



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ



Κο Συντάκτη Υπουργείου Ανάπτυξης

## ΕΝΩΣΗ ΚΑΤΑΝΑΛΩΤΩΝ ΕΛΛΑΔΑΣ

Γραφεία Διοίκησης : Γούναρη 4-6 , 185 31 , Πειραιάς  
Κέντρο Ενημέρωσης Ταξιδιωτών : Κεντρικό Λιμάνι Πειραιά  
Γραμμή Καταναλωτή 210 - 41 11 080

15/12/2005

### ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ

#### ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΙΑΤΙΚΗ ΕΞΟΡΜΗΣΗ

Φυλλάδια με τίτλο «Καλές Γιορτές με Σωστές Αγορές» θα διανεμηθούν στους καταναλωτές από το Σάββατο 17 Δεκεμβρίου στις κεντρικές αγορές της Αθήνας και του Πειραιά.

Η Ένωση Καταναλωτών έχει αποστείλει ενημερωτικά φυλλάδια σε δημόσιους φορείς για την ενημέρωση των καταναλωτών και στην περιφέρεια.

Χρήσιμες συμβουλές για σωστές αγορές κατά την εορταστική περίοδο των Χριστουγέννων και της Πρωτοχρονιάς.

**Η αγοραστική συμπεριφορά αποτελεί το κλειδί για τον κερδισμένο καταναλωτή!**

Είναι γνωστό ότι τα τελευταία χρόνια, κατά τη διάρκεια του Δεκέμβρη, το άγχος των καταναλωτών είναι πώς θα καταφέρουν να ανταπεξέλθουν στα έξοδα των Χριστουγέννων. Είναι βέβαιο ότι το κόστος των χριστουγεννιάτικων αγορών που θα πρέπει να πραγματοποιήσει μια μέση οικογένεια δημιουργεί έντονο προβληματισμό, διότι πέρα από τα πάγια έξοδα του νοικοκυριού θα πρέπει να καλύψει και τις παρακάτω κατηγορίες καταναλωτικών αγαθών:

- Είδη διατροφής που συνθέτουν το γιορτινό τραπέζι
- Είδη ένδυσης και υπόδησης (ανδρικά, γυναικεία, παιδικά)
- Δώρα για συγγενείς και βαφτιστήρια, καθώς και αντικείμενα για τον στολισμό του χριστουγεννιάτικου δένδρου, αλλά και του σπιτιού γενικότερα

Επίσης είναι γνωστό ότι οι καταναλωτές, για να αντιμετωπίσουν τα έξοδά τους, πολλές φορές καταφεύγουν στη λύση της χρησιμοποίησης πιστωτικών καρτών και εορταστικών δανείων, με αποτέλεσμα την υπερχρέωσή τους, αφού και αυτά τα χρήματα δεν είναι δικά τους και καλούνται κάποια ορισμένη χρονική στιγμή να τα αποπληρώσουν, με τις ανάλογες φυσικά επιβαρύνσεις.

Γι' αυτό λοιπόν θα πρέπει οι καταναλωτές να είναι συγκρατημένοι όταν πρέπει να κάνουν κάποιες αγορές και ειδικά την περίοδο των Χριστουγέννων και της Πρωτοχρονιάς, όταν οι ανάγκες είναι αναγκαστικά περισσότερες.

**Οι καταναλωτές που ακολουθούν τις παρακάτω συμβουλές  
ελαχιστοποιούν τα σφάλματα αγορών και την υπερχρέωσή τους και είναι  
κερδισμένοι!**

Ο καταναλωτής, πριν αγοράσει, πρέπει :

1. Να ιεραρχήσει τις ανάγκες του, κάνοντας λίστα των απαραίτητων αγορών.
2. Να κάνει επισταμένη σύγκριση τιμών και ποιότητας σε ομοειδή προϊόντα και να μη διστάζει να επιλέξει ανταγωνιστικό προϊόν, όταν αυτό επιβάλλεται από τη σύγκριση.
3. Να μην αγοράζει δύο προϊόντα προσφερόμενα στην τιμή του ενός χωρίς να σκέφτεται αν μόνο το ένα τού είναι χρήσιμο.
4. Να ελέγχει την ημερομηνία λήξης των προϊόντων και να διαβάζει προσεκτικά τις ετικέτες τους, οι οποίες κάτι έχουν να πουν (πλήρη στοιχεία παραγωγού, προέλευση, συστατικά, κ.ά.).
5. Να επιλέγει τα προϊόντα που βρίσκονται στις προθήκες-ψυγεία και όχι αυτά που είναι εκτεθειμένα στα τσιγκέλια και στους πάγκους, τα οποία δεν συντηρούνται στη σωστή θερμοκρασία.
6. Να ελέγχει την καθαριότητα του καταστήματος και του προσωπικού που ασχολείται με ευαλλοίωτα προϊόντα (π.χ. ζωικά τρόφιμα, γλυκίσματα, κ.ά.).
7. Να «τσεκάρει» εάν οι τιμές που αναγράφονται στα ράφια είναι αντίστοιχες με αυτές της ταμειακής μηχανής.
8. Να προσέχει και να υπολογίζει τις ημερομηνίες παραγωγής και διάρκειας συντήρησης τυποποιημένων προϊόντων.
9. Να μην αγοράζει φρούτα και λαχανικά εκτός εποχής, που συνήθως είναι βλαβερά για την υγεία, ακριβά και άνοστα.
10. Να αποφεύγει τις πιστωτικές κάρτες, τα εορτοδάνεια και να πληρώνει μετρητοίς, διότι το «πλαστικό» χρήμα αυξάνει το κόστος της αγοράς.

## **ΚΑΤΑΓΓΕΛΙΕΣ**

**ΓΡΑΜΜΗ ΚΑΤΑΝΑΛΩΤΗ ΥΠΟΥΡΓΕΙΟΥ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ : 1520**  
**ΕΝΙΑΙΟΣ ΦΟΡΕΑΣ ΕΛΕΓΧΟΥ ΤΡΟΦΙΜΩΝ (Ε.Φ.Ε.Τ.) : 210-6971600**  
**ΕΝΩΣΗ ΚΑΤΑΝΑΛΩΤΩΝ ΕΛΛΑΔΑΣ : 210-4111080**

## Όσα πρέπει να γνωρίζετε για τη γαλοπούλα

Το έθιμο της γαλοπούλας για το χριστουγεννιάτικο τραπέζι καλό είναι που παραμένει, διατηρώντας την παράδοση. Θα πρέπει όμως οι καταναλωτές να προσέχουν από την αγορά μέχρι και την κατανάλωση της γαλοπούλας, ώστε να μην αντιμετωπίσουν το παραμικρό πρόβλημα που θα μπορούσε να τους δημιουργήσει συνέπειες στην υγεία τους.

Έτσι λοιπόν, από την επιστημονική επιτροπή της Ένωσης Καταναλωτών Ελλάδας μπορούμε να δώσουμε προς τους καταναλωτές τις παρακάτω οδηγίες για «ασφαλές» χριστουγεννιάτικο τραπέζι με κύριο φαγητό την παραδοσιακή γαλοπούλα:

1. Δεν υπάρχει σημαντική διαφορά στην ποιότητα μεταξύ φρέσκιας και κατεψυγμένης γαλοπούλας.
2. Οι καταναλωτές πρέπει να ελέγχουν την ημερομηνία που αναγράφεται για την κατανάλωση του προϊόντος.
3. Μια καλής ποιότητας γαλοπούλα πρέπει να έχει ομοιόμορφο χρώμα και δεν πρέπει να έχει υπολείμματα φτερών, μώλωπες, κοψίματα και σπασμένα κόκαλα.
4. Στην περίπτωση φρέσκιας γαλοπούλας οι καταναλωτές πρέπει να ελέγχουν εάν τηρούνται οι κανόνες υγιεινής από το κατάστημα πώλησης. Ο πωλητής πρέπει να φοράει γάντια και δεν πρέπει να έρχεται σε επαφή με άλλο ωμό κρέας πριν πιάσει τη γαλοπούλα, διότι υπάρχει κίνδυνος επιμόλυνσης. Εάν χρειαστεί να τεμαχιστεί η γαλοπούλα, δεν πρέπει να χρησιμοποιείται η επιφάνεια εργασίας πάνω στην οποία πιθανόν τεμαχίζονται και άλλα κρέατα.
5. Η γαλοπούλα για τη μεταφορά από το κατάστημα πώλησης πρέπει να μπαίνει σε ξεχωριστή συσκευασία και να μην τοποθετείται στην ίδια σακούλα με άλλα τρόφιμα.
6. Οι μικρές σε ηλικία γαλοπούλες (4-6 μηνών) είναι πιο τρυφερές σε σύγκριση με τις μεγαλύτερες. Το φύλο της γαλοπούλας δεν παίζει ρόλο στην τρυφερότητα.
7. Όταν η γαλοπούλα φθάσει στο σπίτι, πρέπει να μπει αμέσως στο ψυγείο, σε ράφι που δεν έρχεται σε επαφή με άλλα τρόφιμα, όπου μπορεί να διατηρηθεί μέχρι 48 ώρες. Εάν θέλουμε να τη διατηρήσουμε για μεγαλύτερο χρονικό διάστημα, πρέπει να τη βάλουμε στην κατάψυξη.
8. Εάν αγοράσουμε έτοιμη γαλοπούλα με τη γέμιση, πρέπει να τη βάλουμε στην κατάψυξη. Για να μαγειρευτεί δεν χρειάζεται απόψυξη, διότι υπάρχει κίνδυνος ανάπτυξης βακτηρίων κατά τη διάρκεια της απόψυξης.
9. Εάν η γαλοπούλα είναι στην κατάψυξη του σπιτιού μας, πρέπει να την αποψύξουμε στην ψύξη του ψυγείου (μια μέτρια γαλοπούλα χρειάζεται περίπου 24 ώρες) ή σε φούρνο μικροκυμάτων και όχι σε θερμοκρασία περιβάλλοντος. Στη συνέχεια την πλένουμε με κρύο νερό και την προετοιμάζουμε για το ψήσιμο.
10. Ο νεροχύτης που θα την πλύνουμε πρέπει να είναι καθαρός και ποτέ δεν την ακουμπάμε στον πάγκο της κουζίνας όπου υπάρχουν άλλα τρόφιμα, διότι υπάρχει κίνδυνος επιμόλυνσης.
11. Μετά το ψήσιμο πρέπει να καταναλώνεται όσο είναι ακόμη ζεστή. Όταν βγει από το φούρνο η γαλοπούλα, πρέπει να ξεχωρίζουμε τη γέμιση. Εάν η γαλοπούλα έχει κρυώσει στο φούρνο, πρέπει πριν την καταναλώσουμε να τη ζεστάνουμε σε θερμοκρασία 75<sup>ο</sup> C . Η ψημένη γαλοπούλα που δεν θα

καταναλωθεί τοποθετείται στο ψυγείο. Εάν πρόκειται να την καταναλώσουμε το βράδυ της ίδιας μέρας ή την άλλη μέρα, πρέπει να την ξαναζεστάνουμε στους 75° C.

## Προσοχή στις σφραγίδες των κρεάτων

Χρήσιμο είναι επίσης οι καταναλωτές να γνωρίζουν και τις σφραγίδες που είναι πάνω στα κρέατα, ώστε να γνωρίζουν τι ψωνίζουν. Έτσι λοιπόν, σε όλα τα σφάγια υπάρχουν σφραγίδες που υποδηλώνουν τη χώρα γέννησης κάθε ζώου.

Αναλυτικά ισχύουν τα εξής :

- Ζώα που γεννήθηκαν και εσφάγησαν στην Ελλάδα φέρουν σφραγίδες χρώματος τουρκουάζ, με τη μία σφραγίδα να αναγράφει τη λέξη «ΕΛΛΑΣ».
- Σε ζώα που γεννήθηκαν σε τρίτες χώρες (δηλαδή εκτός Ε.Ε.) και εσφάγησαν στην Ελλάδα, όλες οι σφραγίδες είναι χρώματος τουρκουάζ, με τη μία σφραγίδα χρώματος καστανού να αναφέρει το όνομα της χώρας γέννησης.
- Σε ζώα που γεννήθηκαν στην Ε.Ε. και εσφάγησαν σε ελληνικό σφαγείο όλες οι σφραγίδες είναι χρώματος τουρκουάζ, με τη μία σφραγίδα ιδίου χρώματος να αναφέρει το όνομα της χώρας γέννησης.

Τα παραπάνω δεν ισχύουν για κρέατα εισαγωγής που έχουν σφραγιστεί στη χώρα προέλευσης.

## Προσοχή στα παιχνίδια!

Η Ένωση Καταναλωτών Ελλάδας εφιστά την προσοχή στους γονείς εν όψει των εορτών στις αγορές παιχνιδιών. Τα παιδιά που μαθαίνουν τη ζωή είναι οι περισσότερο ευάλωτοι καταναλωτές! Γι' αυτόν το λόγο αξίζουν ιδιαίτερης προσοχής από τους ενήλικες.

Προσοχή λοιπόν! Αποτρέψτε τα παιδιά από το να παρακολουθούν τις διαφημίσεις, διότι αυτή η τεχνική προώθησης πωλήσεων διαμορφώνει ανάγκες, μετατρέπει συνήθειες, διεγείρει επιθυμίες...

Οι αρμόδιες υπηρεσίες του κράτους θα πρέπει να διεξάγουν επισταμένους ελέγχους στα συγκεκριμένα είδη, ώστε να διασφαλίσουν όσο αυτό είναι δυνατό ότι τα παιχνίδια που κυκλοφορούν στην ευρεία αγορά είναι «ασφαλή» προϊόντα και δεν θέτουν σε κίνδυνο την υγεία και την ασφάλεια των μικρών καταναλωτών. Επίσης, θα πρέπει να πραγματοποιούν συνεχώς δειγματοληπτικούς ελέγχους στα παιχνίδια που διατίθενται προς πώληση.

Τα παιδιά δεν διαθέτουν επαρκή κριτήρια και επηρεάζονται ευκολότερα από τους ενήλικες. Το κάθε παιχνίδι προορίζεται για συγκεκριμένη ηλικία, χαρακτήρα και ωριμότητα του παιδιού.

- Τα παιχνίδια που αγοράζετε πρέπει να έχουν την ένδειξη «CE» , που σημαίνει ότι ο κατασκευαστής τηρεί τις προδιαγραφές ασφάλειας που έχει θεσπίσει η Ε.Ε.
- Μην αγοράζετε ποτέ μεταχειρισμένα παιχνίδια (ανοικτές συσκευασίες).
- Το παιχνίδι πρέπει να εναρμονίζεται με την ηλικία του παιδιού (αναγραφή ηλικιών στη συσκευασία).
- Αποφεύγετε τα παιχνίδια που έχουν αιχμηρές μύτες, βελόνες και διάφορα άλλα αποσπώμενα εξαρτήματα που μπορούν να τραυματίσουν ή να προκαλέσουν ατυχήματα.
- Τα παιχνίδια δεν πρέπει να μοιάζουν με τρόφιμα ούτε να μυρίζουν σαν αυτά, διότι το παιδί μπορεί να τα καταπιεί.
- Να προτιμάτε παιχνίδια από σοβαρά και εξειδικευμένα εργοστάσια.
- Μην αγοράζετε παιχνίδια από τους διάφορους πλανόδιους «εμπόρους». Τα περισσότερα είναι άγνωστης προέλευσης και κατασκευής, γι' αυτό είναι και φθηνότερα.
- Να διαβάζετε προσεκτικά τις οδηγίες χρήσης και τις προειδοποιήσεις.
- Δεν πρέπει να είναι κατασκευασμένα από συνθετικά υλικά και επικίνδυνες πλαστικές ουσίες, που συνήθως είναι καρκινογόνες. Καλό είναι να έχουν την ένδειξη «non toxic».
- Τέλος, τα παιχνίδια που θα αγοράσετε δεν πρέπει να επιδρούν αρνητικά στην ψυχολογία των παιδιών, την ψυχική τους ισορροπία και να διαταράσσουν τις σχέσεις τους με το οικογενειακό περιβάλλον.