
Telegram di consumadëures lugio/agost 2024

Newsletter

Wenn Sie im KonsumentInnenschutz auf dem Laufenden sein wollen, abonnieren Sie kostenlos das Verbrauchertelegramm als Newsletter.

Mangé sann canche an fej na vacanza te n camping

Cëis bele rová, ma insciö da tó ca y pan da ciałó? Ciarede ince canche i jëis en vacanza te n camping da mangé de bun patüc sann. Por che chël sides poscibl adorëise **n'atrezadöra de basa**: n frogoré eletrich o n cujinat a gas, na fana cun n cuertl, na fana da apraté, na brëia da taié sö, n cortel, na mascora, n muiser, n descusciadú, na grata dla verzöra, taís, pestech y n valgönes copes.

Al vëgn aconsié da se tó para da ciasa na picia **resserva de alimënc che tëgn** sciöche riji, gries de mais, couscous y linses, n pü' de öre de orí y ajëi, sciöche ince spezies y erbes da saú sëces - se, porvada, origano, timian, basile, zücher y i.i.. Na poscibilité pratica da mangé sann pîta ince les conserves - tles arbëises zizer o ti fajöis fora de bossl él proteines vegetales che le corp adora.

Verzöra y ordöra sajónala frësca podëise cumpré ite sciöche i orëis sön le post. Dessigü él dailó dlungia n marcé di paurs o marciadënc de ortam che roda. La cherta internazionala "Mundraub" sön mundraub.org mostra olache an pó cöie jö ordöra da lëgns y brüsces sön ur de trus y strades, y te posc olache an pó pormez publicamënter. Canche i cumprëis ite alimënc che vá snel ademal, sciöche cern o pësc frësch, messëise ester sigüsc da avëi la poscibilité da i tigní sö al frësch deache por rajuns igieniches dessi gní cujiná le plü tosc che ara vá y cöc indortöra. Üs frësc n'é nia tan n problem - ai tëgn cina döes edemes ince sce ai n'é nia al frësch.

Cumprede ite cun ciorvel, chël ó dí aladô dl bojëgn real, ince canche i sêis en vacanza te n camping - por ne messëi nia trá demez patüc da mangé che i êis cumpré ite surafora o che é jü ademal y ciarede da adoré sö i avanc.

Abitaziuns che se scialda sö sciöche na sauna d'isté: co che an pó se paré dal cialt zënza adoré massa energia

Canche al é defora temperatöres tropicales é na ciasa bona frësca valch che an ne pó nia aprijé assá. I implanc de aria condizionada dess ma gní adorá te caji estrems deache da öna na pert consümi tröpa energia y dal'atra ési ince de dann por la sanité: tres deplü porsones che vir o laora te locai climatisá baudia da infec dles vies respiratories y malester general.

Christine Romen, la consulënta sön l'energia dla ZCS spliga sciöche i podëis s'astilé da arbassé de n valgügn de grá la temperatöra te ciasa:

- la por le de: tignide stlüttes les portes y les finestres!
- No lascede scialdé sö i vidri dai rais de sorëdl lascian jö les scialusies, stlujon i liscios, lascian fora les marchises y s'anuzan de folies de proteziun cuntra sorëdl.
- Sigilede i posc olache al pó tres aria dai mürs defora dl frabicat por che le cialt ne pois nia rové tan saurí te ciasa. Punc debli tipics: sfësses y sfëntes incër portes y finestres.
- Lascede ite aria frësca de nôt, damí ciamó tla secunda pert dla nôt (dailó él plü frësch).
- Ciarede da ne scialdé nia sö i locai daite, gnanca canche i cujinëis.
- N ventiladú pó n pü' daidé renfresché.

Important: la temperatöra ideala de n ambiënt daite d'isté depënn dassënn dala temperatöra defora y é danter 23 y 26 de grá.

Contrac al telefon

Ince ma n "sce" pó avëi consequënzes: ciodí che contrac al telefon ne convëgn feter mai

Al sona le telefon y na porsona foresta bona de müsa nes fej crëie che i un ciamó bolëtes nia paiades, notes de acreditamënt o ofertes dër bunmarcé che nes speta ma por che al nes sciampes da dí de "sce".

Chiló scomëncel l'odissea de mudaziuns de fornidú, de contrac varënc y nia varënc, de periodes de tëmp faturades dui iadi y de na malsegurëza iuridica generala.

En general velel: le telefon n'é nia la miú opziun por stlùje jö n contrat. Ara ne vá nia da confronté i prisc dá dant cun chi de d'atri fornidus y al é ri da calcolé do avisa ci che nes vëgn pité a usc.

Sciöche ZCS podunse ma ves daidé te na manira limitada. Canche an stlüt jö contrac al telefon él pro la majera pert di bëgns y di sorvisc **(mo baldi nia pro düc!)** n dërt de retrata debann dal contrat tl tēmp de 14 dis calendars.

Sce i ciafëis na telefonada de reclam **ne stede mai a confermé osta identité!** Stlujede jö atira la telefonada dijon tler "no, giulan!". **Ne stede mai a dé inant al telefon dac personai sciöche l'IBAN o le numer de POD** (numer dl cuntadú dla forza elettrica).

Ci che pó ince daidé é lascé mëte ite i numeri de telefon tl Register Publich dles Oposiziuns (RPO: <https://registrodelleopposizioni.it/>).

Tó jö pëis- mo te na manira sana

Che che ó tó jö te na manira sana, ne dess nia perde plü co mez cina alplü un n chilo al'edema. Por tó jö 500 grams al'edema de gras dl corp mësson smendrí 3.500 chilocalories al'edema, chël ó dí mesanamënter 500 chilocalories al de. Por tó jö 5, 10 o cinamai 20 chili de gras mësson se tó dlaurela incër 10, 20 o 40 edemes.

Canche an fej na dieta cun manco calories por plü dî él important da mangé te na manira plü che ara vá rica de variaziuns y de patüc da mangé desfarënt por schivé na mancianza de sostanzes nudritives. An dess dantadöt mangé alimënc da n contignü energetich bas, plëgns de sostanzes de balast y sostanzes nudritives sciöche verzöra, ordöra, früc da cose, bla integrala y produc da lat megri, an dess sparagné cun i grasc da cujiné y al é damí tó demez daldöt les bombes de calories o boandes da zücher. Sce an ó ester bogn da fá na dieta da püces calories por n tēmp plü lunch mëssera ester adatada ala vita da vigni de: an dess tó en conscidraziun les preferënzes personales y ince se conzede val' momënc de plajëi. Regoles massa sciodes o massa de gragn cosc da cumpré ite o massa laur da cujiné porta plülere a frustraziun y arbassa la motivaziun.

Canche an fej na dieta ecuilibrada da püces calories vëgnel dagnora ince aconsié da fá movimënt assá. Ideal fossel 150 menüc al'edema de ativité fisica (na combinaziun de n alenamënt de forza y de resistënza).

La ZCS y les banches locales aconsiëia da mëte averda a formes de ingianades nöies

Deache tles edemes che é stades él indô jü sö i caji de ingianades avisëia la ZCS, deboriada cun la cassa Raiffeisen, la banca popolare y la Cassa dl Sparagn, che al é da mëte averda y da ne dé mai inant dac bancars o parores d'azes tres SMS, e-mail o telefon.

Ince pro la Zentralla di consumadus él jü sö tl ultimo tēmp les reclamaziuns sön ingianades al telefon o online. I messaji che les porsones atocades ciafa pé che vëgnes da súa banca o da n fornidú de chertes de credit. Te chëstes comunicaziuns vëgneres inviades cun bindebó de prescia da dé dant i dac personai de so cunt o de súa cherta, da fá paiamënc bancars o da cliché sön links.

Banches indortöra ne ti damana mai dac sensibli a súa clientela por telefon, por SMS y gnanca por e-mail. Ne stede porchël mai a dé inant informaziuns socrètes sciöche le PIN, les passwords, i numeri de cherta de credit, i dac d'azes o i codesc OTP adorá pro l'online-banking, dantadöt nia sce i gnëis metüs sot a presciun bel anfat sce por e-mail, cun n SMS o al telefon. Por na sigüda contatede diretamënter osta banca. Ne stede mai a cliché sön links eventuai che á sciöche fin chël da trá jö scioldi te na manira fraldorënta da osc cunt bancar.

Dantadöt problematica te chësc contest é i paiamënc bancars direc, deache ara ne vá nia da i anulé y porchël ne joel gnanca nia da cherdé sö tla banca. "N iade che al é gnü fat le paiamënt, s'un é ince i scioldi" á alzé fora Gunde Bauhofer, la diretoria dla Zentralla di Consumadus dl Südtirol.

Svenüda de fin isté 2024

N valgügn consëis por fá de bogn afars

En vëndres, ai 19 de messé ál metü man ofizialmënter te tröc posc dl Südtirol la svenüda de fin isté 2024. La ZCS avisëia che te chësta ocajiun pó i prisc gní arbassa mo i dërc dles consumadësses y di consumadus mëss resté anfat.

Ince por i produc a chi che al ti vëgn lascé do le prisc velel: **Ai ne pó nia avëi defec y mëss ti corespogne ales indicaziuns dl reclam.** Sce n produt á n defet (che ne vëgn nia dé dant tler y ne vëgn nia compensé cun n sconto surapró) mëss le produt gní **cuncé o sostituí** cun n produt zënza defec. Sce chësc n'é nia poscibl mëssel gní anulé le contrat de cumpra; la porsona che á cumpré le produt da defet le dá derevers y al ti vëgn retü l'import de scioldi corespognënt **(ne stede a azeté n bon deache i ëis le dërt da ciagé zoruch i scioldi!)**

Tl tēmp de svenüda mëssel ester sön l'etichëta dl prisc trëi indicaziuns:

1. **le prisc de venüda originar**, chël ó dí le prisc plü bas apliché ti trënta dis dan la svenüda (ater co por produc agricoi, alimentars y produc sotcost)
2. **l'arbassamënt dl prisc** (te porcënt)
3. **le prisc de venüda nü**, chël ó dí le prisc arbassé.

En linia de prinzip mëss les botëghes azeté paiamënc cun cherta; sce ares ne le fej nia, póres gní sanzionades cun na strafunga de scioldi (al é ma n valgönes püces ezeziuns de chësta oblianza).

Deplü consëis por abiné les mius ocajiuns él da ciafé sön nosta plata internet.

Suravijiun di termins:

Tla maiú pert di comuns dl Südtirol scomëcia le tēmp de svenüda ai 19 de messé dl 2024 y se röia ai 16 de agost dl 2024. Ti comuns turistics á metü man la svenüda sajónala impormó ai 24 de forá dl 2024 y se röia ai 23 de merz dl 2024.

Computers regenerá por scolares y scholars

Cumpré n computer é n vare important por scolares y scholars, dantadöt deache al vëgn adoré da lauré te scora y a ciasa, y nia ma da soghé: aldedaincö adoron n computer da inrescí te internet y da desciarié material d'aprendimënt sides por i compic a ciasa co ince por imparé en autonomia. Mo n computer costa tröc scioldi y nia düc ne á le möd da s'un cumpré n nü. Porchël él ince da ciafé computers "refurbished", regenerá. Ara se trata de computers adorá, cunciá, ispezioná y metüs te condiziuns anfat a chères de n computer nü.

Le "PC-Doktor" da Balsan dëida scolares y scholars rové pro n computer regeneré de cualité alta, sostignibl y bunmarcé. I prisc vá da 55 euro por n laptop regeneré a 80 euro por n PC regeneré cun na plata fissa SSD bele istalada. Tl prisc él ince bele le monitor, la tastadöra y la mouse.

Chësc é n contribut important por la sostignibilité y por la reduziun de refodam eletronich, y tl medemo tēmp ti vëgnel ince dé na sbürta al'economia zircolar y pité l'azes al monn digital a dotes les porsones.

Por de plü informaziuns: "PC-Doktor" Balsan (tel. 3358254454).

Metede averda ales confeziuns ingianoses!

Cun confeziuns ingianoses él miné confeziuns olache al pé che al sides laite na majera cuantité de produt de ci che an mina, por ejèmpl tres confeziuns da n funz dopl o injops suradimenjionai. Al post de na gran cuantité de produt él te chëstes confeziuns ma tröpa aria.

Impede alzé le prisc por ne perde nia la clientela vëgnel ascognü l'aumënt de prisc mantignin le prisc y la confeziun anfat, mo al vëgn smendrí la cuantité dl contignü.

Mo ara nen vá nia ma de scioldi: de te confeziuns ingianoses á na faziun dër negativa sön nosc ambiënt. De gran confeziuns che ne vá nia debojëgn adora sö ressurses por nia (papier, petröre sciöche materia pröma por materiai sintetics, metai, spidl) y al vëgn a se le dé refodam surapró.

Insciö vára da reconösce y schivé confeziuns che ingiana:

- Scritöres sciöche "rezeta nöia" o "sëgn ciamó na miú cualité" podess ester na indicaziun che al é gnü smendrí la cuantité de produt.
- Pro produc che i ne ëis mai cumpré denant controleda la cuantité dl contignü stampada sön la confeziun y confrontada cun le prisc de basa de produc somiënc (prisc al chilo o liter).
- Pro confeziuns cun injops flessibli vára da sintí tan plëna che la confeziun é.
- Confeziuns cun injops mec trasparënc pón tigní cuntra la löm y valuté tan plënes che ares é.
- Da scassé na confeziun pón ince dí plü o manco tan plëna che ara é, aladô dl sonn.
- Confeziuns cun na picia finestra pón tigní cun le ce jöpert por valuté tan de lerch öta che al é laite.

Confeziuns che ingiana n'é nia ma da ciagé tl setur alimentar, an les ciafa ince pro i produc de cosmentica, patüc da puzené y lavé.

Tëmp de vacanzas: Metede averda pro le daz dl'autostrada

La ZCS mët a disposiziun n pice manual

Da pié ia en vacanza tol tröpes porsones naota l'autostrada. Mo fajede atenziun, canche al pé che al ne sides nia da paié le daz, por ejëmpel tl caje de scioper o canche l'automat ne vá nia. Deache da paié él bonamënter a vigni moda.

Por che an s'un capëscas fora mët la ZCS a disposiziun n pice manual (<https://www.consumer.bz.it/de/zahlungsaufforderungen-fuer-nicht-bezahlte-autobahngebuehren>): chiló él da ciagé caji che reverda le paiamënt dl daz y ince les poscibilités da contesté les ghiranzas de paiamënt.

Al é da dí che i gesturs dles autostrades y les sozietés inciariades da incassé ne pó nia mëte sön le cunt, canche al vëgn trat ite le daz nia paié, somes surapró che vá sura les tarifes de azertamënt bele odüdes danfora dal Codesc stradal.