

(Το γραπτό αποτελείται από 5 σελίδες)

ΜΕΡΟΣ Α΄**(60 Μονάδες)**

Να απαντήσετε **και στις ΔΕΚΑ** ερωτήσεις.
Η κάθε ερώτηση βαθμολογείται με **έξι μονάδες**.

1. **α)** Να επεξηγήσετε τον όρο **χρήμα**.

(Μονάδες 3)

β) Να αναφέρετε τους τρεις κύριους τρόπους πληρωμής με τους οποίους ο καταναλωτής μπορεί να εκτελεί τις συναλλαγές του στις μέρες μας.

(Μονάδες 3)

(Σύνολο μονάδων 6)

2. «Τα παχύσαρκα παιδιά του σήμερα θα είναι οι παχύσαρκοι ενήλικες του αύριο». Στατιστικά στοιχεία από την Ευρωπαϊκή Ένωση αναφέρουν ότι μέχρι το 2030, 2 στους 3 Ευρωπαίους θα είναι υπέρβαροι ή παχύσαρκοι.

Να εισηγηθείτε τρία μέτρα για πρόληψη και αντιμετώπιση του προβλήματος αυτού, που μπορούν να προωθηθούν από τους αρμόδιους φορείς των κρατών μελών της Ευρωπαϊκής Ένωσης.

(Μονάδες 6)

3. Να γράψετε **τρία** πλεονεκτήματα του μητρικού θηλασμού για τη μητέρα και τρία για το βρέφος

(Μονάδες 6)

4. **Σωστό ή Λάθος**

Να μεταφέρετε μόνο τα γράμματα (α - στ) στο τετράδιο των απαντήσεών σας και να βάλετε δίπλα από αυτά, για το σωστό **Σ** και για το λάθος **Λ**.

α) Ο απογαλακτισμός Το αλουμίνιο είναι υλικό που μορφοποιείται εύκολα.

β) Το σήμα καταλληλότητας στα πλαστικά δοχεία δηλώνει ότι το δοχείο είναι κατάλληλο για χρήση στο φούρνο μικροκυμάτων.

γ) Η Κομποστοποίηση είναι μέθοδος η οποία μετατρέπει τα οργανικά απορρίμματα σε λίπασμα.

δ) Η ευρωπαϊκή οδηγία WEEE αναφέρεται στην ανακύκλωση ηλεκτρικών και ηλεκτρονικών συσκευών .

ε) Η κατανάλωση τροφίμων από διογκωμένες (φουσκωμένες) κονσέρβες δεν είναι επικίνδυνη για την υγεία του καταναλωτή.

στ) Η καύση των απορριμμάτων είναι ένας τρόπος διαχείρισης τους που δεν επιβαρύνει το περιβάλλον.

(Μονάδες 6)

.12..

- 2 -

5. α) Τι είναι η **ινσουλίνη** και ποιος ο **ρόλος της** στον ανθρώπινο οργανισμό.
(Μονάδες 2)

β) Σημαντικό ρόλο για τη σωστή ρύθμιση του Διαβήτη έχουν **οι υδατάνθρακες**.

Να αναφέρετε **τρία** σημεία που θα πρέπει να προσέξει το άτομο με διαβήτη όσον αφορά την κατανάλωση υδατανθράκων.

(Μονάδες 3)

γ) Ποια προϊόντα χαρακτηρίζονται ως «**διαβητικά**».

(Μονάδες 1)

(Σύνολο μονάδων 6)

6. α) Να επεξηγήσετε τον όρο **πρόσθετα τροφίμων**.

(Μονάδες 1)

β) Να αναφέρετε **τρεις** λόγους για τους οποίους χρησιμοποιούνται τα πρόσθετα στα τρόφιμα.

(Μονάδες 3)

γ) Η χρήση πρόσθετων, ειδικά των πιο επικίνδυνων τοξικολογικά, δεν επιτρέπεται σε ορισμένα τρόφιμα. Να αναφέρετε **τέσσερα** από τα τρόφιμα αυτά.

(Μονάδες 2)

(Σύνολο μονάδων 6)

7. Για το **κάθε ένα** από τα πιο κάτω υλικά συσκευασίας των τροφίμων να γράψετε **ένα πλεονέκτημα** και **ένα μειονέκτημα**:

- Γυαλί
- Αλουμίνιο
- Πλαστικό

(Μονάδες 6)

8. Στα ράφια των υπεραγορών ο καταναλωτής βρίσκει τρόφιμα που αναγράφεται στην ετικέτα τους:
«*προϊόν βιολογικής παραγωγής*», ή
«*το προϊόν αυτό περιέχει γενετικά τροποποιημένους οργανισμούς*»

α) Να επεξηγήσετε την ιδιαιτερότητα των προϊόντων που στην ετικέτα τους αναγράφονται τα πιο πάνω.

(Μονάδες 2)

./3..

- 3 -

β) Να γράψετε **δύο** πλεονεκτήματα που προκύπτουν από την παραγωγή ή και την κατανάλωση των ακόλουθων:

- i. προϊόντων βιολογικής παραγωγής
- ii. προϊόντων με γενετικά τροποποιημένους οργανισμούς

(Μονάδες 4)

(Σύνολο μονάδων 6)

9. Ορισμένοι Δήμοι στην Κύπρο προωθούν τη διαδικασία Βιοσταθεροποίησης (Κομποστοποίησης), επιχορηγώντας την αγορά ειδικών κάδων οικιακής χρήσης.

α) Να ονομάσετε την κατηγορία των απορριμμάτων που διαχειρίζεται η μέθοδος της **Βιοσταθεροποίησης** (Κομποστοποίησης).

(Μονάδες 1)

β) Να αναφέρετε **δύο** πιθανά μειονεκτήματα που προκύπτουν από την εφαρμογή της πιο πάνω μεθόδου.

(Μονάδες 2)

γ) Να επεξηγήσετε τα πιο κάτω σύμβολα:



α)



β)



γ)

(Μονάδες 3)

(Σύνολο μονάδων 6)

10. α) Να γράψετε **τέσσερις** πιθανούς παράγοντες πρόκλησης ατυχημάτων στο σπίτι.

(Μονάδες 4)

β) Ποια η σημασία της σήμανσης **CE** σε διάφορα προϊόντα.

(Μονάδες 2)

(Σύνολο μονάδων 6)

./4..

- 4 -

ΜΕΡΟΣ Β΄

(40 Μονάδες)

Να απαντήσετε **και στις ΤΕΣΣΕΡΙΣ** ερωτήσεις.
Η κάθε ερώτηση βαθμολογείται με **δέκα μονάδες**.

1. α) Να γράψετε τον ορισμό του **οικογενειακού προϋπολογισμού**.

(Μονάδες 2)

β) Να ονομάσετε **τρία πλεονεκτήματα** που προσφέρει ο καταρτισμός οικογενειακού προϋπολογισμού στη διαχείριση των οικονομικών της οικογένειας.
(Μονάδες 6)

γ) Να ονομάσετε **τέσσερις παράγοντες** που επηρεάζουν την κατάρτιση του οικογενειακού προϋπολογισμού.

(Μονάδες 2)

(Σύνολο μονάδων 10)

2. Τα τελευταία χρόνια έχει αναγνωριστεί η ιδιαίτερη σημασία που έχει ο σωστός και μελετημένος τρόπος διατροφής για τους αθλητές.

α) Να αναφέρετε **τρεις τρόπους** με τους οποίους μπορεί η μελετημένη διατροφή να βοηθήσει τους αθλητές.

(Μονάδες 6)

β) Στους αθλητές οι ημερήσιες ανάγκες σε ενέργεια από τα θρεπτικά συστατικά διαφοροποιούνται από αυτές που αφορούν το γενικό πληθυσμό, ως εξής:

- από τους **υδατάνθρακες 60-70%** της καθημερινής πρόσληψης ενέργειας και
- από το **λίπος 20-25%** της καθημερινής πρόσληψης ενέργειας

Να δικαιολογήσετε τις πιο πάνω διαφοροποιήσεις για το **κάθε θρεπτικό συστατικό ξεχωριστά**.

(Μονάδες 2)

- γ) Συχνά πολλοί αθλητές προσλαμβάνουν μεγάλες ποσότητες πρωτεϊνών από τα συμπληρώματα διατροφής που κυκλοφορούν στην αγορά.

Να επεξηγήσετε τα προβλήματα που μπορεί να προκαλέσει η υπερβολική κατανάλωση πρωτεΐνης από τα συμπληρώματα αυτά στους αθλητές, δίνοντας **δύο λόγους**.

(Μονάδες 2)

(Σύνολο μονάδων 10)

./5..

- 5 -

3. α) Η **ποιότητα** κάποιου τροφίμου είναι ο συνδυασμός των χαρακτηριστικών που το καθιστά αποδεχτό από τον καταναλωτή.

Να ονομάσετε να επεξηγήσετε τις **δύο** κατηγορίες χαρακτηριστικών από τα οποία εξαρτάται η ποιότητα των τροφίμων.

Μονάδες 4)

- β) Να γράψετε **τρία** από τα αίτια που προκαλούν ποιοτική υποβάθμιση και αλλοίωση στα τρόφιμα.

(Μονάδες 3)

- γ) Να αναφέρετε **τρία** θετικά αποτελέσματα που προκύπτουν από την εφαρμογή των διαφόρων μεθόδων συντήρησης στα τρόφιμα.

(Μονάδες 3)

(Σύνολο μονάδων 10)

4. α) Να ονομάσετε **έξι** ρύπους που πιθανόν να υποβαθμίζουν τον αέρα του **εσωτερικού χώρου** των σύγχρονων κατοικιών.

(Μονάδες 6)

- β) Να αναφέρετε **τέσσερα** μέτρα που μπορούν να εφαρμοστούν έτσι ώστε να περιοριστεί η έκθεση της οικογένειας στην **ηλεκτρομαγνητική ακτινοβολία** στους χώρους της κατοικίας.

(Μονάδες 4)

(Σύνολο μονάδων 10)

----- ΚΑΛΗ ΕΠΙΤΥΧΙΑ -----