam tikros, su banku sutartos sumos. Kredito perviršio palūkanos ir baudos už sutartos kredito perviršio ribos viršijimą yra didelės, todėl tai tik laikinas problemų sprendimo būdas.

Banko paskolos

Banko paskolos – dar vienas paskolos būdas, daug pranašesnis už kredito perviršius ar kredito korteles dėl mažesnių palūkanų. Tu gali pasiskolinti konkrečią pinigų sumą, susitarti dėl tikslios palūkanų normos ir paskolos gražinimo termino. Paskolą įprasta gražinti kas mėnesį, mokant tam tikrą įnašą.

"Kai pabaigiau mokyklą, neturėjau susitaupęs nei cento, todėl paėmiau paskolą kredito kortele svajonių atostogoms Brazilijoje. Maniau, kad gražinsiu paskolą vėliau. Grįžęs pradėjau dirbti pirmajame darbe. Čia man reikėjo prabangių drabužių darbui, todėl ir vėl pasiskolinau. Vėliau skolinausi dar daugiau, nes gyvenimas sostinėje išties nemažai kainuoja. Kai darbe prirėkė mašinos, tada paėmiau iš banko paskolą. Tuo metu palūkanos už kredito kortelę ir banko paskolą surydavo didelę mano atlyginimo dalį. Tuomet aš įsimylėjau! Norėjau nupirkti savo merginai sužadėtuvių žiedą, todėl kreipiausi į banką dėl dar vienos kredito kortelės: nebuvo sunku, nes jie sutiko. O vakar praradau darbą. Ką man dabar daryti?"

Fredas, 22, Prancūzija



Taip ir ne paskoloms

JOKIU BŪDU:

- neignoruoک savo didėjančių skolų ir neslėpk jų. Jos vis tiek nepradings;
- nepalik sąskaitų ir banko pranešimų neatplėštų - tai galvos slėpimo smėlyje strategija;
- nepasitaręs nesiskolink pinigų skoloms apmokėti.

STENKIS:

- ieškoti pagalbos ir patarimų, kol situacija nepasiekė kritinės ribos;
- palaikyti gerus santykius su savo banku;
- suprasti, kad dauguma kreditorių noriai aptars tavo problemas ir ras abiem pusėms naudingą skolos gražinimo planą.

Nemėgink slėptis

Bet kokios problemos, susijusios su skola, neliks paslapyje. Bankas perduos informaciją apie tave kreditų vertinimo įstaigai. Kiekvieną kartą kreipiantis dėl naujos paskolos gavimo, skolintojas pasidomės šioje įstaigoje kaip tu tvarkeisi su paskolomis. Jei informacija apie tave bus gera, gausi teigiamą įvertinimą. Tačiau negražintos skolos sumažins tavo galimybes gauti naują paskolą.

Tavo reputacija nenukentės, jei susitaręs su kreditoriumi pratęsi skolos gražinimo terminą. Štai kodėl taip svarbu iškilus problemoms palaikyti gerus santykius su kreditoriumi – tai suteikia tau galimybę ieškoti sprendimo būdų.

Žmonės, turintys neigiamą įvertinimą, gali susidurti su keblumais skolinantis ateityje, net jei ženkliai pagerėtų jų finansinė padėtis. Kai kurios mažesnės įmonės verčiasi pinigų skolinimu kaip tik tokiems asmenims, tačiau tokių paskolų palūkanos yra labai aukštos, skolinimosi sąlygos labai griežtos ir nepalankios.

Kas gali tau padėti

Skolų valdymo organizacijos steigiamos siekiant padėti žmonėms tvarkyti jų pajamas ir skolų gražinimo planus. ■



www.mabs.ie
www.nationaldebtline.co.uk
www.citizensadvice.org.uk
www.insolvencyhelpline.co.uk
www.nvtat.it

Kelionės ES?

Žinok savo teises!

Ar buvai kada nors įstrigęs kitos šalies oro uoste? Nėra skrydžio į namus ir nėra kur eiti? Per atostogų sezoną beveik neįmanoma gauti vietą kitame lėktuve, jei tavasis skrydis atidėtas. Pigių skrydžių kompanijos kartais taiko labai griežtas atšaukimo taisykles. Kartais keleiviams patiems tenka rūpintis kelione namo. Viena grupė net pasisamdė autobusą ir važiavo 16 valandų namo, kai sužinojo, kad kitas skrydis bus tik po dešimties dienų.

Tačiau nuo 2005 m. pradžios ES keleiviai turi naujas teises, jei jų skrydžiai atšaukti ar atidėti.

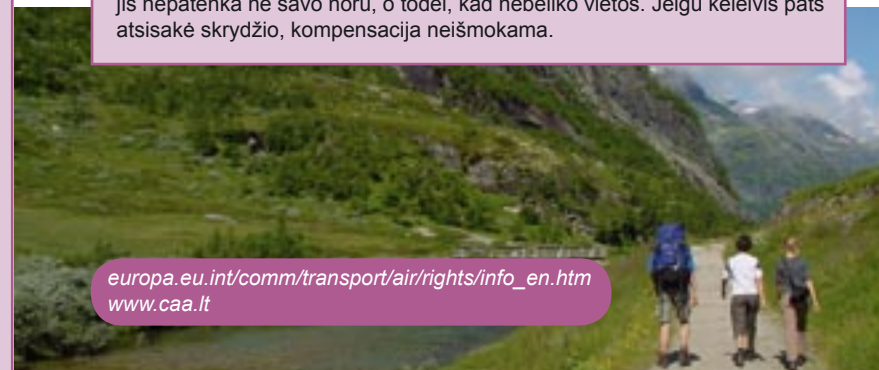
- Jei neužtenka vietų lėktuve, nes parduota daugiau bilietų, keleiviai gali reikalauti 863 litų, 1381 litų ar 2072 litų kompensacijos, priklausomai nuo kelionės atstumo.
- Jei skrydis atšaukiamas, naujos taisyklės numato, kokią kompensaciją turi gauti keleiviai, kaip jais turi būti pasirūpinta, kol sulauks naujo skrydžio.
- Jei skrydis atidedamas, taisyklės numato, kaip turi būti pasirūpinta keleiviams jiems belaukiant kito skrydžio. Jei skrydis atidedamas labai ilgam laikui, turi būti suteikta galimybė skristi kitu reisu arba paprasčiausiai gražinami pinigai.
- Jei keleivis yra priverstas laukti daug daugiau nei planavo, yra taisyklės, įpareigojančios kompaniją pasirūpinti keleiviais - pasiūlyti jam nemokamus pietus, nemokamą nakvynę viešbutyje, nemokamą transportą ir nemokamus telefono skambučius namo.

Kiekvieną dieną vis daugiau keleivių, atsidūrusių tokioje situacijoje, reiškia pretenzijas, remdamiesi ES suteiktomis teisėmis. Kai kurios oro linijos kovoja ES teismuose, kad šie teisės aktai būtų panaikinti.

Verta susipažinti su informacija pagal žemiau pateiktą nuorodą.

Kompensacija už atsisakymą vežti keleiviui priklauso tik tada, kai į lėktuvą jis nepatenka ne savo noru, o todėl, kad nebeliko vietos. Jeigu keleivis pats atsisakė skrydžio, kompensacija neišmokama.

europa.eu.int/comm/transport/air/rights/info_en.htm
www.caa.lt



O kas rūpinasi keleiviais, kurie vyksta traukiniu?

ES šiuo metu svarsto galimybę kompensavimo sistemą, taikomą keliaujantiems oro transportu, pritaikyti ir keliaujantiems traukiniais tiek vietinėmis, tiek tarptautinėmis linijomis.

Europos Parlamentas svarsto galimybę išmokėti kompensacijas ne vėliau kaip mėnuo nuo paraiškos kompensacijai gauti pateikimo. Tiesa, tai dar nepatvirtinta, tačiau diskutuojamos kompensacijos yra tokios:

- * 25% kelionės bilieto, jei tenka atidėti kelionę 60 minučių ar ilgiau;
- * 50% kelionės bilieto, jei tenka atidėti kelionę 120 minučių ar ilgiau;
- * 75% kelionės bilieto, jei tenka atidėti kelionę 180 minučių ar ilgiau.

Taip pat Europos Parlamento nariai svarsto galimybę pratęsti sezoninių bilietų galiojimo laiką, suteikti nemokamų kelionių ar sumažinti bilietų kainas tiems keleiviams, kurie turi sezoninius bilietus ir dažnai patiria nepatogumų dėl reisų atidėlojimų ar nutraukimų. Europos Parlamento nariai pabrėžia, kad geležinkeliai turėtų būti prieinami ir žmonėms su ribotu mobilumu, t.y. neturi būti kliūčių jiems įlipti ir išlipti.



Skambučiai užsienyje

Prieš dešimtį metų mobilieji telefonai buvo užsiėmusio verslininko prabangos dalykas. Šiandien jaunimas be jų tiesiog neįsivaizduoja savo gyvenimo. Jie visada šalia mūsų, net ir per atostogas. Bet ar tu renkiesi geriausią įmanomą variantą, kai skambini namo ar sulauki skambučio būdamas užsienyje?

Europos Komisijos tyrimas nustatė, kad skirtingose Europos šalyse yra didžiuliai skirtumai tarp mokesčių už įeinančius, išėinančius skambučius. Pvz., skambutis iš Maltos į Lenkiją su lenkiška kortele kainuoja dešimt kartų daugiau nei su suomiška kortele iš Kipro į Suomiją. Norėdama akcentuoti šiuos skirtumus ir padėti jums geriau pasiruošti kelionėms, Europos Komisija sukūrė informacinį tinklalapį: europa.eu.int/information_society/roaming

Kai kertate sieną jums dažniausiai priskiria vietinį tinklo operatorių, tačiau jūs galite patys pasirinkti bet kurį tos šalies operatorių. Tinklalapis pateikia operatorių "roamingo" tarifus visose 25 ES šalyse ir suteikia informacijos vartotojams, kai šie skambina iš užsienio. Tarp tinklų operatorių verda arši konkurencinė kova, todėl tikimasi, kad šis tinklalapis padės sumažinti tarptautinių pokalbių kainas.

Skambučiai iš užsienio yra brangesni nei atrodo. Jūsų lankomos šalies operatorius visų pirma išsiunčia pokalbio sąskaitą ne jums, o pastoviam jūsų operatoriui. Tarpusavyje operatoriai yra suderėję didmenines kainas, todėl, kai grįšite iš kelionės namo, jūs galite laukti nemalonų siurprizas.



Įsitikinkite, kad pasirinkate geriausią variantą skambindami iš užsienio.

Gyvūnų pasai: kelionės su gyvūnais

Kelionės su gyvūnais reikalauja papildomo laiko ir išankstinio planavimo. Griežtos gyvūnų gabenimo taisyklės reglamentuoja gyvūnų migraciją tarp sąjungos šalių. Šiuo metu ES yra sukūrusi pasus trims gyvūnų rūšims: šunims, katėms ir šėškams.

Jei gyvūno pasas atitinka visas sąlygas, jis gali su jums mėgautis atostogomis bet kurioje ES šalyje.

Pasas - įrodymas, kad gyvūnas yra paskiepytas nuo pasiutligės. Ši vienintelė sąlyga galioja visoje ES, išskyrus Airiją, Maltą, Švediją ir Jungtinę Karalystę. ■

europa.eu.int/comm/food/animal/liveanimals/pets/index_en.htm
www.vet.lt

Kas yra prekės ženkle?

Vanduo, cukrus, dažikliai ir kvapiosios medžiagos - skamba neįspūdingai, tačiau tai yra sudėtis putojančio nealkoholinio gėrimo, kurio prekės ženklas vienas iš populiariausių pasaulyje.

Šis ženklas, kaip ir kiti žinomi prekių ženklai, tai ne tik sudedamųjų dalių sąrašas ant skardinės. Gėrimas išgarsėjo pasaulyje dėl savo skonio, pakuotės, formos, logotipo, pavadinimo ir reklamos, kurie padėjo sukurti įvaizdį, individualumą ir išskirti šį produktą iš kitų visame pasaulyje.

Skardinė kolas, pora sportbačių ar džinsų gali būti panašūs į kitus, tačiau būtent prekės ženklas pasako apie tas ypatybes, kurios išskiria juos iš kitų ir verčia tave jų geisti.



Lojalumo prekių ženklaus kūrimas

Kompanijos, norėdamos, kad žmonės visada norėtų pirkti tik jų produktus, ugdo lojalumą prekės ženklui. Jos leidžia vartotojams produktus išbandyti, užtikrina, kad kartą pabandžius, vartotojams jie patiktų.

Vienas iš būdų, kad prekės ženklas taptų labiausiai geidžiamas - įteigti pirkėjui, kad patys šauniausi, populiariausi žmonės naudoja tokį kaip tavo mobilųjį telefoną, rankinę, važiuoja tokiu pat automobiliu ar geria tavo mėgstamą gėrimą. Dauguma kompanijų nemokamai duoda savo produktus įžymybėms, kad visi matytų jų prekių ženklus.

Kiti samdo prekių ženklų "ambasadorius", kurių užduotis yra užkalbinti nepažįstamus žmones klube ar bare ir pokalbių metu nepastebimai propaguoti prekių ženklus. Kai kurie yra samdomi, kad apie prekių ženklus papasakotų net savo draugams ar kolegoms.

Viena sportbačius gaminanti kompanija ieško kiekiausių, daugiausiai įtakos turinčių vaikų klasėje ir duoda jiems išbandyti naujausio dizaino modelius. Taip paskleidžiami gandai apie prekės ženklą ir paaugliai viliojami žūtbūt įsigyti tą daiktą.

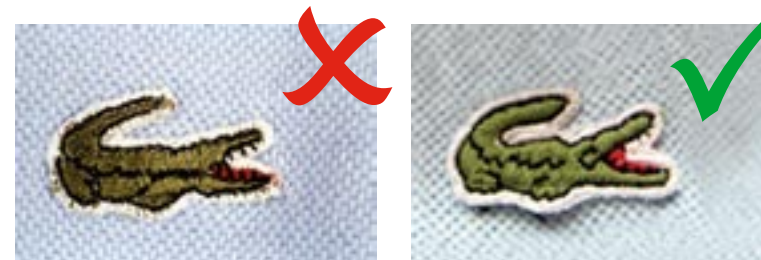
Klastotės

Ką daryti jei tu nori visų tų prekių ženklų, bet už žemą kainą? Daugelį Europos vartotojų vilioja padirbtos prekės nuolaidų parduotuvėse ir gatvės turguose. Tau gali atrodyti, kad perki pigiai, tačiau žinok, kad padirbinėtojai yra nusikaltėliai, atradę didelio pelno ir mažos rizikos nišą. Gali būti tikras, kad jie nėra iš modelių agentūros, nemoka pelno ir sveikatos draudimo mokesčių. Dar blogiau - pelnas iš tokios veiklos yra naudojamas organizuotam nusikalstamumui finansuoti, kartais net terorizmui.

Padirbinėjimas yra didžiulis verslas. Kasmet Europos Komisija paskelbia ataskaitą apie Europos muitinėse sulaikytas prekes. Skaičiai šokiruoja: 2004 metais 103 mln. padirbtų ir piratinių prekių buvo sulaikyta muitinėse prie išorinių ES sienų, tai yra 12 % daugiau nei 2003 ir net 1000 % daugiau nei 1998 metais.



Greitai suplystančios rankinės nėra pačios pavojingiausios padirbtos prekės, kai kurios padirbtos prekės gali būti ypač pavojingos. Padirbinėtojai neapsiriboja vien tik drabužiais, jie padirbinėja automobilių dalis, kurios neatitinka nustatytų reikalavimų, vaistus, kurie negydo, mobiliuosius telefonus, kurių baterijos sprogsta ar net maistą ir gėrimus, kurie visiškai ne tokie, kokie turėtų būti.



2004 metais buvo užregistruota apie 4,5 mln. padirbtų maisto produktų, t.y. 200 % daugiau nei 2003 metais. Žaislai ir žaidimai taip pat yra padirbinėtojų taikiny: konfiskavimai siekė 18 mln., maždaug 50 % daugiau nei ankstesniais metais.

Padirbtos cigaretės ir toliau didžiuliais kiekiais gabenamos į ES. 2004 metais muitinėse buvo konfiskuota 41 mln. cigarečių pakelių, 25 % daugiau nei praeitais metais.

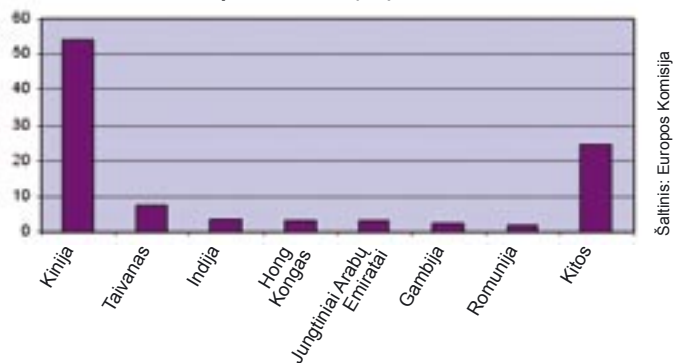
1998 metų Ekonominio Bendradarbiavimo ir Vystymosi Organizacijos tyrimas teigia, kad padirbinėjimas sudaro nuo 5 iki 7 % viso pasaulio prekybos ir kainuoja Europai iki 200 000 darbo vietų. Įsivaizduok, kiek didesni tie skaičiai yra šiandien! 2003 metais Pasaulio Ekonomikos Forumas nustatė, kad padirbinėjimas ir piratavimas ekonomikai kainuoja 450 mlrd. eurų per metus.

Iš kur padirbinėtojai atsiranda?

Azija, o ypač Kinija, yra pagrindinis padirbtų prekių tiekimo į Europą šaltinis. Dabar apgavikai stengiasi nusišėpti savo prekių kilmės šalis, todėl iš pradžių jas gabena į tokias valstybes kaip Japoniją ar Jungtines Amerikos Valstijas ir tik po to bando kontrabanda įvežti į Europos Sąjungą. Prekių gabenimas iš šalies "a" į šalį "b" per trečiąją šalį yra žinomas kaip "perkrovimas". Padirbinėtojai taip pat gabena atskiras prekės dalis skirtingais maršrutais į slaptą daikto surinkimo vietą.

Apgavikai naudojami ir internetu: 2004 metais 30 % kontrabandinių prekių pašto siuntiniuose buvo užsakytos internetu.

Sulaikytų padirbtų prekių pasiskirstymas pagal kilmės šalį, procentais – (ES) 2004



Ką galima padaryti?

2005 metų spalį Europos Komisija pasiūlė keletą kovos su padirbinėjimu būdų. Tarp jų buvo pasiūlymas stiprinti muitines ir užtikrinti greitą padirbtų prekių sunaikinimą. Be konfiskavimo muitinėje buvo pasiūlyta ir kitų kovos būdų su piratinių prekių gamyba, jų platinimu ir prekyba.

Neigiama reakcija į prekių ženklus?

Nors prekių ženklai įsitvirtino ilgam, kai kurios tendencijos rodo, kad dalis vartotojų praranda susidomėjimą prekių ženklais, bent jau mados pasaulyje. Mados aukos vis dar pasiruošusios mokėti beprotingus pinigus už naujausius dizainerių darbus, tačiau dabar madinga būti taupiam. Vartotojai verčia senelių spintas ir labdaros parduotuves, ieškodami senoviškų ir padėvėtų rūbų, taip pat perka būtiniausias rūbus žemomis kainomis prekybos centruose.

Vartotojai vis labiau domisi ženklo savininkų darbo ir aplinkosaugos politika ir balsuoja, boikotodami prekių ženklus, kurie neatitinka jų vertybių supratimo. Juk prekės ženklas visų pirma reiškia pasitikėjimą. ■



Apdujęs nuo reklamos

Statistiniai duomenys rodo, kad vidutinis Europos vartotojas per metus gauna apie 30 000 reklamos žinučių. TV, radijas, plakatai, laikraščiai ir žurnalai – tai tradicinės visuomenės informavimo priemonės, tačiau kompanijos atranda naujų išradimų būdų potencialiems klientams pasiekti.

Veikianti pasąmonė reklama – paslėptų pranešimų įterpimas – yra uždrausta Europos Sąjungoje, nors mokslininkai abejoja, ar ji iš viso yra veiksminga. Šiuo metu daug įdomesnė kita reklamos rūšis, “apsupties reklama”, kai tau pateikiamos įvairios to pačio pranešimo versijos.



“Reklama naudinga, nes suteikia informacijos apie naujus produktus”.
Elina, 19, Estija

Taip atakuojami tavo pojūčiai. Viena skalbimo miltelių gamintoja iškvėpino autobusų bilietus savo produktų kvapais. Kita kompanija autobusų lentynose įmontavo specialius siurblius, kurie skleidė naujausių kvėpalų aromata, o kačių maisto gamintoja transliavo gailų katės kniaukimą autobuso laukiantiems Londono gyventojams.

Dar kitos kompanijos reklamą patalpindavo degalinėse, ant tualetų durų restoranuose ir kavinėse, net ant maišelių lėktuvuose. Netrukus Europą pasieks ir kitas puikus išradimas “Adwalker”, kai žmogus, pasamdytas demonstruoti reklaminius pranešimus plazminiuose ekranuose, pritvirtintuose prie rūbų, tampa gyva reklama.

Reklamos draudimai

Tačiau ne viską galima reklamuoti. Tabako reklama ES draudžiama, o nuo 2005 m. draudžiama reklamuoti cigarečių prekės ženklus Formulės 1 lenktynių, vykstančių ES, metu. Tai didelis smūgis Formulėi 1, kuri buvo priversta ieškoti rėmėjų tarp kitokių produktų gamintojų. Netrukus ES gali įsigalioti ir kiti draudimai: kai kuriose ES šalyse uždrausta žaislų reklama, Jungtinėje Karalystėje ketinama drausti transliuoti greito maisto reklamą per TV anksčiau nei 9 val. vakaro.

“Reklama, kuri daro man įtaką ir kurią gerai prisimenu yra ta, kuri mane verčia nusijuokti arba šokiruoja”.
Barbara, 18, Malta



Ar ir tu jau užsikrėtei?

Humoras yra svarbus bendravimo būdas ir dauguma reklamos agentūrų viliasi, kad linksmą reklamą vartotojai prisimins ilgiau.

Humoras yra pagrindinė “virusinės reklamos” dalis. Tai ir linksmi video klipai ar žaidimai, siunčiami elektroniniu paštu keliems vartotojams, kurie juos persiunčia draugams, taigi, akcija plečiasi žaibiškai lyg epidemija ar virusas.

Vienas iš populiariausių klipų buvo apie vyrą, kovojantį su grizliu dėl geriausios lašišos. Ši reklama akimirksniu apskriejo visą pasaulį, tik neaišku, ar jos dėka padidėjo prekyba konservuota lašiša.



Tau atsiuntė nepageidaujama žinutę

Reklama paplitusi ir virtualioje erdvėje, todėl jeigu tavo pašto dėžutė pilna medicininių pasiūlymų, pinigų taupymo idėjų ar pornografijos – tau prisiuntė nepageidaujamą žinutę!

Kasdien išsiunčiama maždaug 136 mlrd. elektroninių žinučių, iš kurių 65 % sudaro ne kas kita, o šiukšlės. Be to, vis daugiau nepageidaujamų žinučių yra apręstos kompiuteriniais virusais, kurie tau net nenučiuokiant tavo kompiuterį pritaiko šiukšlių priėmimui.

Taigi, jei gausi pasiūlymą, kuris skambės per daug viliojančiai, kad būtų tikras, turbūt taip ir yra.

BLOG'ų epidemija

BLOG'ai – virtualūs dienoraščiai – taip pat pamažu tampa reklamuotojų taikiniu, tačiau surasti reklaminių pobūdžio žinutes tarp 9 mlrd. kasdienių įrašų nėra taip lengva.

Atmink, kad kompanijos gali apsimesti vartotoju ir išgirti tam tikrus produktus, tau net neįtariant jokios apgaulės.



“Aš nekenčiu reklamos, ji nuobodi ir trukdo žiūrėti TV ar klausytis radijo. Nežavi manęs ir didžiuliai stendai gatvėse. Mano nuomone, reklamos yra per daug!”
Tanja, 19, Kroatija

Aplinkai reikia TAVĘS!

Pagalvok prieš pirkdamas

Ar dažnai tiesiog išmeti daiktus? Senus, neberekalingus rūbus, vakarykštį laikraštį, tuščius vandens butelius ir skardines galima būtų pakartotinai panaudoti ar perdirbti, o tai padėtų sumažinti kalnus šiukšlių.

Kasmet Europos Sąjungoje išmetama 1,3 mlrd. tonų šiukšlių, iš kurių 40 mlrd. tonų yra pavojingos. Didžioji mūsų išmestų šiukšlių dalis užkasama sąvartynuose. Taip atsikratoma beveik 60 % visų šiukšlių, todėl greitai gali pritrūkti vietos.

Mažiau vartok, panaudok ne vieną kartą, perdirbk...

Kaip spręsti šiukšlių kalnų problemą? Pirmiausia turėtume sumažinti perkamų daiktų kiekį. Galvok prieš pirkdamas. Kiek maisto atsiduria šiukšlių kibire dėl to, kad per daug jo nusipirkai ir tiesiog nespėjai suvalgyti? Vien tik Didžiojoje Britanijoje kiekvienas žmogus per metus išmeta 2250 litų vertės maisto produktų.

Panaudok daiktus ne vieną kartą, o tiek, kiek įmanoma. Nustatyta, kad kasmet pasaulyje sunaudojama apie 750 mlrd. plastikinių maišelių. Dauguma jų atsiduria po žeme. Taigi, pirk tvirtus, daugkartinio naudojimo maišelius arba, eidamas apsipirkti, pasiimk maišelį iš namų.

Atiduok butelius, skardines ir laikraščius perdirbimui, o senus rūbus, knygas, kompaktinius diskus nunešk į labdaros parduotuvę, kur jie ras naujus šeiminkus. 1 kg senų aliuminio skardinių perdirbimui sunaudojama dešimt kartų mažiau energijos nei jų gaminimui iš naujo.

Ką dar gali padaryti, kad padėtum išsaugoti gamtos išteklius, sumažintum šiukšlių kiekį bei taršą ir padarytum pasaulį geresne vieta gyventi? Štai keletas patarimų apie subalansuotą vartojimą:

Rinkis prekę su mažesne pakuote

Nepirk daiktų su nereikalingu įpakavimu. Jei perki bananus, nedėk jų į maišelį, o tiesiog - į prekių vežimėlį. Taip tu sumažinsi šiukšlinimą ir padėsi išsaugoti pakavimui naudojamus resursus.



Produktų pristatymas

Džeimsas Bondas vairuoja tam tikrą automobilį, naudojami išskirtine kredito kortele, nešioja modernų laikrodį ir geria tik tam tikros markės degtinę. Iš kur mes tai žinome? Tai matėme filmuose.

Produktų pristatymas – parodant juos filmuose – tai dar viena reklamos forma ir pelningas Holivudo verslas, kadangi firmų savininkai pasiruošę mokėti milijonus, kad jų prekių ženklus rodytų naujausiame filme. Kai kurie filmų kritikai skundžiasi, kad filmai virto nesibaigiančių reklamų šou, o ne prasminga istorija.

Tai sėkmingas būdas pasiekti tikslią auditoriją. Pagal neseniai atliktą apklausą, 61 % filmų fanų teigia, kad pastebi prekių ženklus, reklamuojamus filmuose. Beveik 30 % teigia, kad yra linkę įsigyti firminę prekę, matytą kine, o 15 – 24 metų amžiaus auditorijai šis skaičius siekia net 40 %.

Atsiranda ir subtilesnių produktų pristatymo formų. Įžymybės apdovanojamos naujausių modelių firminiais gaminiais - mobiliaisiais telefonais, nešiojamais kompiuteriais, papuošalais ir automobiliais, viliantis, kad juos pastebėję paparaciai pratęs reklamą.



© http://www.filmweb.no



© http://www.masini.ro

Reklamos rinkos pasidalijimas tarp įvairių reklamos perteikimo priemonių (%)

laikraščiai	30,0
žurnalai	13,5
TV	37,5
radijas	8,5
kinas	0,5
išorinė reklama	5,5
internetas	4,5

Šaltinis: ZenithOptimedia

www.eaca.be
www.easa-alliance.org

www.konkuren.lt
www.nvtat.lt

Renkis apgalvotai

Madinga būti taupiu: senoviniai rūbai vėl populiarūs. Užuot pirkę naujausius dizainerių rūbus, sumanūs vartotojai vietinėse labdaros parduotuvėse ar močiucių spintose ieško senų, dėvėtų rūbų, kuriuos galima būtų dėvėti vėl. Daug šiltų, minkštų rūbų pagaminta iš perdirbtų vandens butelių. Tu net gali rasti krepšinio batelius, pagamintus iš perdirbtų kalėjimo antklodžių ar lėktuvo sėdynių odos, kurios turėjo būti išmestos kaip atliekos.

Ar žinojai?

- Europos Sąjungoje buitiniai prietaisai sunaudoja apie 30% elektros energijos.
- Jei europiečiai, užuot palikę degti mažą švieselę ją išjungtu, sutaupytos elektros energijos užtektų apšviesti šaliai didumo kaip Belgija.
- Jei neištrauki mobiliojo telefono pakrovėjo iš rozetės, jis elektros energiją naudoja net tada, kai nekrauna telefono aparato.
- Elektrinis virdulys, pripiltas vandens vienam puodukui kavos, užverda per vieną minutę. Pilnas vandens virdulys, kurio užtektų aštuoniems kavos puodukams, užverda per penkis su puse minučių.
- Maudantis po dušu išeikvojama keturis kartus mažiau energijos nei maudantis vonioje.



“Kai galvoju apie aplinką, turiu prisipažinti, jog nebūtų sunku pakeisti kai kuriuos savo įpročius, kad nekenkčiau aplinkai. Pvz., aš galėčiau pakartotinai panaudoti vandens butelį, kurį nešuosiu į mokyklą, atiduoti perdirbti popierių, naudoti plastikinius maišelius daugiau nei kartą, išjungti televizorių, kai jo nežiūriu, išeidama iš kambario nepamiršti išjungti šviesos.”
Elna, 18, Suomija

Technikos atliekos

Kiekvienas naujas technikos prietaisas lemia vieno seno prietaiso išmetimą. Ši nesibaigianti senų kompiuterių, televizorių, mobiliųjų telefonų ir skrudintuvų krūva, vadinama elektrotechnikos ir elektronikos prekių atliekomis ar “e atliekomis”, ir yra sparčiausiai didėjanti šiukšlių forma visame Vakarų pasaulyje. Vien Didžiojoje Britanijoje tokių šiukšlių kasmet atsiranda iki vieno milijono tonų.

Tai kaip su šia problema kovoti? Kai kurios labdaros organizacijos renka senus kompiuterius ir mobiliuosius telefonus ir perduoda juos tolimesniam naudojimui besivystančiame pasaulyje. Taigi, pagalvok, ar tau tikrai reikia naujausio modelio mobiliojo telefono. Galbūt būsi “kietesnis”, jei naudosies savo senuoju aparatu? Japonai taip ir daro: didžiulis senas mobilusis telefonas ten yra privalomas aksesuaras. Tai ne tik parodo, kad tau patinka retro moda, bet kad ir mažai apie išteklių tausojimą. ■

“Aš bandžiau įkalbėti tėvus nenaudoti halogeninių lempų. Ar žinote, kad jos sunaudoja 3 kartus daugiau energijos nei paprastos lempos?”
Zulas, 18, Didžioji Britanija



www.unep.org/themes/consumption/
www.iisd.org
www.uneptie.org
www.inspekcija.lt
www.am.it



Tausojantis popieriaus ciklas

Pažvelk į šį dienoraštį – jis pagamintas iš popieriaus. Jei manai, kad popierius tai menkniekis, apsidairyk aplink save – kiekvieną dieną nuo ryto iki vakaro tave supa daiktai iš popieriaus. Ar galėtum be jų išgyventi? Be dribsnių pakuočių, autobuso bilietų, vadovėlių, žurnalų, komiksų, kino, koncertų, futbolo bilietų, ...net be pinigų?

Gera žinia – popierių galima gaminti ir nekenkiant aplinkai. Popierius gaminamas iš natūralios medžiagos – medienos, kuri gali būti gaunama tausojant mišką, ir gali būti perdirbamas. Iš tiesų, miškus, kurie tiekia medieną popierius gamybai, reikėtų tvarkyti taip, kad būtų galima pagaminti daug visuomenei reikalingų prekių ir paslaugų.

Ar žinotai, kad Europos miškų plotai kasmet didėja, o ne mažėja?

Jei išmatuotum plotą, kurį Europoje užima naujai atsodinti ir natūraliai išaugę miškai, jis būtų tris kartus didesnis už Londoną.

Miškai, iš kurių medienos gaminamas popierius, gali būti darniai tvarkomi.

Didžioji dalis medienos, kuri naudojama gaminant popierių, yra išgaunama retinant mišką, kai paliekama pakankamai vietos medžiams augti sveikai. Popieriaus gamybai taip pat gali būti naudojamos šakos, medžio drožlės, pjuvenos iš kitų pramonės sričių. Europos miškai yra tausojami – prižiūrima, kad jie būtų sveiki ir užtikrinama, kad nukirtus medžius jų vietoje išaugtų nauji. **Jeigu nueisi į kirtavietę po dvejus metus, išvysi žaliuojantį jaunų medelių plotą.**



Darnus miškų tvarkymas Europoje žinomas jau nuo seno. Prancūziją šią idėją įteisino 1346 m., o vokiečių miškininkai pradėjo vartoti šį terminą prieš 300 metų! Miškų sertifikavimas – tai vienas iš būdų norint parodyti, kad miškai yra darniai tvarkomi ir kad įvežami į Europą medienos produktai yra pagaminti iš tokių pat būdu tvarkomų miškų medienos.

Be abejo, vienas iš būdų būti draugišku aplinkai - mažiau šiukšlinti. Dar viena žaliava popieriaus gamybai – surinktas perdirbimui popierius. Ir tu gali prisidėti prie jo perdirbimo.

POPIERIAUS IR KARTONO EKOLOGINIS CIKLAS



1- Darnus miškų tvarkymas, 2- Lentpjūvė, 3- Statybinė miško medžiaga ir baldai, 4- Popieriaus ir kartono gamyba, 5- Popieriaus ir kartono panaudojimas, 6- Popieriaus ir kartono regeneravimas ir perdirbimas, 7- Energijos susigrąžinimas.

Ar žinotai, kad popierius labiausiai perdirbamas produktas Europoje?

Šiandien daugiau nei pusė Europoje naudojamo popieriaus pagaminta iš popieriaus atliekų. Taigi, mes galime padaryti dar daugiau - priimkime šį iššūkį ir meskime popierių į specialias šiukšliadėžes!

Medžiai padeda kovoti su klimato pokyčiais. Jie fotosintezės proceso metu skaido CO₂ ir taip mažina jo kiekį atmosferoje. Tikriausiai tai žinotai, tačiau ar žinotai, kad mediena ir popierius vaidina tokį svarbų vaidmenį šiame procese? Perdirbant popierių ar prailginant popieriaus gaminių panaudojimo laiką, galima sumažinti atmosferoje susikaupusio CO₂ kiekį. O kai pasodinami nauji medžiai, jie vėl pradeda skaidyti CO₂.

Kodėl tu negali paprašyti savo mokyklos, kad suorganizuotų kelionę, kurios metu moksleiviai sužinotų, kur nukeliauja perdirbimui skirtas popierius ir kas vyksta toliau? Pvz., **beveik visi Europos dienraščiai spausdinami ant perdirbto popieriaus!**

Ar tavo mokykloje yra konteineris skirtas popieriaus atliekoms? Jei ne, tada paprašyk, kad mokykla įsigytų bent vieną. Juk niekada nevēlu pradėti. Tik pagalvok, kiek prisidėsi tu ir visi, kurie juo naudosis, prie geresnės mūsų visų aplinkos sukūrimo... ■



Eko ženkinimas



Čia Europos Sąjungos Eko ženklas - gėlė, kuria puikuotis turi teisę tik tie produktai, kurie yra draugiški aplinkai. Šis simbolis sukurtas norint, kad aplinkai neabejingi vartotojai, rinkdamiesi prekes – popierių, rūbus, dažus, šaldytuvus ar indaploves, lengvai atpažintų, kurias iš jų ekologiškos. Nuo 2000 m. šis ženklas pradėtas taikyti ir paslaugų sektoriuje. Neseniai nustatyti kriterijai viešbučiams ir stovyklavietėms buvo entuziastingai sutikti turizmo sektoriuje.

Vartotojai gali pakeisti pasaulį. Pirkdami prekes su Eko ženklu, jie padeda apsaugoti aplinką ir skatina gamintojus gaminti tokius produktus ir ateityje.

Jei Eko ženklu paženklinta produkcija užimtų bent 5 % ES rinkos, metinė ekonomija būtų didžiulė ⁽¹⁾:

- elektros būtų sutaupyta tiek, kiek jos prireikia 3,5 mln. Europos namų;
- anglies dvideginio būtų sumažinta tiek, kiek iškvepia daugiau nei milijonas europiečių;
- 12 000 mlrd. litrų švaraus vandens liktų neužteršta;
- 17 500 t būtų sumažintas azoto, sieros oksidų ir kitų pavojingų organinių junginių išskyrimas į aplinką, taip sumažinant pavojų sveikatai ir aplinkai dėl oro taršos ir rūgštingumo.

„Žaliosios“ prekės pirkimas neturėtų smogti per kišenę. Ekologiški produktai nebūtinai yra brangesni negu įprasti produktai. Be to, prekė su eko simbolika turi ir papildomų plusų - jos naudojimo kaštai mažesni nei įprastų daiktų, nes jie ilgaamžiškesni (pvz., prietaisai sunaudoja mažiau energijos).

Verslininkai, kurie norėtų pritraukti „eko vartotojus“, gali kreiptis į atitinkamą nacionalinę įstaigą dėl leidimo ženklinti savo produktą Eko ženklu. Jei prašymas, įvertinus pagal griežtus ekologinius kriterijus, bus patenkintas, nacionalinė įstaiga apie ženklo suteikimą informuos Europos Komisiją.

Tikrintojai vertina ne vien tik patį produktą, bet ir visą jo gamybos procesą – „nuo lopšio iki karsto“. Tai reiškia, kad visas produkto ciklas bus detalai ištirtas, pradedant žaliavų gavyba, produkto gamyba, platinimu ir baigiant jo utilizavimu.



„Kiekvieną dieną man tenka girdėti apie aplinkos taršą ir jos poveikį mūsų sveikatai. Mes patys naikiname aplinką, kuri mums suteikia gyvybę, atėjo metas pasikeisti. Galime pradėti pirkdami „žaliąsias“ prekes.“
Kloja, 19, Belgija

Be Europos Sąjungos šalių, ši tvarka taikoma ir Norvegijoje, Lichtenšteine bei Islandijoje.

Sparčiai didėja Eko ženklu paženklintų gaminių ir paslaugų skaičius. Šiuo metu per 290 kompanijų turi teisę ženklinti Eko ženklu virš 2 500 įvairių gaminių. ■

⁽¹⁾ Rezultatai paremti tyrimu „Tiesioginiai ir netiesioginiai Europos privalumai“, kurį galite atsisiųsti http://europa.eu.int/comm/environment/ecolabel/pdf/market_study/benefitsfinalreport_1104.pdf ir Europos aplinkosaugos agentūros duomenimis.



ES Eko ženklo puslapiai internete

Bendrai informacijai apie eko simboliką:
www.europa.eu.int/ecolabel

Europos Eko ženklas turizmo paslaugoms:
www.eco-label-tourism.com

Žalioji parduotuvė (ES Eko ženklu pažymėtų prekių katalogas):
www.ecolabel.com



Ar pažįsti perdirbimo simbolius?

Iš viso yra daug su perdirbimu susijusių simbolių. Jei manai, kad visi jie reiškia tą patį, skaityk toliau...

	Šis paveikslėlis nereiškia, kad pakuotė padaryta iš perdirbtų atliekų. Jis net nereiškia, kad pakuotė bus perdirbama. Jis reiškia, kad kompanija, parduodanti produktą, finansiškai remia atliekų perdirbimo sistemą.
	Šis paveikslėlis reiškia, kad produktas ar pakuotė yra dalinai pagaminti iš perdirbtų atliekų.
	Šis paveikslėlis reiškia, kad produktą ar jo pakuotę galima perdirbti. Apskritai nėra jokios šio simbolio panaudojimo kontrolės – pakuotės kurias galima perdirbti nebūtinai bus perdirbamos.
	Kaip ir aukščiau esantis paveikslėlis, šis simbolis reiškia, kad produktą ar jo pakuotę galima perdirbti. Be to, jis nurodo, kad produktas ar pakuotė yra dalinai ar visiškai pagaminti iš perdirbtų atliekų.
	Šie paveikslėliai reiškia, kad produktą ar pakuotę, kaip nurodyta 3 paveikslėlyje, galima perdirbti, tačiau šis simbolis taikomas tik plastikinėms pakuotėms, o viduje esantis skaičius parodo plastiko tipą. Dažnai atliekų perdirbimo sistemos perdirba ne visų tipų plastikus. Pvz., Lietuvoje yra perdirbamos atliekos, pažymėtos 1 ir 2 numeriu.
	Šis paveikslėlis rodo, kad stiklo tara galima perdirbti ir primena, kad ją turėtumėte išmesti į stiklo atliekoms skirtą šiukšlių konteinerį, o ne į paprastą šiukšlių dėžę.
	Šis paveikslėlis buvo sukurtas, siekiant skatinti "visuomenės švaros jausmą", ir turėjo priminti žmonėms, kad jie mestų pakuotes į šiukšlių dėžes užuot numetę jas gatvėje. Tačiau jis gali ir klaidinti, kadangi paveikslėlis gali būti ir ant medžiagų, kurias galima perdirbti...

Trumpai:

- Žinok visas šių paveikslėlių reikšmes.
- Pirkdamas teik pirmenybę produktams, pagamintiems iš perdirbtų atliekų - dažnai tai būna aiškiai nurodyta ant produkto.
- Būk atliekų perdirbimo sistemos dalyvis – išsiaiškink tiksliai, kokias atliekas reikia rūšiuoti.
- Perdirbk, jei gali, mesk į šiukšlių dėžę, jei kitaip neįmanoma. ■

