

MANUAL DO JOVEN CONSUMIDOR



JUVENTUDE.SP



FUNDAÇÃO
PRO
CON
SP



GOVERNO DO ESTADO
DE SÃO PAULO



GOVERNO FEDERAL



MANUAL DO JOVEN CONSUMIDOR



Projeto
Observatório
Social das
Relações de
Consumo

MANUAL DO JOVEM CONSUMIDOR

Caro jovem

Você não precisa ler tudo de uma vez, mas sugerimos que tenha esse material à mão para poder consultá-lo sempre que necessário e ainda dividir as informações com a sua turma, seus parentes e com quem mais precisar!



JUVENTUDE.SP

índice

7 apresentação

9 introdução

11 publicidade
o alvo é você!
você já ouviu falar em “oneomania”?

13 na escola, como consumidor

- curso regulares**
 - de olho na matrícula
 - pagando a mensalidade
 - pedidos de transferência e diplomas
 - material escolar
 - aulas particulares
 - formatura
- curso livres**
- curso sequenciais**

19 fazendo compras

- o que vale para qualquer tipo de compra
 - informação
 - promoções
 - oferta
 - preço
 - pesquisa de preço
 - parcelamento ou financiamento
 - muitas vezes sem juros
 - garantia legal e contratual
 - atenção às condições de troca ou devolução do produto
- comprando roupas, calçados e acessórios**
- produtos piratas**
- compras pela internet**
- o fascinante mundo dos eletrônicos**
 - telefone celular

câmera digital

computador

as maravilhas e armadilhas da comunicação

internet

celular

29 hora de se divertir

durante ou depois das compras, que tal um lanche?

organizando uma festa

para uma festa elaborada

e se a festa for simples e em casa

você sabe a diferença entre "diet" e "light"?

frequentando bares, restaurantes e casas noturnas

consumação mínima

cardápio

couvert

couvert artístico

venda de cigarros e bebidas para menores

gorjeta

indo ao cinema, teatro, shows e outros eventos

meia-entrada

estacionamento e manobrista

lan house

viagens

bagagem

37 cuidando de sua saúde e higiene

salões de beleza

medicamentos

proteja-se: use preservativo

estética

tatuagens e piercings

cosméticos

administre seu dinheiro

43 você e o planeta

educação é para toda hora

compras x produção de lixo

descarte de pilhas e baterias

47 glossário

apresentação

Os adolescentes e jovens entram cada vez mais cedo no mercado de consumo, antes até de entrarem no mercado de trabalho.

Um dos fatores que colabora é que, já na infância, são bombardeados por muitas informações e apelos publicitários que os incitam a consumir. Para muitas empresas, os jovens são alvos de um marketing especialmente elaborado para lhes despertar os mais variados desejos de consumo.

Uma outra característica dos adolescentes de hoje, é sua interatividade mais livre junto ao seu meio ambiente (seja real ou virtual), e portanto, nem sempre estão amparados por alguém que possa orientar suas escolhas, especialmente as de consumo.

Assim, somando a situação de crescente apelo para o consumo dirigido aos jovens, e a necessidade de estarem melhor informados sobre seus direitos e deveres nas relações de consumo, a Fundação Procon São Paulo entendeu ser importante a elaboração de um material especialmente para esse segmento.

Acreditamos que as informações aqui reunidas, permitirão que os jovens possam tomar suas decisões de forma mais madura e eficiente nas situações de consumo que permeiam o seu cotidiano.

Não é uma publicação para ser consumida de uma vez, mas um manual para acompanhar seus leitores no seu dia a dia.

Esperamos que este manual também seja uma contribuição a todos que se preocupam em dar aos jovens a oportunidade, não só de se tornarem consumidores mais conscientes, mas também de reconhecerem a importância de seu papel na sociedade, como cidadãos, por meio de sua interação ativa nas relações de consumo e responsabilidades com o meio ambiente.

FUNDAÇÃO PROCON SÃO PAULO
COORDENADORIA ESTADUAL DA JUVENTUDE
2009

introdução

Você é um consumidor. Toda pessoa que compra ou utiliza um produto ou serviço, é um consumidor. Então, se ser consumidor parece inevitável, precisamos conhecer os nossos direitos. No Brasil, existe uma lei que todos conhecem como Código de Defesa do Consumidor (CDC) criada especialmente para a proteção e defesa dos consumidores. É importante que você também conheça e entenda o que diz esta lei.

Antes de prosseguirmos, precisamos reconhecer que, para sermos consumidores é preciso que alguém nos forneça o que consumir. Esse alguém, chamamos de fornecedor. O fornecedor tem uma série de responsabilidades sobre aquilo que fornece, pois se ele produziu e, ou, colocou no mercado um produto ou serviço, sabe muito bem quais os benefícios ou danos que estes podem nos trazer. Desta forma, o fornecedor sempre tem a obrigação de lhe dar informações sobre o produto ou serviço que oferece, para que você possa avaliar e decidir livremente sobre comprar ou não, contratar ou não, e para que a utilização deste produto ou serviço não lhe cause nenhum dano ou prejuízo. Se o fornecedor cumprir suas obrigações de informar e mesmo assim você sofrer algum dano por causa daquele produto ou serviço, ele será responsabilizado e terá de tomar providências para “consertar” o estrago.

Para poder exigir que o fornecedor cumpra sua obrigação, você precisa conhecer seus direitos. Além disto, é importante ressaltar que você também tem muitas responsabilidades, e que agir de forma consciente o ajudará a se defender em suas reclamações de consumo. Para cada ação de consumo que você pratica, cada escolha que você faz, existe uma consequência boa ou ruim, não só para quem consome diretamente, mas para toda sociedade e meio ambiente. Quanto mais racional forem suas escolhas, melhor será para todos.



publicidade

o alvo é você!

Vivemos em uma sociedade onde a ordem é acelerar o crescimento econômico: a produção é incentivada, pois todos querem mais empregos e mais renda, a fim de garantir uma melhor qualidade de vida. Porém, se alguém produz, alguém tem que consumir. Assim, somos incentivados a consumir sempre, acreditando que isso é extremamente necessário e que nos trará satisfação e felicidade.

A publicidade tem esse papel: promover a venda de produtos e serviços. Existem publicidades muito interessantes, que apresentam o produto ressaltando suas qualidades e prestando informações importantes que nos permitem optar entre comprar ou não. Muitas delas, porém, nos vendem mais do que produtos: nos vendem emoções, nos seduzem ao consumo, como se comprar fosse sinônimo de ser feliz, ter status, ter amigos, etc.

Cabe a cada um de nós, assistir às publicidades e considerar os apelos de venda, de forma crítica e consciente, analisando o produto ou serviço somente por aquilo que ele realmente é e não por aquilo que parece que vai nos proporcionar. Agindo assim, você se tornará um consumidor consciente, consumindo somente o que é realmente necessário. Caso contrário, você poderá se transformar num consumista, gastando todo seu dinheiro em produtos que não trarão o que realmente busca, e ainda criando problemas inesperados, como dívidas e doenças.

Fique ligado! Além da publicidade normal, que nos envolve por sua apresentação de imagens e sons, existem outras que são consideradas *enganosas*, pois dão informações falsas ou omitem informações que podem nos induzir ao erro, ou seja, nos leva a acreditar que o que está sendo vendido é uma coisa que, de

fato, somente depois de comprar, percebemos que é outra. E também existem publicidades que são consideradas *abusivas*, pois exploram o medo ou a superstição, ou se aproveitam da inexperiência das crianças, desrespeitam valores ambientais, ou cometem outros abusos que podem levar o consumidor a se comportar de forma prejudicial à sua saúde ou segurança.

Essas duas formas de publicidades, enganosa e abusiva, são proibidas e devem ser denunciadas.



você já ouviu falar em “oneomania”?

Milhares de pessoas já se tornaram consumidores compulsivos e hoje sofrem de uma doença chamada oneomania. Para essas pessoas o que importa é comprar, seja lá o que for! No ato da compra, elas sentem prazer e felicidade, mas depois, a culpa pelos excessos cometidos lhes trazem frustração, angústia, além de muitas dívidas. Essa doença tem tratamento, pode ser controlada, mas ainda não tem cura.



na escola, como consumidor

Se você estuda em uma escola pública, não existe entre você e ela uma relação de consumo, já que você não paga diretamente pelos serviços (somente por meio de impostos). Mas se você estuda em uma escola particular, você paga pelo serviço que recebe, então sua relação com a escola ocorre a partir das regras do contrato que foi assinado, do Código de Defesa do Consumidor e de outras legislações específicas.

Porém, em qualquer dos casos, vale a pena estar ciente de como se relacionar com sua escola: saber quais são seus direitos e suas responsabilidades. Você pode, inclusive, levar essas dicas importantes a seus pais ou a quem custeia seus estudos.

cursos regulares

de olho na matrícula

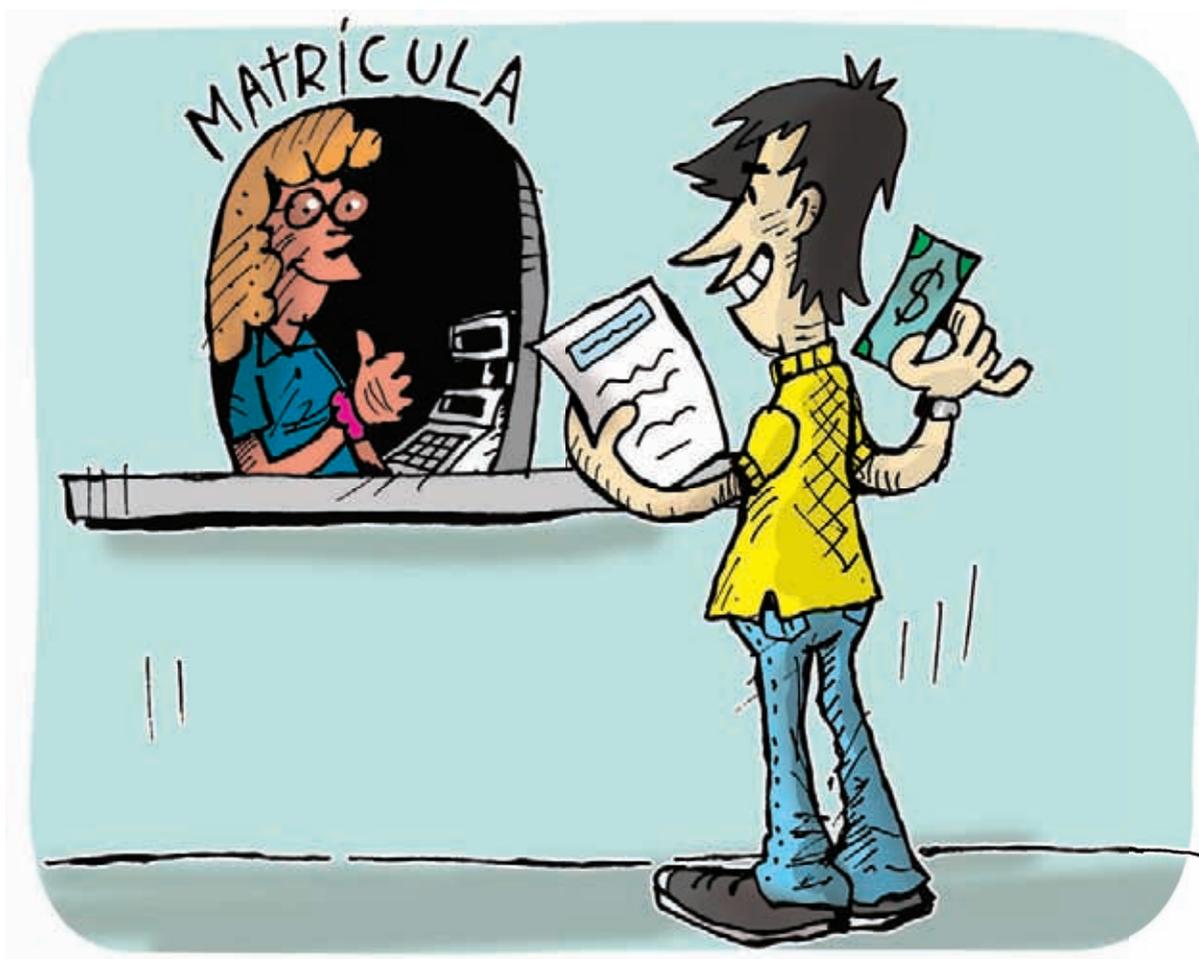
Há escolas que promovem a reserva de matrícula já a partir do mês de outubro. Pode ser cobrada uma taxa para esta reserva, porém, esse valor deve ser descontado do valor da matrícula ou da primeira mensalidade.

Normalmente, as escolas estabelecem um prazo para a desistência da reserva e a devolução dos valores pagos, portanto, fique atento. Se o cancelamento for antes do início das aulas, a escola deve devolver todo valor pago, mas pode descontar despesas administrativas, desde que comprove que existiram de fato e que já tenha informado esta condição no dia da reserva. Se o cancelamento ocorrer depois do início das aulas, você poderá perder o valor pago.

Tanto para quem vai entrar em uma nova escola, quanto para os alunos que vão somente se matricular no próximo ano, a escola deve divulgar a proposta de contrato, o valor da anuidade e o número de vagas por sala, pelo menos 45 dias antes da data final da matrícula.

pagando a mensalidade

O contrato com a escola deve informar o valor total a ser pago (anuidade ou semestralidade) e o valor de mensalidade correspondente a cada plano de pagamento ofertado. Geralmente, as escolas parcelam as anuidades em 12 ou 13 mensalidades. Atenção: o valor da matrícula e da reserva fazem parte deste total. Depois de assinado o contrato, a escola não pode fazer nenhum reajuste de valor. A multa por atraso no pagamento não pode ser maior que 2% do valor total da mensalidade.



Quem estiver com a mensalidade em atraso poderá receber cobrança, mas nunca sofrer qualquer tipo de ameaça ou constrangimento. Além disso, o aluno não pode ser impedido de frequentar aulas, fazer provas, ter documentos retidos ou qualquer outro “castigo” ou punição.

O Procon-SP entende que, por se tratar de prestação de serviço envolvendo educação, a escola não pode incluir o aluno ou pai devedor no cadastro de inadimplentes do sistema financeiro [SPC ou SERASA]. No entanto, isso não significa que alguém possa tirar vantagem indevida entrando em uma escola já com o propósito de não pagar. Ficar devedor só é admissível por circunstâncias não esperadas, pois, do contrário, é praticar ato que prejudica a todos (professores que não recebem seus salários, escola que deixa de investir, etc).

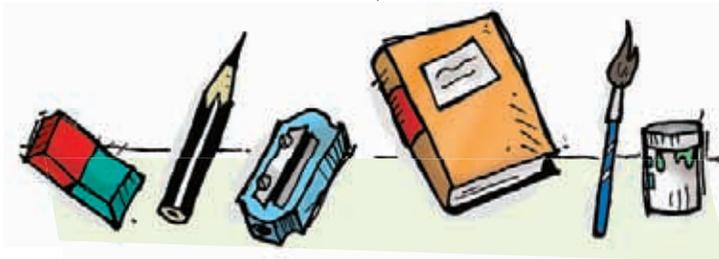
pedidos de transferência e diplomas

Sempre que você precisar de um histórico escolar ou documento de transferência, formalize o pedido por escrito e guarde uma cópia. Não pode ser cobrada taxa para a expedição destes documentos. O mesmo ocorre para a confecção, emissão e registro de diplomas. O *certificado de conclusão de curso* é um direito seu e este documento deve ser expedido gratuitamente.

material escolar

A escola deve fornecer uma lista do material escolar e não pode exigir que a compra seja feita em local indicado por ela, quando os produtos podem ser encontrados em qualquer loja ou livraria. Além disto, a escola também não pode exigir produtos de marca específica, nem solicitar materiais para uso comum da escola, tais como, papel para provas e avisos internos, material para atividades de laboratório, biblioteca, etc.

No caso das escolas que trabalham com o sistema de apostilas, ela poderá vender diretamente esse material ou indicar o local da compra. O mesmo ocorre com o



uniforme escolar: somente a escola que possui uma marca registrada poderá exigir que a compra seja efetuada em determinado revendedor.

(Veja também o item “Fazendo compras - Pesquisa de Preços”)

aulas particulares

A aula particular é uma prestação de serviço: você contrata o serviço de um professor. Assim, é sempre bom firmar um *contrato*, mesmo que simples, com as obrigações de cada um, como por exemplo, horário das aulas, duração, valor, data e modo de pagamento, além de cláusulas sobre reposição, conteúdo das aulas e rescisão.

formatura

Depois de tanto esforço e tanta dedicação, nada mais justo que promover uma bela festa de formatura com os amigos. Mas como fazer isso?

Os preparativos começam com meses de antecedência e vocês podem contratar uma empresa especializada para providenciar tudo. No entanto, muitos cuidados devem ser tomados para que o momento seja realmente uma festa e não um grande pesadelo.

O primeiro passo é eleger uma “Comissão de Formatura” para gerenciar o planejamento e organização do evento, garantindo que as decisões sejam coletivas.

Na contratação de uma empresa, a comissão deve pesquisar várias propostas, comparando os preços e serviços oferecidos. Sempre que possível, é aconselhável vistoriar os locais pretendidos para o evento, provar cardápios, ou até mesmo comparecer em outro evento promovido pela empresa.



No *contrato*, que é coletivo, devem constar: as datas, horários e locais da colação de grau e do baile, o que será servido, a quantos convites e mesas cada formando terá direito, se a música é ao vivo ou não e qual o repertório, dentre outros detalhes. Quanto ao preço, além do total, cada item deve estar especificado separadamente, indicando a forma de pagamento, o número de parcelas e os encargos por atraso.

Cada aluno participante deverá ficar com uma cópia do contrato e estar ciente da importância de manter os pagamentos em dia. Neste documento, deve estar claro quais são os critérios para quem quiser desistir e como será a restituição da quantia paga.

É claro que todos vão querer registrar o momento, com fotos ou filmagem, por isto, é importante verificar se o serviço já está incluso. Em caso afirmativo, observe qual a quantidade mínima de fotos estipulada no contrato. Caso considere a quantidade elevada, negocie uma diminuição que atenda aos interesses da turma, de forma geral. Também é sempre bom verificar, antes, se os familiares terão permissão para utilizar máquinas fotográficas e filmadoras próprias, evitando problemas no dia da festa.

cursos livres

Ao contratar um curso livre (línguas, informática, desenho, natação, etc.) leia atentamente o *contrato* e verifique se tudo que foi oferecido, seja verbalmente ou por folhetos publicitários (que devem ser guardados), consta da mesma maneira. O contrato deve descrever, além de outras informações:

- qual a programação do curso;
- qual o tempo de duração (módulo, séries, etc);
- quantas aulas por semana, qual a sua duração e em que dias ocorrerão;
- datas de início e término do curso;
- valor total e das parcelas;

- forma de pagamento;
- local das aulas;
- material a ser utilizado;
- se existe possibilidade de reposição das aulas;
- condições para o cancelamento.

Solicite assistir uma aula teste e observe a qualidade dos profissionais e a infraestrutura do curso.

Há ofertas que informam que o curso é gratuito e que o aluno só paga o material didático. O que ocorre, na prática, é que o custo do material didático é o custo de um curso normal, só que, se você desiste do curso, normalmente eles querem receber o valor total do contrato, afirmando que este valor refere-se somente ao material que foi fornecido. Portanto, fique atento a este e outros tipos de ofertas que oferecem vantagens exageradas, porque elas podem, na verdade, encobrir muitas desvantagens.



Se você vai fazer um curso profissionalizante, certamente espera receber um certificado no final. Estes cursos somente emitirão certificado com alguma validade, se estiverem inscritos e registrados em órgãos competentes, por isto, verifique isso antes da contratação.

cursos sequenciais

São cursos de formação superior, alternativos, com viés profissionalizante. Sua conclusão lhe dará atualização ou ampliação de qualificação técnica, acadêmica ou profissional, conferindo um atestado ou diploma no campo estudado. Diferem dos cursos de graduação tradicional, pós-graduação ou extensão. Os cursos sequenciais não podem ser vistos como uma "abreviação" da graduação, mas como uma alternativa de profissionalização.



Os cuidados na hora da contratação são os mesmos para qualquer contrato de educação.

fazendo compras

Fazer compras não pode ser encarado como uma brincadeira.

Embora possa ser divertido passear em um shopping, olhar vitrines e até mesmo sentar na praça de alimentação para comer e bater papo, esse é o momento certo de exercitar sua atitude como consumidor consciente. Analisar produtos, comparar preços, exigir qualidade e, acima de tudo, comprar com responsabilidade, é um desafio para todos, mas com as dicas abaixo, você pode se sair muito bem e ainda provar que sabe o que quer e não se deixa enganar.



o que vale para qualquer tipo de compra

Veja a seguir, o que é essencial saber em qualquer compra:

informação

Você tem direito a todas as informações sobre o produto que pretende adquirir: preço, características, funcionalidade, etc. Portanto, pergunte, examine e cobre, se houver falta de informação.

promoções

Que tentação são as promoções, não é mesmo? Porém, fique esperto e não se perca fazendo compras desnecessárias, só porque achou uma ótima oportunidade. Esta oportunidade realmente acontece quando você já havia planejado uma compra e acaba encontrando uma boa oferta.

E tem mais: tome cuidado! Produtos oferecidos em promoções podem apresentar pequenos defeitos ou mesmo estar danificados. Observe bem o produto, teste quando for o caso e, se notar que há, de fato, um pequeno defeito, e, ainda assim, vale a pena comprar, solicite que este defeito seja especificado na nota fiscal pois mesmo comprando em promoção seus direitos permanecem garantidos.

oferta

Guarde todas as ofertas que o levaram a comprar um produto, tais como, folhetos, encartes de revista ou jornal, pois elas têm validade legal para exigir o que foi prometido. Tudo que o vendedor oferecer verbalmente, peça que seja colocado por escrito e assinado, assim você conseguirá comprovar que a oferta foi feita. Promessa é dívida, ou seja, tudo que foi oferecido deve ser cumprido, caso contrário, você terá o direito de exigir que o fornecedor lhe dê outro produto ou ofereça novo serviço de mesma característica. Além disto, existe a possibilidade de cancelar o negócio e receber de volta o que já foi pago.

preço

Os preços devem estar sempre visíveis. Podem estar diretamente no produto, nas gôndolas, ou em tabelas onde você consegue verificar o valor do código do produto. O importante é ficar à vontade para anotar e fazer comparações, sem precisar perguntar, a todo momento, ao vendedor, "quanto custa?".

pesquisa de preço

O Procon/SP sempre realiza pesquisas comparativas de preço e verifica que, entre lojas distintas podemos encontrar o mesmo produto, com grandes diferenças de preço, que significam, na prática, que pelo valor de um em uma loja, muitas vezes é possível comprar até três produtos em outra. Fique esperto e faça sempre uma pesquisa de preços (visite as pesquisas do Procon no site www.procon.sp.gov.br).

parcelamento ou financiamento

Quando o preço for parcelado ou financiado, o vendedor deve informar: o preço do produto; a taxa de juros; a quantidade de parcelas e periodicidade (se é mensal, bimestral, etc); o total a pagar com e sem financiamento; as taxas e juros pelo atraso no pagamento.

muitas vezes sem juros

Saiba que, embora seja comum o anúncio de venda de produtos com o preço parcelado em algumas vezes sem juros, isto não existe de verdade. Os juros estão lá. O que acontece é que o vendedor do produto calcula o preço já com juros, e divide em algumas vezes, dizendo que a parcela é sem juros. Por isto, ao comprar à vista, insista para obter um “desconto”. O vendedor não é obrigado a dar o desconto, mas se ele quiser mesmo fazer a venda, pode ceder aos seus apelos, tirar os juros que estavam “escondidos” nas parcelas, e vender por um preço à vista, menor do que o anunciado.

garantia legal e contratual

Existem dois tipos de garantias: a legal e a contratual. A *garantia legal* é aquela que a Lei (Código de Defesa do Consumidor - CDC) determina a todo produto. Isto significa que, mesmo se ninguém lhe disser nada, qualquer *produto não durável* (alimento, sabonete, etc.) tem 30 dias de garantia, e qualquer *produto durável* (televisão, armário, etc.) tem 90 dias de garantia. Assim, se você comprou um produto e ele apresentou defeito, existe esse prazo para solicitar que o fornecedor (loja, fabricante, importador, etc.) solucione o problema. Se o problema for na quantidade do produto, o fornecedor deve, imediatamente, dar um desconto no preço, equivalente à quantidade que falta, complementar o peso ou a medida, trocar o produto por outro, sem o defeito, ou ainda, de acordo com o que você escolher, devolver o seu dinheiro. Caso o problema seja outro, o fornecedor terá até 30 dias para “consertar” o produto.

Se o prazo de conserto não for obedecido, você poderá exigir seu dinheiro de volta, ou a troca do produto por outro igualzinho, e claro, sem o defeito. Também é possível aceitar um desconto, caso considere que pode usar o produto mesmo assim. É sempre você que escolhe o que vai querer.

A *garantia contratual* é aquela que o fornecedor oferece porque quer. Neste caso, o produto deve vir acompanhado de um Certificado de Garantia, que informe quais as condições, ou seja, o que ela cobre, o prazo, e o que deve ser feito para utilizá-la. No momento da compra, a loja deve preencher e assinar esse certificado, e entregá-lo junto com o manual de instrução do produto, quando for o caso. O Procon/SP entende que o prazo da garantia legal é somado ao da contratual, ou seja, se um fornecedor dá um prazo de 90 dias para o seu produto, ele terá, na prática, 180 dias de garantia (90 de prazo legal + 90 de prazo contratual).

atenção às condições de troca ou devolução do produto

Quem comprar um produto de cor ou modelo inadequado, não pode obrigar a loja a trocar, pois o CDC só dá o direito à troca por defeito do produto, e somente se o fornecedor não resolveu o problema no prazo.

Muitas lojas, porém, oferecem aos consumidores a possibilidade de troca imediata. Se houver essa oferta é importante que você verifique quais são as condições para isto, por exemplo, se é necessário apresentar alguma etiqueta do produto, qual é o prazo e dia para troca, etc. E não esqueça: solicite que isto seja anotado na nota fiscal ou em outro documento!

Se você é um daqueles consumidores envolvidos com a era digital, fique ligado: se a compra for feita pela internet, pelo telefone ou por outra forma que não na loja, você tem o direito de se arrepender, isto porque não temos contato direto com o produto quando compramos por esses meios. Assim, o que geralmente vemos é apenas uma imagem ou descrição dele, e aí, quando recebemos a mercadoria, percebemos que não era bem aquilo que nos pareceu. Nestes casos, pode ser exercido o “direito de arrependimento” da compra. Para isto, deve-se entrar em contato com o fornecedor no prazo máximo de 7 (sete) dias, a contar do recebimento do produto, e pedir o cancelamento da compra e devolução do que já foi pago. O produto deve ser devolvido e o pedido de cancelamento formalizado, ou seja, feito por escrito, acompanhado de um comprovante que atesta que o fornecedor recebeu a solicitação dentro do prazo (por exemplo, uma carta enviada pelo correio com Aviso de Recebimento - A.R., onde o que vale é o dia da postagem, ou um recibo assinado pelo fornecedor, etc).

O direito de arrependimento vale, também, para contratação de serviços. Mas não esqueça: isto só vale para compras realizadas à distância, ou seja, se você comprou na loja e teve contato direto com o produto, não tem o direito de arrependimento.

comprando roupas, calçados e acessórios

Além de buscar um visual diferente, é importante fazer as compras, não só guiado pelo emocional, mas principalmente pelo racional, pois assim, você garante a compra de produtos com qualidade e faz valer seus direitos e seu dinheiro!

Nas roupas, a escolha do modelo é sua, mas você deve se preocupar, também, com a composição do tecido, pois certos tipos de tecidos podem não ser compatíveis com sua pele e lhe causar alergia.

Isto vale especialmente quando for presentear alguém. Na etiqueta do produto, você deve encontrar informações sobre a composição do tecido e outras que são obrigatórias,

tais como, orientações de como lavar, secar e passar a roupa, que devem ser seguidas para que sua roupa tenha maior durabilidade.

Lembre-se: as lojas não são obrigadas a trocar roupas e calçados que foram comprados no tamanho errado ou porque você, ao experimentar em casa, não gostou. Experimente antes e verifique se a loja oferece a possibilidade de troca.

produtos piratas

Comprar produtos piratas parece ser ótimo, pois permite o acesso a mercadorias “iguais” às originais, por um preço bem mais baixo, o que nos leva a comprar mais, e até presentear a turma!

Então, qual é o problema de comprar esses produtos? Bem, não há um problema e, sim, muitos. Os produtos piratas são comercializados sem autorização, sonégam impostos e, muitas vezes, utilizam mão-de-obra ilegal (infantil, escrava, etc). Só assim é possível diminuir tanto o seu preço final. Se você os adquire, está contribuindo para que todas essas ações ilegais continuem.

Além disto, você pode ser diretamente prejudicado, pois eles não são inspecionados, não passam por testes de qualidade e apresentam riscos à saúde e à segurança de todos.

Há vários exemplos de danos que podem ser ocasionados por esses produtos:

- os CDs, DVDs e programas de computadores piratas podem danificar seus aparelhos de reprodução;
- roupas e calçados podem causar danos à saúde, por conterem substâncias tóxicas nos tecidos, ou não terem amortecimento adequado para os pés;
- os brinquedos possuem substâncias tóxicas que podem ser ingeridas, e peças que se soltam causando acidentes e danos à saúde, além de terem pouca durabilidade;
- uns “simples” óculos de sol, por não terem tratamento adequado das lentes, podem até causar cegueira;
- perfumes clandestinos também podem causar graves alergias.



Existe, ainda, o risco de prejuízo financeiro, pois esses produtos são vendidos sem nota fiscal e sem garantia e, no caso de qualquer problema, você não vai poder reclamar e exigir seus direitos.

compras pela internet

Comprar pela Internet parece mais fácil, pela comodidade e pela possibilidade de comparar preços e produtos sem sair de casa. Mas, esta forma de compra exige alguns cuidados especiais, já que você não está cara a cara com o vendedor. Além disto, o meio virtual permite muitas vezes que, sem nos darmos conta disso, terceiros tenham acesso às nossas informações.

Assim, ao decidir comprar por este meio, você deve primeiro verificar como poderá localizar o fornecedor: telefone e endereço para contato são importantes.

Cheque o prazo de entrega, se há cobrança de frete e como você poderá fazer, se tiver que registrar alguma reclamação ou até devolver o produto.

Não forneça informações pessoais desnecessárias para a realização da compra, e verifique as medidas que o site adota para garantir a segurança de que seus dados não serão divulgados. Se for necessária a utilização de senha, escolha uma senha segura, utilizando letras e números.

Guarde todos os dados da compra (o nome do site, os produtos adquiridos, o valor e a forma de pagamento) por meio eletrônico (salve cópia das páginas do site, e-mails trocados...) ou então, imprima-os. Quando receber o produto, verifique se veio acompanhado de Nota Fiscal e confira o pedido e o estado da mercadoria; se houver algum problema não aceite o produto.

Nunca realize transações on line em lan houses, cyber cafés ou computadores públicos, pois eles podem não estar adequadamente protegidos.



o fascinante mundo dos eletrônicos

Devido à grande variedade de produtos oferecidos no mercado, muitos consumidores acabam “comprando errado” porque não tomaram alguns cuidados básicos, tais como, definir o que quer comprar; verificar e comparar todas as características dos modelos disponíveis; sanar todas as suas dúvidas sobre o produto; saber qual o tipo de voltagem (110v ou 220v), entre outros.

Para ajudá-lo, apresentamos algumas dicas úteis sobre os produtos mais comprados atualmente pela galera:

telefone celular

O celular é um ótimo meio de comunicação, mas você precisa saber utilizá-lo. Isto não significa dominar o uso de todas as funções, mas justamente, na hora da compra, pensar bem se você realmente precisa do último modelo com todas as novidades. Certamente é o modelo mais caro e em pouco tempo estará desatualizado, pois hoje em dia, o lançamento de novos celulares é constante, por ser produto que passa por mudanças e dispõe de novidades todos os dias. Seja esperto e não se deixe levar por modismos. Pense que é somente um aparelho que deve servir para ações bem específicas.

Guarde toda e qualquer publicidade e comprovantes de compra, para poder reclamar se houver algum problema.

câmera digital

Observe os acessórios que acompanham o produto, como baterias, carregador, cartão de memória e outros. E não se esqueça: experimente a câmera antes de comprar, avaliando a facilidade de utilização de seus comandos.

computador

Você pode comprar um computador “pronto”, que contenha todos os acessórios necessários para a sua utilização, ou você mesmo pode montar um computador, adquirindo componentes separadamente. Seja qual for a opção, primeiro procure definir quais serão as suas necessidades (comunicar-se por Internet, utilizar jogos, utilizar mídias...), pois são elas que apontarão qual o processador adequado, a quantidade de memória (espaço), os melhores acessórios (monitor, teclado, mouse). O importante é se informar, pesquisar, comparar preço e qualidade.

Nem sempre você precisará de um computador de última geração – que normalmente são os mais caros, por terem tecnologia mais avançada. Um computador muito antigo

também pode fazer com que você tenha dificuldade de acessar programas mais recentes, mas é possível trocar alguns componentes e “turbiná-lo”, tornando-o tão eficiente quanto os mais novos.

as maravilhas e armadilhas da comunicação

No mundo atual, parece que não existem barreiras na comunicação entre as pessoas. Tempo e espaço foram encurtados e podemos ter contato com pessoas do mundo todo, informações e notícias de lugares que nem imaginávamos existir.

Tudo que as novas tecnologias nos apresentam é encantador, mas também pode esconder algumas armadilhas e temos que estar atentos.

internet

Bate-papo e conhecer novos amigos é sempre bom. Mas, na internet podemos ter problemas, se não tomarmos alguns cuidados com o que dizemos on line. Pessoas mal intencionadas entram em salas de bate-papo e se fazem passar por crianças ou adolescentes em busca de informações. Essas informações podem gerar, desde uma compra indevida, utilizando o seu nome ou de um parente, até um sequestro. Portanto, nunca informe o local onde reside, o nome de seus pais, a escola onde estuda ou qualquer outro dado pessoal. Lembre-se de que, assim como não passamos nossas informações pessoais a desconhecidos na vida real, não podemos passá-los a estranhos na internet. No mundo virtual, qualquer um pode fingir ser o que não é e ocultar suas reais intenções. (veja também o item “compras pela internet”).

Ao utilizar seu e-mail, não abra mensagens de remetentes desconhecidos, pois isto pode ser vírus. Cuidado com anexos e links, pois podem conter programas que capturam suas informações. Desconfie de mensagens que prometem prêmios, que enviem fotos, mensagens de amor ou amizade, com cartões virtuais, etc.



celular

Além de definir as características do produto que lhe interessa, avalie entre as opções de contratos pré e pós-pago, qual é o que melhor se adequa às suas necessidades. Alguns pacotes de serviços oferecidos pelas operadoras, incluem o aparelho com preços menores ou até de graça, mas podem ser apenas um atrativo para aquisição de um plano caro, que está muito além das suas reais necessidades. Verifique qual é o melhor serviço a contratar, considerando sempre como pretende usar o telefone e quanto pode realmente gastar com isto. Muitas vezes, o que você gasta com celular poderia ser utilizado para reunir vários amigos e ter um ótimo bate-papo, ao vivo.

Guarde toda e qualquer publicidade, comprovantes de compra e contratos, se houver, para poder reclamar, caso haja algum problema, pois o fornecedor deve cumprir tudo que prometeu.

hora de se divertir

Na hora de se divertir, as opções são muitas: desde organizar uma festa, sair para uma balada, tomar um lanche durante as compras, ou simplesmente assistir a um filme. Para cada atividade, é importante estar ligado em algumas questões. Observando as dicas listadas aqui, sua turma logo vai perceber o quanto é bom andar com alguém como você, que não vacila e aproveita os momentos sem se esquecer de seus direitos e obrigações.

durante ou depois das compras, que tal um lanche?

É comum sairmos para fazer compras e darmos uma paradinha para um lanche. Por opção ou mesmo necessidade, fazer uma refeição fora de casa requer alguns cuidados.

Ficar atento às condições gerais do local escolhido para o lanche, principalmente quanto à higiene, é fundamental para prevenir o consumo de alimentos contaminados e, portanto, nocivos à nossa saúde.

Alimentos vendidos na rua, raramente estão livres de algum problema, pois estão em contato com a poluição urbana, expostos à contaminação de micro-organismos, insetos e animais. Normalmente, os alimentos não estão devidamente protegidos, refrigerados e não são manuseados com higiene. Se você verificar falta de condições adequadas, não consuma o alimento.

Em bares, lanchonetes e similares, observe as condições de higiene, não só do local, mas também dos funcionários (muitos, por exemplo, manuseiam alimentos e dinheiro ao mesmo tempo). Não tenha medo de devolver qualquer alimento que esteja mal cozido, com cheiro estranho ou aparência de pouca higiene.

organizando uma festa

Uma festa pode nascer da vontade de comemorar alguma data especial, ou simplesmente reunir os amigos. Assim, algumas festas podem ser mais simples e informais, enquanto outras mais elaboradas e formais.

Para qualquer tipo de festa existem algumas observações importantes, a fim de que esse evento não se torne uma dor de cabeça, nem para você, nem para os convidados.

Inicialmente, sempre pondere sobre a conveniência do evento e sua possibilidade financeira, ou de quem vai custear a festa (pais, parentes ou outros). Divertir-se por um dia e se preocupar com dívidas pelo resto do ano, não parece ser uma boa opção. Planejar

com antecedência é sempre melhor do que improvisar. Se a comemoração for de última hora, opte por alternativas mais simples e baratas, onde todos possam se reunir e dividir os gastos. No caso de ocasiões especiais, o planejamento inclui guardar dinheiro para a festa e depois escolher todos os detalhes, de acordo com o que se tem disponível.

para uma festa elaborada

Neste caso, os convites são importantes pois passam aos convidados uma ideia de como será a festa. Escolha o modelo. As empresas, normalmente, apresentam catálogos onde é possível verificar o tamanho do convite, o seu conteúdo informativo, tipo de papel e letra, e outras opções. Antes de decidir, peça orçamentos para comparar propostas, analisar preços, condições de pagamento e qualidade. Veja se é possível efetuar o pagamento no momento da entrega do material e, se não for, ofereça apenas uma parte como sinal, deixando o restante para depois. Não esqueça de indicar o tipo de festa e com qual traje o convidado deve comparecer.

Você pode contratar um salão de festa, uma chácara recreativa ou apenas um serviço de Buffet. Se for alugar um local, visite-o primeiro e verifique todas as instalações, principalmente os banheiros, a cozinha e se há estacionamento disponível para os convidados. Na contratação do Buffet, verifique se consta, no contrato, tudo que foi combinado: data do evento, horário, tipo e quantidade de comidas e bebidas que serão servidas, como será o serviço, enfim, tudo corretamente especificado e com o preço de cada item. Além disto, é importante definir o número de convidados, como será o controle de entrada e se há adicional a ser pago por convidado extra. Depois de tudo acertado e assinado, fique com uma cópia do contrato.

e se a festa for simples e em casa

Tome cuidado na hora de comprar bebidas e alimentos. A compra de alimentos deve considerar especialmente as condições de higiene e armazenamento destes produtos, por questões de saúde. Alimento estragado é sinônimo de doenças, e você não vai querer que seus convidados passem mal e tenham péssimas lembranças de sua festa.

Verifique a cor, o cheiro dos alimentos e sua embalagem, e não compre produtos com data de validade vencida, que estejam amassados ou com o lacre aberto. Pães e doces devem ser adequadamente embalados. Quanto às bebidas, verifique se estão bem fechadas e não compre se houver algum vazamento ou rachadura.

você sabe a diferença entre “diet” e “light”?

○ termo “diet” indica que se trata de um alimento que foi modificado para atender a determinado tipo de dieta onde é excluído algum tipo de componente, tal como, açú-

car, sódio, proteína, etc. Assim, não podemos associar alimentos “diet” a alimentos para pessoas que precisam ou desejam emagrecer, pois podem, por exemplo, não conter açúcar, mas nem por isto deixam de ter uma grande quantidade de gorduras e calorias.

O termo “light” significa que o produto tem uma redução de, no mínimo 25%, em determinado nutriente ou caloria, quando comparado ao produto convencional, como, por exemplo, iogurte light, margarina light, etc.

Alguns alimentos, por substituírem o açúcar por adoçante, podem ser considerados “diet” e “light” ao mesmo tempo. Mas, o fato de ser “light” não indica necessariamente que seja “diet” e vice-versa.

O importante é verificar, no rótulo desses alimentos, o número de calorias que cada um contém e se atendem ou não às suas necessidades.

frequentando bares, restaurantes e casas noturnas

Nos bares, restaurantes e casas noturnas, além de verificar as condições de higiene e limpeza, todo consumidor deve estar atento às seguintes regras:

consumação mínima

A cobrança de “consumação mínima” é proibida no Estado de São Paulo, pois, neste caso, o estabelecimento estaria obrigando o consumo, o que contraria o CDC (Código de Defesa do Consumidor).

cardápio

Na entrada do estabelecimento deve estar afixado um cardápio ou um cartaz que informe os serviços de refeições oferecidos e seus valores, bem como quaisquer outras cobranças.

couvert

Chama-se “couvert” as variedades (petiscos, pães, patês e outras gostosuras) oferecidas, como “tira-gosto”, pelo estabelecimento ao consumidor, enquanto este espera pelo prato solicitado. Geralmente, o garçom coloca na mesa sem nada perguntar, e



muitos acham que é uma “cortesia”. Fique atento, e saiba que o preço do “couvert” deve constar no cardápio, além de estar afixado na tabela de preços exposta na porta do estabelecimento. Se você não tiver interesse, mas for servido, recuse imediatamente, pois se não dispensá-lo, ainda que não consumir, ele será cobrado.

couvert artístico

Se no local houver apresentações de música ao vivo ou qualquer outra manifestação artística que cobre “couvert artístico”, é obrigação do estabelecimento informar no cardápio e em cartazes, o valor cobrado por pessoa, e os dias e horários das apresentações. Somente nos dias e horários indicados é que pode haver a cobrança.

venda de cigarros e bebidas para menores

As bebidas alcoólicas e o cigarro podem causar dependência física ou psíquica. Portanto, o Estatuto da Criança e do Adolescente declara que é crime a venda, fornecimento ou entrega, de qualquer forma, destes e outros produtos que possam causar dependência, a crianças ou adolescentes.

gorjeta

A gorjeta não é obrigatória. Normalmente, ela é cobrada junto com a conta final. Verifique se este valor está incluído e, se não concordar com o valor cobrado, não desejar pagar, ou quiser oferecer outro valor, é um direito seu.

indo ao cinema, teatro, shows e outros eventos

O preço do ingresso deve ser divulgado e exposto de forma bem visível. Ele pode variar conforme o tipo de acomodação e distância do local da apresentação. Em locais onde existem setores diferenciados, a bilheteria deve apresentar mapas com a localização exata das poltronas em relação ao palco. Como garantia, guarde anúncios de promoções do evento, bem como o canhoto do ingresso para o caso de problemas posteriores.

O estabelecimento deve informar quantos lugares são disponíveis, e não pode vender mais ingressos do que a lotação total. Quando não houver mais ingressos, deve colocar um cartaz bem visível informando que a lotação está esgotada.

Alguns locais oferecem a opção de reservar a entrada por telefone. Se fizer isto, questione a forma de pagamento e onde os ingressos devem ser retirados. No caso de

entrega em domicílio, condicione o pagamento à entrega dos ingressos e solicite a identificação do entregador.

Quando o espetáculo ou jogo for cancelado, sua data de realização alterada, ou sua lotação estiver esgotada e você já comprou o ingresso, terá direito à devolução do dinheiro.

Quem compra ingressos pela Internet tem os mesmos direitos de quem compra ingressos na bilheteria, e deve ter os mesmos cuidados.

Não compre ingressos de cambista, pois além de pagar mais caro, você corre o risco de comprar um ingresso falso e não entrar no evento. Comprar ingresso assim, é incentivar uma prática nociva a todos.

meia-entrada

Os alunos do Estado de São Paulo, matriculados no ensino fundamental, médio e superior, têm direito a pagar meia-entrada nos cinemas, circos, espetáculos teatrais, esportivos, musicais e de lazer, em geral.

Além disto, na cidade de São Paulo, há uma Lei Municipal que também dá o mesmo direito aos alunos matriculados em cursos profissionalizantes (básico e técnico), pré-vestibulares e pós-graduação.

Caso o estabelecimento se recusar a vender a meia-entrada e você não quiser perder o evento, compre a entrada normal e depois reclame no PROCON, pedindo a devolução do dinheiro pago indevidamente.

Na entrada da sala de exibição, pode ser exigida a apresentação de seu documento de identidade ou documento que prove que você é realmente um estudante.

Para as crianças, em geral, não existe nenhuma lei que determine o direito à meia-entrada, mas os cinemas em São Paulo, normalmente, dão este direito para crianças de 3 a 12 anos.

estacionamento e manobrista

Sempre que for oferecido serviço de estacionamento, a empresa se torna automaticamente responsável pelo veículo. Os estabelecimentos com mais de 50 vagas são obrigados, por lei, a possuir seguro contra roubos.

Tenha cuidado com pessoas que se dizem manobristas do estabelecimento e, quando necessário, verifique com o local, se essa pessoa realmente é um funcionário da casa. Exija, ainda, o comprovante de entrega do automóvel, conferindo data, local, horário e placa do veículo.

lan house

No Estado de São Paulo existe, desde 2006, uma Lei que regulamenta o funcionamento das lan houses ou cyber cafés. Dentre outras coisas, ela determina que o estabelecimento deve cadastrar seus clientes e exigir a apresentação do documento de identidade. Quem não apresentar o documento e não se cadastrar, não pode fazer uso dos computadores.

Além disto, menores de 12 (doze) anos não podem entrar na lan house sem estarem acompanhado de um de seus pais ou de um responsável. Os adolescentes de 12 (doze) a 16 (dezesesseis) anos podem entrar sozinhos, mas têm de apresentar uma autorização, por escrito, dos pais ou responsável legal.

Todos os menores de 18 (dezoito) anos devem informar o nome de seus pais e o nome da escola onde estudam, bem como o horário de suas aulas, e não poderão ficar na lan house após a meia-noite, a menos que também apresentem uma autorização, por escrito, dos pais ou responsável.



viagens

Em uma viagem de férias, fim de semana ou feriado prolongado, o que menos queremos ter é problemas. Portanto, seguindo algumas dicas básicas, você vai, se diverte e volta tranquilo.

Se for viajar por meio de uma agência de viagem, procure referências com pessoas conhecidas. Verifique e compare os preços de várias agências, considere os valores cobrados pelo transporte (aéreo, terrestre, navio, misto), quais os tipos de acomodação que você prefere (hotel, pousada, quarto individual, duplo...), quantas e quais refeições estão inclusas, número exato de dias da viagem, valor e condições de pagamento, despesas extras, enfim, tudo que for importante para você escolher o que mais se encaixa às suas expectativas! Definido o destino e a empresa a ser contratada, fique atento ao contrato e guarde todos os anúncios e folhetos, pois servirão como prova do que foi oferecido pela empresa.

Siga sempre as orientações e respeite os horários de entrada e saída do hotel, e demais regras.



bagagem

Identifique sempre sua mala, por dentro e por fora, com endereço de origem e de destino; se estiver transportando presentes, leve as notas fiscais de compra; carregue sempre com você seus documentos pessoais e objetos de valor. Quando a viagem for de avião, informe-se o que é permitido ou não levar, pois as exigências podem variar, dependendo do seu destino.

Lembre-se: não é preciso levar a casa toda junto com você. Verifique quais as condições climáticas do local, e escolha suas roupas e acessórios de acordo, lembrando que se o passeio estiver bom, você nem terá tempo pra ficar trocando de roupa ou se arrumando muito.

cuidando de sua saúde e higiene

Cuidar da própria saúde é um dever de todos nós.

Geralmente, temos auxílio de parentes ou amigos, mas o que podem fazer é apenas orientar, proporcionar acesso a um médico e fornecer medicamentos. Na hora de prevenir doenças, somos nós que temos que agir. Caso não conseguirmos evitar e adoecermos, não podemos nos deixar enganar por promessas de curas ou tratamentos milagrosos. Mesmo a saúde sendo um assunto tão sério, existem muitos que não hesitam em querer vender um produto ou serviço sem eficácia, apenas para ganhar dinheiro, sem se preocuparem com o problema real do consumidor. Por isso, devemos estar atentos.

salões de beleza

Todos frequentamos algum tipo de salão de beleza, ao menos para cortar o cabelo. Saiba que esta é uma prestação de serviço que também está sujeita às regras do CDC (Código de Defesa do Consumidor).

Os salões devem manter uma tabela com os serviços prestados e seus preços, em local visível.



As condições de higiene também são importantes. Verifique se os instrumentos, tais como escovas, pentes e tesouras, são higienizados antes do atendimento de cada cliente. Alicate, lixas de unha e pés, espátulas e palitos, são instrumentos de manicura que podem ser fontes de doenças virais, como a hepatite "C", bactérias e fungos. Os salões devem utilizar produtos descartáveis e, para os produtos de metal, fazer uma esterilização adequada, em estufas próprias para este procedimento. Mas, se você quiser ter maior segurança, leve seu próprio kit de instrumentos.

medicamentos

ATENÇÃO: somente um médico é capaz de identificar o remédio correto para cada necessidade e para cada pessoa. Nem sempre o que é bom para um, é bom para outro! Por isto, não compre ou tome remédios por conta própria, por indicação de amigos,

balconistas de farmácia ou anúncios publicitários. Alguns remédios podem provocar sérios danos à saúde, como alergias, intoxicações, hemorragias, dependência e outras complicações. Outros, podem até aliviar sintomas, mas por não estarem tratando as causas da doença, dificultam o diagnóstico correto ou agravam o problema.

Antes de usar um medicamento, leia com atenção a bula, observando, inclusive, as reações adversas e contraindicações e, em caso de dúvida, procure novamente o médico que receitou.

Nunca utilize medicamento com prazo de validade vencido.

proteja-se: use preservativo

Se você já tem ou está pensando em iniciar sua vida sexual, é fundamental procurar uma orientação médica para verificar sua saúde e escolher qual melhor método para evitar uma gravidez indesejada.

Mas a preocupação não deve ser somente com a gravidez. A relação sexual é ato da natureza humana, mas também pode ser transmissora de diversas doenças. Assim, a utilização de um preservativo como a camisinha (seja masculina ou feminina), é uma questão de saúde.

Ao ganhar ou comprar um preservativo, verifique sempre se a embalagem não está rasgada, arranhada ou amassada. Leia atentamente as instruções de uso, validade e confira se tem o selo de inspeção do INMETRO, que garante a qualidade do produto.

Evite guardar o preservativo em lugares abafados, como bolsos de calça, carteiras, porta-luvas do carro, ou outro local que não o proteja do calor ou umidade excessiva, pois estes fatores podem ressecar o produto e comprometer sua qualidade.

Outra dica importante é evitar o uso de preservativos sobrepostos (um em cima do outro), pois também podem se romper com o atrito, ou mesmo se soltar ou enrolar.

estética

Lembre-se, você ainda está em fase de crescimento. Seu corpo ainda está sujeito a muitas modificações e, assim, em alguns momentos é natural você olhar no espelho e achar que tem alguma coisa errada. São apenas alterações naturais. Bons hábitos alimentares, exercícios regulares e descanso, vão ajudar você a se desenvolver de uma forma saudável.



Porém, caso você decida que quer mesmo alterar algo que lhe incomoda, lembre-se que não existem técnicas milagrosas para emagrecimento, eliminação de estrias, celulite, gordura localizada, etc.

O primeiro passo é procurar orientação médica. Se o médico autorizar e sua decisão for procurar uma clínica de estética, solicite esclarecimentos sobre quais os procedimentos que serão utilizados no tratamento, quanto tempo será necessário para aparecer os primeiros resultados e em quantas sessões o problema será resolvido. Tudo que a clínica disser deve constar em contrato.

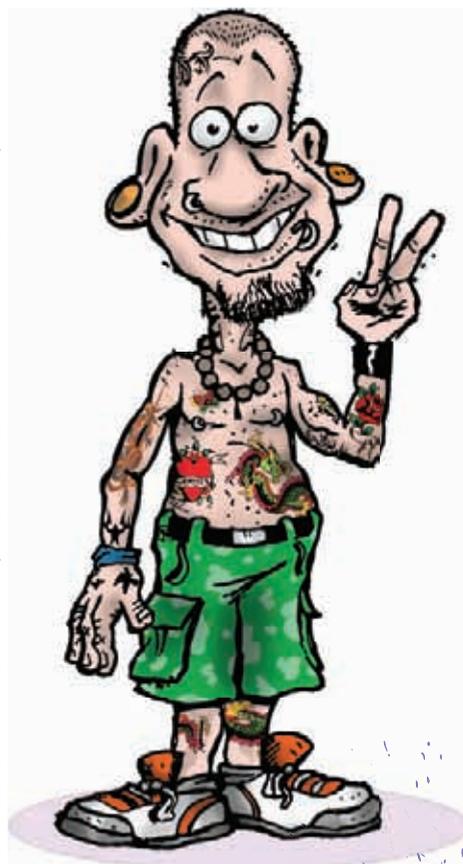
Cuidado com as clínicas que exigem que o paciente faça uma dieta alimentar durante o tratamento, porque se nada der certo ela pode alegar que foi porque você não cumpriu sua parte.

tatuagens e piercings

Tatuar o corpo é escolher um desenho que ficará para o resto da sua vida impresso nele, por isto, reflita bastante e tenha certeza desta decisão. Em São Paulo, a tatuagem e colocação de adornos que perfurem a pele ou membro humano, é proibida para menores de 18 (dezoito) anos.

Caso você esteja fora desta proibição e decidido, escolha com muito cuidado o local onde irá fazer a tatuagem ou colocar o piercing. Procure indicações e referências de pessoas conhecidas, e não deixe de conversar pessoalmente com o profissional para conhecer seus trabalhos anteriores e observar sua seriedade.

O local deve ter ótimas condições de higiene e o material a ser utilizado tem de ter um cuidado muito especial: agulhas sempre descartáveis e acessórios esterilizados corretamente, em máquinas especiais. O profissional também deve utilizar luvas e máscaras.



Todos estes cuidados são necessários para evitar qualquer tipo de contaminação, principalmente hepatite, AIDS e outras doenças graves.

Mesmo com todas as precauções, pode haver infecção posterior, pois o procedimento deixa a pele exposta e sujeita à contaminação, por isto, seguir instruções de higiene e limpeza após o procedimento, é fundamental.

cosméticos

Os cosméticos servem para compor o visual do dia a dia e de ocasiões especiais. Embora pareçam inofensivos, estes produtos podem causar danos à saúde. Assim, a produção e comercialização destas mercadorias são vigiadas de perto pelo Ministério da Saúde e outros órgãos.

Ao avaliar o grau de risco à saúde, estes produtos são classificados como de Risco 1, quando são feitos de substâncias que não causam dano ao organismo humano e, portanto, possuem risco mínimo à saúde e, de Risco 2, quando são compostos de substâncias que necessitam de comprovação de segurança e eficácia, e devem informar ao consumidor os cuidados necessários na sua utilização.

Para evitar qualquer risco, ao utilizá-los, deve-se sempre ler atentamente o rótulo e a embalagem, usando-os conforme as instruções.

Há alguns produtos que indicam a necessidade de fazer uma “prova do toque” antes, ou seja, experimentar o produto em pequena quantidade, em uma pequena região do corpo, para verificar se não ocorrerá nenhuma reação alérgica. Nunca deixe de seguir esta recomendação, e se alguma reação for verificada, não utilize o produto e procure um médico.

administre seu dinheiro

Hoje em dia, todos nós temos que aprender a administrar nosso dinheiro. Não importa a origem de nossa renda (mesada, trabalho, pensão), nem a quantidade de dinheiro que ganhamos: sempre é necessário saber gastar.

A primeira coisa que devemos fazer é planejar nossos gastos.

Diante do que dispomos (sem contar com nenhum extra), temos que verificar quais as nossas prioridades: o que realmente precisamos e o que pode aguardar um pouco. Lembre-se sempre que “querer”, “desejar”, é diferente de “precisar”. Procure adquirir sempre o que, de fato, é necessário.



Fique atento: usar cartão de crédito ou fazer empréstimos não é uma forma de “conseguir dinheiro”, apenas de obter crédito, ou seja, de pedir dinheiro emprestado. Utilizar um cartão pode ser arriscado quando não se consegue controlar os impulsos, pois na hora da compra não se sente que está gastando, e quando chega a fatura, se você comprou sem fazer as contas, provavelmente não terá como pagar o valor total e será obrigado a pagar somente uma parte. Quem faz isso, deixa o restante da dívida para o mês seguinte e paga juros muito altos.

○ mesmo ocorre com um empréstimo ou parcelamento de uma compra. Quem recorre a estes recursos é porque não pode aguardar para comprar. Isto tem um preço: juros e outras taxas. Por isto, recorra a estes recursos somente em caso de extrema necessidade e, mesmo assim, faça um controle de seus gastos, lembrando sempre que no próximo mês uma parte de sua renda já está comprometida.

Seja criativo, ao invés de procurar novos meios para gastar, procure novas formas de aumentar sua renda e fazer uma poupança.

você e o planeta

As gerações passadas maltrataram muito o nosso planeta. Hoje, percebemos que ações de desrespeito à natureza, que ainda continuam a acontecer, estão trazendo consequências trágicas, que podem se agravar se não mudarmos a forma de nos relacionarmos com o meio ambiente.

educação é para toda hora

Ajude o meio ambiente reutilizando os materiais do ano anterior que ainda tenham condições de uso, como lápis, borrachas, canetas e outros. Não desperdice papel!!!



Você sabia que para produzir uma tonelada de papel são necessárias de duas a três toneladas de madeira, uma grande quantidade de água e muita energia? Além disto, para separar e branquear a celulose, são utilizados produtos químicos altamente tóxicos, que representam riscos à saúde humana e ao meio ambiente. É possível colaborar utilizando os dois lados do papel, ao imprimir ou escrever, revisando os textos na tela do computador, e só imprimir quando for realmente necessário. Dê preferência ao papel reciclado e doe seus livros didáticos usados.

compras x produção de lixo

Você já deve ter ouvido falar sobre a enorme quantidade de lixo produzida todos os dias e os grandes problemas por ele causados ao meio ambiente: enchente, doenças, etc. Certamente também já ouviu falar sobre a importância do lixo ser reciclado, ou seja, reaproveitado. Mas, antes de pensarmos em reciclar o lixo, é necessário praticar algumas ações no momento da compra que ajudarão a reduzir a produção desse lixo.

Com pequenas atitudes e mudanças de hábitos, você estará colaborando para a preservação do meio ambiente em que vive. Então, se ligue nestas dicas:

- adquira produtos que tenham menos embalagens e prefira produtos com embalagens retornáveis;
- compre o suficiente para o consumo, evitando o desperdício de produtos e alimentos;
- promova a troca de produtos usados na sua escola ou bairro;
- conserte produtos e roupas ao invés de adquirir novos;
- evite sacolas e sacos descartáveis para guardar suas compras, utilizando sua própria sacola;
- questione-se se precisa mesmo de muitas roupas e sapatos. Crie um estilo e varie apenas os acessórios.

Você já deve ter ouvido falar do buraco na camada de ozônio, do efeito estufa, das alterações climáticas que estão ocorrendo por toda parte. Isto tudo é consequência da forma como nos relacionamos com a natureza: sempre extraindo muito, transformando tudo e devolvendo para o meio ambiente muito lixo e poluição.

descarte de pilhas e baterias

As pilhas e baterias, de qualquer formato, ou para qualquer utilidade, são compostas de materiais perigosos à saúde e ao meio ambiente, tais como, mercúrio, chumbo, lítio, etc.

Assim, sempre que possível, adquira produtos que utilizem baterias recarregáveis. Isto diminui a quantidade de descarte destes elementos e ajuda a reduzir o impacto que causam quando lançados no meio ambiente. Siga corretamente as instruções de uso destes produtos e nunca os jogue no lixo comum, busque sempre um local de coleta apropriado!

Se você ainda não se ligou nessa, corra! Faça a sua parte! Peça a colaboração de seus amigos e familiares e ajude o planeta!

Comece com ações simples no seu dia a dia, evitando sempre o desperdício.

Colabore, economizando água: diminua o tempo de seu banho, utilize pouca água ao fazer qualquer limpeza, mantenha a torneira fechada ao escovar os dentes, etc. Faça também o uso racional de energia elétrica: apague a luz ao sair do ambiente, desligue aparelhos que não estão sendo utilizados e compre aparelhos econômicos, verificando na etiqueta do produto o consumo de energia.

Veja o quanto você colabora com pequenas mudanças de hábitos:

- fechar uma torneira pingando evita o desperdício de 46 litros de água por dia.
- fechar a torneira enquanto escova os dentes, significa utilizar somente 1 litro de água para a escovação. Com a torneira aberta você gasta em 1 minuto, cerca de 7 litros.
- num banho de ducha de 10 minutos você gasta 160 litros de água, ou seja, a cada minuto a menos, você economiza 16 litros de água.
- reduzindo o tempo de seu banho de 12 para 6 minutos, você pode economizar energia suficiente para manter uma lâmpada acesa por 7 horas. Isto pode ser feito somente fechando o chuveiro enquanto se ensaboa.
- não consuma mais do que o necessário e reutilize tudo que puder. Também pratique boas ações doando materiais, promovendo coleta seletiva de lixo. Cuide dos animais, plantas, respeite crianças e idosos. Cuide de sua alimentação, pratique esporte, curta a natureza e exija dos fornecedores que também se comprometam com essa atitude. Reclame seus direitos, peça informações sobre a origem dos produtos, envie sugestões, denuncie, faça a diferença!
- experimente mudanças positivas de hábitos, elas nos tornam cada vez mais seres independentes e capazes de participar da construção coletiva de um futuro melhor.

A renovação nos permite sermos jovens para sempre.

glossário

Código de Defesa do Consumidor – Lei Federal nº 8.078. É uma lei válida para todo o território nacional brasileiro, que organiza uma série de normas e princípios para proteger o consumidor, visando dar equilíbrio na relação de consumo.

Consumidor – de acordo com a definição do Código de Defesa do Consumidor, artigo 2º, “consumidor é toda pessoa física ou jurídica que adquire ou utiliza produto ou serviço como destinatário final”. São consumidores, também, as vítimas dos acidentes de consumo (art. 17 do CDC) e todos que estejam expostos a alguma prática lesiva, tal como uma publicidade abusiva ou enganosa, ainda que não tenham adquirido ou consumido nada.

Fornecedor – toda pessoa física ou empresa, pública ou privada, nacional ou estrangeira, que desempenhe atividades de produção, montagem, criação, construção, transformação, importação, distribuição ou comercialização de produtos ou prestação de serviço.

Relação de consumo – é a relação que se estabelece entre consumidor e fornecedor.

Publicidade enganosa – é a mensagem comercial que omite informação ou faz afirmação falsa sobre um produto ou serviço, e que possa levar o consumidor, de qualquer modo, a se equivocar.

Publicidade abusiva – é a mensagem comercial que promove discriminação de qualquer natureza, ou incentiva à violência ou quaisquer outros comportamentos prejudiciais à saúde, vida ou segurança do consumidor, explorando a fragilidade das crianças ou ingenuidade do consumidor.

Contrato – é um acordo entre o(s) consumidor(es) e fornecedor(es), com a finalidade de criar, cancelar, conservar ou transferir direitos e obrigações. Existe também o “contrato de adesão”, nome dado ao contrato que o fornecedor de produtos ou serviços já apresenta pronto.

SPC – abreviação de Serviços de Proteção ao Crédito. Um banco de dados privado de informações sobre crédito, organizado pelos fornecedores, que trocam informações entre si sobre consumidores que estão devedores.

SERASA – é uma empresa que também possui um banco de dados sobre crédito, consultado pelas empresas.

INMETRO – abreviação de Instituto Nacional de Metrologia, Normalização e Qualidade Industrial. Órgão do governo federal que avalia e certifica a qualidade de diversos produtos.

Projeto Gráfico e Diagramação

Fernanda Buccelli

Ilustrações

Didiú Rio Branco

CTP, Impressão e Acabamento

Imprensa Oficial do Estado de São Paulo