

(Το γραπτό αποτελείται από 6 σελίδες)

ΜΕΡΟΣ Α΄

(60 Μονάδες)

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

1. **α)** Να ονομάσετε **τρεις** τρόπους πληρωμής τους οποίους μπορούν να χρησιμοποιούν οι καταναλωτές σήμερα για να εκτελούν τις συναλλαγές τους.
(Μονάδες 3)

β) Για τον **κάθε ένα** από τους πιο πάνω τρόπους πληρωμής, να ονομάσετε ένα **πλεονέκτημα** και ένα **μειονέκτημα** από τη χρήση τους ως μέσου πληρωμής.
(Μονάδες 3)
(Σύνολο μονάδων 6)

2. 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) Οικιακή παραγωγή είναι η αγορά υπηρεσιών από άτομα εκτός των μελών της οικογένειας.

β) Όλοι οι κάτοχοι πιστωτικών καρτών πρέπει να έχουν προσωπικό αριθμό αναγνώρισης για την κάρτα τους (P.I.N. number).

γ) Ο οικογενειακός προϋπολογισμός είναι πάντοτε ετήσιος.

δ) Μια επιταγή χωρίς υπογραφή ονομάζεται «ακάλυπτη επιταγή».

ε) Οι χρυσές και πλατινένιες κάρτες έχουν υψηλότερα πιστωτικά όρια από τις απλές πιστωτικές κάρτες.

στ) Η κάρτα η οποία μπορεί να χρησιμοποιηθεί μόνο για όσα λεφτά έχουν εκ των προτέρων κατατεθεί στο λογαριασμό της κάρτας από τον κάτοχό της, ονομάζεται προπληρωμένη κάρτα.

(Μονάδες 6)

3. Ο ανθρώπινος οργανισμός για να μπορέσει να λειτουργήσει χρειάζεται ενέργεια, την οποία προσλαμβάνει καθημερινά από τις τροφές.

α) Να ονομάσετε τη **μονάδα μέτρησης** της ενέργειας που παίρνουμε από τις τροφές.

(Μονάδα 1)

./2..

β) i. Να ονομάσετε τα **τρία θρεπτικά συστατικά** των τροφών τα οποία δίνουν ενέργεια στον οργανισμό.
(Μονάδες 1.5)

ii. Να γράψετε την **ενεργειακή απόδοση** του **καθενός** από τα πιο πάνω θρεπτικά συστατικά **ανά γραμμάριο**.
(Μονάδες 1.5)

γ) Να ονομάστε **τέσσερις** παράγοντες που επηρεάζουν το Βασικό Μεταβολισμό του ανθρώπου.
(Μονάδες 2)
(Σύνολο μονάδων 6)

4. Τα τελευταία χρόνια η υπεροχή του μητρικού θηλασμού έναντι των τεχνητών μεθόδων θηλασμού, επιβεβαιώνεται συνεχώς με νέα επιστημονικά δεδομένα.

α) Να γράψετε **δύο** πλεονεκτήματα που προσφέρει ο μητρικός θηλασμός στο βρέφος και **δύο** πλεονεκτήματα που προσφέρει στη μητέρα.
(Μονάδες 4)

β) Αρκετές νέες μητέρες καταλαμβάνονται από ανησυχίες που αφορούν το θηλασμό, οι οποίες μπορεί να τις οδηγήσουν στην απόφαση να μην θηλάσουν τα βρέφη τους. Να αναφέρετε **δύο** από αυτές.
(Μονάδες 2)
(Σύνολο μονάδων 6)

5. α) Σε ποιο **μήνα** θα πρέπει να ξεκινά η εισαγωγής στερεάς τροφής (απογαλακτισμός) στα βρέφη;
(Μονάδα 1)

β) Να γράψετε **δύο** ενδείξεις που υποδηλώνουν ότι το βρέφος είναι έτοιμο για την εισαγωγής στερεάς τροφής.
(Μονάδες 2)

γ) Να γράψετε **τρία** σημεία προσοχής που πρέπει να ακολουθούνται στη διατροφή του βρέφους κατά τους πρώτους δώδεκα μήνες της ζωής του.
(Μονάδες 3)
(Σύνολο μονάδων 6)

6. α) Πώς ονομάζεται η πάθηση από την οποία υποφέρει ένα άτομο που διαπιστώνεται ότι έχει ψηλά επίπεδα γλυκόζης (σακχάρου) στο αίμα;
(Μονάδα **0.5**)
- β) Να ονομάσετε **τρία** συμπτώματα που μπορεί να παρουσιάσει το συγκεκριμένο άτομο λόγω της πάθησης αυτής.
(Μονάδες **1.5**)
- γ) Να αναφέρετε **τέσσερα** σημεία που πρέπει να προσέξει στη διατροφή του, έτσι ώστε να ρυθμίσει τα επίπεδα γλυκόζης (σακχάρου) στο αίμα του.
(Μονάδες **4**)
(**Σύνολο μονάδων 6**)
7. α) Ποια ονομάζονται **λειτουργικά τρόφιμα**;
(Μονάδα **1**)
- β) Να ονομάσετε και να επεξηγήσετε τις **δύο** κατηγορίες χαρακτηριστικών από τα οποία εξαρτάται η ποιότητα των τροφίμων.
(Μονάδες **4**)
- γ) Ποιος είναι ο **ρόλος** του συστήματος ελέγχου **HACCP**;
(Μονάδα **1**)
(**Σύνολο μονάδων 6**)
8. Να περιγράψετε τις πιο κάτω μεθόδους συντήρησης αναφέροντας **τρία** χαρακτηριστικά σημεία για την κάθε μέθοδο:
- Αφυδάτωση
 - Κατάψυξη
- (Μονάδες **6**)
9. Στην Ευρωπαϊκή Ένωση, έχουν θεσπιστεί κανονισμοί σχετικά με την σήμανση των τροφίμων για να είναι σε θέση οι Ευρωπαίοι καταναλωτές να εξασφαλίζουν συνολική πληροφόρηση σχετικά με το περιεχόμενο και τη σύνθεση των τροφίμων.
- α) Να ονομάσετε **τέσσερις** υποχρεωτικές σημάνσεις που πρέπει να αναγράφονται στις ετικέτες των τροφίμων.
(Μονάδες **2**)

- β)** Το πλαστικό είναι ένα υλικό το οποίο χρησιμοποιείται συχνά για τη συσκευασία των τροφίμων.

Να αναφέρετε **δύο** πλεονεκτήματα και **δύο** μειονεκτήματα του **πλαστικού** ως υλικού συσκευασίας των τροφίμων .

(Μονάδες 4)

(Σύνολο μονάδων 6)

- 10. α)** Να ονομάσετε **τρία** σημεία που πρέπει να προσεχθούν κατά το σχεδιασμό και τη συντήρηση της κατοικίας που βοηθούν στην εξασφάλιση της **υγιεινής** της.

(Μονάδες 3)

- β)** Να αναφέρετε **τρεις** πιθανές επιπτώσεις της ηχορύπανσης στην υγεία του ανθρώπου.

(Μονάδες 3)

(Σύνολο μονάδων 6)

- 5 -

ΜΕΡΟΣ Β΄**(40 Μονάδες)**

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

1. Η οικογένεια Μιχαήλ ζει σε προάστιο της επαρχίας Λευκωσίας και έχει τρία παιδιά ηλικίας πέντε, δεκατριών και δεκαεπτά χρονών. Πρόσφατα, ο πατέρας έχασε τη δουλειά του. Για την οικογένεια έχουν δημιουργηθεί νέα οικονομικά δεδομένα στα οποία πρέπει να προσαρμοστεί.

α) Να ονομάσετε **τέσσερις** παράγοντες οι οποίοι μπορούν να επηρεάσουν την καταναλωτική συμπεριφορά της συγκεκριμένης οικογένειας.
(Μονάδες 2)

β) Να γράψετε τους **τρεις** τρόπους με τους οποίους η οικογένεια συμβάλλει στη διαμόρφωση της καταναλωτικής συμπεριφοράς των παιδιών της.
(Μονάδες 3)

γ) Να ονομάσετε και να επεξηγήσετε την αναγκαιότητα κατάρτισης οικογενειακού προϋπολογισμού στην περίπτωση της συγκεκριμένης οικογένειας, δίνοντας **τρεις** λόγους.
(Μονάδες 3)

δ) Να ονομάσετε **τέσσερα** σημαντικά στοιχεία τα οποία θα πρέπει να περιλαμβάνει ένας οικογενειακός προϋπολογισμός.
(Μονάδες 2)
(Σύνολο μονάδων 10)

2. Η στεφανιαία νόσος είναι μια συχνή καρδιακή πάθηση. Υπεύθυνη τις περισσότερες φορές για την εμφάνιση της νόσου είναι η αθηροσκλήρωση.

α) Να επεξηγήσετε τι είναι η **αθηροσκλήρωση**.
(Μονάδες 2)

β) Να ονομάσετε **τέσσερις** παράγοντες που έχουν ενοχοποιηθεί για την εμφάνιση της στεφανιαίας νόσου.
(Μονάδες 2)

γ) **ι.** Να επεξηγήσετε την επίδραση των πιο κάτω συστατικών των τροφών στα επίπεδα της **χοληστερόλης** στο αίμα:

- Κορεσμένα λίπη
- Πολυακόρεστα λίπη
- Φυτικές ίνες

(Μονάδες 3)

- 6 -

ii. Να αναφέρετε **δύο** τροφές πλούσιες στο κάθε ένα από τα πιο πάνω θρεπτικά συστατικά.

(Μονάδες 3)

(Σύνολο μονάδων 10)

3. Τα τελευταία χρόνια έχουν μπει στα ράφια των υπεραγορών και στη ζωή μας εκτός από τα συμβατικά τρόφιμα, **τα βιολογικά και τα γενετικά τροποποιημένα**.

α) Να επεξηγήσετε τους όρους:

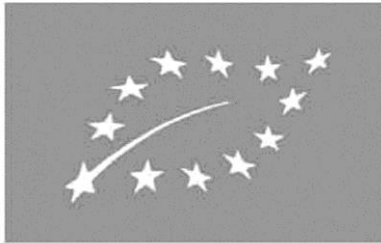
- Βιολογικά τρόφιμα
- Γενετικά τροποποιημένα τρόφιμα

(Μονάδες 2)

β) Να γράψετε **τρία** πλεονεκτήματα των γενετικά τροποποιημένων τροφίμων και **τρία** πλεονεκτήματα των βιολογικών τροφίμων.

(Μονάδες 6)

γ) Να επεξηγήσετε το πιο κάτω σύμβολο:



(Μονάδες 2)

(Σύνολο μονάδων 10)

4. α) Να ονομάσετε **τέσσερις** από τους κυριότερους παράγοντες πρόκλησης ατυχημάτων στο σπίτι.

(Μονάδες 4)

β) Τα εγκαύματα είναι από τα συχνότερα ατυχήματα που συμβαίνουν σε μικρά παιδιά. Οι στατιστικές που αφορούν τα ατυχήματα δείχνουν ότι το 50% των τραυματισμών από εγκαύματα μπορεί να προληφθούν.

Να αναφέρετε **τέσσερις** τρόπους πρόληψης των τραυματισμών από **εγκαύματα**.

(Μονάδες 4)

γ) Να επεξηγήσετε τι είναι το σύστημα **RAPEX**.

(Μονάδες 2)

(Σύνολο μονάδων 10)

----- ΚΑΛΗ ΕΠΙΤΥΧΙΑ -----

