

# БИЛТЕН ПОТРОШУВАЧ

НОЕМВРИ 2004 БРОЈ - 14  
СВОЈСТВА НА ПОТРОШУВАЧИТЕ НА МАКЕДОНИЈА  
ОПФАМ • ОПФАМ НОНГИ • ОПФАМ НОНГИ



Во овој број читате:

Адитиви во исхраната

Купената роба не се врака?

Нов Закон за заштита на потрошувачи

Совети... совети... совети

Што е НАСТИНКА а што ГРИП?

ТЕСТ - телевизори со рамни екрани

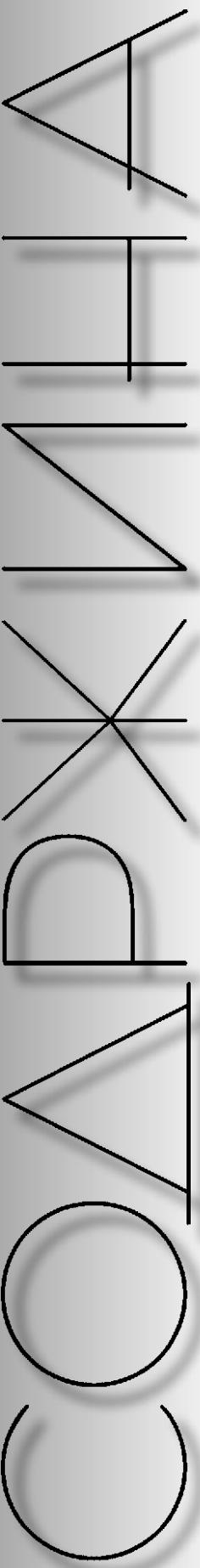
Претпазливо со грицките



ISSN 1409-7729



9 771409 772003 >



## ИСХРАНА

- АДИТИВИ ВО ИСХРАНАТА
- СОВЕТИ - ВНИМАТЕЛНО СО МАСТИТЕ
- ПОТРОШУВАЧИТЕ ПРАШУВААТ

## ДОМУВАЊЕ

- ЗОШТО Е ИЗОЛАЦИЈАТА ЗНАЧАЈНА ЗА КВАЛИТЕТЕН И ЗДРАВ ЖИВОТ?
- СОВЕТИ - СО ИЗОЛАЦИЈА НА ПРОЗОРЦИ И ВРАТИ ШТЕДИТЕ ЕНЕРГИЈА
- ПОТРОШУВАЧИТЕ ПРАШУВААТ

## ПОТРОШУВАЧКИ ПРАВА, ПРАВНИ ПРОПИСИ

- ДОНЕСЕН НОВ ЗАКОН ЗА ЗАШТИТА НА ПОТРОШУВАЧИТЕ
- ОД НАШАТА ПРАКТИКА

## ВНИМАНИЕ!!!

- ПРЕТПАЗЛИВО СО ГРИЦКИТЕ

## ОПМ ПРАШУВА ЗА ВАС

- КУПЕНАТА РОБА НЕ СЕ ВРАЌА?

## ЕНЕРГЕТИКА

- ПРИМЕНЕТЕ ЕНЕРГЕТСКОЕФИКАСНИ МЕРКИ ВО КУЈНАТА
- СТЕНД-БАЈ ПОЛОЖБА

## ПРАВА НА ПАЦИЕНТИ

- ШТО Е НАСТИНКА, А ШТО - ГРИП И КАКО ДА ГИ РАЗЛИКУВАТЕ
- СОВЕТИ ЗА ПРИМЕНА НА ЛЕКОВИТЕ

## ТЕСТ

- ПРАШАЛНИК - РАЗМИСЛУВАЊЕ НА МЛАДИТЕ ОД ЕВРОПА ЗА ЦИНСОТ
- ТЕЛЕВИЗОРИ СО РАМНИ ЕКРАНИ
- ПАСТИ ЗА ЗАБИ

## ЕКОЛОГИЈА

- ШТО ПРЕТСТАВУВА ОДРЖЛИВА ПОТРОШУВАЧКА

impressum

## БИЛТЕН НА ПОТРОШУВАЧИТЕ НА МАКЕДОНИЈА

Главен и одговорен уредник:  
Маријана Лончар - Велкова

Технички уредник:  
Елизабета Спирисонова

Издавачки совет:  
прим. д-р Костадин Грековски,  
Проф. д-р Јадранка Дабовиќ-  
Анастасовска, проф. д-р Лидија  
Петрушевска-Този,  
дия. Марја Грамосли,  
дия. Снежана Карапанчевска,  
проф. д-р Кирил Поповски,

Уредувачки одбор:  
Маријана Лончар-Велкова,  
Калчо Митев, Лидија Ѓорѓиевска,  
Татјана Тасевска,  
Елизабета Спирисонова,  
Еламинонда Главинац

Лектор:  
Весна Ѓоршоска-Петровска

Дизајн:  
Лазар Томовски

Печати:  
Фонко дизајн

Издава:  
Организација на потрошувачите на Македонија во соработка со РЗУД-Републичкиот завод за унапредување на домаќинството

Адреса:  
ул. Водњанска бб,  
П. фах 150, 1000, Скопје  
тел/факс 3179 - 592,  
тел. 3212-440  
E-mail: marlon@opm.org.mk  
opm@opm.org.mk  
www.opm.org.mk

Билтенот е заведен во регистаратот на вешици во Секретаријатот за информации на Владата на Република Македонија под бр.10-283/2. Според мислењето на Министерството за култура на Република Македонија за Билтенот на потрошувачите на Македонија се плаќа повластена стапка на данок.

Издавањето на Билтенот на потрошувачите на Македонија број 14/2004 го помогна GTZ -проектот за помош на Организацијата на потрошувачите на Македонија.

# Реч оq уреqникош

Процесот на децентрализација ја прави исклучително важна работата на Организацијата на потрошувачите на Македонија во иднина, преку иницијативите за основање Совети на потрошувачи во општините и нивната спона со Советот на потрошувачи при Владата на Република Македонија. Според Законот за локална самоуправа, за одредени прашања кои се однесуваат на квалитетот на услугите на јавните служби на општината, локалната самоуправа може да формира Совет за заштита на потрошувачите, составен од поголеми групи корисници на јавни услуги. Евидентна е потребата за основање вакви совети и едукација на членовите за потрошувачкото право и политика, истовремено спроведувајќи едукација на граѓаните во остварување на нивните права како потрошувачи и застапување на нивните интереси на ниво на локалната самоуправа.

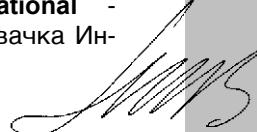
Од друга страна пак работата на Советот за заштита на потрошувачите при Владата на Република Македонија би требало да ја насочи политиката за заштита на потрошувачите во ресорните министерства, истовремено следејќи ја правната регулатива и достигнувањата во оваа сфера во Европската унија. Организацијата на потрошувачите на Македонија, како член на Советот, ќе може да ги претставува интересите на потрошувачите во областите на производството и прометот на стоките и услугите, домаќинство, здравството, образоването, локалната самоуправа и во други важни сфери од општествениот живот.

Согласно одредбите на Законот за заштита на потрошувачите од особено значење за заштитата на потрошувачите и работата на организациите претставува Национална програма за заштита на потрошувачите која треба да биде изработена до крајот на оваа

година. Основни цели на Програмата се политика за заштита на потрошувачите, мерки и активности за нејзино спроведување и едукација и информирање на потрошувачите.

Превентивната заштита на потрошувачите согласно одредбите на Законот е во надлежност на здруженијата на потрошувачи, кои треба да ја спроведуваат со известување, совети и едукација на потрошувачите. Во таа насока Организацијата на потрошувачите на Македонија - ОПМ делува уште од самото основање. Својата дејност ОПМ ја извршува преку:

- советување и едукација на потрошувачите при остварување на нивните права
- информирање на потрошувачите преку посебни информативни брошури, билтенот "Потрошувач", и посебен информативен систем за превентивно информирање - Инфотека во повеќе области како што се: правна област, становиње, исхрана, алатарти за домаќинството, здравство, финансиски услуги, изолација во индивидуалната и колективната градба, аудио и видео опрема во домот како и информативни брошури;
- соопштенија за јавноста по прашања од интерес за потрошувачите, преку постојани контакти со електронските и пишувани медиуми;
- предлози и иницијативи за донесување на закони и прописи за заштита на потрошувачите;
- соработка на регионално и меѓународно ниво преку членство во BEUC - Европската потрошувачка организација и Consumers International - Светската потрошувачка Интернационала.



# АДИТИВИ ВО ИСХРАНАТА

Изминативе неколку години правилната исхрана почна да добива поголемо значење. Луѓето сè почесто се прашуваат - Колку здраво се храните? и - дали користиме „природна или“ вештачка храна?, што и не е чудно земајќи го предвид фактот дека 80% од прехранбените производи што доаѓаат на нашата трпеза ги добиваме во индустриски, преработен облик. Ваквите производи, односно целата прехранбена индустрија денес тешко може да се замисли без употреба на супстанции како што се: адитиви, ароми,

помошни средства во производството и ензимски препарати.

## *Што прештавуваат адитивите?*

Адитивите се хемиски супстанции што нормално не се консумираат ниту се типична состојка на прехранбениот производ. Тие се даваат на храната во текот на технолошката постапка: подготвка, обработка, преработка, обликување и пакување, транспорт и чување заради подобрување на квалитетот на производот. Помагаат за одржување на све-

жината на прехранбените производи, одржување на нивната конзистентност, подобрување на органолептичките особини, вкусот, бојата, мирисот, но и одржување на нутритивниот профил. Така, адитивите го објуваат, производот, го засладуваат, го заштитуваат од оксидација, закисуваат, овозможуваат правење желе, глазираат и сл. **Некои адитиви се од природно потекло, додека други седобиваат какорезултат на синтетички хемиски реакции со точно познат состав.**

## *Адитивите се распоредени во групи*

Распореденоста на адитивите по групи или категории е резултат на функцијата што имаат врху прехранбените производи. Така, разликуваме неколку групи адитиви како што се: бои, засладувачи, конзерванси, антиоксиданти, емулгатори, засилувачи на вкусот. Тие се означени со буквата Е и бројот што им припаѓа. Префиксот Е означува дека се работи за адитив што се применува во Европа. Во ЕУ одобрена е употребата на 297 адитиви, од кои: 43 бои, 12 засладувачи и 212 адитиви од другите групи.

## *Бои*

Тие се даваат на прехранбените производи од причини што природната боја напрехранбениот производ семе не дава текот на технолошката постапка, навпример производите се објуваат за да бидат и по-привлечни. Повеќето потрошувачите ги заведува бојата и тие сметаат дека ако, например, производот е жолт побој, тоа е резултат на тоа што содржи јаца, авсушност тој обоеен. Бонте се означуваат со буквата Е и бројот од серијата 100.

## *Конзерванси*

Конзерваните се додаваат во прехранбените производи за да се спречи развојот на микроорганизми како бактерии, мукомил и сл. Сотоа се спречуваат сипувањето на храната. Конзерваните има приближно 30, а познати во употреба се: нитрати и нитрити, коишто се употребуваат кај месото и преработките од месо, супфити и супфати за производи од овошје и зеленчуки, вина, сорбат и бензоат и сл. Ги препознаваме по ознаката Е и броевите од серијата 200.

## *Антиоксиданти*

Ови материјали се спречуваат оксидацијата на прехранбените производи. Како познати антиоксиданти се: аскорбинска киселина (формулантитамин C), цитрон-



скакиселина и помалку винската киселина. Антиоксидантите се скрекаа на трети число со сите прехранбени производи. Се означуваат со Е-и броевите од серијата 300.

### Емулгатори

Емулгаторите се додаваат кај оние производишто, во принцип, потешкото мешаат меѓусебно. Например, маслото и водата меѓу себе тешко се мешаат, но со додавање емулгатори мешањето се подобрува. Наамбалажата со означени со буквата Е и броевите од серијата 400.

### Засилувачи на вкусот

Засилувачите на вкусот придонесуваат да имаат дека прехранбениот производ има подобар вкус. Најраспространет е натриев глутамат, кој се употребува во месните и зеленчуковите јадења. Ознаката на оваа група на адитиви е Е-и броевите од серијата 600.

### Засладувачи

Засладувачите какогрупанаадитиви се додаваат заради благикусот држат помалку калории. Почекто се употребуваат во прехранбените производи за дитетска исхрана. Засладувачите не се додаваат во прехранбени производи за бебиња и деца дотриодни и носилен воодредени исклучоци. Попознати се засладувачи од синтетичко потекло: ацесулфам-К, аспартам, сахарин и сукралоза. Се означуваат со буквата Е и бројот од серијата 900 освен Е-420 и Е-421 (сorbitола и мартитола).

### Прехранбени производи во кои не смее да се додаваат адитиви

Постоји одредена група производи на кои не смеат да им се додаваат адитиви. Таа група производи се:

1. Сите необработени производи (под необработени се подразбира обработка со некои од физичките постапки

како: режење, лупење, смрзнување и сл.

2. мед,
3. неемутирани масла и масти од билно и животинско порекло
4. путер,
5. пастиризирано и стерилизирано млеко и павлака,
6. неароматизирани, ферментирани млечни производи,
7. природни минерални води и изворски води,
8. кафе (освен ароматизирано инстант кафе и екстракти од кафе),
9. неароматизиран чај,
10. шеќери, вклучувајќи моно- и дисахариди,
11. суви тестенини (обични)
12. природна неароматизирана матеница.

Адитиви не се додаваат на овие производи со цел да се заштити оригиналноста на производите што се нудат на пазарот како такви или како квалитетна сировина за производство на други производи од широка потрошувачка кај кои се користат адитиви при производството. Во принцип, овие препораки се почитувани иако кај некои од наведените производи се додаваат некои помошни супстанции во процесот на производство.

### Колку се адитивите овакви ѝ човечкото здравје - здравствени аспекти?

Факт е дека адитивите се супстанции што природно не се наоѓаат во производите и токму од тие причини воспоставена е меѓународна процедура за одредување на нивната безбедност за здравјето. Не е можно да се докаже дека тие се абсолютно безбедни затоа поправилно било можеби да се зборува за степенот на нивната штетност, кој секако зависи и од начинот и од количината на употреба. Исто така, специфичната пречувствителност на одделни адитиви не може секогаш да се предвиди. Можно е одредени лица да се алергични на некои адитиви

од групата на конзервanti, или некои вештачки бои и сл.. Затоа на потрошувачите им се препорачува внимателно да ја читаат декларацијата на производот. Најдобар начин внесот на адитиви да се сведе на минимум е користење на свежи прехранбени производи.

### Законска регулатива - како е во Европа, а како кај нас?

Употребата на адитиви не е препуштена на слободната волја на производителот, туку начинот на нивната употреба, листата на дозволени адитиви, квалитетот, ограничувањето на употреба, означувањето и сл. е законски регулирано. Во земјите-членки на ЕУ воспоставена е интернационална процедура, која и претходи на законската регулатива за употреба на адитивите. Имено, Експертскиот комитет за прехранбени адитиви при Светската организација за храна (FAO) и Светската здравствена организација (WHO) ( Joint FAO/WHO Expert Committee on Food Additives –JECFA) донесува хемиски спецификации и врши проценка за здравствената безбедност на адитивите, врз основа на кои Кодекс алиментариус (Codex Alimentarius) преку својот комитет CCFAC (Codex Committee on food additives and contaminants) донесува стандарди и препораки за нивно користење. Овие стандарди и препораки земјите-членки на ЕУ ги вградуваат во својата законска регулатива. Во Европа одговорноста за употреба на адитивите се препушта на производителите, но ако се покаже дека прописите не се почитувале, следуваат многу строги санкции и остра казни.

Во Република Македонија има правилник за употреба на адитиви, но потребно е негово усогласување со стандардите и препораките на ЕУ. Контролата на адитивите, недостатокот на единствена методологија, техничка опременост на одредени лаборатории и сл. се дел од мозаикот што треба да се скlopи ако сакаме да се доближиме кон Европа.

## СОВЕТ

# ВНИМАТЕЛНО СО МАСТИТЕ

Мастите претставуваат важен составен дел на храната. Тие се богат извор на енергија и многу се важни за одржување на физиолошките и телесни функции на организмот. Ова што треба да го знаеме е дека мастите се нај-калоричната состојка на прехранбени производи што ги внесуваме во организмот преку исхраната. Иако имаат значајна улога за организмот, сепак поголемата маснотија што се внесува е непотребна и може повеќе да штети отколку да користи предизвикувајќи и разни заболувања како што се: дебелина, бubreжни заболувања, дијабетес, срцеви заболувања итн.



Мастите грубо можат да се поделат на заситени и незаситени.

### Заситени маси

Овој вид мести се наоѓаат во производите од животинско потекло како месото, некои видови риба, млечните производи и јајцата. Зголемената употреба на вакви производи, кои содржат заситени мести, штетно влијае врз човековиот организам, што се манифестира преку зголеменото ниво на концентрацијата на холестеролот (ЛДЛ и ХДЛ), кај народот познат како пош и добар холестерол. ЛДЛ - Лошиот холестерол застапен е со 75% од



вкупниот холестерол во крвта. Овој холестерол придонесува за развој на одредени срцеви заболувања и артеросклероза. Имено, зголемениот број масни честици што се наоѓаат во крвотокот се таложат на сидовите од крвните садови и полека ги стеснуваат, така што и крвта и кислородот имаат пречки да дојдат до одделни органи, што доведува до нивна послаба исхранетост со кислород. Како резултат на тоа, одредени ткива почнуваат да одумираат и доаѓа до срцеви напади или излив на крв во мозокот. Спротивно на тоа, добриот холестерол (ХДЛ) го отстранува лошиот од крвните садови и придонесува за негово исфрлање од организмот. Неговата застапеност во крвта би требало да биде поголема.

#### **Незаситени масти**

Најчесто се наоѓаат во зеленчуковите производи, билни масла и многуте видови риба. Придонесуваат за смалување на нивото на холестерол во крвта. Меѓутоа, генерално застапено мислење е дека треба да се внимава со внесување на мастите во организмот воопшто, без разлика дали станува збор за заситени или незаситени масти.

#### **КОРИСНО Е ДА ЗНАЕТЕ И ДЕКА:**

1. Освен видливи постојат и скриени масти, кои особено ги има во слатките, колачите, чоколадото и сл.
2. Препорачливо е да користите масти од растително потекло.
3. Попрепорачливо е производите да се варат отколку да се пржат на зејтин.
4. Внимавајте и при комбинирање на храната: за време на еден оброк не консумирајте истовремено повеќе производи што содржат масти.



## **ПОТРОШУВАЧИТЕ**

# **СРАГУЈУВААТ**



#### **• *Каков е нутритивниот состав на јајце и колку калории (kcal) содржи?***

Едно варено јајце содржи во просек 70 kcal. Нутритивниот состав на јајцето е таков што тој содржи витамин B2, B12, B5, витамин D, витамин A, витамин K, селен, биотин, трипофан, јод, протеин и фосфор.

#### **• *Дали може дневното внесување на витамин Ц да ѝ надомести со ишење лимонаџа?***

Дневното внесување на витамин Ц треба да изнесува околу 100 mg. Ова количество може да го надоместите со приготвување свеж сок - лимонада, притоа користејќи 3 исцедени лимони.



#### **• *На што треба да внимавам за да ја оправдам сејашната шеќина?***

1. Внимавајте со внесувањето шеќери, особено слатки, сладоледи и сл.
2. Користењето масло и храна богата со масти смалете го на минимум.
3. Консумирајте повеќе зеленчук и овошје, а месото можете барем еднаш неделно да го замените со риба.
4. Консумирајте повеќе течности, особено чаеви.
5. Слободното време користете го за вежбање, шетање или трчање



# ЗОШТО Е ИЗОЛАЦИЈАТА ЗНАЧАЈНА ЗА КВАЛИТЕТЕН И ЗДРАВ ЖИВОТ

Секаде во светот денес на енергетската ефикасност се гледа со особено големо внимание. Претставата за енергетската ефикасност е многу далеку од поимот заштеда на енергија. Тоа не претставува исклучување на греенето или жртвување на комфорот. Енергетска ефикасност подразбира максимално искористување на енергијата што е на располагање преку примена на современи технологии што овозможуваат покривање на дневните потреби за: комфорни домови, профитабилни бизниси, соодветен транспорт. Тоа е најбрзот, најевтиниот, најчистиот начин за редукција на енергетската потрошувачка и загадувањето. Како дел од таа енергетска ефикасност, многу важна улога има и изолацијата.

## **Добра изолација е предуслов за долгошрајност на објектот**

Трошоците за енергија (греене или ладење) се најскапите ставки за одржување на нашите домови. Затоа треба да се нагласи дека при градба треба да избереме градежни материјали што имаат особина на висок степен на чување на топлината. Од тој аспект добрата и квалитетна топлинска изолација ги намалува губитоците на топлина.

Покрај прозорците и вратите, кои честопати неправилно и недоволно се затвораат или кои се недоволно изолирани, причина за големите губитоци на топлина се и неправилно изведените градежни елементи. Се смета дека загубите кај една семејна кука што нема добра изолација се најчести кај покривот, прозорците, вратите и подот и тие просечно изнесуваат 25-30%. Значи замислете како изгледа една недоволно изолирана кука со толку големи загуби на енергија и колку е потребно таа да се загреје, а колкави ќе бидат притоа и вашите сметки за струја?! Мешутоа, кога зборуваме за изолација на еден дом не треба да мислиме само на топлинска изолација тука и на целокупна изолација на домот, односно на хидроизолацијата и на звучната изолација. Затоа од исклучителна важност е да нагласиме дека кога го изолирате вашиот дом или кога вршите обновување на дотраената изолација, решете



го проблемот комплетно, односно размислете и за звучната и за хидроизолацијата, бидејќи ако не ја замените оштетената хидроизолација, може да се оштети новопоставената звучна односно термоизолација. Исто така корисно е да се нагласи дека кога ја поставувате термоизолацијата, треба истовремено да размислите и да се одлучите за овој материјал со кој истовремено би ја решиле и звучната изолација, од причина што изолационите материјали што се користат за звучна и термоизолација се речиси исти.

## **Што значи добро изолиран дом ?**

Добро изолираниот дом значи изолација на:

- подрумски сидови, темелни плочи
- подови
- фасадни сидови
- армирано-бетонска конструкција (такарачени топлински мостови)
- покривна конструкција
- фасадни отвори (прозорци и врати).

## **Пријатна средина за живеење**

Ако се исполнат наведените услови, објектот ќе биде добро изолиран, нема да има можност за создавање влага, со еден збор се чувствува пријатна микроклима, проветрен и чист простор. Пријатна средина за живеење подразбира температура на воздух помеѓу 19-21 °C. Оптималната релативна влажност на воздухот треба да биде помеѓу 35 и 60% при брзина на движење на воздухот помала од 0,2м/с. Вакви услови не подразбираат само пријатна средина за живеење туку тие влијаат и врз заштитата на самиот објект.

Штетните појави како што се: кондензација, појава на влага, мувла и слично, мора да се намалат со употреба на изолација.

Корисно е да знаете дека решавањето на проблемот од аспект на изолација на објектот го прават експерти, кои изработуваат посебни елaborати за таа намена, т.н. елaborати за градежна физика и затоа секако дека е најдобро решавањето на проблемот да им го доверите на нив. Тие ќе одредат кој материјал и со која дебелина треба да се вгради, што несомнено има големо значење при решавање на проблемот. Значи учеството на стручните лица треба да се земе предвид уште при изработката на проектно-техничката документација.

# СО ТЕРМОИЗОЛАЦИЈА

НА ПРОЗОРЦите И ВРАТИТЕ

# ШТО ВАЖИ



## ТЕРМОИЗОЛАЦИЈА НА

# ПРОЗОРЦИ

Големината и положбата на прозорците, нивната ориентација, како и сите елементи на прозорскиот склоп: стаклото, рамката, оковите, имаат влијание во однос на загубите/добивките на енергија. Кога зборуваме за термоизолација на прозорци и врати, станува збор за загуби и добивки на топлина. Притоа, загубите на топлина настануваат поради: топлината што се губи како резултат на разликата помеѓу надворешната и внатрешната температура, како и загуби на топлина поради вентилација и проветривање на прозорец-сид и споевите на деловите на прозорецот. Од друга страна, топлинските добивки настануваат како резултат на: разликата на температура, проветривање и природна вен-

тилација, идијектното влијание на сончевата енергија на стаклото на прозорецот. Затоа, овие и други фактори мора да се земат предвид при проектирање на прозорците и останатите застаклени површини.

### Што е важно?

- **Големината на прозорецот** влијае врз обезбедувањето на неопходното осветлување, вентилацијата и топлинските добивки што се остваруваат како резултат на изложеноста на сонце.

- **Положбата на прозорците** зависи од активностите што се одвиваат во просторот, вентилацијата, топлинските добивки, осветлувањето.

- **Вентилација** - Добрата вентилација особено во жешките летни месеци претставува основа за обезбедување комфорни услови на живеење. Затоа при одредување на големината на прозорецот мора да се води сметка и за видот на проветрување што ќе се обезбеди, односно од која страна ветерот ќе удира на прозорецот.

- **Топлинските добивки зависат од големината на прозорците.** Преголеми прозорци доведуваат до нагло прегрејување на просторот, па често пати заради постигнување комфор, корисниците се принудени да ги отворат прозорците, со што, пак, се смалува можноста топлината да се акумулира.

Преголеми прозорци не дозволуваат акумулирање достатно количество топлина.

### Која е улогата на останатите елементи на прозорциште?

Прозорот се состои од: рамка, крило, оков, застаклена површина и разни други додатни елементи.

- **Рамката** го обезбедува поврзувањето на прозорецот со сидот. Најголемите топлински губитоци настануваат помеѓу крилатата на прозорецот и врската крило-рамка. Овие топлински губитоци укажуваат на тоа дека прозорецот е лошо изведен.

- **Оковите** се елементи што овозможуваат правилно функционирање на прозорецот. Тие треба да обезбедат добро налегнување и функционирање на прозорецот, а со тоа и намалување на загубата на енергија на деловите крило-крило и крило-рамка.

- **Заптивки** Ако брзо ја изгубат својата



функција, значително ги влошуваат изолационите карактеристики на прозорот.

Застаклувањето влијае врз топлинскиот биланс и затоа зиме може да претставува место на големи топлински загуби, но може да биде и место на голем извор на топлина, што во летните месеци може да претставува проблем.

Стаклото не ја пренесува целата количина енергија што паѓа на негова-

та површина во внатрешноста на просторот. Еден дел од таа енергија ја апсорбира самото стакло, а другиот дел се одбива.

Во практиката, за да се намалат загубите на топлина, се користат неколку слоеви стакло. Слоевите стакло формираат помеѓу себе воздушен простор, кој значително ги подобрува топлинските карактеристики на стаклото.

## ТЕРМОИЗОЛАЦИЈА НА



Она што важи како предуслов за долнограјно користење на прозорците важи и за вратата, особено влезната, надворешна врата. Таа треба да биде изработена од висококвалитетно дрво (како, на пример, дабовото дрво). Крилото на вратата може да биде со различна широчина, да биде полно или да има застаклен отвор, што, пак, надополнето со естетски обликувана дрвена решетка и дава поголема светлост на просторијата. Она што е битно е касетата на вратата да е добро припиена на сидот и да не пропушта топлина, што ососбено се јавува на долниот (поден) дел на вратата или по работите. Ако живеете во постар стан или имате постар тип на врата што пропушта топлина и ако не можете да ја замените со нова, тогаш залепете сунѓерести самолепливи ленти на работите, а можете да икористите и некои стари делови од гардеробата и да сошиете змијолики елементи, кои ќе ги наполните со сунѓер или стари алишта и ќе ги поставите под вратата.



# ПОТРОШУВАЧИТЕ ПРАШУВААТ

**Како можам да јо решам проблемот со кондензацијата на водена пареа на сицовиште во мојот дом?**

За решавање на проблемот со кондензација и појава на влага потребен е целосен и комплексен пристап. Кондензација на влагата може да се спречи единствено со поставување топлинска изолација. Со поставување на добра топлинска изолација истовремено се постигнува и заштеда на енергија за греене. Нешто повеќе за видовите материјали за топлинска изолација и воопшто за топлинската изолација може да прочитате и да се информирате и во Инфорегистраторот на ОПМ „Изолација во индивидуалното и колективно станување“. Во секој случај, ако имате проблем со влагата во домот, потребна е консултација со експерт, кој би направил увид на самото место и би помогнал во решавање на проблемот.



**Дали може да размислувам за адиционарија на покривот во мојата кука оц шавански во спанбен ѕросфор и дали за оваа адиција ѝ осврташ некои претпоставки?**

Основен услов за да почнете да адаптирате е висината на делот од подот до покривот, која треба да изнесува некаде до 2,50 м, потоа наклонот на покривот, кој треба да е, во принцип, поголем од 30 степени, од кој зависи и просторот што е на располагање, димензиите на куќата и сл. Затоа ве советуваме за ова прашање да побараате помош од стручно лице, кое на самото место ќе направи премер и ќе изготви проектно-техничка документација.

**Дневната соба во сбанаш во кој живееме е прилично мала, како да ја уредам?**

Обратете внимание на следново: прво и основно е да не ја оптоварите собата со мебел. Потоа, сидовите треба да бидат бојосани во попладни и бледи тонови. Исто така, одбегнувајте користење тешки завеси со ситни апликации или дополнителни бескорисни детали. Текстикот треба да биде со едноставен дезен, не многу голем.



# ДОНЕСЕН НОВ ЗАКОН за заштита на ПОТРОШУВАЧИТЕ

Заштитата на потрошувачите во современиот свет претставува, неспорно, едно од правата во корпусот права на човекот и граѓанинот и како такво ужива заштита од страна на правните системи на сите демократски држави.

Во 2000 година Република Македонија, во рамките на процесот за приближување на националното законодавство кон законодавството на ЕУ, го донесе својот прв Закон за заштита на потрошувачите, кој претставува значаен чекор во развојот на заштитата на потрошувачите во Република Македонија.

Во процесот на имплементација на Законот во практиката беа уочени одредени слабости и недоречености, така што Организацијата на потрошувачите на Македонија, а и други субјекти што истиот го применуваа, започнаа иницијатива за новелирање на Законот.

Ресортното Министерство за економија ги акцептира барањата за промена на Законот, но врз основа на нивната проценка базирана на обемот на потребните измени, како и на новите директиви на ЕУ што не беа опфатени со постојниот Закон, се одлучи да се пристапи кон донесување нов закон за заштита на потрошувачите. Новиот Закон е усвоен од Собранието на РМ во јуни оваа година и е во сила од 25.6.2004 година.

Целта на законодавецот, при донесувањето на новиот закон, покрај регулирањето на заштитата на потрошувачите, беше очигледно обезбедување на максимална можна компатибилност на истиот со потрошувачкото право на ЕУ. Така во законот се инкорпорирани содржините на дванаесет директиви на ЕУ од доменот на заштитата на потрошувачите.

Структурата на новиот закон ја сочинуваат десет делови со 145 члена. Новиот закон содржи скоро двадесет повеќе членови од претходниот, што се должи во голема мера на воведувањето нови регулирани подрачја, меѓу кои за ОПМ се најважни воведувањето на институционално тело што

ќе се грижи за заштитата на потрошувачите во рамките на единиците на локалната самоуправа и воведувањето на обврската за вградување на теми од доменот на заштитата на потрошувачите во програмите на предучилишните установи и на основното и средното образование.

Слободни сме да процениме дека се работи за современ закон, кој одговара на потребите на потрошувачите во Република Македонија и кој треба адекватно да се имплементира, во што ОПМ планира активно да се вклучи.



# Од нашата практика

## Советоцавно биро - Скопје

⊕ Преку телешоп нарачав правосмукалка за која сметав, гледајќи ја рекламата, дека е квалитетна, ефикасна и одговара на моите барања и истата ја нарачав и платив 3 990 денари. По испораката на производот, констатирајќи дека јачината, квалитетот и ефикасноста на правосмукалката е маркетиншки трик, односно дека истата воопшто не одговара на моите барања. Реагирав до продавачот, се обидов да



укажам на недостатоците и барав да ми се вратат парите, но тој не се согласи. Какви се моите права?

⊖ Од страна на Организацијата на потрошувачите на Македонија, предметот е доставен до Државниот пазарен инспекторат.

⊕ Пријавата доставена до Инспекторатот е решена во корист на потрошувачот, односно рекламираниот производ е заменет со нов.



⊕ Во продавница што се наоѓа во ГТЦ купив мобилен телефон, за што поседувам уредна сметка и гаранција.



По извесен период телефонот покажа недостатоци, имено, батеријата и полнотат не функционираа. Веднаш го рекламирајќи кај продавачот, каде што рекламијата беше прифатена и телефонот беше однесен кај овластениот сервисер. По проверката направена од сервисерот, рекламијата не

е прифатена. Барам да добијам нов телефон или да ми се вратат парите.

⊖ Од страна на Организацијата на потрошувачите на Македонија, предметот е доставен до Државниот пазарен инспекторат.

⊕ Пријавата доставена до Инспекторатот е позитивно решена, при што на потрошувачот му е даден паричен надоместок во висина на цената на телефонот.



⊕ Во еден од салоните за мебел во Скопје купив кревет по цена од 9900 денари, за што поседувам уредна сметка. По еден месец користење креветот целосно пропадна и неговото користење е невозможно. Веднаш реагирав до одговорните, каде што добив ветување дека креветот ќе се сервисира. Но и по доаѓањето на сервисерот, проблемот остана. Со оглед на



тоа дека имам гаранција од 12 месеци, а гарантниот рок сè уште не е истечен, барам да ми се достави исправен кауч или да ми се вратат паричните средства. Имам ли право?

⊖ Од страна на Организацијата на потрошувачите на Македонија, предметот е доставен до Државниот пазарен инспекторат.

⊕ Пријавата доставена до Инспекторатот е решена и рекламираниот производ е заменет со нов.



## Советоцавно биро - Битола

⊕ По асфалтирањето на нашата улица, атмосферската вода и водата од миењето на дворовите се задржува на едно место, точно пред мојата влезна врата. Каде да се обратат?

⊖ Го советувавме потрошувачот да се обрати до Комисијата за комунални прашања во Општина Битола

⊕ Комисијата се задолжи да го испита случајот и да преземе соодветни мерки.



## Советоцавно биро - Штип

⊕ Купив чоколада со лешници и суво гроздје од познат market. Кога го отворив, забележав дека е расипано.

⊖ Предметот е доставен до Државниот санитарен инспекторат.

⊕ Пријавата доставена до Инспекторатот е позитивно решена при што производите од овој вид беа повлечени.

## Советоцавно биро - Охрид

⊕ Купив бојлер во износ од 5100 ден., за што поседувам уреден гарантен лист и сметка. Откако го однесов дома да го монтирам, констатирајќи дека димензиите на бојлерот не одговараат на просторот за негово поставување. Уредентата се вратив во продавницата за да го заменам за друг со помали димензии. Бидејќи бојлер со помали димензии немаше, побарајќи да ми се вратат парите бидејќи бојлерот не беше ни монтиран ни оштетен. Од продавачот добив објаснување дека тие пари не враќаат.

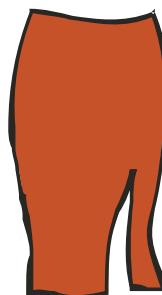
⊖ Пријавата е доставена до пазарна инспекција

⊕ По доставената претставка до Пазарната инспекција во Охрид и извршеното инспекциски надзор согласно со надлежностите на пазарната инспекција и Законот за заштита на потрошувачите, трговецот ја исполнува обврската и на потрошувачот му го врати во целост платениот паричен износ.

## Советоцавно биро - Тетово

⊕ Во еден бутик купив здолниште за подарок. Ја прашавам продавачката дали можам да го заменам ако не одговара по боја или големина, на што добив потврден одговор. Меѓутоа, кога се обидов да го заменам и бидејќи не можев да најдам друг соодветен производ, побарајќи да ми бидат вратени парите, на што во продавницата не се согласија. Кои се моите права?

⊖ Согласно со член 50 од Законот за заштита на потрошувачи купувачот има право ако производот не одговара по боја, форма или големина, во рок од 14 дена да го замени производот со нов или да му бидат вратени уплатените парични средства.



КУПЕНАТА РОБА

# НЕ СЕ ВРАЌА?!

Веќе подолго време низ некои продавници во Скопје, циркуира натпис - соопштение поставено обично на видно место во продавниците, напишано од страна на продавачите: КУПЕНАТА РОБА НЕ СЕ ВРАЌА!?

Натписот од типот КУПЕНАТА РОБА НЕ СЕ ВРАЌА продавачите ги поврзуваат најчесто со намалување на цените???

- што за жал е многу погрешна практика, која продолжува да се применува. Дали се во право?

Имајќи предвид дека станува збор за производи што можат да покажат некој недостаток и по нивното купување, ве упратуваме на новодонесениот Закон за заштита на потрошувачи, Службен весник 38 (17 јуни 2004 г.) и ви пренесуваме делови

надомест за претрпена штета. Потрошувачот нема право да го раскине договорот ако недостатокот на производот е минимален. Барањето од ставот 1 на овој член потрошувачот по свој избор може да го поднесе пред надлежниот инспекциски орган, до трговецот или до дистрибутерот, во местото на купување на производот или во местото на своето живеење.

#### **Според член 44 од Законот за заштита на потрошувачи:**

„Кога потрошувачот купил прехранбени производи со недостаток, трговецот е должен да изврши нивна замена за производи со соодветен квалитет или на потрошувачот да му го вра-



од Законот што се однесуваат на ова прашање.

#### **Што пишува во Законот?**

Со член 43 од Законот за заштита на потрошувачите регулирани се правата на потрошувачите во однос на недостаток на сообразност. Така, по овој член:

„Потрошувачот на кого му е продаден производ со недостаток има право по свој избор да бара:

- бесплатно отстранување на недостатоците на производот или надомест на трошоците направени за отстранување на недостатоците;

- сразмерно намалување на продажната цена;

- замена на производот со соодветен производ со иста трговска марка, тип, индустриски дизајн или ознака за потекло и географска ознака на производот;

- замена на производот со соодветен производ со друга трговска марка, тип, индустриски дизајн или ознака за потекло и географска ознака на производот со соодветно намалување или зголемување на производната цена и

- раскинување на договорот, враќање на платениот износ и

ти платениот износ ако недостатоците се утврдени во рокот до кога производот може да се употребува.

Членовите 45, 46, 48 и 50 се однесуваат на условите за остварување на правата на потрошувачите, поднесување барања, роковите и начините на отстранување на наедостатоците и соодветно - замена со друг производ.

Почитувани потрошувачи, во овој текст немаме намера да ви го цитираме Законот туку да истакнеме дека имате свои права загарантирани со закон и никој не може и не смее да ви ги одземе, а огласите од типот „Купената роба не се враќа“ (дискутабилно е прашањето кој им дава право да истакнуваат вакви и слични натписи?) - кога станува збор за продавници за текстилни производи, бела техника, мебел и сл., треба да се сфатат само како заплашување од страна на продавачите, односно вид самоодбрана и затоа размислете дали воопшто да купувате во вакви продавници, каде што уште на самиот влез јасно ви ги скратуваат вашите потрошувачки права загарантирани со Закон.

# претпазливо со

## ГРИЦКИТЕ

Солени стапчиња, чипс, смоки, помфрит, е храна што се консумира сè повеќе - било од забава или за разбивање на здодевност кога патувате, или гледате телевизија било од задоволување на исконската потреба и желба на човекот постојано нешто да грицка. Тоа е храната што ни доаѓа во целофански кесички, редовно придрожена со некои наградни игри со цел да привлече што повеќе потрошувачи. Најбройни меѓу нив се, за жал, децата.

Фактот што загрижува е токму тоа што ваквата храна станува нивно секојдневие. Само прашајте се колку пати на ден вашето дете ќе побара да ја купите? И колку пати вие ќе му ја удоволите желбата во интерес на мир во домот ќе го седнете пред телевизорот, ќе му ја дадете во раце фамозната ке-

ничка и ќе го замолчите наредните 30 минути додека трае неговата омилена серија истоимена со производот што го грицка. Тоа, се чини, се моменти на рај за секој родител, кој доаѓа изморен од работа и сака да остане сам со себе барем некое време. Но, дали е тоа добро е прашањето со кое мора да се соочи секој од нас.

Она за што ние како возрасни потрошувачи треба да видеме свесни е фактот дека оваа храна нема никаква нутритивна вредност. Напротив, таа содржи многу заситени масти и е висококалорична. Сервирајќи им ја ваквата храна на нашите деца, правиме од нив зависници, создаваме погрешна претстава за исхраната и замижуваме пред вистината дека навиките за исхрана остануваат за цел живот.

Но тоа, се чини, не го заборава индустриската машинерија, која упорно и агресивно со помош на разни маркетиншки трикови успева да привлече што поголем број потрошувачи, најмногу деца. Зашто токму децата се целната група на овие индустриски компании? Зашто тие добро знаат дека ако направат зависници од нив, ако им ја всадат потребата од ваква храна од мали нозе, добиваат верни потрошувачи за цел живот.

Но, дали е исто човек да се храни и да јаде? Се чини дека на ваков начин на децата им се наметнува една несакана навика да јадат колку да го задоволат гладот. Исхраната подразбира нешто друго, тоа е планирањето на

бројте и дневното количество на хранливи и заштитни материји што треба да се внесат во организмот.

Да не се сфати погрешно, не е проблемот ако некогаш земете малку чипс или смоки, ако се најдете во ситуација кога треба да го задоволите гладот, а немате друга алтернатива. Проблемот е што оваа храна станува секојдневен оброк на вашето дете. Зашто имајте предвид дека здравствените аспекти од редовно користење на ваквата храна и последиците од тоа не се повеќе непознати. Постојат научни истражувања што велат дека кај деца што користат ваков вид храна се јавува дебелина, зголемено ниво на холестерол во крвта, зголемен крвен притисок. Затоа треба да се загрижиме.



# применете ЕНЕРГЕТСКОЕФИКАСНИ мерки во кујната



Кујната е голем потрошувач на енергија со што се троши и голем дел од вашиот домашен буџет. Само фрижидерот, кој работи 24 часа, троши околу 15% од вкупната потрошувачка на електрична енергија или околу 10% од просечната сметка за енергија.

Купувањето нови апарати (според потребите, се разбира), ви дава најдобра можност да најдете модел со повисока ефикасност, со карактеристики какви што ви се потребни. Имајте на ум дека фрижидер продаван во 2002 година има повеќе функции и троши половина помалку енергија споредено со модел карактеристичен за 1980 година. И плинските шпорети штедат енергија. Како? **Прво**, не се троши непотребно енергија во загревање на плочата од ринглата, плинските горилници моментално ја постигнуваат бараната температура - интензитет на загревање. **Второ**, системите за регулација кај електричните шпорети се поинерти, односно кога треба да се намали или зголеми интензитетот на загревање, треба да помине определен временски период за да се исполни тоа барање; напротив, кај плинските, регулацијата е моментална. **Трето**, со примена на ваков тип енергија - топлинска од согорувањето на плиниот, се штеди скапата електрична енергија, која за да дојде до штекерот на шпоретот, поминала неколку енергетски трансформации. Значи постојат повеќе апарати, особено оние

наменети за кујната, кои се, во принцип, и најголеми потрошувачи на енергија, каде што можеме да примениме енергетскоефикасни мерки и со самото тоа да заштедиме без притоа да го жртвуваме нашиот комфор.

## СОВЕТИ ЗА НАМАЛУВАЊЕ НА УПОТРЕБЕНАТА ЕНЕРГИЈА ОД СТРАНА НА ШПОРЕТОТ ИЛИ РЕРНАТА

- Применете претходно затоплување на рерната само ако е тоа потребно. Кога се работи за обичните рерни, пред затоплувањето намалете го до минимум. Освен ако не печете леб и друго печиво, пред затоплување нема да ви е потребно.
- Храната се готви побрзо и по-ефикасно ако воздухот може да се движи слободно внатре. Не ставяйте фолии на преградите. Ако е тоа можно, поставете ги тавите на погорната и подолната преграда за да може воздухот да струи.

- Со употребата на стаклени или керамички тави во рерните, ќе ја намалите температурата за 15 °C и ќе ја згответите храната побрзо.
- Не ја отворајте вратата на рерната многу често за да ја видите храната. Со секое отворање на вратата на рерната температурата опаѓа за 15 степени. Наместо тоа, употребете тајмер или гледајте на часовник.
- Големи рерни не се ефикасни за приготвување мали и средни оброци. За таа цел поиспатлива е употребата на микробранова пекачка или мал шпорет.
- Проверете дали вратата на рерната добро лежи.
- Ако имате самочистечка рерна, употребете ја опцијата за самочистење веднаш по печенето, додека рерната е сè уште топла. Ќе биде потребно помалку енергија за да се постигне температурата за чистење. Трудете се да не ја практикувате оваа опција многу често.
- Ринглите треба да ги чистите редовно; подобро ќе ја рефлектираат топлината и ќе заштедат енергија.
- Усогласете ја големината на тавата со големината на ринглата за греене зашто, во спротивно, повеќе топлина ќе отиде во тавата, а помалку ќе се изгу-

би во околниот воздух. Тава со големина 15 см, поставена на 20 см рингла ќе изгуби 40% од енергијата.

- На електрични рингли, употребувајте само тави со рамно дно за да има целосен контакт со ринглата. Забледената тава ќе го изгуби поголемиот дел од топлината.
- Кога готвите во плинска рерна, за да заштедите плин, поставете го потенциометарот за пламен на средна вредност. Исто така проверете дали од пламеникот излегува син пламен. Жолтеникав пламен покажува дека е потребно нагодување затоа што плинот гори неефикасно.
- Кога е можно, употребете готвач на притисок. Со готвење на храната на повисока температура и притисок, времето за готвење се скратува, со што употребата на енергија се намалува за 50-75%.

## СОВЕТИ ЗА ЗАШТЕДА НА ЕНЕРГИЈА ЗА ФРИЖИДЕР/ЗАМРНУВАЧ

### Совети за фрижидер:

- Барајте фрижидер со автоматска контрола на влажноста. Моделите со оваа функција се дизајнирани да ја спречат акумулацијата на влага на



- сидовите од апаратот без додавање грејач. Ова не е истото што и грејач за антипотене. Модели со овој грејач трошат околу 5-10% повеќе енергија отколку моделите без оваа функција.
- Не го ставајте вашиот фрижидер или замрзнувач на многу ниски температури. Препорачливите температури за делот каде што се чува свежа храна се 2-5 °C и -13 °C за делот за замрзнување.
  - За да ја проверите температурата во фрижидерот, земете термометар за домашни апарати, ставете го во чаша со вода и поставете го во внатрешниот средиштен дел од фрижидерот. Прочитајте ја температурата по 24 часа. За да ја проверите температурата на замрзнување, поставете го термометарот помеѓу замрзнатите пакувања и прочитајте ја температурата по 24 часа.
  - Потребно е често одмрзнување на моделите на фрижидери со рачно одмрзнување; наслагите од мраз го зголемуваат количеството енергија потребно да се движи моторот. Не дозволувајте дебелината на мразот да биде над 0,6 см.
  - Проверете дали вратата на фрижидерот добро се затвора. Тестирајте ја така што ќе поставите хартија помеѓу вратата и фрижидерот и ќе ја затворите така што дел од хартијата да остане надвор. Ако хартијата лесно се извлекува, вратата не затвора добро и потребно е да се проверат гумата или шарките.
  - Покријте ги течностите што ги ставате во фрижидерот и покривајте ја храната. Непокриената храна испушта влага и со тоа компресорот работи потешкото.
  - Поместете го фрижидерот од ѕидот и исчистете ги кондензаторските калеми со правосмукалка еднаш годишно, освен ако имате модел кај кој тоа не е потребно. Вашиот фрижидер ќе работи на пократки периоди со чисти кондензаторски калеми.

#### ***Совети за замрзнувач:***

- Поставете го замрзнувачот подалеку од извори на топлина и директна сончева светлина.
- Оставете барем 2,5 см простор околу страните на замрзнувачот за добро струење на воздухот.
- Замрзнувачите може да се постават во гаража или подрум. Но не го поставувајте замрзнувачот на место на кое многу често температурата паѓа под 7 °C, затоа што замрзнувачот нема да работи правилно.
- Температурата во замрзнувачот би требало да се одржува на -17 °C.
- Потребно е често одмрзнување на моделите со рачно одмрзнување; наслагите од мраз го зголемуваат количеството енергија потребно за да се движи моторот. Не дозволувајте дебелината на мразот да биде над 0,6 см.

- Проверете дали вратата на замрзнувачот добро се затвора. Навлажнувајте ја гумата со петролеум за да не се суши, да не се стврднува и да не пукга.
- Немојте да ги ставате топлите јадења директно во замрзнувачот. Прво оставете ги да се оладат во просторијата.
- Полн замрзнувач ќе биде поефикасен од скоро празен замрзнувач.
- Означувајте ги работите што ги ставате во замрзнувачот за да не губите време кога ќе ви требаат и не држете ја вратата долго време отворена.

#### ***СОВЕТИ ЗА ЗАШТЕДА НА ЕНЕРГИЈА КАЈ МАШИННИТЕ ЗА МИЕЊЕ САДОВИ***

- Проверете го упатството за работа што доаѓа со машината за миење садови за препорачаните температури на водата. Многу од нив имаат внатрешни елементи за греене, кои овозможуваат да го наместите грејачот за вода на пониска температура.
- Изгребете ги, не ги плакнете големите остатоци храна на садовите. Киснење или предмиене генерално се препорачува само во случаи на изгорени или исушени делови од храна на садовите.
- Внимавајте машината за миење да ја наполните до крај, но не ја преполнувайте.
- Не употребувавјте ја опцијата за плакнење кога има само неколку садови во машината, со тоа трошите големо количество вода.
- Оставете ги садовите да се сушат со воздух. Ако ја нема опцијата за воздушно сушење, тогаш исклучете ја машината и отворете ја вратата за да можат садовите да се исушат побрзо.

#### ***Заштеда на пари со машините за миење садови***

- За да се максимизира енергетската заштеда...
- Размислете за менување на старата машина за миење садови со нов модел, енергетски и водоефикасен. Новите машини за миење садови заштедуваат повеќе пари годишно со потрошувачката на енергија од оние модели произведени во осумдесеттите години.
  - Кога планирате нова кујна, потрудете се да не ја поставувате машината за миење садови до фрижидерот. Топлината и влажноста што ја генерира машината за миење садови ќе ја отежни работата на фрижидерот ако ги поставите еден до друг.
  - Секогаш читајте и следете го упатството за работа од производителот и чувајте го на достапно место за да можете да го најдете кога ќе биде потребно.
  - Следете ги инструкциите на производителот за полнење на машината за миење садови. Проверете дали некој сад ја блокира ротацијата на пералникот.



ги измие садовите. Овие циклуси се состојат од: брзо миење, лесен циклус за стаклени садови, целосно за тенцериња и слични садови, плакнење, грење на водата и штедач на енергија.

- Изберете ја опцијата без загревање или исклучете ја машината по последното плакнење. Обичната циркулација на воздухот ќе ги исуши вашите садови преку нок.
- Ако машината за миење садови има посебно место за средство за плакнење, проверете дали е полно, да нема дамки, а со тоа ќе се намали и потрошувачката на вода, заради поново миење и плакнење.
- Многу од новите машини за миење садови имаат самочистечки филтри, но

ако вашиот модел нема таков филтер, проверувајте го почесто за да видите дали е затнат со делови од храна.

- Употребете ја опцијата за одложено стартирање на машината за миење садови, односно да се вклучи во време кога енергетскиот систем е помалку оптоварен. Оваа опција овозможува да не се троши топла вода наутро и навечер, кога е потребна за туширање

и приготвување храна.

- Автоматското миење садови е многу поефикасно за заштеда на енергија и вода од рачното. Затоа употребувајте го почесто.
- Запомнете, заштедувате пари кога штедите на потрошувачката на енергија со тоа што сметката за струја е помала.

### СТЕНД-БАЈ ПОЛОЖБА

Се смета дека апаратите оставени на стенд-бај трошат солиден процент од електричната енергија. Меѓутоа, секое домаќинство може да заштеди ако сите апарати во домот правилно ги исклучува секоја вечер пред да оди на спиење. Како и да е, највисоката цена од моделот со стенд-бај, без сомневање, ја плаќа животната средина - во форма на зголемување на глобалното затоплување, емисии на јаглерод диоксид или радиоактивен отпад. Ако малата светла точка на електричниот апарат свети и по исклучувањето на апаратот, тогаш тоа е сигурен знак дека тој е на положба.

Телевизорите, видео рекордерите и сателитските приемници се најголемите потрошувачи на електрична енергија преку станд бс положбата. Но, има и други апарати што трошат на овој начин како, на пример, некои часовници на домаќинските апарати, подвижни сензори или адаптери за електрични четки за заби и сл.

Мал број трговци нудат апарати што се исклучуваат автоматски. Исто така можни е да се вгради помошен механизам во апаратот што правилно ќе го исклучува телевизорот, ЦД-плеерот или видеорекордерот, по нивната употреба зашто едно е сигурно положбата на стенд-бај на апаратите е очигледен начин на скриено трошење енергија.



# ШТО Е НАСТИНКА, А ШТО - ГРИП

## КАКО ДА ГИ РАСПОЗНАЕТЕ



Се чини со право есенската сезона понекогаш ја на-  
рекуваат сезона на грипови и настинки. Како по прави-  
ло со првите заладувања настапуваат и полесните  
здравствени проблеми на луѓето. Меѓутоа, прилично е  
тешко да се процени дали станува збор за грип или на-  
стинка, поради фактот што и грипот и настинката се ја-  
вуваат во слично време, а имаат и некои слични симп-  
томи.

**Настинкаш** е вирусно заболување, односно  
станува збор за поголем број вируси што постојано мутираат. Кај настинката најчесто се зафатени носот, гр-  
лото синусите и горниот дел на градниот кош. Ако има-  
те симптоми на запуштен нос или течење на носот, гребе-  
ње на грлото или болно грло, црвенило на грлото, темпера-  
тура благо покачена, чувствувате грозница и имате главо-  
болка, вие сте настинати. Обично телото само се бори про-  
тив настинката и таа проаѓа за недела дена. Она што тре-  
ба да го знаете е дека вакцина против настинка не постои,  
но затоа може превентивно да дејствувате. Превентивата  
подразбира: често миење на рацете, земање витамини, ре-  
довно проветрување на просториите, особено пред спие-  
ње, да не се изложувате на проветри и да не одите на места  
со поголема фреквенција на луѓе кога е период на настин-  
ки.

Ако, сепак, добиете настинка, често, но не пресилно,  
издувувајте го носот, парете се и капнете неколку капки  
физиолошки раствор во носот, земајте овошје богато со  
витамиини, особено со витамин Ц, а од минералите цинк и  
што повеќе пијте течности, особено чаеви.

**Кај грипаш**, иако симптомите се слични како кај на-  
стинката, сепак разликата е во покачената температура,  
која може да биде и до 40 степени. Значи чувство како да  
ве боли целата снага, болки во мускулите, главоболка и  
висока температура се симптоми на грип. И грипот како и  
настинката поминува за седум дена, само со таа разлика  
што кај грипот се можни понатамошни компликации, осо-  
бено кај болните од хронични болести и постарите луѓе.

Честопати луѓето се во заблуда кога земаат антибиоти-  
ци кога имаат настинка или грип. Антибиотиците ги уни-  
штуваат бактериите и тие се делотворни кај бактериски-  
те инфекции, но не и кај вирусите. Така, земањето анти-  
биотик кога имате грип може да предизвика сосема спро-  
тивен ефект, односно да предизвика резистентност на ба-  
ктериите спрема лекот.

Превентивните мерки што важат кај настинката важат и за грипот. Ако сепак имате грип, можете да ја примените истата постапка како кај настинката со тоа што тука ќе вр-

шите редовно контролирање на температурата, нејзино постепено симнување особено со препотување, зашто на тој начин грипот најбрзо минува. Немојте да кивате и кашлате во рацете зашто со нив може да допрете подоцна некој предмет, со што заразата ќе се шири понатаму. Просторите треба редовно се проветруваат, а вие што повеќе да одморате.

### СОВЕТИ ЗА ПРИМЕНА НА ЛЕКОВИТЕ

Дали и вие сте застапник на паролата: „Сам свој лекар,“ - Немојте!!!

Добро е кога човек може да си помогне и кога чувствува што е најдобро за неговиот организам, но не правете го тоа кога се во прашање лековите.

Она што секако треба да го запомните е дека лекот го препишува единствено лекарот. Иако некои од нив можете да ги земете во приватна аптека, без лекарски рецепт, сепак претпочитајте го мислењето на вашиот лекар.

Имајте предвид дека денешните лекови се многу помоќни во споредба со лековите што се користеле во мина-  
то, така што со самостојно земање лекови можете да си наштетите со предизвикување на некои посерииони  
компликации.

По земањето на лекот од аптека, треба да го прочита-  
те упатството за употреба, кое, патем речено, задолжително треба да биде на македонски јазик со кириличко  
писмо. Потоа, треба да обезбедите правилно чување на  
лекот, што е од исклучителна важност и е поврзано со  
степенот на негово дејствување. Ако постојат одредени  
дилеми во врска со лекот, задолжително консултирајте  
го вашиот лекар. Начинот на земање на лекот, дали  
пред, за време или по појадок не е за потценување. За-  
тоа на ова треба да обратите посебно внимание. Имено,  
има лекови што ако се земат за време на јадење, нив-  
ното дејство значително се смалува, други лекови пред-  
извикуваат надразнување на желудечната слузница и  
затоа се препорачува да се земат по оброкот.

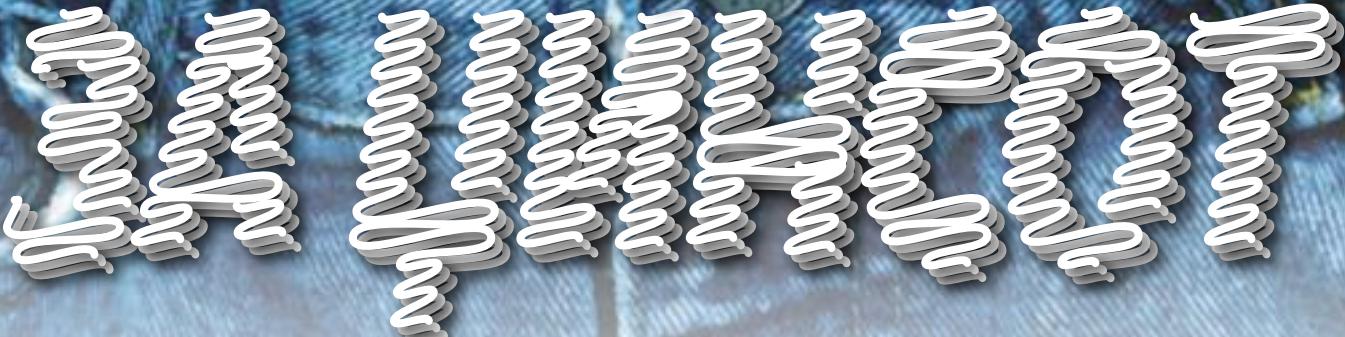
Она што е исто така важно е да не го мешате лекот со  
друг лек бидејќи некои лекови ако се земат заедно, мо-  
жат да предизвикаат и несакани дејства. Затоа побарајте  
совет од вашиот лекар.

И она на што секако треба да внимавате е да ја спроведете прелишната терапија до крај занемарувајќи го фактот дека и по третиот ден ви е подобро и не чувствувате тегоби. Ако сте ја прекинале терапијата, бактериите што останале можат повторно да се размножат, но и да станат резидентни на земе-  
ниот лек и болеста да ве повтори.



# Размислување на младите од Европа

Тест  
ПРАШАЛНИК



Почитувани потрошувачи, во овој број на Билтенот во рубриката ТЕСТ предлагаме да прочитате ТЕСТ-прашалник кој бил развиен на еден од годишните состаноци на Јомаг од група Јомаг-уредници во Виена. Овој тест се однесува на мислењето на младите луѓе за џинсот и за тоа што им е битно кога го купуваат. Разговарано е за тоа кои критериуми се важни кога се купува џинс? Колкаво е влијанието на рекламиите и големите -познати марки и за тоа дали треба можеби при купувањето да размислим за положбата на работниците во сиромашните земји што го произведуваат џинсот.

## Но најнапред накратко да ве запознаеме со Јомаг. Што е Јомаг?

Јомаг е Интернет-списание за млади потрошувачи каде што младите потрошувачи од земјите во Европа комуницираат помеѓусебе и го искажуваат своето мислење и ставови за различни теми околу потрошувачката проблематика. Јомаг-проектот е започнат во 1999 година а Организацијата на потрошувачи на Македонија се приклучи во втората фаза, која започна во 2003 година заедно со други земји од Европа. На картата се прикажани земјите што моментално учествуваат во проектот. Од Република Македонија учество земаа две средни училишта: ДСУ „Раде Јовчевски Корчагин“ и ДСУ „Георги Димитров“ од Скопје, со можност да се приклучат и ученици од други училишта, ако, секако, за тоа постои интерес.

Прашалник од 28.12. 2002 година,  
Берлин

На прашалникот одговориле 37% машки и 63% женски испитаници од Австроја, Белгија, Данска, Финска, Франција, Германија, Грција, Ирска, Италија, Луксембург, Норвешка, Полска, Португалија, Шпанија, Шведска, Велика Британија и Холандија. Најголемиот

број ученици што учествувале на тестот биле на возраст од 15 и 16 години. На прашањата одговарале од 314 до 340 ученици.

### Колку изнесува вашиот џепарлак месечно?

38%	повеќе од 50 евра,
21%	повеќе од 20 евра,
15%	повеќе од 10 евра,
14%	повеќе од 30 евра
12%	повеќе од 40 евра

### Дали ја купувате гардеробата од џепарлакот што го добивате?

понекогаш	42%,
да	32%
не	23%

### Колку сте подгответи да потрошите на еден пар џинс?

25-35 евра	18%
35-45 евра	21%
45-55 евра	23%
55-65 евра	16%
повеќе од 70 евра	23%

### Колку пари трошите на гардероба годишно?

под 100 евра	6%
100-150 евра	12%
150-200 евра	19%
200-250 евра	17%
повеќе од 250 евра	46%

### На што внимавате најмногу кога купувате џинс?

на цената	6%
марката	7%
стиплот	57%
бојата	2%
квалитетот	8%
комотноста	12%
нешто друго	7%

### Дали имате омилена марка џинс?

немам	31%
-------	-----



# test

Тестот е преземен од Stiftung Warentest бр. 5/2004  
Напоменуваме дека цените дадени во текстот се однесуваат на  
германскиот пазар.

# ТЕЛЕВИЗОРИ СО РАМНИ ЕКРАНИ



## **Телевизиски апарати во боја**

Рамните ЛЦД-телевизори веќе по-долго време се наоѓаат во срцата на потрошувачите. Сега триумфираат со поголема слика. Но, дали вредат за високата цена?

ЛЦД-телевизорот на *Медион*, кој *Алди* го продаде во декември 2003 г. и во април 2004 г. за само 2.000 евра беше со големина на екран од 75cm (во дијагонала). Иако стануваше збор за рекорд во однос на големината и цената кај ЛЦД (Liquid-Chrystal-Display)-апаратите, во односот на квалитетот беше просечен (види табела). Во нашиот тест кој опфаќа 8 ЛЦД-модели повеќето покажуваат просечни резултати а нивната цена се движи и до 3.890 евра: Само еден апарат со рамна пиксел-техника (*Сони*) го постигна резултатот "добро" во однос на квалитетот на сликата. Меѓутоа, истиот резултат го постигнаа и сите 8 тестиирани обични апарати. Очигледно е дека кај ЛЦД-апаратите процесот за "целосното појавување" на сликата е побавен отколку кај обичните апарати, настануваат "сликовни артефакти", значи остатоци од претходната слика, брзите движења се развлекуваат или, пак, постои заматување кај острите контури. Исто така, кога се работи за брзи снимателски движења, пиксел-техниката е пребавна, на пример: топка влече зад неа опашка како на комета. Неприродно изгледаат и боите, чистите бои се претвораат во пастелни или добиваат нијанса на сива боја. Се разбира дека овие недостатоци не се јавуваат секогаш. Тие зависат од сигналот на сликата, како што е докажано во лабораторија. Кога приемните сигнали доаѓаат од ДВД-плеерот, оценките во однос на квалитетот на сликата за сите апарати беа добри. Меѓутоа, кога импулсите доаѓаат од други извори, ЛЦД-апаратите не покажуваат одлични слики. Разликата особено јасно се гледаше кај *Шарп*, *JBЦ* и *Томсон*: Кога сигналот доаѓаше од ДВД беа оценети со оценката добро, таа се намали на доволно кога стануваше збор за други извори на слика. Постои и друга, би рекле, и најголема негативна страна на ЛЦД-апаратите, а која им задава главоболки на инженерите на ЛЦД-техниката. Имено, ако гледачот ја менува фронталната позиција пред телевизорот, квалитетот на сликата драстично се намалува во однос на обичните апарати. (види "Типично ЛЦД"). Потесниот агол на гледање единствено кај апаратите на *Филипс* и *Сони* им овозможува на повеќе гледачи вистинско уживање во гледањето. Сите други телевизори со рамни екрани не постигнаат подобра оценка од доволно во однос на аголот на гледање, и тоа независно од дијагоналата на сликата.

## **Добар тон - решка**

Што се однесува на квалитетот на тонот, и тута обичните апарати се подобри. Кај ЛЦД-апаратите, само *Филипс*, *сони* и *шарп* ја добија оценката "добро". Телевизорите со рамен екран имаат мошне висок тон, бидејќи им недостигаат подлабоките фреквенции. *Леве*, *Филипс* и *Томсон* им вградуваат на своите модели дури и суббуфер (subwoofer) за да се подобри тонот. Меѓутоа, иако рекламиите ветуваат нешто друго, предусловите за вистинскиот саарунд (surround) никој не ги исполнува. Рекламни фотографии често покажуваат ЛЦД-апарати што висат на сид. Меѓутоа, од сите 8 апарати од тестот, само еден може да се закачи на сид.

### **Комфор**

Со специјално копче на уредот за далечинско управување може да се "скока" меѓу две програми, од едната до другата. Оваа можност ја нема само кај *JBЦ*, *Медион* и *Панасоник* и кај обичниот апарат на *Томсон*. Метц разви посебен комфор за оние гледачи на кои им пречи различната јачина на тонот што се јавува при менувањето на канали: за сите програми може поединечно се да се меморира. Сигурно се важни и сигурносни уреди за деца. Тие ги нема кај *Сони* и *Алди/Медион*.

### **Тоа што не е йоштребно**

Се чини дека дизајнерите понекогаш претеруваат во нивните желби што се однесуваат на обликот на апаратите: приклучоците на ЛЦД-апаратот на *Филипс* се наоѓаат на долната страна и се тешко пристапни. Многу непрактична е и лајсната без никаков натпис на екранот на *Медион*. Кај обичните апарати пак незгодна е безконтрастната плоча за приклучоци на *Леве*. Има и други пропусти така: *Сони* приложува погрешен прирачник за неговиот ЛЦД-модел, а кај *Алди/Медион* прирачникот се однесува на друг уред за далечинско управување.

### **Резиме**

Телевизорите со рамни екрани неспорно се повеќе „напаѓаат“. При тоа пред сè се рекламира класичен дизајн. Засега, обичните апарати сè уште можат да се одбранат од овие атакувања и тоа пред сè како резултат на подобар квалитет на слика и тон. Но, најважното. Двата ЛЦД-модели оценети со оцената добро имаат цена од околу 2.300 евра. Тоа што паѓа во очи е големата разлика во цената. Затоа, обичниот апарат на *Панасоник* со резултатот добро, а со цена од 950 евра, останува уште долго непобедлив.

## **Наш совет**

Единствениот ЛЦД-апарат со добар квалитет на слика и тон е на *Сони* (Sony KLV-23 HR 2) со 2.310 евра. Со неговите 58 сантиметри во дијагонала се вбројува помеѓу помалите апарати, како и моделот на *Филипс* (Philips23PF 9945) од 2260 евра, но има потенсен агол на гледање. Меѓутоа, *Филипс* покажуваат мали слабости во однос на слики во движење и мирни слики. Што се однесува на обичните апарати, моделот на *Панасоник* (Panasonic TH-29PH20D) од 950 евра го нуди најдобриот однос меѓу цената и квалитетот.

### **Стенд-бај**

#### **Хроничен проблем**

Тековни трошоци: во стенд-бај состојба се трошат 5 вати, а годишните трошоци изнесуваат 7,50 евра. Ако се има предвид дека во многу домаќинства и други апарати дополнително се оставаат во стенд-бај положба, на пример видеа, музички системи, секако дека трошоците се зголемуваат. И кога апаратот е исклучен, сепак може да дојде до трошење струја. *JBЦ* и *Филипс* трошат дури исто толку струја како во стенд-бај положба, а кај моделот на *Томсон* речиси исто толку.



### **Корисшење на компјутер**

#### **Разновидности**

**Предност за ЛЦД:** Во едно нешто, обичните апарати не можат да ја стигнат ЛЦД-техниката: скоро сите "рамни екрани" имаат подобри слики кога нивниот извор е дигитален отколку аналогната телевизија на обичните апарати. Причината за тоа е високиот број пиксели. Оној што сака да го користи телевизорот и за компјутерски игри, за гледање дигитални фотографии или за сурфање на Интернет, со ЛЦД-техниката ќе го направи вистинскиот избор. Меѓутоа, дополнителни приклучоци за компјутери нудат само моделите на *Филипс*, *Алди/Медион*, *Томсон* и *Тошиба*.



**Sony**  
**KLV-23 HR 2**  
2.310 евра  
добро (2,1)



**Philips**  
**23 PF 9945**  
2.260 евра  
добро (2,4)



**Panasonic**  
**TX-22LT3F**  
2.400 евра  
задоволително (2,7)



**Sharp**  
**LC22AD1E**  
2.480 евра  
задоволително (2,8)

Најдобар ЛЦД-апарат. Добар квалитет на тон/звук и слика. Иако контролната ламба не свети, троши сè уште струја како да е во стенд-бай.

Добар квалитет на тонот/звукот, меѓутоа, само задоволителен квалитет на сликата. ВГА-инпут (VGA-input). Иако контролната ламба не свети, троши сè уште струја како да е во стенд-бай.

Аголот на гледање е мал. Просечен квалитет на сликата. Квалитетот на тонот - задоволително. Најмала потрошувачка на електрична енергија кога работи апаратот.

Повеќе одговара на приемот преку ДВД отколку на приемот преку аналог-тевизор. ДВБ-T-приемник е вграден. Иако контролната ламба не свети, троши се уште половина струја од стенд-бай-потрошувачката.



**Aldi/Medion**  
**MD 40830**  
2.000 евра  
задоволително (3,0)



**JVC**  
**LT-26C31BUE**  
3.290 евра  
задоволително (3,1)



**Thomson**  
**27 LCDB 03 BVK**  
2.430 евра  
задоволително (3,2)



**Toshiba**  
**26 WL 36 P**  
3.890 евра  
задоволително (3,2)

Најголема дијагонала на сликата. Слика во слика. ДВИ-ин (DVI-in). Нема приклучок за слушалки. Најголема потрошувачка на електрична енергија во тестот. Располага со копче за исклучување, кое го исклучува од струјата.

Страничните „ленти“ пречат. Квалитетот на тонот/звукот - задоволително. Повеќе одговара на ДВД отколку на аналог-тевизор. Иако е исклучен, сè уште троши како да е во стенд-бай состојба.

Повеќе одговара за ДВД отколку за аналог-тевизор. ВГА/ДВИ-ин (VGA/DVI-in). Мал агол на гледање. Површината рефлектира. Единствениот апарат што може да се закачи на сид.

Просечна слика, страничните „ленти“ пречат, мал агол на гледање. ВГА видеотекстот е многу добар. Најлош квалитет на тонот/звукот.

## Избрано - јроверено - оценето

**Тест:** Осум телевизиски апарати во боја со 70/72-сантиметри и осум ЛЦД-модели со дијагонала на екранот од 56 до 75 сантиметри. Купувањето на мострите за тестот: декември 2003 г. до јануари 2004 г.

### Цени

Прекур регионални трговски од март 2004 г.

### Пониски оценки

Ако квалитетот на тонот/звукот е оцнет со **довољно**, вкупниот резултат не можеше да биде подобар од половина оценка. Ако аголот на гледање е оцнет со **недовољно**, оценката за квалитетот на сликата не можеше да биде подобра од две оценки повеќе.

### Слика: 40 %

**Тест на гледање:** Пет стручни лица посматраа **слики во движење** со прием преку антена и ДВД и **мирни слики** во затемната просторија и под услови на природно светло. Посебно оценти беа **контрастот, грешките во слика-та** (геометрија на сликата, фокусирање и конвергенција), „влечење“ на

**слика** кога сликата брзо се движи. За таа цел користени беа инсерици од играчки филмови, тест-слики, студио-снимки, видеотекстови и стоечки слики. Покрај тоа, се мереше и  **зависноста од аголот на гледање** (вертикално и хоризонтално), како и дополнителни видеопараметри.

### Тон: 20 %

**Тест на слушање:** Пет експерти го оценија **тонот/звукот** кај играчки филмови, музички инсерици и говорни прилози. Земени предвид беа и елементите што влијаат врз тонот (сараунд, еквилајзер). Мерења: **фреквенции, дистанца на сигналите на „шуштење“, звукот кога мирува и поделбата на каналите.**

### Видеотекст: 5 %

Три експерти ги оценија **читливоста, контрастот, острината** како и **брзина-та** со која видеотекстот-страницата се појавува во целост.

### Управување: 20 %

Двајца експерти и три заинтересирани аматери ги испитуваа **упатствата за**

**употреба** (читливост, целосност, разбираливост), инсталацијата (**приклучите и регулирањето на каналите**), водењето низ **менито на екранот, дневните местања** (јачина на тонот и регулирањето на програмите), **уредот за далечинско управување**, а тоа и во однос на ергономичните особини (удобност, големина на копчињата, дизајн), **менувањето на каналите** и **управувањето со видеотекстот.**

### Разновидност: 5 %

Меѓу другото, беа оценети видот и разновидноста на **приклучоците и на можностите за регулирање.**

**Особини во однос на животната**

### средина: 10 %

**Мерење на потрошувачката на електрична енергија** кога работи телевизор, кога е во стенд-бай и во исклучената состојба.

### Механички облик:

Стабилноста на апаратот, на уредот за далечинско управување, можности за рециклирање.

Телевизиски апарати во боја	ЛЦД-апарати (16:9 формат)							
	Sony KLV-23 HR 2	Philips 23 PF 9945	Panasonic TH-22LT3F	Sharp LC22AD1E	Aldi/Medion MD 40830 <sup>1)</sup>	JVC LT-26C31BUE	Thomson 27 LCDB 03 BBK	Toshiba 26 VL 36 P
цени во евра	1990-2500	2000-2300	1950-2500	2200-2500		2800-3500	2200-2500	3500-4000
средна цена во евра околу	2310	2260	2400	2480	2000	3290	2430	3890
оценка на квалитетот на тест 100%	добро 2,1	добро 2,4	задовол. 2,7	задовол. 2,8	задовол. 3,0	задовол. 3,1	задовол. 3,2	задовол. 3,2
квалитет на сликата 40%	добро 2,2	задов. 2,7	задов. 3,1	задов. 3,5	задов. 2,7	задов. 3,5	задов. 3,6	задов. 2,9
тест на гледање: слики во движење/ДВД/мирни слики	+/-/+	o/+/o	+/-/0	θ/+/+	O/+/-	θ/+o	θ/+/+	+/-/+
агол на гледање	0	+	- <sup>2)</sup>	-	θ	θ	-	- <sup>2)</sup>
мерења	0	0	+	0	+	+	0	+
квалитет на тонот 20%	добро 2,1	добро 2,3	задов. 2,8	добро 2,0	задов. 3,4	задов. 3,2	задов. 2,8	долов. 3,7 <sup>1)</sup>
тест на слушање/мерења	+/-	+/-	O/+	+/-	O/o	O/+	O/o	θ/o
видеотекст 5 %	многу добро 0,7	многу добро 1,2	добро 1,6	задовол. 3,5	задовол. 3,5	многу добро 1,4	долов. 3,7	многу добро 1,1
контраст и бистрина/брзина	+/-/+	+/-/+	O/++	O/θ	O/θ	O/++	+/θ	+/-/+
управување 20 %	добро 2,2	задов. 2,7	добро 2,5	задов. 2,9	задовл. 3,1	задов. 2,6	добро 2,5	добро 2,4
употребство за употреба/инсталација	O/+	O/θ	+/-	+/-	θ/O	O/+	O/O	+/-
мени на еcranот/дневни местања	+/-	O/+	+/-	O/+	θ/O	O/+	+/-	+/-
уред за далечинско управување	+/-	O/+	+/-	O/θ	O/+	O/O	O/O	O/O
управување со видеотекст	+	+	+	O	O	+	O	+
разновидност 5 %	добро 2,5	добро 2,0	задов. 2,7	добро 2,2	задов. 3,5	добро 1,9	задов. 3,0	добро 1,8
особини во однос на зашт. на окол. 10 %	добро 1,8	добро 2,0	добро 1,6	добро 1,9	задов. 2,9	задов. 3,3	долов. 4,0	добро 2,0
потрошувачка на електр. енергија кога работи во вати	+ 90,3	+ 101,7	++ 55,6	++ 72,0	θ 158,8	θ 150,2	+ 109,4	O 136,0
потрош. на електр. енергија во стенд-бaj во вати	++ 0,9	+ 1,1	+ 1,3	+ 1,6	θ 4,7	O 2,2	θ 5,6	+ 1,3
потрош. на електр. енергија на прекинувач "о во вати	+ 0,8	+ 1,1	+ 0,7	+ 0,9	++ 0,0	θ 2,2	- 5,5	++ 0,1
механичка градба	+	+	+	+	+	+	+	+
<b>ОПРЕМА-ТЕХНИЧКИ ОСОБИНИ</b>								
видлива дијагонала на слика во цм	58,0	58,5	56,0	56,0	75,0	65,0	68,5	65,5
композит аут/S/Ц аут/Аудио аут	♦/◊/♦	♦/◊/♦	♦/◊/♦	♦/◊/♦	♦/◊/♦	♦/◊/♦	♦/◊/♦	♦/◊/♦
прикл. за хай-фај:аналог/диг.оптично/ диг.електр.	♦/◊/◊	♦/◊/◊	◊/◊/◊	◊/◊/◊	♦/◊/◊	♦/◊/◊	♦/◊/◊	♦/◊/◊
приклуч. за компјутер: ВГА ин (РГБ)/ ДВИ ин	◊/◊	♦/◊	◊/◊	◊/◊	◊/◊	◊/◊	♦/◊	♦/◊
приспособување на еcranот:автомат- ско преземање на форматот/Зум без загуба на информации/Зум без загуба на форматот	♦/2/1	◊/2/2	◊/3/1	◊/3/1	◊/3/1	♦/2/2	♦/2/1	♦/2/1
слика во слика (ПИП)/посебен тунер/ поделена слика	◊/◊/◊	◊/◊/◊	◊/◊/◊	◊/◊/◊	♦/◊/◊	♦/◊/◊	◊/◊/◊	◊/◊/◊
замрзнување на слика/слика и слика (ПИП)/програмски скен	♦/◊/◊	◊/◊/◊	◊/◊/◊	◊/◊/◊	♦/◊/◊	♦/◊/◊	♦/◊/◊	◊/◊/◊
видеотекст:ПИП и текст/меморија на потстраници/поделена слика, текст и слика на половина екран	◊/◊/◊	◊/◊/◊	◊/◊/◊	◊/◊/◊	◊/◊/◊	◊/◊/◊	◊/◊/◊	◊/◊/◊
дисплеј при менување канали на време- да/емисија	◊/◊/◊	♦/◊/♦	◊/◊/♦	◊/◊/◊	◊/◊/◊	◊/◊/◊	◊/◊/◊	◊/◊/♦
програмирање:внесување на директни канали и фреквенции е можно	♦/◊	◊/◊	♦/◊	◊/◊	◊/◊	◊/◊	◊/◊	♦/◊
дополнително инсталирање на ДВБ-Т- прием е можно	нема податоци	◊	◊	вградено	нема податоци	нема податоци	нема податоци	нема податоци
ширина/висина/длабочина со ногарка во цм	60x50x22	70x43x21	58x43x26	58x52x25	87x54x14	70x55x26	83x48x22	82x54x32
техника вклучувајќи го и приклучокот	11,4	10,8	11,4	11,8	15,2	18,6	17,4	29

#### Клуч за оценување:

- ++ многу добро (0,5-1,5)
  - + добро (1,6-2,5)
  - 0 задоволително (2,6-3,5)
  - θ доволно (3,6-4,5)
  - недоволно (4,6-5,5)
  - ♦ да
  - ◊ не
- 1) акциона стока во декември 2003 г. и април 2004 г.

\*) предизвикува полошо оценување

Сите апарати располагаат со

**приклучоци:** скарт (Scart), композит (Composite in), Y/C in (само ЛГ не), аудио (Audio in), РГБ (RGB in).

**Видеотекст:** Топ-текст, фаст-текст, стандард (world-standard).

**Местење:** автоматско барање на канали, автоматско и мануелно сортирање на каналите.

**Функции на менито:** заштита од деца, ATC (auto tuning system), тајмер, мени на екран.



**Panasonic  
TX-29PX20D**  
950 евра  
**добро 2,0**



**Loewe  
Nemos 29**  
1.230 евра  
**добро 2,1**



**Grundig  
Sidney 72**  
932 евра  
**добро 2,2**



**Metz Astral  
MKII 72TK79**  
1.399 евра  
**добро 2,2**

Во сите елементи добар апарат. Многу брз видеотекст. Слика во слика. Единствената добиена оцена - многу добро во однос на еколошките особини.

Најдобар квалитет на сликата. Слика во слика со два тјунера. Електронски програмски водич. Вграден сабвуфер (subwoofer). ДВБ-T (DVB-T) може да се вгради дополнително.

Слика во слика со два тјунера. На самот апарат нема регулатор за јачина на звук. Најголема потрошувачка на струја во позиција на стенд-бай.

Единствената оцена многу добро добиена во тестот за слушање. Електронски програмски водич. Слика во слика. Голема меморија на видеотекстот. ДВБ-T дополнително може да се вгради.



**Philips  
29 PT 9008**  
985 евра  
**добро 2,2**



**Thomson  
29DC410S**  
725 евра  
**добро 2,4**



**JVC  
AV-29 FH1SUG**  
630 евра  
**задоволително 2,7**



**LG  
RE-29FB51RQ**  
865 евра  
**задоволително 2,7**

Добар квалитетот на тонот. Вграден сабвуфер. Електронски програмски водич. Möglichkeit за автоматско пуштање на титл.

Добар квалитет на слика се добива само со ДВД. Електронски програмски водич. Вграден сабвуфер. Покрај тоа, опремата е скромна.

Просечен и поволен апарат со добар квалитет на слика со ДВД. Скромна опрема.

Добар квалитет на сликата, но покрај тоа, просечен апарат. Нема приклучок за слушалки. Вкупно: скромна опрема.



### Преодноши и неодушевни особини

#### ТИПИЧНО ЗА ЛЦД

Сите ЛЦД-телевизори имаат висока цена, иако од минатиот тест до денес има некои промени. Пиксел-техниката ветува повеќе бистрина и колорен сјај. Меѓутоа, тестот покажа дека само два од осумте ЛЦД-модели ја постигнаа оценката добро во однос на квалитетот на сликата - за разлика од сите 8 обични апарати. ЛЦД-телевизорите немаат стаклена површина што рефлектира. Исклучок е моделот на Томсон со неговото заштитно стакло.

Проблематично сè уште е бавното појавување на сликата, но пред сè и ограничениот агол на гледање. Најдобриот резултат го постигна Филипс: Во еден агол на гледање од 66,2 степени, контрастот на ивиците на аголот паѓа на 50 %. Кај Сони оваа вредност се постигна со 50,6 степени. Кај моделот на Шарп, контрастот двојно се намали на 14,4 степени. Тоа значи дека пред телевизорот гледачот треба да седи сам и фронтално. Често пати како недостаток се јавува и квалитетот на тонот. Рамните екрани не нудат доволно место за доволно големи звучници, па затоа ги нема подлабоките фреквенции: звукот често е превисок.

Телевизиски апарати во боја		обични апарати (4:3 формат)							
		Panasonic TH-29PH20D	Loewe Nemos 29	Grundig Sidnej 72	Metz astral MKII 72TK79	Philips 29 PT 9008	Thomson 29DC4105	JVC AV-29 FH1SUG	LG electronics RE-29FB51R
цени во евра	800-1010	1180-1280	900-1000		850-1050	600-800	550-700	700-1000	
средна цена во евра околу	950	1230	932	1399	985	725	630	865	
оценка на квалитетот на тест 100%	добро 2,0	добро 2,1	добро 2,2	добро 2,2	добро 2,2	добро 2,4	задов. 2,7	задовол. 2,7	
квалитет на сликата 40%	добро 2,1	добро 2,0	добро 2,4	добро 2,3	добро 2,3	добро 2,5	добро 2,5	добро 2,4	
тест на гледање: слики во движење/ДВД/мирни слики	+/-/+	+/-/+	O/+/-	+/-/+	+/-/O	O/+/-	O/+/-	+/-/+	
агол на гледање	++	++	++	++	++	++	++	++	
мерења	O	O	O	O	O	O	+	O	
квалитет на тонот 20%	добро 1,7	добро 1,8	добро 1,7	добро 1,6	добро 1,6	добро 1,8	задов. 3,2	задов. 3,0	
тест на слушање/мерења	+/-	+/-	+/-	+/-/+	+/-/+	+/-	O/O	O/+	
видеотекст 5 %	многу добро 1,2	добро 1,7	многу добро 1,4	добро 1,9	многу добро 1,1	задов. 2,8	задов. 3,4	задов. 3,3	
контраст и бистрина/брзина	+/-/+	+/-/+	O/+/-	+/-/+	+/-/+	+/-/O	O/0	+/-/0	
управување 20 %	добро 2,5	добро 2,5	добро 2,3	добро 2,5	задов. 2,8	задов. 2,7	задов. 2,7	задов. 3,0	
упатство за употреба/инсталација	O/+	O/O	O/O	O/O	O/O	O/O	O/O	O/O	
мени на екранот/дневни сетингс	+/-	+/-	O/+	O/+	O/+	+/-	O/+	O/+	
уред за далечинско управување	+/-	O/O	+/-	O/+	O/+	O/+	O/O	O/O	
управување со видеотекст	+	+	++	+	O	O	O	O	
разновидност 5 %	добро 1,9	добро 2,4	добро 2,1	задов. 2,9	задов. 2,8	задов. 3,0	задов. 3,0	доволно 3,6	
особоно во однос на зашт. на окол. 10 %	мн. добро 1,4	добро 1,9	добро 2,5	добро 1,7	добро 1,7	добро 2,4	добро 1,9	добро 1,7	
потрошувачка на електр. енергија кога работи во Ват	+ 106,2	O 113,4	+ 97,7	O 116,2	+ 97,2	O 113,4	++ 78,8	O 111,6	
потрош. на електр. енергија во стенд-бай во Ват	++ 0,5	+ 1,6	0 5,2	+ 1,1	+ 1,4	O 3,9	O 2,6	+ 1,2	
потрош. на електр. енергија на прекидач "офг во Ват	++ 0,1	++ 0,0	++ 0,0	++ 0,0	++ 0,0	++ 0,0	++ 0,0	++ 0,0	
механичка градба	+	O	+	+	+	+	+	+	
<b>ОПРЕМА-ТЕХНИЧКИ ОСОБИНИ</b>									
видлива дијагонала на слика во цм	69,0	68,5	69,5	68,5	69,0	70,0	67,5	69,0	
композит-аут/S/Ц аут/аудио-аут	♦/◊/♦	♦/♦/♦	♦/◊/♦	♦/♦/♦	♦/◊/♦	◊/◊/◊	♦/◊/♦	◊/◊/◊	
прикл. за хај-фај:аналог/диг.оптично/диг.електр.	♦/◊/◊	♦/◊/◊	♦/◊/◊	◊/◊/◊	♦/◊/◊	◊/◊/◊	◊/◊/◊	◊/◊/◊	
приклуч. за компјутер: ВГА ин (РГБ)/ДВИ ин	◊/◊	◊/◊	◊/◊	◊/◊	◊/◊	◊/◊	◊/◊	◊/◊	
приспособување на екранот:автоматско преземање на форматот/Зум без загуба на информации/зум без загуба на форматот	♦/1/0	♦/1/1	♦/1/0	◊/1/0	♦/1/0	◊/0/0	♦/1/0	◊/0/0	
слика во слика (ПИП)/посебен тунер/поделена слика	♦/◊/◊	♦/♦/◊	♦/♦/♦	♦/◊/◊	◊/◊/◊	◊/◊/◊	◊/◊/◊	◊/◊/◊	
замрзнување на слика/слика и слика (ПИП)/програмски скен	♦/♦/◊	◊/◊/◊	♦/♦/♦	♦/◊/◊	♦/◊/◊	◊/◊/◊	◊/◊/◊	♦/◊/◊	
видеотекст:ПИП и текст/меморија на потстраници /поделена слика, текст и слика на половина еcran	♦/♦/◊	◊/♦/♦	♦/♦/♦	◊/♦/◊	◊/♦/◊	◊/♦/◊	◊/♦/◊	◊/♦/◊	
дисплеј при менување канали на време/дата/емисија	◊/◊/◊	♦/◊/♦	◊/◊/◊	♦/♦/◊	◊/◊/◊	◊/◊/◊	♦/◊/♦	◊/◊/◊	
програмирање:внесување на директни канали и фреквенции е можно	♦/◊	♦/♦	♦/◊	♦/♦	♦/♦	♦/◊	♦/♦	♦/◊	
дополнително инсталирање на ДВБ-Т-прием е можно	◊	♦	◊	♦	◊	Нема податок	Нема податок	Нема Податок	
ширина/висина/длабочина со ногарка во цм	78x58x53	78x61x53	80x58x48	77x55x50	75x58x49	78x58x54	81x60x52	80x58x49	
текина вклучувајќи го и приклучокот	49,2	46,1	44,8	48,8	45	45,7	42,4	44,2	

**Клуч за оценување:**

- ++ многу добро (0,5-1,5)
- + добро (1,6-2,5)
- o задоволително (2,6-3,5)
- θ доволно (3,6-4,5)
- недоволно (4,6-5,5)
- ♦ да
- ◊ не

1) акциона стока во декември 2003 г. и април 2004 г.

Сите апарати располагаат со

**приклучоци:** скарт (Scart), композит (Composite in), Y/C in (само ЛГ не), аудио (Audio in), РГБ (RGB in).

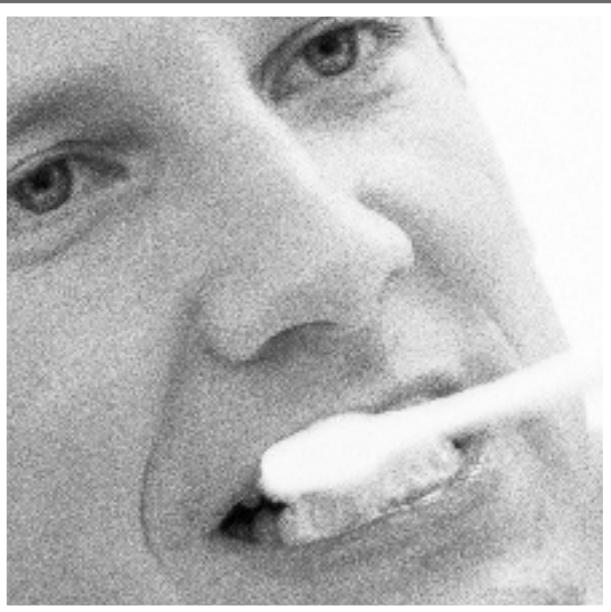
**Видеотекст:** Топ-текст, фаст-текст, стандард (world-standard).

**Местење:** автоматско барање на канали, автоматско и мануелно сортирање на каналите.

**Функции на менито:** заштита од деца, ATC (auto tuning system), тајмер, мени на екран.

\*) предизвикува полошо оценување

# test



## Пасти за заби

Тестот е преземен од Stiftungwarentest (Spezial Kosmetik test) јуни/2002  
Напоменуваме дека цените дадени во текстот се однесуваат на германскиот пазар.

**Бело, побело, супербело? Тестирали се „нормални“ пасти за заби и пасти што ветуваат враќање на извornата боја на забите. Понекогаш специјалните пасти повеќе штетат отколку што користат.**

Се разбира, сјајните заби го разубавуваат секое лице и затоа не е чудно што многумина купуваат релативно скапи пасти што ветуваат сјајни заби без дамки. Се прашуваме, сепак, мора ли тоа да биде некоја специјална паста или обичните пасти исто така можат да ги ги задоволат нашите потреби за здрави и убави заби.

Тестирали се различни пасти за белеење и обични пасти. Според споредбите дојдено е до следниот заклучок: најдобрите реултати ги постигнале специјалните пасти Блендамед ("Blend-a-med-medicwhite") и Колгејт ("Colgate Sensation White"), но сепак со напомена дека овие пасти би требало да се употребуваат само врз целосно здрави заби. Оттука произлегува и заклучокот дека нормалните пасти не мораат да се кријат зад специјалните во споредба со нивната способност за беелење и чистење на забите.

Во тестот се вклучени вкупно 23 пасти од кои 16 се специјални, а 7 -обични. Ниедна од пастите не се состои од

хемиски средства за белеење. Тие ги отстрануваат нечистотите со помош на поединечни честички за чистење.

Често се мисли дека дека пастите за белеење се премногу груби за забите. Тој сомнјеж не е сосема неоснован: за здрави заби тие не се опасни, но, тестирано е и „гребењето“ на дентинот и тука добивме малку поинаков резултат. Во нормален случај оваа област, под работ на забното месо, е заштитена од контакт со забна паста. Меѓутоа, во случај на отворени забни грла, кои постојат во постари години или како последица на пародонтитис, дентинот, односно уште помекиот корен, е отворен и незаштитен. Во тој случај нема заштита од пречистителните состојки што гребат. Токму оние производи што особено добро ги отстрануваат слоевите на забите, покажува висок степен на оштетување на дентинот. Од тие причини не треба да се користат овие пасти кога забите се веќе оштетени за да не се влоши состојбата. Меѓутоа, стоматолозите

се согласуваат дека неправилната употреба на четката за заби предизвикува многу поголема штета отколку погруба паста за заби.

### За пушачи и за луѓе што сакаат да пијат чај

Иако сите тестирали пасти за заби, вклучувајќи ги и класичните пасти, повеќе или помалку ги отстрануваат флексите на забите, едно нешто не можат: да ги обелат природно пожолти заби. Во најдобар случај извornата природна боја малку оживува. Значи белите заби по стандардите на Холивуд остануваат - сон.

Пушачите ги користат пастите за белеење заби, односно на тој начин тие се борат со никотинот, кој ги потемнува забите. Тоа се однесува и на луѓето што пијат чај и црвено вино и на тој начин сакаат да ги отстранат темните забни слоеви.

Предизвикувач на овие кафеавоцрни помодрувања пред сè се пигменти од прехранбените производи. Секако,

дека не секој пушач има заби со дамки од никотинот или на секој љубител на чај му се „чита“ од забите што сака да пие најмногу. Многу индивидуални фактори играат улога, на пример, составот на плуканката, усната хигиена и исхраната.

Бојата на забите се менува и поради присуство на ранички или користење на одредени лекови или, пак, едноставно со стареењето. Кај овие внатрешни процеси, пастите за заби немаат мок и стоматологот треба да помогне со специјални средства за белеене. Во некои случаи, тој може да помогне со капаци од керамика или други материјали.

### Превенција од кариес

Тестираните пасти за заби - препорачани за секојдневна употреба - со флуориди придонесуваат за **добра** или **многу добра** превенција од кариес. Овие супстанции важат за најефикасните средства за превенција од кариес, покрај исхраната без многу шекер и темелно негување на забите. Меѓутоа, квалитетот на една паста за заби се докажува само со вкупната рецептура. Но, значајни елементи за ефектот против кариес се начинот и количината на употребените флуориди. Во оценувањето влегуваше и фактот дека некои флуориди подобро дејствуваат кога pH-вредноста на пастата е релативно ниска (кисела). Покрај тоа, внимаваме и на соодносот помеѓу содржаните пречистилни супстанции, медицински и научно испитани. Исто така, земени се предвид и сотовните материји што подобро придонесуваат за превенција од кариес.

Пред неколку години, супстанцијата тензид беше критикувана, бидејќи предизвикуваше воспаление на забното месо ако прекумерно се употребуваше. Денес, истите пенести супстанции важат за неопасни ако се употребуваат во концентрација од 1 до 2 %. Нивната употреба се смета дури и за разумна, бидејќи го поддржуваат процесот на чистење и на оние места каде што четката за заби нема пристап.

### Чудесниот свет на рекламишта

Оној што темелно си ги чисти забите може да претпостави дека сите пасти за заби имаат превентивно дејство во однос на кариес, воспаление на забното месо, забен камен и пародентитис, бидејќи чисти заби не заболуваат. Меѓутоа, многу производители сакаат да прикажат дека нивните пасти содржат специјални материји против сите можни забни проблеми. Но, тоа честопати не е точно. Во нашите табели потврдивме дека пастите за заби содржат специјална супстанција само во случај кога дејството на супстанцијата, зависно и од дозирањето и вкупната рецептура, јасно можеше да се докаже.

## Флуориди СЕ ЗА ДЕЈСТВОТО

Флуоридите се најзначајни материји во пастите за заби. Тие дејствуваат против кариес. Тие се превенција од оштетувања на забите, па дури можат да лечат кариес во почетен стадиум. Дејството на флуоридите се заснова врз хемиски процеси што го прават забот поимун на заболувања. Постојат знаци дека од сите флуориди содржани во пастите, аминфлуоридите се со најдобро дејство. Меѓутоа, досега се уште нема јасен клинички доказ за оваа теза. Од таа причина, го оценивме натриумфлуоридот исто толку добро како и аминфлуоридот. Послабо дејствува натриуммонофлуорофосфат. Дозволени количини се на еден килограм паста за заби до 1.500 милиграми флуорид и оваа количина се смета за безопасна. Меѓутоа, повисока стапка на содржност е подобра отколку пониска, се разбира, ако е тоа во законски дозволени рамки. Од таа причина, учеството на флуоридите во пастите беше значајна точка во нашиот тест. Во меѓувреме, на пазарот се продаваат само малку пасти што не содржат флуориди. Во Холандија, на пример, продажбата на пасти без флуорид веќе одамна е забранета.

- Оние пасти за заби што го ветуваат намалувањето на опасноста од забен камен, во најголем дел содржат цинковни материји, пирофосфати или триклозан. Истите супстанции можат да го намалат ризикот од развибање на забен камен за 50 %. Меѓутоа, не можат ништо против веќе постоечки забен камен. Тука е неопходна помошта од стоматолог.
- За да се спречи крвавење на непцето, што е знак за воспалено непце (гингивитис), пастите за заби содржат материји што спречуваат воспаленија или, пак, растителни екстракти (на пример алантонин, етерични маси или екстракти од камилица). Истите можат да го ублажат воспалението, но не можат и да го отстранат причините за воспалението, а и не дејствуваат превентивно. Од тие причини не се споменати како средства против воспаление на непцета во нашата tabela. Некои производители на нивните пасти им даваат антимикробиални супстанции, на пример триклозан. За оваа супстанција, како и за витамин А и за цинххорид, одреденото дејство против гингивитис е докажано.
- Досега најважното средство како превенција од пародентитис важеше екстремното темелно чистење на забите. Овде помага и професионалното чистење на забите, кое се изведува во забните ординации. Во меѓувреме е направена комбинација одразни супстанции, која има сигнали за одредено позитивно дејство во однос на пародентитис: триклозан со кополајмер (Copolymer PVM/MA) (во тестот, само пастата Colgate Fresh Confidence Gel го содржи). Постојат укажувања дека процесот на пародентитис може да се забави преку додатокот на оваа супстанција во пастите за заби. Меѓутоа, експертите имаат спротиставени мислења во однос на триклозан во козметиката и во средствата за негување на телото: на пример, дезодорантите скоро веќе и не содржат

триклозан. Иако супстанцијата важи за супстанција со низок ризик од токсиколошкиот аспект, некои прашања сепак остануваат отворени. Алергични реакции се ретки. Производителите на пасти за заби ја оправдуваат употребата на триклозан со соодветни експертизи. Според нив, ризикот за потрошувачите може да се исклучи поради користената концентрација на триклозан. За која паста и да се одлучите: никогаш не заборавјајте да ги чистите забите со забна свила.

### Наши совети

Ако имате здрави заби, без проблеми можете да користите пасти со висока стапка на чистење и белеене како на пример, *Блендамед* (Blend-a-med medicweiss) и *Колејт* (Colgate Sensation White) (3,35 евра односно 2,60 евра по 100 мл). Единствено тие ги отстрануваат нечистите слоеви на забите со многу добар резултат. Превенцијата од кариес исто така беше оценета како многу добра. Конкурентијата *Терамед-натурвајс* (Theramed Naturweiss) (1,70 евра) чисти со оцена „добар“ и „понежно“. Значи, оваа паста за заби одговара и кај луѓе што имаат проблеми со непцето и со дентинот. Со „многу добар“ резултат таа нуди и превенција од кариес. Производи со средна стапка на белеене исто така можат да се користат за чувствителни заби. Не постигнаа само пастите за белеене добри резултати во однос на отстранувањето на нечистите слоеви (а и со „многу добри“ резултати во однос на превенција од кариес), тука и класични пасти за заби како што се *Блендамед-комплит* (Blend-a-med complete) - 2,00 евра и *Елмекс* (Elmex) - 3,35 евра. Исто така добри меѓу пастите за белеене се *El-се-med Brilliant Weiss*, *Rewe Today Dent softwhite*, *Lidl/SalvaMed Seidenweiss* и *Pennz/All Dent Sanft Weiss*. Последните две пасти имаат предност и поради нивната поволна цена од 0,64 евра.

## Пасти за заби за деца

### ЕКСТРА ТУБИ ЗА НАЈМАЛАТИ

Ниското учество на флуорид од 500 мг/кг може да се прифати само кога станува збор за специјални пасти за заби за деца. Причината за тоа е што децата до тригодишна возраст не сакајќи голтаат и до 60 % од пастата. Од тие причини пониското учеството на флуориди треба да го спречи предозирањето со флуорид. Последица на тоа би било бело обвојување на забите (Mottling), кое не е опасно, меѓутоа



пречи од естетски аспект. Значи: детските пасти за заби нудат ограничена заштита од кариес. Од таа причина, децата треба да ја сменат пастата на 6 години. Во поединечни случаи, родителите треба да се договораат со педијатар за дозирањето на флуорид.

### Ние је испитувачи

Во тестот се опфатени: 16 пасти за заби за белене и 7 класични пасти (вклучувајќи и 3 еднакви вредности). Купување на мострите: јуни/август 2000 г. Првото објавување: тест 1/01.



ПАСТА ЗА ЗАБИ	Пасти за белене									
	висока стапка на „гребење“			средна стапка на гребење						
	Blend-a-med medicweiss	Colgate Sensation White		Aldi Süd/ Friscodent Zahnweiss <sup>7)</sup>	Durodont-5 Medical Fresh & White	el-ce med Brillant Weiss	Lidl/Salva-Med Seidenweiss	Odol-med 3 Samt Weiss	Pearls & Dents Multiplex	Penny/Aldi Dent Sanft Weiss
содржина во мл	100 <sup>6)</sup>	75	125	100	100	125	75	100	100	125
средна цена во евра околу	2,50	1,95	0,80	2,40	2,05	0,80	2,30	6,65	0,80	
цена за 100 мл во евра околу	3,35	2,60	0,64	2,40	2,05	0,64	3,05	6,65	0,64	
еднакви вредности	Aldi Süd/Friscodent Zahnweiss е еднаков и со иста цена како Aldi Nord/Eurodent Zahnweiss. Aldi Nord/Eurodent super fresh Dent Sanft Weiss е еднаков и со иста цена како Rewe/Today Dent Zahncreme softwhite (125 мл за околу 1 Европа)									
забно-медицинско оценување										
профилакса од кариес <sup>1)</sup>	многу добро	многу добро		многу добро	многу добро	многу добро	многу добро	добро	добро	многу добро
„гребење“	високо	високо		средно	средно	средно	средно	средно	средно	средно
отстранување на забни слоеви (дејство на чистењето)	Многу добро	многу добро		задовол.	задов.	добро	добро	добро	задов.	добро
Супстанции за превенција од:	пародон-тигис	◊	◊	◊	◊	◊	◊	◊	◊	◊
	воспал.на непцето	◊	◊	◆	◆	◊	◊	◊	◊	◊
	забен камен	◆	◆	◆	◆	◆	◆	◆	◊	◆
хемиско-технички особини										
вкупен флуорид во мг/кг	1.290 <sup>3)</sup>	1.345 <sup>3)</sup>	1.400 <sup>3)</sup>	1.300 <sup>3)4)</sup>	1..370 <sup>3)</sup>	1.350 <sup>3)</sup>	1.070 <sup>3)</sup>	1.140 <sup>3)4)</sup>	1.400 <sup>3)</sup>	
pH-вредноста	9	7,8	8	6,6	6,8	7,5	9,1	5,8	7,2	
тензиди во % (според по-нудувачот)	Ниеден производ не содржи повеќе од 2 % натриумлаурилсулфат.									

◆ да ◊ не

- 1) преку флуорид
- 2) натриуммонофлуорфосфат
- 3) натрумфлуорид
- 4) амин-флуорид

- 5) поради количината на флуорид не одговара за деца
- 6) содржина сега 75 мл
- 7) промена на ефектот на чистењето

## Цени

Анкетирање на понудувачите во февруари 2002 година.

### Оценување од забно-мецишински- ош аспекти

Врз основа на мерењата, податоците на понудувачите и декларацијата беа оценети: превенција од кариес, „гребење”, отстранување на нечисти слоеви и специјални материји на дејствување (базирано на стручна литература, вклучувајќи ги притоа и научните искуства доставени од страна

на понудувачите). При оценувањето на превенцијата од кариес се земени предвид флуоридните супстанции и флуоридните концентрации, pH-вредноста, користените пречистилни супстанции, како и посебни супстанции за спечување на кариес.

Утврдување на „гребењето“ на дентинот - РДА според J.J. Hefferen, J. Dent. Res. 55 (1976) 563-573. Отстранување на забни слоеви: Испитување според Pellicle Cleaning Ratio PCR според G.R. Stookey et al.: In-vitro Removal of Stain with Dentifrices, J. Dent. Res. 61 (11) (1982): 1 236 – 1 239.

## Хемиско-технички особини

Утврдување на pH-вредноста на растворена проба 1:4 со стаклена електрода. Утврдување на вкупното учество на флуорид со јонско-селективна електрода (ДИН 38405-Д4). Податокот за учеството на тензин го добивме од понудувачот.

## Пакување

Сите пакувања беа во ред.



## Класични пасши за заби

					Ниска стапка на гребење	средна стапка на „гребење“				ниска стапка на „гребење“
Schlecker/ AS-dent Zahnweiss <sup>7)</sup>	Sensodyne Dental Weiss	Signal Natürlich- Weiss	Perl Weiss Family Fresh- Mint Gel <sup>8)</sup>	Theramed Naturweiss	Belnd-a-med Complete <sup>8)</sup>	Colgate Fresh Confidence Gel	Elmex	Odol-med 3 <sup>9)</sup>	Aldi Nord/ Eurodont Super fresh <sup>7)</sup>	Theramed Zahnfleisch- schutz +
100	75	75	75	100	100 <sup>6)</sup>	75	75	100	125	100
1,00	3,45	2,35	веќе не се прод.	1,70	1,50	1,95	2,50	1,40	0,50	1,55
1,00	4,60	3,15	веќе не се прод.	1,70	2,00	2,60	3,35	1,40	0,40	1,55
h е еднаков и со иста цена како Aldi Süd/Friscodent fresh. Penny/All										
многу добро	многу добро	многу добро	задо- вол.	многу добро	Многу добро	Многу добро	Многу добро	добро	Многу добро	Многу добро
средно	средно	средно	средно	ниска	средно	средно	средно	средно	ниско	ниско
задов.	задов.	задов.	задов.	добро	добро	задовол.	добро	задов.	доволно	доволно
◊	◊	◊	◊	◊	◊	♦	◊	◊	◊	◊
◊	◊	◊	◊	◊	♦	♦	◊	◊	◊	♦
♦	♦	◊	♦	♦	♦	♦	◊	◊	♦	♦
1.370 <sup>3)</sup>	1.380 <sup>3)</sup>	1.350 <sup>3)</sup>	980 <sup>3)</sup>	1.370 <sup>3)</sup>	1.370 <sup>3)</sup>	1.410 <sup>3)</sup>	1.235 <sup>4)</sup>	1250 <sup>2(3)</sup>	1..400 <sup>3)</sup>	1.295 <sup>3)</sup>
8,3	8,5	8,6	8,4	7,2	7,8	8,1	4,8	9,6	6,1	7,1

8) промена на рецептура, промена на називот на производот: бленда-мед комплет плус

9) промена на рецептурата

# ПРЕТСТАВУВА ОДРЖЛИВА ПОТРОШУВАЧКА

Под терминот одржлива потрошувачка се подразбира користење стоки и услуги со кои се задоволуваат основните животни потреби и се подобрува квалитетот на живеење преку минимално користење на необновливи природни ресурси, токсични материји и загадување. Одржливата потрошувачка може поинаку да се разбере и како „чадор-термин под кој се содржани многу области од општественото живеење поврзани со потребите што имаат влијание врз:

- подобрување на квалитетот на живеење;
- подобрувањето на енергетската ефикасност;
- користење енергетски ресурси што се обновливи;
- минимизирање на загадувањето;
- земањето предвид на животниот круг на производот;

Одржливата потрошувачка претставува природен лимит за тоа колку може нашето општество безбедно и одржливо да троши. При тоа, ова ограничување не се одредува со парите во нашиот паричник туку со природниот капацитет на нашата планета, а со оглед на тоа дека Земјата поседува ограничени природни ресурси, јасно е дека ниедна сума пари не може да го измени тој факт.

**ОНА ШТО ТРЕБА ДА ГО НАПРАВИМЕ ЕДА ПРЕСТАНЕМЕ ДА МИСЛИМЕ ДЕКА РАСПОЛАГАМЕ ИЛИ ИМАМЕ НА РАСПОЛАГАЊЕ НЕОГРАНИЧЕНИ ПРИРОДНИ РЕСУРСИ.**

**ЦЕЛТА НА СПОЗНАВАЊЕТО НА ОДРЖЛИВАТА ПОТРОШУВАЧКА Е ДА СЕ ДЕЈСТВУВА НА СВЕСТА ДЕКА СИТЕ НИЕ ЈА ИСКОРИСТИВАМЕ ПРИРОДАТА.**

Луѓето често пати поентираат дека некои природни ресурси се обновливи. Примери за обновливи ресурси се: дрвата, прехранбените производи, рибите и сл. Меѓутоа дали се ресурсите навистина обновливи? Клучниот збор е одржливост. Ако ресурсите се користат толку многу или толку бруг што не можат да се обноват, ќе се придонесе кон нивно исцрпување. Замислете да уловите риба пред да и дадете можност да се репродуцира - ќе ја уловите последната риба.

### **ЕКОЛОШКА НЕОПХОДНА ПОВРШИНА - ЕКОЛОШКА СТАПАЛКА**

За да можеме да ги мериме потрошувачките модели и да го процениме нивното влијание врз природата, потребно е соодветно мерило, односно инструмент. Таков инструмент за ана-

лиза е Еколошката неопходна површина креирана од Бил Рес (Bill Rees) и Матис Вакернагел (Matis Wackernagel).

**Еколошката неопходна површина е мерка за влијанието од потрошувачката во четирите главни области на потрошувачка: храна, стоки / услуги, засолниште (стан, вода, електрична енергија) и подвигност.**

Еколошката неопходна површина, како инструмент може да се применува во светски, државни и локални рамки, како и во домаќинствата и на поединци. Вкупната тековна неопходна површина по жител е 2,3 хектари, но постојат одредени разлики меѓу богатите и сиромашните народи.

### **НАШАТА УЛОГА**

Има огромен број начини на кои можеме да го намалиме искористувањето на природните ресурси: преку времето за туширање, преку изолацијата на куќата, со поекономично искористување на електричната енергија, со купување производи што не се штетни за животната средина, или со изборот да не го купуваме тоа што навистина не ни треба.

# Потрошувачи!

Доколку сте оштетени од одредени производи или услуги, обратете ни се!  
Секој работен ден од 8 до 15 часот! Ќе се обидеме да ви помогнеме.

**Организација на потрошувачите на Македонија- Централа**  
ул. „Водњанска“ б.б. 1000 Скопје П. фах 150  
тел/факс 3179-592

**Советодавно биро - Скопје**  
ул. „Водњанска“ б.б. П. фах 150  
1000 Скопје, тел. 3212-440

**Советодавно биро - Битола**  
ул. „Брака Минкови“ бр. 5, 7000  
Битола  
тел/факс 047 228-246

**Советодавно биро - Штип**  
ул. „Васил Главинов“ бб, 2 000 Штип  
тел/факс 032 385-592

**Советодавно биро - Охрид**  
ул. „Димитар Влахов“ бр. 48, П. фах 157  
6000 Охрид, тел./факс 046 252-833

**Советодавно биро - Тетово**  
ул. „ЈНА“ бр. 18, 1200 Тетово  
тел/факс 044 800-309

Совети од областа на исхраната даваат експерти за оваа област и може да ги добиете секој четврток од 14.00 до 15.00 часот со претходно закажување на телефон 3212-440

Совети од областа на становањето и домувањето даваат експерти за оваа област и може да ги добиете секој вторник од 14.00 до 15.00 часот со претходно закажување на телефон 3212-440.

Информативниот систем на ОПМ - Инфотека ви нуди информации во следниве области: Правна област, Исхрана, Становање и домување, Здравство, Финансиски услуги и Апарати за домаќинството, Изолација во индивидуалната и колективна градба, Аудио и видео опрема во домот.

## ПОСЕБНИ ИЗДАНИЈА



## ОРГАНИЗАЦИЈА НА ПОТРОШУВАЧИТЕ НА МАКЕДОНИЈА - ОПМ

Врз основа на Статутот на Организација на потрошувачите на Македонија, потпишувам **ПРИСТАПНА ИЗЈАВА**

ул. Водњанска б.б., п. фах 150, 1000 Скопје,  
тел./факс 02 3179-592, тел. 3212-440  
жиро сметка 40100-678-42856

ИЗЈАВУВАМ ДЕКА СЕ ЗАЧЛЕНУВАМ ВО ОРГАНИЗАЦИЈАТА НА ПОТРОШУВАЧИТЕ НА МАКЕДОНИЈА



КАКО ПРИДРУЖЕН ЧЛЕН

КАКО РЕДОВЕН ЧЛЕН И СЕ ОБВРЗУВАМ ДЕКА АКТИВНО ЌЕ УЧЕСТВУВАМ ВО ОСТВАРУВАЊЕ НА ПРАВАТА НА ПОТРОШУВАЧИТЕ

ДАТУМ: \_\_\_\_\_ ПОТПИС: \_\_\_\_\_

ОБРАЗЛОЖЕНИЕ: Придружниот и редовниот член имаат еднакви членски погодности и обврски (примање брошури, списание, бесплатни совети од областа на заштитата на потрошувачите и плакање членарина). Редовниот член покрај ова учествува во изборот и може да биде избран во органите на Организацијата на потрошувачите на Македонија (ОПМ). Обликот на членството се прифаќа со оваа писмена пријава.

Пристапната изјава доставете ја по пошта.

Презиме и име:

Роден-а во:

Адреса на живеење:

Телефон:

**Потрошувачи!**  
Доколку сте оштетени од одредени производи или услуги, известете нè на тел. 3212-440, или на адресата на Издавачот.