

ΧΑΡΟΚΟΠΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ

ΤΜΗΜΑ ΟΙΚΙΑΚΗΣ ΟΙΚΟΝΟΜΙΑΣ & ΟΙΚΟΛΟΓΙΑΣ

---

ΘΕΜΑ: «ΠΡΟΪΟΝΤΑ ΕΜΠΛΟΥΤΙΣΜΕΝΑ ΜΕ ΦΥΤΙΚΕΣ ΣΤΕΡΟΛΕΣ –  
ΔΙΕΡΕΥΝΗΣΗ ΠΡΟΤΙΜΗΣΕΩΝ ΚΑΤΑΝΑΛΩΤΩΝ»

Αθήνα, 23 Ιουνίου 2005



Επιμέλεια: **Βιβή Κοντογιάννη**

Τριμελής Επιτροπή:

Επιβλ. Καθηγητής: **Α. Τσίτουρας, Λέκτορας**

**Α. Σαϊτή, Επίκουρος Καθηγήτρια**

**Α. Κυριακούσης, Καθηγήτης**

## ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

|                                                                        |            |
|------------------------------------------------------------------------|------------|
| Εισαγωγή                                                               | 3          |
| 1 ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΚΑΙ ΧΟΛΗΣΤΕΡΙΝΗ – ΦΥΤΙΚΕΣ ΣΤΕΡΟΛΕΣ ΚΑΙ ΝΕΑ ΠΡΟΪΟΝΤΑ         |            |
| ΠΡΟΣΦΕΡΟΥΝ ΛΥΣΗ                                                        | 5          |
| 1.1 Περί υγείας και διατροφής                                          | 5          |
| 1.2 Περί Χοληστερόλης ή Χοληστερίνης                                   | 8          |
| 1.3 Φυτοστερόλες ή φυτικές στερόλες                                    | 14         |
| 1.4 Προϊόντα εμπλουτισμένα με φυτικές στερόλες                         | 18         |
| 1.5 Επώνυμα προϊόντα εμπλουτισμένα με φυτικές στερόλες                 | 26         |
| 2 ΕΛΑΪΣ – Ο ΓΙΓΑΝΤΑΣ ΣΤΗΝ ΑΓΟΡΑ ΤΩΝ ΕΛΑΙΟΥΡΓΙΚΩΝ ΠΡΟΪΟΝΤΩΝ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ |            |
| ΚΑΘΩΣ ΚΑΙ ΤΩΝ ΠΡΟΪΟΝΤΩΝ ΕΜΠΛΟΥΤΙΣΜΕΝΩΝ ΜΕ ΦΥΤΙΚΕΣ ΣΤΕΡΟΛΕΣ             | 35         |
| 3 ΑΝΑΛΥΣΗ ΤΗΣ ΑΓΟΡΑΣ ΚΑΤΑΝΑΛΩΤΩΝ ΚΑΙ ΤΗΣ ΑΓΟΡΑΣΤΙΚΗΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ      | 43         |
| 3.1 Πώς και γιατί αγοράζουν οι καταναλωτές                             | 44         |
| 3.1.1 Πολιτισμικοί παράγοντες που Επηρεάζουν τη Συμπεριφορά Αγοραστή   | 45         |
| 3.1.2 Κοινωνικοί Παράγοντες που Επηρεάζουν την Αγοραστική Συμπεριφορά  | 50         |
| 3.1.3 Προσωπικοί Παράγοντες που Επηρεάζουν την Αγοραστική Συμπεριφορά  | 55         |
| 3.2 Η διαδικασία λήψης απόφασης αγοράς από τον καταναλωτή              | 70         |
| 3.2.1 Αγοραστικοί Ρόλοι                                                | 70         |
| 3.2.2 Αγοραστική Συμπεριφορά                                           | 71         |
| 3.2.3 Στάδια της Διαδικασίας Λήψης Απόφασης για Αγορά                  | 74         |
| 3.2.4 Ικανοποίηση μετά την Αγορά                                       | 82         |
| 3.2.5 Ενέργειες μετά την Αγορά                                         | 82         |
| 3.2.6 Χρήση και διάθεση μετά την Αγορά                                 | 85         |
| ΜΕΡΟΣ 2ο: ΈΡΕΥΝΑ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ ΚΑΤΑΝΑΛΩΤΗ ΜΕΣΩ ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟΥ          | 87         |
| 4 ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ                                                       |            |
| 4.1 Δημιουργία και Εκτέλεσή του                                        | 87         |
| 4.2 Ενδοσκόπηση Ερωτηματολογίου                                        | 90         |
| 4.3 Αποτελέσματα Ερωτηματολογίων                                       | 102        |
| 4.4 ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ–ΣΥΣΧΕΤΙΣΜΟΙ                                           | 171        |
| ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ1                                                             | 180        |
| <b>Βιβλιογραφία</b>                                                    | <b>185</b> |

## Εισαγωγή

Εν έτη 2005 ο καθημερινός τρόπος ζωής του ανθρώπου έχει διαφοροποιηθεί σε μεγάλο βαθμό σε σχέση με αυτόν πριν από 20 ή 30 χρόνια. Οι καθημερινές μας συνήθειες ή αλλιώς η ρουτίνα μας έχει διαμορφωθεί κατά τέτοιο τρόπο όπου δεν έχουμε τον χρόνο που χρειαζόμαστε για να αφιερώσουμε στο πολυτιμότερο πράγμα που έχουμε, και αυτό είναι ο εαυτός μας. Ο σύγχρονος άνθρωπος δημιουργώντας μεγάλο αριθμό από ανάγκες και επιθυμίες αναγκάζεται να εργάζεται αρκετές ώρες από το 24ωρό του για να τις καλύψει. Συνυπολογίζοντας και τους συνεχώς μεταβαλλόμενους και αστάθμητους χρηματοοικονομικούς και πολιτικούς παράγοντες γίνεται αρκετά εύκολη η κατανόηση της «δύσκολης» κατάστασης στην οποία έχει περιέλθει ο άνθρωπος του σήμερα.

Αθροιστικά με όλα τα παραπάνω λειτουργεί και ο ευρύτερος «βιασμός» που υφίσταται καθημερινά η φύση από τα «επιτεύγματα» του ανθρώπινου είδους και που φυσικά έχουν ως αποτέλεσμα την επιβάρυνση της υγείας του καθενός από εμάς, κάνοντας ακόμα πιο δύσκολη την επιβίωσή μας.

Σε αυτό το δύσκολο και ταυτόχρονα επικίνδυνο πλαίσιο που καλούμαστε να ζήσουμε δεν διαφαίνονται και πολλές διέξοδοι. Συμπερασματικά το μόνο που μπορούμε να κάνουμε είναι να προστατεύσουμε τον εαυτό μας από τους εξωγενείς κινδύνους που απειλούν το πνεύμα και την υγεία μας ώστε να

καταφέρουμε να «επιβιώσουμε» στους ρυθμούς και στις συνθήκες που επικρατούν στο εκάστοτε περιβάλλον μας.

Η προστασία και όξυνση του πνεύματός μας είναι μια διαδικασία με την οποία δεν θα ασχοληθούμε σε αυτή τη μελέτη, όμως πρέπει να σημειωθεί ότι μόνο αν προστατεύσουμε την σωματική μας υγεία θα έχουμε τη δυνατότητα να ασχοληθούμε και με το πνεύμα μας. Άρα, λοιπόν η προσοχή μας θα εστιαστεί στην προστασία της υγείας μας. Αυτό μπορεί να επιτευχθεί με πολλούς τρόπους απλά και μόνο εντάσσοντας στην καθημερινότητα μας κάποιες πιο «υγιεινές» συνήθειες και κάνοντάς αυτές ρουτίνα μας.

Στη μελέτη που ακολουθεί θα εξετάσουμε μονομερώς μια σειρά από προϊόντα τα οποία βοηθούν την υγεία μας έμμεσα και άμεσα και θα δούμε πώς οι συνάνθρωποί μας αντιδρούν στην προοπτική αλλαγής των καθημερινών διατροφικών τους συνηθειών με στόχο μόνο την καλύτερη υγεία για αυτούς και κατ' επέκταση την καλύτερη ζωή για αυτούς.



## 1 ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΚΑΙ ΧΟΛΗΣΤΕΡΙΝΗ – ΦΥΤΙΚΕΣ ΣΤΕΡΟΛΕΣ ΚΑΙ ΝΕΑ ΠΡΟΪΟΝΤΑ ΠΡΟΣΦΕΡΟΥΝ ΛΥΣΗ

### 1.1 Περί υγείας και διατροφής

Έχει ειπωθεί ουκ ολίγες φορές η ρήση του ότι «είμαστε ότι τρώμε».

Δεν θα μπορούσε να είναι περισσότερο αληθινή αυτή η φράση (αν εξαιρέσουμε την περίπτωση του καπνίσματος) ιδιαίτερα στη σημερινή εποχή όπου ο καθημερινός τρόπος ζωής μας σε συνδυασμό με αρκετά επιβαρημένο, από ρύπους, περιβάλλον, κάνουν τη καθημερινή μας διατροφή άκρως σημαντική για την υγεία μας.

Είναι πλέον ευρύτατα γνωστό ότι το ανθρώπινο σώμα λειτουργεί σε υψηλά επίπεδα και διακρίνεται για την υγεία του όταν λαμβάνει μέσω της διατροφής καθημερινά όλα τα απαραίτητα θρεπτικά συστατικά (πρωτεΐνες, λίπη, ιχνοστοιχεία, νερό, βιταμίνες, υδατάνθρακες – συνολικά άνω των 50) σε σωστή δοσολογία και σωστό χρόνο, κρατώντας μια γενικότερη ισορροπία.

([www.neahygeia.gr/pub/prevention\\_nutrition.asp?doc\\_id=50...](http://www.neahygeia.gr/pub/prevention_nutrition.asp?doc_id=50...))

Δυστυχώς όμως ο καθημερινός τρόπος ζωής της σύγχρονης κοινωνίας δεν επιτρέπει ή καλύτερα δεν καθιστά εύκολο το να είμαστε συνεπείς με τις απόλυτες ανάγκες που έχει το σώμα μας για ισορροπημένη διατροφή. Πολλοί λόγω του ότι περνούν πολλές ώρες στην δουλειά τους συνηθίζουν να τρώνε από καταστήματα άμεσης σίτισης τα γνωστά «fast food restaurants» όπου η ποιότητα και η ποικιλία των διατροφικών επιλογών είναι περιορισμένη.

Επίσης, λόγω του συγκεκριμένου τρόπου ζωής οι ώρες που ξοδεύουν καθήμενοι στην εργασία τους είναι υπερβολικά πολλές για ένα σώμα το οποίο χρειάζεται και ένα ποσοστό ποικιλόμορφης κίνησης για να είναι σε «φόρμα».

Εάν συναθροίσουμε και τις «κακές» συνήθειες όπως είναι το κάπνισμα, οι λίγες ώρες ύπνου και το αλκοόλ, είναι αρκετά εύκολο να κατανοήσουμε ότι το κακό που κάνουμε στην προσωπική μας είναι υγεία είναι τεράστιο.

Κάτω από αυτό το πρίσμα μπορούμε πολύ απλά να συμπεράνουμε ότι η αλλαγή στις καθημερινές μας συνήθειες είναι επιτακτική και ιδιαίτερα στο θέμα της διατροφής μας.

Ο ανθρώπινος οργανισμός για να προστατευτεί δεν μπορεί να γίνει γενικά και αόριστα. Ο οργανισμός μας αποτελείται από αρκετά ζωτικά όργανα τα οποία χρειάζονται το καθένα τον δικό του χειρισμό και φροντίδα για να είναι υγιή και να λειτουργούν με τον βέλτιστο τρόπο.

Η κινητήρια όμως δύναμη του ανθρώπινου σώματος και το σημαντικότερο ζωτικό του όργανο είναι η καρδιά. Το όργανο αυτό επηρεάζεται ίσως περισσότερο από όλα τα ζωτικά όργανα του οργανισμού από τις καθημερινές μας συνήθειες και τη διατροφή μας. Σε περίπτωση που κάτι δεν «πάει καλά» με την καρδιά ο άνθρωπος αντιμετωπίζει σοβαρό πρόβλημα υγείας και αρκετές πιθανότητες θανάτου.

Είναι πλέον αποδεδειγμένο ότι η διατροφή παίζει σημαντικό ρόλο, όχι μόνο στην αντιμετώπιση των καρδιαγγειακών νοσημάτων, αλλά πολύ περισσότερο, στην πρόληψή τους.

Μια ενδεδειγμένη διατροφή μπορεί να επιτύχει μείωση των υπερλιπιδαιμιών, μείωση της υπέρτασης, μείωση του σωματικού βάρους (σε περιπτώσεις παχυσαρκίας) και σε συνδυασμό με την αύξηση της φυσικής δραστηριότητας και την ενδεχόμενη φαρμακευτική αγωγή, (σαφώς και με διακοπή του καπνίσματος – εάν υπάρχει αυτή η συνήθεια) να επιφέρει μείωση του κινδύνου ανάπτυξης καρδιαγγειακών νοσημάτων.

([www.vian.com.gr/htmlsite/productdetails.asp...](http://www.vian.com.gr/htmlsite/productdetails.asp...))

Επίσης, πρέπει να σημειωθεί ότι σε περίπτωση που η καρδιά αντιμετωπίζει προβλήματα αυτό έχει επίπτωση και στα υπόλοιπα ζωτικά όργανα του ανθρώπινου οργανισμού. Δημιουργείται μια αλυσιδωτή αντίδραση η οποία μπορεί να καταστεί αρνητικά μη αναστρέψιμη με αποτέλεσμα κάποιο μόνιμο πρόβλημα στον οργανισμό ή ακόμα χειρότερα το θάνατο.

Στην παρούσα μελέτη εξετάζονται μια σειρά από νέα εναλλακτικά τρόφιμα (εμπλουτισμένα με φυτικές στερόλες) τα οποία έχουν τη δυνατότητα (αποδεδειγμένα) να βελτιώσουν αρκετά την υγεία μας προστατεύοντας μας από καρδιαγγειακά νοσήματα (περιορισμός της «κακής» χοληστερόλης) και να αποτελέσουν το έναυσμα για χρήση περισσότερων εναλλακτικών τροφίμων, τα οποία εφόσον ενταχθούν στο καθημερινό διαιτολόγιό μας μπορούν να μας βοηθήσουν να βελτιώσουμε την υγεία μας κατά πολύ.

Φυσικά, πρέπει να τονισθεί ότι τα συγκεκριμένα προϊόντα σε συνδυασμό με συστηματική άσκηση και περιορισμό των «κακών» συνηθειών, μπορούν να προσφέρουν σημαντική βοήθεια στη βελτίωση της υγείας του οργανισμού.

## 1.2 Περί Χοληστερόλης ή Χοληστερίνης

Οι καρδιαγγειακές παθήσεις αποτελούν την βασική αιτία θανάτων στην Ευρώπη και στην Ελλάδα, από τη δεκαετία του 1920. Οι παράγοντες κινδύνου που συμβάλλουν στην εμφάνισή τους είναι αρκετοί, από τους οποίους μερικοί είναι μη μετατρέψιμοι όπως είναι η κληρονομικότητα, το φύλο και η ηλικία, ενώ οι περισσότεροι είναι αναστρέψιμοι, όπως το κάπνισμα, η υψηλή αρτηριακή πίεση, τα αυξημένα επίπεδα χοληστερόλης και η έλλειψη άσκησης.

([www.mednutrition.gr/essays/2004/essay47.htm](http://www.mednutrition.gr/essays/2004/essay47.htm))

Η χοληστερόλη είναι ένας βασικός παράγοντας κινδύνου για καρδιοπάθειες, αν και το ευρύ κοινό συχνά δεν γνωρίζει την άμεση συσχέτιση των δύο αυτών παθολογικών καταστάσεων. Και παρόλο που πολλοί είναι οι παράγοντες που συμβάλλουν στην εκδήλωση καρδιαγγειακών προβλημάτων, από τους πιο σημαντικούς είναι τα επίπεδα ολικής και LDL «κακής» χοληστερόλης. ([www.anemone.ge/site/gr/cases/becel/newsletter01\\_html.html](http://www.anemone.ge/site/gr/cases/becel/newsletter01_html.html))

Σύμφωνα με τα αποτελέσματα του Ευρωπαϊκού Προγράμματος Συνεργασίας Ιατρικής και Κοινωνίας (Ε.Π.Ι.Κ.) στην Ελλάδα βρέθηκε ότι το 57% των ανδρών και το 34% των γυναικών ενός πολύ μεγάλου δείγματος (13.640 εθελοντές από όλη την Ελλάδα) παρουσιάζουν υψηλότερα από τα φυσιολογικά επίπεδα χοληστερόλης ορού. Δηλαδή παρουσιάζουν αυξημένο κίνδυνο εμφάνισης στεφανιαίας νόσου.

([www.bertzeletos.gr/arthra/article17.htm](http://www.bertzeletos.gr/arthra/article17.htm))



Επιπροσθέτως, σύμφωνα με τα επίσημα στοιχεία του Ελληνικού Ιδρύματος Καρδιολογίας, 1 στους 3 Έλληνες έχει επίπεδα χοληστερόλης υψηλότερα από τα κανονικά, ενώ μόνο 3 στους 10 το γνωρίζουν. Δυστυχώς, ενώ τα επιθυμητά επίπεδα ολικής χοληστερόλης είναι 200mg/dl ή χαμηλότερα, στις περισσότερες αναπτυγμένες χώρες, το 40-50% του ενήλικου πληθυσμού έχει συγκεντρώσεις χοληστερόλης αίματος οι οποίες υπερβαίνουν αυτή την τιμή.

Η χοληστερόλη ή κοινώς χοληστερίνη είναι μια λιπαρή ουσία απαραίτητη στον οργανισμό (μια αλκοόλη, όπως η γλυκερίνη, αλλά με πιο σύνθετο μόριο – [Ιατρικά, 7.1.2003, Χ.Κ. Τεγόπουλος Εκδόσεις Α.Ε.](#)) που συμμετέχει στη λειτουργία των κυττάρων και των ορμονών. Η υπερβολική αύξηση της όμως στο αίμα και η εναπόθεσή της στα τοιχώματα των αρτηριών είναι επικίνδυνη, γιατί δημιουργεί αθηρωματοσκλήρυνση.

Ένα μεγάλο μέρος της χοληστερόλης παράγεται από τον ίδιο τον οργανισμό, στο συκώτι, το έντερο, τα επινεφρίδια και τους γεννητικούς αδένες.

Επιπλέον, χοληστερόλη προσλαμβάνεται και από ορισμένα τρόφιμα όπως τα αυγά, το κρέας, και τα γαλακτοκομικά προϊόντα.

Η αύξηση της χοληστερόλης στο αίμα αποτελεί τη σημαντικότερη αιτία της στεφανιαίας νόσου, δηλαδή της στηθάγχης και του εμφράγματος. Η υπερχοληστερολαιμία μαζί με το κάπνισμα, την υπέρταση και το σακχαρώδη διαβήτη αποτελούν τους 4 μεγαλύτερους παράγοντες κινδύνου για τη στεφανιαία νόσο. Είναι οι 4 δῆμιοι (όπως λέγονται) της καρδιάς.

Η χοληστερόλη εναποτίθεται στα τοιχώματα των αγγείων, ιδίως των στεφανιαίων αγγείων της καρδιάς σχηματίζοντας την αθηρωματική πλάκα, με συνέπεια να ελαττώνεται το εύρος των αρτηριών, να μειώνεται η παροχή αίματος στον μυϊκό ιστό της καρδιάς και να σχηματίζονται θρόμβοι και αποφράξεις των στεφανιαίων αγγείων, με αποτέλεσμα την εκδήλωση εμφράγματος του μυοκαρδίου.

Η χοληστερόλη μεταφέρεται στο αίμα με τη βοήθεια ενώσεων που λέγονται λιποπρωτεΐνες. Ορισμένες από αυτές ευνοούν το σχηματισμό αθηρωματικής πλάκας και ανήκουν σε αυτή την κατηγορία που ονομάζεται κακή χοληστερόλη ή LDL-χοληστερόλη. Άλλες δρουν προστατευτικά, βοηθώντας στην εξαφάνιση της πλεονάζουσας χοληστερόλης μέσα στα κύτταρα, και ανήκουν στην κατηγορία που ονομάζουμε καλή χοληστερόλη ή HDL – χοληστερόλη.

Οι διαταραχές της χοληστερόλης και των λιποπρωτεϊνών μπορεί να οφείλονται σε κληρονομικούς ή σε διατροφικούς παράγοντες, που είναι και οι πιο συχνοί.

Η φυσιολογική τιμή της χοληστερόλης σε άνδρες και γυναίκες είναι μέχρι 200 mg%. Τιμές χοληστερίνης μεταξύ 200 και 250 mg% θεωρούνται οριακές, ενώ πάνω από 250 mg% αυξημένες. Άτομα που η τιμή της χοληστερόλης τους ξεπερνάει τα 260 mg% έχουν 4 φορές μεγαλύτερο κίνδυνο να εμφανίσουν καρδιοπάθεια, από ότι άτομα με χοληστερόλη χαμηλότερη από 200 mg%.

Πολλές μελέτες έχουν δείξει ότι α) μια ελάττωση της ολικής χοληστερόλης κατά 1% μειώνει τον κίνδυνο του εμφράγματος κατά 2%, β) μία αύξηση κατά 1% της

καλής χοληστερόλης , (HDL – χοληστερόλης), μειώνει τον κίνδυνο εμφράγματος κατά 3%.

Η χοληστερόλη μπορεί να μειωθεί με την κατάλληλη διαίτα και αν είναι αναγκαίο με τη χρήση ειδικών φαρμάκων. Η καλή χοληστερόλη μπορεί επίσης να αυξηθεί με την κατάλληλη διαίτα και τη σωματική άσκηση.

Η κατάλληλη διαίτα για τη μείωση της χοληστερόλης και τη διατήρησή της στα φυσιολογικά επίπεδα, περιλαμβάνει καθημερινή κατανάλωση φρούτων και λαχανικών, συχνή κατανάλωση λευκών κρεάτων (ψάρια, κοτόπουλα κ.α.), κατανάλωση άπαχου γάλακτος, τυριού και γιαουρτιού, αποφυγή βουτύρου και περιορισμό στην κατανάλωση αυγών, γλυκών, τυριών και κόκκινων κρεάτων.

Γενικότερα θα πρέπει να αποφεύγονται τρόφιμα τα οποία είναι πλούσια σε κορεσμένα λιπαρά και πρόσληψη μονοακόρεστων λιπαρών καθώς και φυτικών στερολών και ινών. Για την ακρίβεια η πρόσληψη μονοακόρεστων λιπαρών (ελαιόλαδο, ανεπεξέργαστοι ξηροί καρποί), σε συνδυασμό με υψηλή κατανάλωση φρούτων και λαχανικών έχει συσχετισθεί με μείωση των καρδιαγγειακών νοσημάτων. Έχει βρεθεί ότι τα μονοακόρεστα ρίχνουν την «κακή» χοληστερόλη (LDL) χωρίς να επηρεάζουν τα επίπεδα των τριγλυκεριδίων και της «καλής» χοληστερόλης (HDL). Για αυτό το λόγο και συνίσταται τα μονοακόρεστα να καλύπτουν το 20% της συνολικής ημερήσιας ενεργειακής πρόσληψης.

Τα πολυακόρεστα λιπαρά οξέα (μαργαρίνες, φυτικά έλαια) έχει βρεθεί ότι μειώνουν τα επίπεδα της χοληστερόλης και φαίνεται να έχουν ευεργετική

δράση και στην HDL – χοληστερόλη. Συνίσταται η πρόσληψή τους να φτάνει μέχρι το 10% της συνολικής προσλαμβανόμενης ενέργειας.

Η πρόσληψη της χοληστερόλης της διατροφής (βρίσκεται στα αυγά, τα θαλασσινά) επηρεάζει ως γνωστόν αρνητικά τα επίπεδα χοληστερόλης αίματος. Η αλήθεια όμως είναι ότι δεν επηρεάζει στον βαθμό που κάποτε πιστευόταν και σαφώς δεν επηρεάζει στον ίδιο βαθμό όλους τους ανθρώπους. Ωστόσο συνίσταται ο περιορισμός της πρόσληψης χοληστερόλης από τη διατροφή στα 200 mg ημερησίως.

([www.bertzeletos.gr/arhra/article17.htm](http://www.bertzeletos.gr/arhra/article17.htm)),

([www.iatronet.gr/HTMLpages/mainpages/ygianosoi/nosoi](http://www.iatronet.gr/HTMLpages/mainpages/ygianosoi/nosoi)

[kardiasaggion/elegxos\\_cholisterinis](http://kardiasaggion/elegxos_cholisterinis)), ([www.in.gr/health](http://www.in.gr/health))

& ([www.neahygeia.gr/pub/prevention\\_nutrition.asp?doc\\_id52...](http://www.neahygeia.gr/pub/prevention_nutrition.asp?doc_id52...))

Γενικότερα θα πρέπει να δοθεί ιδιαίτερη προσοχή στη χοληστερίνη καθώς λειτουργεί μη φανερά (σχετικά ύπουλα) και δεν έχει συμπτώματα όπως άλλα νοσήματα. Για αυτό το λόγο είναι απαραίτητος ο συχνός εργαστηριακός έλεγχος με πρώτη εξέταση και για άντρες και για γυναίκες στην ηλικία των 20 ετών. ([www.becelproactiv.gr/cholesterol.html](http://www.becelproactiv.gr/cholesterol.html))

Σε σχέση με τους άντρες, οι γυναίκες διατρέχουν μικρότερο κίνδυνο εμφάνισης καρδιοπάθειας, για το λόγο ότι έχουν χαμηλότερα τριγλυκερίδια και υψηλότερα επίπεδα HDL χοληστερίνης από τους άντρες. Μετά την εμμηνόπαυση τα πράγματα όμως αλλάζουν.

([www.gourmed.gr/greek/mediterranean-diet/health/show.asp?](http://www.gourmed.gr/greek/mediterranean-diet/health/show.asp?))

Στη συνέχεια ακολουθεί ένας ενδεικτικός πίνακας με τις ομάδες τροφίμων που επιτρέπονται και απαγορεύονται όσον αφορά τη χρήση τους η οποία μπορεί να έχει θετικές ή αρνητικές επιρροές στα επίπεδα χοληστερίνης του ανθρώπινου οργανισμού.

| Ομάδες Τροφίμων | ΕΠΙΤΡΕΠΟΝΤΑΙ                                                                                                                 | ΑΠΑΓΟΡΕΥΟΝΤΑΙ                                                                                                                                                                                 |
|-----------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ροφήματα & ποτά | Καφές, τσάι, αναψυκτικά, χυμός από φρούτα και λαχανικά.                                                                      | Τα αλκοολούχα ποτά και αναψυκτικά που περιέχουν ζάχαρη                                                                                                                                        |
| Γάλα            | Αποβουτυρωμένο γάλα και γιαούρτι, τυρί χωρίς λίπος (μυζήθρα, ανθότυρο).                                                      | Πλήρες γάλα και προϊόντα από πλήρες γάλα (στραγγισμένο γιαούρτι, τυρί, κ.λπ.).                                                                                                                |
| Κρέας           | Περιορισμένο. Επιτρέπεται το κρέας από μοσχάρι και βοδινό. Πουλερικά χωρίς δέρμα. Ψάρια 1-2 φορές την εβδομάδα. Λευκό αυγού. | Κρόκοι από αυγά, αλλαντικά, μπέικον, χήνα, πάπια, και μαλάκια. Εντόσθια, χαβιάρι, κιμάς, παϊδάκια. Τηγανιτά, εκτός εάν χρησιμοποιηθούν πολυακόρεστα λάδια. Κονσέρβες, κρέας σε έτοιμα φαγητά. |
| Λίπη            | Ελαιόλαδο, καλαμποκέλαιο, βαμβακέλαιο, ηλιέλαιο, σογιέλαιο και πολυακόρεστη μαργαρίνη.                                       | Βούτυρο, λαρδί, μπέικον, υδρογονωμένα λίπη και σκληρή μαργαρίνη, λάδι από καρύδα. Λίπη και ζωμός με λίπη από κρέας ή ψάρι. Δέρμα από πουλερικά.                                               |
| Φρούτα          | Όλα                                                                                                                          | Καρύδα και αβοκάντο.                                                                                                                                                                          |
| Λαχανικά        | Φρέσκα, κατεψυγμένα σε κονσέρβα και μαγειρεμένα, χωρίς όμως κορεσμένα λίπη.                                                  | Λαχανικά μαγειρεμένα με βούτυρο ή προϊόντα από πλήρες γάλα. Τηγανιτά λαχανικά εκτός από εκείνα που είναι τηγανισμένα με πολυακόρεστα λάδια.                                                   |
| Ψωμί            | Όλα εφόσον δεν περιέχουν κορεσμένα λίπη και προϊόντα από πλήρες γάλα.                                                        | Μπισκότα, πατατάκια, γαριδάκια, κράκερς με τυρί, καθώς και όλα τα ψωμιά ή τα παράγωγα τους με λίπη.                                                                                           |
| Δημητριακά      | Ρύζι, μακαρόνια, χυλοπίτες, σπαγγέτι, αλεύρι, καλαμπόκι.                                                                     | Κανένα.                                                                                                                                                                                       |
| Επιδόρπια       | Ζελέ, κέικ, μπισκότα και φρουτοπίτες φτιαγμένες από αποβουτυρωμένο γάλα και πολυακόρεστα λάδια.                              | Όλα όσα περιέχουν πλήρες γάλα, κορεσμένα ή υδρογονωμένα λίπη και κρόκους από αυγά. Κέικ και άλλα επιδόρπια εμπορίου.                                                                          |
| Γλυκά           | Σκληρές καραμέλες, μαρμελάδα, ζάχαρη, μέλι, γλυκά κουταλιού.                                                                 | Όλα όσα περιέχουν πλήρες γάλα, αυγά, σοκολάτα, λίπη.                                                                                                                                          |
| Σούπες          | Σούπες που περιέχουν τα συστατικά που επιτρέπονται.                                                                          | Όλες οι άλλες.                                                                                                                                                                                |
| Διάφορα         | Ελιές, τουρσί, ξηροί καρποί, κακάο, βότανα, ξύδι, πιπέρι, ντοματοχυμός.                                                      | Καρύδα.                                                                                                                                                                                       |

([www.naturaldiet.gr/cholisterini-triglikieridia.htm](http://www.naturaldiet.gr/cholisterini-triglikieridia.htm))

### 1.3 Φυτοστερόλες ή φυτικές στερόλες

Η δράση των φυτικών στερολών στη μείωση της χοληστερόλης έχει αναγνωριστεί από τη διεθνή αλλά και την ελληνική επιστημονική κοινότητα. Όπως χαρακτηριστικά αναφέρει το ΕΛ.Ι.ΚΑΡ. (Ελληνικό Ίδρυμα Καρδιολογίας), «Τα καρδιαγγειακά νοσήματα αποτελούν την κυριότερη αιτία θανάτου δυστυχώς και στην Ελλάδα. Το ΕΛ.Ι.ΚΑΡ. έχει επανειλημμένα δηλώσει ότι η πρόληψη είναι η αιχμή του δόρατος στη μάχη της υγείας. Η σωστή διατροφή είναι ένας από τους σημαντικότερους παράγοντες στον τομέα της πρόληψης. Φυσικά συστατικά των τροφών όπως οι φυτικές στερόλες, γνωστές για την ιδιότητα τους να μειώνουν την χοληστερίνη είναι οι καλύτεροι σύμμαχοί μας στον αγώνα για μια υγιή καρδιά».

Οι φυτικές στερόλες έχουν παρόμοια μοριακή δομή με αυτή της χοληστερόλης και παρεμποδίζουν την απορρόφησή της από το έντερο. Οι φυτικές στερόλες ανταγωνίζονται τη χοληστερόλη στο έντερο λόγω της δομικής ομοιότητας τους, και κατά συνέπεια απορροφάται λιγότερη χοληστερόλη και η υπόλοιπη αποβάλλεται από τον οργανισμό. Η μειωμένη απορρόφηση χοληστερόλης δεν αντισταθμίζεται, παρά την αυξημένη σύνθεση της χοληστερόλης στον οργανισμό. Παράλληλα έχει αποδειχθεί ότι οι φυτικές στερόλες δεν επηρεάζουν τα επίπεδα της HDL – χοληστερόλης (καλή χοληστερόλη). Δεν περιέχουν μεταβολίσιμη ενέργεια και δεν συνεισφέρουν στη θερμιδική αξία του

οργανισμού. Είναι μικροσυστατικά των φυτικών ελαίων. Απαντώνται στη διατροφή, σε χαμηλά όμως επίπεδα, σε τροφές που καταναλώνουμε καθημερινά π.χ. στα φρούτα, τα λαχανικά, και στα φυτικά έλαια, όπως το ηλιέλαιο, τους καρπούς και τα δημητριακά.

Η μέση ημερήσια πρόσληψη των φυτικών στερολών στη διατροφή «δυτικού τύπου» είναι μεταξύ 200-400 mg/ημέρα με κύριες πηγές τα φυτικά έλαια, τα φυτικά προϊόντα επάλειψης, όπως οι μαργαρίνες/ αλοιφές, τα φρούτα και τα λαχανικά. Στην Ελλάδα, η μέση ημερήσια πρόσληψη πολλές φορές ξεπερνάει τα 400 mg την ημέρα λόγω της μεγαλύτερης κατανάλωσης φρούτων και λαχανικών.

Οι φυτικές στερόλες συστήνονται επίσημα από το Εθνικό Εκπαιδευτικό Πρόγραμμα για τη χοληστερόλη των ΗΠΑ (NCEP). Πιο συγκεκριμένα, στο προτεινόμενο μοντέλο προτείνεται η ένταξη 2 γραμμαρίων φυτικών στερολών στο καθημερινό διαιτολόγιο ατόμων με υψηλά επίπεδα LDL χοληστερόλης και ατόμων με καρδιακά νοσήματα. Κλινικές μελέτες έδειξαν ότι η ένταξη στο καθημερινό διαιτολόγιο 2 γραμμαρίων φυτικών στερολών, οδηγεί σε μείωση των επιπέδων της LDL χοληστερόλης κατά 10-15% εντός 3 εβδομάδων. Αξίζει να σημειωθεί ότι η μείωση της LDL χοληστερόλης αποτελεί πρωτεύοντα στόχο του NCEP, στην προσπάθεια για πρωτογενή πρόληψη των καρδιοπαθειών σε ενήλικες.

Μια πρόσφατη έρευνα έδειξε ότι οι φυτικές στερόλες μπορούν να μειώσουν τη χοληστερόλη περαιτέρω στα άτομα που χρησιμοποιούν στατίνες

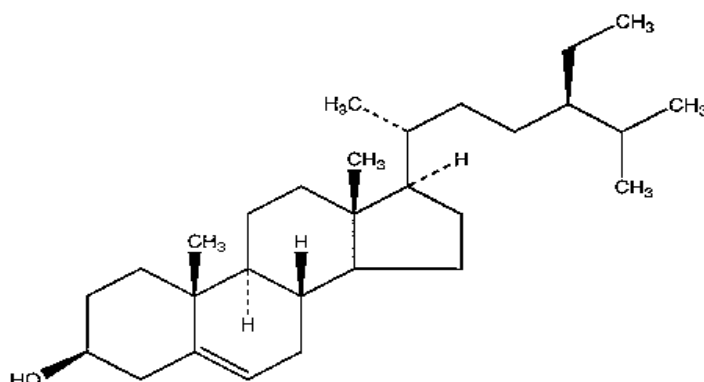
(υποχοληστερολαιμικά φάρμακα). Επίσης, ένα πολύ μικρό ποσοστό ατόμων (περίπου 1 στα 6 εκατομμύρια) πάσχουν από φυτοστερολαιμία, η οποία έχει ως αποτέλεσμα την αυξημένη ικανότητα απορρόφησης στερολών και τη μειωμένη ικανότητα αποβολής τους στη χολή. Συνεπώς, αυτά τα άτομα αναπτύσσουν πολύ υψηλά επίπεδα χοληστερόλης και στερολών στο αίμα και είναι επιρρεπή στην πρόωρη αθηροσκλήρωση. Οι πλούσιες σε φυτικές στερόλες τροφές δεν είναι κατάλληλες για τους ασθενείς με φυτοστερολαιμία.

([www.iatronet.gr/htmlpages/mainpages/diatrofi/therapousies/threptikes\\_lipi\\_steroles4.asp](http://www.iatronet.gr/htmlpages/mainpages/diatrofi/therapousies/threptikes_lipi_steroles4.asp)), ([www.becelproactiv.gr/news/.....](http://www.becelproactiv.gr/news/.....)) & ([www.mednutrition.gr/essays/2004/essay47.htm](http://www.mednutrition.gr/essays/2004/essay47.htm))

Γενικότερα, οι στερόλες είναι λιπιδικές ουσίες που αποτελούνται από άτομα άνθρακα, υδρογόνου και οξυγόνου σε τέτοια διάταξη, ώστε να σχηματίζουν δομή δακτυλίου. Η χολή, οι φυλετικές ορμόνες, οι επινεφριδιακές ορμόνες, και η βιταμίνη D περιέχουν στερόλες.

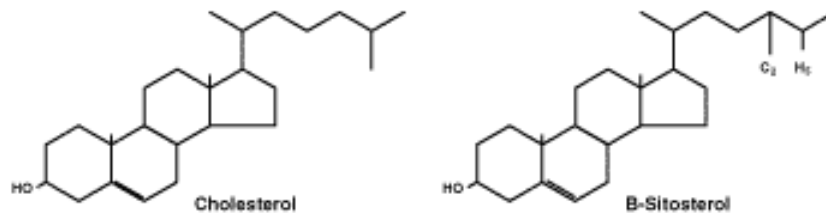
Οι πιο κοινές φυτοστερόλες είναι η β-σιτοστερόλη (βρίσκεται στο 50% των τροφίμων), η καμπτεστερόλη και η στιγμαστερόλη.

Η χημική δομή της β-σιτοστερόλης είναι η εξής:





Συγκρίνοντάς την με αυτή της χοληστερόλης βλέπουμε χαρακτηριστικά τη διαφορά τους όπου είναι στην 24<sup>η</sup> ανθρακική αλυσίδα:



([http://www.pdrhealth.com/drug\\_info/nmdrugprofiles/nutsupdrugs/phy\\_0205.shtml](http://www.pdrhealth.com/drug_info/nmdrugprofiles/nutsupdrugs/phy_0205.shtml))



## 1.4 Προϊόντα εμπλουτισμένα με φυτικές στερόλες

Η κατανάλωση φρούτων και λαχανικών, έστω και σε μεγάλες ποσότητες, δεν μπορούν να δώσουν τις απαραίτητες ποσότητες φυτικών στερολών στον οργανισμό και να τον βοηθήσουν στην αντιμετώπιση της χοληστερίνης.

Θα πρέπει να τονισθεί ότι 8 ώρες μετά τη συγκομιδή των προϊόντων τα τρόφιμα περιέχουν λίγες έως καθόλου στερόλες. Επίσης, οι επεξεργασίες που υπόκεινται τα τρόφιμα για να είναι πιο προσιτά στον καταναλωτή τους αφαιρούν τις στερόλες. Επιπροσθέτως, οι τρόποι που χρησιμοποιούμε για να μαγειρέψουμε τα τρόφιμα αυτά (βράσιμο, πάγωμα κ.α.) αφαιρούν τις πολύτιμες αυτές ουσίες (φυτικές στερόλες) από τα τρόφιμα μας.

Προσθέτοντας και το πλήθος των βλαβερών τροφών που προσθέτουμε καθημερινά στο διαιτολόγιο μας γίνεται επιτακτική η ανάγκη για παρουσία προϊόντων εμπλουτισμένων με φυτικές στερόλες, τα οποία προσφέρουν την απαραίτητη επιλογή για πιο υγιεινή διατροφή. ([www.risingstarle.com/sterols](http://www.risingstarle.com/sterols))

Τα τρόφιμα που αυτή τη στιγμή είναι εμπλουτισμένα με φυτικές στερόλες είναι σχετικά περιορισμένα αλλά συνεχώς εμφανίζονται καινούργιες επιλογές.

Το πλέον διαδεδομένο είναι οι μαργαρίνες όμως πλέον υπάρχουν και γαλακτοκομικά προϊόντα (γάλα, γιαούρτι), σπορέλαιο καθώς και σοκολάτες.

Η πρόοδος της επιστήμης και της τεχνολογίας είναι τέτοια που δεν θα πρέπει να μας προκαλέσει έκπληξη εάν αυτή η γκάμα προϊόντων και επιλογών

εμπλουτιστεί κατά αρκετά μεγάλο ποσοστό. Η διάθεση εναλλακτικών γενικότερα προϊόντων διευρύνει τις διατροφικές επιλογές των ατόμων που προσπαθούν να μειώσουν τα επίπεδα της χοληστερίνης τους μέσω της διατροφής τους.

Κλινική έρευνα που πραγματοποιήθηκε στο Πανεπιστήμιο Otago της Ν. Ζηλανδίας παρέχει περαιτέρω επιστημονική τεκμηρίωση για το γεγονός ότι οι εμπλουτισμένες με φυτικές στερόλες μαργαρίνες μπορούν να μειώσουν αποτελεσματικά τα επίπεδα της χοληστερόλης.

Τα αποτελέσματα που παρουσιάστηκαν στα πλαίσια ημερίδας που έγινε στο Όκλαντ αναφέρονται στα εξής: Η «κακή» LDL χοληστερόλη μπορεί να μειωθεί σε ποσοστό μεγαλύτερο του 10% σε άνδρες και γυναίκες με υψηλά επίπεδα χοληστερόλης, μέσα σε 4 εβδομάδες, μέσω της αντικατάστασης του βουτύρου (προϊόν επάλειψης ζωικής προέλευσης) με μια μαργαρίνη / spread (προϊόν επάλειψης φυτικής προέλευσης) εμπλουτισμένη με φυτικές στερόλες.

Η έρευνα του Otago είναι ιδιαίτερα σημαντική με δεδομένες τις διατροφικές συνήθειες των Νεοζηλανδών, οι οποίοι καταναλώνουν μεγάλες ποσότητες ζωικών λιπαρών. Ως γνωστό μια διατροφή με υψηλή κατανάλωση ζωικών λιπαρών, όπως το βούτυρο, συνδέεται με τις υψηλές τιμές της χοληστερόλης στο αίμα – έναν από τους μεγαλύτερους παράγοντες κινδύνου για καρδιαγγειακά νοσήματα. Αντίθετα, τα λιπαρά φυτικής προέλευσης, όπως το ελαιόλαδο, ηλιέλαιο, μαργαρίνη / spread, κ.α., χάρη στην υψηλή

περιεκτικότητα τους σε ακόρεστα λιπαρά, συμβάλλουν στον έλεγχο της χοληστερόλης στο αίμα.

Σχεδόν, 12.000 ζωές χάνονται στη Νέα Ζηλανδία, εξαιτίας των καρδιαγγειακών παθήσεων – που αντιπροσωπεύουν το 41% των θανάτων ετησίως. Στη Ν.Ζηλανδία σημειώνεται εξάλλου η υψηλότερη θνησιμότητα εξαιτίας των νοσημάτων αυτών, έναντι της Αυστραλίας, του Καναδά και των Η.Π.Α.

Τα άτομα που πήραν μέρος στην κλινική έρευνα του Otago άρχισαν ένα υγιεινό διαιτολόγιο, το οποίο περιείχε 25γρ. βουτύρου (ζωικό λιπαρό) ημερησίως. Όταν το αντικατέστησαν με την μαργαρίνη / spread που περιείχε φυτικές στερόλες, βρέθηκε ότι στα άτομα αυτά η LDL «κακή» χοληστερόλη είχε μειωθεί κατά μέσο όρο 11,6% σε διάστημα 4 εβδομάδων. Τα επίπεδα της HDL «καλής» χοληστερόλης δεν επηρεάστηκαν.

Στην κλινική έρευνα συμμετείχαν 50 άτομα, ηλικίας 24-69 ετών, τα οποία δεν λάμβαναν φαρμακευτική αγωγή για μείωση χοληστερόλης, ούτε έπασχαν από νόσημα το οποίο επηρέαζε τα επίπεδα χοληστερόλης. Όλα τα άτομα στην αρχή της έρευνας είχαν επίπεδα χοληστερόλης υψηλότερα από 5,5 mmol/L (211,8 mg/dl) – τιμές που είναι κοντά στα μέσα επιθυμητά επίπεδα.

«Οι μαργαρίνες / spread αποτελούν την προτιμότερη εναλλακτική λύση αντί του βουτύρου για τα άτομα με υψηλά επίπεδα χοληστερόλης, καθώς περιέχουν χαμηλά επίπεδα κεκορεσμένων λιπαρών που αυξάνουν τη χοληστερόλη, και είναι πλούσιες σε πολυακόρεστα λιπαρά, που συμβάλλουν στη μείωση της χοληστερόλης, δήλωσε ο καθηγητής Mann, προσθέτοντας:

«μια κλασική μαργαρίνη / spread πλούσια σε πολυακόρεστα δοκιμάστηκε επίσης στην ίδια έρευνα, παρέχοντας μείωση χοληστερόλης κατά 5% σχεδόν, όταν χρησιμοποιήθηκε αντί του βουτύρου.

Βέβαια, η εμπλουτισμένη με φυτικές στερόλες μαργαρίνη έχει πρόσθετα υποχοληστερολαιμικά πλεονεκτήματα.»

Η σπουδαιότητα της μείωσης αυτής μεγεθύνεται όταν συνδυαστεί με τα αποτελέσματα της έρευνας που έχει δείξει ότι 10% μείωση της χοληστερόλης μπορεί να ελαττώσει τον κίνδυνο για καρδιοπάθεια μέχρι και κατά 20%.

Αυτές οι νέες γενιάς μαργαρίνες, είναι ένα σημαντικό βήμα προόδου στη διατροφολογική αντιμετώπιση της υπερχοληστερολαιμίας (υψηλή χοληστερόλη αίματος). Το σπουδαιότερο είναι ότι όλο και περισσότεροι άνθρωποι θα είναι σε θέση να ελέγξουν τα επίπεδα χοληστερόλης μέσω της διατροφής.

([www.iatronet.gr](http://www.iatronet.gr))

Τόσο η Ιαπωνική όσο και η Μεσογειακή Διατροφή αποτελούν δύο από τα πλέον αναγνωρισμένα πρότυπα υγιεινής διατροφής, καθώς συνδέονται με χαμηλά κρούσματα καρδιοπαθειών σε σύγκριση με άλλα διατροφικά μοντέλα. Μια νέα Ιαπωνική μελέτη, που πραγματοποιήθηκε στο Waseda Clinic του Τόκιο, έδειξε ότι τα άτομα που ακολουθούν διαιτολόγιο με χαμηλότερη περιεκτικότητα λιπαρών (κύριο χαρακτηριστικό της Ιαπωνικής διατροφής) μπορούν να μειώσουν ακόμη περισσότερο τα επίπεδα της χοληστερόλης στο

αίμα με την προσθήκη στην καθημερινή τους τροφή μαργαρινών εμπλουτισμένων με φυτικές στερόλες.

Σύμφωνα με τα αποτελέσματα της μελέτης – παρουσιάστηκαν στο πλαίσιο διάσκεψης στο Ορλάντο, που διοργάνωσε το Federation of American Societies for Experimental Biology (Ομοσπονδία Επιστημονικών Εταιριών Πειραματικής Βιολογίας των Η.Π.Α.) – η «κακή» LDL χοληστερόλη, ένας από τους βασικούς παράγοντες κινδύνου για την εμφάνιση καρδιακών παθήσεων, μπορεί να μειωθεί σε ποσοστό 9,1% ακόμα και σε άτομα που ήδη ακολουθούν διατροφή με χαμηλή περιεκτικότητα σε λιπαρά, όπως οι Ιάπωνες.

Όπως ανέφερε χαρακτηριστικά ο Δρ Fady Ntanios, διατροφολόγος στο Τμήμα Λιπιδίων του Unilever Health Institute, «τα αποτελέσματα αυτά είναι ιδιαίτερα σημαντικά για ασθενείς οι οποίοι παρουσιάζουν επίπεδα χοληστερόλης στο αίμα ανώτερα του φυσιολογικού, ενώ ήδη έχουν υιοθετήσει ένα φτωχό σε λιπαρά διαιτολόγιο. Η μελέτη αυτή επιβεβαίωσε ότι οι μαργαρίνες / spread (φυτικά προϊόντα επάλειψης) που είναι εμπλουτισμένες με φυτικές στερόλες και πλούσιες σε πολυακόρεστα (PUFA) λιπαρά, σχετίζονται με τη μείωση των επιπέδων της «κακής» LDL χοληστερόλης σε 53 Ιάπωνες, άνδρες και γυναίκες.

Τα άτομα που πήραν μέρος στη μελέτη ήταν μέσης ηλικίας (45 ετών) και με επίπεδα χοληστερόλης κάτω από 8 mmol/L (307 mg/dl). Όλοι πρόσθεσαν στο καθημερινό διαιτολόγιο τους 15γρ. μαργαρίνης εμπλουτισμένης με φυτικές

στερόλες για μια περίοδο έξι εβδομάδων, χωρίς να μεταβάλλουν τις διατροφικές τους συνήθειες και τις καθημερινές τους δραστηριότητες.

«Είναι γνωστό ότι η Ιαπωνία έχει ένα από τα χαμηλότερα ποσοστά καρδιοπαθειών στον κόσμο, κάτι που οφείλει εν μέρει και στην Ιαπωνική Διατροφή, η οποία έχει χαμηλή περιεκτικότητα σε κορεσμένα (SAFA) και υψηλή σε πολυακόρεστα (PUFA) λιπαρά. Τα αποτελέσματα της μελέτης είναι ενθαρρυντικά και αποδεικνύουν τα ευεργετικά οφέλη των εμπλουτισμένων με φυτικές στερόλες μαργαρινών / spread στη δραστική μείωση της χοληστερόλης, ανεξάρτητα από τις εκάστοτε διατροφικές συνήθειες» επισήμανε ο Δρ Fady Ntanios.

Εξάλλου, σε παρόμοιες διαπιστώσεις έχει καταλήξει και ο κ. Αντώνης Καφάτος, καθηγητής και διευθυντής της Κλινικής Προληπτικής Ιατρικής και Διατροφής του Πανεπιστημίου Κρήτης:

«Η διατροφή αποτελεί ακρογωνιαίο λίθο στην προσπάθεια μας να μειώσουμε την «κακή» LDL χοληστερόλη. Προϊόντα όπως το Becel pro.activ, που μέσα από τα φυσικά συστατικά του, τις φυτικές στερόλες, στα πλαίσια μιας υγιεινής διατροφής, μειώνουν τη χοληστερόλη, είναι ευπρόσδεκτα στην προσπάθεια να διατηρήσουμε την υγεία της καρδιάς».

Η δράση των φυτικών στερολών οφείλεται στο ότι έχουν παρόμοια δομή με τη χοληστερόλη, με αποτέλεσμα να «ανταγωνίζονται» και να παίρνουν τις θέσεις που τείνει να καταλαμβάνει στα αγγεία, εμποδίζοντας την απορρόφηση της

από τον οργανισμό. Οι ίδιες, όμως, δεν απορροφώνται και δεν έχουν καμία απολύτως επίδραση στα επίπεδα HDL «καλής» χοληστερόλης.

Ανεξάρτητες κλινικές έρευνες έδειξαν ότι η υιοθέτηση μιας υγιεινής διατροφής η οποία περιλαμβάνει 20-25 γραμμάρια μαργαρίνης/spread εμπλουτισμένης με φυτικές στερόλες την ημέρα, αποδίδει μέση μείωση των επιπέδων της LDL «κακής» χοληστερόλης της τάξης του 10-15% μέσα σε τρεις εβδομάδες, χωρίς να επηρεάζει τα επίπεδα της HDL «καλής» χοληστερόλης. Επίσης, βελτιώνει το κλάσμα της LDL προς την HDL χοληστερόλη και μειώνει τα επίπεδα της αρο-πρωτεΐνης B.

([www.in.gr/health](http://www.in.gr/health))

Στις ΗΠΑ οι φυτικές στερόλες αποτελούν επίσημη εθνική διατροφική οδηγία. Το Προτεινόμενο Μοντέλο Διαβίωσης του Εθνικού Προγράμματος για τη Χοληστερόλη (NCEP) συνιστά 2 γραμμάρια φυτικών στερολών (αντιστοιχεί σε 25 γρ. περίπου μαργαρίνης spread εμπλουτισμένης με φυτικές στερόλες) στο καθημερινό διαιτολόγιο ατόμων με υψηλά επίπεδα χοληστερόλης κα ατόμων με καρδιακά νοσήματα.

([www.agapi.xan.gr/index.php?tmp=18pg=28&id=5429](http://www.agapi.xan.gr/index.php?tmp=18pg=28&id=5429))

Ιδιαίτερη επισήμανση θα πρέπει να γίνει στο γεγονός ότι μέσα από διάφορες έρευνες έχει αποδειχθεί ότι τα προϊόντα εμπλουτισμένα με φυτικές στερόλες



έχουν ευεργετικές δυνατότητες και σε άλλους τομείς πλην των τιμών της χοληστερίνης για τον οργανισμό.

Έχει αποδειχθεί ότι τα προϊόντα αυτά μπορούν να έχουν πολύ θετική επίδραση στο κυκλοφορικό μας σύστημα, να βοηθήσουν στον περιορισμό της υπερπλασίας του προστάτη, καθώς και να συμβάλλουν στην αντιμετώπιση της ρευματοειδούς αθρίτιδας. Επιπροσθέτως, μπορούν να κοντρολάρουν τη ζάχαρη στο αίμα που επηρεάζει τους διαβητικούς.

([www.ncbi.nlm.gov/entrez/query.fcgi?emdb=pubmed&list\\_uids...](http://www.ncbi.nlm.gov/entrez/query.fcgi?emdb=pubmed&list_uids...))



## 1.5 Επώνυμα προϊόντα εμπλουτισμένα με φυτικές στερόλες

Σε αυτό το σημείο θα αναφερθούμε σε μερικές μάρκες οι οποίες είναι αυτές που κατά κύριο λόγο προσφέρουν τα προϊόντα εμπλουτισμένα με φυτικές στερόλες που γνωρίζουμε και κάποιοι από εμάς καταναλώνουμε.

### Becel pro-activ



Στη χώρα μας η συγκεκριμένη μάρκα είναι από τις πλέον γνωστές (αν όχι η πιο γνωστή) στην αγορά των προϊόντων εμπλουτισμένων με φυτικές στερόλες. Η εταιρία που «κρύβεται» πίσω από τη σειρά προϊόντων becel pro.activ είναι η Ελαΐς, μέλος του ομίλου Unilever, ένας κολοσσός στο χώρο της διατροφής όπου και εγγυάται για την ποιότητα που προσφέρει στον καταναλωτή.



Το 2000 κυκλοφόρησε το προϊόν επάλειψης Becel pro.activ (μαργαρίνη) και το 2004 διευρύνθηκε η γκάμα των προϊόντων εμπλουτισμένων με φυτικές στερόλες με το λανσάρισμα του becel pro.activ με 99% ημιαποβουτυρωμένο αγελαδινό γάλα και με το becel pro.activ επιδορπιο γιαουρτιού, το οποίο κυκλοφορεί σε δύο γεύσεις: φυσική και γεύση φράουλα.

#### Προϊόν επάλειψης Becel Proactiv με 35% λιπαρά και φυτικές στερόλες

Το γνωστό spread Becel proactiv, που κυκλοφόρησε το 2000, έγινε γρήγορα, σύμμαχός στην αντιμετώπιση της χοληστερόλης. Πρόκειται για ένα φυτικό προϊόν επάλειψης, με χαμηλή περιεκτικότητα σε λιπαρά (35%), εμπλουτισμένο με εστέρες φυτικών στερολών που μειώνει τα επίπεδα της χοληστερόλης. Πλούσιο σε πολυακόρεστα λιπαρά και φτωχό σε κορεσμένα λιπαρά, σε αλάτι και λακτόζη, αποτελεί καλή πηγή βιταμινών Α και D και είναι πλούσιο σε βιταμίνη Ε. Δεν περιέχει καθόλου trans και υδρογονωμένα λιπαρά οξέα.

Μπορεί να χρησιμοποιηθεί για επάλειψη σε ψωμί/φρυγανιές, ενώ μπορεί να δώσει υπέροχη γεύση στα βραστά λαχανικά, στο ρύζι, τα ζυμαρικά και τον πουρέ.



| <b>Μέση Διαθρεπτική Άξια</b>              |                    |
|-------------------------------------------|--------------------|
| Ενέργεια                                  | 330 θερμίδες(kcal) |
| Πρωτεΐνη                                  | 0.1 g              |
| Υδατάνθρακες                              | 3.7 g              |
| Εκ των οποίων σάκχαρα                     |                    |
| Λιπαρά                                    | 35 g               |
| (δεν συμπεριλαμβάνονται φυτικές στερόλες) |                    |
| Εκ των οποίων :                           |                    |
| Κορεσμένα                                 | 8.5 g              |
| Μονοακόρεστα                              | 9 g                |
| Πολυακόρεστα                              | 17.5 g             |
| Φυτικές ίνες                              | 0.4 g              |
| Νάτριο                                    | Ίχνη               |

Οι στερόλες δεν συνεισφέρουν στη θερμιδική αξία.

#### ΜΑΓΕΙΡΙΚΗ ΧΡΗΣΗ

Το προϊόν επάλειψης Becel pro.activ, αλείφεται πάνω στο ψωμί, τις φρυγανιές, σε τόστ ή λιωμένο πάνω σε ψητές πατάτες, λαχανικά (βρασμένα ή στον ατμό), ρύζι και ζυμαρικά. Ωστόσο, όπως κι άλλα προϊόντα επάλειψης με χαμηλά λιπαρά, δεν είναι κατάλληλο για μαγείρεμα σε υψηλές θερμοκρασίες όπως ψήσιμο στο φούρνο ή τηγάνισμα.

### Επιδόρπιο γιαουρτιού Becel pro.activ

Μια νέα γευστική πρόταση becel pro.activ για όσους επιθυμούν να προσέχουν τη διαίτα τους χωρίς να στερούνται τις γλυκιές απολαύσεις.

Πρόκειται για ένα επιδόρπιο γιαουρτιού εμπλουτισμένο με φυτικές στερόλες και διατίθεται σε δύο γεύσεις - φυσική και φράουλας – και μπορεί να χρησιμοποιηθεί όπως οποιοδήποτε άλλο γιαούρτι χαμηλών λιπαρών.

Έχει 0,5% λιπαρά και μόνο 56kcal/κεσεδάκι φυσικής γεύσης και 97 kcal/κεσεδάκι γεύσης φράουλας.



### Προϊόν becel pro.activ με ημιαποβουτυρομένο γάλα

Το becel pro.activ με ημιαποβουτυρομένο γάλα και χαμηλά λιπαρά (1,8%) χάρη στις φυτικές στερόλες που περιέχει, μειώνει αποτελεσματικά τη χοληστερίνη. Μπορεί να χρησιμοποιηθεί όπως οποιοδήποτε άλλο γάλα χαμηλών λιπαρών και περιέχει 120 kcal/ποτήρι.



Είναι αρκετά σημαντικό να αναφέρουμε ότι τα προϊόντα becel pro.activ έχουν λάβει την έγκριση της Ευρωπαϊκής Ένωσης και του Οργανισμού Τροφίμων και φαρμάκων των ΗΠΑ (FDA).



Στο παραπάνω σχήμα φαίνεται χαρακτηριστικά η δοσολογία με την οποία μπορούν τα προϊόντα becel pro.activ να βοηθήσουν στην αποτελεσματική μείωση της χοληστερόλης. Αυτό που καταφέρνει η Ελαίς, διευρύνοντας την γκάμα των προϊόντων becel pro. activ, είναι να δώσει πολλαπλές επιλογές στην διατροφική προσπάθεια για αντιμετώπιση της χοληστερίνης.

([www.becelproactiv.gr](http://www.becelproactiv.gr)), ([www.elais.gr](http://www.elais.gr))

## **Benecol**

Η ιστορία του Benecol ξεκινάει από τη Φινλανδία. Στα τέλη της δεκαετίας του '80, το Πανεπιστήμιο του Ελσίνκι ζήτησε από τη Φινλανδική εταιρία τροφίμων Raisio να παρασκευάσει ένα τρόφιμο που να περιέχει φυτικές στανόλες. Ο λόγος ήταν ότι ο Φινλανδικός λαός είχε μεγάλα επίπεδα χοληστερόλης, και είχε ήδη αποδειχθεί ότι οι φυτικές στανόλες έχουν την ευεργετική ιδιότητα να μειώνουν τη χοληστερόλη. Η Raisio ανταποκρίθηκε στο κοινωνικό αυτό κάλεσμα του Πανεπιστημίου, προσθέτοντας τις φυτικές στανόλες σε ένα προϊόν επάλειψης: το Benecol.

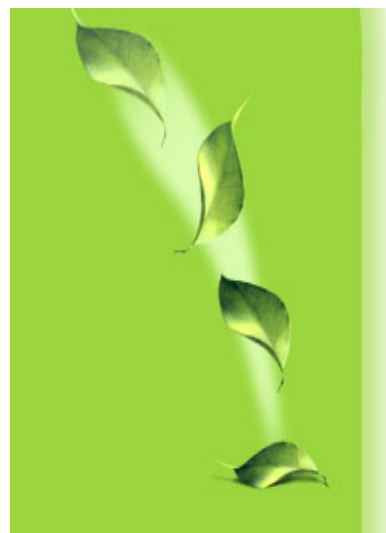
Το Benecol κυκλοφόρησε πρώτη φορά στη Φινλανδία το 1995, και ήταν το πρώτο τρόφιμο που κυκλοφόρησε παγκοσμίως στην κατηγορία του. Κατόπιν εξαπλώθηκε σε πολλές χώρες της Ευρώπης και της Αμερικής. Πάνω από 40 κλινικές μελέτες αποδεικνύουν την αποτελεσματικότητά του στην αντιμετώπιση της χοληστερόλης. Το όνομά του σημαίνει "καλή χοληστερόλη" (bene cholesterol).

Στην Ελλάδα το Benecol παρασκευάζεται και διανέμεται από τη MINERBA A.E. Ελαιουργικών Επιχειρήσεων, μια εταιρία με 100 χρόνια εμπειρίας στην παραγωγή και διανομή άριστων και ποιοτικών προϊόντων.



Το Benecol είναι ένα τρόφιμο (λιπαρή ουσία για επάλειψη/μαργαρίνη) το οποίο χρησιμοποιείται για επάλειψη στο ψωμί/φρυγανιές. Περιέχει φυτικές στανόλες, ένα συστατικό από ελαιούχους σπόρους, το οποίο είναι κλινικά αποδεδειγμένο ότι μειώνει τη χοληστερόλη. Το Benecol χάρη στις φυτικές στανόλες που περιέχει, μειώνει την κακή (LDL) χοληστερόλη μέχρι 15% σε 1-2 εβδομάδες και επιπλέον τη διατηρεί σταθερή στα νέα μειωμένα επίπεδα. Μάλιστα, από την πρώτη κιόλας μέρα κατανάλωσης, μπορεί να μειώσει την απορρόφηση της χοληστερόλης κατά 38%.

Το Benecol κυκλοφορεί σε δύο συσκευασίες των 250γρ. και 500γρ.



#### Τα extra benefits του benecol

- Είναι ένα 100% φυτικό προϊόν
- Το Benecol περιέχει μόλις 35% λιπαρά πολύ λιγότερα από τις συνηθισμένες μαργαρίνες (που περιέχουν 70%).
- Το Benecol δεν περιέχει καθόλου αλάτι. Αυτό είναι πολύ σημαντικό για ανθρώπους που πρέπει να αποφεύγουν το αλάτι, όπως οι υπερτασικοί (ο σημαντικότερος παράγοντας κινδύνου για τα εγκεφαλικά είναι η αρτηριακή πίεση).
- Το BENECOL είναι ένα νηστίσιμο προϊόν αφού είναι 100% φυτικό προϊόν ([www.minerva.com.gr](http://www.minerva.com.gr))



## Εμπειρίες Εξωτερικού



Στο εξωτερικό οι εξελίξεις στην αγορά των εμπλουτισμένων με φυτικές στερόλες προϊόντων είναι περίπου στα ίδια επίπεδα με την Ελλάδα.

Η βασική διαφορά είναι η αναγνωρισιμότητα και η αποδοχή των προϊόντων αυτών από τους καταναλωτές.

Εδώ και λίγα χρόνια έχουν ξεκινήσει την παραγωγή και μερικών ακόμα προϊόντων εκτός αυτών που έχουμε ήδη αναφέρει (μαργαρίνη, γιαούρτι, γάλα) και αυτά είναι χυμός πορτοκαλιού και γλυκίσματα σοκολάτας.

Η παραγωγή του χυμού πορτοκαλιού έχει ήδη ανακοινωθεί και λανσαριστεί από την Coca Cola με την επωνυμία Minute Maid Heart Wise orange juice.



Το λανσάρισμα του συγκεκριμένου προϊόντος έγινε από την Coca Cola τον Οκτώβριο του 2003 μόνο στην Αμερικάνικη αγορά.

<http://www.heartcenteronline.com/myheartdr/home/research-detail.cfm?reutersid=3901>

Η Benecol Smart Chews εκτός από μαργαρίνη προωθεί και γλυκίσματα σοκολάτας και καραμέλας από το 2004, με φυτικές στερόλες τα οποία και συμβάλλουν δραστικά στην καταπολέμηση της «κακής» χοληστερόλης.



## 2 ΕΛΑΪΣ – Ο ΓΙΓΑΝΤΑΣ ΣΤΗΝ ΑΓΟΡΑ ΤΩΝ ΕΛΑΙΟΥΡΓΙΚΩΝ ΠΡΟΪΟΝΤΩΝ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ ΚΑΘΩΣ ΚΑΙ ΤΩΝ ΠΡΟΪΟΝΤΩΝ ΕΜΠΛΟΥΤΙΣΜΕΝΩΝ ΜΕ ΦΥΤΙΚΕΣ ΣΤΕΡΟΛΕΣ



Η ΕΛΑΪΣ είναι η μεγαλύτερη Εταιρεία στον τομέα των ελαιουργικών προϊόντων στην Ελλάδα με κυρίαρχη παρουσία στον κλάδο των τροφίμων και το τελευταίο διάστημα και στα προϊόντα εμπλουτισμένα με φυτικές στερόλες.

Είναι αρκετά σημαντικό να δούμε μερικά στοιχεία για τον leader της αγοράς που μελετάμε διότι (ειδικά στην περίπτωση της ΕΛΑΪΣ) αποτελούν οδηγό και πυξίδα για το τι μέλλει γενέσθαι γενικότερα στην αγορά.

Η ΕΛΑΪΣ, λοιπόν, δραστηριοποιείται κυρίως στις κατηγορίες των ελαιόλαδων και σπορέλαιων, μαργαρινών και μαγειρικών λιπών, τσαγιού και προϊόντων τομάτας.

Η ΕΛΑΪΣ διαθέτει στην ελληνική αγορά μια μεγάλη σειρά προϊόντων, τα γνωστά ελαιουργικά προϊόντα, τα προϊόντα ελαιόλαδου και ελιάς υπό το σήμα «Άλτις» τα οποία έχουν καταξιωθεί στην συνείδηση του καταναλωτικού κοινού, το ελαιόλαδο Ελάνθη, προϊόντα για επάλειψη στο ψωμί (μαργαρίνες / spreads) όπως το Νέο Βιτάμ, Becel Pro.Activ, Βιτάμ με γιαούρτι, Βιτάμ με φρέσκο άπαχο τυρί, Becel Pro.Activ με γάλα και Becel Pro.Activ επιδόρπιο γιαουρτιού, τα προϊόντα τομάτας Pummaro και Stella, τα παγκοσμίου φήμης προϊόντα τσαγιού Lipton, Lipton Ice Tea σε σκόνη και Tchaе (πράσινο τσάι).

Επίσης, τα σπορέλαια Sol, Φλώρα, τα μαγειρικά λίπη Νέα Φυτίνη, το luncheon meat Zwan και τη σειρά προϊόντων Linea με χαμηλές θερμίδες.

Η ΕΛΑΪΣ κατέχει την ηγετική θέση στην αγορά των ανωτέρω προϊόντων. Είναι μια εταιρία που έχει δυναμική παρουσία στις αγορές που δραστηριοποιείται, δίνοντας μεγάλη έμφαση στη δημιουργία νέων καινοτομικών προϊόντων.

Εξάλλου στον τομέα παροχής υπηρεσιών τα έσοδα προέρχονται από προμήθειες που αφορούν τη διανομή και διάθεση μέσω του δικού της δικτύου διανομής των προϊόντων της Knorr Bestfoods Hellas A.B.E.E. και από λοιπές παροχές υπηρεσιών συναφών της λογιστικής και διοικητικής υποστήριξης, προς εταιρίες του Ομίλου Unilever στην Ελλάδα.

Για να δούμε ακόμη καλύτερα και να κατανοήσουμε το μέγεθος της εταιρίας αυτής θα μπορούσαμε να σταθούμε για λίγο σε κάποιες διακρίσεις και επιτεύγματα της τα τελευταία χρόνια:

-  Το 1994 η ΕΛΑΪΣ γίνεται η πρώτη εταιρία τροφίμων στην Ελλάδα που πιστοποιείται στο Πρότυπο Διαχείρισης Ποιότητας ISO 9001.
-  Το 1995 απονέμεται στην Εταιρία το Ευρωπαϊκό Βραβείο Κοινωνικής Προσφοράς με αφορμή τις καινοτόμες πρακτικές που χρησιμοποιεί η ΕΛΑΪΣ για τον συγκερασμό Εργασίας και Οικογένειας.
-  Την ίδια χρονιά (1995) Επιβραβεύονται με έπαινο από τον ΟΜΕΠΟ (Όμιλος για την Επικοινωνία Πολιτιστικών και Οικονομίας) τρεις από τις σημαντικότερες κοινωνικές παρεμβάσεις της ΕΛΑΪΣ: Η ολοκληρωμένη χορηγία του εκπαιδευτικού προγράμματος «ΕΛΙΑ-ΕΛΑΪΣ-ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ», η αναπαλαίωση και συντήρηση νεοκλασικού κτιρίου

εντός του εργοστασίου, στην οδό Πειραιώς και αναστήλωση αρχαίου ελαιοτριβείου στην Πλάκα.

✚ Το 1996 η ΕΛΑΪΣ γίνεται και πάλι η πρώτη βιομηχανία στην Ελλάδα που πιστοποιείται στο Σύστημα Περιβαλλοντικής Διαχείρισης ISO 14001.

✚ Το 1997 η εταιρία βραβεύεται από το Ελληνικό Φόρουμ Ποιότητας.

✚ Την ίδια χρονιά απονέμεται από τον ΟΜΕΠΟ στην ΕΛΑΪΣ Έπαινος Κοινωνικής προσφοράς και Ευποιίας για το έργο τηλεθέρμανσης του στο σχολικό συγκρότημα έναντι του εργοστασίου.

✚ Την επόμενη χρονιά η ΕΛΑΪΣ τιμάται με το βραβείο UNILEVER Safety Award, από τον Όμιλο UNILEVER του οποίου είναι μέλος, για την τριετή (1995-1997) επίδοσή της σε θέματα ασφάλειας του προσωπικού.

✚ Το 1999 στο διαγωνισμό EQA (European Quality Award) η ΕΛΑΪΣ ανακηρύσσεται δεύτερη καλύτερη Εταιρία στην Ευρώπη, στον τομέα της επιχειρησιακής τελειότητας. Επίσης το ΕΒΕΑ της απονέμει το βραβείο κοινωνικής ευθύνης για τη συνολική κοινωνική προσφορά της.

✚ Το 2000 το Ιαπωνικό Ινστιτούτο Παραγωγικής Συντήρησης (JIPM) απονέμει στην ΕΛΑΪΣ το πρώτο βραβείο Ολικής Ποιότητας στην Παραγωγή (TPM: Total Perfect Manufacturing).

✚ Η επόμενη χρονιά (2001) είναι αυτή των 2 βραβείων (Αριστείο Κοινωνικής Προσφοράς και Βραβείο «Επιχείρηση & Περιβάλλον 2001»)και των 3 πιστοποιήσεων (Σύστημα Διαχείρισης της ποιότητας

ISO 9001, Σύστημα Διαχείρισης της ασφάλειας των προϊόντων του ΕΛΟΤ 1416 και Σύστημα Ανάλυσης κινδύνων και κρίσιμων σημείων ελέγχου ασφάλειας προϊόντων HACCP/ΕΛΟΤ 1416).

🌈 Το 2003 στον παγκόσμιο διαγωνισμό της UNILEVER για το βραβείο ανάπτυξης 2003 (Golden Growth Award) η ΕΛΑΪΣ κατακτά την πρώτη θέση.

🌈 Και προσφάτως, το 2004, η ΕΛΑΪΣ κατέκτησε τη δεύτερη θέση στην Ελλάδα στο διαγωνισμό «Bestworkplaces 2004» και ανήκει στις πρώτες εκατό επιχειρήσεις με το καλύτερο εργασιακό περιβάλλον στην Ευρώπη.

Είναι άκρως απαραίτητο να αναφέρουμε ότι η ΕΛΑΪΣ συνεισφέρει τα μέγιστα στην ανάπτυξη της οικονομίας της χώρας, με την αξιοποίηση και τυποποίηση σημαντικού μέρους της εγχώριας παραγωγής ελαιόλαδου.

Η παραγωγή των προϊόντων γίνεται σε υπερσύγχρονα εργοστάσια στον Πειραιά, στη Γαστούνη Ηλείας και στο Σχηματάρι Αττικής.

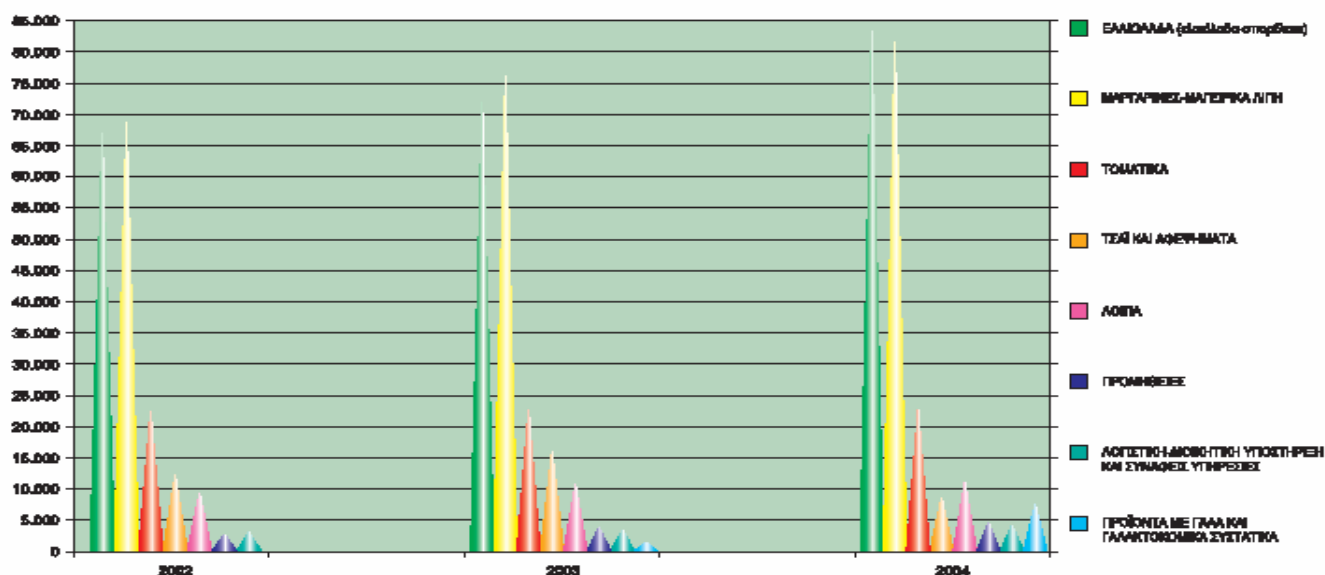


Όπως προαναφέραμε η ΕΛΑΪΣ έχει μια ευρεία γκάμα προϊόντων και σε αρκετές κατηγορίες όπως είναι ελαιόλαδα, η πάστα ελιάς – ελιές, οι μαργαρίνες, τα σπορέλαια, τα μαγειρικά λίπη, τα προϊόντα τομάτας, τα

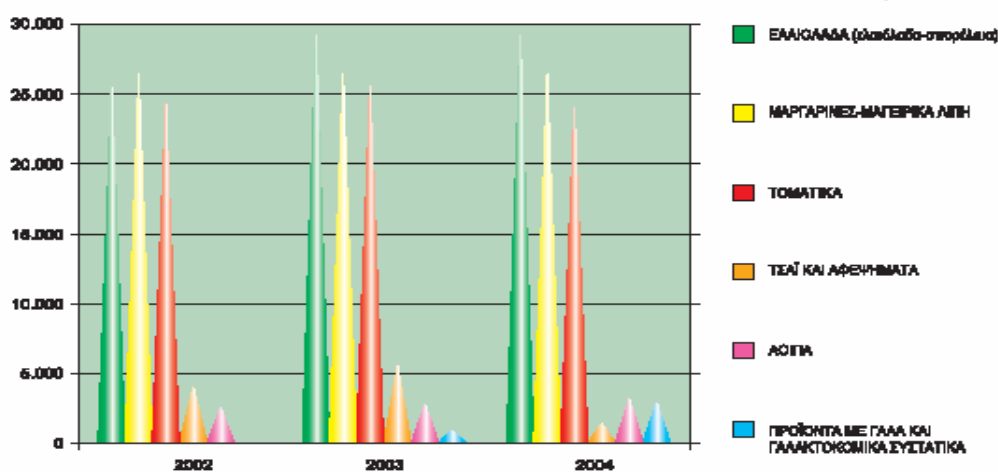
προϊόντα τσαγιού – αφεψήματα, τα προϊόντα με γάλα και γαλακτοκομικά συστατικά και τα αντιπροσωπευόμενα προϊόντα Knorr, Hellman's & Alsa.

Ακολουθώς έχουμε μια γραφική αναπαράσταση του κύκλου εργασιών ανα προϊόν για την ΕΛΑΪΣ, του όγκου πωλήσεων καθώς και των μέσων μεριδίων αυτών για την τριετία 2002-2004, όπου και βλέπουμε ενδεικτικά τις ισχυρές τοποθετήσεις της εταιρίας καθώς και σε ποια σημεία είναι η δύναμή της.

### ΣΥΓΚΡΙΤΙΚΗ ΑΝΑΛΥΣΗ ΚΥΚΛΟΥ ΕΡΓΑΣΙΩΝ ΤΡΙΕΤΙΑΣ

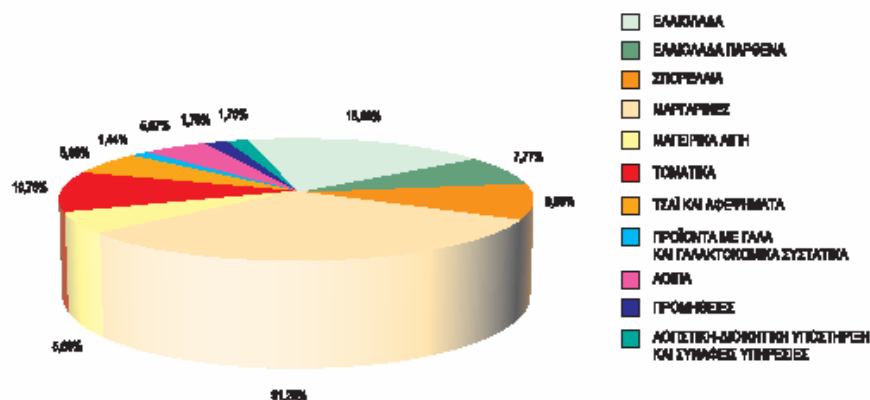


### ΣΥΓΚΡΙΤΙΚΗ ΑΝΑΛΥΣΗ ΟΓΚΟΥ ΠΩΛΗΣΕΩΝ ΤΡΙΕΤΙΑΣ (σε χιλ. κιλά)

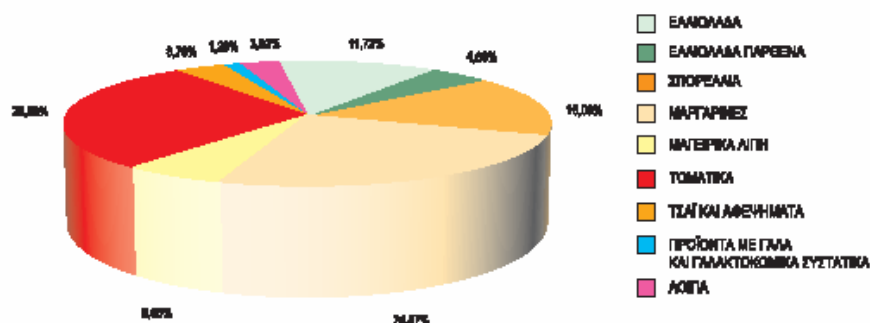


\*Δεν συμπεριλαμβάνονται πωλήσεις πρώτων και λοιπών ωλών-υποπροϊόντων-υπολειμμάτων

## ΑΝΑΛΥΤΙΚΗ ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΚΥΚΛΟΥ ΕΡΓΑΣΙΩΝ ΤΡΙΤΙΑΣ ΜΕΣΟ ΜΕΡΙΔΙΟ 2002-2004



## ΑΝΑΛΥΤΙΚΗ ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΟΓΚΟΥ ΠΩΛΗΣΕΩΝ ΤΡΙΤΙΑΣ ΜΕΣΟ ΜΕΡΙΔΙΟ 2002-2004



### Σχετικά με τον κύκλο εργασιών

Ο κύκλος εργασιών της εταιρίας το 2004 ανήλθε στο ποσό των 220,4 εκ. ευρώ έναντι 204,5 εκατ. Ευρώ το 2003 και 182,6 εκατ. Ευρώ το 2002. Η αύξηση που σημειώθηκε το 2004 εκφραζόμενη σε ποσοστά ήταν 7,8% σε σχέση με το 2003 και 20,7% σε σχέση με το 2002.

Διατηρώντας την ίδια περίπου αναλογία με το 2003 οι πωλήσεις παραγομένων προϊόντων συμμετέχουν κατά 67,4% στην διαμόρφωση του συνολικού κύκλου εργασιών, οι πωλήσεις των εμπορευμάτων κατά 29,2% και οι πωλήσεις υπηρεσιών κατά 2,4%.



Εν συνεχεία θα αναφερθούμε λίγο ακόμα στο πεδίο ενδιαφέροντός μας που είναι αυτό των προϊόντων εμπλουτισμένων με φυτικές στερόλες και, όπως είδαμε και στο προηγούμενο κεφάλαιο η ΕΛΑΪΣ έχει τρία προϊόντα τέτοιας ιδιαιτερότητας (μια μαργαρίνη, ένα γάλα και ένα γιαούρτι) με δυνατή παρουσία στην αγορά.

Η ΕΛΑΪΣ στην αγορά των μαργαρινών κατέχει την ηγετική θέση με μεγάλη διαφορά από τον κύριο ανταγωνιστή της (που είναι η MINEPBA) τόσο από πλευράς μεριδίων όσο και από πλευράς κύκλου εργασιών.

Σαν επικεφαλή όλων των κωδικών της, η ΕΛΑΪΣ, έχει το BITAM, μια μάρκα με την οποία έχει ταυτισθεί ολόκληρη η κατηγορία μαργαρινών. Σαν δεύτερη κύρια μαργαρίνη έχει το Becel pro.activ το οποίο έχει γνωρίσει πρωτοφανή αποδοχή από τους Έλληνες καταναλωτές. Η μαργαρίνη αυτή με τα χαμηλά λιπαρά και τις φυτικές στερόλες στο πλαίσιο ενός υγιεινού διαιτολογίου μπορεί και μειώνει αποτελεσματικά τα επίπεδα της «κακής» χοληστερόλης στον οργανισμό.

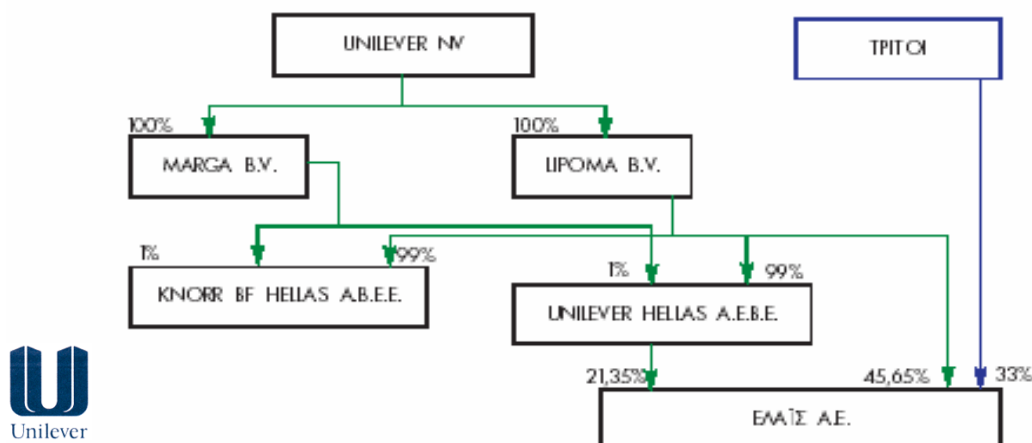
Το 2004 η ΕΛΑΪΣ υπό το σήμα της Becel pro.activ λάνσαρε στην αγορά δύο νέα καινοτόμα προϊόντα εμπλουτισμένα με φυτικές στερόλες: το Becel pro.Active γάλα και το Becel pro.activ επιδόρπιο γιαουρτιού σε δύο γεύσεις (κλασικό και φράουλα), δίνοντας στους καταναλωτές μια εναλλακτική πρόταση στο χώρο των λειτουργικών τροφίμων.

Γενικότερα, όσον αφορά την παραδοσιακή αγορά των μαργαρινών τα τελευταία χρόνια δεν παρουσιάζει ιδιαίτερα χαρακτηριστικά ανάπτυξης.

Ωστόσο, μετά την είσοδο στην αγορά καινοτόμων προϊόντων με αυξημένη διατροφική αξία λόγω του φυσικότερου τρόπου παραγωγής τους αλλά και της εξαιρετικής σύνθεσής τους, οι προοπτικές εμφανίζονται πλέον ευνοϊκές.

([www.elais.gr](http://www.elais.gr))

Επιπροσθέτως, πρέπει να σημειωθεί ότι η ΕΛΑΪΣ έχει πραγματοποιήσει συνεργασία με τον παγκόσμιο κολοσσό στο χώρο των καταναλωτικών αγαθών, τη Unilever, από το 1976 και ανήκει στο ελληνικό «παράρτημά» της το 21,35% της εταιρίας (όπως φαίνεται χαρακτηριστικά στο σχήμα παρακάτω).



Η Unilever είναι μια από τις μεγαλύτερες εταιρίες παροχής καταναλωτικών αγαθών στον κόσμο με χιλιάδες κωδικούς προϊόντων. Δραστηριοποιείται στις αγορές τροφίμων, σπιτικής φροντίδας και προσωπικής φροντίδας.

Εστιάζοντας με μεγάλη προσοχή στις τοπικές αγορές, καταφέρνει να έχει παγκοσμίως ηγετική θέση στις περισσότερες από τις αγορές αγαθών που δραστηριοποιείται. Γνωστές μάρκες τις πλην του Becel είναι η Flora, Take Control, Lipton, Brilhante, Cif, Comfort, Domestos, Omo, Skip, Axe, Dove, Lux, Rexona, Algida, Walls κ.α.

### 3 ΑΝΑΛΥΣΗ ΤΗΣ ΑΓΟΡΑΣ ΚΑΤΑΝΑΛΩΤΩΝ ΚΑΙ ΤΗΣ ΑΓΟΡΑΣΤΙΚΗΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ

Στόχος του μάρκετινγκ είναι να εντοπίσει και να ικανοποιήσει τις ανάγκες και τις επιθυμίες των καταναλωτών. Ο τομέας της συμπεριφοράς του καταναλωτή μελετάει τον τρόπο με τον οποίο τα άτομα, οι ομάδες και οι οργανισμοί επιλέγουν, αγοράζουν, χρησιμοποιούν και διαθέτουν αγαθά, υπηρεσίες, ιδέες ή εμπειρίες για να ικανοποιήσουν τις ανάγκες και επιθυμίες τους. Η κατανόηση της συμπεριφοράς των καταναλωτών δεν είναι απλή υπόθεση επειδή οι πελάτες μπορεί να λένε κάτι και να κάνουν κάτι άλλο. Μπορεί να μην γνωρίζουν καλά τα βαθύτερα κίνητρά τους και μπορεί να επηρεάζονται και να αλλάζουν γνώμη την τελευταία στιγμή.

Ακόμη και σε αυτή την περίπτωση, όλοι οι μαρκετίστες μπορούν να επωφεληθούν όταν κατανοήσουν πώς και για ποιο λόγο κάνουν τις αγορές τους οι καταναλωτές. Για παράδειγμα, οι ανθρωπολόγοι της Whirlpool πηγαίνουν στα σπίτια των ανθρώπων, παρατηρούν τον τρόπο με τον οποίο χρησιμοποιούν τις συσκευές τους και συνομιλούν με άτομα του νοικοκυριού. Η Whirlpool ανακάλυψε ότι στις πολυάσχολες οικογένειες, οι γυναίκες δεν είναι οι μόνες που βάζουν πλυντήριο. Έχοντας αυτό υπόψη, οι μηχανικοί της εταιρείας ανέπτυξαν πλυντήρια και στεγνωτήρια με έγχρωμες ενδείξεις για να γίνει πιο εύκολη η συνδρομή των παιδιών και των ανδρών.

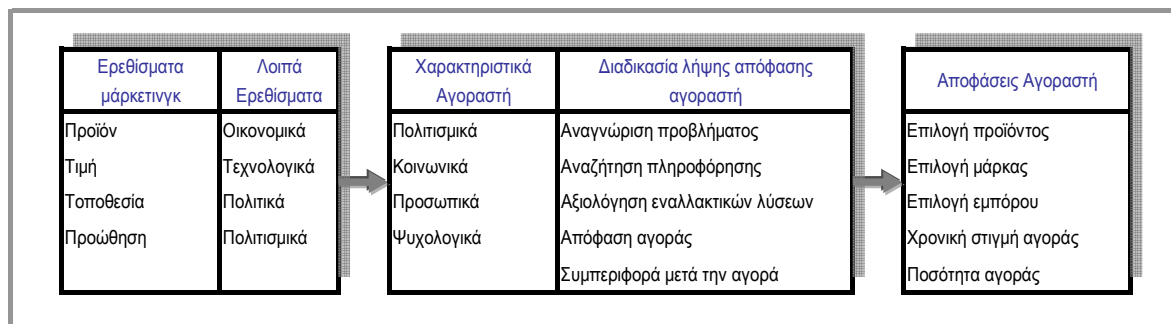
Στην πραγματικότητα, εάν δεν υπάρχει κατανόηση των κινήτρων, των αναγκών και των προτιμήσεων του πελάτη, μπορεί να γίνουν σοβαρά λάθη.

Αυτό συνέβη όταν η Kodak εισήγαγε τη φωτογραφική μηχανή Advanta, μια ακριβή αποτυχία. Η εταιρεία την προώθησε με περηφάνεια ως προϊόν υψηλής τεχνολογίας, η αγορά, όμως, κυριαρχούνταν από τους μεσήλικες της γενιάς του baby boom. Στη μέση ηλικία, η νέα τεχνολογία δεν προκαλεί τις ίδιες συγκινήσεις και η απλότητα αρχίζει να παραγκωνίζει την πολυπλοκότητα στις επιλογές των καταναλωτών, οπότε οι πωλήσεις της Advanta δεν εκτινάχθηκαν στα ύψη.

Τέτοιου είδους παραδείγματα δείχνουν για ποιο λόγο οι επιτυχημένοι μαρκετίστες χρησιμοποιούν τόσο ακριβείς επιστημονικές διαδικασίες όσο και μεθόδους περισσότερο διαισθητικές για να μελετήσουν του πελάτες και να ανακαλύψουν στοιχεία για την ανάπτυξη νέων προϊόντων, χαρακτηριστικών τιμών, καναλιών, μηνυμάτων και άλλων στοιχείων του μίγματος μάρκετινγκ.

### 3.1 Πώς και γιατί αγοράζουν οι καταναλωτές

Το σημείο έναρξης για την κατανόηση της αγοραστικής συμπεριφοράς του καταναλωτή είναι το μοντέλο ανταπόκρισης στα ερεθίσματα που παρουσιάζεται στο σχήμα 3.1.



Σχήμα 3.1 Μοντέλο Αγοραστικής Συμπεριφοράς Καταναλωτή

Όπως φαίνεται στο μοντέλο, αμφότερα τα ερεθίσματα από το μάρκετινγκ και το περιβάλλον εισέρχονται στη συνείδηση του αγοραστή. Με τη σειρά τους, τα χαρακτηριστικά του αγοραστή και η διαδικασία λήψης αποφάσεως οδηγούν σε συγκεκριμένες αποφάσεις αγορών. Καθήκον του μαρκετίστα είναι να κατανοήσει τι συμβαίνει στη συνείδηση του αγοραστή στο διάστημα μεταξύ της άφιξης των εξωτερικών ερεθισμάτων και της λήψης της απόφασης για αγορά.

Όπως φαίνεται και στο μοντέλο, η αγοραστική συμπεριφορά του καταναλωτή επηρεάζεται από πολιτισμικούς, κοινωνικούς, προσωπικούς και ψυχολογικούς παράγοντες.

### 3.1.1 Πολιτισμικοί παράγοντες που Επηρεάζουν τη Συμπεριφορά Αγοραστή

Η κουλτούρα, οι επιμέρους κουλτούρες και η κοινωνική τάξη αποτελούν ιδιαίτερα σημαντικές επιρροές στην αγοραστική συμπεριφορά του καταναλωτή.

 **Κουλτούρα.** Η κουλτούρα αποτελεί τον ουσιαστικότερο καθοριστικό παράγοντα των επιθυμιών και της συμπεριφοράς ενός ατόμου. Ένα παιδί που μεγαλώνει στις ΗΠΑ εκτίθεται στις ακόλουθες ευρείες

πολιτισμικές αξίες: επίτευξη στόχων και επιτυχία, δραστηριότητες, αποδοτικότητα και πρακτικότητα, πρόοδος, υλικές ανέσεις, ατομικότητα, ελευθερία, εξωτερικές ανέσεις, ανθρωπισμός και νεανικότητα.

🌈 Επιμέρους κουλτούρες. Κάθε κουλτούρα αποτελείται από μικρότερες επιμέρους κουλτούρες που παρέχουν περισσότερο συγκεκριμένη ταυτότητα και κοινωνικοποίηση στα μέλη τους. Οι επιμέρους κουλτούρες περιλαμβάνουν τις εθνικότητες, τις θρησκείες, τις φυλετικές ομάδες και τις γεωγραφικές περιοχές. Πολλές επιμέρους κουλτούρες σχηματίζουν σημαντικά τμήματα της αγοράς, οδηγώντας τους μαρκετίστες σε προϊόντα και προγράμματα μάρκετινγκ που να ταιριάζουν με τις ανάγκες τους. Οι Ισπανόφωνοι, η επιμέρους κουλτούρα με τη γρηγορότερη ανάπτυξη στις ΗΠΑ, αποτελούν, μεταξύ άλλων εταιρειών, τον στόχο των Carnival Food Stores με έδρα το Ντάλας. Το Ντάλας είναι μία από τις δέκα πρώτες πόλεις σε πληθυσμό Ισπανόφωνων και όταν η αλυσίδα χρησιμοποιεί στα προϊόντα που προωθεί σήμανση στα ισπανικά, οι πελάτες δείχνουν μεγαλύτερη ανταπόκριση. Οι μαρκετίστες έχουν ως στόχο και ακόμη μια επιμέρους κουλτούρα, τους Αφροαμερικάνους, εξαιτίας της ογκώδους αγοραστικής τους δύναμης που ανέρχεται σε 500 δισεκατομμύρια δολάρια. Η Hallmark, για παράδειγμα, δημιούργησε τη σειρά Mahogany με 800 ευχετήριες

κάρτες που απευθύνονται ειδικά στους Αφροαμερικάνους. Και η ηλικία δημιουργεί επιμέρους κουλτούρες, τα 75 εκατομμύρια των Αμερικανών στην αγορά άνω των 50 ετών αποτελούν στόχο των μαρκετιστών, εταιρειών όπως η Pfizer, η οποία προβάλλει διαφημίσεις όπου παρουσιάζει με ποιο τρόπο τα φάρμακά της βοηθούν τους μεγαλύτερους σε ηλικία να ζήσουν μια γεμάτη ζωή.

🌈 Κοινωνική τάξη. Οι κοινωνικές τάξεις αποτελούν σχετικά ομογενείς και διαρκείς υποδιαιρέσεις σε μια κοινωνία. Είναι ιεραρχικά δομημένες και τα μέλη τους μοιράζονται κοινές αξίες, ενδιαφέροντα και συμπεριφορά (δείτε πίνακα 3.1). Οι κοινωνικές τάξεις αντικατοπτρίζουν το εισόδημα καθώς επίσης την απασχόληση, την παιδεία και άλλους δείκτες. Τα άτομα που ανήκουν στην ίδια κοινωνική τάξη τείνουν να έχουν παρόμοια συμπεριφορά σε σχέση με άτομα από διαφορετικές κοινωνικές τάξεις. Επίσης, εντός της ίδιας κουλτούρας, τα άτομα κατέχουν κατώτερη ή ανώτερη θέση σύμφωνα με την κοινωνική τους τάξη. Η κοινωνική τάξη υποδεικνύεται ως συγκέντρωση μεταβλητών και όχι μια και μόνης μεταβλητής. Μάλιστα, τα άτομα μπορούν να κινηθούν από μια κοινωνική τάξη σε άλλη – προς τα πάνω ή προς τα κάτω – κατά τη διάρκεια της ζωής τους. Επειδή οι κοινωνικές τάξεις, συχνά, παρουσιάζουν διακριτές προτιμήσεις προϊόντων και μαρκών, ορισμένοι μαρκετίστες επικεντρώνουν τις προσπάθειές τους για

μάρκετινγκ σε μια κοινωνική τάξη. Η Neiman Marcus, για παράδειγμα, εστιάζει στις ανώτερες κοινωνικές τάξεις, προσφέροντας υψηλής ποιότητας εμπορεύματα σε πολυτελή καταστήματα, με πολλές προσωπικές υπηρεσίες που συνδέονται με τις ανάγκες των πελατών τους.



| Κοινωνική Τάξη                                                        | Χαρακτηριστικά                                                                                                                                                                                                                                                  |
|-----------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Ανώτατη</b><br>(ποσοστό μικρότερο του 1% του πληθυσμού των Η.Π.Α.) | Η κοινωνική ελίτ που ζει από πλούτο, που έχει κληρονομήσει. Διαθέτουν σημαντικά ποσά σε φιλανθρωπίες, συντηρούν πολλά σπίτια και στέλνουν τα παιδιά τους σε ακριβά σχολεία. Αυτή η μικρή ομάδα αποτελεί ομάδα αναφοράς για τις υπόλοιπες κοινωνικές τάξεις.     |
| <b>Ανώτερη</b><br>(περίπου 2% του πληθυσμού των Η.Π.Α.)               | Άνθρωποι που προέρχονται από τη μεσαία κοινωνική τάξη και οι οποίοι έχουν εξασφαλίσει υψηλό εισόδημα ή πλούτο από το επάγγελμα ή την επιχείρησή τους. Τείνουν να είναι δραστήριοι στην κοινωνική και πολιτική τους ζωή, αγοράζουν προϊόντα που αποτελούν σύμβολ |
| <b>Μεσαία Ανώτερη</b><br>(12% του πληθυσμού των Η.Π.Α.)               | Άνθρωποι χωρίς οικογενειακό κύρος ή ασυνήθιστο πλούτο οι οποίοι επικεντρώνονται στις καριέρες τους ως επαγγελματίες, ανεξάρτητοι επιχειρηματίες και διευθυντές εταιριών. Πιστεύουν στην παιδεία και έχουν πολιτική συνείδηση και είναι στραμένοι προς την οικογ |
| <b>Μεσαία</b><br>(32% του πληθυσμού των Η.Π.Α.)                       | Υπάλληλοι γραφείου και εργάτες μεσαίου εισοδήματος. Συνήθως αγοράζουν δημοφιλή προϊόντα για να παρακολουθούν τις τάσεις και πιστεύουν στη δαπάνη περισσότερων χρημάτων σε εμπειρίες που έχουν αξία για τα παιδιά τους και τα στρέφουν προς μια πανεπιστημιακή π |
| <b>Εργατική</b><br>(38% του πληθυσμού των Η.Π.Α.)                     | Εργάτες μεσαίου εισοδήματος και άτομα που με τρόπο ζωής που αρμόζει στην εργατική τάξη. Εξαρτώνται από τους συγγενείς οικονομικά, συναισθηματικά και επαγγελματικά και τείνουν να διατηρούν έντονους διαχωρισμούς ρόλων ως προς το φύλο και τα στερεότυπα.      |
| <b>Κατώτερη</b><br>(9% του πληθυσμού των Η.Π.Α.)                      | Εργάτες με επίπεδο ζωής να είναι λίγο υψηλότερο από τα όρια φτώχειας. Εκτελούν ανειδίκευτη εργασία, με χαμηλές αμοιβές και παρουσιάζουν μορφωτική ανεπάρκεια.                                                                                                   |
| <b>Κατώτατη</b><br>(7% του πληθυσμού των Η.Π.Α.)                      | Άνθρωποι που είναι γραμμένοι στην κοινωνική πρόνοια, έχουν πληγεί από τη φτώχεια και, συνήθως είναι άνεργοι. Ορισμένοι δεν ενδιαφέρονται να βρουν μόνιμη εργασία και οι περισσότεροι εξαρτώνται οικονομικά από την βοήθεια του κόσμου και τις φιλανθρωπίες.     |

Πίνακας 3.1 Βασικά Χαρακτηριστικά Σημαντικών Κοινωνικών Τάξεων των Η.Π.Α.

### 3.1.2 Κοινωνικοί Παράγοντες που Επηρεάζουν την Αγοραστική Συμπεριφορά

Πέραν των πολιτισμικών παραγόντων, η καταναλωτική συμπεριφορά επηρεάζεται και από κοινωνικούς παράγοντες όπως ομάδες αναφοράς, η οικογένεια, οι κοινωνικοί ρόλοι και θέση στην κοινωνία.

#### Ομάδες Αναφοράς

Οι ομάδες αναφοράς είναι οι ομάδες που ασκούν άμεση (πρόσωπο με πρόσωπο) ή έμμεση επιρροή στη στάση ή τη συμπεριφορά του ατόμου. Οι ομάδες άμεσης επιρροής ονομάζονται *ομάδες μελών*. Βασικές ομάδες μελών είναι η οικογένεια, οι φίλοι, οι γείτονες και οι συνάδελφοι με τους οποίους τα άτομα αλληλεπιδρούν συνεχώς και σε ανεπίσημη βάση. Οι δευτερεύουσες ομάδες, όπως οι επαγγελματικές και οι συνδικαλιστικές ενώσεις, τείνουν να είναι περισσότερο επίσημες και απαιτούν λιγότερο συνεχή αλληλεπίδραση. Οι ομάδες αναφοράς εκθέτουν τα άτομα σε νέες συμπεριφορές και τρόπους ζωής, επηρεάζουν τις συμπεριφορές και την αυτό-αντίληψη και ασκούν πιέσεις για συμμόρφωση που μπορούν να επηρεάσουν την επιλογή προϊόντων και μαρκών.

Οι άνθρωποι επηρεάζονται, επίσης, από ομάδες στις οποίες δεν ανήκουν. Οι *ομάδες προσδοκίας* είναι αυτές στις οποίες οι άνθρωποι ελπίζουν ότι θα μπούν. Οι *ομάδες απομάκρυνσης* είναι αυτές τις αξίες ή τη συμπεριφορά των οποίων το άτομο απορρίπτει.

Παρ' ότι οι μαρκετίστες προσπαθούν να εντοπίσουν τις ομάδες αναφοράς των πελατών στόχου, το επίπεδο επιρροής διαφέρει μεταξύ των

προϊόντων και των μαρκών. Οι κατασκευαστές προϊόντων και μαρκών με ισχυρή επιρροή σε ομάδες πρέπει να προσεγγίσουν και να επηρεάσουν τους διαμορφωτές κοινής γνώμης στις ομάδες αναφοράς. Ένας *καθοδηγητής γνώμης (opinion leader)* είναι το άτομο στην ανεπίσημη επικοινωνία του προϊόντος, που προσφέρει συμβουλές και πληροφορίες για ένα προϊόν ή μια κατηγορία προϊόντος. Οι μαρκετίστες προσπαθούν να προσεγγίσουν τους καθοδηγητές γνώμης εντοπίζοντας τα δημογραφικά και ψυχογραφικά χαρακτηριστικά που σχετίζονται με την καθοδήγηση της γνώμης, εντοπίζοντας τα μέσα που προτιμούν οι καθοδηγητές γνώμης και απευθύνοντας μηνύματα σ' αυτούς. Για παράδειγμα, στις Η.Π.Α., οι κυριότερες τάσεις στη μουσική και τη μόδα των εφήβων ξεκινούν από τα κέντρα των πόλεων και εξαπλώνονται στους νέους των προαστίων. Ως εκ τούτου, οι εταιρείες ειδών ρουχισμού που έχουν στόχο τους νέους, παρακολουθούν προσεκτικά το στυλ και τη συμπεριφορά των καθοδηγητών γνώμης στα αστικά κέντρα.

### **Οικογένεια**

Η οικογένεια είναι ο πιο σημαντικός οργανισμός αγοραστών-καταναλωτών στην κοινωνία και έχει διερευνηθεί εκτενώς. Η *οικογένεια προσανατολισμού* αποτελείται από τους γονείς και τα αδέρφια τους ενός ατόμου. Από τους γονείς του, ένα άτομο αποκτά προσανατολισμό προς τη θρησκεία, την πολιτική και την οικονομία καθώς και την αίσθηση προσωπικής φιλοδοξίας, αυτό-εκτίμησης και αγάπης. Αμεσότερη επίδραση στην καθημερινή αγοραστική συμπεριφορά

των ενηλίκων ασκεί η *οικογένεια τεκνοποίησης*, που αποτελείται από τη σύζυγο και τα παιδιά.

Οι μαρκετίστες ενδιαφέρονται για τους ρόλους και τη σχετική επιρροή του συζύγου, της συζύγου και των παιδιών στην αγορά μιας μεγάλης ποικιλίας προϊόντων και υπηρεσιών. Οι εν λόγω ρόλοι ποικίλουν ευρέως μεταξύ των διαφορετικών κουλτούρων και κοινωνικών τάξεων. Οι Αμερικανοί, βιετναμέζικης καταγωγής, για παράδειγμα, είναι πιθανότερο να προσκολληθούν σε ένα μοντέλο στο οποίο ο άντρας λαμβάνει αποφάσεις για τις σημαντικές αγορές. Στις Ηνωμένες Πολιτείες, η ανάμειξη του ανδρόγυνου σε μια αγορά, παραδοσιακά, ποικίλλει ευρέως ανά κατηγορία προϊόντος, οπότε οι μαρκετίστες πρέπει να προσδιορίσουν ποιο είναι το μέλος που ασκεί τη μεγαλύτερη επιρροή κατά την επιλογή συγκεκριμένων προϊόντων. Σήμερα, το αγοραστικό πρότυπο παραδοσιακών νοικοκυριών αλλάζει, με τα ανδρόγυνα της γενιάς του baby boom να αποφασίζουν από κοινού για αγορές προϊόντων που, παραδοσιακά, άνηκαν στον έλεγχο του ενός ή του άλλου συζύγου. Για αυτό το λόγο, οι μαρκετίστες προϊόντων που παραδοσιακά αγόραζε ο ένας σύζυγος θα πρέπει να αρχίσουν να αντιμετωπίζουν και ως πιθανό αγοραστή τον έτερο σύζυγο.

Μια ακόμη διαφοροποίηση των αγοραστικών προτύπων είναι η αύξηση του ποσού που δαπανάται από τα παιδιά και τους εφήβους και της επιρροής που ασκούν. Τα παιδιά ηλικίας 4 έως 12 ετών ξοδεύουν περίπου 24,4 δισεκατομμύρια δολάρια ετησίως – τρεις φορές την αξία της αγοράς των

έτοιμων δημητριακών. Η επιρροή είναι έμμεση όταν οι γονείς γνωρίζουν τις μάρκες, τα προϊόντα επιλέγονται και τις προτιμήσεις των παιδιών τους, χωρίς αυτές να καταφεύγουν σε υπαινιγμούς και άμεσες απαιτήσεις. Η άμεση επίδραση αναφέρεται σε υπαινιγμούς, σε απαιτήσεις και προτιμήσεις από μέρους των παιδιών.

Επειδή, ο γρηγορότερος δρόμος προς τα πορτοφόλια της Μαρμάς και του Μπαμπά μπορεί να είναι τα παιδιά, πολλές επιτυχημένες εταιρείες προβάλλουν τα προϊόντα τους προς τα παιδιά – και ζητούν από αυτά πληροφορίες μάρκετινγκ – μέσα από το Διαδίκτυο. Αυτή η πρακτική έχει τις ομάδες καταναλωτών και τους γονείς επί ποδός. Οι μαρκετίστες δέχθηκαν πυρά επειδή δεν απαιτούν γονική συναίνεση όταν ζητούσαν προσωπικές πληροφορίες και δεν διαφοροποιούσαν, σαφώς, τις διαφημίσεις από τα παιχνίδια και από άλλα μέσα ψυχαγωγίας του Διαδικτύου.

Μια εταιρεία που χρησιμοποιεί ηθικές τακτικές για να διοχετεύσει τα προϊόντα της προς τα παιδιά είναι η Disney η οποία λειτουργεί τη δημοφιλή στα παιδιά δικτυακή τοποθεσία Disney Online. Η Disney δηλώνει, σαφώς, τις on-line πολιτικές της στην αρχική σελίδα της και στις αρχικές σελίδες των υπόλοιπων δικτυακών τοποθεσιών της, συμπεριλαμβανομένου του Disney's Daily Blast, συνδρομητικής δικτυακής υπηρεσίας που απευθύνεται σε παιδιά ηλικίας 3 έως 12 ετών. Οι on-line πρακτικές της Disney περιλαμβάνουν την ειδοποίηση των γονιών μέσω ηλεκτρονικής αλληλογραφίας για την κατάθεση προσωπικών στοιχείων σε δικτυακή τοποθεσία, είτε αυτές αφορούν την

συμμετοχή του παιδιού σε διαγωνισμό ή ψηφοφορία είτε την εγγραφή του στην τοποθεσία, είτε αυτές αφορούν την συμμετοχή του παιδιού σε διαγωνισμό ή ψηφοφορία είτε την εγγραφή του στην τοποθεσία. Σε αντίθεση με πολλές δικτυακές τοποθεσίες και διαφημιστές που χρησιμοποιούν “cookies”, μικροσκοπικά δεδομένα που τοποθετεί στον Η/Υ του χρήστη από τις δικτυακές τοποθεσίες για να κάνει πιο ευχάριστη την επίσκεψή του, η Disney δεν χρησιμοποιεί cookies για λόγους προώθησης ή μάρκετινγκ και δεν κοινοποιεί στοιχεία σε τρίτους.

### **Ρόλοι και Κοινωνικές Θέσεις**

Ένα άτομο συμμετέχει σε πολλές ομάδες, όπως είναι η οικογένεια, οι λέσχες και οι οργανισμοί. Η θέση του ατόμου σε κάθε ομάδα μπορεί να οριστεί μέσα από το ρόλο του και την κοινωνική του θέση. Ένας *ρόλος* αποτελείται από τις δραστηριότητες που ένα άτομο αναμένεται να εκτελέσει. Κάθε ρόλος φέρει ένα *κύρος*. Ένας δικαστής του Ανώτατου Δικαστηρίου έχει υψηλότερο κύρος από έναν διευθυντή πωλήσεων, ο οποίος έχει υψηλότερη κοινωνική θέση από έναν διοικητικό υπάλληλο. Σε γενικές γραμμές, οι άνθρωποι επιλέγουν προϊόντα που φανερώνουν το ρόλο τους και το κύρος τους στην κοινωνία. Ως εκ τούτου, οι πρόεδροι των εταιρειών συχνά οδηγούν Mercedes, φορούν ακριβά κοστούμια και πίνουν ούισκι Chivas Regal. Οι καλά ενημερωμένοι μαρκετίστες έχουν γνώση της δυναμικότητας των συμβόλων κύρος που έχουν τα προϊόντα και οι μάρκες.

### 3.1.3 Προσωπικοί Παράγοντες που Επηρεάζουν την Αγοραστική Συμπεριφορά

Οι πολιτισμικοί και κοινωνικοί παράγοντες είναι μόνο δύο από τους τέσσερις σημαντικούς παράγοντες που επηρεάζουν την αγοραστική συμπεριφορά του καταναλωτή. Ο τρίτος παράγοντας είναι τα προσωπικά χαρακτηριστικά, δηλαδή η ηλικία του αγοραστή, η θέση στον κύκλο ζωής, ή απασχόλησης, οι οικονομικές συνθήκες, ο τρόπος ζωής, η προσωπικότητα και η αυτό-αντίληψη.

#### Ηλικία και θέση στον κύκλο ζωής

Οι άνθρωποι αγοράζουν διαφορετικά προϊόντα και υπηρεσίες στις διάφορες φάσεις της ζωής τους. Στα πρώτα χρόνια της ζωής τους τρώνε παιδικές τροφές, όταν είναι στην ανάπτυξη και στα χρόνια της ωριμότητας καταναλώνουν μεγαλύτερη ποσότητα τροφών προς το τέλος και ακολουθούν ειδικές δίαιτες. Το γούστο που έχει κανείς στα ρούχα, τα έπιπλα και την ψυχαγωγία, σχετίζεται και αυτό, με την ηλικία και αυτός είναι ο λόγος που οι έξυπνοι μαρκετίστες δίνουν προσοχή στην επιρροή της ηλικίας.

Παρομοίως, η κατανάλωση διαμορφώνεται από τον κύκλο ζωής της οικογένειας. Ο παραδοσιακός κύκλος ζωής της οικογένειας καλύπτει στάδια στη ζωή των ενηλίκων, ξεκινώντας από την ανεξαρτησία από τους γονείς και συνεχίζει με το γάμο, την ανατροφή των παιδιών, τα χρόνια ανεξαρτησίας των παιδιών τους, τη συνταξιοδότηση και τα τελευταία χρόνια της ζωής. Οι μαρκετίστες, συχνά, επιλέγουν ως ομάδα στόχο μια συγκεκριμένη ομάδα του παραδοσιακού κύκλου ζωής. Ωστόσο, τα νοικοκυριά στόχος δεν έχουν πάντα

ως βάση την οικογένεια: υπάρχουν τα νοικοκυριά των εργένηδων, των ομοφυλόφιλων νοικοκυριών και των ζευγαριών που συζούν.

Πρόσφατες έρευνες εντόπισαν στάδια ψυχολογικού κύκλου ζωής. Οι ενήλικες, στη διάρκεια της ζωής τους γνωρίζουν κάποια «περάσματα» και «μεταμορφώσεις». Οι καλοί μαρκετίστες δίνουν ιδιαίτερη προσοχή σε συνθήκες ζωής που αλλάζουν – στο διαζύγιο, τη χηρεία, το γάμο – και την επίδραση τους στην καταναλωτική συμπεριφορά.

### **Απασχόληση και Οικονομικές συνθήκες**

Και η απασχόληση επιδρά στο καταναλωτικό πρότυπο ενός ατόμου. Ένας βιομηχανικός εργάτης θα αγοράσει ρούχα εργασίας και τάπερ για το μεσημεριανό του, ενώ ο πρόεδρος μιας εταιρείας θα αγοράσει ακριβά κοστούμια και θα εγγραφεί σε κάποια λέσχη. Για αυτό το λόγο, οι μαρκετίστες θα πρέπει να εντοπίσουν τις ομάδες επαγγελματιών που δείχνουν μεγαλύτερο ενδιαφέρον για τα προϊόντα και τις υπηρεσίες τους και να εξετάσουν την περίπτωση εξειδίκευσης των προϊόντων τους σε συγκεκριμένα είδη απασχόλησης. Για παράδειγμα, οι κατασκευαστές λογισμικού έχουν αναπτύξει ειδικά προγράμματα για δικηγόρους, ιατρούς και άλλες ομάδες επαγγελματιών.

Επιπλέον, η επιλογή προϊόντος επηρεάζεται, σε μεγάλο βαθμό, από την οικονομική κατάσταση του καταναλωτή: διαθέσιμο εισόδημα (επίπεδο, σταθερότητα, συχνότητα πληρωμής), αποταμίευση και περιουσιακά στοιχεία (και το ποσοστό των περιουσιακών στοιχείων που είναι ρευστά), χρέη, δανειοληπτικής ικανότητα και ανάλογα δαπανών και αποταμίευσης. Ως εκ



τούτου, οι μαρκετίστες κάποιων αγαθών, ευαίσθητων εισοδηματικά, πρέπει να εντοπίσουν τις τάσεις στο προσωπικό εισόδημα, την αποταμίευση και τα επιτόκια. Εάν είναι πιθανή μια ύφεση, οι μαρκετίστες θα πρέπει να ανασχεδιάσουν, να επανατοποθετήσουν και να επανεκτιμήσουν τα προϊόντα τους, ώστε να έχουν μεγάλη αξία για τους καταναλωτές στόχους.

### Τρόπος ζωής

Άνθρωποι που ανήκουν στην ίδια επιμέρους κουλτούρα, κοινωνική τάξη και τομέα απασχόλησης, μπορεί στην πραγματικότητα να διάγουν αρκετά διαφορετικό τρόπο ζωής. Ο τρόπος ζωής είναι το πρότυπο ζωής ενός ατόμου, όπως αυτό εκφράζεται στις δραστηριότητες, τα ενδιαφέροντα και τις απόψεις του. Ο τρόπος ζωής απεικονίζει το «άτομο συνολικά» καθώς διεπιδρά με το περιβάλλον του.

Οι επιτυχημένοι μαρκετίστες αναζητούν σχέσεις μεταξύ των προϊόντων τους και των ομάδων τρόπου ζωής. Για παράδειγμα, ένας κατασκευαστής Η/Υ μπορεί να ανακαλύψει ότι οι περισσότεροι αγοραστές Η/Υ κατευθύνονται από την επιτυχία. Ο μαρκετίστας μπορεί, τότε, να στοχεύσει τη μάρκα του, σαφέστερα, προς τον τρόπο ζωής των επιτυχημένων.

Ψυχογραφική είναι η επιστήμη που μετρά και κατηγοριοποιεί τους τρόπους ζωής των καταναλωτών. Μια από τις δημοφιλέστερες ταξινομήσεις βασίζεται στις ψυχογραφικές μετρήσεις του πλαισίου Διεθνών Αξιών και Τρόπων Ζωής (VALS) του SRI. Το σύστημα VALS2 ταξινομεί όλους τους ενήλικες Αμερικανούς σε οκτώ ομάδες βάσει των ψυχολογικών

χαρακτηριστικών που εξάγονται από τις απαντήσεις των ερωτήσεων σε μελέτες, με ερωτήσεις που αφορούσαν δημογραφικά στοιχεία, τις στάσεις και τις συμπεριφορές, καθώς επίσης και τη χρήση του Διαδικτύου. Οι μεγαλύτερες από αυτές τις ομάδες είναι:

- 🌈 Οι Αποτελεσματικοί (*Actualizers*): Επιτυχημένοι, με υψηλή μόρφωση, ενεργητικοί άνθρωποι που αναλαμβάνουν ευθύνες, των οποίων οι αγορές συχνά φανερώνουν καλλιεργημένο γούστα για σχετικά ανώτερα προϊόντα που ταιριάζουν στην απασχόλησή τους.
- 🌈 Οι Ικανοποιημένοι: Ώριμοι, ικανοποιημένοι, ευκατάστατοι και σκεπτόμενοι άνθρωποι που ζητούν διάρκεια, λειτουργικότητα και αξία στα προϊόντα.
- 🌈 Οι Επιτήδαιοι που αγοράζουν (*Fulfillers*): Επιτυχημένοι καταναλωτές με προσανατολισμό στη ζωή τους την καριέρα τους και την εργασία τους που προτιμούν καθιερωμένα προϊόντα με γόητρο τα οποία φανερώνουν επιτυχία.
- 🌈 Οι «Εμπειριστές» (*Experiencers*): Νέοι, γεμάτοι ζωή, ενθουσιώδεις, παρορμητικοί και επαναστάτες άνθρωποι που σπαταλούν μεγάλο μέρος του εισοδήματός τους σε ρούχα, έτοιμα φαγητά, μουσική, κινηματογράφο και βιντεοταινίες.
- 🌈 Οι Πεπεισμένοι (*Believers*): Συντηρητικοί, συμβατικοί και παραδοσιακοί άνθρωποι που προτιμούν τα γνωστά προϊόντα και τις καθιερωμένες μάρκες.

- 🌈 Οι Μοχθούντες (*Strivers*): Αβέβαιοι, ανασφαλείς καταναλωτές που αναζητούν την επιβεβαίωση και έχουν περιορισμένους πόρους, οι οποίοι προτιμούν τα μοντέρνα προϊόντα και μιμούνται τις αγορές των ευπορότερων ανθρώπων.
- 🌈 Οι Καταφερτζήδες (*Makers*): Πρακτικοί, αυτάρκεις, παραδοσιακοί άνθρωποι η ζωή των οποίων είναι προσανατολισμένη στην οικογένεια, και προτιμούν τα πρακτικά και λειτουργικά προϊόντα, όπως είναι τα εργαλεία και ο εξοπλισμός για ψάρεμα.
- 🌈 Οι βιοπαλαιστές (*Strugglers*): Μεγαλύτεροι σε ηλικία, παραιτημένοι, παθητικοί, με ανησυχίες και περιορισμένους πόρους καταναλωτές που είναι προσεκτικοί και αφοσιωμένοι στις αγαπημένες τους μάρκες.

Παρότι η ψυχογραφική, για πολλούς μαρκετίστες αποτελεί έγκυρη μεθοδολογία που χαίρει εκτιμήσεως, οι κοινωνικοί επιστήμονες συνειδητοποιούν ότι τα παλαιότερα εργαλεία για την πρόβλεψη της συμπεριφοράς του καταναλωτή δεν εφαρμόζονται πάντα στη χρήση του Διαδικτύου, στις on-line υπηρεσίες και αγορές προϊόντων τεχνολογίας. Ως εκ τούτου, οι ερευνητές ανακαλύπτουν νέες ερευνητικές μεθόδους για την τμηματοποίηση των καταναλωτών, βάσει των τεχνολογικών τύπων. Το σύστημα της τεχνογραφικής Forester Research τμηματοποιεί τους καταναλωτές σύμφωνα με τα κίνητρα, τις επιθυμίες και τη δυνατότητα επένδυσης στην τεχνολογία. Το σύστημα iVARS SRI τμηματοποιεί τους καταναλωτές βάσει της χρήσης του Διαδικτύου.

Τα συστήματα τμηματοποίησης διαφέρουν από κουλτούρα σε κουλτούρα. Για παράδειγμα η McCann-Erickson London, εντόπισε του ακόλουθους βρετανικούς τρόπους ζωής: οι Πρωτοπόροι (Avant-Gardians, ενδιαφέρονται για την αλλαγή), οι Ποντιφικανοί (Παραδοσιακοί), οι Χαμαιλέοντες (ακολουθούν το πλήθος), και οι Υπνοβάτες (ασκούνται στην αποτυχία τους). Η διαφημιστική εταιρεία D'Archy, Masius, Benton & Bowles τμηματοποίησε τους ρώσους καταναλωτές ως εξής: «Κουπτσι» (Εμποροι), «Κοζάκοι» (Φιλόδοξοι, αναζητούν το γόητρο), «φοιτητές», «Στελέχη Επιχειρήσεων» και «Ρώσικες ψυχές» (παθητικοί και ευθυνόφοβοι όσον αφορά τις επιλογές τους).

### **Προσωπικότητα και Αυτό-αντίληψη**

Κάθε άτομο έχει μια ξεχωριστή προσωπικότητα που επηρεάζει την αγοραστική του συμπεριφορά. Ο όρος προσωπικότητα αναφέρεται στα διακριτικά ψυχολογικά χαρακτηριστικά που οδηγούν σε σχετικά ομοιόμορφες και διαρκείς αντιδράσεις προς το περιβάλλον. Η προσωπικότητα περιγράφεται, συχνά, με όρους, όπως αυτοπεποίθηση, κυριαρχία, αυτονομία, συμμόρφωση, κοινωνικότητα, άμυνα και προσαρμοστικότητα.

Η προσωπικότητα μπορεί να αποδειχθεί χρήσιμη στην ανάλυση της συμπεριφοράς του καταναλωτή, υπό την προϋπόθεση ότι τα είδη της προσωπικότητας μπορούν να ταξινομηθούν με ακρίβεια και ότι υπάρχουν ισχυροί συσχετισμοί μεταξύ ορισμένων ειδών προσωπικότητας και προϊόντων ή μαρκών. Για παράδειγμα, μια εταιρεία Η/Υ μπορεί να ανακαλύψει ότι πολλοί

πιθανοί πελάτες παρουσιάζουν υψηλή αυτοπεποίθηση, κυριαρχία και αυτονομία, το οποίο σημαίνει ότι οι διαφημίσεις για Η/Υ θα πρέπει να απευθύνονται στα εν λόγω γνωρίσματα.

Η αυτό-αντίληψη (ή αυτό-εικόνα) σχετίζεται με την προσωπικότητα. Οι μαρκετίστες, συχνά, προσπαθούν να αναπτύξουν εικόνες μαρκών που να ταιριάζουν με την εικόνα της αγοράς στόχους. Ωστόσο, είναι πιθανό η πραγματική αυτό-αντίληψη ενός ατόμου (ο τρόπος που βλέπει τον εαυτό του) να διαφέρει από την ιδανική αυτό-αντίληψη (πως νομίζει ότι οι άλλοι θα έπρεπε να τον βλέπουν) και από την αυτό-αντίληψη των τρίτων (πως νομίζει ότι τον βλέπουν οι άλλοι). Ποιους από τους τρεις εαυτούς του θα προσπαθήσει να ικανοποιήσει όταν κάνει μια αγορά; Επειδή είναι δύσκολο να δοθεί απάντηση σε αυτή την ερώτηση, η θεωρία της αυτό-αντίληψης είχε ένα μικτό βαθμό επιτυχίας όσον αφορά την πρόβλεψη της ανταπόκρισης των καταναλωτών στην εικόνα της μάρκας.

#### 3.1.4 Ψυχολογικοί Παράγοντες που Επηρεάζουν την Αγοραστική Συμπεριφορά

Οι ψυχολογικοί παράγοντες αποτελούν το τέταρτο σημαντικότερο παράγοντα επίδρασης στην συμπεριφορά του αγοραστή (μαζί με τους πολιτισμικούς, του κοινωνικούς και τους προσωπικούς παράγοντες). Σε γενικές γραμμές, οι αγοραστικές επιλογές ενός ατόμου επηρεάζονται από τους ψυχολογικούς παράγοντες της υποκίνησης, της αντίληψης, της μάθησης, των πεπτοιθήσεων και της στάσης.

## Υποκίνηση

Ένα άτομο, σε οποιαδήποτε χρονική στιγμή, έχει πολλές ανάγκες. Ορισμένες από αυτές είναι βιογενετικές και προκύπτουν από καταστάσεις όπως πείνα, δίψα, και ταλαιπωρία. Κάποιες άλλες είναι ψυχογενετικές και προκύπτουν από ψυχολογικές καταστάσεις έντασης, όπως είναι η ανάγκη για αναγνώριση, σεβασμό και συμμετοχής. Μια ανάγκη γίνεται κίνητρο όταν φτάνει σε επαρκές επίπεδο έντασης. Κίνητρο είναι μια ανάγκη αρκετά πειστική ώστε να οδηγεί το άτομο στην πράξη.

Οι ψυχολόγοι έχουν αναπτύξει διάφορες θεωρίες για την ανθρώπινη υποκίνηση. Τρεις από τις πιο γνωστές – είναι οι θεωρίες του Sigmund Freud, του Abraham Maslow και του Frederick Herzberg – με διαφορετικά αποτελέσματα στην ανάλυση του καταναλωτή και τη στρατηγική μάρκετινγκ.

🌈 Η θεωρία του Freud. Ο Sigmund Freud έκανε την υπόθεση ότι οι ψυχολογικές δυνάμεις που διαμορφώνουν την ανθρώπινη συμπεριφορά είναι σε μεγάλο βαθμό ασυνείδητες και ότι το άτομο δεν μπορεί να κατανοήσει πλήρως τη διαδικασία της υποκίνησής του. Για την παρακολούθηση της υποκίνησης ενός ατόμου, υπάρχει μια τεχνική που ονομάζεται κλιμάκωση (laddering) ξεκινώντας από το εκπεφρασμένο οργανικό επίπεδο και φτάνοντας στα τελικά. Έπειτα, ο μαρκετίστας μπορεί να αποφασίσει σε πιο επίπεδο θα αναπτύξει το μήνυμα και θα απευθυνθεί. Σύμφωνα με τη θεωρία του Φρόυντ, οι καταναλωτές αντιδρούν όχι μόνο στα δηλωμένα θελήματα

συγκεκριμένων μαρκών αλλά και σε άλλες λιγότερο συνειδητές υποδείξεις. Οι επιτυχημένοι μαρκετίστες, είναι, συνεπώς, προσεκτικοί όσον αφορά το σχήμα, το μέγεθος, το βάρος, το υλικό, το χρώμα και το εμπορικό όνομα γιατί καθένα από αυτά μπορεί να πυροδοτήσει συγκεκριμένους συσχετισμούς και συναισθήματα.

🌈 Η θεωρία του Maslow. Ο Abraham Maslow ήθελε να εξηγήσει γιατί οι άνθρωποι καθοδηγούνται από συγκεκριμένες ανάγκες σε συγκεκριμένες χρονικές στιγμές. Σύμφωνα με τη θεωρία του, οι ανθρώπινες ανάγκες ταξινομούνται ιεραρχικά, από τις περισσότερο στις λιγότερο επιτακτικές. Κατά σειρά σπουδαιότητας, αυτές οι πέντε κατηγορίες είναι ανάγκες βιογενετικές, ασφάλειας, κοινωνικές, αυτοσεβασμού και αυτοπραγμάτωσης. Ο καταναλωτής θα προσπαθήσει να ικανοποιήσει πρώτα τη σπουδαιότερη. Όταν αυτή η κατηγορία έχει ικανοποιηθεί το άτομο θα προσπαθήσει να ικανοποιήσει την αμέσως επόμενη πιο επιτακτική. Η θεωρία του Maslow βοηθά του μαρκετίστες να καταλάβουν με ποιο τρόπο κάποια προϊόντα ταιριάζουν στα σχέδια, τους στόχους και τις ζωές των καταναλωτών.

🌈 Η θεωρία του Herzberg. Ο Frederick Herzberg ανέπτυξε μια θεωρία δύο κατηγοριών: των παραγόντων δυσαρέσκειας και των παραγόντων ικανοποίησης. Η απουσία των παραγόντων δυσαρέσκειας δεν αρκεί. Οι παράγοντες ικανοποίησης θα πρέπει να έχουν ενεργή παρουσία για να κινητοποιήσουν μια αγορά. Για παράδειγμα, το γεγονός ότι ένας Η/Υ

δεν συνοδεύεται από εγγύηση αποτελούσε παράγοντα δυσαρέσκειας. Ωστόσο, η ύπαρξη εγγύησης για το προϊόν δεν θα δρούσε ως παράγοντας ικανοποίησης ή υποκίνησης για αγορά επειδή δεν αποτελεί πηγή εγγενούς ικανοποίησης σχετικά με τον Η/Υ. Σύμφωνα με αυτή τη θεωρία, οι μαρκετίστες θα πρέπει να αποφύγουν παράγοντες δυσαρέσκειας που μπορεί να εμποδίσουν την πώληση των προϊόντων τους. Θα πρέπει, επίσης, να εντοπίσουν και να παράσχουν τους μεγαλύτερους δυνατούς παράγοντες ικανοποίησης ή υποκίνησης για αγορά, από τους οποίους και εξαρτάται ποια μάρκα θα αγοράσει ο καταναλωτής.

## **Αντίληψη**

Ένα υποκινούμενο άτομο είναι έτοιμο να δράσει, ωστόσο ο τρόπος με τον οποίο θα δράσει στην πραγματικότητα, το άτομο, επηρεάζεται από το πώς αντιλαμβάνεται την κατάσταση. Αντίληψη είναι η διαδικασία βάσει της οποίας ένα άτομο επιλέγει, οργανώνει και ερμηνεύει την εισροή πληροφοριών για να δημιουργήσει μια εικόνα του κόσμου που να έχει νόημα. Η αντίληψη δεν εξαρτάται μόνο από τα φυσικά ερεθίσματα αλλά και από τη σχέση των ερεθισμάτων με τον περιβάλλοντα χώρο και τις συνθήκες εντός του ατόμου. Η λέξη κλειδί είναι το άτομο. Τα άτομα μπορεί να αντιλαμβάνονται διαφορετικά το ίδιο είδος εξαιτίας των τριών διαδικασιών της αντίληψης: επιλεκτική προσοχή, επιλεκτική αλλοίωση και επιλεκτική διατήρηση.



-  Επιλεκτική προσοχή. Οι άνθρωποι εκτίθενται, καθημερινά, σε πολλά ερεθίσματα, όπως είναι οι διαφημίσεις. Τα περισσότερα από αυτά τα ερεθίσματα «κοσκινίζονται» διαδικασία που ονομάζεται επιλεκτική προσοχή. Το τελικό αποτέλεσμα είναι ότι οι μαρκετίστες πρέπει να εργαστούν σκληρά ώστε να τραβήξουν την προσοχή των καταναλωτών. Μέσα από την έρευνα, οι μαρκετίστες έχουν μάθει ότι οι άνθρωποι είναι πιθανότερο να προσέξουν αναμενόμενα ερεθίσματα – όπως π.χ. διαφήμιση για τρόφιμα σε δικτυακή τοποθεσία για τρόφιμα. Και οι άνθρωποι είναι πιθανότερο να προσέξουν ερεθίσματα των οποίων οι παρεκκλίσεις είναι μεγάλες σε σχέση με το φυσιολογικό μέγεθος του ερεθίσματος, όπως ένα διαφημιστικό πανώ που προσφέρει έκπτωση 100 δολαρίων (και όχι μόνο 5).
-  Επιλεκτική αλλοίωση. Ακόμη και τα παρατηρηθέντα ερεθίσματα δεν γίνονται αντιληπτά από τον καταναλωτή όπως σκόπευαν οι μαρκετίστες. Επιλεκτική αλλοίωση είναι η τάση διαστρέβλωσης μιας πληροφορίας, η απόδοση προσωπικής απόχρωσης και η ερμηνεία της πληροφορίας με τρόπο που να ταιριάζει στις προκαταλήψεις του κάθε ατόμου. Δυστυχώς, οι μαρκετίστες δεν μπορούν να κάνουν πολλά για την επιλεκτική αλλοίωση.
-  Επιλεκτική διατήρηση. Οι άνθρωποι ξεχνούν πολλά από αυτά που μαθαίνουν αλλά έχουν την τάση να συγκρατούν πληροφορίες που υποστηρίζουν τις στάσεις τους και τις πεποιθήσεις τους. Εξαιτίας της

επιλεκτικής διατήρησης είναι πιθανότερο να θυμόμαστε τα καλά στοιχεία ενός προϊόντος που μας αρέσει και να ξεχνάμε τα καλά στοιχεία που αναφέρονται στην προώθηση ανταγωνιστικών προϊόντων. Η επιλεκτική διατήρηση εξηγεί για ποιο λόγο οι μαρκετίστες χρησιμοποιούν δραματοποίηση και επανάληψη στα μηνύματα που απευθύνουν στο κοινό στόχο.

## Μάθηση

Όταν οι άνθρωποι δρουν, μαθαίνουν. Η μάθηση αφορά αλλαγές στη συμπεριφορά του ατόμου που προκύπτουν από την εμπειρία. Το μεγαλύτερο μέρος της ανθρώπινης συμπεριφοράς μαθαίνεται. Οι θεωρητικοί πιστεύουν ότι η μάθηση παράγεται μέσα από την αλληλεπίδραση ορμών, ερεθισμάτων, υποδείξεων, αντιδράσεων και ενίσχυσης. Ορμή είναι ένα ισχυρό εσωτερικό ερέθισμα που ωθεί στη δράση. Υποδείξεις είναι μικρότερα ερεθίσματα που καθορίζουν πότε, που και πως θα αντιδράσει ένα άτομο.

Έστω ότι κάποιος αγοράζει έναν Η/Υ της IBM. Εάν η εμπειρία είναι θετική, η αντίδραση προς τους Η/Υ και την IBM θα ενισχυθεί θετικά. Αργότερα όταν θελήσει να αγοράσει εκτυπωτή, μπορεί να υποθέσει ότι εφόσον η IBM κατασκευάζει καλούς Η/Υ, κατασκευάζει, και καλούς εκτυπωτές. Σε αυτή την περίπτωση, έχετε γενικεύσει την αντίδρασή του σε δύο παρόμοια κίνητρα. Αντίθετη της γενίκευσης είναι η διάκριση κατά την οποία ένα άτομο μαθαίνει να αναγνωρίζει διαφορές σε ερεθίσματα παρόμοια μεταξύ τους και να προσαρμόζει, ανάλογα, τις αντιδράσεις του. Εφαρμόζοντας της θεωρία της

μάθησης, οι μαρκετίστες μπορούν να δημιουργήσουν ζήτηση για κάποιο προϊόν συσχετίζοντας το με ισχυρές ορμές, χρησιμοποιώντας υποδείξεις που υποκινούν και παρέχοντας θετική ενίσχυση.

### **Πεπιοθήσεις και Στάσεις**

Μέσα από την πράξη και τη μάθηση, οι άνθρωποι αποκτούν πεπιοθήσεις και στάσεις οι οποίες, με τη σειρά τους, επηρεάζουν την αγοραστική συμπεριφορά. Πεπιοθήση είναι μια περιγραφική σκέψη του ατόμου για κάτι. Οι πεπιοθήσεις μπορεί να βασίζονται σε γνώση, γνώμη ή πίστη και μπορεί να φέρουν ή όχι συναισθηματική φόρτιση. Φυσικά, οι κατασκευαστές δείχνουν ιδιαίτερο ενδιαφέρον για τις πεπιοθήσεις των ανθρώπων έχουν τα προϊόντα και τις υπηρεσίες τους. Οι πεπιοθήσεις αποτελούν την εικόνα των προϊόντων και των μαρκών βάσει της οποίας δρουν οι άνθρωποι. Εάν κάποιες πεπιοθήσεις είναι εσφαλμένες και αποτρέπουν την αγορά, ο κατασκευαστής θα θέλει να λανσάρει μια εκστρατεία για να διορθώσει τις εν λόγω πεπιοθήσεις.

Ιδιαίτερα σημαντικό για τους μαρκετίστες προϊόντων διεθνούς κυκλοφορίας είναι το γεγονός ότι οι αγοραστές έχουν, συχνά, διαφορετικές πεπιοθήσεις για τις μάρκες και τα προϊόντα ανάλογα με τη χώρα προέλευσής τους. Για παράδειγμα, μελέτες έχουν δείξει ότι η επίδραση της χώρας προέλευσης ποικίλλει ανάλογα με το είδος του προϊόντος. Οι καταναλωτές θέλουν να γνωρίζουν που κατασκευάστηκε ένα αυτοκίνητο αλλά δεν ενδιαφέρονται για την προέλευση του λιπαντικού. Επιπλέον, η στάση προς τη

χώρα προέλευσης αλλάζει με το πέρασμα του χρόνου. Η Ιαπωνία, για παράδειγμα, πριν το Β΄ Παγκόσμιο Πόλεμο έχει μια εικόνα χαμηλής ποιότητας.

Μια εταιρεία έχει πολλές εναλλακτικές για την περίπτωση που η χώρα προέλευσης των προϊόντων της δυσανεστεί τους καταναλωτές. Η εταιρεία μπορεί να σκεφτεί το ενδεχόμενο συμπαραγωγής με χώρα του εξωτερικού που έχει καλύτερο όνομα. Μια άλλη εναλλακτική είναι να προσλάβει ένα διάσημο πρόσωπο για την προώθηση του προϊόντος. Η εταιρεία μπορεί να υιοθετήσει επίσης μια στρατηγική για να επιτύχει ποιότητα παγκόσμιας κλάσης στον τοπικό κλάδο, όπως συνέβη στην περίπτωση της βελγικής σοκολάτας και του κολομβιανού καφέ.

Αυτό προσπαθούν να επιτύχουν και τα οινοποιεία της Νότιας Αφρικής, καθώς αυξάνει η εξαγωγή κρασιού. Τα κρασιά της Νότιας Αφρικής επλήγησαν από την αντίληψη ότι οι αμπελώνες της χώρας είναι πρωτόγονοι σε σύγκριση με αυτούς άλλων χωρών και ότι οι αμπελουργοί συνεχίζουν να χρησιμοποιούν ξεπερασμένες πρακτικές. Στην πραγματικότητα, οι αμπελουργοί της Νότιας Αφρικής έχουν βελτιώσει τη ζωή των εργατών τους. «Το κρασί είναι ένα προϊόν που εξαρτάται τόσο πολύ από την προέλευση του που δεν μπορούμε να επιτύχουμε εάν η Νότια Αφρική δεν έχει μια καλή εικόνα», λέει ο Willem Barnard, γενικός διευθυντής του Ko-operatieve Winjbouwers Vereniging του μεγαλύτερου αγροτικού συνεταιρισμού αμπελοπαραγωγών.

Οι στάσεις είναι εξίσου σημαντικές με τις πεποιθήσεις όσον αφορά την επιρροή που ασκούν στην αγοραστική συμπεριφορά. Στάση είναι το σύνολο

διαρκών ευνοϊκών ή δυσμενών αξιολογήσεων, συναισθημάτων και η τάση για ανάληψη δράσης σχετικά με κάποιο είδος ή ιδέα. Οι άνθρωποι έχουν στάση σχεδόν για όλα: τη θρησκεία, την πολιτική, τα ρούχα, τη μουσική, το φαγητό. Οι στάσεις τους εισάγουν σε ένα τρόπο σκέψης όπου τους αρέσει ή δεν τους αρέσει ένα είδος, κινούνται προς ή απομακρύνονται από αυτό. Οι στάσεις οδηγούν τους ανθρώπους να συμπεριφέρονται με σταθερό τρόπο σε παρόμοια είδη. Επειδή οι στάσεις εξοικονομούν ενέργεια και φαιά ουσία, είναι πολύ δύσκολο να αλλάξουν. Για να αλλάξει μια και μόνο στάση μπορεί να μπορεί να χρειαστούν σημαντικές προσαρμογές σε πολλές άλλες στάσεις.

Ως εκ τούτου, θα αποτελούσε καλή συμβουλή για μια εταιρεία να εναρμονίσει το προϊόν της με τις υπάρχουσες στάσεις και να μην προσπαθήσει να αλλάξει τις στάσεις των ανθρώπων. Βέβαια, η προσπάθεια αλλαγής των στάσεων των ανθρώπων μπορεί, κατά περίπτωση, να είναι επιτυχής. Για παράδειγμα, η βιομηχανία γάλακτος. Στις αρχές της δεκαετίας του 90, η κατανάλωση γάλακτος γνώριζε πτώση για 25 χρόνια εξαιτίας της γενικής αντίληψης ότι το γάλα ήταν ανθυγιεινό, ξεπερασμένο, μόνο για παιδιά ή καλό μόνο εάν συνοδευόταν από κουλούρια και κέικ. Έπειτα, το αμερικανικό Εθνικό Εκπαιδευτικό Πρόγραμμα Επεξεργασίας Υγρών Γαλακτοκομικών Προϊόντων (National Fluid Milk Processor Education Program) έδωσε το εναρκτήριο λάκτισμα για μια έντυπη διαφημιστική εκστρατεία πολλών εκατομμυρίων δολαρίων όπου πρωταγωνιστούσαν διασημότητες με μoustάκι από γάλα, όπως οι Hanson και η Tyra Banks, με το σύνθημα «Που είναι το

δικό σας μoustάκι;». Η ευρέως δημοφιλής εκστρατεία άλλαξε τις στάσεις και, με τον καιρό, ενίσχυσε την κατανάλωση γάλακτος. Οι γαλακτοπαραγωγοί, έχουν, επίσης, δημιουργήσει μια on-line Λέσχη Γάλακτος ([www.whymilk.com](http://www.whymilk.com)), επιτρέποντας τη συμμετοχή μόνο σε ανθρώπους που ισχυρίζονται ότι πίνουν τρία ποτήρια γάλα ημερησίως.

### 3.2 Η διαδικασία λήψης απόφασης αγοράς από τον καταναλωτή

Οι μαρκετίστες πρέπει να κάνουν ένα βήμα παραπέρα από τις διάφορες επιρροές που ασκούνται στους αγοραστές και να αναπτύξουν μια εις βάθος κατανόηση του λόγου που οι καταναλωτές λαμβάνουν, στην πραγματικότητα, τις αποφάσεις αγοράς. Συγκεκριμένα, οι μαρκετίστες πρέπει να εντοπίσουν ποιος είναι αυτός που λαμβάνει την απόφαση αγοράς, τα είδη των αποφάσεων αγοράς και τα στάδια της αγοραστικής διαδικασίας.

#### 3.2.1 Αγοραστικοί Ρόλοι

Οι μαρκετίστες μπορούν εύκολα να εντοπίσουν τον αγοραστή πολλών προϊόντων. Στις Ηνωμένες Πολιτείες, οι άντρες συνήθως επιλέγουν τα ξυριστικά τους και οι γυναίκες επιλέγουν τα καλσόν τους. Ωστόσο, οι μαρκετίστες πρέπει να είναι προσεκτικοί επειδή οι αγοραστικοί ρόλοι μπορούν να αλλάξουν. Από τη στιγμή που η γιγαντιαία βρετανική εταιρεία χημικών ICI ανακάλυψε ότι οι γυναίκες λάμβαναν το 60% των αποφάσεων που

αφορούσαν την επιλογή της μάρκας μπογιάς για το βάψιμο του σπιτιού, άρχισε να διαφημίζει τη μάρκα DeLux στις γυναίκες.

Μπορούμε να διακρίνουμε πέντε ρόλους που οι άνθρωποι μπορεί να έχουν κατά τη λήψη απόφασης αγοράς. Τον ρόλο της έναρξης που προτείνεται η ιδέα αγοράς ενός προϊόντος ή μιας υπηρεσίας. Ο ρόλος της επιρροής όπου η άποψη ή συμβουλή ενός ατόμου επηρεάζει τη απόφαση. Ο ρόλος της απόφασης όπου, στην πραγματικότητα, αποφασίζεται εάν θα γίνει η αγορά, τι θα αγοραστεί, πως θα αγοραστεί ή που θα αγοραστεί. Ο ρόλος του αγοραστή όπου γίνεται η πραγματική αγορά ενώ ο χρήστης καταναλώνει ή χρησιμοποιεί το προϊόν ή την υπηρεσία.

### 3.2.2 Αγοραστική Συμπεριφορά

Οι μαρκετίστες πρέπει, επίσης, να λαμβάνουν υπόψη ότι η λήψη απόφασης από τον καταναλωτή διαφέρει ανάλογα με το είδος της αγοραστικής απόφασης. Οι αποφάσεις για την αγορά οδοντόκρεμας, ρακέτα τένις, προσωπικού Η/Υ και ενός νέου αυτοκινήτου, είναι όλες πολύ διαφορετικές μεταξύ τους. Γενικά οι πολύπλοκες και ακριβές αγορές είναι πιθανόν να απαιτούν περισσότερη σκέψη εκ μέρους του αγοραστή και περισσότερους συμμετέχοντες. Όπως φαίνεται στον πίνακα 3.2, ο Assael διέκρινε τέσσερα είδη αγοραστικής συμπεριφοράς του καταναλωτή, με βάση το βαθμό ανάμειξης του αγοραστή και το βαθμό διαφοράς μεταξύ των μαρκών:

|                                          | Υψηλή Ανάμειξη                                                                                                                                                                                                                                                                | Χαμηλή Ανάμειξη                                                                                                                                                                                                                                                              |
|------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Σημαντικές Διαφορές μεταξύ Μαρκών</b> | <p><i>Πολύπλοκη αγοραστική συμπεριφορά:</i> εφαρμόζεται όταν το προϊόν είναι ακριβό, δεν αγοράζεται συχνά, είναι ριψοκίνδυνο και αφορά την αυτοέκφραση του καταναλωτή. Ο αγοραστής πρώτα αναπτύσσει πεποιθήσεις για το προϊόν, έπειτα αναπτύσσει τη στάση του απέναντι σε</p> | <p><i>Αγοραστική συμπεριφορά αναζήτησης ποικιλίας:</i> εφαρμόζεται όταν ο αγοραστής αλλάζει μάρκες περισσότερο χάριν ποικιλίας παρά λόγω μη ικανοποίησης. Ο αγοραστής έχει κάποιες πεποιθήσεις για το προϊόν, επιλέγει μάρκα με μικρή αξιολόγηση και αξιολογεί το προϊόν</p> |
| <b>Ελάχιστες Διαφορές μεταξύ μαρκών</b>  | <p><i>Συμπεριφορά μείωσης διαφωνίας:</i> εφαρμόζεται όταν το προϊόν είναι ακριβό, δεν αγοράζεται συχνά και είναι ριψοκίνδυνο. Ο αγοραστής ψωνίζει από παντού και αγοράζει σχετικά γρήγορα, έπειτα αρχίζει να διαφωνεί αλλά παραμένει σε επιφυλακή για πληροφορίες που υπο</p> | <p>Συνήθης αγοραστική συμπεριφορά: εφαρμόζεται όταν το προϊόν έχει χαμηλό κόστος και αγοράζεται συχνά. Οι αγοραστές δεν περνούν από την φυσιολογική διαδοχή πεποίθησης, στάσης και συμπεριφοράς, αντιθέτως λαμβάνουν αποφάσεις βάσει της εξοικίωσης τους με τη μάρ</p>       |

Πίνακας 3.2 Τέσσερα Είδη Αγοραστικής Συμπεριφοράς του Καταναλωτή

🌈 Η πολύπλοκη αγοραστική συμπεριφορά εφαρμόζεται σε προϊόντα υψηλής ανάμειξης όπως είναι οι προσωπικοί Η/Υ. Οι αγοραστές μπορεί να μην γνωρίζουν χαρακτηριστικά που θα πρέπει να λάβουν υπόψη όσον αφορά αυτά τα προϊόντα, οπότε κάνουν έρευνα. Γνωρίζοντάς το, οι μαρκετίστες μπορεί να βοηθήσουν στην εκπαίδευση των αγοραστών αναφορικά με τα χαρακτηριστικά του προϊόντος, να διακρίνουν και να περιγράψουν τα χαρακτηριστικά μιας μάρκας και να δώσουν κίνητρα



στο προσωπικό του καταστήματος και στους άλλους ώστε να επηρεάσουν την τελική επιλογή εμπορικής μάρκας.

✚ *Η αγοραστική συμπεριφορά μείωσης διαφωνίας* αφορά προϊόντα υψηλής ανάμειξης όπως είναι τα χαλιά. Τα χαλιά είναι ακριβά και δείχνουν αυτοέκφραση, ωστόσο ο αγοραστής μπορεί να θεωρήσει ότι περισσότερες μάρκες, σε ένα δεδομένο επίπεδο τιμής, είναι οι ίδιες. Μετά την αγορά, ο καταναλωτής μπορεί να διαφωνήσει από τη στιγμή που εντοπίσει κάποια αποσιωπημένα χαρακτηριστικά ή ακούσει κάτι το ευνοϊκό για άλλες μάρκες. Οι μαρκετίστες θα πρέπει, λοιπόν, να προμηθεύσουν πεποιθήσεις και αξιολογήσεις που βοηθούν τους αγοραστές να αισθάνονται καλά με τις επιλογές της μάρκας.

✚ *Η συνήθης αγοραστική συμπεριφορά* εφαρμόζεται σε προϊόντα χαμηλής ανάμειξης, όπως είναι το αλάτι. Οι καταναλωτές συνεχίζουν να αγοράζουν, από συνήθεια, την ίδια μάρκα, όχι εξαιτίας της ισχυρής αφοσίωσης στην εμπορική μάρκα, αλλά επειδή είναι παθητικοί δέκτες των πληροφοριών που μεταδίδονται με τη διαφήμιση. Η επανάληψη μιας διαφήμισης μάλλον δημιουργεί εξοικείωση με τη μάρκα παρά πίστη στη μάρκα. Οι μαρκετίστες αυτών των προϊόντων μπορούν να χρησιμοποιήσουν προσφορές στις τιμές και τις πωλήσεις ώστε να δελεάσουν νέους πελάτες να δοκιμάσουν τα προϊόντα τους.

✚ *Η αγοραστική συμπεριφορά αναζήτησης ποικιλίας* εφαρμόζεται σε προϊόντα χαμηλής ανάμειξης όπως είναι τα μπισκότα. Σε αυτή την

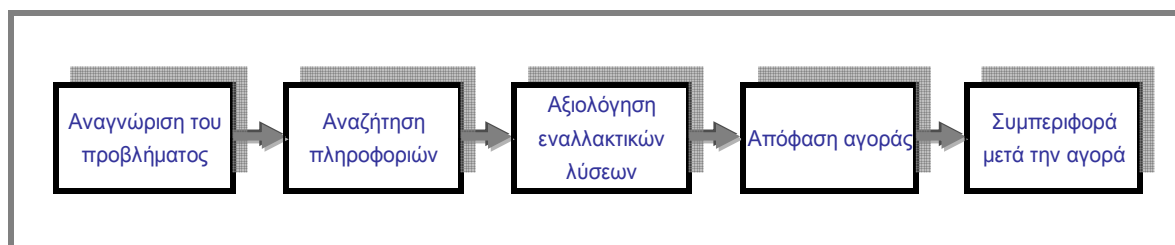
κατηγορία, οι καταναλωτές αλλάζουν μάρκες επειδή, συχνά, θέλουν περισσότερη ποικιλία. Οπότε, αυτός που ηγείται της αγοράς θα προσπαθήσει να ενθαρρύνει τη συνήθη αγοραστική συμπεριφορά κυριαρχώντας στα ράφια, διατηρώντας τα ράφια γεμάτα και τοποθετώντας συχνά διαφημιστικά για υπενθύμιση. Οι διεκδικητικές εταιρείες θα ενθαρρύνουν την αναζήτηση ποικιλίας προσφέροντας χαμηλότερες τιμές, κουπόνια, δωρεάν δείγματα και διαφημιστικά που προσφέρουν λόγους για τη δοκιμή κάτι νέου.

### 3.2.3 Στάδια της Διαδικασίας Λήψης Απόφασης για Αγορά

Επιπλέον της εξέτασης των αγοραστικών ρόλων και της συμπεριφοράς, οι έξυπνες εταιρίες αναζητούν την διαδικασία λήψης απόφασης που αφορά στην δική τους κατηγορία προϊόντος ποιες είναι οι πεποιθήσεις τους για τη μάρκα, πόσο ταυτίζονται με το προϊόν, με ποιο τρόπο επιλέγουν τη μάρκα και πόσο ικανοποιημένοι μένουν μετά την αγορά.

Στο σχήμα 3.2 παρουσιάζεται ένα μοντέλο πέντε σταδίων της κλασικής αγοραστικής διαδικασίας. Ξεκινώντας με την αναγνώριση του προβλήματος, ο καταναλωτής περνάει από τα στάδια της αναζήτησης πληροφοριών, της αξιολόγησης των εναλλακτικών λύσεων της απόφασης αγοράς και της συμπεριφοράς μετά την αγορά. Όπως φαίνεται στο μοντέλο, η αγοραστική διαδικασία ξεκινάει πολύ πριν από την πραγματική αγορά και έχει συνέπειες

και πολύ αργότερα. Παρότι το μοντέλο υπονοεί ότι οι καταναλωτές περνούν, διαδοχικά, και από τα πέντε στάδια κατά την αγορά ενός προϊόντος, οι καταναλωτές συχνά παραλείπουν ή αντιστρέφουν κάποια στάδια. Ωστόσο, χρησιμοποιούμε αυτό το μοντέλο επειδή καλύπτει όλο το εύρος των σκέψεων που προκύπτουν όταν ο καταναλωτής έρχεται αντιμέτωπος με μια αγορά υψηλής ανάμειξης.



Σχήμα 3.2 Μοντέλο Πέντε σταδίων της Διαδικασίας Καταναλωτικής Αγοράς

### Στάδιο 1: Αναγνώριση του προβλήματος

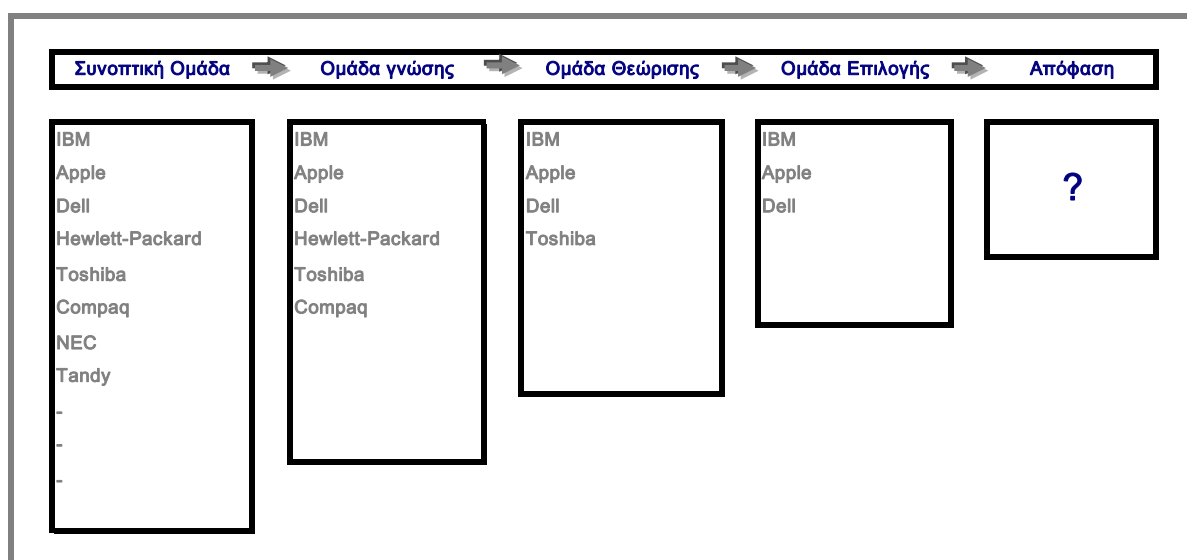
Η αγοραστική διαδικασία ξεκινάει όταν ο αγοραστής αναγνωρίζει ένα πρόβλημα ή μια ανάγκη. Η εν λόγω ανάγκη μπορεί να πυροδοτηθεί από εσωτερικά ερεθίσματα (όπως το αίσθημα της πείνας ή δίψας) ή από εξωτερικά ερεθίσματα (όπως είναι η θέα μιας διαφήμισης) οπότε γίνεται ορμή. Συγκεντρώνοντας πληροφορίες από έναν αριθμό καταναλωτών, οι μαρκετίστες μπορούν να εντοπίσουν τα πιο συχνά ερεθίσματα που προξενούν ενδιαφέρον για κάποια κατηγορία προϊόντος. Έπειτα μπορούν να αναπτύξουν στρατηγικές μάρκετινγκ που προκαλούν το ενδιαφέρον του καταναλωτή και οδηγούν στο δεύτερο στάδιο της αγοραστικής διαδικασίας.

## Στάδιο 2: Αναζήτηση Πληροφοριών

Ένας αφύπνισμένος καταναλωτής που αναγνωρίζει ένα πρόβλημα μπορεί να έχει την τάση να αναζητήσει περισσότερες πληροφορίες. Μπορούμε να διακρίνουμε δύο επίπεδα αφύπνισης. Στην ηπιότερη κατάσταση έρευνας ενισχυμένης προσοχής, ένα άτομο γίνεται πιο δεκτικό σε πληροφορίες για κάποιο προϊόν. Στο επίπεδο της έρευνας ενεργητικής πληροφόρησης, ένα άτομο ερευνά στο Διαδίκτυο, συνομιλεί με φίλους και επισκέπτεται καταστήματα ώστε να μάθει περισσότερα για το προϊόν. Οι πηγές πληροφόρησης του καταναλωτή περιλαμβάνουν προσωπικές πηγές (οικογένεια, φίλους, γείτονες, γνωριμίες), εμπορικές πηγές (διαφήμιση, δικτυακές τοποθεσίες, πωλητές, έμποροι, συσκευασία, βιτρίνες), δημόσιες πηγές (μέσα μαζικής ενημέρωσης, ενώσεις καταναλωτών) και από εμπειρικές πηγές (χειρισμός, εξέταση, χρήση του προϊόντος). Ο καταναλωτής συχνά λαμβάνει τις περισσότερες πληροφορίες από εμπορικές (κυριαρχία μαρκετιστών) πηγές, παρότι πληροφορίες που ασκούν μεγαλύτερη επιρροή προέρχονται από προσωπικές πηγές.

Μέσα από τη συγκέντρωση πληροφοριών, ο καταναλωτής μαθαίνει όλο και περισσότερα για τις ανταγωνιστικές μάρκες. Η πρώτη κυψέλη στο **σχήμα 3.3** παρουσιάζει τη συνολική ομάδα μαρκών που διατίθενται στον καταναλωτή. Ο ιδιώτης καταναλωτής γνωρίζει μόνο κάποιο υποσύνολο αυτών των μαρκών (ομάδα γνώσης). Κάποιες από αυτές τις μάρκες θα ικανοποιήσουν τα αρχικά κριτήρια αγοράς (ομάδα θεώρησης). Καθώς το

άτομο συγκεντρώνει περισσότερες πληροφορίες, μόνο ελάχιστες μάρκες θα παραμείνουν ισχυροί ανταγωνιστές (ομάδα επιλογής). Το άτομο λαμβάνει την τελική απόφαση από το τελευταίο σύνολο.



Σχήμα 3.3 Διαδοχικά στάδια λήψης απόφασης από τον καταναλωτή

Στο παραπάνω σχήμα γίνεται σαφές ότι μια εταιρεία πρέπει να ακολουθήσει μια στρατηγική ώστε να τοποθετήσει τη μάρκα της στην ομάδα γνώσης, στην ομάδα θεώρησης και στην ομάδα επιλογής πιθανού πελάτη. Η εταιρία πρέπει, επίσης, να εντοπίσει τις υπόλοιπες μάρκες της ομάδας επιλογής του καταναλωτή ώστε να μπορέσει να σχεδιάσει ανταγωνιστικά σχέδια προσέλκυσης. Επιπλέον, η εταιρεία θα πρέπει να εντοπίσει τις πηγές πληροφόρησης του καταναλωτή και ανα αξιολογήσει τη σχετική σπουδαιότητα τους ώστε να μπορέσει να προετοιμάσει μια σειρά αποτελεσματικής επικοινωνίας με την αγορά στόχο.

### **Στάδιο 3: Αξιολόγηση των Εναλλακτικών λύσεων**

Από τη στιγμή που ο καταναλωτής έχει διεξαγάγει έρευνα πληροφόρησης, πώς θα επεξεργαστεί τις πληροφορίες για ανταγωνιστικές μάρκες για να καταλήξει στην τελική επιλογή; Υπάρχουν αρκετές διαδικασίες αξιολόγησης. Τα πιο σύγχρονα μοντέλα προσεγγίζουν τη διαδικασία διανοητικά, γεγονός που σημαίνει ότι οι καταναλωτές διαμορφώνουν σε μεγάλο βαθμό την επιλογή τους, στηριζόμενοι σε συνειδητή και λογική βάση.

Ορισμένες βασικές ιδέες υπόκεινται στη διαδικασία αξιολόγησης από τον καταναλωτή. Όπως έχει σημειωθεί προηγουμένως, ο καταναλωτής προσπαθεί να ικανοποιήσει μια ανάγκη. Αναζητώντας συγκεκριμένα οφέλη από το προϊόν λύση, ο καταναλωτής βλέπει το κάθε προϊόν ως μια δέσμη ιδιοτήτων από την οποία μπορεί να αποκομίσει ποικίλα οφέλη που ικανοποιούν την εν λόγω ανάγκη. Ωστόσο, οι ιδιότητες που ενδιαφέρουν τον αγοραστή διαφέρουν ανά προϊόν. Για παράδειγμα, οι ιδιότητες που αναζητά ο καταναλωτής σε μια φωτογραφική μηχανή είναι η ευκρίνεια της εικόνας, το μέγεθος της φωτογραφικής μηχανής και η τιμή. Επιπλέον, οι καταναλωτές ποικίλλουν ως προς το ποιες ιδιότητες του προϊόντος θεωρούν πιο σχετικές και τη σημασία του προσδίδουν σε κάθε ιδιότητα. Γνωρίζοντας ότι οι καταναλωτές δίνουν μεγαλύτερη προσοχή σε ιδιότητες που αποδίδουν τα οφέλη που αναζητούν, πολλοί επιτυχημένοι μαρκετίστες τμηματοποιούν τις αγορές τους σύμφωνα με τις ιδιότητες που προέχουν σε διαφορετικές ομάδες καταναλωτών.

Κατά τη διάρκεια της αξιολόγησης των εναλλακτικών λύσεων, ο καταναλωτής αναπτύσσει ένα σύνολο πεπιοθήσεων για τη μάρκα, σχετικά με το κατά πόσο κάθε μάρκα ικανοποιεί την κάθε ιδιότητα. Το σύνολο των πεπιοθήσεων για κάποια συγκεκριμένη μάρκα σχηματίζουν την εικόνα της μάρκας και ποικίλουν ανάλογα με τις εμπειρίες του καταναλωτή, όπως αυτές φιλτράρονται από τις επιδράσεις της επιλεκτικής αντίληψης, της επιλεκτικής αλλοίωσης και της επιλεκτικής διατήρησης.

Τέλος, οι καταναλωτές αναπτύσσουν στάσεις προς διάφορες εναλλακτικές μάρκες μέσω μιας διαδικασίας αξιολόγησης ιδιοτήτων. Έστω, για παράδειγμα, ότι η Linda Brown έχει περιορίσει την ομάδα επιλογής της σε τέσσερις Η/Υ (Α,Β,Γ,Δ) βάσει τεσσάρων ιδιοτήτων: δυνατότητα μνήμης, δυνατότητα γραφικών, μέγεθος και βάρος και τιμή. Εάν ο ένας Η/Υ υπερείχε επί των υπολοίπων σε όλα τα κριτήρια, θα μπορούσαμε να προβλέψουμε ότι η Linda θα τον επέλεγε. Η ομάδα επιλογής της όμως, αποτελείται από μάρκες που ποικίλουν ως προς τα θέληγτρά τους. Βλέπει ότι ο Α έχει την καλύτερη δυνατότητα μνήμης, ο Β έχει την καλύτερη δυνατότητα γραφικών, ο Γ το καλύτερο μέγεθος και βάρος και ο Δ την καλύτερη τιμή.

Όπως οι περισσότεροι αγοραστές, η Linda λαμβάνει υπόψη της αρκετές ιδιότητες κατά την λήψη απόφασης αγοράς, και αποδίδει σε κάθε μια ένα συγκεκριμένο βάρος: 40% της σημασίας στη μνήμη του Η/Υ, 30% στη δυνατότητα γραφικών, 20% στο μέγεθος και βάρος και 10% στην τιμή. Για να βρούμε την αξία που δίνει η Linda σε κάθε Η/Υ, πολλαπλασιάζουμε τα βάρη με

τη βαθμολογία που φανερώνει τις πεπτοιθήσεις της για κάθε ιδιότητα του Η/Υ. Οπότε, για τον υπολογιστή Α, εάν βάζει 10 στη δυνατότητα μνήμης, 8 στη δυνατότητα γραφικών, 6 στο μέγεθος και βάρος και 4 στην τιμή, η συνολική βαθμολογία θα είναι:

$$0,4 (10) + 0,3 (8) + 0,2 (6) + 0,1 (4) = 8$$

Υπολογίζοντας τις βαθμολογίες για όλους του υπόλοιπους Η/Υ που η Linda αξιολογεί θα βρούμε την υψηλότερη αξία. Αυτό είναι ιδιαίτερος σημαντικό επειδή ένας κατασκευαστής που γνωρίζει με ποιο τρόπο αξιολογούν οι αγοραστές τις εναλλακτικές τους λύσεις και πως διαμορφώνουν τις προτιμήσεις τους, μπορεί να προσχωρήσει στην άσκηση επιρροής στις αποφάσεις του αγοραστή. Στην περίπτωση των Η/Υ, ένας κατασκευαστής μπορεί να επανασχεδιάσει τον Η/Υ (μια τεχνική που ονομάζεται πραγματικός επανασχεδιασμός), να αλλάξει τις πεπτοιθήσεις του καταναλωτή αναφορικά με τη μάρκα (ψυχολογικός επανασχεδιασμός), να αλλάξει τις πεπτοιθήσεις του καταναλωτή αναφορικά με τις ανταγωνιστικές μάρκες (ανταγωνιστικό επανασχεδιασμός), να αλλάξει τα βάρη σπουδαιότητας (να πείσει τους αγοραστές να δώσουν περισσότερη σημασία σε ιδιότητες όπου η μάρκα υπερέχει), να δώσει προσοχή σε παραμελημένες ιδιότητες (όπως το στυλ), να αλλάξει τα ιδανικά του αγοραστή (να πείσει τους αγοραστές να αλλάξουν επίπεδα ιδανικών ως προς μια ή και περισσότερες ιδιότητες).



#### **Στάδιο 4: Απόφαση Αγοράς**

Στο στάδιο της αξιολόγησης, ο καταναλωτής διαμορφώνει προτιμήσεις μεταξύ των μαρκών της ομάδας επιλογής και μπορεί, επίσης, να διαμορφώσει μια πρόθεση αγοράς της μάρκας που προτιμάει. Ωστόσο, δύο παράγοντες μπορούν να παρεμβληθούν μεταξύ της πρόθεσης αγοράς και της απόφασης αγοράς.

Ο πρώτος παράγοντας είναι η στάση των τρίτων. Ο βαθμός στον οποίο η στάση ενός τρίτου προσώπου μειώνει την εναλλακτική λύση που προτιμά κάποιος εξαρτάται από δύο πράγματα: (1) την ένταση της αρνητικής στάσης του τρίτου προσώπου προς την εναλλακτική λύση του καταναλωτή και (2) την πρόθεση του καταναλωτή να συμμορφωθεί με τις επιθυμίες του τρίτου προσώπου. Η επιρροή των τρίτων γίνεται ακόμη πιο πολύπλοκη όταν αρκετοί άνθρωποι που βρίσκονται κοντά στον αγοραστή έχουν αντιφατικές απόψεις και ο αγοραστής επιθυμεί να τους ευχαριστήσει όλους.

Ο δεύτερος παράγοντας είναι οι μη αναμενόμενοι καταστασιακοί παράγοντες που μπορεί να αναφανούν και να αλλάξουν την πρόθεση αγοράς. Ένας καταναλωτής μπορεί να χάσει τη δουλειά του, κάποια άλλη αγορά μπορεί να είναι πιο επείγουσα ή ο πωλητής ενός καταστήματος μπορεί να τον δυσαρεστήσει. Για όλους τους παραπάνω λόγους, οι προτιμήσεις ακόμη και η πρόθεση αγοράς δεν αποτελούν πλήρως αξιόπιστοι προάγγελοι της αγοραστικής συμπεριφοράς.

Παρομοίως, μια απόφαση του καταναλωτή να τροποποιήσει, να αναβάλει ή να αποφύγει την απόφαση αγοράς επηρεάζεται σημαντικά από τον αντιλαμβανόμενο κίνδυνο. Το μέγεθος τους αντιλαμβανόμενους κινδύνου ποικίλλει ανάλογα με το μέγεθος των χρημάτων που διακυβεύονται, το μέγεθος της αβεβαιότητας των ιδιοτήτων και της αυτοπεποίθησης του καταναλωτή.

Οι καταναλωτές αναπτύσσουν ρουτίνες για μείωση του κινδύνου, όπως είναι η αποφυγή λήψης αποφάσεων, η συγκέντρωση πληροφοριών από φίλους και η προτίμηση σε εθνικές μάρκες και εγγυήσεις. Οι έξυπνοι μαρκετίστες μελετούν τους παράγοντες που προκαλούν το συναίσθημα ρίσκου στους καταναλωτές και παρέχουν πληροφορίες και υποστήριξη για να μειώσουν τον αντιλαμβανόμενο κίνδυνο.

#### **Στάδιο 5: Συμπεριφορά μετά την αγορά**

Μετά την αγορά ενός προϊόντος, ο καταναλωτής εισέρχεται στο τελευταίο στάδιο της αγοραστικής διαδικασίας, κατά το οποίο θα νιώσει ικανοποίηση ή απογοήτευση. Αυτός είναι ο λόγος που η δουλειά του μαρκετίστα δε σταματάει με την αγορά του προϊόντος. Συγκεκριμένα, οι μαρκετίστες πρέπει να παρακολουθήσουν την ικανοποίηση μετά την αγορά, τις πράξεις μετά την αγορά και τις χρήσεις του προϊόντος μετά την αγορά.

### 3.2.4 Ικανοποίηση μετά την Αγορά

Η ικανοποίηση του αγοραστή από μια αγορά αποτελεί συνάρτηση της εγγύτητας μεταξύ των προσδοκιών του αγοραστή και τη αντιλαμβανόμενη απόδοση που αισθάνεται ότι παίρνει από το προϊόν. Εάν η απόδοση του προϊόντος υστερεί των προσδοκιών, ο πελάτης απογοητεύεται. Εάν ικανοποιεί τις προσδοκίες του, ο πελάτης μένει ικανοποιημένος. Εάν υπερβαίνει των προσδοκιών του, ο πελάτης είναι ενθουσιασμένος. Αυτά τα συναισθήματα ικανοποίησης επηρεάζουν το αν ο πελάτης θα επαναλάβει την αγορά του προϊόντος και αν θα μιλήσει ευμενώς ή δυσμενώς για το προϊόν σε τρίτους.

Η σημασία της ικανοποίησης μετά την αγορά προϋποθέτει ότι οι ισχυρισμοί αναφορικά με το προϊόν θα πρέπει, ειλικρινά, να αντιπροσωπεύουν την πιθανή απόδοση του προϊόντος. Ορισμένοι πωλητές μπορεί ακόμη να μειώσουν τα επίπεδα απόδοσης, ώστε οι καταναλωτές να έχουν μεγαλύτερη της αναμενόμενης ικανοποίησης από το προϊόν.

### 3.2.5 Ενέργειες μετά την Αγορά

Η ικανοποίηση ή απογοήτευση του καταναλωτή μετά τη αγορά του προϊόντος θα επηρεάσουν την ακόλουθη συμπεριφορά. Οι ικανοποιημένοι καταναλωτές είναι περισσότερο πιθανό να επαναλάβουν την αγορά του προϊόντος. Αυτό έχει επιβεβαιωθεί από δεδομένα για την επιλογή μάρκας αυτοκινήτου η οποία παρουσιάζει ισχυρό συσχετισμό μεταξύ της ικανοποίησης από την αγορά της μάρκας που αγοράστηκε τελευταία και την πρόθεση εκ νέου αγοράς της

μάρκας. Μια έρευνα έχει δείξει ότι 75% των αγοραστών της Toyota ήταν ιδιαίτερα ικανοποιημένοι και περίπου το 75% σκόπευε να αγοράσει ξανά Toyota. Το 35% των αγοραστών της Chevrolet ήταν ιδιαίτερα ικανοποιημένοι και περίπου το 35% σκόπευε να αγοράσει ξανά Chevrolet. Οι ικανοποιημένοι πελάτες έχουν, επίσης, την τάση να λένε καλά λόγια σε άλλους για τη μάρκα και αυτό είναι ο λόγος που πολλοί μαρκετίστες λένε: «Η καλύτερη διαφήμιση είναι ο ικανοποιημένος πελάτης».

Οι δυσαρεστημένοι πελάτες, από την άλλη, μπορεί να εγκαταλείψουν ή να επιστρέψουν το προϊόν, να αναζητήσουν πληροφορίες που να επιβεβαιώνουν την υψηλή του αξία, να αναλάβουν δημόσια δράση και να παραπονεθούν στην εταιρεία, να πάνε σε ένα δικηγόρο ή να παραπονεθούν σε δημόσιους φορείς και άλλες ομάδες, να μην αγοράσουν το προϊόν ή να προειδοποιήσουν τους φίλους τους. Σε αυτές τις περιπτώσεις ο πωλητής έχει κάνει κακή δουλειά για την ικανοποίηση του πελάτη.

Οι μαρκετίστες μπορούν να επικοινωνήσουν και μετά την αγορά με τον αγοραστή, ώστε να μειώσουν επιστροφές του προϊόντος και ματαίωση παραγγελιών. Οι εταιρείες Η/Υ, για παράδειγμα, μπορεί να προβούν σε διάφορες ενέργειες, όπως αποστολή μηνυμάτων ηλεκτρονικής αλληλογραφίας σε νέους αγοραστές συγχαίροντας τους για την επιλογή ενός καλού Η/Υ, τοποθέτηση διαφημίσεων όπου απεικονίζονται ικανοποιημένοι αγοραστές της μάρκας, δίνοντας στους πελάτες συμβουλές για βελτίωση και παρέχοντας κανάλια γρήγορης επίλυσης των παραπόνων των πελατών.

### 3.2.6 Χρήση και διάθεση μετά την Αγορά

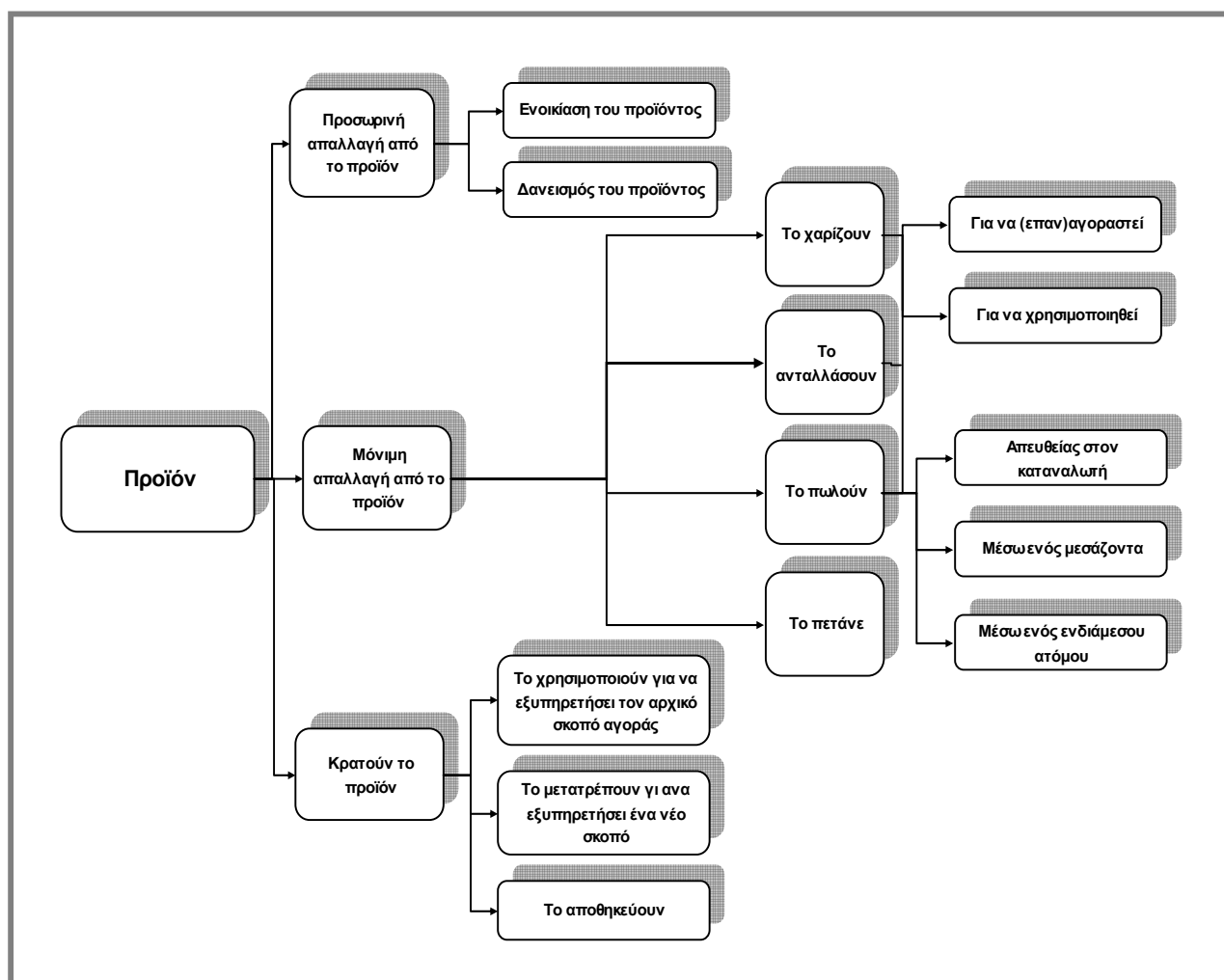
Οι μαρκετίστες θα πρέπει, επίσης, να παρακολουθήσουν τον τρόπο με τον οποίο οι αγοραστές χρησιμοποιούν και διαθέτουν το προϊόν μετά την αγορά. Οι διάφορες επιλογές που δίνονται στους καταναλωτές παρουσιάζονται στο σχήμα 3.4. Εάν οι καταναλωτές βάλουν στην άκρη το προϊόν και δεν το χρησιμοποιήσουν ποτέ, τότε το προϊόν, πιθανώς, δεν ήταν ιδιαίτερα ικανοποιητικό και δεν θα ειπωθούν καλά λόγια για την αγορά. Εάν πουλήσουν ή ανταλλάξουν το προϊόν, τότε οι πωλήσεις νέων προϊόντων θα υποστούν μείωση.

Οι καταναλωτές πολλές φορές βρίσκουν νέες χρήσεις για ένα προϊόν, όπως η Avon ανακάλυψε όταν άκουσε τους πελάτες να μιλούν για το λάδι και ενυδατικό σώματος Skin-So-Soft ως εντομοαπωθητικό. Αυτό ώθησε την Avon να αναζητήσει και να πάρει έγκριση από την Υπηρεσία Προστασίας Περιβάλλοντος ώστε να μπορέσει και επισήμως να συστήσει το Skin-So-Soft ως προϊόν τριπλής δράσης που χρησιμοποιείται ως εντομοαπωθητικό, αδιάβροχο αντηλιακό και ενυδατικό σώματος.

Όπως φαίνεται στο σχήμα 3.4, η μόνιμη απαλλαγή από το προϊόν οδηγεί σε ένα νέο σύνολο δυνατοτήτων. Ένα οι καταναλωτές πετάξουν το προϊόν, ο μαρκετίστας πρέπει να σκεφτεί με ποιο τρόπο θα το διαθέσουν, ιδιαίτερα εάν θα προκαλέσει κακό στο περιβάλλον. Για παράδειγμα, η αυξανόμενη ευαισθησία του κοινού για την ανακύκλωση και οι οικολογικές ανησυχίες καθώς και τα παράπονα των καταναλωτών ότι υποχρεούνται να

πετάνε όμορφα μπουκάλια, οδήγησε το Γάλλο κατασκευαστή αρωμάτων Rochas στο να εισάγει μια νέα σειρά επαναχρησιμοποιούμενου μπουκαλιού για αρώματα. Αυτή είναι μια πιο δημιουργική, ικανοποιητική απάντηση σε ένα στοιχείο που, πιθανόν, να προκαλέσει δυσaréσκεια στους αγοραστές.

Όπως οι εταιρείες που έχουν στόχο τους καταναλωτές πρέπει να κατανοήσουν πώς και γιατί οι καταναλωτές αγοράζουν, έτσι και αυτές που έχουν στόχο τις επιχειρήσεις και άλλους οργανισμούς θα πρέπει να έχουν γνώση των διαφορών μεταξύ της αγοραστικής συμπεριφοράς του καταναλωτή και των επιχειρήσεων και τον τρόπο με τον οποίο οι επιχειρήσεις λαμβάνουν τις αποφάσεις αγοράς.



## ΜΕΡΟΣ 2ο: ΈΡΕΥΝΑ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ ΚΑΤΑΝΑΛΩΤΗ ΜΕΣΩ ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟΥ

### 4 ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ

#### 4.1 Δημιουργία και Εκτέλεσή του

Όπως διαπιστώσαμε και στην ανάλυσή μας στο προηγούμενο κεφάλαιο η γνώση της συμπεριφοράς του καταναλωτή από τις επιχειρήσεις είναι αναγκαία και απαραίτητη προϋπόθεση για την ουσιαστική και δυναμική επιτυχία τους.

Η γνώση για τη συμπεριφορά του καταναλωτή δίδει τη βάση για πολλές στρατηγικές – πολιτικές marketing όπως π.χ. η τοποθέτηση του προϊόντος στο μυαλό του καταναλωτή (positioning), η τμηματοποίηση της αγοράς (market segmentation), η δημιουργία νέων προϊόντων (launching), το μίγμα μάρκετινγκ (marketing mix) κ.λπ. Καθεμία από αυτές τις στρατηγικές – πολιτικές marketing, γίνεται πιο αποτελεσματική, όταν βασίζεται στη γνώση της συμπεριφοράς του καταναλωτή. Σήμερα που οι τεχνολογία έχει προχωρήσει και υπάρχουν περισσότερα «εργαλεία» στα χέρια των marketers η σύζευξη των νέων κλάδων των επιστημών της συμπεριφοράς με το marketing είναι ένα γεγονός. Νέοι κλάδοι παρεμβάλλονται, όπως π.χ. η ψυχολογία, η κοινωνιολογία και η επικοινωνιολογία, για να ερευνήσουν, μελετήσουν και αναλύσουν το φαινόμενο της συμπεριφοράς του καταναλωτή.

Είναι αποδεδειγμένο ότι οι καταναλωτές βλέπουν τα προϊόντα αυτά διαφορετικώς από όπως τα βλέπουν οι κατασκευαστές τους. Η μελέτη της συμπεριφοράς του καταναλωτή, είναι λοιπόν απαραίτητο και άκρως αναγκαίο

να γίνει με «ανοιχτούς» παράγοντες. Η γνώση των επιδράσεων της συμπεριφοράς απαιτεί έρευνα, η οποία θα έχει ως σκοπό της, τη γνώση και την κατανόηση όλων των απόψεων της συμπεριφοράς του αγοραστή, όσον αφορά στις ανάγκες του σε αγαθά και υπηρεσίες.

([www.feel.gr/eshops/articles/show.asp?articles\\_id=1584](http://www.feel.gr/eshops/articles/show.asp?articles_id=1584))

Στη δική μας, λοιπόν, μελέτη των προϊόντων εμπλουτισμένων με φυτικές στερόλες η γνώση για τις γενικότερες και ειδικότερες προτιμήσεις του καταναλωτή γίνεται άκρως σημαντική και απαραίτητη.

Με βάση τα μέσα που διαθέταμε (χρόνο, υλικά, χρήμα, τεχνογνωσία κ.λπ.) αποφασίσαμε να διερευνήσουμε τις προτιμήσεις των καταναλωτών με τη μέθοδο του ερωτηματολογίου.

Το ερωτηματολόγιο σχεδιάστηκε (τα ακριβή κριτήρια αναλύονται παρακάτω) και εκτελέστηκε με κύριο σκοπό τη συλλογή και ταξινόμηση πρωτογενών πληροφοριών σχετικά με την αγοραστική συμπεριφορά των καταναλωτών – στόχων η οποία θα μας δώσει μια εικόνα και πλήθος συμπερασμάτων για τις συνήθειες τους, δείγμα του τρόπου σκέψης τους καθώς και την αναγνωρισιμότητα των προϊόντων αυτών που μελετάμε.

Το ερωτηματολόγιο σχεδιάστηκε σε διάστημα 22 ημερών και διανεμήθηκε σε σχετικά μικρό δείγμα ανθρώπων (110 άτομα).

Η διανομή και περισυλλογή των ερωτηματολογίων πραγματοποιήθηκε σε διάστημα 5 ημερών (6-10/6/2005) με 100% ανταπόκριση (περισυλλέχθηκαν συμπληρωμένα και τα 110 ερωτηματολόγια).



Το ερωτηματολόγιο αποφασίσθηκε να μοιραστεί τυχαία (χωρίς παραμετροποίηση στον δειγματισμό) σε 110 άτομα. Ο αριθμός των ερωτηματολογίων επιλέχθηκε για δύο βασικούς λόγους: 1. Χρειαζόμασταν έναν αριθμό ερωτηματολογίων που να μπορούσαμε να επεξεργαστούμε (δημιουργία, συλλογή, ανάλυση) στο χρόνο που είχαμε διαθέσιμο. 2. Με βάση τον τελευταίο πληθυσμιακό απολογισμό (2001) ο αριθμός των κατοίκων ήταν περίπου στα 11 εκατ. Το δείγμα μας λοιπόν μπορούμε να πούμε ότι αποτελεί σε κλίμακα 1:100.000 ένα αντιπροσωπευτικό (όσο μπορεί είναι αυτό εφικτό) δείγμα των καταναλωτών. Φυσικά επικεντρωθήκαμε στην Αθήνα και αυτό δεν κάνει τόσο ασφαλή τα συμπεράσματά μας για πανελλαδική προσέγγιση όμως με περαιτέρω αναγωγές θα μπορούσαμε να το μελετήσουμε και κάτω από αυτό το πρίσμα.

Ακολούθως θα κάνουμε μια ενδοσκόπηση στο ερωτηματολόγιο ώστε να γίνει ευδιάκριτος ο τρόπος προσέγγισης μας στην έρευνα και το σκεπτικό με το οποίο συντάχθηκαν και συμπεριλήφθησαν στο ερωτηματολόγιο όλες οι ερωτήσεις καθώς και όλες οι επιμέρους λεπτομέρειες που το ολοκλήρωσαν και το ετοίμασαν για ερευνητικό εργαλείο προς χρήση.

## 4.2 Ενδοσκόπηση Ερωτηματολογίου

Αρχικά θα πρέπει να αναφέρουμε ότι το ερωτηματολόγιο αποτελούνταν από 24 ερωτήσεις εκ των οποίων οι τελευταίες 6 αφορούσαν προσωπικά στοιχεία του εκάστοτε ερωτούμενου.

Το σκεπτικό με το οποίο συντάχθηκε το ερωτηματολόγιο ήταν αρχικά η συλλογή πληροφοριών γενικότερης φύσης όπου θα μαθαίναμε κάποια πράγματα για τις συνήθειες των ερωτώμενων και έπειτα ομαλά θα τους οδηγούσαμε στις ειδικότερες ερωτήσεις που αφορούν το πεδίο ενδιαφέροντός μας (γύρω από τα προϊόντα εμπλουτισμένα με φυτικές στερόλες).

Στην πρώτη σελίδα του ερωτηματολογίου επιλέχθηκε να μπει πριν από τις ερωτήσεις ένα εισαγωγικό κείμενο υποδοχής το οποίο θα ενημέρωνε τους ερωτώμενους για το σκοπό της ενέργειας αυτής, δίνοντας ταυτόχρονα και την απαραίτητη πιστότητα (credibility).

Πρέπει να σημειωθεί ότι για την αποφυγή οποιοδήποτε προβλημάτων με το νόμο περί προσωπικών δεδομένων και εκμετάλλευσης ερευνητικού υλικού, συμπεριλάβαμε στο τέλος κάθε σελίδας του ερωτηματολογίου κείμενο που ενημέρωνε ότι θα παρέμεναν οι απαντήσεις απόρρητες και ότι θα εξυπηρετούσαν εκπαιδευτικό σκοπό και μόνο.

Ας δούμε λοιπόν μια-μια τις ερωτήσεις με τις δυνατές απαντήσεις τους ώστε να κατανοήσουμε το ύφος και τη σκοπιμότητα του ερωτηματολογίου.

Ερώτηση 1<sup>η</sup> : «Αρχικά, θα ήθελα να μου πείτε κατά πόσο προσέχετε ή ασχολείστε με το καθημερινό διαιτολόγιό σας.»

Σκοπός της πρώτης ερώτησης είναι να δούμε εάν ο ερωτώμενος έχει κάποια έννοια για αυτά που καταναλώνει. Η ερώτηση είναι λίγο γενική διότι θέλουμε σιγά- σιγά να μας δώσει κάποιες πληροφορίες για τον εαυτό του και τις συνήθειές του. Οι δυνατές απαντήσεις ήταν 5: 1. Καθόλου, 2.Λίγο, 3. Όποτε θυμηθώ 4. Αρκετά 5. Συνέχεια. Όπως θα διαπιστώσετε και στη συνέχεια οι δυνατές απαντήσεις διατυπώνονται με τον ίδιο τρόπο που κάποιος θα απαντούσε προφορικά ώστε να κάνουμε τον ερωτώμενο να απαντά άνετα και γρήγορα χωρίς να δυσκολεύεται.

Ερώτηση 2<sup>η</sup> : «Ακολουθείτε κάποιο συγκεκριμένο διαιτολόγιο ;»

Στην ερώτηση αυτή οι επιλογές απάντησης είναι 2: 1. Ναι 2. Όχι.

Σε αυτή την ερώτηση θέλουμε να δούμε πιο συγκεκριμένα αν ο ερωτώμενος έχει βάλει κάποια συνήθεια στη ζωή του όσον αφορά τη διατροφή του. Είναι ένα στοιχείο το οποίο βοηθά να το γνωρίζουμε, ειδικά εάν θέλουμε να λανσάρουμε ένα προϊόν για καταναλωτές με ισχυρές διατροφικές συνήθειες και πιστή τήρηση αυτών. Φυσικά μας βοηθά να ολοκληρώσουμε την εικόνα η επόμενη ερώτηση που γίνεται πιο συγκεκριμένη (ειδικά αν έχουμε θετική απάντηση).

Ερώτηση 3<sup>η</sup> : «Για ποιο λόγο ακολουθείτε συγκεκριμένο διαιτολόγιο;»

Στην ερώτηση αυτή οι επιλογές απάντησης είναι 4: 1. Με ενδιαφέρει η εμφάνιση 2. Έχω πρόβλημα υγείας (π.χ. χοληστερίνη) 3. Δεν έχω πρόβλημα υγείας / απλά προσέχω τη διατροφή μου 4. Άλλο (εδώ δίνεται η δυνατότητα ο ερωτώμενος να εκφραστεί λίγο πιο ελεύθερα).

Ρωτάμε, λοιπόν τη δικαιολογία για την απάντηση στην 2<sup>η</sup> ερώτηση. Εδώ ο ερωτώμενος μπορεί να μας δώσει ακόμα πιο πλήρη εικόνα για τη διατροφική του συνήθεια.

Ερώτηση 4<sup>η</sup> : «Τι θα επιλέγατε για να χαμηλώσετε τα επίπεδα της «κακής» χοληστερίνης στον οργανισμό σας;»

Οι επιλογές απάντησης είναι 6: 1. Προϊόντα με χαμηλά λιπαρά, 2. «Λευκό» κρέας (κοτόπουλο, ψάρι κ.α.), 3. Προϊόντα εμπλουτισμένα με φυτικές στερόλες, 4. Φρούτα / Λαχανικά, 5. Σωματική Άσκηση, 6. Άλλο.

Σε αυτή την ερώτηση δίδεται η δυνατότητα πολλαπλής απάντησης, δηλαδή ο ερωτώμενος μπορεί να επιλέξει όσες απαντήσεις επιθυμεί.

Σε αυτό το σημείο αρχίζουμε να γινόμαστε λίγο πιο συγκεκριμένοι διότι μπαίνουμε στα «χωράφια» της χοληστερόλης. Το κύριο σκεπτικό ήταν να δούμε (φυσικά) τι θα απαντήσει ο ερωτώμενος αλλά ταυτόχρονα και αν γνωρίζει για την χοληστερίνη, την κακή και την καλή.

Στη συνέχεια η 5<sup>η</sup> ερώτηση έρχεται να κλείσει το συγκεκριμένο ερώτημα.

Ερώτηση 5<sup>η</sup> : «Πόσο συχνά θα τα επιλέγατε;»

Οι επιλογές μονής απάντησης είναι 5: 1. Καθόλου 2. Λίγο, 3. Μέτρια, 4. Πολύ, 5. Πάρα πολύ.

Σε αυτή την ερώτηση βλέπουμε τη συχνότητα που θα επέλεγε ο ερωτώμενος σε περίπτωση που ήθελε να έχει ενεργή συμμετοχή στην αντιμετώπιση της «κακής» χοληστερόλης στον οργανισμό του. Οι απαντήσεις θα μας δώσουν ένα δείγμα ευαισθητοποίησης των ερωτώμενων σε σχέση με την προσωπική τους υγεία.

Ερώτηση 6<sup>η</sup> : «Γνωρίζετε τα προϊόντα τα οποία είναι εμπλουτισμένα με φυτικές στερόλες;»

Οι επιλογές μονής απάντησης είναι 2: 1. Ναι, 2. Όχι

Από αυτή την ερώτηση και έπειτα η έρευνά μας γίνεται πιο συγκεκριμένη και ξεκινά να λαμβάνει την πληροφορία που αφορά το θέμα που μελετάμε.

Ερώτηση 7<sup>η</sup> : «Ποια από τα παρακάτω προϊόντα θεωρείτε ότι εμπλουτίζονται με φυτικές στερόλες;»

Οι επιλογές πολλαπλής απάντησης είναι 7: 1. Μαργαρίνη, 2. Γιαούρτι, 3. Χυμοί Φρούτων, 4. Γάλα, 5. Τυρί, 6. Όλα τα παραπάνω, 7. Κανένα από τα παραπάνω.

Η ερώτηση αυτή είναι περισσότερο διερευνητική καθώς είναι σημαντική η χρήση του ρήματος «θεωρείτε». Θέλουμε να δούμε, άσχετα αν ο ερωτώμενος

γνωρίζει, ποια είναι η εκτίμηση του για το ποια προϊόντα μπορεί να περιέχουν φυτικές στερόλες.

Ερώτηση 8<sup>η</sup> : «Με ποια συχνότητα καταναλώνετε προϊόντα με φυτικές στερόλες;»

Οι επιλογές μονής απάντησης είναι 5: 1. Καθόλου, 2. 1 φορά το μήνα, 3. 1 φορά την εβδομάδα, 4. 2-5 φορές την εβδομάδα, 5. Καθημερινά.

Εδώ έχουμε 3 σκέλη καθώς ρωτάμε ξεχωριστά για τη Μαργαρίνη, για το Γιαούρτι και για το Γάλα.

Σε αυτή την ερώτηση, που την σπάμε σε 3 κομμάτια θέλουμε ξεκάθαρα να μας απαντήσουν αυτοί που πραγματικά έχουν την εμπειρία των προϊόντων.

Η ύπαρξη 3 διαφορετικών σκελών εξυπηρετεί να συλλέξουμε πολλαπλή πληροφόρηση και για το τι καταναλώνουν αλλά και με ποια συχνότητα.

Ερώτηση 9<sup>η</sup> : «Πότε μέσα στη μέρα συνήθως τα καταναλώνετε;»

Οι επιλογές πολλαπλής απάντησης είναι 5: 1. Στο Πρωινό, 2. Στο μεσημεριανό, 3. Το απόγευμα, 4. Στο Δείπνο, 5. Δεν έχω συγκεκριμένη ώρα.

Σε αυτή την ερώτηση διερευνούμε πάλι τις συνήθειες του ερωτώμενου (εφόσον φυσικά έχει απαντήσει θετικά στις παραπάνω). Η στιγμή μέσα στη μέρα που καταναλώνει τα προϊόντα είναι σημαντική για την ερευνά μας καθώς μπορεί να δώσει το στίγμα για το πότε θα πρέπει να λανσάρονται τα προϊόντα και να

διαφοροποιήσει την επικοινωνιακή πολιτική που θα πρέπει να ακολουθήσουν οι εταιρίες που προωθούν τα προϊόντα αυτά.

Ερώτηση 10<sup>η</sup> : «Από πού αγοράζετε αυτά τα προϊόντα;»

Οι επιλογές πολλαπλής απάντησης είναι 6: 1. Super Markets, 2. Hyper Markets, 3. Mini Markets, 4. Δεν τα ψωνίζω εγώ, 5. Καντίνα, 6. Άλλού.

Εδώ έχουμε 3 σκέλη καθώς ρωτάμε ξεχωριστά για τη Μαργαρίνη, για το Γιαούρτι και για το Γάλα.

Το μέρος που αγοράζει ο καταναλωτής τα προϊόντα μπορεί να καθορίσει πολλές παραμέτρους του προϊόντος από τη διαθεσιμότητα του μέχρι την τιμή του. Είναι πολύ σημαντικό να γνωρίζουμε από πού ψωνίζει ο καταναλωτής για να ξέρουμε που θα τον ξαναβρούμε.

Ερώτηση 11<sup>η</sup> : «Ποιος είναι ο λόγος που προτιμάτε τα προϊόντα αυτά;»

Οι επιλογές πολλαπλής απάντησης είναι 9: 1. Είναι αρκετά νόστιμα, 2. Είναι πιο υγιεινά, 3. Προληπτικά για να μην αυξηθεί η χοληστερίνη, 4. Συμπληρωματικά με φαρμακευτική αγωγή, 5. Είναι θρεπτικά, 6. Τιμή, 7. Μεγαλύτερη ποικιλία, 8. Λίγα λιπαρά, 9. Άλλο.

Σε αυτή την ερώτηση θέλουμε να δούμε αν ο καταναλωτής έχει εντοπίσει (και να μας ενημερώσει για αυτό) το λόγο που τα προτιμά. Μπορεί να τα προτιμά για ένα λόγο τον οποίο ούτε ο κατασκευαστής να γνωρίζει.

Ερώτηση 12<sup>η</sup> : «Από πού μάθατε για τα προϊόντα αυτά;»

Οι επιλογές μονής απάντησης είναι 8: 1. Τα είδα σε διαφήμιση στην TV, 2. Άκουσα για αυτά στο ραδιόφωνο, 3. Μου τα πρότεινε ο γιατρός μου, 4. Μου τα πρότεινε ένας φίλος, 5. Ρώτησα ειδικούς (π.χ. διαιτολόγο), 6. Διάβασα για αυτά σε περιοδικά, 7. Τα είδα καθώς ψώνιζα, 8. Άλλο.

Οι απαντήσεις στην ερώτηση αυτή θα μας δείξουν από πού επηρεάζεται πρωτογενώς ο καταναλωτής και έτσι μπορούμε να καταλάβουμε τι τον επηρεάζει περισσότερο πριν ακόμα τα αναζητήσει ο ίδιος ή πριν λάβει την εμπειρία (έστω και τυχαία).

Ερώτηση 13<sup>η</sup> : «Ποια μάρκα προϊόντων εμπλουτισμένων με φυτικές στερόλες προτιμάτε;»

Οι επιλογές μονής απάντησης είναι 3: 1. Benecol (Μινέρβα), 2. Becel Pro.activ, 3. Κανένα.

Εδώ έχουμε 3 σκέλη καθώς ρωτάμε ξεχωριστά για τη Μαργαρίνη, για το Γιαούρτι και για το Γάλα.

Σε αυτή την ερώτηση γινόμαστε ακόμα πιο συγκεκριμένοι και βάζουμε τον ερωτώμενο μέσα στην αγορά. Θέλουμε να δούμε εάν έχει σε κάποια μάρκα προτίμηση ή αν ξέρει καλύτερα κάποια.



Ερώτηση 14<sup>η</sup> : «Κατά πόσο επηρεάζει την αγοραστική συμπεριφορά σας η γνώμη:»

Οι επιλογές μονής απάντησης είναι 5: 1. Καθόλου, 2. Λίγο, 3. Μέτρια, 4. Πολύ, 5. Πάρα πολύ.

Εδώ έχουμε 5 σκέλη καθώς ρωτάμε ξεχωριστά για τον γιατρό, για τους φίλους, για τα δημοσιεύματα, για τα Μέσα Μαζικής Ενημέρωσης και για τους διάφορους επιστήμονες / ειδικούς.

Οι απαντήσεις στην ερώτηση αυτή θα μας δείξουν τα κέντρα επιρροής προς τους καταναλωτές όπως για αυτή την κατηγορία των προϊόντων είναι αρκετά σημαντικά. Η προώθησή τους δεν γίνεται με τον συμβατικό τρόπο άρα είναι αρκετά σημαντικό να γνωρίζουμε πως και ποιος τους ενημερώνει ή τη επηρεάζει την γνώμη τους.

Ερώτηση 15<sup>η</sup> : «Τα προϊόντα εμπλουτισμένα με φυτικές στερόλες είναι ακριβότερα ή φθηνότερα από τα μη εμπλουτισμένα;»

Οι επιλογές μονής απάντησης είναι 5: 1. Πολύ φθηνότερα, 2. Φθηνότερα, 3. Ίδια τιμή, 4. Ακριβότερα, 5. Πολύ ακριβότερα.

Οι απαντήσεις σε αυτή την ερώτηση θα μας δώσουν μια εικόνα για το πόσο ευαίσθητοι είναι οι καταναλωτές με την τιμή και κατά πόσο παρατηρούν διαφορές μεταξύ προϊόντων.

Ερώτηση 16<sup>η</sup> : «Πόσο εύκολα θεωρείτε ότι είναι για εσάς να εντάξετε μόνιμα στη διατροφή σας προϊόντα εμπλουτισμένα με φυτικές στερόλες;»

Οι επιλογές μονής απάντησης είναι 5: 1. Πάρα πολύ δύσκολο, 2. Λίγο δύσκολο, 3. Με λίγη προσπάθεια, 4. Σχετικά εύκολο, 5. Πάρα πολύ εύκολο.

Εδώ θέλουμε να δούμε και από αυτούς που έχουν την εμπειρία αλλά και αυτούς που δεν έχουν δοκιμάσει τα προϊόντα ακόμα πόσο εύκολα αλλάζουν συνήθειες και πόσο εύκολα εντάξιμά σε διαιτολόγιο θεωρούν τα προϊόντα αυτά.

Ερώτηση 17<sup>η</sup> : «Γενικότερα, πόσο πιστεύετε ότι ένα προϊόν εμπλουτισμένο με φυτικές στερόλες μπορεί να βοηθήσει την υγεία σας;»

Οι επιλογές μονής απάντησης είναι 5: 1. Καθόλου, 2. Λίγο, 3. Μέτρια, 4. Αρκετά, 5. Πάρα πολύ.

Η ερώτηση αυτή αφορά κυρίως αυτούς που έχουν την εμπειρία των προϊόντων αυτών ή έχουν ενημερωθεί για αυτά. Θέλουμε να δούμε πόσο πραγματικά έχουν γνώση για τις δυνατότητες και τα χαρακτηριστικά των προϊόντων αυτών.

Ερώτηση 18<sup>η</sup> : «Τι θα επιθυμούσατε να δείτε σε αυτά τα προϊόντα για να τα αγοράσετε;»

Οι επιλογές πολλαπλής απάντησης είναι 4: 1. Μεγαλύτερη ποικιλία, 2. Να πωλούνται σε περισσότερα σημεία, 3. Να έχουν λιγότερα λιπαρά, 4. Να έχουν χαμηλότερες τιμές.

Με αυτή την ερώτηση ζητάμε ουσιαστικά από τους ερωτώμενους να μας πουν τι τους τραβάει την προσοχή, τι θα μπορούσε να τους κάνει ένα προϊόν περισσότερο θελκτικό ή τι μπορεί να έχουν εντοπίσει ότι λείπει από το προϊόν και τους δυσαρεστεί.

#### Ερωτήσεις προσωπικών δεδομένων

Όλες οι ερωτήσεις έχουν επιλογή μονής απάντησης (προφανώς).

Ερώτηση 19<sup>η</sup> : «Φύλο;»

Οι επιλογές μονής απάντησης είναι 2: 1. Άνδρας, 2. Γυναίκα.

Ο διαχωρισμός του φύλου είναι πάντα σημαντικός καθώς εμείς οι γυναίκες διαφέρουμε έντονα σαν καταναλωτές από τους άντρες. Επίσης, σε πολλές οικογένειες το «πορτοφόλι» το κρατάμε εμείς άρα έχουμε και τον τελευταίο λόγο στις περισσότερες εκ των αγορών.

Ερώτηση 20<sup>η</sup> : «Ηλικία;»

Οι επιλογές μονής απάντησης είναι 6: 1. έως 19 ετών , 2. 20-29 ετών, 3. 30-39 ετών, 4. 40-49 ετών, 5. 50-59 ετών, 6. 60+ ετών.

Η επιλογή των ηλικιακών ομάδων έγινε με το κριτήριο των γκρουπ στόχων.

Χωρίσαμε σε 10ετίες τα γκρουπ διότι ανα μια 10ετια περίπου αλλάζουν και οι διατροφικές συνήθειες των ανθρώπων αλλά και οι ευαισθησίες τους σε θέματα υγείας και διατροφής. Επίσης, τα ηλικιακά αυτά γκρουπ βοηθούν τον ερωτώμενο στη συμπλήρωση και τον διεξάγων την έρευνα στην επεξεργασία τους.

Ερώτηση 21<sup>η</sup> : «Απασχόληση;»

Οι επιλογές μονής απάντησης είναι 8: 1. Δημόσιος Υπάλληλος, 2. Ιδιωτικός Υπάλληλος, 3. Προσωπική Επιχείρηση, 4. Τεχνίτης, 5. Οικοδομικές εργασίες, 6. Εισοδηματίας, 7. Άνεργος, 8. Άλλο.

Η επιλογή των απαντήσεων που δώσαμε έγινε με τη σκέψη ότι αυτές είναι οι βασικότερες κατηγορίες απασχόλησης σήμερα. Φυσικά υπάρχει και η ανοιχτή επιλογή για να μην δεσμεύουμε ή μπλοκάρουμε τον ερωτώμενο.

Ερώτηση 22<sup>η</sup> : «Μορφωτικό επίπεδο;»

Οι επιλογές μονής απάντησης είναι 7: 1. Δημοτικό, 2. Γυμνάσιο, 3. Λύκειο, 4. Τ.Ε.Ε./ Ι.Ε.Κ., 5. Τ.Ε.Ι., 6. Α.Ε.Ι., 7. Μεταπτυχιακό.

Η επιλογή των απαντήσεων είναι αρκετά προφανής καθώς στη χώρα μας τα μορφωτικά επίπεδα είναι τα παραπάνω.

Ερώτηση 23<sup>η</sup> : «Από πόσα μέλη αποτελείται η οικογένειά σας;»

Η επιλογή απάντησης είναι ελεύθερη (γράφεται σε κενό).

Η ερώτηση αυτή, ειδικά για την Ελλάδα έχει ιδιαίτερη σημασία καθώς η επιρροή της οικογένειας είναι αρκετά ισχυρή. Όσο πιο μεγάλη οικογένεια τόσο μεγαλύτερες πιθανότητες ενημέρωσης.

Ερώτηση 24<sup>η</sup> : «Πόσα εκ των μελών της οικογένειας είναι άνω των 40 ετών;»

Η επιλογή απάντησης είναι ελεύθερη (γράφεται σε κενό).

Η ερώτηση αυτή μας δίνει τα άτομα που ουσιαστικά αποτελούν τον κύριο στόχο αυτών των προϊόντων. Είναι σημαντικό οι ερωτώμενοι

### 4.3 Αποτελέσματα Ερωτηματολογίων

Όπως αναφέραμε και παραπάνω είχαμε 100% ανταπόκριση στη διανομή των ερωτηματολογίων μας σε ένα δείγμα 110 ατόμων. Στο δείγμα όσον αφορά το φύλο των συμμετεχόντων βλέπουμε ότι υπάρχει μια σχετική ισορροπία 57 γυναίκες και 53 άντρες (με ποσοστό 52% και 48% αντίστοιχα).

Οι ηλικιακές ομάδες των συμμετεχόντων δείχνουν και αυτές μια ισορροπημένη κατανομή με την πλειονότητα αυτών να βρίσκονται μεταξύ 20 και 50 ετών με ποσοστό 83%. Πιο αναλυτικά είχαμε 3 συμμετέχοντες έως 19 ετών (περίπου 3%), 32 μεταξύ 20-29 ετών (29%), 39 μεταξύ 30-39 ετών (36%), 20 μεταξύ 40-49 ετών (18%), 9 μεταξύ 50-59 ετών (8%) και 7 από 60 ετών και άνω (6%).

Στο πεδίο της απασχόλησης είχαμε πολύ μεγάλη συμμετοχή από ιδιωτικούς υπαλλήλους (55 σχεδόν το 50%) και από δημόσιου υπαλλήλους (21 με 19%).

Το 14% του δείγματός μας περιελάμβανε και άλλες απασχολήσεις όπως συνταξιούχους, νοικοκυρές και φοιτήτριες.

Όσον αφορά το μορφωτικό επίπεδο του δείγματός μας διαπιστώθηκε υψηλή συμμετοχή αρκετά μορφωμένων ατόμων (σχεδόν οι μισοί είναι πτυχιούχοι).

Οι συμμετέχοντες με μόρφωση Δημοτικού ήταν μόλις 4 (περίπου 4%), ενώ με Γυμνασίου 14 (13%). Οι απόφοιτοι Λυκείου ήταν 26 (24%) και ως κατηγορία είχαν τη μεγαλύτερη συμμετοχή. Οι απόφοιτοι Τ.Ε.Ε./Ι.Ε.Κ. ήταν 8 (περίπου 7%) και οι απόφοιτοι Τ.Ε.Ι. ήταν 17 (15%). Με μόρφωση Ανώτερου επιπέδου Α.Ε.Ι. ήταν 23 άτομα (21%) και με μεταπτυχιακό τίτλο σπουδών 18 (16%).

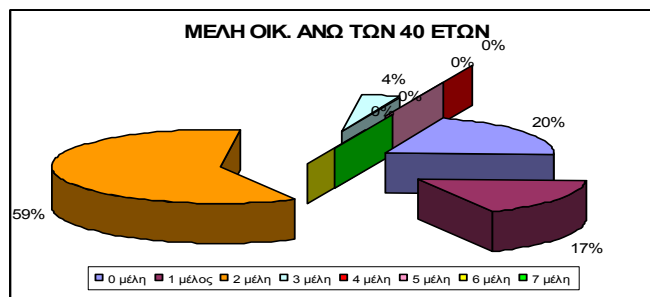
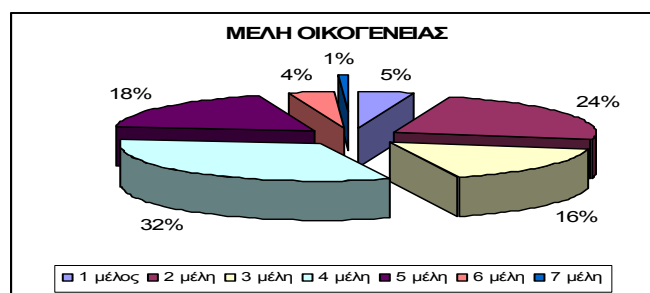
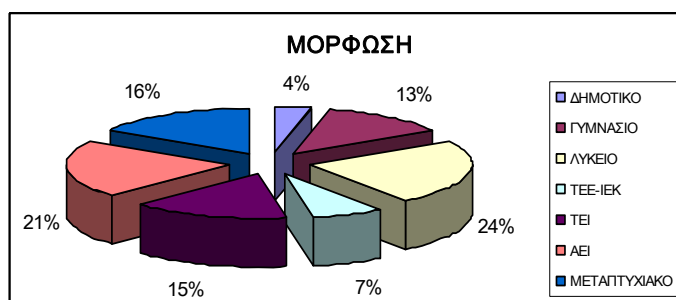
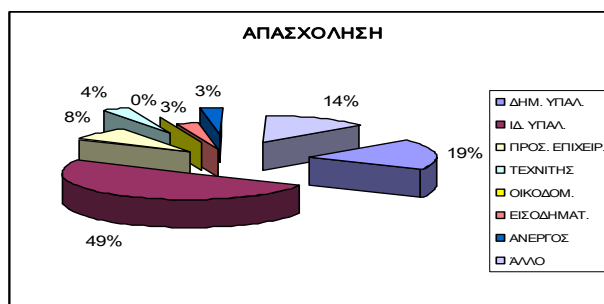
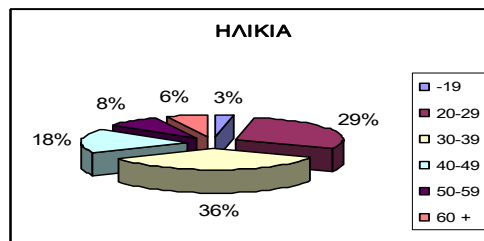
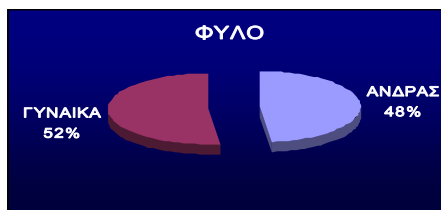
Όσον αφορά των αριθμό των μελών στις οικογένειες των ερωτηθέντων βλέπουμε από τα αποτελέσματά μας ότι η πλειονότητα (36 άτομα με 32%) ανήκει σε 4μελή οικογένεια. Επίσης, μεγάλη συμμετοχή είχαμε και από άτομα που ανήκουν σε οικογένειες με μόλις 2μέλη (26 άτομα με 24%) και σε οικογένειες με 5 μέλη (20 με 18%). Οι υπόλοιποι ανήκουν σε οικογένειες με 1 μέλος (5 άτομα 5%), με 3 μέλη (18 άτομα 16%), με 6 μέλη (4 άτομα 4%) αλλά και με 7 μέλη είχαμε 1 άτομο με 1% περίπου συμμετοχή στο σύνολο.

Στο δείγμα μας ήταν εντυπωσιακό ότι η συντριπτική πλειοψηφία (65 άτομα με 59% στο σύνολο) έχει 2 εκ των μελών στην οικογένειά του άνω της ηλικίας των 40 ετών. Σημαντική, επίσης, συμμετοχή στο σύνολο (22 άτομα 20%) είχαμε από το δείγμα με 0 μέλη άνω των 40 ετών, ενώ είχαμε και 19 άτομα (17%) που στην οικογένεια τους είχαν 1 μέλος άνω των 40 ετών. Μόλις 4 είχαν 3 άτομα άνω των 40 στην οικογένειά τους (4%) ενώ στις άλλες κατηγορίες (4-7 μελών) δεν είχαμε συμπλήρωση.

Αξιοσημείωτο στις μετρήσεις μας ήταν το γεγονός ότι ο μέσος χρόνος συμπλήρωσης του ερωτηματολογίου χρονομετρήθηκε στα 3 λεπτά και 20 δευτερόλεπτα. Χρόνος που δείχνει ότι η ροή του ερωτηματολογίου ήταν καλή, αν συνυπολογίσουμε ότι αποτελούταν από 6 σελίδες.

Στη επόμενη σελίδα φαίνεται χαρακτηριστικά (σε πίνακα και γραφικές παραστάσεις) η κατανομή του δείγματός μας όπως μόλις αναφέρθηκε.

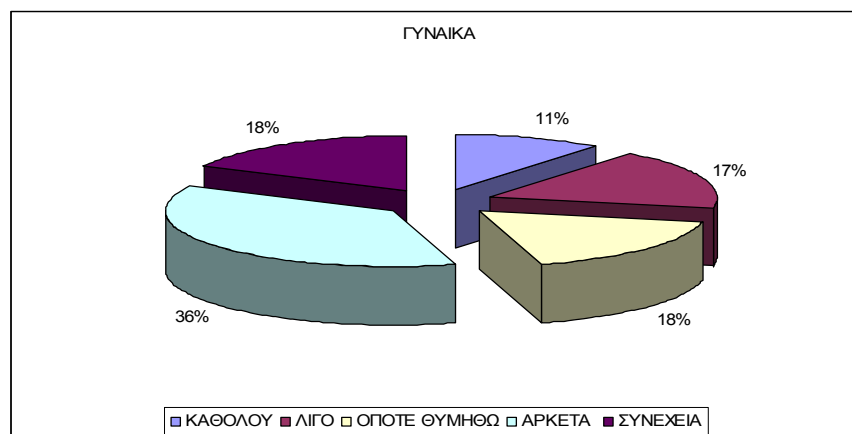
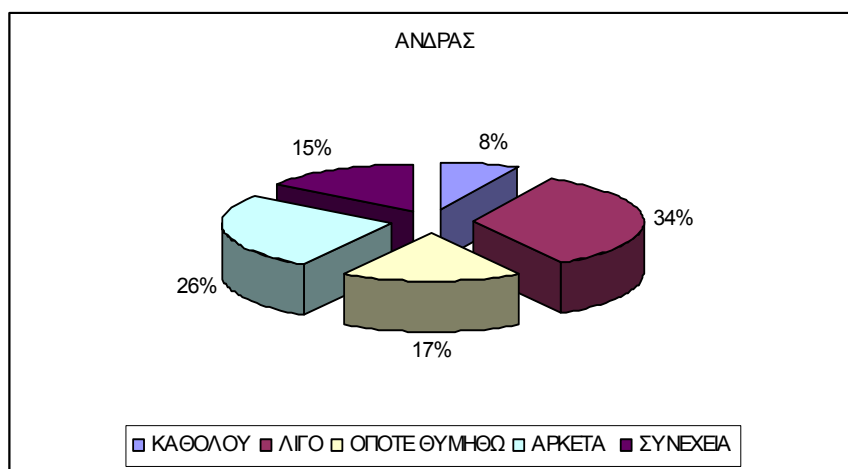
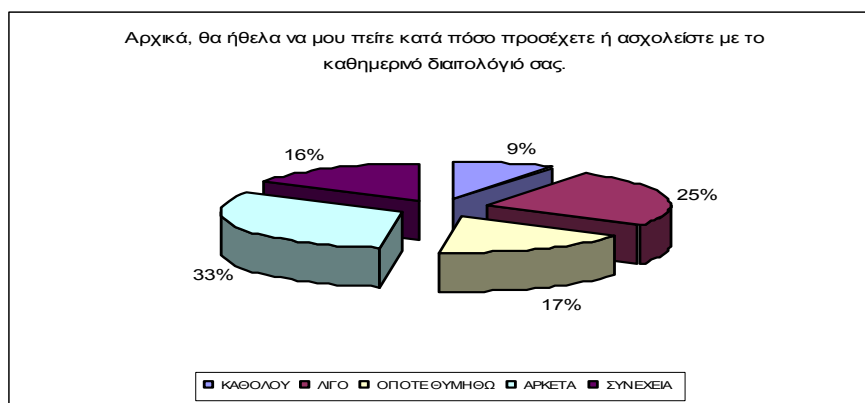
|                   | ΣΥΝΟΛΑ |
|-------------------|--------|
| <b>ΦΥΛΟ</b>       |        |
| ΑΝΔΡΑΣ            | 53     |
| ΓΥΝΑΙΚΑ           | 57     |
| ΣΥΝΟΛΑ            | 110    |
| <b>ΗΛΙΚΙΑ</b>     |        |
| -19               | 3      |
| 20-29             | 32     |
| 30-39             | 39     |
| 40-49             | 20     |
| 50-59             | 9      |
| 60 +              | 7      |
| ΣΥΝΟΛΑ            | 110    |
| <b>ΑΠΑΣΧΟΛΗΣΗ</b> |        |
| ΔΗΜ. ΥΠΑΛ.        | 21     |
| ΙΔ. ΥΠΑΛ.         | 55     |
| ΠΡΟΣ. ΕΠΙΧΕΙΡ.    | 9      |
| ΤΕΧΝΙΤΗΣ          | 4      |
| ΟΙΚΟΔΟΜ.          | 0      |
| ΕΙΣΟΔΗΜΑΤ.        | 3      |
| ΑΝΕΡΓΟΣ           | 3      |
| ΑΛΛΟ              | 15     |
| ΣΥΝΟΛΑ            | 110    |
| <b>ΜΟΡΦΩΣΗ</b>    |        |
| ΔΗΜΟΤΙΚΟ          | 4      |
| ΓΥΜΝΑΣΙΟ          | 14     |
| ΛΥΚΕΙΟ            | 26     |
| ΤΕΕ-ΙΕΚ           | 8      |
| ΤΕΙ               | 17     |
| ΑΕΙ               | 23     |
| ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΟ      | 18     |
| ΣΥΝΟΛΑ            | 110    |
| <b>ΜΕΛΗ ΟΙΚ.</b>  |        |
| 1                 | 5      |
| 2                 | 26     |
| 3                 | 18     |
| 4                 | 36     |
| 5                 | 20     |
| 6                 | 4      |
| 7                 | 1      |
| ΣΥΝΟΛΑ            | 110    |
| <b>ΑΝΩ ΤΩΝ 40</b> |        |
| 0                 | 22     |
| 1                 | 19     |
| 2                 | 65     |
| 3                 | 4      |
| 4                 | 0      |
| 5                 | 0      |
| 6                 | 0      |
| 7                 | 0      |
| ΣΥΝΟΛΑ            | 110    |





| ΕΡΩΤΗΣΗ: 1        |           | Αρχικά, θα ήθελα να μου πείτε κατά πόσο προσέχετε ή ασχολείστε με το καθημερινό διατολόγιό σας. |              |           |           |            |
|-------------------|-----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-----------|-----------|------------|
|                   | ΚΑΘΟΛΟΥ   | ΛΙΓΟ                                                                                            | ΟΠΟΤΕ ΘΥΜΗΘΩ | ΑΡΚΕΤΑ    | ΣΥΝΕΧΕΙΑ  | ΣΥΝΟΛΑ     |
| <b>ΦΥΛΟ</b>       |           |                                                                                                 |              |           |           |            |
| ΑΝΔΡΑΣ            | 4         | 18                                                                                              | 9            | 14        | 8         | 53         |
| ΓΥΝΑΙΚΑ           | 6         | 10                                                                                              | 10           | 21        | 10        | 57         |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>10</b> | <b>28</b>                                                                                       | <b>19</b>    | <b>35</b> | <b>18</b> | <b>110</b> |
| <b>ΗΛΙΚΙΑ</b>     |           |                                                                                                 |              |           |           |            |
| -19               | 2         | 0                                                                                               | 1            | 0         | 0         | 3          |
| 20-29             | 2         | 10                                                                                              | 8            | 7         | 5         | 32         |
| 30-39             | 4         | 12                                                                                              | 6            | 11        | 6         | 39         |
| 40-49             | 1         | 4                                                                                               | 3            | 8         | 4         | 20         |
| 50-59             | 1         | 1                                                                                               | 0            | 5         | 2         | 9          |
| 60 +              | 0         | 1                                                                                               | 1            | 4         | 1         | 7          |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>10</b> | <b>28</b>                                                                                       | <b>19</b>    | <b>35</b> | <b>18</b> | <b>110</b> |
| <b>ΑΠΑΣΧΟΛΗΣΗ</b> |           |                                                                                                 |              |           |           |            |
| ΔΗΜ. ΥΠΑΛ.        | 2         | 8                                                                                               | 2            | 5         | 4         | 21         |
| ΙΔ. ΥΠΑΛ.         | 3         | 12                                                                                              | 13           | 19        | 8         | 55         |
| ΠΡΟΣ. ΕΠΙΧΕΙΡ.    | 3         | 2                                                                                               | 1            | 1         | 2         | 9          |
| ΤΕΧΝΙΤΗΣ          | 1         | 1                                                                                               | 2            | 0         | 0         | 4          |
| ΟΙΚΟΔΟΜ.          | 0         | 0                                                                                               | 0            | 0         | 0         | 0          |
| ΕΙΣΟΔΗΜΑΤ.        | 0         | 1                                                                                               | 0            | 1         | 1         | 3          |
| ΑΝΕΡΓΟΣ           | 1         | 0                                                                                               | 1            | 1         | 0         | 3          |
| ΑΛΛΟ              | 0         | 4                                                                                               | 0            | 8         | 3         | 15         |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>10</b> | <b>28</b>                                                                                       | <b>19</b>    | <b>35</b> | <b>18</b> | <b>110</b> |
| <b>ΜΟΡΦΩΣΗ</b>    |           |                                                                                                 |              |           |           |            |
| ΔΗΜΟΤΙΚΟ          | 0         | 1                                                                                               | 1            | 2         | 0         | 4          |
| ΓΥΜΝΑΣΙΟ          | 1         | 4                                                                                               | 2            | 5         | 2         | 14         |
| ΛΥΚΕΙΟ            | 3         | 7                                                                                               | 3            | 9         | 4         | 26         |
| ΤΕΕ-ΙΕΚ           | 1         | 3                                                                                               | 1            | 2         | 1         | 8          |
| ΤΕΙ               | 1         | 4                                                                                               | 3            | 7         | 2         | 17         |
| ΑΕΙ               | 2         | 6                                                                                               | 4            | 6         | 5         | 23         |
| ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΟ      | 2         | 3                                                                                               | 5            | 4         | 4         | 18         |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>10</b> | <b>28</b>                                                                                       | <b>19</b>    | <b>35</b> | <b>18</b> | <b>110</b> |
| <b>ΜΕΛΗ ΟΙΚ.</b>  |           |                                                                                                 |              |           |           |            |
| 1                 | 0         | 1                                                                                               | 2            | 2         | 0         | 5          |
| 2                 | 3         | 6                                                                                               | 4            | 7         | 6         | 26         |
| 3                 | 1         | 3                                                                                               | 4            | 6         | 4         | 18         |
| 4                 | 5         | 10                                                                                              | 6            | 10        | 5         | 36         |
| 5                 | 1         | 7                                                                                               | 3            | 6         | 3         | 20         |
| 6                 | 0         | 1                                                                                               | 0            | 3         | 0         | 4          |
| 7                 | 0         | 0                                                                                               | 0            | 1         | 0         | 1          |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>10</b> | <b>28</b>                                                                                       | <b>19</b>    | <b>35</b> | <b>18</b> | <b>110</b> |
| <b>ΑΝΩ ΤΩΝ 40</b> |           |                                                                                                 |              |           |           |            |
| 0                 | 3         | 3                                                                                               | 5            | 6         | 5         | 22         |
| 1                 | 2         | 4                                                                                               | 3            | 6         | 4         | 19         |
| 2                 | 5         | 20                                                                                              | 10           | 21        | 9         | 65         |
| 3                 | 0         | 1                                                                                               | 1            | 2         | 0         | 4          |
| 4                 | 0         | 0                                                                                               | 0            | 0         | 0         | 0          |
| 5                 | 0         | 0                                                                                               | 0            | 0         | 0         | 0          |
| 6                 | 0         | 0                                                                                               | 0            | 0         | 0         | 0          |
| 7                 | 0         | 0                                                                                               | 0            | 0         | 0         | 0          |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>10</b> | <b>28</b>                                                                                       | <b>19</b>    | <b>35</b> | <b>18</b> | <b>110</b> |

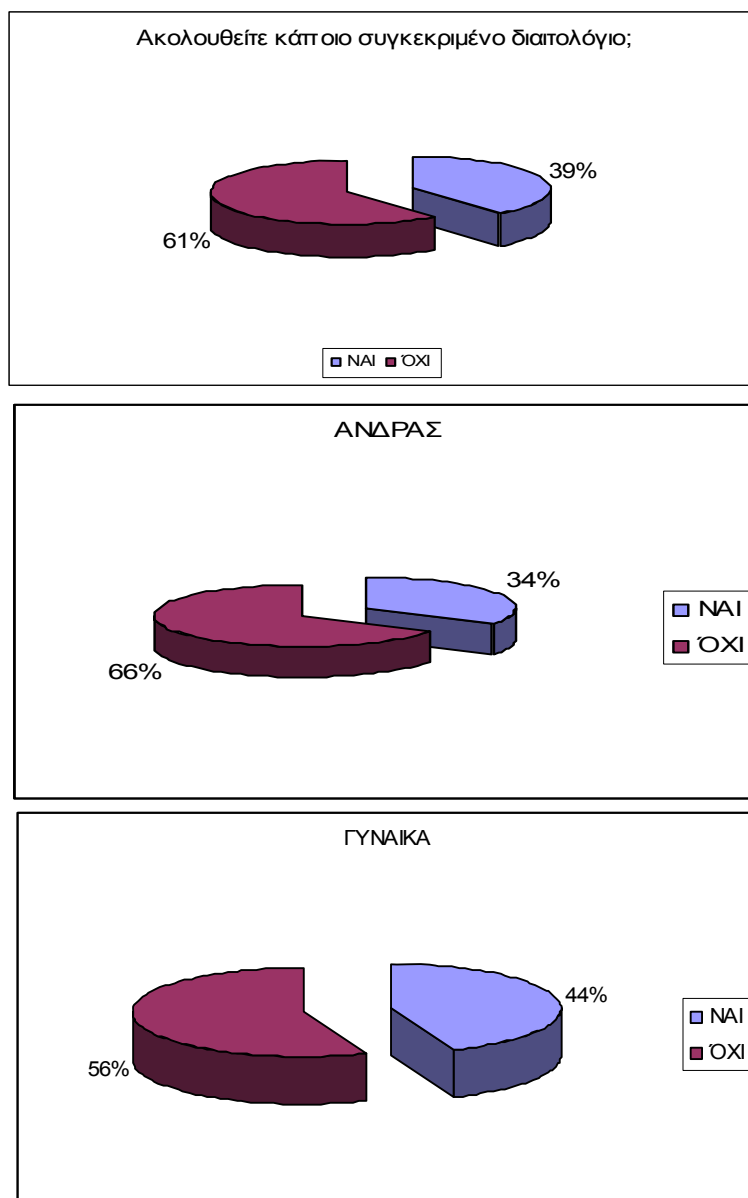
**Ερώτηση 1η:** Αρχικά θα ήθελα να μου πείτε κατά πόσο προσέχετε ή ασχολείστε με το καθημερινό διαιτολόγιό σας.



Στην πρώτη ερώτηση βλέπουμε σχεδόν οι μισοί εκ των ερωτηθέντων ασχολούνται με το καθημερινό διαιτολόγιό τους (54 άτομα με 49%) με τις γυναίκες να είναι λίγο πιο ένθερμες σε αυτό το θέμα. Δυστυχώς, οι νεότερες ηλικίες δείχνουν να μην ασχολούνται ιδιαίτερα ενώ όσο ανεβαίνουμε ηλικιακή κατηγορία βλέπουμε τα νούμερα να αλλάζουν και οι μεγαλύτεροι άνθρωποι να δείχνουν μεγαλύτερη ευαισθησία (ίσως και εξ' ανάγκης). Όσον αφορά την απασχόληση εκεί, όπως ήταν λογικό, έχουμε έντονη συμμετοχή στις θετικές απαντήσεις από τους ιδιωτικούς υπαλλήλους (λόγω υψηλού αριθμού ατόμων στο δείγμα). Αξιοσημείωτο είναι ότι αυτοί που δηλώσανε άλλη απασχόληση (από αυτές που είχαν να επιλέξουν) έδειξαν μεγάλη ευαισθησία στο θέμα του διαιτολογίου (αυτό μπορεί να οφείλεται στο γεγονός ότι ήταν συνταξιούχοι και νοικοκυρές, πράγμα που δείχνει και τη μεγαλύτερη ευαισθησία των ομάδων αυτών σε θέματα διατροφής).

| ΕΡΩΤΗΣΗ: 2        |           | Ακολουθείτε κάποιο συγκεκριμένο διαιτολόγιο; |            |
|-------------------|-----------|----------------------------------------------|------------|
|                   | ΝΑΙ       | ΟΧΙ                                          | ΣΥΝΟΛΑ     |
| <b>ΦΥΛΟ</b>       |           |                                              |            |
| ΑΝΔΡΑΣ            | 18        | 35                                           | 53         |
| ΓΥΝΑΙΚΑ           | 25        | 32                                           | 57         |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>43</b> | <b>67</b>                                    | <b>110</b> |
| <b>ΗΛΙΚΙΑ</b>     |           |                                              |            |
| -19               | 2         | 1                                            | 3          |
| 20-29             | 12        | 20                                           | 32         |
| 30-39             | 10        | 29                                           | 39         |
| 40-49             | 9         | 11                                           | 20         |
| 50-59             | 6         | 3                                            | 9          |
| 60 +              | 4         | 3                                            | 7          |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>43</b> | <b>67</b>                                    | <b>110</b> |
| <b>ΑΠΑΣΧΟΛΗΣΗ</b> |           |                                              |            |
| ΔΗΜ. ΥΠΑΛ.        | 7         | 14                                           | 21         |
| ΙΔ. ΥΠΑΛ.         | 22        | 33                                           | 55         |
| ΠΡΟΣ. ΕΠΙΧΕΙΡ.    | 2         | 7                                            | 9          |
| ΤΕΧΝΙΤΗΣ          | 1         | 3                                            | 4          |
| ΟΙΚΟΔΟΜ.          | 0         | 0                                            | 0          |
| ΕΙΣΟΔΗΜΑΤ.        | 1         | 2                                            | 3          |
| ΑΝΕΡΓΟΣ           | 1         | 2                                            | 3          |
| ΆΛΛΟ              | 9         | 6                                            | 15         |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>43</b> | <b>67</b>                                    | <b>110</b> |
| <b>ΜΟΡΦΩΣΗ</b>    |           |                                              |            |
| ΔΗΜΟΤΙΚΟ          | 1         | 3                                            | 4          |
| ΓΥΜΝΑΣΙΟ          | 5         | 9                                            | 14         |
| ΛΥΚΕΙΟ            | 12        | 14                                           | 26         |
| ΤΕΕ-ΙΕΚ           | 3         | 5                                            | 8          |
| ΤΕΙ               | 7         | 10                                           | 17         |
| ΑΕΙ               | 9         | 14                                           | 23         |
| ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΟ      | 6         | 12                                           | 18         |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>43</b> | <b>67</b>                                    | <b>110</b> |
| <b>ΜΕΛΗ ΟΙΚ.</b>  |           |                                              |            |
| 1                 | 4         | 1                                            | 5          |
| 2                 | 10        | 16                                           | 26         |
| 3                 | 7         | 11                                           | 18         |
| 4                 | 12        | 24                                           | 36         |
| 5                 | 7         | 13                                           | 20         |
| 6                 | 2         | 2                                            | 4          |
| 7                 | 1         | 0                                            | 1          |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>43</b> | <b>67</b>                                    | <b>110</b> |
| <b>ΑΝΩ ΤΩΝ 40</b> |           |                                              |            |
| 0                 | 7         | 15                                           | 22         |
| 1                 | 7         | 12                                           | 19         |
| 2                 | 26        | 39                                           | 65         |
| 3                 | 3         | 1                                            | 4          |
| 4                 | 0         | 0                                            | 0          |
| 5                 | 0         | 0                                            | 0          |
| 6                 | 0         | 0                                            | 0          |
| 7                 | 0         | 0                                            | 0          |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>43</b> | <b>67</b>                                    | <b>110</b> |

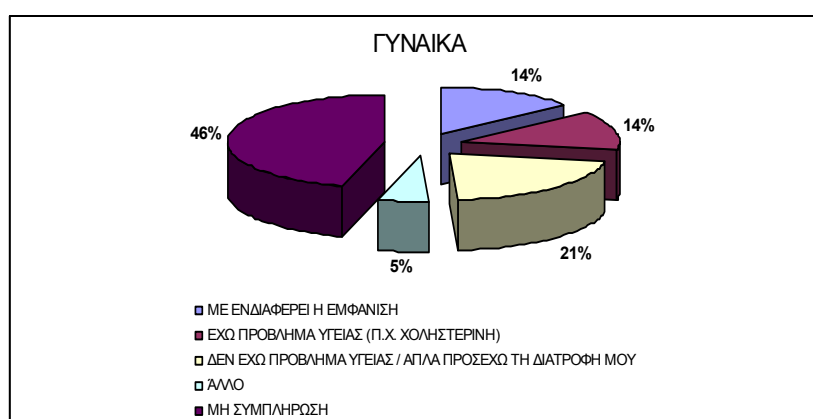
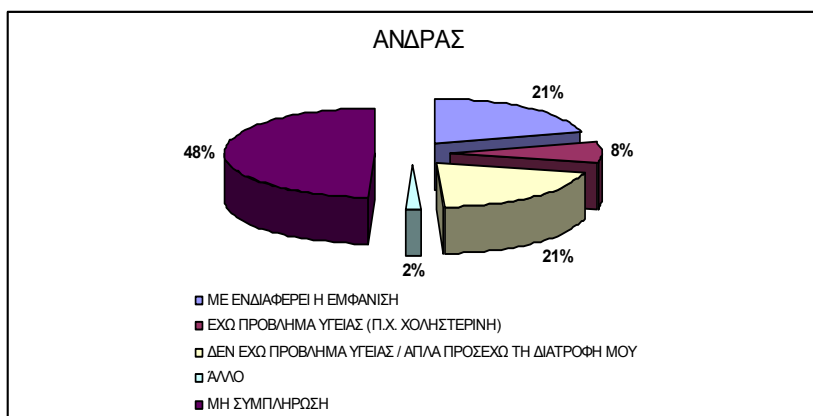
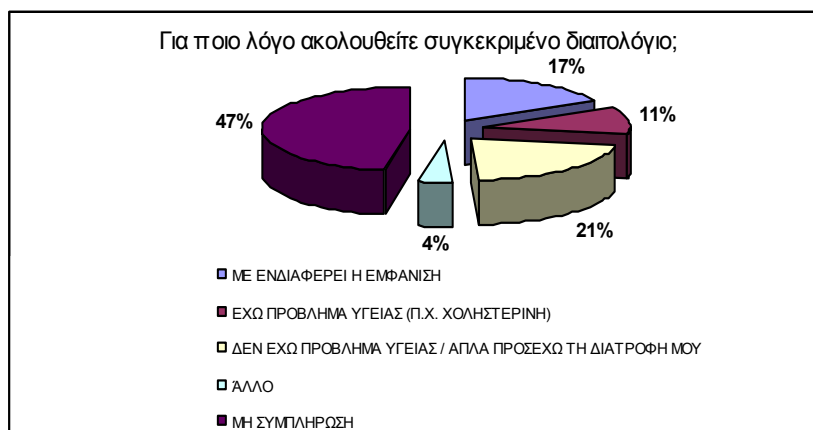
**Ερώτηση 2η:** Ακολουθείτε κάποιο συγκεκριμένο διαιτολόγιο;



Στην δεύτερη ερώτηση βλέπουμε το 61% να απαντά αρνητικά, ένα ποσοστό που το ενισχύουν οι απαντήσεις των ανδρών περισσότερο (66%) καθώς οι γυναίκες μοιράζονται σχεδόν στη μέση (56%). Δυστυχώς, όπως και στην προηγούμενη ερώτηση οι νεότερες ηλικίες δείχνουν να μην ασχολούνται ιδιαίτερα. Στις ηλικίες 20-29 μόλις 12/32 απάντησαν θετικά, ενώ στις ηλικίες 30-39 μόλις οι 10/39. Στις ηλικίες 40-49 βλέπουμε να μοιράζονται (9/20 θετικοί), ενώ στις μεγαλύτερες ηλικίες οι θετικές απαντήσεις υπερβαίνουν τις αρνητικές (6/9 για 50-59 και 4/7 για 60+). Όσον αφορά την απασχόληση εκεί, όπως ήταν λογικό, έχουμε έντονη συμμετοχή στις αρνητικές απαντήσεις (33/65) από τους ιδιωτικούς υπαλλήλους (λόγω υψηλού αριθμού ατόμων στο δείγμα) καθώς επίσης και από τους δημ. Υπαλλήλους (70% περίπου). Αξιοσημείωτο για άλλη μια φορά είναι ότι αυτοί που δηλώσανε άλλη απασχόληση (από αυτές που είχαν να επιλέξουν) έδειξαν μεγάλη ευαισθησία στο θέμα του διαιτολογίου (αυτό μπορεί να οφείλεται στο γεγονός ότι ήταν συνταξιούχοι και νοικοκυρές, πράγμα που δείχνει και τη μεγαλύτερη ευαισθησία των ομάδων αυτών σε θέματα διατροφής). Όσον αφορά το μορφωτικό επίπεδο διαπιστώνουμε μια αύξηση στις θετικές απαντήσεις όσο αυξάνεται. Δηλαδή στα χαμηλότερα μορφωτικά επίπεδα (Δημοτικό, Γυμνάσιο, Λύκειο) το ποσοστό θετικών απαντήσεων κυμαίνεται στο 30-40% ενώ στα υψηλότερα αγγίζει το 50%.

| ΕΡΩΤΗΣΗ: 3        |                          | Για ποιο λόγο ακολουθείτε συγκεκριμένο διατολόγιο; |                                                        |          |               |            |
|-------------------|--------------------------|----------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|----------|---------------|------------|
|                   | ΜΕ ΕΝΔΙΑΦΕΡΕΙ Η ΕΜΦΑΝΙΣΗ | ΕΧΩ ΠΡΟΒΛΗΜΑ ΥΓΕΙΑΣ (Π.Χ. ΧΟΛΗΣΤΕΡΙΝΗ)             | ΔΕΝ ΕΧΩ ΠΡΟΒΛΗΜΑ ΥΓΕΙΑΣ / ΑΛΛΑ ΠΡΟΣΕΧΩ ΤΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΜΟΥ | ΆΛΛΟ     | ΜΗ ΣΥΜΠΛΗΡΩΣΗ | ΣΥΝΟΛΑ     |
| <b>ΦΥΛΟ</b>       |                          |                                                    |                                                        |          |               |            |
| ΑΝΔΡΑΣ            | 11                       | 4                                                  | 11                                                     | 1        | 26            | 53         |
| ΓΥΝΑΙΚΑ           | 8                        | 8                                                  | 12                                                     | 3        | 26            | 57         |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>19</b>                | <b>12</b>                                          | <b>23</b>                                              | <b>4</b> | <b>52</b>     | <b>110</b> |
| <b>ΗΛΙΚΙΑ</b>     |                          |                                                    |                                                        |          |               |            |
| -19               | 1                        | 0                                                  | 2                                                      | 0        | 0             | 3          |
| 20-29             | 8                        | 0                                                  | 4                                                      | 2        | 18            | 32         |
| 30-39             | 5                        | 0                                                  | 6                                                      | 2        | 26            | 39         |
| 40-49             | 4                        | 5                                                  | 5                                                      | 0        | 6             | 20         |
| 50-59             | 1                        | 5                                                  | 2                                                      | 0        | 1             | 9          |
| 60 +              | 0                        | 2                                                  | 4                                                      | 0        | 1             | 7          |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>19</b>                | <b>12</b>                                          | <b>23</b>                                              | <b>4</b> | <b>52</b>     | <b>110</b> |
| <b>ΑΠΑΣΧΟΛΗΣΗ</b> |                          |                                                    |                                                        |          |               |            |
| ΔΗΜ. ΥΠΑΛ.        | 4                        | 3                                                  | 3                                                      | 0        | 10            | 21         |
| ΙΔ. ΥΠΑΛ.         | 5                        | 5                                                  | 8                                                      | 1        | 36            | 55         |
| ΠΡΟΣ. ΕΠΙΧΕΙΡ.    | 3                        | 1                                                  | 2                                                      | 0        | 3             | 9          |
| ΤΕΧΝΙΤΗΣ          | 1                        | 1                                                  | 1                                                      | 0        | 1             | 4          |
| ΟΙΚΟΔΟΜ.          | 0                        | 0                                                  | 0                                                      | 0        | 0             | 0          |
| ΕΙΣΟΔΗΜΑΤ.        | 1                        | 0                                                  | 2                                                      | 1        | 0             | 3          |
| ΑΝΕΡΓΟΣ           | 1                        | 0                                                  | 2                                                      | 0        | 0             | 3          |
| ΆΛΛΟ              | 4                        | 2                                                  | 5                                                      | 2        | 2             | 15         |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>19</b>                | <b>12</b>                                          | <b>23</b>                                              | <b>4</b> | <b>52</b>     | <b>110</b> |
| <b>ΜΟΡΦΩΣΗ</b>    |                          |                                                    |                                                        |          |               |            |
| ΔΗΜΟΤΙΚΟ          | 1                        | 0                                                  | 1                                                      | 1        | 1             | 4          |
| ΓΥΜΝΑΣΙΟ          | 2                        | 3                                                  | 2                                                      | 1        | 6             | 14         |
| ΛΥΚΕΙΟ            | 3                        | 3                                                  | 9                                                      | 0        | 11            | 26         |
| ΤΕΕ-ΙΕΚ           | 1                        | 2                                                  | 2                                                      | 1        | 2             | 8          |
| ΤΕΙ               | 4                        | 1                                                  | 4                                                      | 1        | 7             | 17         |
| ΑΕΙ               | 5                        | 2                                                  | 3                                                      | 0        | 13            | 23         |
| ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΟ      | 3                        | 1                                                  | 2                                                      | 0        | 12            | 18         |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>19</b>                | <b>12</b>                                          | <b>23</b>                                              | <b>4</b> | <b>52</b>     | <b>110</b> |
| <b>ΜΕΛΗ ΟΙΚ.</b>  |                          |                                                    |                                                        |          |               |            |
| 1                 | 1                        | 0                                                  | 1                                                      | 0        | 3             | 5          |
| 2                 | 2                        | 3                                                  | 12                                                     | 0        | 9             | 26         |
| 3                 | 2                        | 2                                                  | 3                                                      | 0        | 11            | 18         |
| 4                 | 9                        | 3                                                  | 3                                                      | 3        | 18            | 36         |
| 5                 | 5                        | 2                                                  | 2                                                      | 1        | 10            | 20         |
| 6                 | 0                        | 1                                                  | 2                                                      | 0        | 1             | 4          |
| 7                 | 0                        | 1                                                  | 0                                                      | 0        | 0             | 1          |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>19</b>                | <b>12</b>                                          | <b>23</b>                                              | <b>4</b> | <b>52</b>     | <b>110</b> |
| <b>ΑΝΩ ΤΩΝ 40</b> |                          |                                                    |                                                        |          |               |            |
| 0                 | 6                        | 3                                                  | 6                                                      | 1        | 6             | 22         |
| 1                 | 4                        | 3                                                  | 5                                                      | 0        | 7             | 19         |
| 2                 | 9                        | 6                                                  | 11                                                     | 3        | 36            | 65         |
| 3                 | 0                        | 0                                                  | 1                                                      | 0        | 3             | 4          |
| 4                 | 0                        | 0                                                  | 0                                                      | 0        | 0             | 0          |
| 5                 | 0                        | 0                                                  | 0                                                      | 0        | 0             | 0          |
| 6                 | 0                        | 0                                                  | 0                                                      | 0        | 0             | 0          |
| 7                 | 0                        | 0                                                  | 0                                                      | 0        | 0             | 0          |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>19</b>                | <b>12</b>                                          | <b>23</b>                                              | <b>4</b> | <b>52</b>     | <b>110</b> |

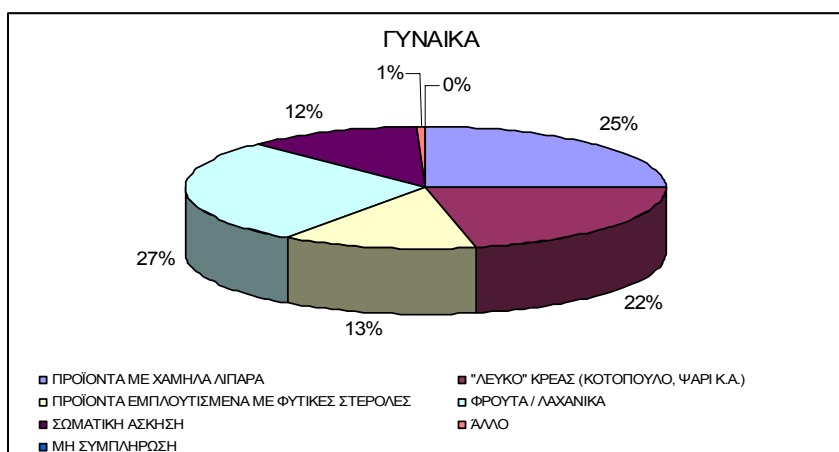
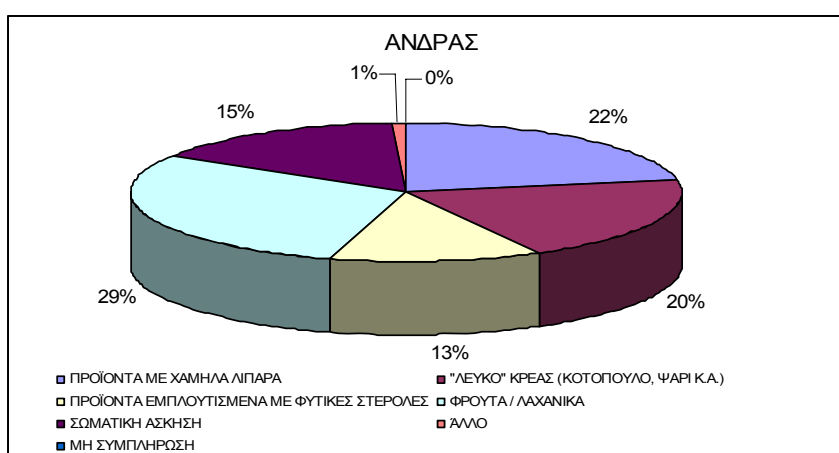
**Ερώτηση 3η:** Για ποιο λόγο ακολουθείτε συγκεκριμένο διαιτολόγιο;



Στην τρίτη ερώτηση βλέπουμε σχεδόν οι μισοί εκ των ερωτηθέντων δεν απάντησαν (52/110- με ισορροπία στο φύλο, από 26) και αυτό προφανώς διότι είχαμε πολλές αρνητικές απαντήσεις στην προηγούμενη ερώτηση. Εκεί που πήραμε απάντηση λοιπόν είχαμε περίπου το 21% να απαντά ότι δεν έχει πρόβλημα και το 17% ότι τους ενδιαφέρει η εμφάνιση. Μόλις το 10% είχε πρόβλημα υγείας και τα επέλεγε). Οι άντρες με τις γυναίκες είχαν σχεδόν ταυτόσημες απαντήσεις με το παράδοξο να απαντούν οι άντρες με ποσοστό 21% ότι προσέχουν την διατροφή τους για λόγους εμφάνισης ενώ οι γυναίκες αντίστοιχα είχαν ποσοστό 14%.

| ΕΡΩΤΗΣΗ: 4                                   |                           | Τι θα επιλέγατε για να χαμηλώσετε τα επίπεδα της "κακής" χοληστερόλης στον οργανισμό σας; |                                            |                   |                 |      |               |        |
|----------------------------------------------|---------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|-------------------|-----------------|------|---------------|--------|
| (Επιτρέπονται περισσότερες από μια επιλογές) |                           |                                                                                           |                                            |                   |                 |      |               |        |
|                                              | ΠΡΟΪΟΝΤΑ ΜΕ ΧΑΜΗΛΑ ΛΙΠΑΡΑ | *ΛΕΥΚΟ* ΚΡΕΑΣ (ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ, ΨΑΡΙ Κ.Α.)                                                      | ΠΡΟΪΟΝΤΑ ΕΜΠΛΟΥΤΙΣΜΕΝΑ ΜΕ ΦΥΤΙΚΕΣ ΣΤΕΡΟΛΕΣ | ΦΡΟΥΤΑ / ΛΑΧΑΝΙΚΑ | ΣΩΜΑΤΙΚΗ ΑΣΚΗΣΗ | ΆΛΛΟ | ΜΗ ΣΥΜΠΛΗΡΩΣΗ | ΣΥΝΟΛΑ |
| ΦΥΛΟ                                         |                           |                                                                                           |                                            |                   |                 |      |               |        |
| ΑΝΔΡΑΣ                                       | 30                        | 27                                                                                        | 17                                         | 40                | 21              | 1    | 0             | 136    |
| ΓΥΝΑΙΚΑ                                      | 36                        | 32                                                                                        | 19                                         | 41                | 17              | 1    | 0             | 146    |
| ΣΥΝΟΛΑ                                       | 66                        | 59                                                                                        | 36                                         | 81                | 38              | 2    | 0             | 282    |
| ΗΛΙΚΙΑ                                       |                           |                                                                                           |                                            |                   |                 |      |               |        |
| -19                                          | 2                         | 2                                                                                         | 0                                          | 14                | 3               | 0    | 0             | 21     |
| 20-29                                        | 17                        | 22                                                                                        | 5                                          | 14                | 9               | 2    | 0             | 69     |
| 30-39                                        | 21                        | 16                                                                                        | 7                                          | 22                | 11              | 0    | 0             | 77     |
| 40-49                                        | 14                        | 6                                                                                         | 10                                         | 17                | 4               | 0    | 0             | 51     |
| 50-59                                        | 8                         | 9                                                                                         | 9                                          | 9                 | 6               | 0    | 0             | 41     |
| 60 +                                         | 4                         | 4                                                                                         | 5                                          | 5                 | 5               | 0    | 0             | 23     |
| ΣΥΝΟΛΑ                                       | 66                        | 59                                                                                        | 36                                         | 81                | 38              | 2    | 0             | 282    |
| ΑΠΑΣΧΟΛΗΣΗ                                   |                           |                                                                                           |                                            |                   |                 |      |               |        |
| ΔΗΜ. ΥΠΑΛ.                                   | 18                        | 8                                                                                         | 8                                          | 17                | 7               | 0    | 0             | 58     |
| ΙΔ. ΥΠΑΛ.                                    | 34                        | 32                                                                                        | 18                                         | 39                | 12              | 2    | 0             | 137    |
| ΠΡΟΣ. ΕΠΙΧΕΙΡ.                               | 8                         | 1                                                                                         | 2                                          | 8                 | 6               | 0    | 0             | 25     |
| ΤΕΧΝΙΤΗΣ                                     | 1                         | 2                                                                                         | 0                                          | 4                 | 2               | 0    | 0             | 9      |
| ΟΙΚΟΔΟΜ.                                     | 0                         | 0                                                                                         | 0                                          | 0                 | 0               | 0    | 0             | 0      |
| ΕΙΣΟΔΗΜΑΤ.                                   | 2                         | 2                                                                                         | 1                                          | 1                 | 2               | 0    | 0             | 8      |
| ΑΝΕΡΓΟΣ                                      | 1                         | 3                                                                                         | 2                                          | 1                 | 2               | 0    | 0             | 9      |
| ΆΛΛΟ                                         | 2                         | 11                                                                                        | 5                                          | 11                | 7               | 0    | 0             | 36     |
| ΣΥΝΟΛΑ                                       | 66                        | 59                                                                                        | 36                                         | 81                | 38              | 2    | 0             | 282    |
| ΜΟΡΦΩΣΗ                                      |                           |                                                                                           |                                            |                   |                 |      |               |        |
| ΔΗΜΟΤΙΚΟ                                     | 1                         | 1                                                                                         | 3                                          | 4                 | 1               | 0    | 0             | 10     |
| ΓΥΜΝΑΣΙΟ                                     | 4                         | 7                                                                                         | 5                                          | 4                 | 3               | 0    | 0             | 23     |
| ΛΥΚΕΙΟ                                       | 22                        | 18                                                                                        | 17                                         | 24                | 9               | 1    | 0             | 91     |
| ΤΕΕ-ΙΕΚ                                      | 6                         | 6                                                                                         | 3                                          | 7                 | 4               | 0    | 0             | 26     |
| ΤΕΙ                                          | 8                         | 12                                                                                        | 3                                          | 15                | 9               | 0    | 0             | 47     |
| ΑΕΙ                                          | 16                        | 9                                                                                         | 4                                          | 17                | 8               | 1    | 0             | 55     |
| ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΟ                                 | 9                         | 6                                                                                         | 1                                          | 10                | 4               | 0    | 0             | 30     |
| ΣΥΝΟΛΑ                                       | 66                        | 59                                                                                        | 36                                         | 81                | 38              | 2    | 0             | 282    |
| ΜΕΛΗ ΟΙΚ.                                    |                           |                                                                                           |                                            |                   |                 |      |               |        |
| 1                                            | 2                         | 3                                                                                         | 3                                          | 5                 | 2               | 0    | 0             | 15     |
| 2                                            | 16                        | 21                                                                                        | 9                                          | 24                | 13              | 0    | 0             | 83     |
| 3                                            | 11                        | 9                                                                                         | 8                                          | 16                | 11              | 0    | 0             | 55     |
| 4                                            | 19                        | 9                                                                                         | 8                                          | 19                | 8               | 2    | 0             | 65     |
| 5                                            | 14                        | 14                                                                                        | 4                                          | 12                | 2               | 0    | 0             | 46     |
| 6                                            | 3                         | 3                                                                                         | 3                                          | 4                 | 1               | 0    | 0             | 14     |
| 7                                            | 1                         | 0                                                                                         | 1                                          | 1                 | 1               | 0    | 0             | 4      |
| ΣΥΝΟΛΑ                                       | 66                        | 59                                                                                        | 36                                         | 81                | 38              | 2    | 0             | 282    |
| ΑΝΩ ΤΩΝ 40                                   |                           |                                                                                           |                                            |                   |                 |      |               |        |
| 0                                            | 12                        | 11                                                                                        | 6                                          | 15                | 13              | 0    | 0             | 57     |
| 1                                            | 10                        | 11                                                                                        | 5                                          | 14                | 8               | 0    | 0             | 48     |
| 2                                            | 41                        | 36                                                                                        | 24                                         | 48                | 17              | 2    | 0             | 168    |
| 3                                            | 3                         | 1                                                                                         | 1                                          | 4                 | 0               | 0    | 0             | 9      |
| 4                                            | 0                         | 0                                                                                         | 0                                          | 0                 | 0               | 0    | 0             | 0      |
| 5                                            | 0                         | 0                                                                                         | 0                                          | 0                 | 0               | 0    | 0             | 0      |
| 6                                            | 0                         | 0                                                                                         | 0                                          | 0                 | 0               | 0    | 0             | 0      |
| 7                                            | 0                         | 0                                                                                         | 0                                          | 0                 | 0               | 0    | 0             | 0      |
| ΣΥΝΟΛΑ                                       | 66                        | 59                                                                                        | 36                                         | 81                | 38              | 2    | 0             | 282    |

**Ερώτηση 4η:** Τι θα επιλέγατε για να χαμηλώσετε τα επίπεδα της «κακής» χοληστερόλης στον οργανισμό σας;

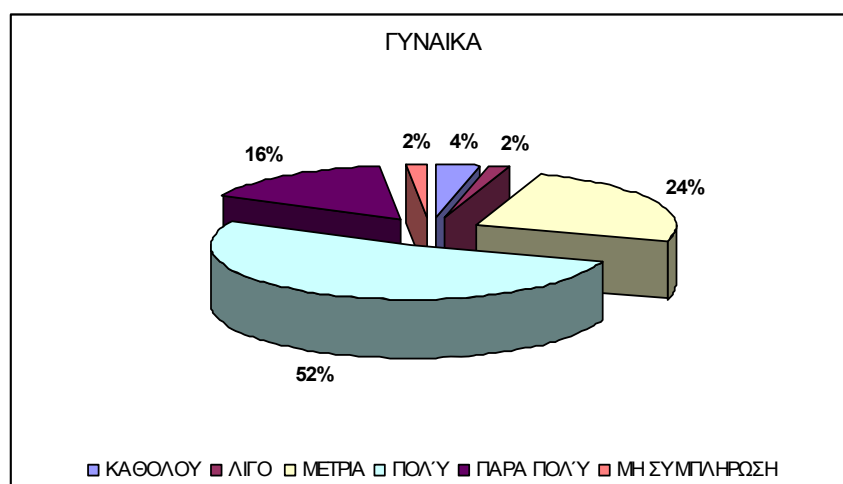
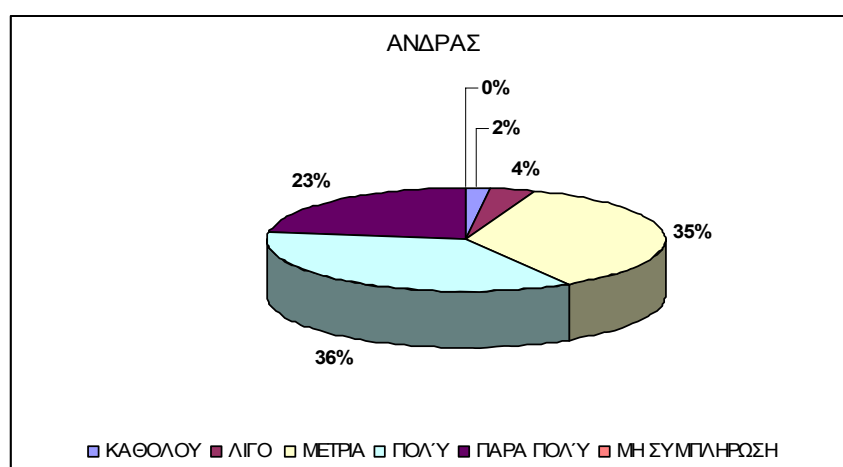
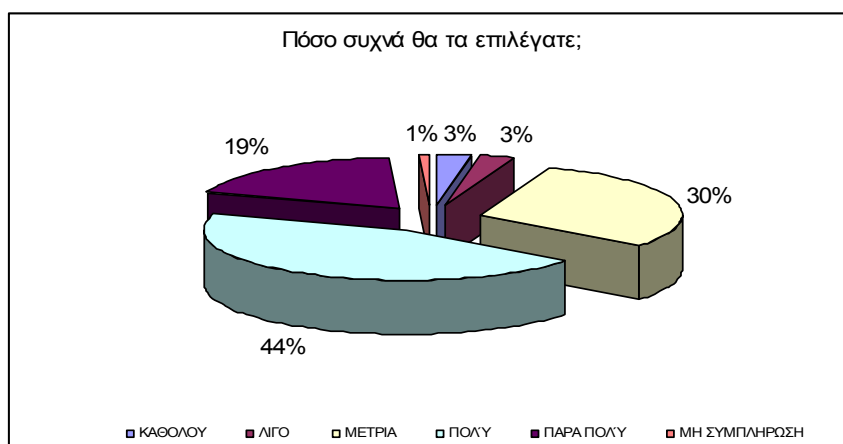


Σε αυτή την ερώτηση παρατηρούμε πλήρη ανταπόκριση από τους ερωτώμενους (100%). Οι πολυπληθέστερες επιλογές των ερωτώμενων σε αυτή την ερώτηση ήταν τα φρούτα/λαχανικά με 81 από τις 282 επιλογές. Βλέπουμε το 29% να επιλέγει φρούτα και λαχανικά, το 23% προϊόντα με χαμηλά λιπαρά και το 21% λευκά κρέατα. Μόλις το 13% απάντησε ότι θα επέλεγε προϊόντα εμπλ. με φυτικές στερόλες. Αξιοσημείωτο είναι το γεγονός ότι οι άνδρες με τις γυναίκες έκαναν περίπου τις ίδιες επιλογές (με απόκλιση 1-3%) και ότι οι γυναίκες έδωσαν 10 επιλογές περισσότερες από τους άνδρες (136 με 146 στο σύνολο των 282).



| ΕΡΩΤΗΣΗ: 5        |          | Πόσο συχνά θα τα επιλέγατε; |           |           |           |               |            |
|-------------------|----------|-----------------------------|-----------|-----------|-----------|---------------|------------|
|                   | ΚΑΘΟΛΟΥ  | ΛΙΓΟ                        | ΜΕΤΡΙΑ    | ΠΟΛΥ      | ΠΑΡΑ ΠΟΛΥ | ΜΗ ΣΥΜΠΛΗΡΩΣΗ | ΣΥΝΟΛΑ     |
| <b>ΦΥΛΟ</b>       |          |                             |           |           |           |               |            |
| ΑΝΔΡΑΣ            | 1        | 2                           | 19        | 19        | 12        | 0             | 53         |
| ΓΥΝΑΙΚΑ           | 2        | 1                           | 14        | 30        | 9         | 1             | 57         |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>3</b> | <b>3</b>                    | <b>33</b> | <b>49</b> | <b>21</b> | <b>1</b>      | <b>110</b> |
| <b>ΗΛΙΚΙΑ</b>     |          |                             |           |           |           |               |            |
| -19               | 0        | 1                           | 1         | 0         | 0         | 1             | 3          |
| 20-29             | 0        | 0                           | 9         | 17        | 6         | 0             | 32         |
| 30-39             | 0        | 0                           | 17        | 13        | 9         | 0             | 39         |
| 40-49             | 1        | 1                           | 5         | 9         | 4         | 0             | 20         |
| 50-59             | 1        | 0                           | 0         | 6         | 2         | 0             | 9          |
| 60 +              | 1        | 1                           | 1         | 4         | 0         | 0             | 7          |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>3</b> | <b>3</b>                    | <b>33</b> | <b>49</b> | <b>21</b> | <b>1</b>      | <b>110</b> |
| <b>ΑΠΑΣΧΟΛΗΣΗ</b> |          |                             |           |           |           |               |            |
| ΔΗΜ. ΥΠΑΛ.        | 0        | 0                           | 7         | 10        | 4         | 0             | 21         |
| ΙΔ. ΥΠΑΛ.         | 1        | 0                           | 19        | 22        | 13        | 0             | 55         |
| ΠΡΟΣ. ΕΠΙΧΕΙΡ.    | 0        | 0                           | 2         | 6         | 1         | 0             | 9          |
| ΤΕΧΝΙΤΗΣ          | 0        | 1                           | 0         | 3         | 0         | 0             | 4          |
| ΟΙΚΟΔΟΜ.          | 0        | 0                           | 0         | 0         | 0         | 0             | 0          |
| ΕΙΣΟΔΗΜΑΤ.        | 0        | 1                           | 0         | 2         | 0         | 0             | 3          |
| ΑΝΕΡΓΟΣ           | 0        | 1                           | 1         | 1         | 0         | 0             | 3          |
| ΆΛΛΟ              | 2        | 0                           | 4         | 5         | 3         | 1             | 15         |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>3</b> | <b>3</b>                    | <b>33</b> | <b>49</b> | <b>21</b> | <b>1</b>      | <b>110</b> |
| <b>ΜΟΡΦΩΣΗ</b>    |          |                             |           |           |           |               |            |
| ΔΗΜΟΤΙΚΟ          | 0        | 1                           | 1         | 2         | 0         | 0             | 4          |
| ΓΥΜΝΑΣΙΟ          | 0        | 0                           | 4         | 8         | 2         | 0             | 14         |
| ΛΥΚΕΙΟ            | 1        | 1                           | 9         | 7         | 7         | 1             | 26         |
| ΤΕΕ-ΙΕΚ           | 0        | 0                           | 1         | 5         | 2         | 0             | 8          |
| ΤΕΙ               | 1        | 0                           | 6         | 7         | 3         | 0             | 17         |
| ΑΕΙ               | 1        | 1                           | 8         | 9         | 4         | 0             | 23         |
| ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΟ      | 0        | 0                           | 4         | 11        | 3         | 0             | 18         |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>3</b> | <b>3</b>                    | <b>33</b> | <b>49</b> | <b>21</b> | <b>1</b>      | <b>110</b> |
| <b>ΜΕΛΗ ΟΙΚ.</b>  |          |                             |           |           |           |               |            |
| 1                 | 0        | 0                           | 1         | 3         | 1         | 0             | 5          |
| 2                 | 1        | 1                           | 9         | 11        | 4         | 0             | 26         |
| 3                 | 0        | 0                           | 5         | 9         | 4         | 0             | 18         |
| 4                 | 2        | 2                           | 11        | 14        | 6         | 1             | 36         |
| 5                 | 0        | 0                           | 6         | 9         | 5         | 0             | 20         |
| 6                 | 0        | 0                           | 1         | 3         | 0         | 0             | 4          |
| 7                 | 0        | 0                           | 0         | 0         | 1         | 0             | 1          |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>3</b> | <b>3</b>                    | <b>33</b> | <b>49</b> | <b>21</b> | <b>1</b>      | <b>110</b> |
| <b>ΑΝΩ ΤΩΝ 40</b> |          |                             |           |           |           |               |            |
| 0                 | 1        | 1                           | 7         | 9         | 4         | 0             | 22         |
| 1                 | 1        | 1                           | 5         | 10        | 2         | 0             | 19         |
| 2                 | 1        | 1                           | 21        | 27        | 14        | 1             | 65         |
| 3                 | 0        | 0                           | 0         | 3         | 1         | 0             | 4          |
| 4                 | 0        | 0                           | 0         | 0         | 0         | 0             | 0          |
| 5                 | 0        | 0                           | 0         | 0         | 0         | 0             | 0          |
| 6                 | 0        | 0                           | 0         | 0         | 0         | 0             | 0          |
| 7                 | 0        | 0                           | 0         | 0         | 0         | 0             | 0          |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>3</b> | <b>3</b>                    | <b>33</b> | <b>49</b> | <b>21</b> | <b>1</b>      | <b>110</b> |

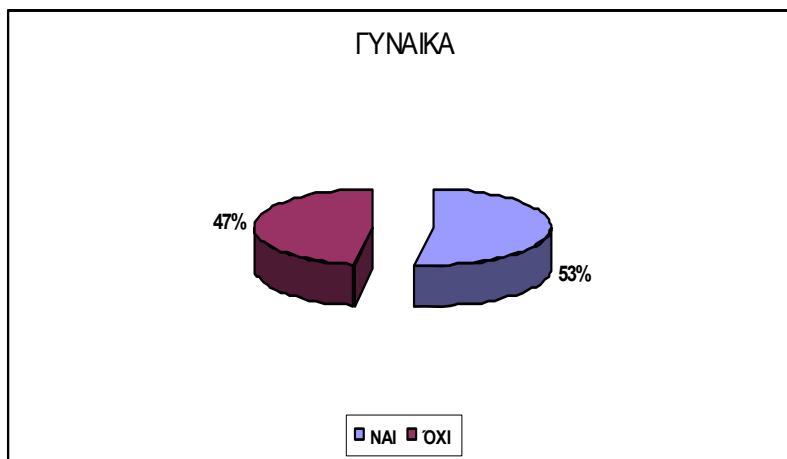
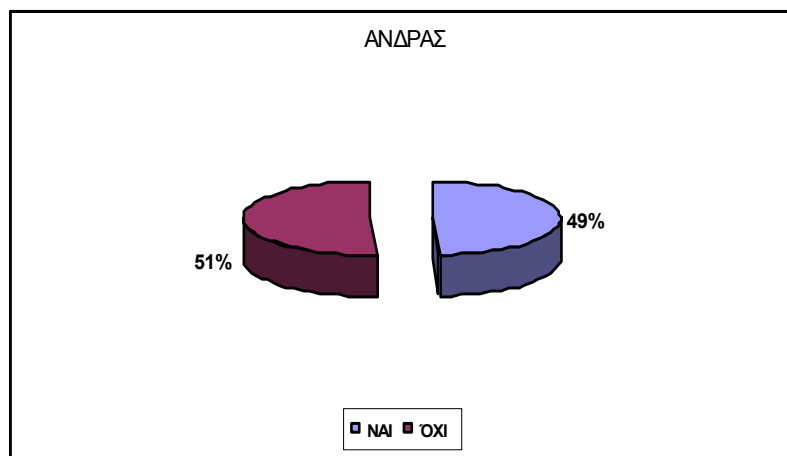
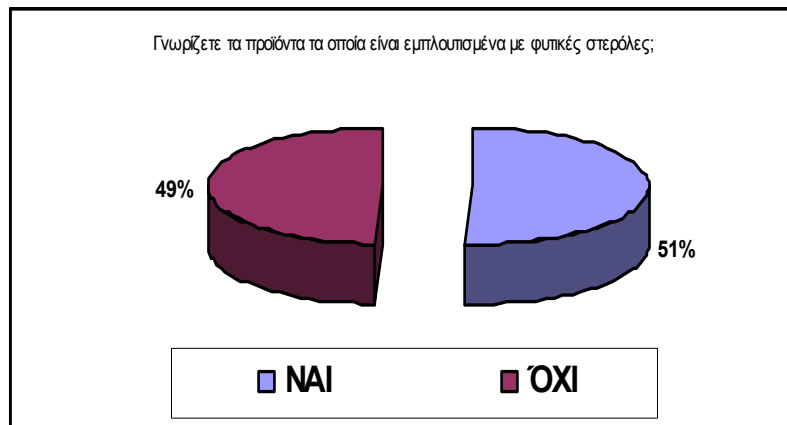
**Ερώτηση 5η:** Πόσο συχνά θα τα επιλέγατε;



Η ερώτηση αυτή, που έχει άμεση συνάρτηση με την προηγούμενη, μας δείχνει ότι το 44% θα έκανε μεγάλη χρήση των παραπάνω προϊόντων (ίσως λόγω αναφοράς της χοληστερίνης) και αν προσθέσουμε και το 19% που θα έκανε πολύ μεγάλη χρήση το ποσοστό γίνεται 63%. Οι υπόλοιποι το επιλέγουν με μέτριο σθένος (30%). Αξιοσημείωτο είναι το γεγονός ότι μόλις 6 απάντησαν ότι θα έκαναν καθόλου ή λίγο αυτή την επιλογή. Το 52% των γυναικών δήλωσε Πολύ συχνά και μόλις το 18% πάρα πολύ σε αντίθεση με τους άντρες οι οποίοι επέλεξαν Πολύ συχνά 19/53 (38%) και Πάρα πολύ συχνά 12/53 (36%). Δεν συμπληρώθηκε μόλις ένα ερωτηματολόγιο και αυτό από γυναίκα νεαρής ηλικίας φοιτήτρια.

| ΕΡΩΤΗΣΗ: 6        |           | Γνωρίζετε τα προϊόντα τα οποία είναι εμπλουτισμένα με φυτικές στερόλες; |            |
|-------------------|-----------|-------------------------------------------------------------------------|------------|
|                   | ΝΑΙ       | ΟΧΙ                                                                     | ΣΥΝΟΛΑ     |
| <b>ΦΥΛΟ</b>       |           |                                                                         |            |
| ΑΝΔΡΑΣ            | 26        | 27                                                                      | 53         |
| ΓΥΝΑΙΚΑ           | 30        | 27                                                                      | 57         |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>56</b> | <b>54</b>                                                               | <b>110</b> |
| <b>ΗΛΙΚΙΑ</b>     |           |                                                                         |            |
| -19               | 0         | 3                                                                       | 3          |
| 20-29             | 11        | 21                                                                      | 32         |
| 30-39             | 22        | 17                                                                      | 39         |
| 40-49             | 12        | 8                                                                       | 20         |
| 50-59             | 6         | 3                                                                       | 9          |
| 60 +              | 5         | 2                                                                       | 7          |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>56</b> | <b>54</b>                                                               | <b>110</b> |
| <b>ΑΠΑΣΧΟΛΗΣΗ</b> |           |                                                                         |            |
| ΔΗΜ. ΥΠΑΛ.        | 11        | 10                                                                      | 21         |
| ΙΔ. ΥΠΑΛ.         | 28        | 27                                                                      | 55         |
| ΠΡΟΣ. ΕΠΙΧΕΙΡ.    | 6         | 3                                                                       | 9          |
| ΤΕΧΝΙΤΗΣ          | 1         | 3                                                                       | 4          |
| ΟΙΚΟΔΟΜ.          | 0         | 0                                                                       | 0          |
| ΕΙΣΟΔΗΜΑΤ.        | 1         | 2                                                                       | 3          |
| ΑΝΕΡΓΟΣ           | 0         | 3                                                                       | 3          |
| ΆΛΛΟ              | 9         | 6                                                                       | 15         |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>56</b> | <b>54</b>                                                               | <b>110</b> |
| <b>ΜΟΡΦΩΣΗ</b>    |           |                                                                         |            |
| ΔΗΜΟΤΙΚΟ          | 1         | 3                                                                       | 4          |
| ΓΥΜΝΑΣΙΟ          | 8         | 6                                                                       | 14         |
| ΛΥΚΕΙΟ            | 13        | 13                                                                      | 26         |
| ΤΕΕ-ΙΕΚ           | 3         | 5                                                                       | 8          |
| ΤΕΙ               | 10        | 7                                                                       | 17         |
| ΑΕΙ               | 12        | 11                                                                      | 23         |
| ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΟ      | 9         | 9                                                                       | 18         |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>56</b> | <b>54</b>                                                               | <b>110</b> |
| <b>ΜΕΛΗ ΟΙΚ.</b>  |           |                                                                         |            |
| 1                 | 1         | 4                                                                       | 5          |
| 2                 | 12        | 14                                                                      | 26         |
| 3                 | 9         | 9                                                                       | 18         |
| 4                 | 19        | 17                                                                      | 36         |
| 5                 | 11        | 9                                                                       | 20         |
| 6                 | 3         | 1                                                                       | 4          |
| 7                 | 1         | 0                                                                       | 1          |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>56</b> | <b>54</b>                                                               | <b>110</b> |
| <b>ΑΝΩ ΤΩΝ 40</b> |           |                                                                         |            |
| 0                 | 10        | 12                                                                      | 22         |
| 1                 | 11        | 8                                                                       | 19         |
| 2                 | 32        | 33                                                                      | 65         |
| 3                 | 3         | 1                                                                       | 4          |
| 4                 | 0         | 0                                                                       | 0          |
| 5                 | 0         | 0                                                                       | 0          |
| 6                 | 0         | 0                                                                       | 0          |
| 7                 | 0         | 0                                                                       | 0          |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>56</b> | <b>54</b>                                                               | <b>110</b> |

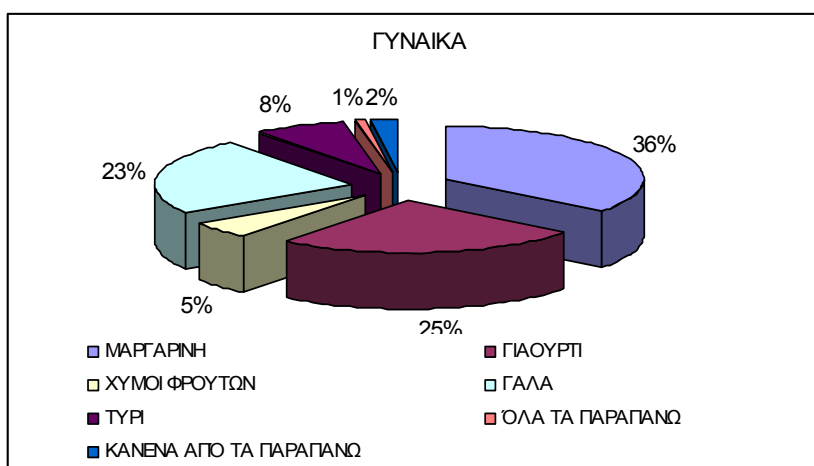
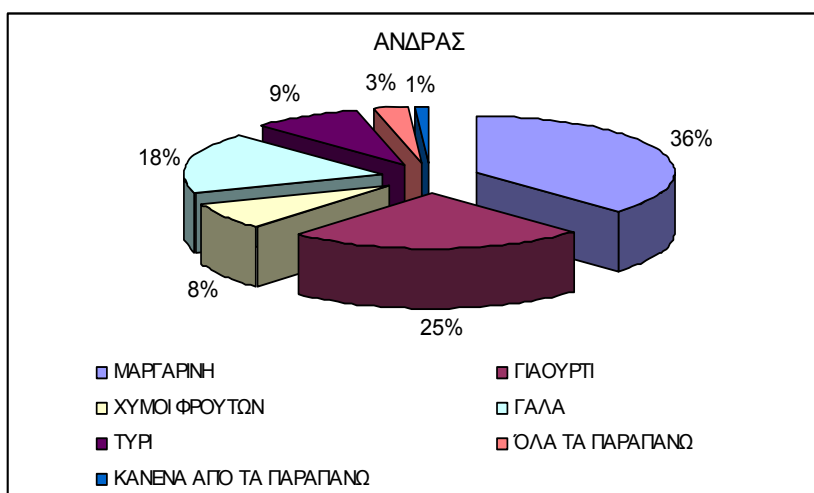
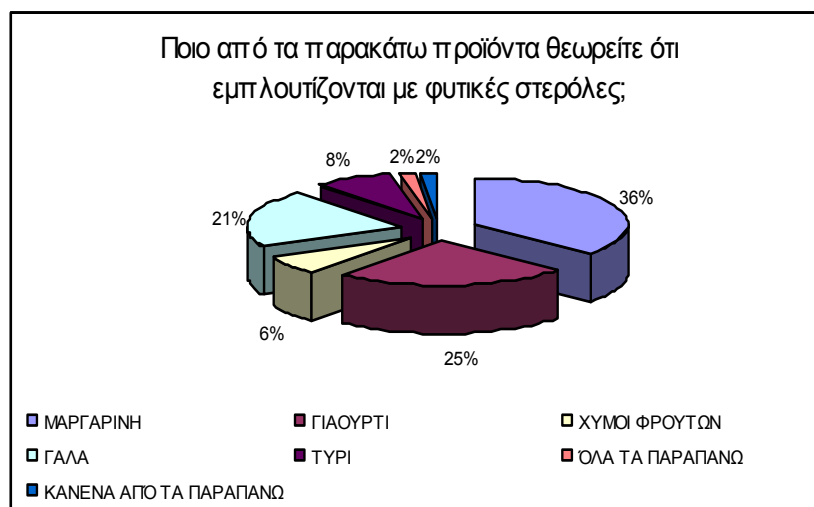
**Ερώτηση 6η:** Γνωρίζετε τα προϊόντα τα οποία είναι εμπλουτισμένα με φυτικές στερόλες;



Σε αυτή την ερώτηση βλέπουμε το 51% να απαντά ότι γνωρίζει για τα προϊόντα αυτά ενώ το 49% δηλώνει πως όχι. Είναι εμφανές το ισοζύγιο βγαίνει θετικό διότι περισσότερες γυναίκες γνώριζαν για τα προϊόντα (53% απαντά Ναι) και λιγότεροι άντρες (49%) – Το 54% των θετικών απαντήσεων προήλθε από τις γυναίκες.

| ΕΡΩΤΗΣΗ: 7                                   |           | Ποιο από τα παρακάτω προϊόντα θεωρείτε ότι εμπλουτίζονται με φυτικές στερόλες; |               |      |      |                 |                        |        |
|----------------------------------------------|-----------|--------------------------------------------------------------------------------|---------------|------|------|-----------------|------------------------|--------|
| (Επιτρέπονται περισσότερες από μια επιλογές) |           |                                                                                |               |      |      |                 |                        |        |
|                                              | ΜΑΡΓΑΡΙΝΗ | ΓΙΑΟΥΡΤΙ                                                                       | ΧΥΜΟΙ ΦΡΟΥΤΩΝ | ΓΑΛΑ | ΤΥΡΙ | ΌΛΑ ΤΑ ΠΑΡΑΠΑΝΩ | ΚΑΝΕΝΑ ΑΠΟ ΤΑ ΠΑΡΑΠΑΝΩ | ΣΥΝΟΛΑ |
| ΦΥΛΟ                                         |           |                                                                                |               |      |      |                 |                        |        |
| ΑΝΔΡΑΣ                                       | 38        | 25                                                                             | 8             | 18   | 9    | 3               | 1                      | 102    |
| ΓΥΝΑΙΚΑ                                      | 47        | 33                                                                             | 7             | 31   | 10   | 1               | 3                      | 132    |
| ΣΥΝΟΛΑ                                       | 85        | 58                                                                             | 15            | 49   | 19   | 4               | 4                      | 234    |
| ΗΛΙΚΙΑ                                       |           |                                                                                |               |      |      |                 |                        |        |
| -19                                          | 2         | 0                                                                              | 0             | 1    | 0    | 1               | 0                      | 4      |
| 20-29                                        | 27        | 16                                                                             | 5             | 17   | 6    | 1               | 1                      | 73     |
| 30-39                                        | 30        | 24                                                                             | 7             | 26   | 9    | 2               | 2                      | 100    |
| 40-49                                        | 15        | 13                                                                             | 2             | 3    | 1    | 0               | 1                      | 35     |
| 50-59                                        | 5         | 3                                                                              | 1             | 1    | 2    | 0               | 0                      | 12     |
| 60 +                                         | 6         | 2                                                                              | 0             | 1    | 1    | 0               | 0                      | 10     |
| ΣΥΝΟΛΑ                                       | 85        | 58                                                                             | 15            | 49   | 19   | 4               | 4                      | 234    |
| ΑΠΑΣΧΟΛΗΣΗ                                   |           |                                                                                |               |      |      |                 |                        |        |
| ΔΗΜ. ΥΠΑΛ.                                   | 19        | 15                                                                             | 3             | 9    | 2    | 0               | 0                      | 48     |
| ΙΔ. ΥΠΑΛ.                                    | 38        | 20                                                                             | 5             | 19   | 7    | 2               | 2                      | 93     |
| ΠΡΟΣ. ΕΠΙΧΕΙΡ.                               | 8         | 6                                                                              | 3             | 7    | 3    | 2               | 1                      | 30     |
| ΤΕΧΝΙΤΗΣ                                     | 4         | 3                                                                              | 0             | 3    | 1    | 0               | 0                      | 11     |
| ΟΙΚΟΔΟΜ.                                     | 0         | 0                                                                              | 0             | 0    | 0    | 0               | 0                      | 0      |
| ΕΙΣΟΔΗΜΑΤ.                                   | 3         | 2                                                                              | 0             | 2    | 2    | 0               | 0                      | 9      |
| ΑΝΕΡΓΟΣ                                      | 2         | 2                                                                              | 1             | 2    | 1    | 0               | 0                      | 8      |
| ΆΛΛΟ                                         | 11        | 10                                                                             | 3             | 7    | 3    | 0               | 1                      | 35     |
| ΣΥΝΟΛΑ                                       | 85        | 58                                                                             | 15            | 49   | 19   | 4               | 4                      | 234    |
| ΜΟΡΦΩΣΗ                                      |           |                                                                                |               |      |      |                 |                        |        |
| ΔΗΜΟΤΙΚΟ                                     | 3         | 3                                                                              | 0             | 3    | 1    | 0               | 0                      | 10     |
| ΓΥΜΝΑΣΙΟ                                     | 11        | 9                                                                              | 3             | 9    | 2    | 0               | 0                      | 34     |
| ΛΥΚΕΙΟ                                       | 21        | 19                                                                             | 5             | 13   | 6    | 0               | 0                      | 64     |
| ΤΕΕ-ΙΕΚ                                      | 7         | 5                                                                              | 2             | 6    | 1    | 1               | 1                      | 23     |
| ΤΕΙ                                          | 14        | 11                                                                             | 1             | 9    | 6    | 1               | 0                      | 42     |
| ΑΕΙ                                          | 22        | 8                                                                              | 2             | 6    | 1    | 2               | 2                      | 43     |
| ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΟ                                 | 7         | 3                                                                              | 2             | 3    | 2    | 0               | 1                      | 18     |
| ΣΥΝΟΛΑ                                       | 85        | 58                                                                             | 15            | 49   | 19   | 4               | 4                      | 234    |
| ΜΕΛΗ ΟΙΚ.                                    |           |                                                                                |               |      |      |                 |                        |        |
| 1                                            | 4         | 3                                                                              | 0             | 2    | 0    | 0               | 0                      | 9      |
| 2                                            | 19        | 13                                                                             | 1             | 11   | 4    | 0               | 1                      | 49     |
| 3                                            | 15        | 9                                                                              | 2             | 8    | 3    | 0               | 2                      | 39     |
| 4                                            | 28        | 20                                                                             | 6             | 19   | 7    | 3               | 1                      | 84     |
| 5                                            | 16        | 11                                                                             | 4             | 5    | 3    | 1               | 0                      | 40     |
| 6                                            | 2         | 1                                                                              | 2             | 3    | 2    | 0               | 0                      | 10     |
| 7                                            | 1         | 1                                                                              | 0             | 1    | 0    | 0               | 0                      | 3      |
| ΣΥΝΟΛΑ                                       | 85        | 58                                                                             | 15            | 49   | 19   | 4               | 4                      | 234    |
| ΑΝΩ ΤΩΝ 40                                   |           |                                                                                |               |      |      |                 |                        |        |
| 0                                            | 14        | 6                                                                              | 4             | 12   | 5    | 0               | 0                      | 41     |
| 1                                            | 11        | 4                                                                              | 1             | 11   | 4    | 1               | 1                      | 33     |
| 2                                            | 57        | 46                                                                             | 10            | 23   | 8    | 3               | 3                      | 150    |
| 3                                            | 3         | 2                                                                              | 1             | 3    | 2    | 0               | 0                      | 11     |
| 4                                            | 0         | 0                                                                              | 0             | 0    | 0    | 0               | 0                      | 0      |
| 5                                            | 0         | 0                                                                              | 0             | 0    | 0    | 0               | 0                      | 0      |
| 6                                            | 0         | 0                                                                              | 0             | 0    | 0    | 0               | 0                      | 0      |
| 7                                            | 0         | 0                                                                              | 0             | 0    | 0    | 0               | 0                      | 0      |
| ΣΥΝΟΛΑ                                       | 85        | 58                                                                             | 16            | 49   | 19   | 4               | 4                      | 235    |

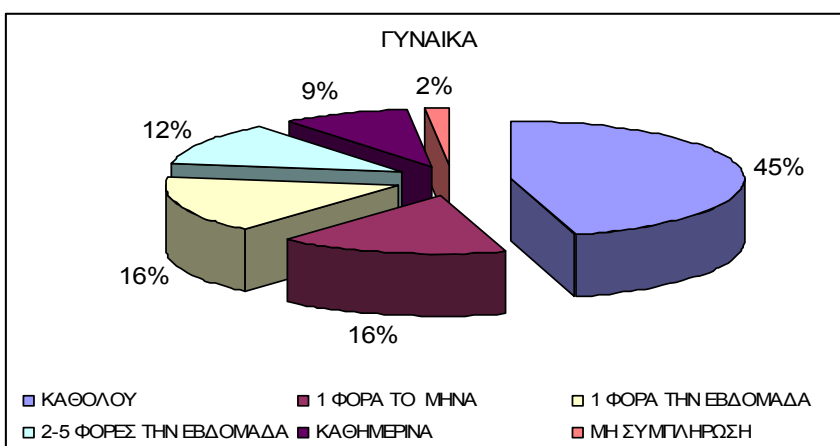
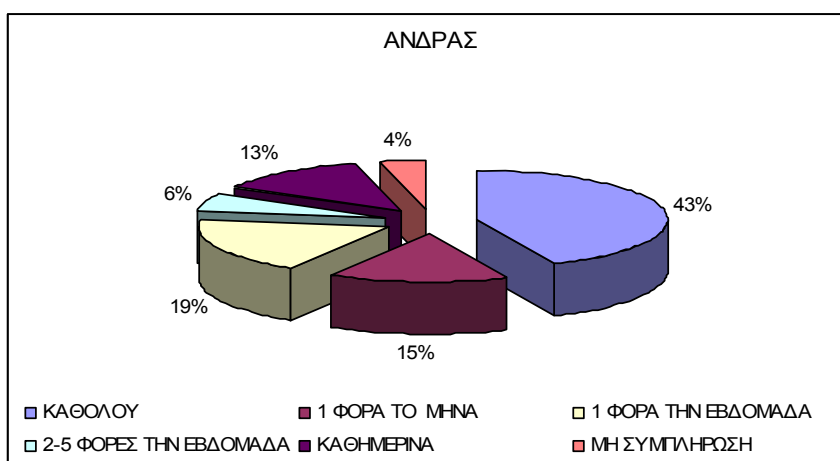
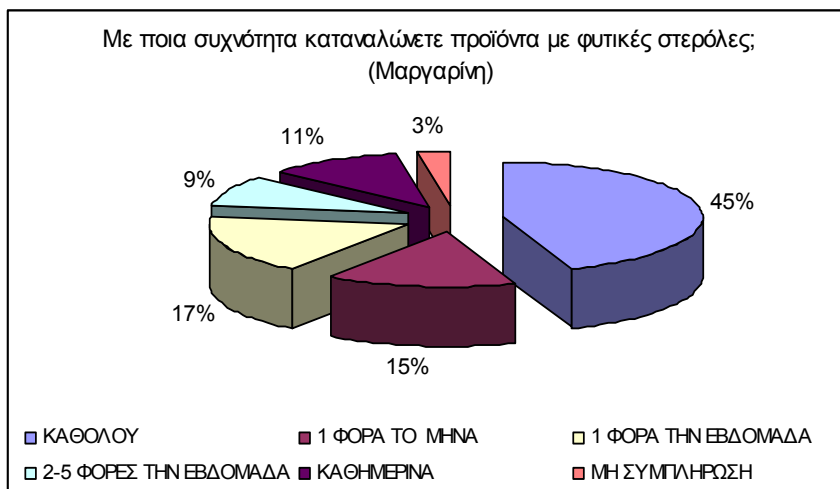
**Ερώτηση 7η:** Ποια από τα παρακάτω προϊόντα θεωρείται ότι εμπλουτίζεται με φυτικές στερόλες;



Σε αυτή την ερώτηση βλέπουμε τη μαργαρίνη, με ποσοστό 36% να λαμβάνει την πλειονότητα των απαντήσεων, με το γιαούρτι να ακολουθεί με ποσοστό 25% και το γάλα με 21%. Το τυρί επιλέχθηκε από το 8% και οι χυμοί από το 6%. Είχαμε και 2% για απαντήσεις όλων των παραπάνω και καμίας εκ των παραπάνω. Οι άντρες με τις γυναίκες και σε αυτή την ερώτηση κρατούν τις ισορροπίες μεταξύ τους με βασική διαφορά ότι οι άντρες επιλέγουν περισσότερες φορές τους χυμούς φρούτων (8% ενώ οι γυναίκες 5%) και λιγότερο το γάλα (18% ενώ οι γυναίκες 23%).

| ΕΡΩΤΗΣΗ: 8Α       |           | Με ποια συχνότητα καταναλώνετε προϊόντα με φυτικές στερόλες; (Μαργαρίνη) |                     |                        |            |               |            |
|-------------------|-----------|--------------------------------------------------------------------------|---------------------|------------------------|------------|---------------|------------|
|                   | ΚΑΘΟΛΟΥ   | 1 ΦΟΡΑ ΤΟ ΜΗΝΑ                                                           | 1 ΦΟΡΑ ΤΗΝ ΕΒΔΟΜΑΔΑ | 2-5 ΦΟΡΕΣ ΤΗΝ ΕΒΔΟΜΑΔΑ | ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΑ | ΜΗ ΣΥΜΠΛΗΡΩΣΗ | ΣΥΝΟΛΑ     |
| <b>ΦΥΛΟ</b>       |           |                                                                          |                     |                        |            |               |            |
| ΑΝΔΡΑΣ            | 23        | 8                                                                        | 10                  | 3                      | 7          | 2             | 53         |
| ΓΥΝΑΙΚΑ           | 26        | 9                                                                        | 9                   | 7                      | 5          | 1             | 57         |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>49</b> | <b>17</b>                                                                | <b>19</b>           | <b>10</b>              | <b>12</b>  | <b>3</b>      | <b>110</b> |
| <b>ΗΛΙΚΙΑ</b>     |           |                                                                          |                     |                        |            |               |            |
| -19               | 2         | 0                                                                        | 0                   | 0                      | 0          | 1             | 3          |
| 20-29             | 20        | 5                                                                        | 3                   | 1                      | 3          | 0             | 32         |
| 30-39             | 15        | 7                                                                        | 5                   | 3                      | 7          | 2             | 39         |
| 40-49             | 8         | 3                                                                        | 6                   | 3                      | 0          | 0             | 20         |
| 50-59             | 3         | 1                                                                        | 4                   | 0                      | 1          | 0             | 9          |
| 60 +              | 1         | 1                                                                        | 1                   | 3                      | 1          | 0             | 7          |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>49</b> | <b>17</b>                                                                | <b>19</b>           | <b>10</b>              | <b>12</b>  | <b>3</b>      | <b>110</b> |
| <b>ΑΠΑΣΧΟΛΗΣΗ</b> |           |                                                                          |                     |                        |            |               |            |
| ΔΗΜ. ΥΠΑΛ.        | 8         | 3                                                                        | 2                   | 2                      | 5          | 1             | 21         |
| ΙΔ. ΥΠΑΛ.         | 25        | 8                                                                        | 12                  | 5                      | 3          | 2             | 55         |
| ΠΡΟΣ. ΕΠΙΧΕΙΡ.    | 5         | 1                                                                        | 2                   | 1                      | 0          | 0             | 9          |
| ΤΕΧΝΙΤΗΣ          | 1         | 1                                                                        | 1                   | 0                      | 1          | 0             | 4          |
| ΟΙΚΟΔΟΜ.          | 0         | 0                                                                        | 0                   | 0                      | 0          | 0             | 0          |
| ΕΙΣΟΔΗΜΑΤ.        | 2         | 1                                                                        | 0                   | 0                      | 0          | 0             | 3          |
| ΑΝΕΡΓΟΣ           | 3         | 0                                                                        | 0                   | 0                      | 0          | 0             | 3          |
| ΆΛΛΟ              | 5         | 3                                                                        | 2                   | 2                      | 3          | 0             | 15         |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>49</b> | <b>17</b>                                                                | <b>19</b>           | <b>10</b>              | <b>12</b>  | <b>3</b>      | <b>110</b> |
| <b>ΜΟΡΦΩΣΗ</b>    |           |                                                                          |                     |                        |            |               |            |
| ΔΗΜΟΤΙΚΟ          | 2         | 1                                                                        | 0                   | 0                      | 0          | 1             | 4          |
| ΓΥΜΝΑΣΙΟ          | 6         | 2                                                                        | 3                   | 2                      | 1          | 0             | 14         |
| ΛΥΚΕΙΟ            | 12        | 3                                                                        | 3                   | 3                      | 4          | 1             | 26         |
| ΤΕΕ-ΙΕΚ           | 4         | 1                                                                        | 1                   | 1                      | 1          | 0             | 8          |
| ΤΕΙ               | 7         | 5                                                                        | 2                   | 1                      | 2          | 0             | 17         |
| ΑΕΙ               | 10        | 3                                                                        | 4                   | 2                      | 3          | 1             | 23         |
| ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΟ      | 8         | 2                                                                        | 6                   | 1                      | 1          | 0             | 18         |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>49</b> | <b>17</b>                                                                | <b>19</b>           | <b>10</b>              | <b>12</b>  | <b>3</b>      | <b>110</b> |
| <b>ΜΕΛΗ ΟΙΚ.</b>  |           |                                                                          |                     |                        |            |               |            |
| 1                 | 4         | 0                                                                        | 0                   | 1                      | 0          | 0             | 5          |
| 2                 | 13        | 3                                                                        | 5                   | 1                      | 3          | 1             | 26         |
| 3                 | 8         | 2                                                                        | 4                   | 2                      | 2          | 0             | 18         |
| 4                 | 14        | 6                                                                        | 6                   | 3                      | 5          | 2             | 36         |
| 5                 | 9         | 5                                                                        | 3                   | 2                      | 1          | 0             | 20         |
| 6                 | 1         | 1                                                                        | 1                   | 0                      | 1          | 0             | 4          |
| 7                 | 0         | 0                                                                        | 0                   | 1                      | 0          | 0             | 1          |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>49</b> | <b>17</b>                                                                | <b>19</b>           | <b>10</b>              | <b>12</b>  | <b>3</b>      | <b>110</b> |
| <b>ΑΝΩ ΤΩΝ 40</b> |           |                                                                          |                     |                        |            |               |            |
| 0                 | 12        | 3                                                                        | 4                   | 1                      | 2          | 0             | 22         |
| 1                 | 8         | 2                                                                        | 4                   | 2                      | 3          | 0             | 19         |
| 2                 | 28        | 12                                                                       | 10                  | 5                      | 7          | 3             | 65         |
| 3                 | 1         | 0                                                                        | 1                   | 2                      | 0          | 0             | 4          |
| 4                 | 0         | 0                                                                        | 0                   | 0                      | 0          | 0             | 0          |
| 5                 | 0         | 0                                                                        | 0                   | 0                      | 0          | 0             | 0          |
| 6                 | 0         | 0                                                                        | 0                   | 0                      | 0          | 0             | 0          |
| 7                 | 0         | 0                                                                        | 0                   | 0                      | 0          | 0             | 0          |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>49</b> | <b>17</b>                                                                | <b>19</b>           | <b>10</b>              | <b>12</b>  | <b>3</b>      | <b>110</b> |

**Ερώτηση 8ηΑ:** Με ποια συχνότητα καταναλώνετε προϊόντα με φυτικές στερόλες; (Μαργαρίνη)

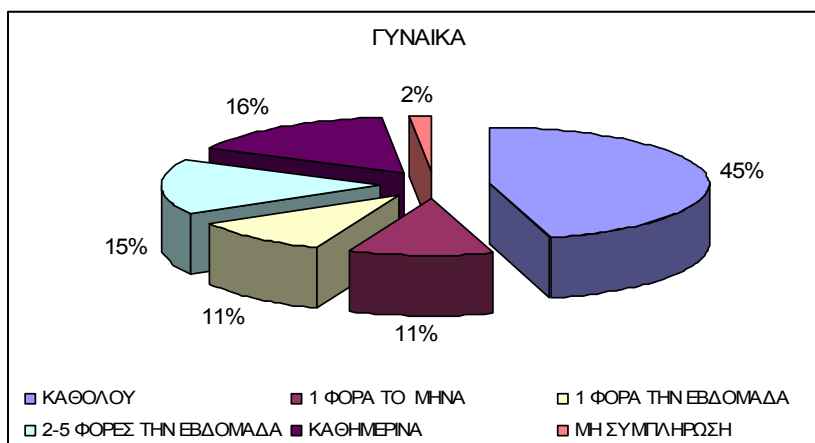
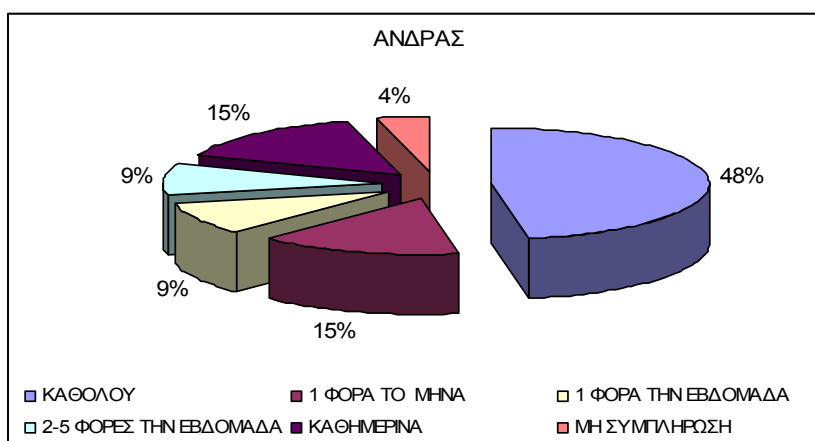
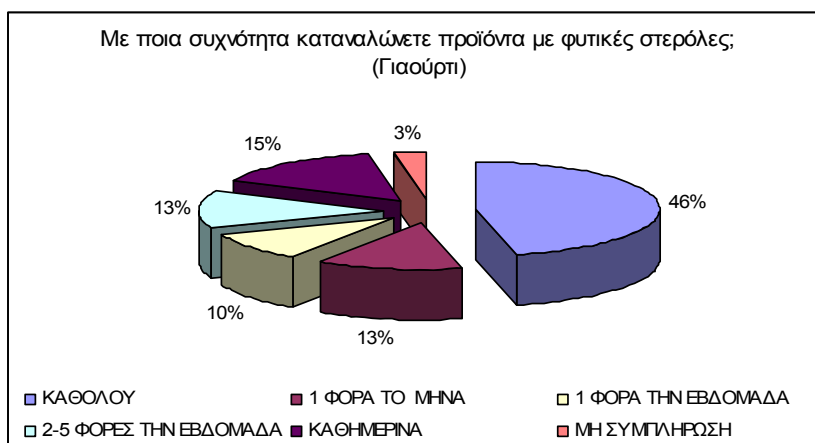


Εδώ βλέπουμε ότι σχεδόν το μισό δείγμα (45%) δεν καταναλώνει καθόλου τη μαργαρίνη, ενώ ένα 15% καταναλώνει καθημερινά. 1 φορά την εβδομάδα επιλέγει το 17% ενώ 1 φορά το μήνα επιλέγει το 11%. Μεταξύ των ανδρών και των γυναικών υπάρχει σχετική ισορροπία στη συχνότητα κατανάλωσης με τους άντρες να επιλέγουν λίγο συχνότερα τη χρήση των προϊόντων αυτών (Καθόλου 43% αντί 45% των γυναικών, Καθημερινά 13% και 1 φορά τη βδομάδα 13%). Οι γυναίκες ενώ επιλέγουν μόλις με 9% καθημερινή χρήση επιλέγουν με 12% 2-5 βδομάδα χρήση (οι άντρες με μόλις 6%).



| ΕΡΩΤΗΣΗ: 8B       |           | Με ποια συχνότητα καταναλώνετε προϊόντα με φυτικές στερόλες; (Γιαούρτι) |                     |                        |            |               |            |
|-------------------|-----------|-------------------------------------------------------------------------|---------------------|------------------------|------------|---------------|------------|
|                   | ΚΑΘΟΛΟΥ   | 1 ΦΟΡΑ ΤΟ ΜΗΝΑ                                                          | 1 ΦΟΡΑ ΤΗΝ ΕΒΔΟΜΑΔΑ | 2-5 ΦΟΡΕΣ ΤΗΝ ΕΒΔΟΜΑΔΑ | ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΑ | ΜΗ ΣΥΜΠΛΗΡΩΣΗ | ΣΥΝΟΛΑ     |
| <b>ΦΥΛΟ</b>       |           |                                                                         |                     |                        |            |               |            |
| ΑΝΔΡΑΣ            | 25        | 8                                                                       | 5                   | 5                      | 8          | 2             | 53         |
| ΓΥΝΑΙΚΑ           | 26        | 6                                                                       | 6                   | 9                      | 9          | 1             | 57         |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>51</b> | <b>14</b>                                                               | <b>11</b>           | <b>14</b>              | <b>17</b>  | <b>3</b>      | <b>110</b> |
| <b>ΗΛΙΚΙΑ</b>     |           |                                                                         |                     |                        |            |               |            |
| -19               | 2         | 0                                                                       | 0                   | 0                      | 0          | 1             | 3          |
| 20-29             | 20        | 3                                                                       | 2                   | 1                      | 6          | 0             | 32         |
| 30-39             | 17        | 6                                                                       | 2                   | 4                      | 8          | 2             | 39         |
| 40-49             | 8         | 3                                                                       | 3                   | 5                      | 1          | 0             | 20         |
| 50-59             | 3         | 1                                                                       | 3                   | 1                      | 1          | 0             | 9          |
| 60 +              | 1         | 1                                                                       | 1                   | 3                      | 1          | 0             | 7          |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>51</b> | <b>14</b>                                                               | <b>11</b>           | <b>14</b>              | <b>17</b>  | <b>3</b>      | <b>110</b> |
| <b>ΑΠΑΣΧΟΛΗΣΗ</b> |           |                                                                         |                     |                        |            |               |            |
| ΔΗΜ. ΥΠΑΛ.        | 9         | 2                                                                       | 2                   | 3                      | 4          | 1             | 21         |
| ΙΔ. ΥΠΑΛ.         | 26        | 6                                                                       | 5                   | 7                      | 9          | 2             | 55         |
| ΠΡΟΣ. ΕΠΙΧΕΙΡ.    | 5         | 1                                                                       | 2                   | 1                      | 0          | 0             | 9          |
| ΤΕΧΝΙΤΗΣ          | 1         | 1                                                                       | 1                   | 0                      | 1          | 0             | 4          |
| ΟΙΚΟΔΟΜ.          | 0         | 0                                                                       | 0                   | 0                      | 0          | 0             | 0          |
| ΕΙΣΟΔΗΜΑΤ.        | 2         | 1                                                                       | 0                   | 0                      | 0          | 0             | 3          |
| ΑΝΕΡΓΟΣ           | 3         | 0                                                                       | 0                   | 0                      | 0          | 0             | 3          |
| ΆΛΛΟ              | 5         | 3                                                                       | 1                   | 3                      | 3          | 0             | 15         |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>51</b> | <b>14</b>                                                               | <b>11</b>           | <b>14</b>              | <b>17</b>  | <b>3</b>      | <b>110</b> |
| <b>ΜΟΡΦΩΣΗ</b>    |           |                                                                         |                     |                        |            |               |            |
| ΔΗΜΟΤΙΚΟ          | 2         | 1                                                                       | 0                   | 0                      | 0          | 1             | 4          |
| ΓΥΜΝΑΣΙΟ          | 6         | 1                                                                       | 2                   | 3                      | 2          | 0             | 14         |
| ΛΥΚΕΙΟ            | 12        | 2                                                                       | 2                   | 4                      | 5          | 1             | 26         |
| ΤΕΕ-ΙΕΚ           | 4         | 1                                                                       | 1                   | 1                      | 1          | 0             | 8          |
| ΤΕΙ               | 7         | 4                                                                       | 1                   | 2                      | 3          | 0             | 17         |
| ΑΕΙ               | 10        | 3                                                                       | 3                   | 2                      | 4          | 1             | 23         |
| ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΟ      | 10        | 2                                                                       | 2                   | 2                      | 2          | 0             | 18         |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>51</b> | <b>14</b>                                                               | <b>11</b>           | <b>14</b>              | <b>17</b>  | <b>3</b>      | <b>110</b> |
| <b>ΜΕΛΗ ΟΙΚ.</b>  |           |                                                                         |                     |                        |            |               |            |
| 1                 | 4         | 0                                                                       | 0                   | 1                      | 0          | 0             | 5          |
| 2                 | 13        | 3                                                                       | 1                   | 2                      | 6          | 1             | 26         |
| 3                 | 8         | 2                                                                       | 3                   | 2                      | 3          | 0             | 18         |
| 4                 | 16        | 4                                                                       | 4                   | 4                      | 6          | 2             | 36         |
| 5                 | 9         | 4                                                                       | 2                   | 4                      | 1          | 0             | 20         |
| 6                 | 1         | 1                                                                       | 1                   | 0                      | 1          | 0             | 4          |
| 7                 | 0         | 0                                                                       | 0                   | 1                      | 0          | 0             | 1          |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>51</b> | <b>14</b>                                                               | <b>11</b>           | <b>14</b>              | <b>17</b>  | <b>3</b>      | <b>110</b> |
| <b>ΑΝΩ ΤΩΝ 40</b> |           |                                                                         |                     |                        |            |               |            |
| 0                 | 12        | 3                                                                       | 2                   | 2                      | 3          | 0             | 22         |
| 1                 | 8         | 2                                                                       | 2                   | 3                      | 4          | 0             | 19         |
| 2                 | 30        | 9                                                                       | 6                   | 7                      | 10         | 3             | 65         |
| 3                 | 1         | 0                                                                       | 1                   | 2                      | 0          | 0             | 4          |
| 4                 | 0         | 0                                                                       | 0                   | 0                      | 0          | 0             | 0          |
| 5                 | 0         | 0                                                                       | 0                   | 0                      | 0          | 0             | 0          |
| 6                 | 0         | 0                                                                       | 0                   | 0                      | 0          | 0             | 0          |
| 7                 | 0         | 0                                                                       | 0                   | 0                      | 0          | 0             | 0          |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>51</b> | <b>14</b>                                                               | <b>11</b>           | <b>14</b>              | <b>17</b>  | <b>3</b>      | <b>110</b> |

**Ερώτηση 8ηΒ:** Με ποια συχνότητα καταναλώνετε προϊόντα με φυτικές στερόλες; (Γιαούρτι)

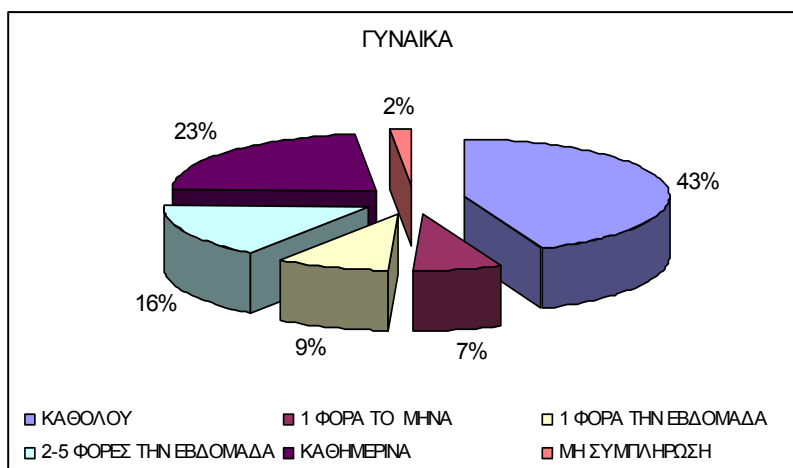
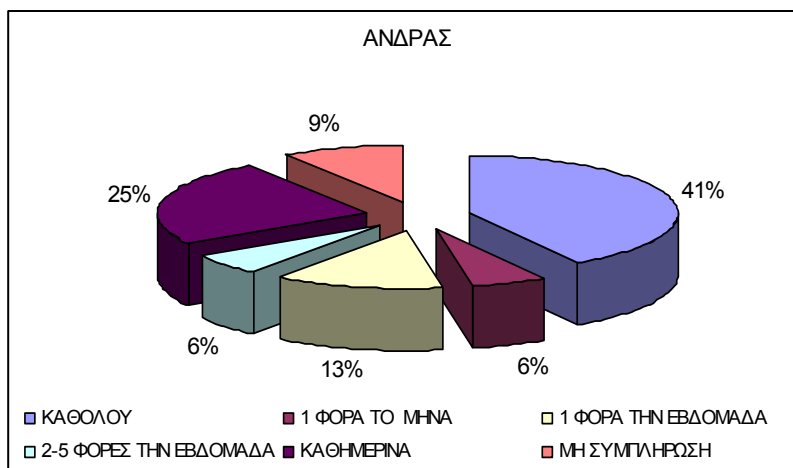
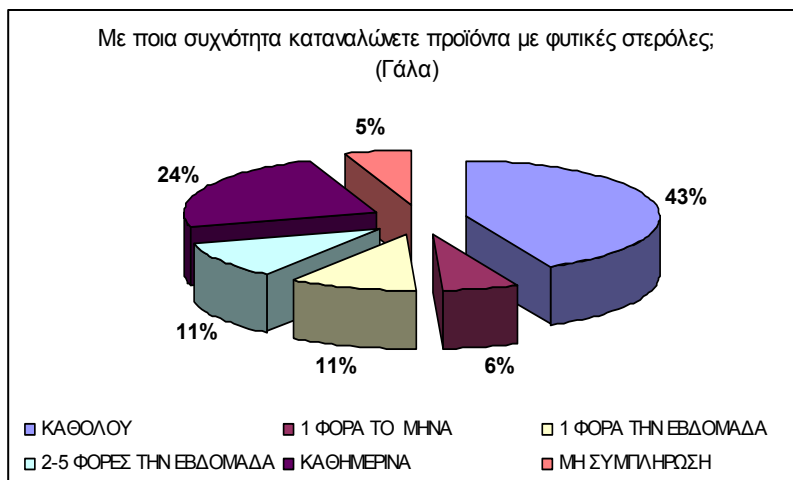


Εδώ βλέπουμε ότι και πάλι σχεδόν το μισό δείγμα (46%) δεν καταναλώνει καθόλου γιαούρτι, ενώ ένα 13% καταναλώνει καθημερινά. 1 φορά την εβδομάδα επιλέγει το 10% ενώ 1 φορά το μήνα επιλέγει το 10%.

Μεταξύ των ανδρών και των γυναικών υπάρχει σχετική ισορροπία στη συχνότητα κατανάλωσης γιαουρτιού με τους άντρες αυτή τη φορά να επιλέγουν να απαντήσουν καθόλου κατανάλωση με ποσοστό 48% (ενώ οι γυναίκες 45%). Καθημερινά επιλέγει το 15% την χρήση γιαουρτιού όπως και οι γυναίκες (16%). Οι γυναίκες με ποσοστό 15% δείχνουν να επιλέγουν με 15% 2-5 φορές την εβδομάδα το γιαούρτι σε αντίθεση με το 9% των ανδρών. 1 φορά την εβδομάδα άντρες και γυναίκες κάνουν περίπου την ίδια χρήση (9% και 11% αντίστοιχα).

| ΕΡΩΤΗΣΗ: 8Γ       |         | Με ποια συχνότητα καταναλώνετε προϊόντα με φυτικές στερόλες; (Γάλα) |                     |                        |            |               |        |
|-------------------|---------|---------------------------------------------------------------------|---------------------|------------------------|------------|---------------|--------|
|                   | ΚΑΘΟΛΟΥ | 1 ΦΟΡΑ ΤΟ ΜΗΝΑ                                                      | 1 ΦΟΡΑ ΤΗΝ ΕΒΔΟΜΑΔΑ | 2-5 ΦΟΡΕΣ ΤΗΝ ΕΒΔΟΜΑΔΑ | ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΑ | ΜΗ ΣΥΜΠΛΗΡΩΣΗ | ΣΥΝΟΛΑ |
| <b>ΦΥΛΟ</b>       |         |                                                                     |                     |                        |            |               |        |
| ΑΝΔΡΑΣ            | 22      | 3                                                                   | 7                   | 3                      | 13         | 5             | 53     |
| ΓΥΝΑΙΚΑ           | 25      | 4                                                                   | 5                   | 9                      | 13         | 1             | 57     |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | 47      | 7                                                                   | 12                  | 12                     | 26         | 6             | 110    |
| <b>ΗΛΙΚΙΑ</b>     |         |                                                                     |                     |                        |            |               |        |
| -19               | 2       | 0                                                                   | 0                   | 0                      | 0          | 1             | 3      |
| 20-29             | 18      | 2                                                                   | 2                   | 1                      | 7          | 2             | 32     |
| 30-39             | 15      | 1                                                                   | 5                   | 3                      | 12         | 3             | 39     |
| 40-49             | 8       | 2                                                                   | 2                   | 4                      | 4          | 0             | 20     |
| 50-59             | 3       | 1                                                                   | 2                   | 1                      | 2          | 0             | 9      |
| 60 +              | 1       | 1                                                                   | 1                   | 3                      | 1          | 0             | 7      |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | 47      | 7                                                                   | 12                  | 12                     | 26         | 6             | 110    |
| <b>ΑΠΑΣΧΟΛΗΣΗ</b> |         |                                                                     |                     |                        |            |               |        |
| ΔΗΜ. ΥΠΑΛ.        | 7       | 2                                                                   | 1                   | 2                      | 8          | 1             | 21     |
| ΙΔ. ΥΠΑΛ.         | 24      | 2                                                                   | 7                   | 7                      | 10         | 5             | 55     |
| ΠΡΟΣ. ΕΠΙΧΕΙΡ.    | 5       | 0                                                                   | 1                   | 1                      | 2          | 0             | 9      |
| ΤΕΧΝΙΤΗΣ          | 1       | 1                                                                   | 1                   | 0                      | 1          | 0             | 4      |
| ΟΙΚΟΔΟΜ.          | 0       | 0                                                                   | 0                   | 0                      | 0          | 0             | 0      |
| ΕΙΣΟΔΗΜΑΤ.        | 2       | 1                                                                   | 0                   | 0                      | 0          | 0             | 3      |
| ΑΝΕΡΓΟΣ           | 3       | 0                                                                   | 0                   | 0                      | 0          | 0             | 3      |
| ΆΛΛΟ              | 5       | 1                                                                   | 2                   | 2                      | 5          | 0             | 15     |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | 47      | 7                                                                   | 12                  | 12                     | 26         | 6             | 110    |
| <b>ΜΟΡΦΩΣΗ</b>    |         |                                                                     |                     |                        |            |               |        |
| ΔΗΜΟΤΙΚΟ          | 3       | 1                                                                   | 0                   | 0                      | 0          | 0             | 4      |
| ΓΥΜΝΑΣΙΟ          | 6       | 0                                                                   | 1                   | 1                      | 6          | 0             | 14     |
| ΛΥΚΕΙΟ            | 9       | 1                                                                   | 3                   | 2                      | 8          | 3             | 26     |
| ΤΕΕ-ΙΕΚ           | 5       | 0                                                                   | 1                   | 1                      | 1          | 0             | 8      |
| ΤΕΙ               | 7       | 1                                                                   | 2                   | 2                      | 5          | 0             | 17     |
| ΑΕΙ               | 9       | 2                                                                   | 3                   | 4                      | 3          | 2             | 23     |
| ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΟ      | 8       | 2                                                                   | 2                   | 2                      | 3          | 1             | 18     |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | 47      | 7                                                                   | 12                  | 12                     | 26         | 6             | 110    |
| <b>ΜΕΛΗ ΟΙΚ.</b>  |         |                                                                     |                     |                        |            |               |        |
| 1                 | 4       | 0                                                                   | 0                   | 1                      | 0          | 0             | 5      |
| 2                 | 12      | 2                                                                   | 2                   | 1                      | 8          | 1             | 26     |
| 3                 | 9       | 1                                                                   | 2                   | 1                      | 5          | 0             | 18     |
| 4                 | 12      | 2                                                                   | 5                   | 5                      | 8          | 4             | 36     |
| 5                 | 9       | 1                                                                   | 3                   | 3                      | 4          | 0             | 20     |
| 6                 | 1       | 1                                                                   | 0                   | 1                      | 1          | 0             | 4      |
| 7                 | 0       | 0                                                                   | 0                   | 0                      | 0          | 1             | 1      |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | 47      | 7                                                                   | 12                  | 12                     | 26         | 6             | 110    |
| <b>ΑΝΩ ΤΩΝ 40</b> |         |                                                                     |                     |                        |            |               |        |
| 0                 | 10      | 2                                                                   | 3                   | 2                      | 4          | 1             | 22     |
| 1                 | 7       | 2                                                                   | 4                   | 3                      | 2          | 1             | 19     |
| 2                 | 29      | 3                                                                   | 5                   | 6                      | 18         | 4             | 65     |
| 3                 | 1       | 0                                                                   | 0                   | 1                      | 2          | 0             | 4      |
| 4                 | 0       | 0                                                                   | 0                   | 0                      | 0          | 0             | 0      |
| 5                 | 0       | 0                                                                   | 0                   | 0                      | 0          | 0             | 0      |
| 6                 | 0       | 0                                                                   | 0                   | 0                      | 0          | 0             | 0      |
| 7                 | 0       | 0                                                                   | 0                   | 0                      | 0          | 0             | 0      |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | 47      | 7                                                                   | 12                  | 12                     | 26         | 6             | 110    |

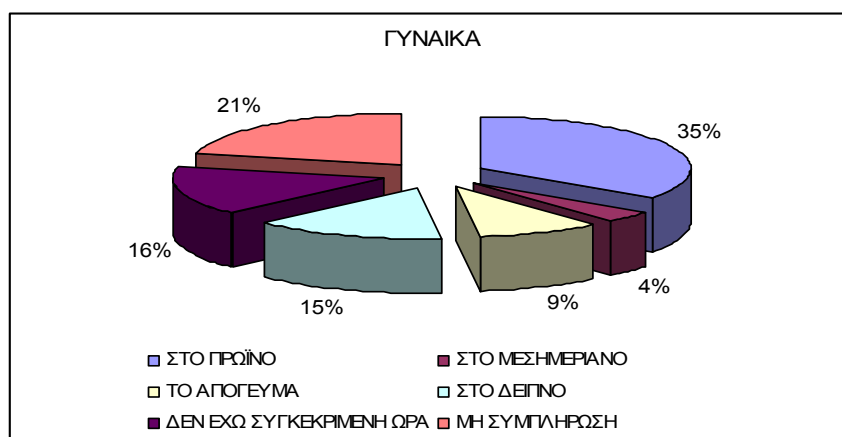
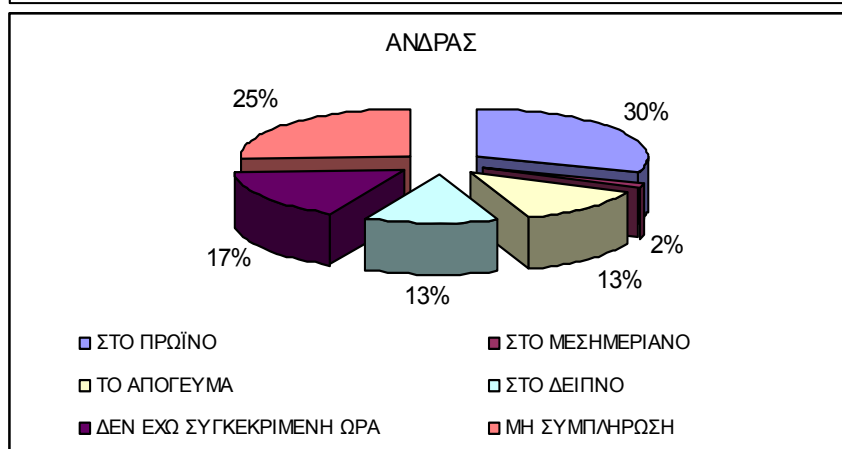
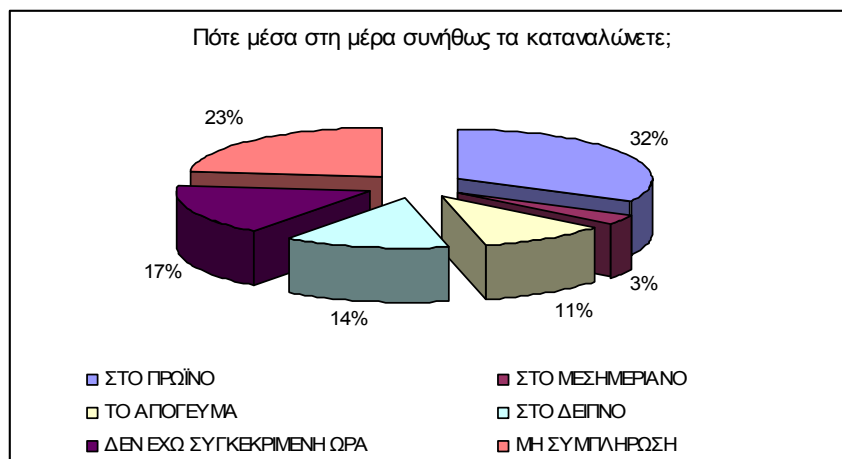
**Ερώτηση 8ηΓ:** Με ποια συχνότητα καταναλώνετε προϊόντα με φυτικές στερόλες; (Γάλα)



Εδώ βλέπουμε και πάλι το μισό δείγμα σχεδόν (43%) να μην καταναλώνει καθόλου γάλα, ενώ το 24% καταναλώνει καθημερινά. 1 φορά την εβδομάδα επιλέγει το 11% ενώ 1 φορά το μήνα επιλέγει μόλις το 6%. Μεταξύ των ανδρών και των γυναικών υπάρχει σχετική ισορροπία στη συχνότητα κατανάλωσης με τους άντρες να επιλέγουν λίγο συχνότερα τη χρήση των προϊόντων αυτών (Καθόλου 41% αντί 43% των γυναικών, Καθημερινά 25% και 1 φορά τη βδομάδα 9%). Οι γυναίκες ενώ επιλέγουν με 23% καθημερινή χρήση επιλέγουν με 16% 2-5 βδομάδα χρήση (οι άντρες με μόλις 6%).

| ΕΡΩΤΗΣΗ: 9                                   |            | Πότε μέσα στη μέρα συνήθως τα καταναλώνετε; |             |            |                             |               |        |
|----------------------------------------------|------------|---------------------------------------------|-------------|------------|-----------------------------|---------------|--------|
| (Επιτρέπονται περισσότερες από μια επιλογές) |            |                                             |             |            |                             |               |        |
|                                              | ΣΤΟ ΠΡΩΙΝΟ | ΣΤΟ ΜΕΣΗΜΕΡΙΑΝΟ                             | ΤΟ ΑΠΟΓΕΥΜΑ | ΣΤΟ ΔΕΙΠΝΟ | ΔΕΝ ΕΧΩ<br>ΣΥΓΚΕΚΡΙΜΕΝΗ ΩΡΑ | ΜΗ ΣΥΜΠΛΗΡΩΣΗ | ΣΥΝΟΛΑ |
| ΦΥΛΟ                                         |            |                                             |             |            |                             |               |        |
| ΑΝΔΡΑΣ                                       | 19         | 1                                           | 8           | 8          | 11                          | 16            | 63     |
| ΓΥΝΑΙΚΑ                                      | 26         | 3                                           | 7           | 11         | 12                          | 16            | 75     |
| ΣΥΝΟΛΑ                                       | 45         | 4                                           | 15          | 19         | 23                          | 32            | 138    |
| ΗΛΙΚΙΑ                                       |            |                                             |             |            |                             |               |        |
| -19                                          | 1          | 0                                           | 2           | 1          | 1                           | 1             | 6      |
| 20-29                                        | 8          | 1                                           | 6           | 5          | 5                           | 9             | 34     |
| 30-39                                        | 15         | 2                                           | 2           | 6          | 8                           | 11            | 44     |
| 40-49                                        | 12         | 1                                           | 2           | 2          | 2                           | 6             | 25     |
| 50-59                                        | 6          | 0                                           | 1           | 1          | 2                           | 3             | 13     |
| 60 +                                         | 3          | 0                                           | 2           | 4          | 5                           | 2             | 16     |
| ΣΥΝΟΛΑ                                       | 45         | 4                                           | 15          | 19         | 23                          | 32            | 138    |
| ΑΠΑΣΧΟΛΗΣΗ                                   |            |                                             |             |            |                             |               |        |
| ΔΗΜ. ΥΠΑΛ.                                   | 13         | 0                                           | 3           | 4          | 4                           | 8             | 32     |
| ΙΔ. ΥΠΑΛ.                                    | 19         | 1                                           | 6           | 8          | 9                           | 13            | 56     |
| ΠΡΟΣ. ΕΠΙΧΕΙΡ.                               | 4          | 0                                           | 2           | 1          | 4                           | 4             | 15     |
| ΤΕΧΝΙΤΗΣ                                     | 2          | 1                                           | 1           | 2          | 1                           | 2             | 9      |
| ΟΙΚΟΔΟΜ.                                     | 0          | 0                                           | 0           | 0          | 0                           | 0             | 0      |
| ΕΙΣΟΔΗΜΑΤ.                                   | 1          | 0                                           | 0           | 1          | 0                           | 2             | 4      |
| ΑΝΕΡΓΟΣ                                      | 1          | 0                                           | 1           | 1          | 1                           | 1             | 5      |
| ΆΛΛΟ                                         | 5          | 2                                           | 2           | 2          | 4                           | 2             | 17     |
| ΣΥΝΟΛΑ                                       | 45         | 4                                           | 15          | 19         | 23                          | 32            | 138    |
| ΜΟΡΦΩΣΗ                                      |            |                                             |             |            |                             |               |        |
| ΔΗΜΟΤΙΚΟ                                     | 1          | 0                                           | 1           | 1          | 2                           | 2             | 7      |
| ΓΥΜΝΑΣΙΟ                                     | 6          | 1                                           | 3           | 3          | 3                           | 6             | 22     |
| ΛΥΚΕΙΟ                                       | 10         | 1                                           | 2           | 5          | 6                           | 11            | 35     |
| ΤΕΕ-ΙΕΚ                                      | 4          | 0                                           | 1           | 1          | 2                           | 2             | 10     |
| ΤΕΙ                                          | 6          | 0                                           | 2           | 3          | 3                           | 4             | 18     |
| ΑΕΙ                                          | 9          | 1                                           | 2           | 4          | 5                           | 5             | 26     |
| ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΟ                                 | 9          | 1                                           | 4           | 2          | 2                           | 2             | 20     |
| ΣΥΝΟΛΑ                                       | 45         | 4                                           | 15          | 19         | 23                          | 32            | 138    |
| ΜΕΛΗ ΟΙΚ.                                    |            |                                             |             |            |                             |               |        |
| 1                                            | 4          | 0                                           | 1           | 2          | 3                           | 1             | 11     |
| 2                                            | 11         | 1                                           | 3           | 3          | 4                           | 5             | 27     |
| 3                                            | 8          | 1                                           | 2           | 3          | 4                           | 3             | 21     |
| 4                                            | 15         | 2                                           | 5           | 6          | 7                           | 13            | 48     |
| 5                                            | 5          | 0                                           | 3           | 3          | 4                           | 8             | 23     |
| 6                                            | 2          | 0                                           | 1           | 2          | 1                           | 1             | 7      |
| 7                                            | 0          | 0                                           | 0           | 0          | 0                           | 1             | 1      |
| ΣΥΝΟΛΑ                                       | 45         | 4                                           | 15          | 19         | 23                          | 32            | 138    |
| ΑΝΩ ΤΩΝ 40                                   |            |                                             |             |            |                             |               |        |
| 0                                            | 8          | 1                                           | 2           | 3          | 5                           | 9             | 28     |
| 1                                            | 9          | 1                                           | 3           | 4          | 4                           | 6             | 27     |
| 2                                            | 26         | 2                                           | 9           | 11         | 13                          | 16            | 77     |
| 3                                            | 2          | 1                                           | 1           | 1          | 1                           | 1             | 7      |
| 4                                            | 0          | 0                                           | 0           | 0          | 0                           | 0             | 0      |
| 5                                            | 0          | 0                                           | 0           | 0          | 0                           | 0             | 0      |
| 6                                            | 0          | 0                                           | 0           | 0          | 0                           | 0             | 0      |
| 7                                            | 0          | 0                                           | 0           | 0          | 0                           | 0             | 0      |
| ΣΥΝΟΛΑ                                       | 45         | 5                                           | 15          | 19         | 23                          | 32            | 139    |

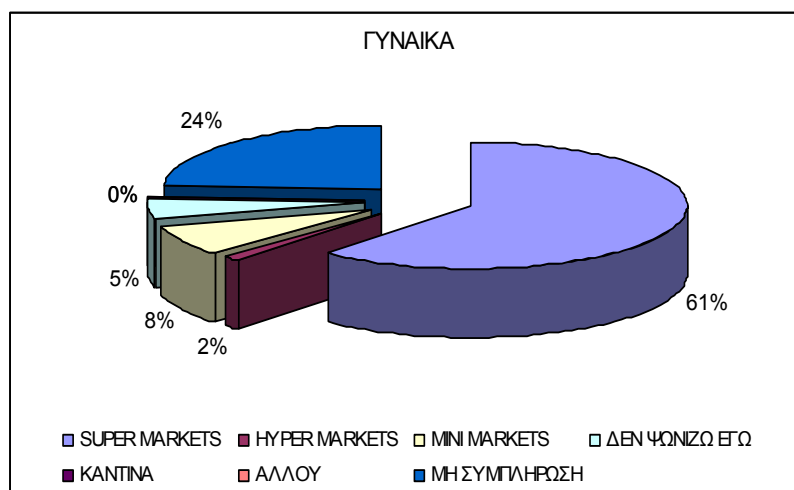
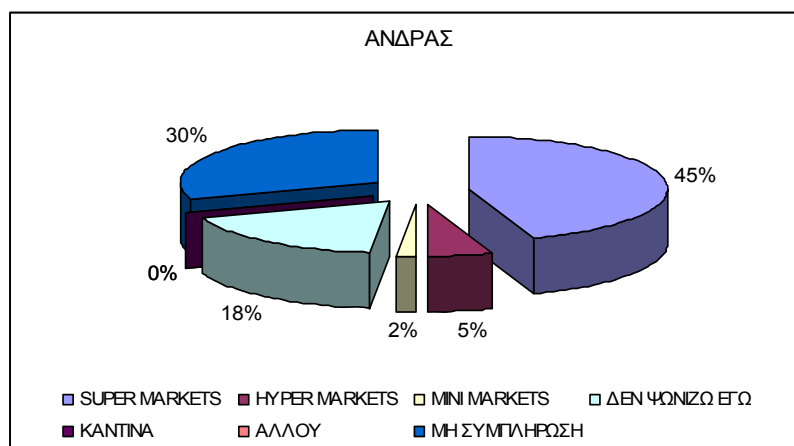
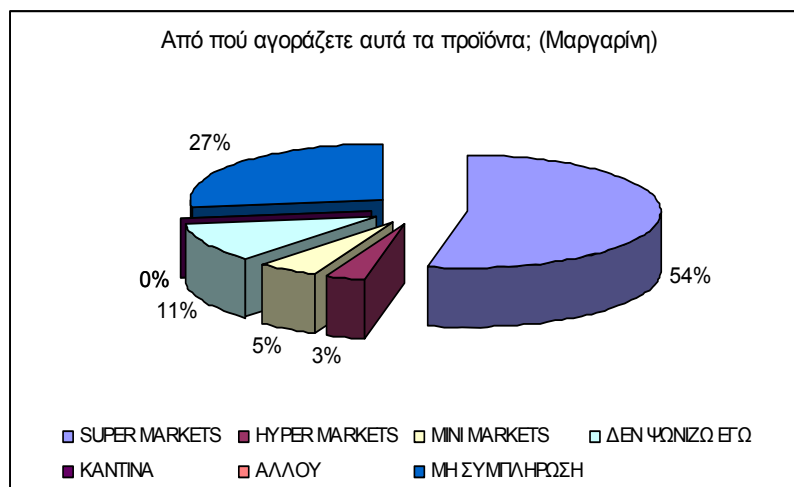
**Ερώτηση 9η:** Πότε μέσα στη μέρα συνήθως τα καταναλώνετε;



Στην ένατη ερώτηση βλέπουμε το 32% να επιλέγει τα προϊόντα στο πρωινό του ενώ το 17% να μην έχει συγκεκριμένη ώρα που τα καταναλώνει. Αξιοσημείωτο είναι το 23% που δεν συμπλήρωσε την ερώτηση (πράγμα κατανοητό αν υπολογίσουμε ότι στις προηγούμενες ερωτήσεις είχαμε υψηλό ποσοστό άρνησης ή μη συμπλήρωσης για τα προϊόντα αυτά). Το 14% τα καταναλώνει στο δείπνο ενώ το 11% το απόγευμα. Μόλις το 3% τα καταναλώνει το μεσημέρι. Όσον αφορά τους άντρες το 30% τα καταναλώνει στο πρωινό ενώ το 25% δεν απάντησε. Το 17% δεν έχει συγκεκριμένη ώρα ενώ από 13% απαντήσανε για απόγευμα και δείπνο. Το μεσημέρι μόλις 2% τα καταναλώνουν. Οι γυναίκες παρουσιάζουν μεγαλύτερη συμμετοχή αφού το ποσοστό μη συμπλήρωσης ήταν στο 21% ενώ η κατανάλωση στο πρωινό ήταν στο 35%. Το 16% αυτών δεν έχει συγκεκριμένη ώρα ενώ το 15% τα καταναλώνει στο δείπνο (προφανώς για δίαιτα). Το απόγευμα καταναλώνει το 9% και το μεσημέρι το 4%.

| ΕΡΩΤΗΣΗ: 10Α      |               | Από πού αγοράζετε αυτά τα προϊόντα; (Μαργαρίνη) |              |                |          |          |               |            |
|-------------------|---------------|-------------------------------------------------|--------------|----------------|----------|----------|---------------|------------|
|                   | SUPER MARKETS | HYPER MARKETS                                   | MINI MARKETS | ΔΕΝ ΨΩΝΙΖΩ ΕΓΩ | ΚΑΝΤΙΝΑ  | ΆΛΛΟΥ    | ΜΗ ΣΥΜΠΛΗΡΩΣΗ | ΣΥΝΟΛΑ     |
| <b>ΦΥΛΟ</b>       |               |                                                 |              |                |          |          |               |            |
| ΑΝΔΡΑΣ            | 25            | 3                                               | 1            | 10             | 0        | 0        | 17            | 56         |
| ΓΥΝΑΙΚΑ           | 38            | 1                                               | 5            | 3              | 0        | 0        | 15            | 62         |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>63</b>     | <b>4</b>                                        | <b>6</b>     | <b>13</b>      | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>32</b>     | <b>118</b> |
| <b>ΗΛΙΚΙΑ</b>     |               |                                                 |              |                |          |          |               |            |
| -19               | 1             | 0                                               | 0            | 1              | 0        | 0        | 2             | 4          |
| 20-29             | 14            | 1                                               | 2            | 2              | 0        | 0        | 5             | 24         |
| 30-39             | 25            | 3                                               | 3            | 8              | 0        | 0        | 11            | 50         |
| 40-49             | 14            | 0                                               | 1            | 2              | 0        | 0        | 6             | 23         |
| 50-59             | 4             | 0                                               | 0            | 0              | 0        | 0        | 5             | 9          |
| 60 +              | 5             | 0                                               | 0            | 0              | 0        | 0        | 3             | 8          |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>63</b>     | <b>4</b>                                        | <b>6</b>     | <b>13</b>      | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>32</b>     | <b>118</b> |
| <b>ΑΠΑΣΧΟΛΗΣΗ</b> |               |                                                 |              |                |          |          |               |            |
| ΔΗΜ. ΥΠΑΛ.        | 15            | 1                                               | 1            | 1              | 0        | 0        | 7             | 25         |
| ΙΔ. ΥΠΑΛ.         | 33            | 2                                               | 3            | 4              | 0        | 0        | 15            | 57         |
| ΠΡΟΣ. ΕΠΙΧΕΙΡ.    | 2             | 1                                               | 0            | 4              | 0        | 0        | 2             | 9          |
| ΤΕΧΝΙΤΗΣ          | 2             | 0                                               | 0            | 1              | 0        | 0        | 1             | 4          |
| ΟΙΚΟΔΟΜ.          | 0             | 0                                               | 0            | 0              | 0        | 0        | 0             | 0          |
| ΕΙΣΟΔΗΜΑΤ.        | 2             | 0                                               | 1            | 0              | 0        | 0        | 1             | 4          |
| ΑΝΕΡΓΟΣ           | 2             | 0                                               | 0            | 0              | 0        | 0        | 1             | 3          |
| ΆΛΛΟ              | 7             | 0                                               | 1            | 3              | 0        | 0        | 5             | 16         |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>63</b>     | <b>4</b>                                        | <b>6</b>     | <b>13</b>      | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>32</b>     | <b>118</b> |
| <b>ΜΟΡΦΩΣΗ</b>    |               |                                                 |              |                |          |          |               |            |
| ΔΗΜΟΤΙΚΟ          | 4             | 0                                               | 0            | 0              | 0        | 0        | 1             | 5          |
| ΓΥΜΝΑΣΙΟ          | 6             | 1                                               | 1            | 3              | 0        | 0        | 4             | 15         |
| ΛΥΚΕΙΟ            | 16            | 0                                               | 1            | 2              | 0        | 0        | 8             | 27         |
| ΤΕΕ-ΙΕΚ           | 6             | 0                                               | 1            | 1              | 0        | 0        | 2             | 10         |
| ΤΕΙ               | 8             | 0                                               | 1            | 2              | 0        | 0        | 6             | 17         |
| ΑΕΙ               | 14            | 1                                               | 1            | 2              | 0        | 0        | 8             | 26         |
| ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΟ      | 9             | 2                                               | 1            | 3              | 0        | 0        | 3             | 18         |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>63</b>     | <b>4</b>                                        | <b>6</b>     | <b>13</b>      | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>32</b>     | <b>118</b> |
| <b>ΜΕΛΗ ΟΙΚ.</b>  |               |                                                 |              |                |          |          |               |            |
| 1                 | 4             | 0                                               | 0            | 0              | 0        | 0        | 1             | 5          |
| 2                 | 17            | 0                                               | 1            | 2              | 0        | 0        | 7             | 27         |
| 3                 | 7             | 1                                               | 2            | 5              | 0        | 0        | 4             | 19         |
| 4                 | 24            | 1                                               | 1            | 1              | 0        | 0        | 12            | 39         |
| 5                 | 8             | 1                                               | 2            | 4              | 0        | 0        | 6             | 21         |
| 6                 | 3             | 1                                               | 0            | 1              | 0        | 0        | 1             | 6          |
| 7                 | 0             | 0                                               | 0            | 0              | 0        | 0        | 1             | 1          |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>63</b>     | <b>4</b>                                        | <b>6</b>     | <b>13</b>      | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>32</b>     | <b>118</b> |
| <b>ΑΝΩ ΤΩΝ 40</b> |               |                                                 |              |                |          |          |               |            |
| 0                 | 12            | 1                                               | 2            | 4              | 0        | 0        | 5             | 24         |
| 1                 | 10            | 1                                               | 2            | 3              | 0        | 0        | 4             | 20         |
| 2                 | 38            | 1                                               | 2            | 6              | 0        | 0        | 22            | 69         |
| 3                 | 3             | 1                                               | 0            | 0              | 0        | 0        | 1             | 5          |
| 4                 | 0             | 0                                               | 0            | 0              | 0        | 0        | 0             | 0          |
| 5                 | 0             | 0                                               | 0            | 0              | 0        | 0        | 0             | 0          |
| 6                 | 0             | 0                                               | 0            | 0              | 0        | 0        | 0             | 0          |
| 7                 | 0             | 0                                               | 0            | 0              | 0        | 0        | 0             | 0          |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>63</b>     | <b>4</b>                                        | <b>6</b>     | <b>13</b>      | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>32</b>     | <b>118</b> |

**Ερώτηση 10ηΑ:** Από πού αγοράζετε αυτά τα προϊόντα; (Μαργαρίνη)



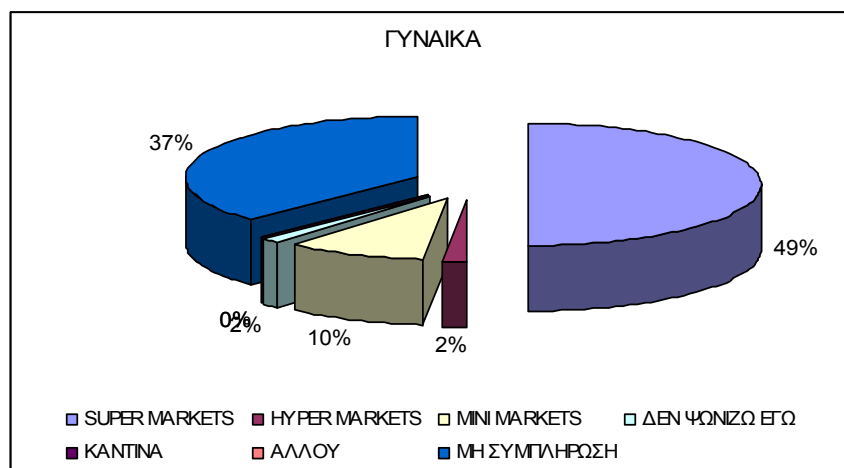
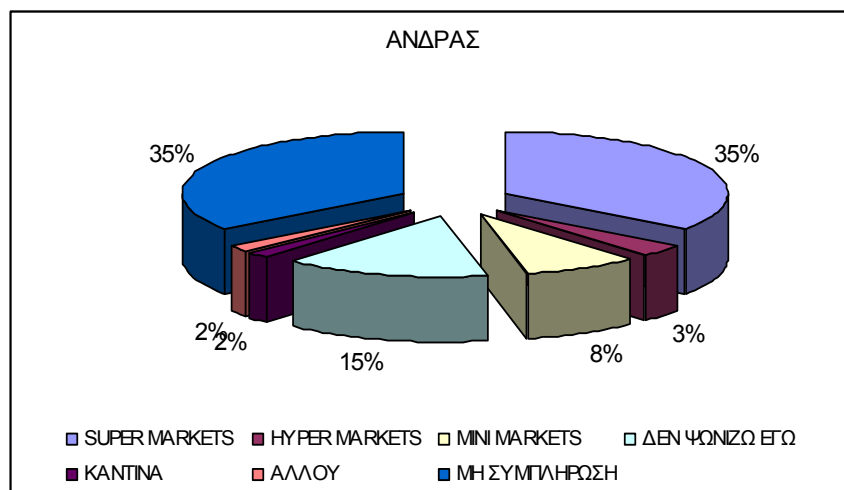
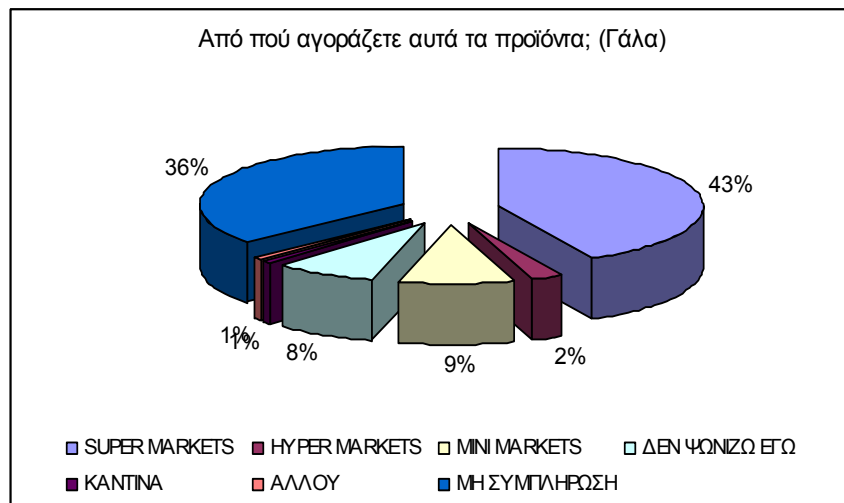
Σε αυτή την ερώτηση οι επιλογές του δείγματος ήταν υπερ του δεοντως ξεκάθαρες. Το 54% ψωνίζει τις μαργαρίνες από τα super markets ενώ το 27% δεν συμπλήρωσε την ερώτηση αυτή. Το 11% δεν τα ψωνίζει ο ίδιος, ποσοστό που ενισχύεται από τις απαντήσεις των ανδρών (18% ενώ οι γυναίκες μόλις το 5%). Οι άντρες σε αντίθεση με τις γυναίκες ψωνίζουν μαργαρίνη από το super market μόλις το 45% (ενώ οι γυναίκες με 61%).

Οι υπόλοιπες επιλογές είναι σχετικά αμοιρές και για τα δύο φύλα



| ΕΡΩΤΗΣΗ: 10B      |               | Από πού αγοράζετε αυτά τα προϊόντα; (Γάλα) |              |                |          |          |               |            |
|-------------------|---------------|--------------------------------------------|--------------|----------------|----------|----------|---------------|------------|
|                   | SUPER MARKETS | HYPER MARKETS                              | MINI MARKETS | ΔΕΝ ΨΩΝΙΖΩ ΕΓΩ | ΚΑΝΤΙΝΑ  | ΆΛΛΟΥ    | ΜΗ ΣΥΜΠΛΗΡΩΣΗ | ΣΥΝΟΛΑ     |
| <b>ΦΥΛΟ</b>       |               |                                            |              |                |          |          |               |            |
| ΑΝΔΡΑΣ            | 21            | 2                                          | 5            | 9              | 1        | 1        | 21            | 60         |
| ΓΥΝΑΙΚΑ           | 31            | 1                                          | 6            | 1              | 0        | 0        | 23            | 62         |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>52</b>     | <b>3</b>                                   | <b>11</b>    | <b>10</b>      | <b>1</b> | <b>1</b> | <b>44</b>     | <b>122</b> |
| <b>ΗΛΙΚΙΑ</b>     |               |                                            |              |                |          |          |               |            |
| -19               | 1             | 0                                          | 0            | 0              | 0        | 0        | 2             | 3          |
| 20-29             | 14            | 1                                          | 2            | 2              | 1        | 1        | 12            | 33         |
| 30-39             | 16            | 2                                          | 4            | 3              | 0        | 0        | 18            | 43         |
| 40-49             | 12            | 0                                          | 3            | 2              | 0        | 0        | 7             | 24         |
| 50-59             | 5             | 0                                          | 1            | 2              | 0        | 0        | 3             | 11         |
| 60 +              | 4             | 0                                          | 1            | 1              | 0        | 0        | 2             | 8          |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>52</b>     | <b>3</b>                                   | <b>11</b>    | <b>10</b>      | <b>1</b> | <b>1</b> | <b>44</b>     | <b>122</b> |
| <b>ΑΠΑΣΧΟΛΗΣΗ</b> |               |                                            |              |                |          |          |               |            |
| ΔΗΜ. ΥΠΑΛ.        | 10            | 0                                          | 3            | 2              | 0        | 0        | 9             | 24         |
| ΙΔ. ΥΠΑΛ.         | 22            | 1                                          | 6            | 4              | 1        | 1        | 24            | 59         |
| ΠΡΟΣ. ΕΠΙΧΕΙΡ.    | 5             | 1                                          | 1            | 1              | 0        | 0        | 4             | 12         |
| ΤΕΧΝΙΤΗΣ          | 2             | 0                                          | 0            | 1              | 0        | 0        | 2             | 5          |
| ΟΙΚΟΔΟΜ.          | 0             | 0                                          | 0            | 0              | 0        | 0        | 0             | 0          |
| ΕΙΣΟΔΗΜΑΤ.        | 3             | 0                                          | 0            | 0              | 0        | 0        | 0             | 3          |
| ΑΝΕΡΓΟΣ           | 3             | 0                                          | 0            | 0              | 0        | 0        | 0             | 3          |
| ΆΛΛΟ              | 7             | 1                                          | 1            | 2              | 0        | 0        | 5             | 16         |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>52</b>     | <b>3</b>                                   | <b>11</b>    | <b>10</b>      | <b>1</b> | <b>1</b> | <b>44</b>     | <b>122</b> |
| <b>ΜΟΡΦΩΣΗ</b>    |               |                                            |              |                |          |          |               |            |
| ΔΗΜΟΤΙΚΟ          | 3             | 0                                          | 0            | 0              | 0        | 0        | 1             | 4          |
| ΓΥΜΝΑΣΙΟ          | 6             | 1                                          | 1            | 0              | 0        | 0        | 6             | 14         |
| ΛΥΚΕΙΟ            | 14            | 0                                          | 1            | 1              | 1        | 0        | 15            | 32         |
| ΤΕΕ-ΙΕΚ           | 5             | 0                                          | 0            | 1              | 0        | 1        | 3             | 10         |
| ΤΕΙ               | 7             | 1                                          | 2            | 2              | 0        | 0        | 6             | 18         |
| ΑΕΙ               | 9             | 1                                          | 3            | 4              | 0        | 0        | 7             | 24         |
| ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΟ      | 8             | 0                                          | 4            | 2              | 0        | 0        | 6             | 20         |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>52</b>     | <b>3</b>                                   | <b>11</b>    | <b>10</b>      | <b>1</b> | <b>1</b> | <b>44</b>     | <b>122</b> |
| <b>ΜΕΛΗ ΟΙΚ.</b>  |               |                                            |              |                |          |          |               |            |
| 1                 | 4             | 0                                          | 0            | 0              | 0        | 0        | 1             | 5          |
| 2                 | 13            | 1                                          | 3            | 1              | 0        | 0        | 11            | 29         |
| 3                 | 10            | 0                                          | 1            | 1              | 1        | 1        | 7             | 21         |
| 4                 | 15            | 1                                          | 3            | 2              | 0        | 0        | 17            | 38         |
| 5                 | 7             | 1                                          | 3            | 5              | 0        | 0        | 6             | 22         |
| 6                 | 3             | 0                                          | 1            | 1              | 0        | 0        | 1             | 6          |
| 7                 | 0             | 0                                          | 0            | 0              | 0        | 0        | 1             | 1          |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>52</b>     | <b>3</b>                                   | <b>11</b>    | <b>10</b>      | <b>1</b> | <b>1</b> | <b>44</b>     | <b>122</b> |
| <b>ΑΝΩ ΤΩΝ 40</b> |               |                                            |              |                |          |          |               |            |
| 0                 | 10            | 1                                          | 1            | 2              | 1        | 1        | 9             | 25         |
| 1                 | 8             | 1                                          | 2            | 2              | 0        | 0        | 7             | 20         |
| 2                 | 33            | 1                                          | 5            | 5              | 0        | 0        | 26            | 70         |
| 3                 | 1             | 0                                          | 3            | 1              | 0        | 0        | 2             | 7          |
| 4                 | 0             | 0                                          | 0            | 0              | 0        | 0        | 0             | 0          |
| 5                 | 0             | 0                                          | 0            | 0              | 0        | 0        | 0             | 0          |
| 6                 | 0             | 0                                          | 0            | 0              | 0        | 0        | 0             | 0          |
| 7                 | 0             | 0                                          | 0            | 0              | 0        | 0        | 0             | 0          |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>52</b>     | <b>3</b>                                   | <b>11</b>    | <b>10</b>      | <b>1</b> | <b>1</b> | <b>44</b>     | <b>122</b> |

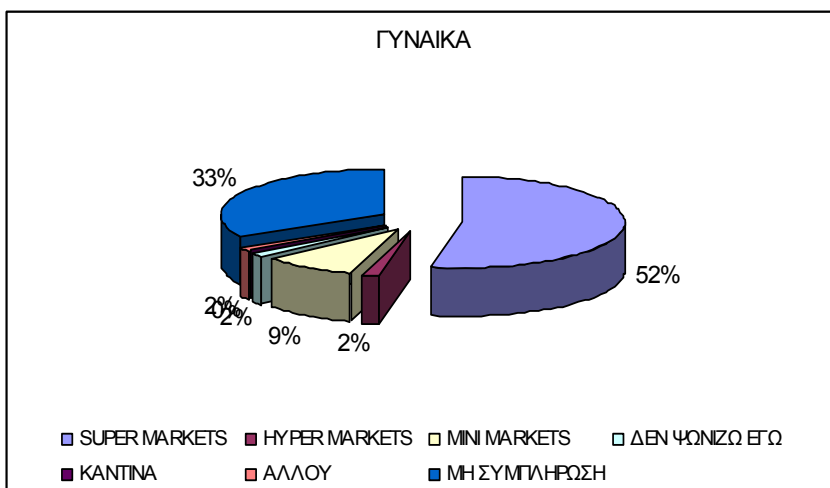
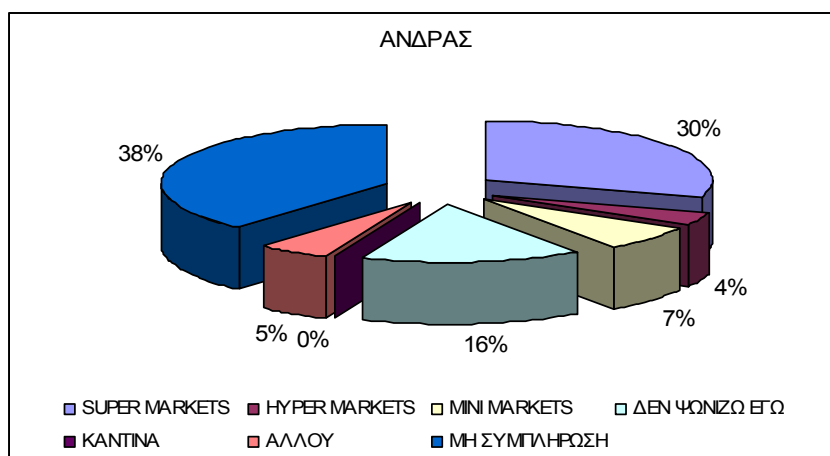
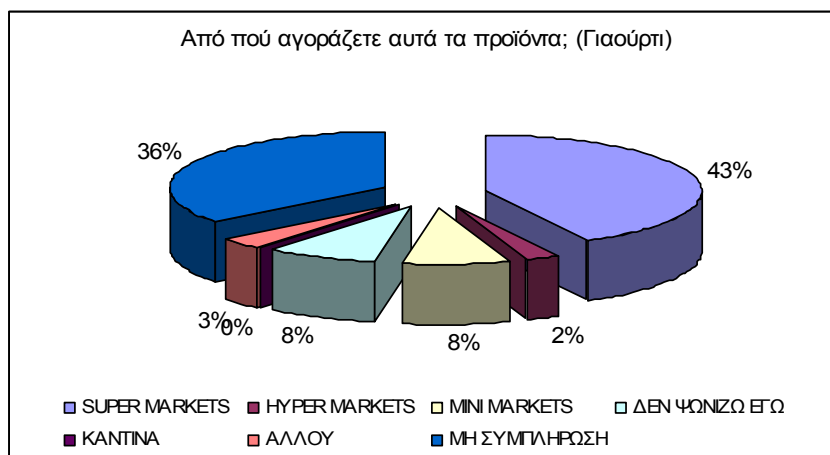
**Ερώτηση 10ηB:** Από πού αγοράζετε αυτά τα προϊόντα; (Γάλα)



Σε αυτή την ερώτηση η μη συμπλήρωση ανέβασε ποσοστό στο 36% .Πάλι το επικρατέστερο σημείο αγοράς με ποσοστό 43% είναι τα super markets. Τα mini markets φαίνεται να επιλέγονται για το γάλα λίγο περισσότερο (9%) ενώ το να μην τα ψωνίζουν οι ίδιοι ήταν στο 8%. Οι άντρες σε αντίθεση με τις γυναίκες δεν τα ψωνίζουν οι ίδιοι (15% έναντι 2% των γυναικών) ενώ μάλις το 35% τα ψωνίζει από τα super markets (σε αντίθεση με το 49% των γυναικών). Στα ίδια ποσοστά ήταν η μη συμπληρωση και για τους άντρες (35%) και για τις γυναίκες (37%). Αξιοσημείωτο είναι το 2% των ανδρών που απάντησε ότι ψωνίζει από καντίνες.

| ΕΡΩΤΗΣΗ: 10Γ      | Από πού αγοράζετε αυτά τα προϊόντα; (Γιαούρτι) |               |              |                |         |       |               |        |
|-------------------|------------------------------------------------|---------------|--------------|----------------|---------|-------|---------------|--------|
|                   | SUPER MARKETS                                  | HYPER MARKETS | MINI MARKETS | ΔΕΝ ΨΩΝΙΖΩ ΕΓΩ | ΚΑΝΤΙΝΑ | ΆΛΛΟΥ | ΜΗ ΣΥΜΠΛΗΡΩΣΗ | ΣΥΝΟΛΑ |
| <b>ΦΥΛΟ</b>       |                                                |               |              |                |         |       |               |        |
| ΑΝΔΡΑΣ            | 17                                             | 2             | 4            | 9              | 0       | 3     | 22            | 57     |
| ΓΥΝΑΙΚΑ           | 34                                             | 1             | 6            | 1              | 0       | 1     | 21            | 64     |
| ΣΥΝΟΛΑ            | 51                                             | 3             | 10           | 10             | 0       | 4     | 43            | 121    |
| <b>ΗΛΙΚΙΑ</b>     |                                                |               |              |                |         |       |               |        |
| -19               | 1                                              | 0             | 0            | 0              | 0       | 0     | 2             | 3      |
| 20-29             | 14                                             | 1             | 2            | 2              | 0       | 2     | 11            | 32     |
| 30-39             | 15                                             | 2             | 3            | 3              | 0       | 1     | 18            | 42     |
| 40-49             | 12                                             | 0             | 3            | 2              | 0       | 1     | 7             | 25     |
| 50-59             | 5                                              | 0             | 1            | 2              | 0       | 0     | 3             | 11     |
| 60 +              | 4                                              | 0             | 1            | 1              | 0       | 0     | 2             | 8      |
| ΣΥΝΟΛΑ            | 51                                             | 3             | 10           | 10             | 0       | 4     | 43            | 121    |
| <b>ΑΠΑΣΧΟΛΗΣΗ</b> |                                                |               |              |                |         |       |               |        |
| ΔΗΜ. ΥΠΑΛ.        | 10                                             | 0             | 3            | 2              | 0       | 0     | 9             | 24     |
| ΙΔ. ΥΠΑΛ.         | 21                                             | 1             | 5            | 4              | 0       | 1     | 24            | 56     |
| ΠΡΟΣ. ΕΠΙΧΕΙΡ.    | 5                                              | 1             | 1            | 1              | 0       | 1     | 3             | 12     |
| ΤΕΧΝΙΤΗΣ          | 2                                              | 0             | 0            | 1              | 0       | 0     | 2             | 5      |
| ΟΙΚΟΔΟΜ.          | 0                                              | 0             | 0            | 0              | 0       | 0     | 0             | 0      |
| ΕΙΣΟΔΗΜΑΤ.        | 3                                              | 0             | 0            | 0              | 0       | 1     | 0             | 4      |
| ΑΝΕΡΓΟΣ           | 3                                              | 0             | 0            | 0              | 0       | 0     | 0             | 3      |
| ΆΛΛΟ              | 7                                              | 1             | 1            | 2              | 0       | 1     | 5             | 17     |
| ΣΥΝΟΛΑ            | 51                                             | 3             | 10           | 10             | 0       | 4     | 43            | 121    |
| <b>ΜΟΡΦΩΣΗ</b>    |                                                |               |              |                |         |       |               |        |
| ΔΗΜΟΤΙΚΟ          | 3                                              | 0             | 0            | 0              | 0       | 0     | 1             | 4      |
| ΓΥΜΝΑΣΙΟ          | 6                                              | 1             | 1            | 0              | 0       | 1     | 6             | 15     |
| ΛΥΚΕΙΟ            | 13                                             | 0             | 1            | 1              | 0       | 0     | 15            | 30     |
| ΤΕΕ-ΙΕΚ           | 5                                              | 0             | 0            | 1              | 0       | 1     | 3             | 10     |
| ΤΕΙ               | 7                                              | 1             | 2            | 2              | 0       | 0     | 6             | 18     |
| ΑΕΙ               | 9                                              | 1             | 3            | 4              | 0       | 1     | 7             | 25     |
| ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΟ      | 8                                              | 0             | 3            | 2              | 0       | 1     | 5             | 19     |
| ΣΥΝΟΛΑ            | 51                                             | 3             | 10           | 10             | 0       | 4     | 43            | 121    |
| <b>ΜΕΛΗ ΟΙΚ.</b>  |                                                |               |              |                |         |       |               |        |
| 1                 | 4                                              | 0             | 0            | 0              | 0       | 0     | 1             | 5      |
| 2                 | 13                                             | 1             | 2            | 1              | 0       | 1     | 11            | 29     |
| 3                 | 10                                             | 0             | 1            | 1              | 0       | 1     | 7             | 20     |
| 4                 | 14                                             | 1             | 3            | 2              | 0       | 0     | 17            | 37     |
| 5                 | 7                                              | 1             | 3            | 5              | 0       | 1     | 6             | 23     |
| 6                 | 3                                              | 0             | 1            | 1              | 0       | 1     | 1             | 7      |
| 7                 | 0                                              | 0             | 0            | 0              | 0       | 0     | 1             | 1      |
| ΣΥΝΟΛΑ            | 51                                             | 3             | 10           | 10             | 0       | 4     | 44            | 122    |
| <b>ΑΝΩ ΤΩΝ 40</b> |                                                |               |              |                |         |       |               |        |
| 0                 | 10                                             | 1             | 1            | 2              | 0       | 1     | 9             | 24     |
| 1                 | 8                                              | 1             | 2            | 2              | 0       | 1     | 7             | 21     |
| 2                 | 32                                             | 1             | 4            | 5              | 0       | 1     | 25            | 68     |
| 3                 | 1                                              | 0             | 3            | 1              | 0       | 1     | 2             | 8      |
| 4                 | 0                                              | 0             | 0            | 0              | 0       | 0     | 0             | 0      |
| 5                 | 0                                              | 0             | 0            | 0              | 0       | 0     | 0             | 0      |
| 6                 | 0                                              | 0             | 0            | 0              | 0       | 0     | 0             | 0      |
| 7                 | 0                                              | 0             | 0            | 0              | 0       | 0     | 0             | 0      |
| ΣΥΝΟΛΑ            | 51                                             | 3             | 10           | 10             | 0       | 4     | 43            | 121    |

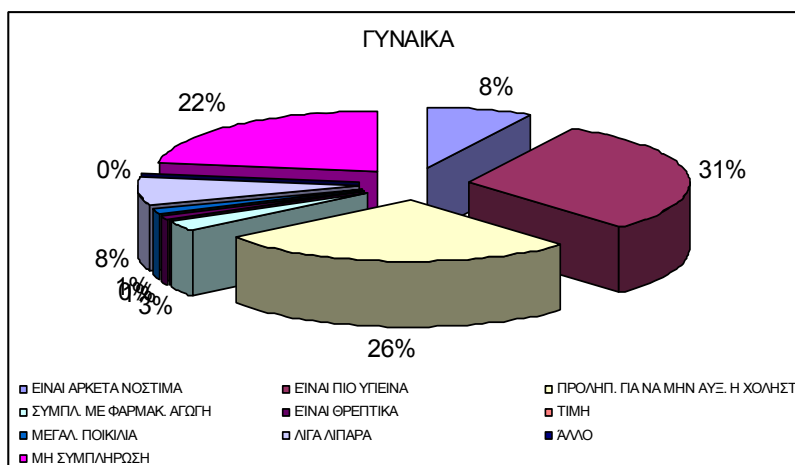
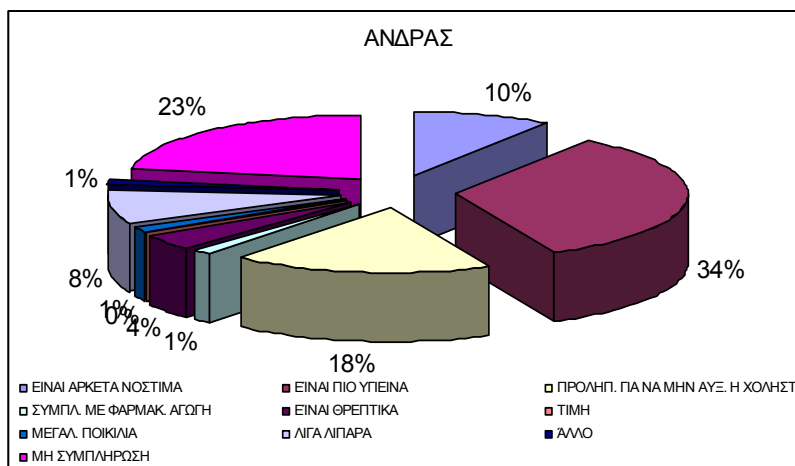
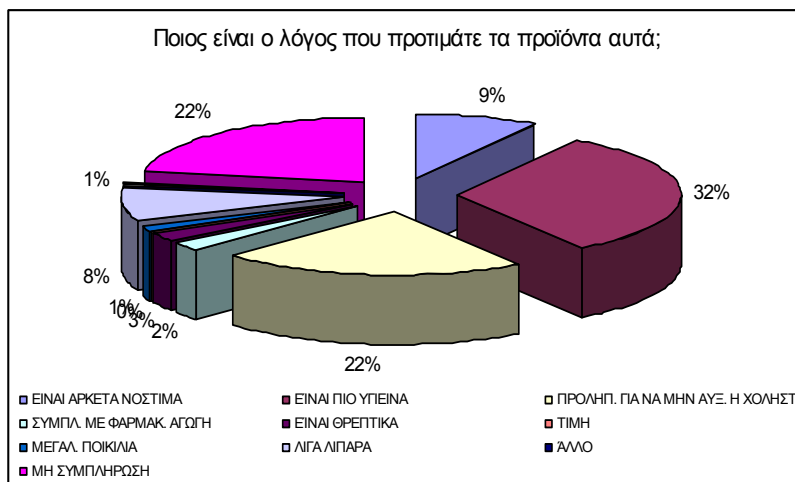
**Ερώτηση 10ηΓ: Από πού αγοράζετε αυτά τα προϊόντα; (Γιαούρτι)**



Σε αυτή την ερώτηση η μη συμπλήρωση ήταν και πάλι ψηλά με ποσοστό στο 36%. Πάλι το επικρατέστερο σημείο αγοράς με ποσοστό 43% είναι τα super markets. Τα mini markets φαίνεται να επιλέγονται για το γιαούρτι το ίδιο με το να μην τα ψωνίζουν οι ίδιοι (8%). Οι άντρες σε αντίθεση με τις γυναίκες δεν τα ψωνίζουν οι ίδιοι (16% έναντι 2% των γυναικών) ενώ μάλιστα το 30% τα ψωνίζει από τα super markets (σε αντίθεση με το 52% των γυναικών). Σε κοντινά ποσοστά ήταν η μη συμπλήρωση και για τους άντρες (38%) και για τις γυναίκες (33%) και η επιλογή των mini markets (7% οι άντρες και 9% οι γυναίκες). Αξιοσημείωτο είναι το 5% των ανδρών που απάντησε ότι τα ψωνίζει από αλλού δηλώνοντας ότι τα φτιάχνουν μόνοι τους !!!

| ΕΡΩΤΗΣΗ: 11                                  |                      | Ποιος είναι ο λόγος που προτιμάτε τα προϊόντα αυτά; |                                   |                        |                |      |                 |             |      |                |        |
|----------------------------------------------|----------------------|-----------------------------------------------------|-----------------------------------|------------------------|----------------|------|-----------------|-------------|------|----------------|--------|
| (Επιτρέπονται περισσότερες από μια επιλογές) |                      |                                                     |                                   |                        |                |      |                 |             |      |                |        |
|                                              | ΕΙΝΑΙ ΑΡΚΕΤΑ ΝΟΣΤΙΜΑ | ΕΙΝΑΙ ΠΙΟ ΥΓΙΕΙΝΑ                                   | ΠΡΟΛΗΠ. ΓΙΑ ΝΑ ΜΗΝ ΑΥΞ. Η ΧΟΛΗΣΤ. | ΣΥΜΠΛ. ΜΕ ΦΑΡΜΑΚ. ΛΩΓΗ | ΕΙΝΑΙ ΘΡΕΠΤΙΚΑ | ΤΙΜΗ | ΜΕΓΑΛ. ΠΟΙΚΙΛΙΑ | ΛΙΓΑ ΛΙΠΑΡΑ | ΑΛΛΟ | ΜΗ ΣΥΜΠΛΗΡΩΣ Η | ΣΥΝΟΛΑ |
| ΦΥΛΟ                                         |                      |                                                     |                                   |                        |                |      |                 |             |      |                |        |
| ΑΝΔΡΑΣ                                       | 7                    | 24                                                  | 13                                | 1                      | 3              | 0    | 1               | 6           | 1    | 16             | 72     |
| ΓΥΝΑΙΚΑ                                      | 6                    | 23                                                  | 20                                | 2                      | 1              | 0    | 1               | 6           | 0    | 17             | 76     |
| ΣΥΝΟΛΑ                                       | 13                   | 47                                                  | 33                                | 3                      | 4              | 0    | 2               | 12          | 1    | 33             | 148    |
| ΗΛΙΚΙΑ                                       |                      |                                                     |                                   |                        |                |      |                 |             |      |                |        |
| -19                                          | 0                    | 3                                                   | 1                                 | 0                      | 0              | 0    | 0               | 0           | 0    | 0              | 4      |
| 20-29                                        | 2                    | 12                                                  | 7                                 | 0                      | 2              | 0    | 0               | 4           | 0    | 9              | 36     |
| 30-39                                        | 5                    | 15                                                  | 11                                | 0                      | 1              | 0    | 1               | 6           | 1    | 11             | 51     |
| 40-49                                        | 3                    | 11                                                  | 5                                 | 0                      | 1              | 0    | 1               | 1           | 0    | 8              | 30     |
| 50-59                                        | 2                    | 4                                                   | 6                                 | 2                      | 0              | 0    | 0               | 1           | 0    | 3              | 18     |
| 60 +                                         | 1                    | 2                                                   | 3                                 | 1                      | 0              | 0    | 0               | 0           | 0    | 2              | 9      |
| ΣΥΝΟΛΑ                                       | 13                   | 47                                                  | 33                                | 3                      | 4              | 0    | 2               | 12          | 1    | 33             | 148    |
| ΑΠΑΣΧΟΛΗΣΗ                                   |                      |                                                     |                                   |                        |                |      |                 |             |      |                |        |
| ΔΗΜ. ΥΠΑΛ.                                   | 2                    | 8                                                   | 6                                 | 0                      | 1              | 0    | 0               | 2           | 0    | 9              | 28     |
| ΙΔ. ΥΠΑΛ.                                    | 6                    | 16                                                  | 17                                | 1                      | 1              | 0    | 0               | 3           | 1    | 21             | 66     |
| ΠΡΟΣ. ΕΠΙΧΕΙΡ.                               | 1                    | 5                                                   | 4                                 | 0                      | 1              | 0    | 1               | 2           | 0    | 2              | 16     |
| ΤΕΧΝΙΤΗΣ                                     | 1                    | 4                                                   | 1                                 | 0                      | 0              | 0    | 0               | 1           | 0    | 0              | 7      |
| ΟΙΚΟΔΟΜ.                                     | 0                    | 0                                                   | 0                                 | 0                      | 0              | 0    | 0               | 0           | 0    | 0              | 0      |
| ΕΙΣΟΔΗΜΑΤ.                                   | 1                    | 3                                                   | 1                                 | 0                      | 1              | 0    | 0               | 1           | 0    | 0              | 7      |
| ΑΝΕΡΓΟΣ                                      | 0                    | 3                                                   | 0                                 | 0                      | 0              | 0    | 0               | 1           | 0    | 0              | 4      |
| ΑΛΛΟ                                         | 2                    | 8                                                   | 4                                 | 2                      | 0              | 0    | 1               | 2           | 0    | 1              | 20     |
| ΣΥΝΟΛΑ                                       | 13                   | 47                                                  | 33                                | 3                      | 4              | 0    | 2               | 12          | 1    | 33             | 148    |
| ΜΟΡΦΩΣΗ                                      |                      |                                                     |                                   |                        |                |      |                 |             |      |                |        |
| ΔΗΜΟΤΙΚΟ                                     | 1                    | 4                                                   | 1                                 | 0                      | 0              | 0    | 0               | 1           | 0    | 1              | 8      |
| ΓΥΜΝΑΣΙΟ                                     | 1                    | 5                                                   | 8                                 | 2                      | 1              | 0    | 0               | 1           | 0    | 3              | 21     |
| ΛΥΚΕΙΟ                                       | 3                    | 9                                                   | 3                                 | 1                      | 1              | 0    | 1               | 2           | 0    | 10             | 30     |
| ΤΕΕ-ΙΕΚ                                      | 1                    | 2                                                   | 1                                 | 0                      | 1              | 0    | 0               | 1           | 0    | 2              | 8      |
| ΤΕΙ                                          | 3                    | 9                                                   | 5                                 | 0                      | 0              | 0    | 0               | 1           | 0    | 4              | 22     |
| ΑΕΙ                                          | 3                    | 11                                                  | 10                                | 0                      | 0              | 0    | 1               | 4           | 1    | 6              | 36     |
| ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΟ                                 | 1                    | 7                                                   | 5                                 | 0                      | 1              | 0    | 0               | 2           | 0    | 7              | 23     |
| ΣΥΝΟΛΑ                                       | 13                   | 47                                                  | 33                                | 3                      | 4              | 0    | 2               | 12          | 1    | 33             | 148    |
| ΜΕΛΗ ΟΙΚ.                                    |                      |                                                     |                                   |                        |                |      |                 |             |      |                |        |
| 1                                            | 1                    | 3                                                   | 1                                 | 0                      | 0              | 0    | 0               | 1           | 0    | 1              | 7      |
| 2                                            | 2                    | 9                                                   | 9                                 | 0                      | 1              | 0    | 1               | 3           | 0    | 9              | 34     |
| 3                                            | 2                    | 8                                                   | 7                                 | 1                      | 1              | 0    | 0               | 1           | 0    | 6              | 26     |
| 4                                            | 5                    | 15                                                  | 11                                | 1                      | 1              | 0    | 1               | 5           | 1    | 11             | 51     |
| 5                                            | 2                    | 8                                                   | 4                                 | 0                      | 1              | 0    | 0               | 1           | 0    | 4              | 20     |
| 6                                            | 1                    | 4                                                   | 1                                 | 1                      | 0              | 0    | 0               | 1           | 0    | 1              | 9      |
| 7                                            | 0                    | 0                                                   | 0                                 | 0                      | 0              | 0    | 0               | 0           | 0    | 1              | 1      |
| ΣΥΝΟΛΑ                                       | 13                   | 47                                                  | 33                                | 3                      | 4              | 0    | 2               | 12          | 1    | 33             | 148    |
| ΑΝΩ ΤΩΝ 40                                   |                      |                                                     |                                   |                        |                |      |                 |             |      |                |        |
| 0                                            | 4                    | 12                                                  | 6                                 | 1                      | 1              | 0    | 0               | 3           | 0    | 6              | 33     |
| 1                                            | 1                    | 9                                                   | 5                                 | 0                      | 1              | 0    | 1               | 2           | 0    | 5              | 24     |
| 2                                            | 8                    | 25                                                  | 20                                | 2                      | 1              | 0    | 1               | 6           | 0    | 21             | 84     |
| 3                                            | 0                    | 1                                                   | 2                                 | 0                      | 1              | 0    | 0               | 1           | 1    | 1              | 7      |
| 4                                            | 0                    | 0                                                   | 0                                 | 0                      | 0              | 0    | 0               | 0           | 0    | 0              | 0      |
| 5                                            | 0                    | 0                                                   | 0                                 | 0                      | 0              | 0    | 0               | 0           | 0    | 0              | 0      |
| 6                                            | 0                    | 0                                                   | 0                                 | 0                      | 0              | 0    | 0               | 0           | 0    | 0              | 0      |
| 7                                            | 0                    | 0                                                   | 0                                 | 0                      | 0              | 0    | 0               | 0           | 0    | 0              | 0      |
| ΣΥΝΟΛΑ                                       | 13                   | 47                                                  | 33                                | 3                      | 4              | 0    | 2               | 12          | 1    | 33             | 148    |

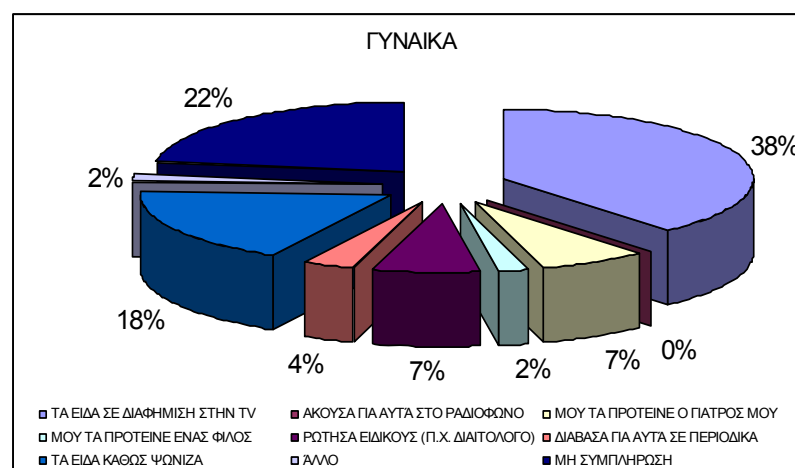
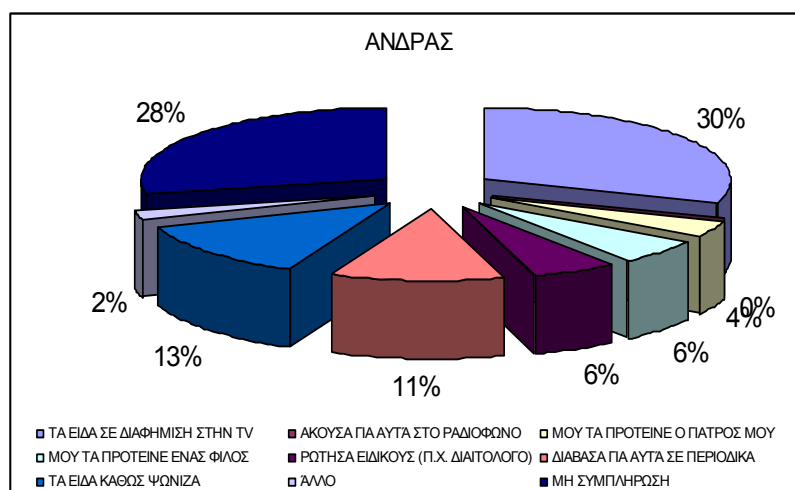
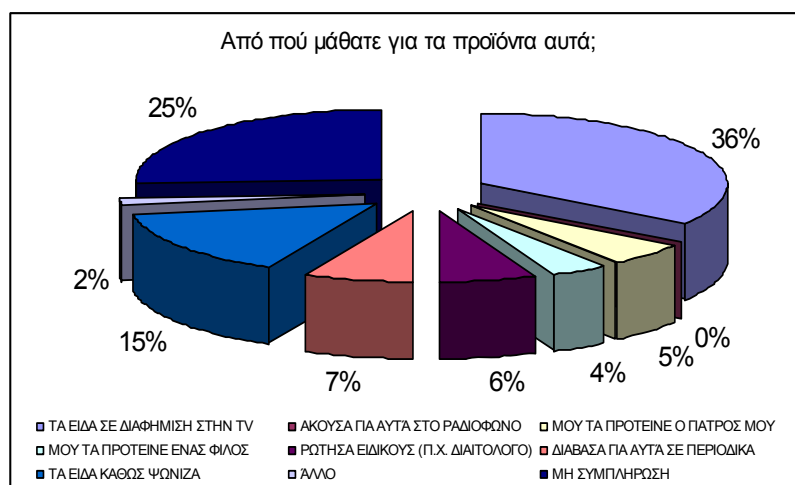
**Ερώτηση 11η:** Ποιος είναι ο λόγος που προτιμάτε τα προϊόντα αυτά;



Σε αυτή την ερώτηση βλέπουμε ότι το 22% δεν συμπλήρωσε απάντηση (συμπερασματικά λογικό αν συνυπολογίσουμε τη συμπεριφορά και τα ποσοστά από τις προηγούμενες ερωτήσεις). Μεγάλο ποσοστό (34%) θεωρεί ότι είναι πιο υγιεινά ενώ 22% των απαντήσεων είναι για πρόληψη στην αύξηση της χοληστερίνης. Αξίζει να σημειωθεί ότι 9% των επιλογών ήταν γιατί τα θεωρούν αρκετά νόστιμα. Οι άντρες με τις γυναίκες δίνουν παρόμοιες προτιμήσεις με μόνη διαφορά το μεγαλύτερο ποσοστό των επιλογών στην πρόληψη για τη μη αύξηση της χοληστερίνης (26% οι γυναίκες ενώ 18% οι άνδρες).

| ΕΡΩΤΗΣΗ: 12       |                              | Από πού μάθατε για τα προϊόντα αυτά; |                               |                            |                                   |                               |                      |          |               |            |
|-------------------|------------------------------|--------------------------------------|-------------------------------|----------------------------|-----------------------------------|-------------------------------|----------------------|----------|---------------|------------|
|                   | ΤΑ ΕΙΔΑ ΣΕ ΔΙΑΦΗΜΙΣΗ ΣΤΗΝ TV | ΑΚΟΥΣΑ ΓΙΑ ΑΥΤΑ ΣΤΟ ΡΑΔΙΟΦΩΝΟ        | ΜΟΥ ΤΑ ΠΡΟΤΕΙΝΕ Ο ΓΙΑΤΡΟΣ ΜΟΥ | ΜΟΥ ΤΑ ΠΡΟΤΕΙΝΕ ΕΝΑΣ ΦΙΛΟΣ | ΡΩΤΗΣΑ ΕΙΔΙΚΟΥΣ (Π.Χ. ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΟ) | ΔΙΑΒΑΣΑ ΓΙΑ ΑΥΤΑ ΣΕ ΠΕΡΙΟΔΙΚΑ | ΤΑ ΕΙΔΑ ΚΑΘΩΣ ΨΩΝΙΖΑ | ΆΛΛΟ     | ΜΗ ΣΥΜΠΛΗΡΩΣΗ | ΣΥΝΟΛΑ     |
| <b>ΦΥΛΟ</b>       |                              |                                      |                               |                            |                                   |                               |                      |          |               |            |
| ΑΝΔΡΑΣ            | 16                           | 0                                    | 2                             | 3                          | 3                                 | 6                             | 7                    | 1        | 15            | 53         |
| ΓΥΝΑΙΚΑ           | 22                           | 0                                    | 4                             | 1                          | 4                                 | 2                             | 10                   | 1        | 13            | 57         |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>38</b>                    | <b>0</b>                             | <b>6</b>                      | <b>4</b>                   | <b>7</b>                          | <b>8</b>                      | <b>17</b>            | <b>2</b> | <b>28</b>     | <b>110</b> |
| <b>ΗΛΙΚΙΑ</b>     |                              |                                      |                               |                            |                                   |                               |                      |          |               |            |
| -19               | 2                            | 0                                    | 0                             | 0                          | 0                                 | 0                             | 0                    | 0        | 1             | 3          |
| 20-29             | 9                            | 0                                    | 0                             | 2                          | 3                                 | 3                             | 9                    | 0        | 6             | 32         |
| 30-39             | 12                           | 0                                    | 1                             | 2                          | 3                                 | 5                             | 6                    | 1        | 9             | 39         |
| 40-49             | 7                            | 0                                    | 4                             | 0                          | 0                                 | 0                             | 1                    | 1        | 7             | 20         |
| 50-59             | 5                            | 0                                    | 1                             | 0                          | 0                                 | 0                             | 0                    | 0        | 3             | 9          |
| 60 +              | 3                            | 0                                    | 0                             | 0                          | 1                                 | 0                             | 1                    | 0        | 2             | 7          |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>38</b>                    | <b>0</b>                             | <b>6</b>                      | <b>4</b>                   | <b>7</b>                          | <b>8</b>                      | <b>17</b>            | <b>2</b> | <b>28</b>     | <b>110</b> |
| <b>ΑΠΑΣΧΟΛΗΣΗ</b> |                              |                                      |                               |                            |                                   |                               |                      |          |               |            |
| ΔΗΜ. ΥΠΑΛ.        | 9                            | 0                                    | 1                             | 0                          | 0                                 | 1                             | 2                    | 1        | 7             | 21         |
| ΙΔ. ΥΠΑΛ.         | 15                           | 0                                    | 3                             | 3                          | 4                                 | 6                             | 12                   | 1        | 11            | 55         |
| ΠΡΟΣ. ΕΠΙΧΕΙΡ.    | 5                            | 0                                    | 0                             | 0                          | 0                                 | 0                             | 0                    | 0        | 4             | 9          |
| ΤΕΧΝΙΤΗΣ          | 1                            | 0                                    | 0                             | 0                          | 0                                 | 1                             | 1                    | 0        | 1             | 4          |
| ΟΙΚΟΔΟΜ.          | 0                            | 0                                    | 0                             | 0                          | 0                                 | 0                             | 0                    | 0        | 0             | 0          |
| ΕΙΣΟΔΗΜΑΤ.        | 2                            | 0                                    | 0                             | 0                          | 0                                 | 0                             | 0                    | 0        | 1             | 3          |
| ΑΝΕΡΓΟΣ           | 1                            | 0                                    | 0                             | 1                          | 0                                 | 0                             | 0                    | 0        | 1             | 3          |
| ΆΛΛΟ              | 5                            | 0                                    | 2                             | 0                          | 3                                 | 0                             | 2                    | 0        | 3             | 15         |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>38</b>                    | <b>0</b>                             | <b>6</b>                      | <b>4</b>                   | <b>7</b>                          | <b>8</b>                      | <b>17</b>            | <b>2</b> | <b>28</b>     | <b>110</b> |
| <b>ΜΟΡΦΩΣΗ</b>    |                              |                                      |                               |                            |                                   |                               |                      |          |               |            |
| ΔΗΜΟΤΙΚΟ          | 1                            | 0                                    | 1                             | 0                          | 0                                 | 0                             | 1                    | 0        | 1             | 4          |
| ΓΥΜΝΑΣΙΟ          | 4                            | 0                                    | 2                             | 1                          | 1                                 | 1                             | 2                    | 0        | 3             | 14         |
| ΛΥΚΕΙΟ            | 11                           | 0                                    | 1                             | 1                          | 0                                 | 1                             | 2                    | 1        | 9             | 26         |
| ΤΕΕ-ΙΕΚ           | 2                            | 0                                    | 1                             | 1                          | 0                                 | 1                             | 1                    | 0        | 2             | 8          |
| ΤΕΙ               | 5                            | 0                                    | 0                             | 0                          | 2                                 | 4                             | 3                    | 0        | 3             | 17         |
| ΑΕΙ               | 8                            | 0                                    | 1                             | 1                          | 2                                 | 0                             | 4                    | 1        | 6             | 23         |
| ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΟ      | 7                            | 0                                    | 0                             | 0                          | 2                                 | 1                             | 4                    | 0        | 4             | 18         |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>38</b>                    | <b>0</b>                             | <b>6</b>                      | <b>4</b>                   | <b>7</b>                          | <b>8</b>                      | <b>17</b>            | <b>2</b> | <b>28</b>     | <b>110</b> |
| <b>ΜΕΛΗ ΟΙΚ.</b>  |                              |                                      |                               |                            |                                   |                               |                      |          |               |            |
| 1                 | 2                            | 0                                    | 1                             | 0                          | 0                                 | 0                             | 0                    | 0        | 2             | 5          |
| 2                 | 9                            | 0                                    | 1                             | 1                          | 2                                 | 3                             | 4                    | 0        | 6             | 26         |
| 3                 | 6                            | 0                                    | 0                             | 0                          | 3                                 | 1                             | 4                    | 0        | 4             | 18         |
| 4                 | 13                           | 0                                    | 2                             | 2                          | 1                                 | 2                             | 5                    | 1        | 10            | 36         |
| 5                 | 6                            | 0                                    | 1                             | 1                          | 1                                 | 2                             | 4                    | 1        | 4             | 20         |
| 6                 | 2                            | 0                                    | 1                             | 0                          | 0                                 | 0                             | 0                    | 0        | 1             | 4          |
| 7                 | 0                            | 0                                    | 0                             | 0                          | 0                                 | 0                             | 0                    | 0        | 1             | 1          |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>38</b>                    | <b>0</b>                             | <b>6</b>                      | <b>4</b>                   | <b>7</b>                          | <b>8</b>                      | <b>17</b>            | <b>2</b> | <b>28</b>     | <b>110</b> |
| <b>ΑΝΩ ΤΩΝ 40</b> |                              |                                      |                               |                            |                                   |                               |                      |          |               |            |
| 0                 | 7                            | 0                                    | 3                             | 1                          | 2                                 | 1                             | 3                    | 0        | 5             | 22         |
| 1                 | 5                            | 0                                    | 1                             | 1                          | 2                                 | 1                             | 5                    | 0        | 4             | 19         |
| 2                 | 24                           | 0                                    | 2                             | 2                          | 3                                 | 6                             | 8                    | 2        | 18            | 65         |
| 3                 | 2                            | 0                                    | 0                             | 0                          | 0                                 | 0                             | 1                    | 0        | 1             | 4          |
| 4                 | 0                            | 0                                    | 0                             | 0                          | 0                                 | 0                             | 0                    | 0        | 0             | 0          |
| 5                 | 0                            | 0                                    | 0                             | 0                          | 0                                 | 0                             | 0                    | 0        | 0             | 0          |
| 6                 | 0                            | 0                                    | 0                             | 0                          | 0                                 | 0                             | 0                    | 0        | 0             | 0          |
| 7                 | 0                            | 0                                    | 0                             | 0                          | 0                                 | 0                             | 0                    | 0        | 0             | 0          |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>38</b>                    | <b>0</b>                             | <b>6</b>                      | <b>4</b>                   | <b>7</b>                          | <b>8</b>                      | <b>17</b>            | <b>2</b> | <b>28</b>     | <b>110</b> |

**Ερώτηση 12η:** Από πού μάθατε για τα προϊόντα αυτά;

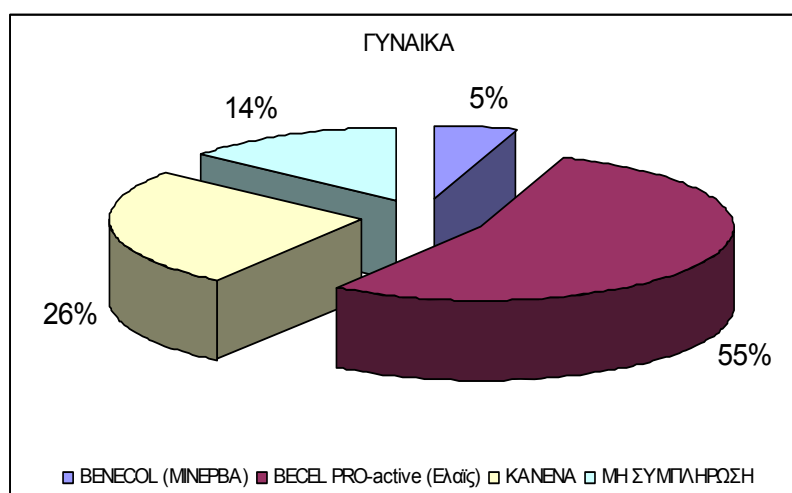
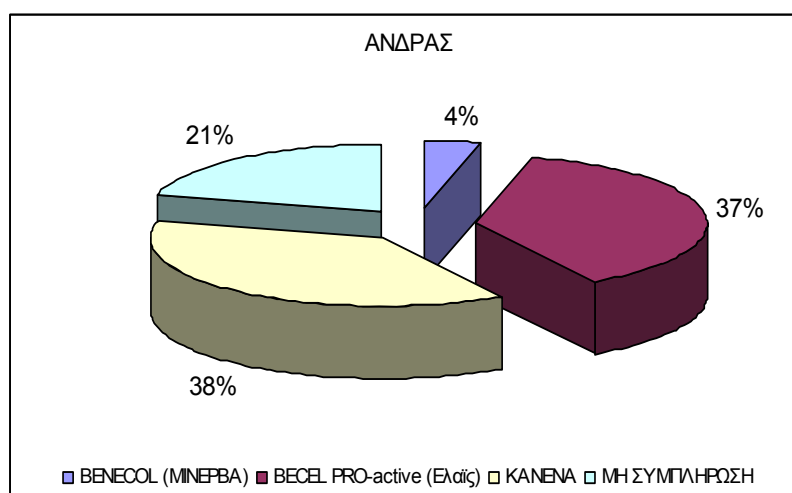
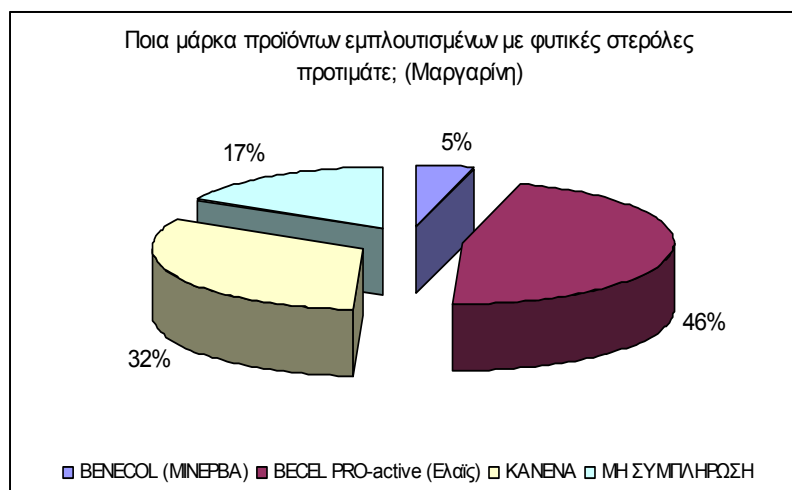


Σε αυτή την ερώτηση βλέπουμε την αποχή να φθάνει στο 25% ενώ την επιρροή της τηλεόρασης να είναι αρκετά εμφανής (36%). Η επόμενη αμέσως επιρροή φαίνεται να είναι η διάρκεια των αγορών αφού το 15% των απαντήσεων ανέφερε ότι τα είδαν ενώ ψώνιζαν. Οι άλλες επιλογές μοιράζονται μικρά ποσοστά αλλά αξίζει να υπογραμμίσουμε το γεγονός ότι ενώ υπάρχουν αρκετά ραδιοφωνικά σπότ κανείς δεν απάντησε ότι άκουσε για αυτά στο ραδιόφωνο. Αναλογικά οι απαντήσεις των γυναικών και των ανδρών ήταν στα ίδια επίπεδα με πιο έντονες διαφορές στα ποσοστά όσον αφορά την επιρροή από την TV (30% οι άνδρες ενώ 38% οι γυναίκες) και τα περιοδικά (11% οι άνδρες με μόλις 4% οι γυναίκες).



| ΕΡΩΤΗΣΗ: 13Α      |                   | Ποια μάρκα προϊόντων εμπλουτισμένων με φυτικές στερόλες προτιμάτε; (Μαργαρίνη) |           |               |            |
|-------------------|-------------------|--------------------------------------------------------------------------------|-----------|---------------|------------|
|                   | ΒΕΝΕCOL (ΜΙΝΕΡΒΑ) | ΒΕCEL PRO-active (Ελαίς)                                                       | ΚΑΝΕΝΑ    | ΜΗ ΣΥΜΠΛΗΡΩΣΗ | ΣΥΝΟΛΑ     |
| <b>ΦΥΛΟ</b>       |                   |                                                                                |           |               |            |
| ΑΝΔΡΑΣ            | 2                 | 20                                                                             | 20        | 11            | 53         |
| ΓΥΝΑΙΚΑ           | 3                 | 31                                                                             | 15        | 8             | 57         |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>5</b>          | <b>51</b>                                                                      | <b>35</b> | <b>19</b>     | <b>110</b> |
| <b>ΗΛΙΚΙΑ</b>     |                   |                                                                                |           |               |            |
| -19               | 0                 | 1                                                                              | 1         | 1             | 3          |
| 20-29             | 1                 | 13                                                                             | 13        | 5             | 32         |
| 30-39             | 3                 | 19                                                                             | 11        | 6             | 39         |
| 40-49             | 1                 | 8                                                                              | 7         | 4             | 20         |
| 50-59             | 0                 | 5                                                                              | 2         | 2             | 9          |
| 60 +              | 0                 | 5                                                                              | 1         | 1             | 7          |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>5</b>          | <b>51</b>                                                                      | <b>35</b> | <b>19</b>     | <b>110</b> |
| <b>ΑΠΑΣΧΟΛΗΣΗ</b> |                   |                                                                                |           |               |            |
| ΔΗΜ. ΥΠΑΛ.        | 1                 | 12                                                                             | 4         | 4             | 21         |
| ΙΔ. ΥΠΑΛ.         | 3                 | 23                                                                             | 24        | 5             | 55         |
| ΠΡΟΣ. ΕΠΙΧΕΙΡ.    | 0                 | 5                                                                              | 2         | 2             | 9          |
| ΤΕΧΝΙΤΗΣ          | 0                 | 1                                                                              | 1         | 2             | 4          |
| ΟΙΚΟΔΟΜ.          | 0                 | 0                                                                              | 0         | 0             | 0          |
| ΕΙΣΟΔΗΜΑΤ.        | 1                 | 1                                                                              | 0         | 1             | 3          |
| ΑΝΕΡΓΟΣ           | 0                 | 1                                                                              | 0         | 2             | 3          |
| ΆΛΛΟ              | 0                 | 8                                                                              | 4         | 3             | 15         |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>5</b>          | <b>51</b>                                                                      | <b>35</b> | <b>19</b>     | <b>110</b> |
| <b>ΜΟΡΦΩΣΗ</b>    |                   |                                                                                |           |               |            |
| ΔΗΜΟΤΙΚΟ          | 0                 | 1                                                                              | 1         | 2             | 4          |
| ΓΥΜΝΑΣΙΟ          | 1                 | 8                                                                              | 3         | 2             | 14         |
| ΛΥΚΕΙΟ            | 1                 | 15                                                                             | 6         | 4             | 26         |
| ΤΕΕ-ΙΕΚ           | 0                 | 2                                                                              | 4         | 2             | 8          |
| ΤΕΙ               | 1                 | 7                                                                              | 6         | 3             | 17         |
| ΑΕΙ               | 2                 | 10                                                                             | 7         | 4             | 23         |
| ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΟ      | 0                 | 8                                                                              | 8         | 2             | 18         |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>5</b>          | <b>51</b>                                                                      | <b>35</b> | <b>19</b>     | <b>110</b> |
| <b>ΜΕΛΗ ΟΙΚ.</b>  |                   |                                                                                |           |               |            |
| 1                 | 0                 | 2                                                                              | 1         | 2             | 5          |
| 2                 | 1                 | 12                                                                             | 9         | 4             | 26         |
| 3                 | 0                 | 9                                                                              | 6         | 3             | 18         |
| 4                 | 4                 | 14                                                                             | 12        | 6             | 36         |
| 5                 | 0                 | 11                                                                             | 6         | 3             | 20         |
| 6                 | 0                 | 3                                                                              | 1         | 0             | 4          |
| 7                 | 0                 | 0                                                                              | 0         | 1             | 1          |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>5</b>          | <b>51</b>                                                                      | <b>35</b> | <b>19</b>     | <b>110</b> |
| <b>ΑΝΩ ΤΩΝ 40</b> |                   |                                                                                |           |               |            |
| 0                 | 1                 | 9                                                                              | 7         | 5             | 22         |
| 1                 | 0                 | 7                                                                              | 10        | 2             | 19         |
| 2                 | 3                 | 34                                                                             | 17        | 11            | 65         |
| 3                 | 1                 | 1                                                                              | 1         | 1             | 4          |
| 4                 | 0                 | 0                                                                              | 0         | 0             | 0          |
| 5                 | 0                 | 0                                                                              | 0         | 0             | 0          |
| 6                 | 0                 | 0                                                                              | 0         | 0             | 0          |
| 7                 | 0                 | 0                                                                              | 0         | 0             | 0          |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>5</b>          | <b>51</b>                                                                      | <b>35</b> | <b>19</b>     | <b>110</b> |

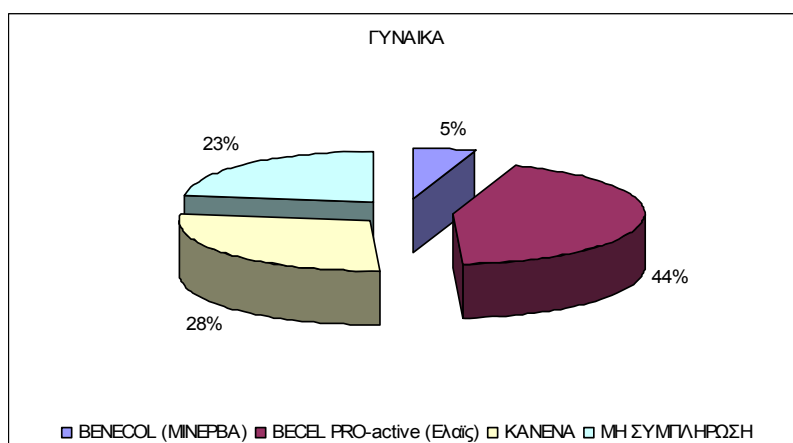
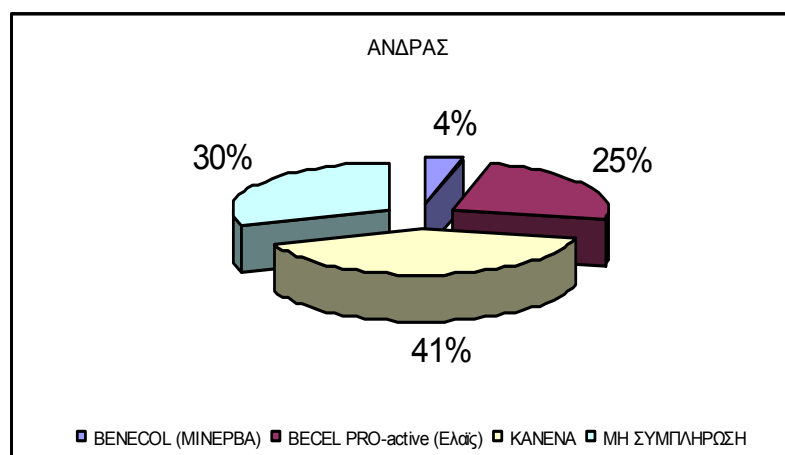
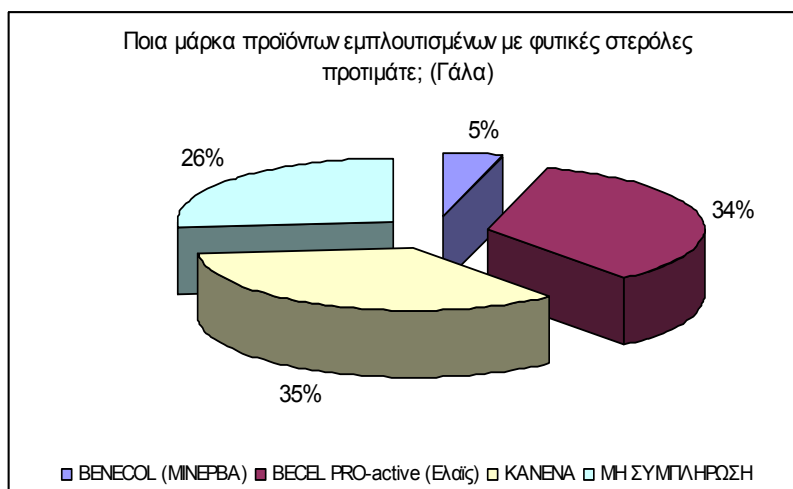
**Ερώτηση 13ηΑ:** Ποια μάρκα προϊόντων εμπλουτισμένων με φυτικές στερόλες προτιμάτε; (Μαργαρίνη)



Στην ερώτηση αυτή βλέπουμε ότι το 49% (17% μη συμπλήρωση και 32% κανένα ) δεν επέλεξε μια εκ των δύο που δώσαμε ως επιλογή για τη μαργαρίνη. Το 46% όμως που έλαβε το Becel pro.active σε σχέση με το 5% του Benecol δίνει εμφανώς την χαοτική διαφορά στην προτίμηση μεταξύ των δύο προϊόντων. Οι άντρες σχεδόν ταυτίζονται με το μέσο όρο των απαντήσεων σε αντίθεση με τις γυναίκες που προτίμησαν ακόμα περισσότερο το Becel pro.activ (55%) και είχαν αρκετά πιο μειωμένο ποσοστό στην επιλογή Κανένα (26%).

| <b>ΕΡΩΤΗΣΗ: 13B</b> |                   | Ποια μάρκα προϊόντων εμπλουτισμένων με φυτικές στερόλες προτιμάτε; (Γάλα) |           |               |            |
|---------------------|-------------------|---------------------------------------------------------------------------|-----------|---------------|------------|
|                     | BENECOL (MINEPBA) | BECEL PRO-active (Ελαίς)                                                  | ΚΑΝΕΝΑ    | ΜΗ ΣΥΜΠΛΗΡΩΣΗ | ΣΥΝΟΛΑ     |
| <b>ΦΥΛΟ</b>         |                   |                                                                           |           |               |            |
| ΑΝΔΡΑΣ              | 2                 | 13                                                                        | 22        | 16            | 53         |
| ΓΥΝΑΙΚΑ             | 3                 | 25                                                                        | 16        | 13            | 57         |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>       | <b>5</b>          | <b>38</b>                                                                 | <b>38</b> | <b>29</b>     | <b>110</b> |
| <b>ΗΛΙΚΙΑ</b>       |                   |                                                                           |           |               |            |
| -19                 | 0                 | 1                                                                         | 1         | 1             | 3          |
| 20-29               | 1                 | 9                                                                         | 13        | 9             | 32         |
| 30-39               | 3                 | 13                                                                        | 12        | 11            | 39         |
| 40-49               | 1                 | 7                                                                         | 7         | 5             | 20         |
| 50-59               | 0                 | 4                                                                         | 3         | 2             | 9          |
| 60 +                | 0                 | 4                                                                         | 2         | 1             | 7          |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>       | <b>5</b>          | <b>38</b>                                                                 | <b>38</b> | <b>29</b>     | <b>110</b> |
| <b>ΑΠΑΣΧΟΛΗΣΗ</b>   |                   |                                                                           |           |               |            |
| ΔΗΜ. ΥΠΑΛ.          | 1                 | 9                                                                         | 4         | 7             | 21         |
| ΙΔ. ΥΠΑΛ.           | 3                 | 16                                                                        | 27        | 9             | 55         |
| ΠΡΟΣ. ΕΠΙΧΕΙΡ.      | 0                 | 5                                                                         | 2         | 2             | 9          |
| ΤΕΧΝΙΤΗΣ            | 0                 | 1                                                                         | 1         | 2             | 4          |
| ΟΙΚΟΔΟΜ.            | 0                 | 0                                                                         | 0         | 0             | 0          |
| ΕΙΣΟΔΗΜΑΤ.          | 1                 | 1                                                                         | 0         | 1             | 3          |
| ΑΝΕΡΓΟΣ             | 0                 | 1                                                                         | 0         | 2             | 3          |
| ΆΛΛΟ                | 0                 | 5                                                                         | 4         | 6             | 15         |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>       | <b>5</b>          | <b>38</b>                                                                 | <b>38</b> | <b>29</b>     | <b>110</b> |
| <b>ΜΟΡΦΩΣΗ</b>      |                   |                                                                           |           |               |            |
| ΔΗΜΟΤΙΚΟ            | 0                 | 1                                                                         | 1         | 2             | 4          |
| ΓΥΜΝΑΣΙΟ            | 1                 | 8                                                                         | 3         | 2             | 14         |
| ΛΥΚΕΙΟ              | 1                 | 10                                                                        | 7         | 8             | 26         |
| ΤΕΕ-ΙΕΚ             | 0                 | 2                                                                         | 4         | 2             | 8          |
| ΤΕΙ                 | 1                 | 7                                                                         | 6         | 3             | 17         |
| ΑΕΙ                 | 2                 | 5                                                                         | 8         | 8             | 23         |
| ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΟ        | 0                 | 5                                                                         | 9         | 4             | 18         |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>       | <b>5</b>          | <b>38</b>                                                                 | <b>38</b> | <b>29</b>     | <b>110</b> |
| <b>ΜΕΛΗ ΟΙΚ.</b>    |                   |                                                                           |           |               |            |
| 1                   | 0                 | 2                                                                         | 1         | 2             | 5          |
| 2                   | 1                 | 8                                                                         | 10        | 7             | 26         |
| 3                   | 0                 | 8                                                                         | 6         | 4             | 18         |
| 4                   | 4                 | 11                                                                        | 12        | 9             | 36         |
| 5                   | 0                 | 7                                                                         | 8         | 5             | 20         |
| 6                   | 0                 | 2                                                                         | 1         | 1             | 4          |
| 7                   | 0                 | 0                                                                         | 0         | 1             | 1          |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>       | <b>5</b>          | <b>38</b>                                                                 | <b>38</b> | <b>29</b>     | <b>110</b> |
| <b>ΑΝΩ ΤΩΝ 40</b>   |                   |                                                                           |           |               |            |
| 0                   | 1                 | 6                                                                         | 7         | 8             | 22         |
| 1                   | 0                 | 6                                                                         | 11        | 2             | 19         |
| 2                   | 3                 | 25                                                                        | 19        | 18            | 65         |
| 3                   | 1                 | 1                                                                         | 1         | 1             | 4          |
| 4                   | 0                 | 0                                                                         | 0         | 0             | 0          |
| 5                   | 0                 | 0                                                                         | 0         | 0             | 0          |
| 6                   | 0                 | 0                                                                         | 0         | 0             | 0          |
| 7                   | 0                 | 0                                                                         | 0         | 0             | 0          |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>       | <b>5</b>          | <b>38</b>                                                                 | <b>38</b> | <b>29</b>     | <b>110</b> |

**Ερώτηση 13ηB:** Ποια μάρκα προϊόντων εμπλουτισμένων με φυτικές στερόλες προτιμάτε; (Γάλα)

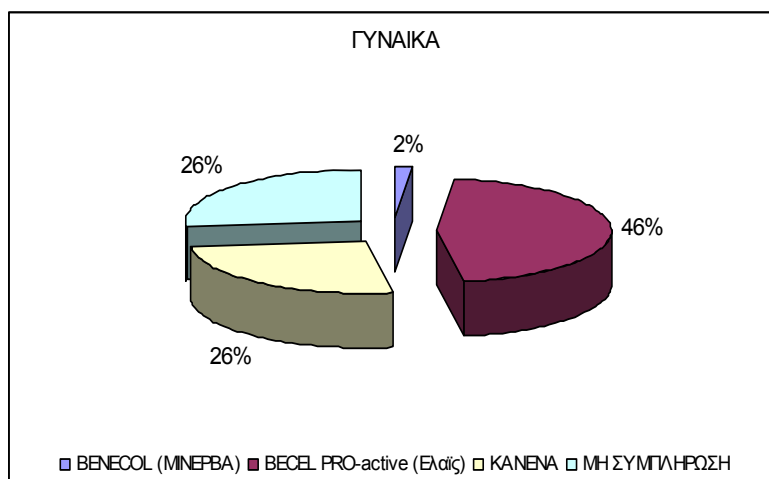
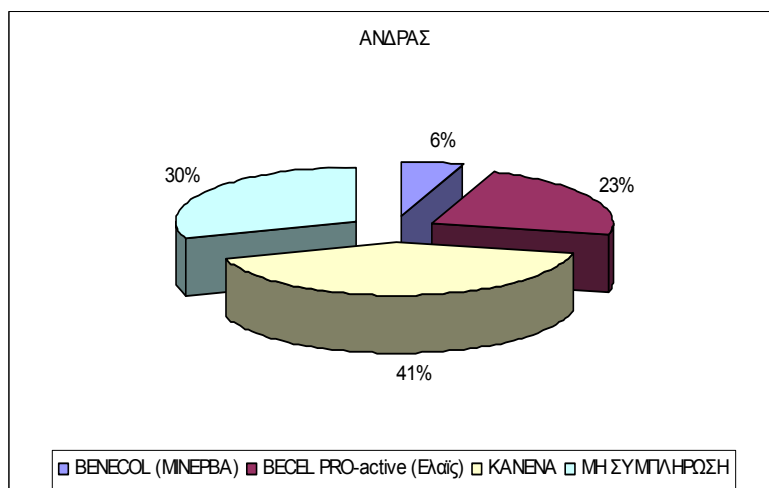
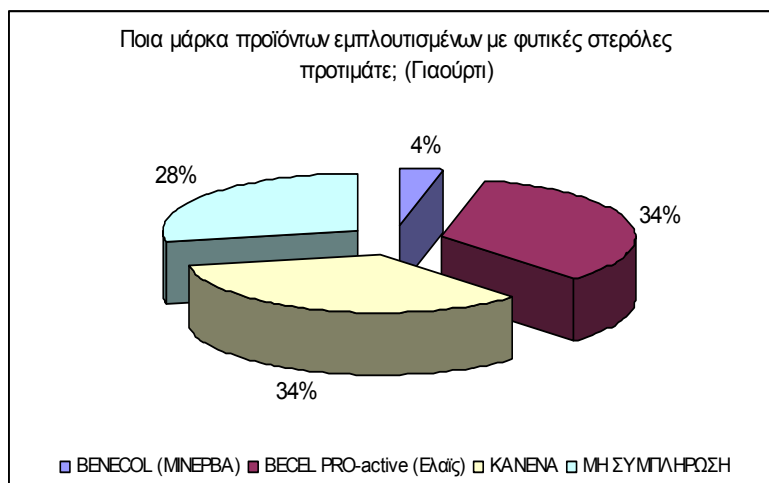


Στην ερώτηση αυτή βλέπουμε ότι το 61% (26% μη συμπλήρωση και 35% κανένα ) δεν επέλεξε μια εκ των δύο που δώσαμε ως επιλογή για το γάλα και αυτό ίσως να οφείλεται στο γεγονός ότι είναι νέο το προϊόν στην αγορά. Το 34% όμως που έλαβε το Becel pro.active σε σχέση με το 5% του Benecol δίνει εμφανώς την χαοτική διαφορά στην προτίμηση μεταξύ των δύο προϊόντων.

Οι άντρες απέχουν ακόμα περισσότερο από αυτή την ερώτηση (30% μη συμπλήρωση και 41% κανένα ) σε αντίθεση με τις γυναίκες που προτίμησαν περισσότερο το Becel pro.activ (44% έναντι του 25% των ανδρών) και είχαν αρκετά πιο μειωμένο ποσοστό στην επιλογή Κανένα (23%).

| ΕΡΩΤΗΣΗ: 13Γ      |                   | Ποια μάρκα προϊόντων εμπλουτισμένων με φυτικές στερόλες προτιμάτε; (Γιαούρτι) |           |               |            |
|-------------------|-------------------|-------------------------------------------------------------------------------|-----------|---------------|------------|
|                   | BENECOL (MINEPBA) | BECEL PRO-active (Ελαΐς)                                                      | ΚΑΝΕΝΑ    | ΜΗ ΣΥΜΠΛΗΡΩΣΗ | ΣΥΝΟΛΑ     |
| <b>ΦΥΛΟ</b>       |                   |                                                                               |           |               |            |
| ΑΝΔΡΑΣ            | 3                 | 12                                                                            | 22        | 16            | 53         |
| ΓΥΝΑΙΚΑ           | 1                 | 26                                                                            | 15        | 15            | 57         |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>4</b>          | <b>38</b>                                                                     | <b>37</b> | <b>31</b>     | <b>110</b> |
| <b>ΗΛΙΚΙΑ</b>     |                   |                                                                               |           |               |            |
| -19               | 0                 | 1                                                                             | 1         | 1             | 3          |
| 20-29             | 1                 | 9                                                                             | 12        | 10            | 32         |
| 30-39             | 2                 | 13                                                                            | 12        | 12            | 39         |
| 40-49             | 1                 | 7                                                                             | 7         | 5             | 20         |
| 50-59             | 0                 | 4                                                                             | 3         | 2             | 9          |
| 60 +              | 0                 | 4                                                                             | 2         | 1             | 7          |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>4</b>          | <b>38</b>                                                                     | <b>37</b> | <b>31</b>     | <b>110</b> |
| <b>ΑΠΑΣΧΟΛΗΣΗ</b> |                   |                                                                               |           |               |            |
| ΔΗΜ. ΥΠΑΛ.        | 1                 | 9                                                                             | 4         | 7             | 21         |
| ΙΔ. ΥΠΑΛ.         | 2                 | 16                                                                            | 26        | 11            | 55         |
| ΠΡΟΣ. ΕΠΙΧΕΙΡ.    | 0                 | 5                                                                             | 2         | 2             | 9          |
| ΤΕΧΝΙΤΗΣ          | 0                 | 1                                                                             | 1         | 2             | 4          |
| ΟΙΚΟΔΟΜ.          | 0                 | 0                                                                             | 0         | 0             | 0          |
| ΕΙΣΟΔΗΜΑΤ.        | 1                 | 1                                                                             | 0         | 1             | 3          |
| ΑΝΕΡΓΟΣ           | 0                 | 1                                                                             | 0         | 2             | 3          |
| ΆΛΛΟ              | 0                 | 5                                                                             | 4         | 6             | 15         |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>4</b>          | <b>38</b>                                                                     | <b>37</b> | <b>31</b>     | <b>110</b> |
| <b>ΜΟΡΦΩΣΗ</b>    |                   |                                                                               |           |               |            |
| ΔΗΜΟΤΙΚΟ          | 0                 | 1                                                                             | 1         | 2             | 4          |
| ΓΥΜΝΑΣΙΟ          | 1                 | 8                                                                             | 3         | 2             | 14         |
| ΛΥΚΕΙΟ            | 1                 | 10                                                                            | 6         | 9             | 26         |
| ΤΕΕ-ΙΕΚ           | 0                 | 2                                                                             | 4         | 2             | 8          |
| ΤΕΙ               | 1                 | 7                                                                             | 6         | 3             | 17         |
| ΑΕΙ               | 1                 | 5                                                                             | 8         | 9             | 23         |
| ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΟ      | 0                 | 5                                                                             | 9         | 4             | 18         |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>4</b>          | <b>38</b>                                                                     | <b>37</b> | <b>31</b>     | <b>110</b> |
| <b>ΜΕΛΗ ΟΙΚ.</b>  |                   |                                                                               |           |               |            |
| 1                 | 0                 | 2                                                                             | 1         | 2             | 5          |
| 2                 | 1                 | 8                                                                             | 10        | 7             | 26         |
| 3                 | 0                 | 8                                                                             | 6         | 4             | 18         |
| 4                 | 3                 | 11                                                                            | 12        | 10            | 36         |
| 5                 | 0                 | 7                                                                             | 7         | 6             | 20         |
| 6                 | 0                 | 2                                                                             | 1         | 1             | 4          |
| 7                 | 0                 | 0                                                                             | 0         | 1             | 1          |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>4</b>          | <b>38</b>                                                                     | <b>37</b> | <b>31</b>     | <b>110</b> |
| <b>ΑΝΩ ΤΩΝ 40</b> |                   |                                                                               |           |               |            |
| 0                 | 1                 | 6                                                                             | 7         | 8             | 22         |
| 1                 | 0                 | 6                                                                             | 10        | 3             | 19         |
| 2                 | 2                 | 25                                                                            | 19        | 19            | 65         |
| 3                 | 1                 | 1                                                                             | 1         | 1             | 4          |
| 4                 | 0                 | 0                                                                             | 0         | 0             | 0          |
| 5                 | 0                 | 0                                                                             | 0         | 0             | 0          |
| 6                 | 0                 | 0                                                                             | 0         | 0             | 0          |
| 7                 | 0                 | 0                                                                             | 0         | 0             | 0          |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>4</b>          | <b>38</b>                                                                     | <b>37</b> | <b>31</b>     | <b>110</b> |

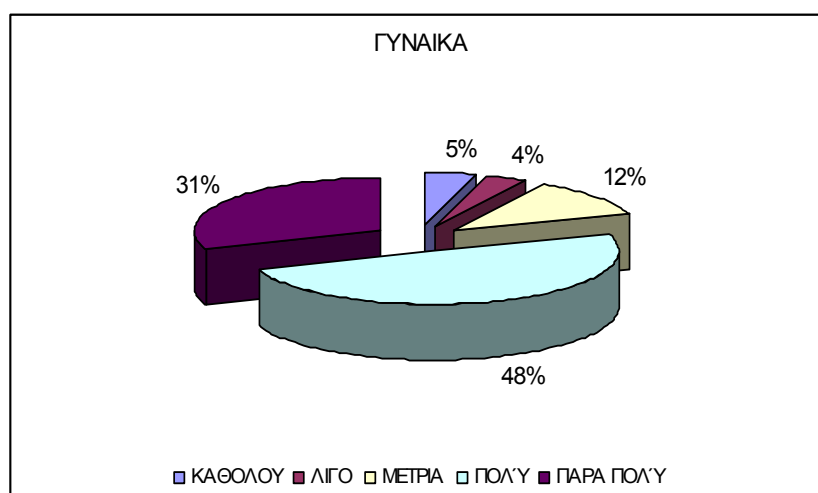
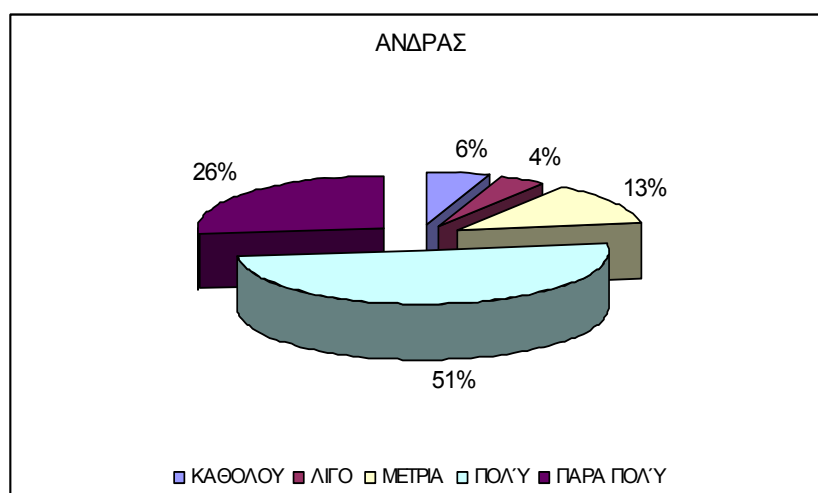
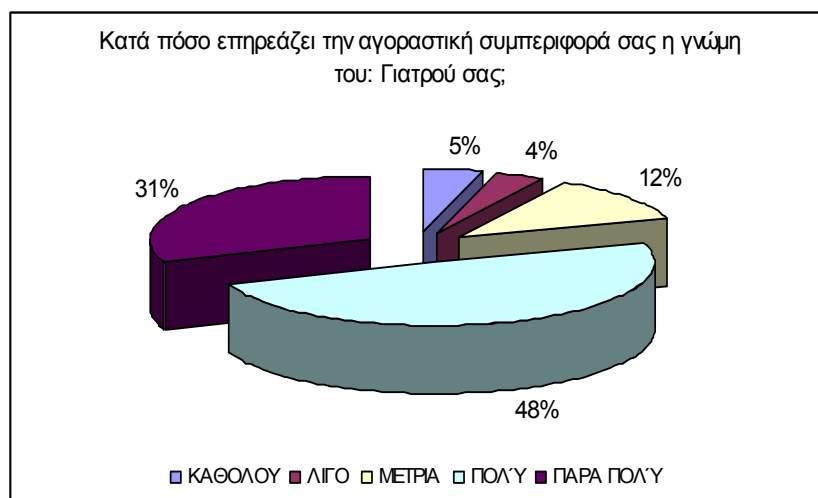
**Ερώτηση 13ηΓ: Ποια μάρκα προϊόντων εμπλουτισμένων με φυτικές στερόλες προτιμάτε; (Γιαούρτι)**



Στην ερώτηση αυτή βλέπουμε και πάλι ότι το 62% (28% μη συμπλήρωση και 34% κανένα ) δεν επέλεξε μια εκ των δύο που δώσαμε ως επιλογή για το γιαούρτι και αυτό ίσως να οφείλεται στο γεγονός ότι είναι και αυτό νέο το προϊόν στην αγορά. Το 34% όμως που έλαβε το Becel pro.active σε σχέση με το 4% του Benecol δίνει εμφανώς την χαοτική διαφορά στην προτίμηση μεταξύ των δύο προϊόντων. Οι άντρες απέχουν ακόμα περισσότερο από αυτή την ερώτηση (30% μη συμπλήρωση και 41% κανένα ) σε αντίθεση με τις γυναίκες που προτίμησαν περισσότερο το Becel pro.activ (46% έναντι του 23% των ανδρών) και είχαν μειωμένο ποσοστό στην επιλογή Κανένα (26%)..

| ΕΡΩΤΗΣΗ: 14Α      |          | Κατά πόσο επηρεάζει την αγοραστική συμπεριφορά σας η γνώμη του: Γιατρού σας; |           |           |           |            |
|-------------------|----------|------------------------------------------------------------------------------|-----------|-----------|-----------|------------|
|                   | ΚΑΘΟΛΟΥ  | ΛΙΓΟ                                                                         | ΜΕΤΡΙΑ    | ΠΟΛΥ      | ΠΑΡΑ ΠΟΛΥ | ΣΥΝΟΛΑ     |
| <b>ΦΥΛΟ</b>       |          |                                                                              |           |           |           |            |
| ΑΝΔΡΑΣ            | 3        | 2                                                                            | 7         | 27        | 14        | 53         |
| ΓΥΝΑΙΚΑ           | 2        | 2                                                                            | 6         | 27        | 20        | 57         |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>5</b> | <b>4</b>                                                                     | <b>13</b> | <b>54</b> | <b>34</b> | <b>110</b> |
| <b>ΗΛΙΚΙΑ</b>     |          |                                                                              |           |           |           |            |
| -19               | 1        | 1                                                                            | 0         | 1         | 0         | 3          |
| 20-29             | 2        | 2                                                                            | 4         | 16        | 8         | 32         |
| 30-39             | 1        | 1                                                                            | 4         | 22        | 11        | 39         |
| 40-49             | 1        | 0                                                                            | 3         | 5         | 11        | 20         |
| 50-59             | 0        | 0                                                                            | 1         | 6         | 2         | 9          |
| 60 +              | 0        | 0                                                                            | 1         | 4         | 2         | 7          |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>5</b> | <b>4</b>                                                                     | <b>13</b> | <b>54</b> | <b>34</b> | <b>110</b> |
| <b>ΑΠΑΣΧΟΛΗΣΗ</b> |          |                                                                              |           |           |           |            |
| ΔΗΜ. ΥΠΑΛ.        | 1        | 1                                                                            | 2         | 13        | 11        | 21         |
| ΙΔ. ΥΠΑΛ.         | 1        | 2                                                                            | 5         | 22        | 17        | 55         |
| ΠΡΟΣ. ΕΠΙΧΕΙΡ.    | 1        | 0                                                                            | 2         | 6         | 1         | 9          |
| ΤΕΧΝΙΤΗΣ          | 0        | 0                                                                            | 1         | 2         | 1         | 4          |
| ΟΙΚΟΔΟΜ.          | 0        | 0                                                                            | 0         | 0         | 0         | 0          |
| ΕΙΣΟΔΗΜΑΤ.        | 0        | 0                                                                            | 0         | 3         | 0         | 3          |
| ΑΝΕΡΓΟΣ           | 0        | 0                                                                            | 0         | 2         | 1         | 3          |
| ΆΛΛΟ              | 2        | 1                                                                            | 3         | 6         | 3         | 15         |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>5</b> | <b>4</b>                                                                     | <b>13</b> | <b>54</b> | <b>34</b> | <b>110</b> |
| <b>ΜΟΡΦΩΣΗ</b>    |          |                                                                              |           |           |           |            |
| ΔΗΜΟΤΙΚΟ          | 0        | 0                                                                            | 1         | 2         | 1         | 4          |
| ΓΥΜΝΑΣΙΟ          | 0        | 2                                                                            | 3         | 6         | 3         | 14         |
| ΛΥΚΕΙΟ            | 2        | 0                                                                            | 2         | 12        | 10        | 26         |
| ΤΕΕ-ΙΕΚ           | 0        | 1                                                                            | 2         | 4         | 1         | 8          |
| ΤΕΙ               | 1        | 1                                                                            | 2         | 7         | 6         | 17         |
| ΑΕΙ               | 1        | 0                                                                            | 1         | 14        | 7         | 23         |
| ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΟ      | 1        | 0                                                                            | 2         | 9         | 6         | 18         |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>5</b> | <b>4</b>                                                                     | <b>13</b> | <b>54</b> | <b>34</b> | <b>110</b> |
| <b>ΜΕΛΗ ΟΙΚ.</b>  |          |                                                                              |           |           |           |            |
| 1                 | 0        | 1                                                                            | 1         | 2         | 1         | 5          |
| 2                 | 1        | 1                                                                            | 3         | 14        | 7         | 26         |
| 3                 | 1        | 0                                                                            | 1         | 9         | 7         | 18         |
| 4                 | 2        | 2                                                                            | 6         | 16        | 10        | 36         |
| 5                 | 1        | 0                                                                            | 1         | 10        | 8         | 20         |
| 6                 | 0        | 0                                                                            | 1         | 2         | 1         | 4          |
| 7                 | 0        | 0                                                                            | 0         | 1         | 0         | 1          |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>5</b> | <b>4</b>                                                                     | <b>13</b> | <b>54</b> | <b>34</b> | <b>110</b> |
| <b>ΑΝΩ ΤΩΝ 40</b> |          |                                                                              |           |           |           |            |
| 0                 | 1        | 1                                                                            | 3         | 10        | 7         | 22         |
| 1                 | 1        | 0                                                                            | 2         | 10        | 6         | 19         |
| 2                 | 3        | 2                                                                            | 8         | 31        | 21        | 65         |
| 3                 | 0        | 1                                                                            | 0         | 3         | 0         | 4          |
| 4                 | 0        | 0                                                                            | 0         | 0         | 0         | 0          |
| 5                 | 0        | 0                                                                            | 0         | 0         | 0         | 0          |
| 6                 | 0        | 0                                                                            | 0         | 0         | 0         | 0          |
| 7                 | 0        | 0                                                                            | 0         | 0         | 0         | 0          |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>5</b> | <b>4</b>                                                                     | <b>13</b> | <b>54</b> | <b>34</b> | <b>110</b> |

**Ερώτηση 14ηΑ:** Κατά πόσο επηρεάζει την αγοραστική συμπεριφορά σας η γνώμη του: γιατρού σας;

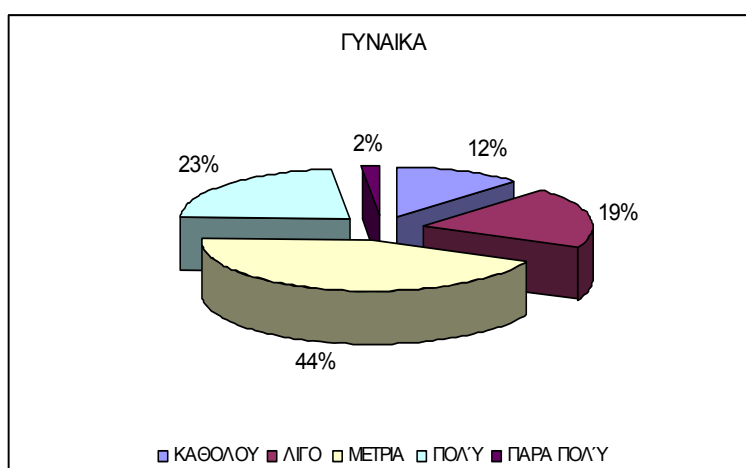
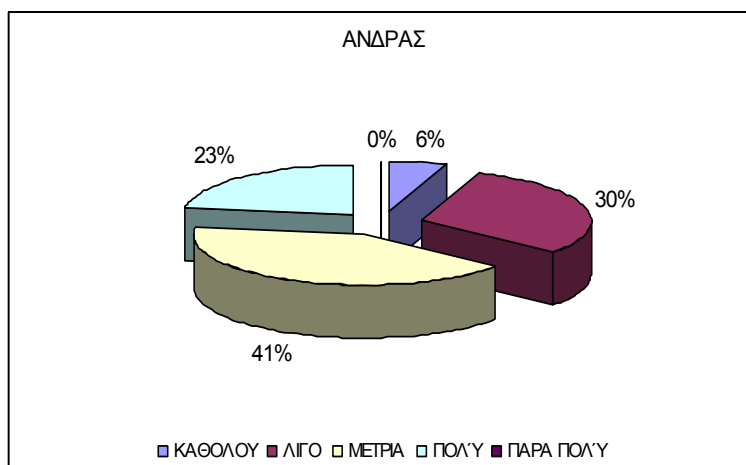


Στην 14<sup>η</sup> ερώτηση βλέπουμε ότι η γνώμη του γιατρού παίζει μεγάλο ρόλο. Οι απαντήσεις πολύ και πάρα πολύ αθροίζουν 79% πράγμα που δείχνει ότι το δείγμα μας επηρεάζεται πολύ από τη γνώμη του γιατρού. Οι απαντήσεις των γυναικών ταυτίζονται ακριβώς με του ολικού δείγματος ενώ των αντρών διαφέρουν λίγο στην κατανομή μεταξύ της επιλογής Πολύ και Πάρα πολύ όπου δείχνουν ότι είναι λίγο πιο ακραίοι στην επιλογή τους (51% Πάρα πολύ).



| ΕΡΩΤΗΣΗ: 14B      |         | Κατά πόσο επηρεάζει την αγοραστική συμπεριφορά σας η γνώμη των: φίλων σας; |        |      |           |        |
|-------------------|---------|----------------------------------------------------------------------------|--------|------|-----------|--------|
|                   | ΚΑΘΟΛΟΥ | ΛΙΓΟ                                                                       | ΜΕΤΡΙΑ | ΠΟΛΥ | ΠΑΡΑ ΠΟΛΥ | ΣΥΝΟΛΑ |
| <b>ΦΥΛΟ</b>       |         |                                                                            |        |      |           |        |
| ΑΝΔΡΑΣ            | 3       | 16                                                                         | 22     | 12   | 0         | 53     |
| ΓΥΝΑΙΚΑ           | 7       | 11                                                                         | 25     | 13   | 1         | 57     |
| ΣΥΝΟΛΑ            | 10      | 27                                                                         | 47     | 25   | 1         | 110    |
| <b>ΗΛΙΚΙΑ</b>     |         |                                                                            |        |      |           |        |
| -19               | 0       | 2                                                                          | 1      | 0    | 0         | 3      |
| 20-29             | 3       | 6                                                                          | 15     | 7    | 1         | 32     |
| 30-39             | 4       | 10                                                                         | 16     | 9    | 0         | 39     |
| 40-49             | 2       | 5                                                                          | 8      | 5    | 0         | 20     |
| 50-59             | 1       | 2                                                                          | 3      | 3    | 0         | 9      |
| 60 +              | 0       | 2                                                                          | 4      | 1    | 0         | 7      |
| ΣΥΝΟΛΑ            | 10      | 27                                                                         | 47     | 25   | 1         | 110    |
| <b>ΑΠΑΣΧΟΛΗΣΗ</b> |         |                                                                            |        |      |           |        |
| ΔΗΜ. ΥΠΑΛ.        | 3       | 8                                                                          | 4      | 6    | 0         | 21     |
| ΙΔ. ΥΠΑΛ.         | 4       | 9                                                                          | 32     | 9    | 1         | 55     |
| ΠΡΟΣ. ΕΠΙΧΕΙΡ.    | 2       | 2                                                                          | 4      | 1    | 0         | 9      |
| ΤΕΧΝΙΤΗΣ          | 0       | 2                                                                          | 1      | 1    | 0         | 4      |
| ΟΙΚΟΔΟΜ.          | 0       | 0                                                                          | 0      | 0    | 0         | 0      |
| ΕΙΣΟΔΗΜΑΤ.        | 0       | 0                                                                          | 2      | 1    | 0         | 3      |
| ΑΝΕΡΓΟΣ           | 0       | 1                                                                          | 1      | 1    | 0         | 3      |
| ΆΛΛΟ              | 1       | 5                                                                          | 3      | 6    | 0         | 15     |
| ΣΥΝΟΛΑ            | 10      | 27                                                                         | 47     | 25   | 1         | 110    |
| <b>ΜΟΡΦΩΣΗ</b>    |         |                                                                            |        |      |           |        |
| ΔΗΜΟΤΙΚΟ          | 0       | 1                                                                          | 2      | 1    | 0         | 4      |
| ΓΥΜΝΑΣΙΟ          | 2       | 3                                                                          | 6      | 3    | 0         | 14     |
| ΛΥΚΕΙΟ            | 3       | 7                                                                          | 11     | 5    | 0         | 26     |
| ΤΕΕ-ΙΕΚ           | 1       | 2                                                                          | 3      | 2    | 0         | 8      |
| ΤΕΙ               | 2       | 2                                                                          | 9      | 4    | 0         | 17     |
| ΑΕΙ               | 1       | 6                                                                          | 10     | 5    | 1         | 23     |
| ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΟ      | 1       | 6                                                                          | 6      | 5    | 0         | 18     |
| ΣΥΝΟΛΑ            | 10      | 27                                                                         | 47     | 25   | 1         | 110    |
| <b>ΜΕΛΗ ΟΙΚ.</b>  |         |                                                                            |        |      |           |        |
| 1                 | 0       | 1                                                                          | 3      | 1    | 0         | 5      |
| 2                 | 3       | 7                                                                          | 9      | 7    | 0         | 26     |
| 3                 | 2       | 4                                                                          | 8      | 4    | 0         | 18     |
| 4                 | 4       | 8                                                                          | 16     | 7    | 1         | 36     |
| 5                 | 1       | 6                                                                          | 8      | 5    | 0         | 20     |
| 6                 | 0       | 1                                                                          | 2      | 1    | 0         | 4      |
| 7                 | 0       | 0                                                                          | 1      | 0    | 0         | 1      |
| ΣΥΝΟΛΑ            | 10      | 27                                                                         | 47     | 25   | 1         | 110    |
| <b>ΑΝΩ ΤΩΝ 40</b> |         |                                                                            |        |      |           |        |
| 0                 | 3       | 5                                                                          | 10     | 4    | 0         | 22     |
| 1                 | 1       | 5                                                                          | 9      | 4    | 0         | 19     |
| 2                 | 6       | 16                                                                         | 26     | 16   | 1         | 65     |
| 3                 | 0       | 1                                                                          | 2      | 1    | 0         | 4      |
| 4                 | 0       | 0                                                                          | 0      | 0    | 0         | 0      |
| 5                 | 0       | 0                                                                          | 0      | 0    | 0         | 0      |
| 6                 | 0       | 0                                                                          | 0      | 0    | 0         | 0      |
| 7                 | 0       | 0                                                                          | 0      | 0    | 0         | 0      |
| ΣΥΝΟΛΑ            | 10      | 27                                                                         | 47     | 25   | 1         | 110    |

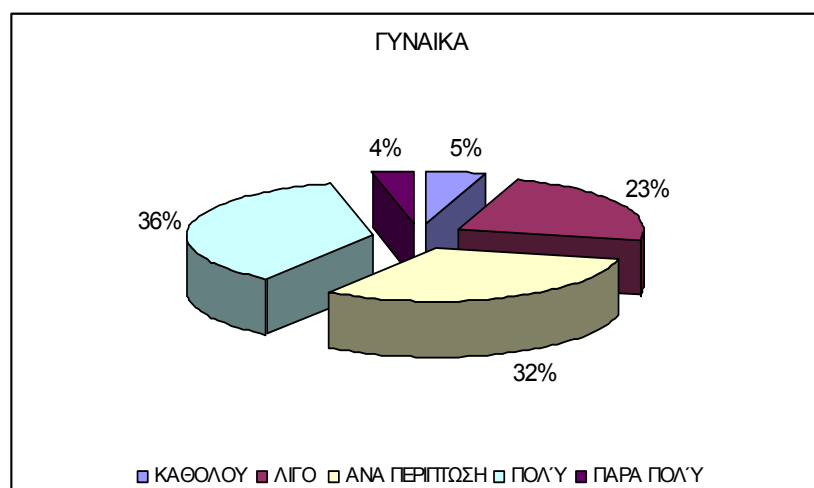
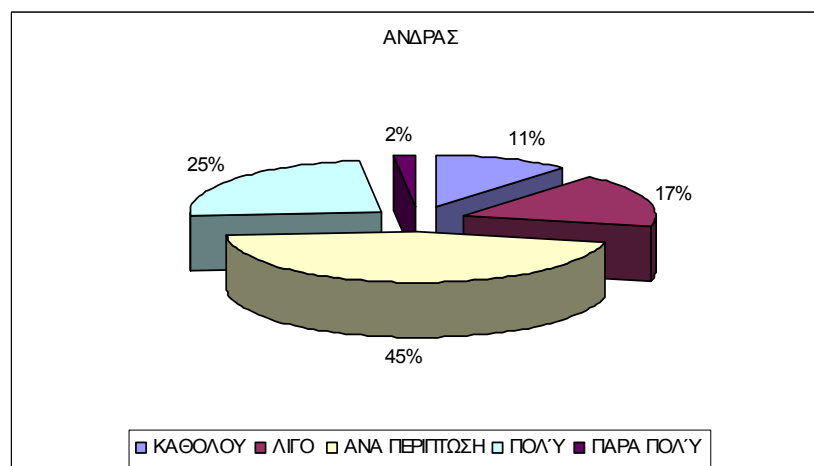
**Ερώτηση 14ηB:** Κατά πόσο επηρεάζει την αγοραστική συμπεριφορά σας η γνώμη των φίλων σας;



Στην 14<sup>ηB</sup> ερώτηση βλέπουμε ότι η γνώμη των φίλων να μην παίζει μεγάλο ρόλο. Οι απαντήσεις πολύ και πάρα πολύ αθροίζουν 24% πράγμα που δείχνει ότι το δείγμα μας επηρεάζεται λίγο από τη γνώμη των φίλων. Οι απαντήσεις των γυναικών είναι παρόμοιες με του ολικού δείγματος ενώ των αντρών διαφέρουν λίγο στην κατανομή μεταξύ της επιλογής Λίγο και Μέτρια όπου αγγίζουν το 71% (ενώ οι γυναίκες το 63%). Επίσης, οι άντρες απάντησαν Καθόλου με μόλις 6% ενώ οι γυναίκες ακριβώς το διπλάσιο (12%).

| ΕΡΩΤΗΣΗ: 14Γ      |         | Κατά πόσο επηρεάζει την αγοραστική συμπεριφορά σας η γνώμη των: δημοσιευμάτων (άρθρα-περιοδικά); |               |      |           |        |
|-------------------|---------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|------|-----------|--------|
|                   | ΚΑΘΟΛΟΥ | ΛΙΓΟ                                                                                             | ΑΝΑ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ | ΠΟΛΥ | ΠΑΡΑ ΠΟΛΥ | ΣΥΝΟΛΑ |
| <b>ΦΥΛΟ</b>       |         |                                                                                                  |               |      |           |        |
| ΑΝΔΡΑΣ            | 6       | 9                                                                                                | 24            | 13   | 1         | 53     |
| ΓΥΝΑΙΚΑ           | 3       | 13                                                                                               | 18            | 21   | 2         | 57     |
| ΣΥΝΟΛΑ            | 9       | 22                                                                                               | 42            | 34   | 3         | 110    |
| <b>ΗΛΙΚΙΑ</b>     |         |                                                                                                  |               |      |           |        |
| -19               | 0       | 2                                                                                                | 1             | 0    | 0         | 3      |
| 20-29             | 3       | 5                                                                                                | 15            | 8    | 1         | 32     |
| 30-39             | 3       | 8                                                                                                | 13            | 14   | 1         | 39     |
| 40-49             | 2       | 3                                                                                                | 7             | 8    | 0         | 20     |
| 50-59             | 1       | 2                                                                                                | 3             | 3    | 0         | 9      |
| 60 +              | 0       | 2                                                                                                | 3             | 1    | 1         | 7      |
| ΣΥΝΟΛΑ            | 9       | 22                                                                                               | 42            | 34   | 3         | 110    |
| <b>ΑΠΑΣΧΟΛΗΣΗ</b> |         |                                                                                                  |               |      |           |        |
| ΔΗΜ. ΥΠΑΛ.        | 3       | 5                                                                                                | 5             | 8    | 0         | 21     |
| ΙΔ. ΥΠΑΛ.         | 3       | 7                                                                                                | 26            | 16   | 3         | 55     |
| ΠΡΟΣ. ΕΠΙΧΕΙΡ.    | 2       | 2                                                                                                | 4             | 1    | 0         | 9      |
| ΤΕΧΝΙΤΗΣ          | 0       | 2                                                                                                | 1             | 1    | 0         | 4      |
| ΟΙΚΟΔΟΜ.          | 0       | 0                                                                                                | 0             | 0    | 0         | 0      |
| ΕΙΣΟΔΗΜΑΤ.        | 0       | 0                                                                                                | 2             | 1    | 0         | 3      |
| ΑΝΕΡΓΟΣ           | 0       | 1                                                                                                | 1             | 1    | 0         | 3      |
| ΆΛΛΟ              | 1       | 5                                                                                                | 3             | 6    | 0         | 15     |
| ΣΥΝΟΛΑ            | 9       | 22                                                                                               | 42            | 34   | 3         | 110    |
| <b>ΜΟΡΦΩΣΗ</b>    |         |                                                                                                  |               |      |           |        |
| ΔΗΜΟΤΙΚΟ          | 0       | 1                                                                                                | 2             | 1    | 0         | 4      |
| ΓΥΜΝΑΣΙΟ          | 2       | 3                                                                                                | 6             | 3    | 0         | 14     |
| ΛΥΚΕΙΟ            | 2       | 5                                                                                                | 7             | 10   | 2         | 26     |
| ΤΕΕ-ΙΕΚ           | 1       | 2                                                                                                | 3             | 2    | 0         | 8      |
| ΤΕΙ               | 2       | 2                                                                                                | 9             | 4    | 0         | 17     |
| ΑΕΙ               | 1       | 5                                                                                                | 9             | 7    | 1         | 23     |
| ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΟ      | 1       | 4                                                                                                | 6             | 7    | 0         | 18     |
| ΣΥΝΟΛΑ            | 9       | 22                                                                                               | 42            | 34   | 3         | 110    |
| <b>ΜΕΛΗ ΟΙΚ.</b>  |         |                                                                                                  |               |      |           |        |
| 1                 | 0       | 1                                                                                                | 3             | 1    | 0         | 5      |
| 2                 | 2       | 5                                                                                                | 8             | 10   | 1         | 26     |
| 3                 | 2       | 4                                                                                                | 8             | 4    | 0         | 18     |
| 4                 | 4       | 7                                                                                                | 13            | 11   | 1         | 36     |
| 5                 | 1       | 4                                                                                                | 7             | 7    | 1         | 20     |
| 6                 | 0       | 1                                                                                                | 2             | 1    | 0         | 4      |
| 7                 | 0       | 0                                                                                                | 1             | 0    | 0         | 1      |
| ΣΥΝΟΛΑ            | 9       | 22                                                                                               | 42            | 34   | 3         | 110    |
| <b>ΑΝΩ ΤΩΝ 40</b> |         |                                                                                                  |               |      |           |        |
| 0                 | 3       | 4                                                                                                | 8             | 6    | 1         | 22     |
| 1                 | 1       | 5                                                                                                | 7             | 6    | 0         | 19     |
| 2                 | 5       | 12                                                                                               | 25            | 21   | 2         | 65     |
| 3                 | 0       | 1                                                                                                | 2             | 1    | 0         | 4      |
| 4                 | 0       | 0                                                                                                | 0             | 0    | 0         | 0      |
| 5                 | 0       | 0                                                                                                | 0             | 0    | 0         | 0      |
| 6                 | 0       | 0                                                                                                | 0             | 0    | 0         | 0      |
| 7                 | 0       | 0                                                                                                | 0             | 0    | 0         | 0      |
| ΣΥΝΟΛΑ            | 9       | 22                                                                                               | 42            | 34   | 3         | 110    |

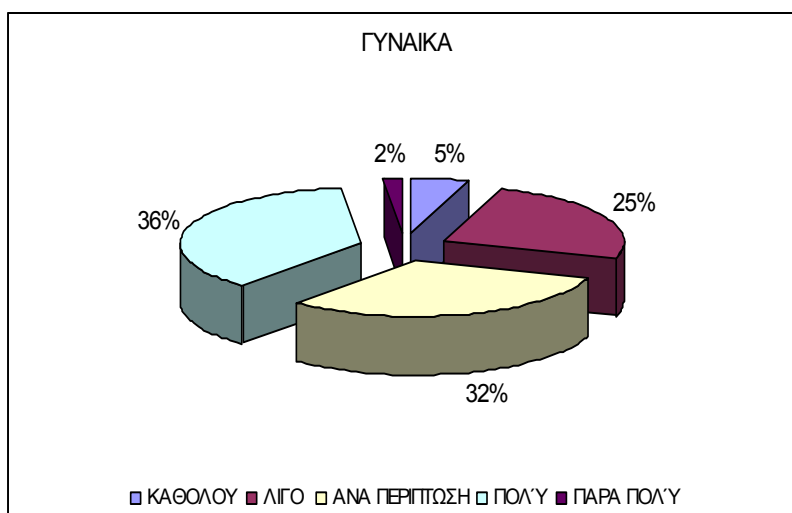
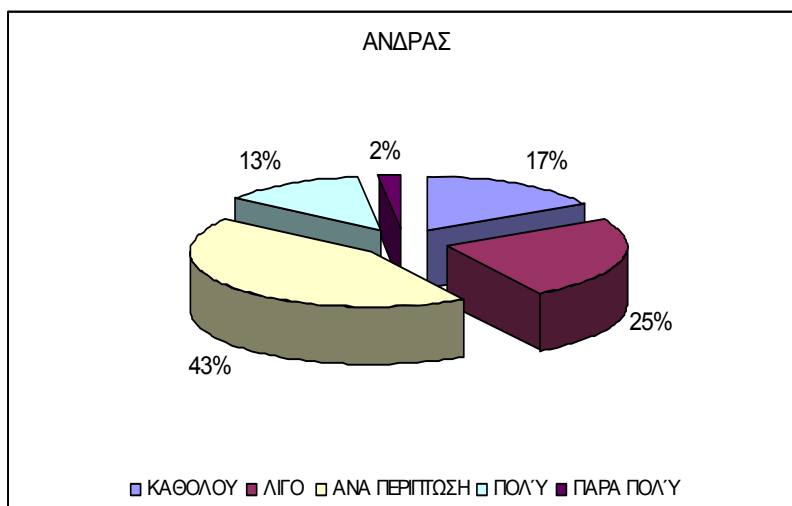
**Ερώτηση 14ηΓ:** Κατά πόσο επηρεάζει την αγοραστική συμπεριφορά σας η γνώμη των δημοσιευμάτων (άρθρα-περιοδικά);



Στην 14<sup>η</sup> ερώτηση βλέπουμε ότι το δείγμα μας αποφεύγει τις ακραίες επιλογές. Οι απαντήσεις ανα περίπτωση είναι στο 38%. Οι απαντήσεις Πολύ και Πάρα πολύ αθροίζουν το 51% πράγμα που δείχνει ότι δίνουν σημασία αρκετά στα δημοσιεύματα, ενώ μόλις το 11% απαντά λίγο ή καθόλου. Οι άντρες με άθροισμα 42% στο Πολύ και Πάρα Πολύ δείχνουν να είναι λίγο πιο επιφυλακτικοί (45% ανα περίπτωση) και να μην επηρεάζονται τόσο σε αντίθεση με το 58% των γυναικών.

| ΕΡΩΤΗΣΗ: 14Α      |         | Κατά πόσο επηρεάζει την αγοραστική συμπεριφορά σας η γνώμη των: ΜΜΕ; |               |      |           |        |
|-------------------|---------|----------------------------------------------------------------------|---------------|------|-----------|--------|
|                   | ΚΑΘΟΛΟΥ | ΛΙΓΟ                                                                 | ΑΝΑ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ | ΠΟΛΥ | ΠΑΡΑ ΠΟΛΥ | ΣΥΝΟΛΑ |
| <b>ΦΥΛΟ</b>       |         |                                                                      |               |      |           |        |
| ΑΝΔΡΑΣ            | 9       | 13                                                                   | 23            | 7    | 1         | 53     |
| ΓΥΝΑΙΚΑ           | 3       | 14                                                                   | 18            | 21   | 1         | 57     |
| ΣΥΝΟΛΑ            | 12      | 27                                                                   | 41            | 28   | 2         | 110    |
| <b>ΗΛΙΚΙΑ</b>     |         |                                                                      |               |      |           |        |
| -19               | 0       | 2                                                                    | 1             | 0    | 0         | 3      |
| 20-29             | 4       | 6                                                                    | 13            | 8    | 1         | 32     |
| 30-39             | 5       | 10                                                                   | 13            | 11   | 0         | 39     |
| 40-49             | 2       | 5                                                                    | 7             | 5    | 1         | 20     |
| 50-59             | 1       | 2                                                                    | 3             | 3    | 0         | 9      |
| 60 +              | 0       | 2                                                                    | 4             | 1    | 0         | 7      |
| ΣΥΝΟΛΑ            | 12      | 27                                                                   | 41            | 28   | 2         | 110    |
| <b>ΑΠΑΣΧΟΛΗΣΗ</b> |         |                                                                      |               |      |           |        |
| ΔΗΜ. ΥΠΑΛ.        | 3       | 8                                                                    | 4             | 6    | 0         | 21     |
| ΙΔ. ΥΠΑΛ.         | 5       | 9                                                                    | 27            | 12   | 2         | 55     |
| ΠΡΟΣ. ΕΠΙΧΕΙΡ.    | 2       | 2                                                                    | 4             | 1    | 0         | 9      |
| ΤΕΧΝΙΤΗΣ          | 0       | 2                                                                    | 1             | 1    | 0         | 4      |
| ΟΙΚΟΔΟΜ.          | 0       | 0                                                                    | 0             | 0    | 0         | 0      |
| ΕΙΣΟΔΗΜΑΤ.        | 0       | 0                                                                    | 2             | 1    | 0         | 3      |
| ΑΝΕΡΓΟΣ           | 0       | 1                                                                    | 1             | 1    | 0         | 3      |
| ΆΛΛΟ              | 2       | 5                                                                    | 2             | 6    | 0         | 15     |
| ΣΥΝΟΛΑ            | 12      | 27                                                                   | 41            | 28   | 2         | 110    |
| <b>ΜΟΡΦΩΣΗ</b>    |         |                                                                      |               |      |           |        |
| ΔΗΜΟΤΙΚΟ          | 0       | 1                                                                    | 2             | 1    | 0         | 4      |
| ΓΥΜΝΑΣΙΟ          | 2       | 3                                                                    | 5             | 4    | 0         | 14     |
| ΛΥΚΕΙΟ            | 3       | 7                                                                    | 9             | 6    | 1         | 26     |
| ΤΕΕ-ΙΕΚ           | 1       | 2                                                                    | 3             | 2    | 0         | 8      |
| ΤΕΙ               | 2       | 2                                                                    | 8             | 5    | 0         | 17     |
| ΑΕΙ               | 2       | 6                                                                    | 9             | 5    | 1         | 23     |
| ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΟ      | 2       | 6                                                                    | 5             | 5    | 0         | 18     |
| ΣΥΝΟΛΑ            | 12      | 27                                                                   | 41            | 28   | 2         | 110    |
| <b>ΜΕΛΗ ΟΙΚ.</b>  |         |                                                                      |               |      |           |        |
| 1                 | 0       | 1                                                                    | 3             | 1    | 0         | 5      |
| 2                 | 3       | 7                                                                    | 8             | 7    | 1         | 26     |
| 3                 | 2       | 4                                                                    | 7             | 5    | 0         | 18     |
| 4                 | 5       | 8                                                                    | 13            | 9    | 1         | 36     |
| 5                 | 2       | 6                                                                    | 7             | 5    | 0         | 20     |
| 6                 | 0       | 1                                                                    | 2             | 1    | 0         | 4      |
| 7                 | 0       | 0                                                                    | 1             | 0    | 0         | 1      |
| ΣΥΝΟΛΑ            | 12      | 27                                                                   | 41            | 28   | 2         | 110    |
| <b>ΑΝΩ ΤΩΝ 40</b> |         |                                                                      |               |      |           |        |
| 0                 | 3       | 5                                                                    | 8             | 6    | 0         | 22     |
| 1                 | 2       | 5                                                                    | 7             | 5    | 0         | 19     |
| 2                 | 7       | 16                                                                   | 24            | 16   | 2         | 65     |
| 3                 | 0       | 1                                                                    | 2             | 1    | 0         | 4      |
| 4                 | 0       | 0                                                                    | 0             | 0    | 0         | 0      |
| 5                 | 0       | 0                                                                    | 0             | 0    | 0         | 0      |
| 6                 | 0       | 0                                                                    | 0             | 0    | 0         | 0      |
| 7                 | 0       | 0                                                                    | 0             | 0    | 0         | 0      |
| ΣΥΝΟΛΑ            | 12      | 27                                                                   | 41            | 28   | 2         | 110    |

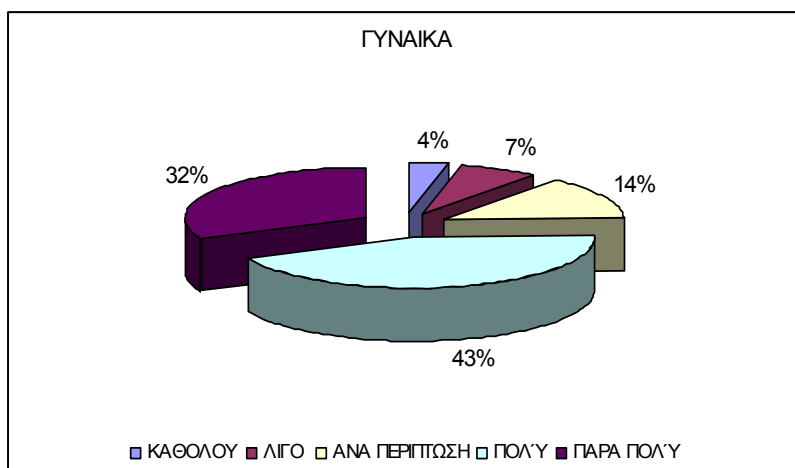
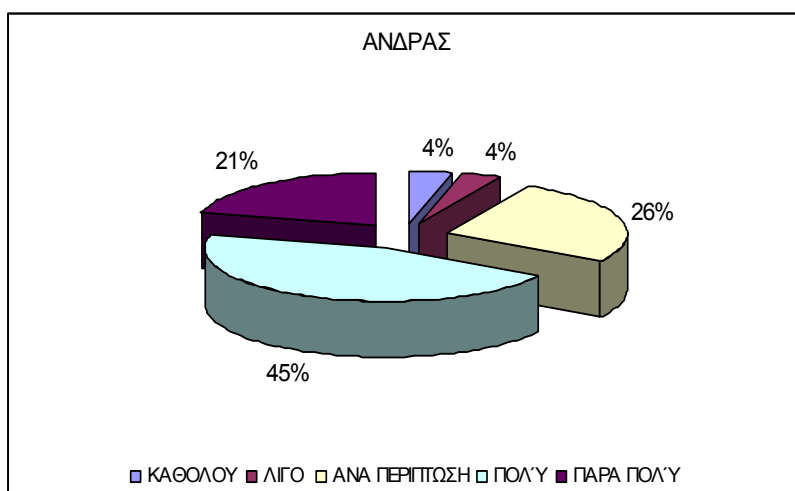
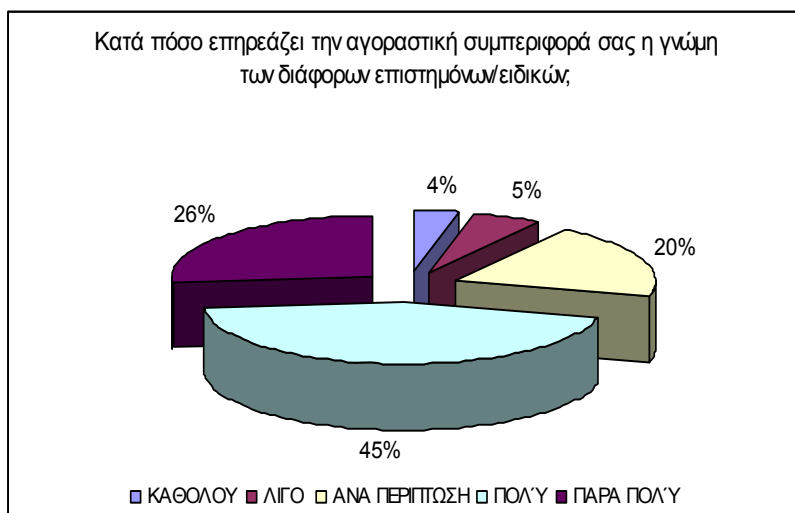
**Ερώτηση 14ηΔ:** Κατά πόσο επηρεάζει την αγοραστική συμπεριφορά σας η γνώμη των ΜΜΕ;



Στην 14<sup>ηΔ</sup> ερώτηση βλέπουμε ότι το δείγμα μας επηρεάζεται αρκετά από τα ΜΜΕ. Οι απαντήσεις ανα περίπτωση είναι στο 37%. Οι απαντήσεις Πολύ και Πάρα πολύ αθροίζουν το 50% πράγμα που δείχνει ότι δίνουν σημασία αρκετά στα ΜΜΕ, ενώ μόλις το 13% απαντά λίγο ή καθόλου. Οι άντρες με άθροισμα 38% στο Πολύ και Πάρα Πολύ δείχνουν να είναι λίγο πιο επιφυλακτικοί (43% ανα περίπτωση) και να μην επηρεάζονται τόσο σε αντίθεση με το 61% των γυναικών (32% ανά περίπτωση).

| ΕΡΩΤΗΣΗ: 14Ε      |          | Κατά πόσο επηρεάζει την αγοραστική συμπεριφορά σας η γνώμη των διάφορων επιστημόνων/ειδικών; |               |           |           |            |
|-------------------|----------|----------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|-----------|-----------|------------|
|                   | ΚΑΘΟΛΟΥ  | ΛΙΓΟ                                                                                         | ΑΝΑ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ | ΠΟΛΥ      | ΠΑΡΑ ΠΟΛΥ | ΣΥΝΟΛΑ     |
| <b>ΦΥΛΟ</b>       |          |                                                                                              |               |           |           |            |
| ΑΝΔΡΑΣ            | 2        | 2                                                                                            | 14            | 24        | 11        | 53         |
| ΓΥΝΑΙΚΑ           | 2        | 4                                                                                            | 8             | 25        | 18        | 57         |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>4</b> | <b>6</b>                                                                                     | <b>22</b>     | <b>49</b> | <b>29</b> | <b>110</b> |
| <b>ΗΛΙΚΙΑ</b>     |          |                                                                                              |               |           |           |            |
| <19               | 1        | 1                                                                                            | 0             | 1         | 0         | 3          |
| 20-29             | 1        | 3                                                                                            | 7             | 13        | 8         | 32         |
| 30-39             | 1        | 2                                                                                            | 6             | 21        | 9         | 39         |
| 40-49             | 1        | 0                                                                                            | 6             | 5         | 8         | 20         |
| 50-59             | 0        | 0                                                                                            | 2             | 5         | 2         | 9          |
| 60 +              | 0        | 0                                                                                            | 1             | 4         | 2         | 7          |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>4</b> | <b>6</b>                                                                                     | <b>22</b>     | <b>49</b> | <b>29</b> | <b>110</b> |
| <b>ΑΠΑΣΧΟΛΗΣΗ</b> |          |                                                                                              |               |           |           |            |
| ΔΗΜ. ΥΠΑΛ.        | 1        | 1                                                                                            | 5             | 12        | 9         | 21         |
| ΙΔ. ΥΠΑΛ.         | 1        | 3                                                                                            | 10            | 19        | 14        | 55         |
| ΠΡΟΣ. ΕΠΙΧΕΙΡ.    | 1        | 0                                                                                            | 3             | 5         | 1         | 9          |
| ΤΕΧΝΙΤΗΣ          | 0        | 0                                                                                            | 1             | 2         | 1         | 4          |
| ΟΙΚΟΔΟΜ.          | 0        | 0                                                                                            | 0             | 0         | 0         | 0          |
| ΕΙΣΟΔΗΜΑΤ.        | 0        | 0                                                                                            | 0             | 3         | 0         | 3          |
| ΑΝΕΡΓΟΣ           | 0        | 0                                                                                            | 0             | 2         | 1         | 3          |
| ΆΛΟ               | 1        | 2                                                                                            | 3             | 6         | 3         | 15         |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>4</b> | <b>6</b>                                                                                     | <b>22</b>     | <b>49</b> | <b>29</b> | <b>110</b> |
| <b>ΜΟΡΦΩΣΗ</b>    |          |                                                                                              |               |           |           |            |
| ΔΗΜΟΤΙΚΟ          | 0        | 0                                                                                            | 1             | 2         | 1         | 4          |
| ΓΥΜΝΑΣΙΟ          | 0        | 3                                                                                            | 3             | 5         | 3         | 14         |
| ΛΥΚΕΙΟ            | 1        | 1                                                                                            | 4             | 12        | 8         | 26         |
| ΤΕΕ-ΙΕΚ           | 0        | 1                                                                                            | 2             | 4         | 1         | 8          |
| ΤΕΙ               | 1        | 1                                                                                            | 3             | 7         | 5         | 17         |
| ΑΕΙ               | 1        | 0                                                                                            | 6             | 10        | 6         | 23         |
| ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΟ      | 1        | 0                                                                                            | 3             | 9         | 5         | 18         |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>4</b> | <b>6</b>                                                                                     | <b>22</b>     | <b>49</b> | <b>29</b> | <b>110</b> |
| <b>ΜΕΛΗ ΟΙΚ.</b>  |          |                                                                                              |               |           |           |            |
| 1                 | 0        | 1                                                                                            | 1             | 2         | 1         | 5          |
| 2                 | 1        | 2                                                                                            | 5             | 12        | 6         | 26         |
| 3                 | 0        | 1                                                                                            | 3             | 9         | 5         | 18         |
| 4                 | 2        | 2                                                                                            | 8             | 14        | 10        | 36         |
| 5                 | 1        | 0                                                                                            | 4             | 9         | 6         | 20         |
| 6                 | 0        | 0                                                                                            | 1             | 2         | 1         | 4          |
| 7                 | 0        | 0                                                                                            | 0             | 1         | 0         | 1          |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>4</b> | <b>6</b>                                                                                     | <b>22</b>     | <b>49</b> | <b>29</b> | <b>110</b> |
| <b>ΑΝΩ ΤΩΝ 40</b> |          |                                                                                              |               |           |           |            |
| 0                 | 1        | 1                                                                                            | 5             | 9         | 6         | 22         |
| 1                 | 1        | 0                                                                                            | 4             | 8         | 6         | 19         |
| 2                 | 2        | 4                                                                                            | 12            | 30        | 17        | 65         |
| 3                 | 0        | 1                                                                                            | 1             | 2         | 0         | 4          |
| 4                 | 0        | 0                                                                                            | 0             | 0         | 0         | 0          |
| 5                 | 0        | 0                                                                                            | 0             | 0         | 0         | 0          |
| 6                 | 0        | 0                                                                                            | 0             | 0         | 0         | 0          |
| 7                 | 0        | 0                                                                                            | 0             | 0         | 0         | 0          |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>4</b> | <b>6</b>                                                                                     | <b>22</b>     | <b>49</b> | <b>29</b> | <b>110</b> |

**Ερώτηση 14ηΕ:** Κατά πόσο επηρεάζει την αγοραστική συμπεριφορά σας η γνώμη των διάφορων επιστημόνων / ειδικών;

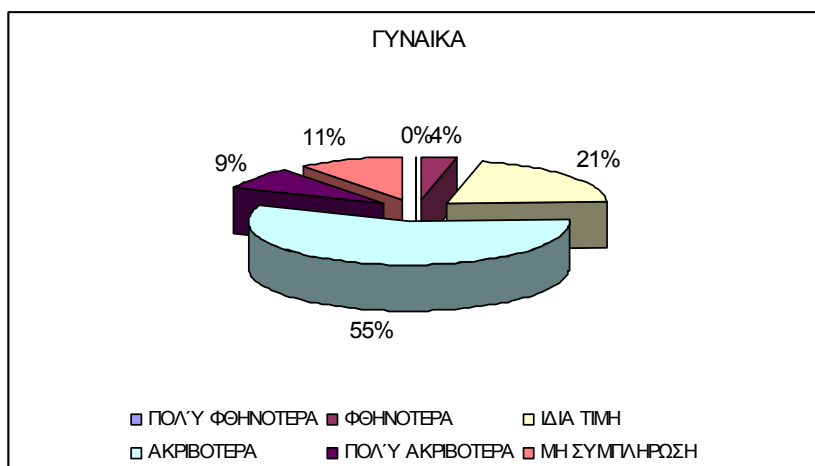
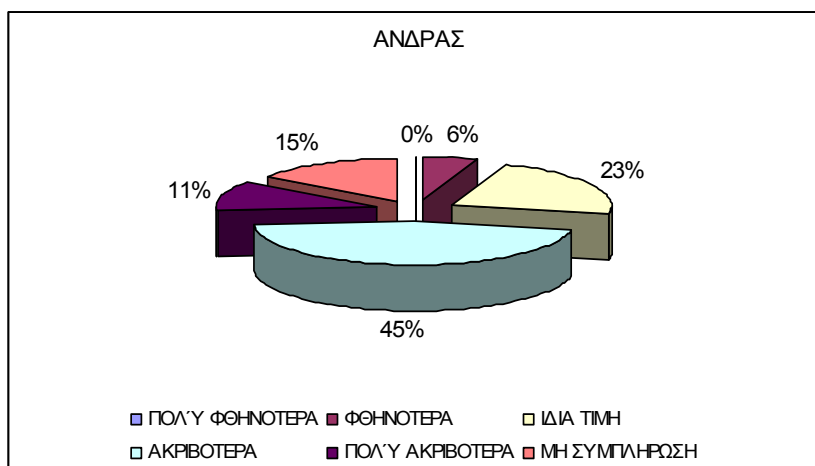
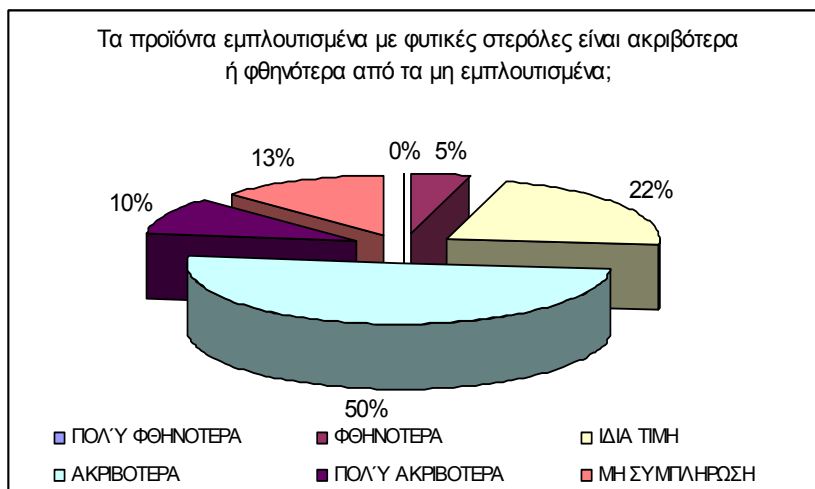


Στην 14<sup>ηΕ</sup> ερώτηση βλέπουμε ότι η γνώμη των διαφόρων επιστημόνων / ειδικών παίζει μεγάλο ρόλο. Οι απαντήσεις πολύ και πάρα πολύ αθροίζουν 71% πράγμα που δείχνει ότι το δείγμα μας επηρεάζεται πολύ από τη γνώμη των ειδικών. Οι απαντήσεις των ανδρών είναι κοντά με του ολικού δείγματος ενώ των γυναικών διαφέρουν λίγο στην κατανομή μεταξύ της επιλογής Πολύ και Πάρα πολύ όπου δείχνουν ότι είναι λίγο πιο ακραίες στην επιλογή τους (32% Πάρα πολύ και 43% Πολύ σε αντίθεση με τους άντρες που έχουν 21% και 45% αντίστοιχα).



| <b>ΕΡΩΤΗΣΗ: 15</b> |                | Τα προϊόντα εμπλουτισμένα με φυτικές στερόλες είναι ακριβότερα ή φθηνότερα από τα μη εμπλουτισμένα; |           |            |                 |               |            |
|--------------------|----------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|------------|-----------------|---------------|------------|
|                    | ΠΟΛΥ ΦΘΗΝΟΤΕΡΑ | ΦΘΗΝΟΤΕΡΑ                                                                                           | ΙΔΙΑ ΤΙΜΗ | ΑΚΡΙΒΟΤΕΡΑ | ΠΟΛΥ ΑΚΡΙΒΟΤΕΡΑ | ΜΗ ΣΥΜΠΛΗΡΩΣΗ | ΣΥΝΟΛΑ     |
| <b>ΦΥΛΟ</b>        |                |                                                                                                     |           |            |                 |               |            |
| ΑΝΔΡΑΣ             | 0              | 3                                                                                                   | 12        | 24         | 6               | 8             | 53         |
| ΓΥΝΑΙΚΑ            | 0              | 2                                                                                                   | 12        | 32         | 5               | 6             | 57         |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>      | <b>0</b>       | <b>5</b>                                                                                            | <b>24</b> | <b>56</b>  | <b>11</b>       | <b>14</b>     | <b>110</b> |
| <b>ΗΛΙΚΙΑ</b>      |                |                                                                                                     |           |            |                 |               |            |
| -19                | 0              | 0                                                                                                   | 1         | 1          | 0               | 1             | 3          |
| 20-29              | 0              | 1                                                                                                   | 8         | 18         | 2               | 3             | 32         |
| 30-39              | 0              | 2                                                                                                   | 10        | 20         | 5               | 2             | 39         |
| 40-49              | 0              | 1                                                                                                   | 1         | 11         | 2               | 5             | 20         |
| 50-59              | 0              | 1                                                                                                   | 1         | 4          | 1               | 2             | 9          |
| 60 +               | 0              | 0                                                                                                   | 3         | 2          | 1               | 1             | 7          |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>      | <b>0</b>       | <b>5</b>                                                                                            | <b>24</b> | <b>56</b>  | <b>11</b>       | <b>14</b>     | <b>110</b> |
| <b>ΑΠΑΣΧΟΛΗΣΗ</b>  |                |                                                                                                     |           |            |                 |               |            |
| ΔΗΜ. ΥΠΑΛ.         | 0              | 1                                                                                                   | 6         | 10         | 3               | 2             | 21         |
| ΙΔ. ΥΠΑΛ.          | 0              | 3                                                                                                   | 11        | 30         | 5               | 5             | 55         |
| ΠΡΟΣ. ΕΠΙΧΕΙΡ.     | 0              | 0                                                                                                   | 2         | 5          | 1               | 1             | 9          |
| ΤΕΧΝΙΤΗΣ           | 0              | 0                                                                                                   | 0         | 3          | 0               | 1             | 4          |
| ΟΙΚΟΔΟΜ.           | 0              | 0                                                                                                   | 0         | 0          | 0               | 0             | 0          |
| ΕΙΣΟΔΗΜΑΤ.         | 0              | 0                                                                                                   | 0         | 2          | 0               | 1             | 3          |
| ΑΝΕΡΓΟΣ            | 0              | 0                                                                                                   | 0         | 2          | 0               | 1             | 3          |
| ΆΛΛΟ               | 0              | 1                                                                                                   | 5         | 4          | 2               | 3             | 15         |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>      | <b>0</b>       | <b>5</b>                                                                                            | <b>24</b> | <b>56</b>  | <b>11</b>       | <b>14</b>     | <b>110</b> |
| <b>ΜΟΡΦΩΣΗ</b>     |                |                                                                                                     |           |            |                 |               |            |
| ΔΗΜΟΤΙΚΟ           | 0              | 1                                                                                                   | 0         | 2          | 1               | 0             | 4          |
| ΓΥΜΝΑΣΙΟ           | 0              | 0                                                                                                   | 4         | 6          | 2               | 2             | 14         |
| ΛΥΚΕΙΟ             | 0              | 2                                                                                                   | 3         | 14         | 3               | 4             | 26         |
| ΤΕΕ-ΙΕΚ            | 0              | 0                                                                                                   | 1         | 4          | 1               | 2             | 8          |
| ΤΕΙ                | 0              | 1                                                                                                   | 5         | 8          | 1               | 2             | 17         |
| ΑΕΙ                | 0              | 1                                                                                                   | 5         | 12         | 2               | 3             | 23         |
| ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΟ       | 0              | 0                                                                                                   | 6         | 10         | 1               | 1             | 18         |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>      | <b>0</b>       | <b>5</b>                                                                                            | <b>24</b> | <b>56</b>  | <b>11</b>       | <b>14</b>     | <b>110</b> |
| <b>ΜΕΛΗ ΟΙΚ.</b>   |                |                                                                                                     |           |            |                 |               |            |
| 1                  | 0              | 1                                                                                                   | 1         | 2          | 1               | 0             | 5          |
| 2                  | 0              | 1                                                                                                   | 4         | 15         | 3               | 3             | 26         |
| 3                  | 0              | 0                                                                                                   | 5         | 11         | 1               | 1             | 18         |
| 4                  | 0              | 2                                                                                                   | 9         | 14         | 4               | 7             | 36         |
| 5                  | 0              | 1                                                                                                   | 5         | 11         | 1               | 2             | 20         |
| 6                  | 0              | 0                                                                                                   | 0         | 2          | 1               | 1             | 4          |
| 7                  | 0              | 0                                                                                                   | 0         | 1          | 0               | 0             | 1          |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>      | <b>0</b>       | <b>5</b>                                                                                            | <b>24</b> | <b>56</b>  | <b>11</b>       | <b>14</b>     | <b>110</b> |
| <b>ΑΝΩ ΤΩΝ 40</b>  |                |                                                                                                     |           |            |                 |               |            |
| 0                  | 0              | 2                                                                                                   | 7         | 7          | 3               | 3             | 22         |
| 1                  | 0              | 0                                                                                                   | 6         | 10         | 1               | 2             | 19         |
| 2                  | 0              | 3                                                                                                   | 10        | 37         | 7               | 8             | 65         |
| 3                  | 0              | 0                                                                                                   | 1         | 2          | 0               | 1             | 4          |
| 4                  | 0              | 0                                                                                                   | 0         | 0          | 0               | 0             | 0          |
| 5                  | 0              | 0                                                                                                   | 0         | 0          | 0               | 0             | 0          |
| 6                  | 0              | 0                                                                                                   | 0         | 0          | 0               | 0             | 0          |
| 7                  | 0              | 0                                                                                                   | 0         | 0          | 0               | 0             | 0          |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>      | <b>0</b>       | <b>5</b>                                                                                            | <b>24</b> | <b>56</b>  | <b>11</b>       | <b>14</b>     | <b>110</b> |

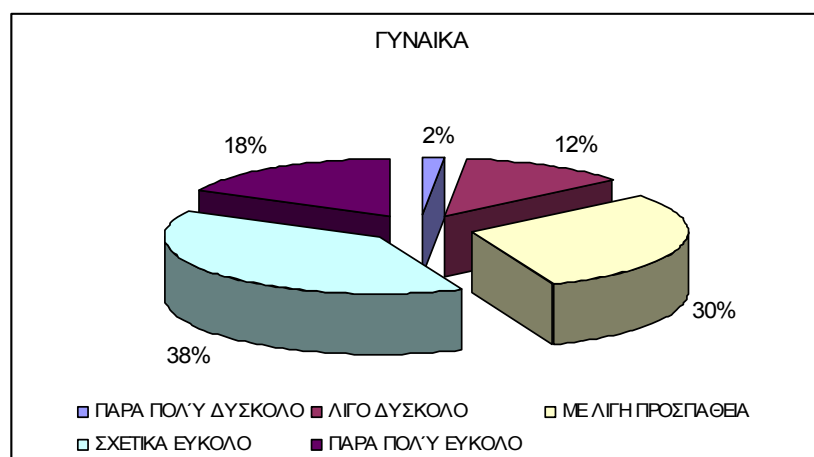
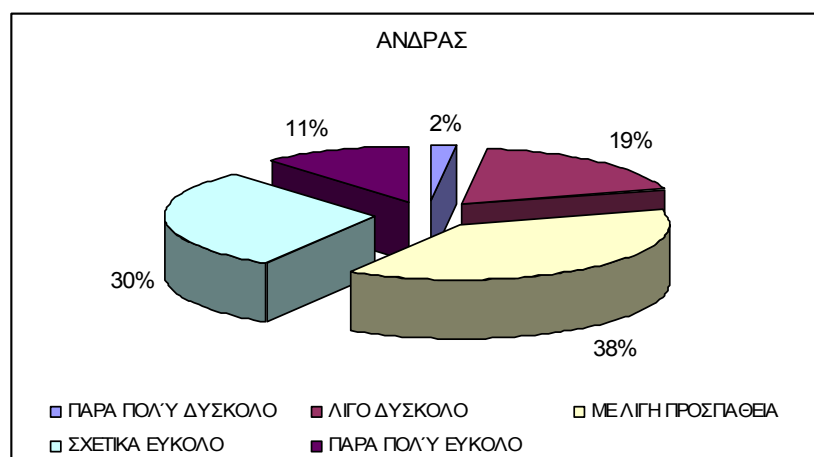
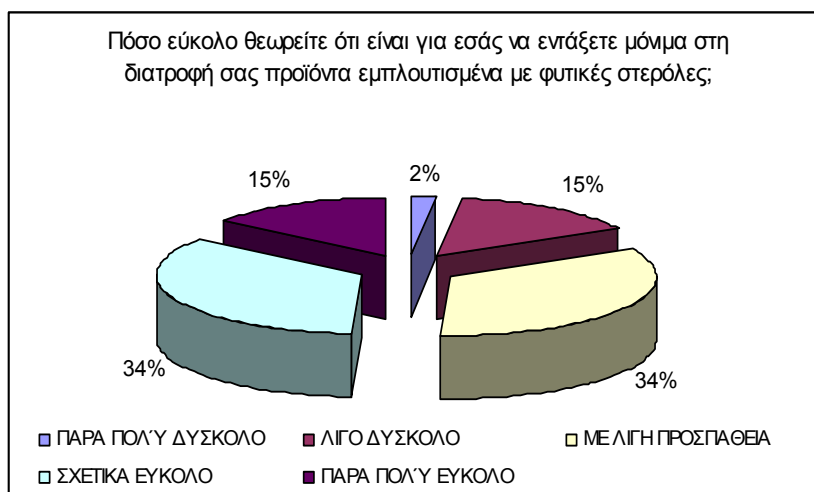
**Ερώτηση 15η:** Τα προϊόντα εμπλουτισμένα με φυτικές στερόλες είναι ακριβότερα ή φθηνότερα από τα μη εμπλουτισμένα ;



Στην 15<sup>η</sup> ερώτηση βλέπουμε ότι παραπάνω από τους μισούς ερωτηθέντες απάντησαν ότι τα θεωρούν ακριβότερα και πολύ ακριβότερα (συνολικά 60%). Το 13% που δεν γνώριζε δεν συμπλήρωσε, ενώ υπάρχει και ένα 22% που πιστεύει ότι έχουν την ίδια τιμή. Οι άνδρες έδειξαν να γνωρίζουν λιγότερο για τις τιμές (15% μη συμπλήρωση) και μόλις το 45% τα θεωρεί ακριβότερα ενώ το 23% θεωρεί ότι έχουν ίδια τιμή. Οι γυναίκες με μεγαλύτερο ποσοστό (55%) θεωρούν ότι είναι ακριβότερα ενώ είχαν γνώμη περισσότερες με μόλις 11% μη συμπλήρωση.

| ΕΡΩΤΗΣΗ: 16       | Πόσο εύκολο θεωρείτε ότι είναι για εσάς να εντάξετε μόνιμα στη διατροφή σας προϊόντα εμπλουτισμένα με φυτικές στερόλες; |              |                    |                |                  |            |
|-------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|--------------------|----------------|------------------|------------|
|                   | ΠΑΡΑ ΠΟΛΥ ΔΥΣΚΟΛΟ                                                                                                       | ΛΙΓΟ ΔΥΣΚΟΛΟ | ΜΕ ΛΙΓΗ ΠΡΟΣΠΑΘΕΙΑ | ΣΧΕΤΙΚΑ ΕΥΚΟΛΟ | ΠΑΡΑ ΠΟΛΥ ΕΥΚΟΛΟ | ΣΥΝΟΛΑ     |
| <b>ΦΥΛΟ</b>       |                                                                                                                         |              |                    |                |                  |            |
| ΑΝΔΡΑΣ            | 1                                                                                                                       | 10           | 20                 | 16             | 6                | 53         |
| ΓΥΝΑΙΚΑ           | 1                                                                                                                       | 7            | 17                 | 22             | 10               | 57         |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>2</b>                                                                                                                | <b>17</b>    | <b>37</b>          | <b>38</b>      | <b>16</b>        | <b>110</b> |
| <b>ΗΛΙΚΙΑ</b>     |                                                                                                                         |              |                    |                |                  |            |
| -19               | 0                                                                                                                       | 0            | 1                  | 2              | 0                | 3          |
| 20-29             | 1                                                                                                                       | 3            | 13                 | 11             | 4                | 32         |
| 30-39             | 0                                                                                                                       | 8            | 12                 | 13             | 6                | 39         |
| 40-49             | 1                                                                                                                       | 3            | 7                  | 6              | 3                | 20         |
| 50-59             | 0                                                                                                                       | 2            | 2                  | 3              | 2                | 9          |
| 60 +              | 0                                                                                                                       | 1            | 2                  | 3              | 1                | 7          |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>2</b>                                                                                                                | <b>17</b>    | <b>37</b>          | <b>38</b>      | <b>16</b>        | <b>110</b> |
| <b>ΑΠΑΣΧΟΛΗΣΗ</b> |                                                                                                                         |              |                    |                |                  |            |
| ΔΗΜ. ΥΠΑΛ.        | 0                                                                                                                       | 2            | 8                  | 8              | 3                | 21         |
| ΙΔ. ΥΠΑΛ.         | 2                                                                                                                       | 8            | 21                 | 18             | 6                | 55         |
| ΠΡΟΣ. ΕΠΙΧΕΙΡ.    | 0                                                                                                                       | 2            | 2                  | 3              | 2                | 9          |
| ΤΕΧΝΙΤΗΣ          | 0                                                                                                                       | 2            | 1                  | 1              | 0                | 4          |
| ΟΙΚΟΔΟΜ.          | 0                                                                                                                       | 0            | 0                  | 0              | 0                | 0          |
| ΕΙΣΟΔΗΜΑΤ.        | 0                                                                                                                       | 0            | 1                  | 1              | 1                | 3          |
| ΑΝΕΡΓΟΣ           | 0                                                                                                                       | 1            | 1                  | 1              | 0                | 3          |
| ΆΛΛΟ              | 0                                                                                                                       | 2            | 3                  | 6              | 4                | 15         |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>2</b>                                                                                                                | <b>17</b>    | <b>37</b>          | <b>38</b>      | <b>16</b>        | <b>110</b> |
| <b>ΜΟΡΦΩΣΗ</b>    |                                                                                                                         |              |                    |                |                  |            |
| ΔΗΜΟΤΙΚΟ          | 0                                                                                                                       | 0            | 1                  | 2              | 1                | 4          |
| ΓΥΜΝΑΣΙΟ          | 0                                                                                                                       | 2            | 4                  | 6              | 2                | 14         |
| ΛΥΚΕΙΟ            | 0                                                                                                                       | 5            | 8                  | 8              | 5                | 26         |
| ΤΕΕ-ΙΕΚ           | 0                                                                                                                       | 2            | 2                  | 4              | 0                | 8          |
| ΤΕΙ               | 1                                                                                                                       | 2            | 7                  | 6              | 1                | 17         |
| ΑΕΙ               | 1                                                                                                                       | 4            | 8                  | 7              | 4                | 23         |
| ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΟ      | 0                                                                                                                       | 2            | 7                  | 5              | 3                | 18         |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>2</b>                                                                                                                | <b>17</b>    | <b>37</b>          | <b>38</b>      | <b>16</b>        | <b>110</b> |
| <b>ΜΕΛΗ ΟΙΚ.</b>  |                                                                                                                         |              |                    |                |                  |            |
| 1                 | 1                                                                                                                       | 0            | 2                  | 2              | 0                | 5          |
| 2                 | 0                                                                                                                       | 4            | 10                 | 9              | 3                | 26         |
| 3                 | 0                                                                                                                       | 2            | 7                  | 7              | 2                | 18         |
| 4                 | 1                                                                                                                       | 8            | 9                  | 10             | 8                | 36         |
| 5                 | 0                                                                                                                       | 3            | 7                  | 7              | 3                | 20         |
| 6                 | 0                                                                                                                       | 0            | 2                  | 2              | 0                | 4          |
| 7                 | 0                                                                                                                       | 0            | 0                  | 1              | 0                | 1          |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>2</b>                                                                                                                | <b>17</b>    | <b>37</b>          | <b>38</b>      | <b>16</b>        | <b>110</b> |
| <b>ΑΝΩ ΤΩΝ 40</b> |                                                                                                                         |              |                    |                |                  |            |
| 0                 | 0                                                                                                                       | 4            | 9                  | 5              | 4                | 22         |
| 1                 | 0                                                                                                                       | 2            | 8                  | 7              | 2                | 19         |
| 2                 | 2                                                                                                                       | 11           | 19                 | 24             | 9                | 65         |
| 3                 | 0                                                                                                                       | 0            | 1                  | 2              | 1                | 4          |
| 4                 | 0                                                                                                                       | 0            | 0                  | 0              | 0                | 0          |
| 5                 | 0                                                                                                                       | 0            | 0                  | 0              | 0                | 0          |
| 6                 | 0                                                                                                                       | 0            | 0                  | 0              | 0                | 0          |
| 7                 | 0                                                                                                                       | 0            | 0                  | 0              | 0                | 0          |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>2</b>                                                                                                                | <b>17</b>    | <b>37</b>          | <b>38</b>      | <b>16</b>        | <b>110</b> |

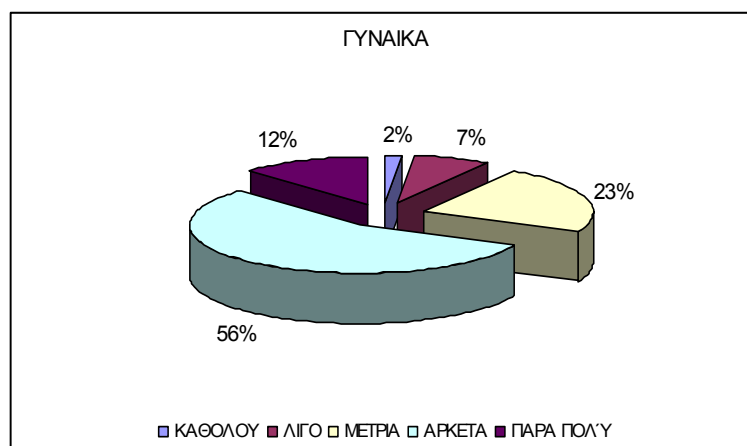
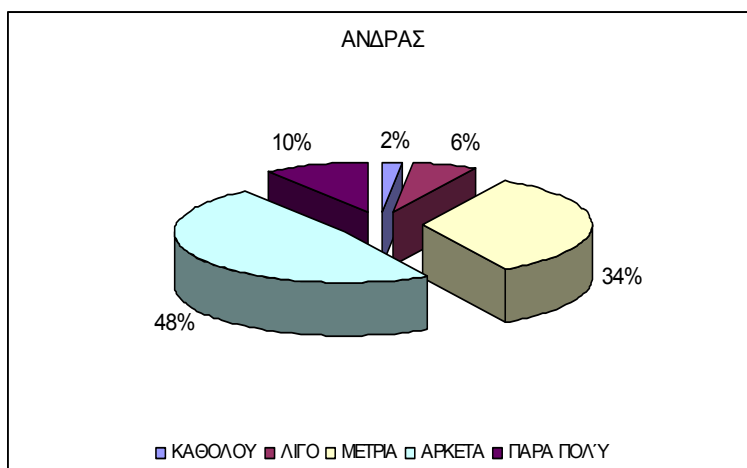
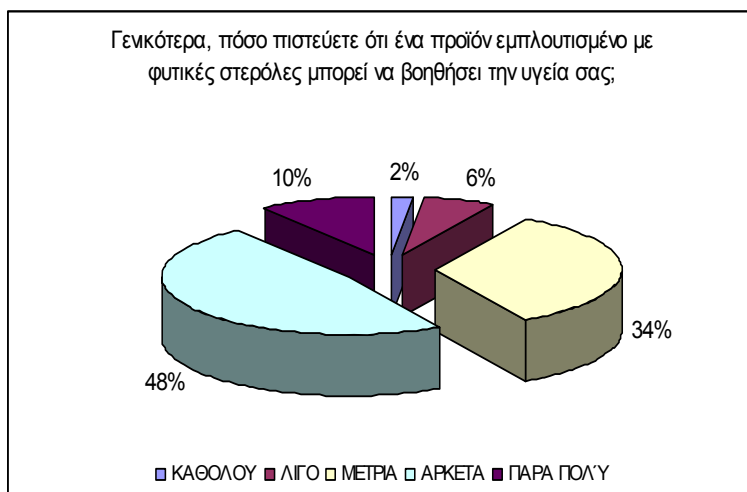
**Ερώτηση 16η:** Πόσο εύκολο θεωρείτε ότι είναι για εσάς να εντάξετε μόνιμα στη διατροφή σας προϊόντα εμπλουτισμένα με φυτικές στερόλες;



Στην πρώτη ερώτηση βλέπουμε ότι σχεδόν οι μισοί (49%) θεωρούν ότι είναι από εύκολο (34%) έως πολύ εύκολο (15%) να εντάξουν στη διατροφή τους αυτά τα προϊόντα. Το 34% θεωρεί ότι χρειάζεται λίγη προσπάθεια ενώ το 15% το θεωρεί δύσκολο. Οι άντρες θεωρούν ότι χρειάζεται λίγη προσπάθεια (38%), αλλά το 41% το θεωρεί από εύκολο (30%) έως πολύ εύκολο (11%). Οι γυναίκες έχουν παρόμοιες απαντήσεις με το μέσο όρο του δείγματος (54%) θεωρώντας ότι είναι εύκολο για αυτές να τα εντάξουν στο διαιτολόγιό τους.

| ΕΡΩΤΗΣΗ: 17       | Γενικότερα, πόσο πιστεύετε ότι ένα προϊόν εμπλουτισμένο με φυτικές στερόλες μπορεί να βοηθήσει την υγεία σας; |          |           |           |           |            |
|-------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|-----------|-----------|-----------|------------|
|                   | ΚΑΘΟΛΟΥ                                                                                                       | ΛΙΓΟ     | ΜΕΤΡΙΑ    | ΑΡΚΕΤΑ    | ΠΑΡΑ ΠΟΛΥ | ΣΥΝΟΛΑ     |
| <b>ΦΥΛΟ</b>       |                                                                                                               |          |           |           |           |            |
| ΑΝΔΡΑΣ            | 1                                                                                                             | 3        | 24        | 21        | 4         | 53         |
| ΓΥΝΑΙΚΑ           | 1                                                                                                             | 4        | 13        | 32        | 7         | 57         |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>2</b>                                                                                                      | <b>7</b> | <b>37</b> | <b>53</b> | <b>11</b> | <b>110</b> |
| <b>ΗΛΙΚΙΑ</b>     |                                                                                                               |          |           |           |           |            |
| -19               | 0                                                                                                             | 0        | 1         | 2         | 0         | 3          |
| 20-29             | 1                                                                                                             | 2        | 13        | 13        | 3         | 32         |
| 30-39             | 0                                                                                                             | 1        | 12        | 22        | 4         | 39         |
| 40-49             | 1                                                                                                             | 2        | 7         | 8         | 2         | 20         |
| 50-59             | 0                                                                                                             | 1        | 2         | 5         | 1         | 9          |
| 60 +              | 0                                                                                                             | 1        | 2         | 3         | 1         | 7          |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>2</b>                                                                                                      | <b>7</b> | <b>37</b> | <b>53</b> | <b>11</b> | <b>110</b> |
| <b>ΑΠΑΣΧΟΛΗΣΗ</b> |                                                                                                               |          |           |           |           |            |
| ΔΗΜ. ΥΠΑΛ.        | 0                                                                                                             | 1        | 8         | 9         | 3         | 21         |
| ΙΔ. ΥΠΑΛ.         | 2                                                                                                             | 1        | 21        | 28        | 3         | 55         |
| ΠΡΟΣ. ΕΠΙΧΕΙΡ.    | 0                                                                                                             | 2        | 2         | 3         | 2         | 9          |
| ΤΕΧΝΙΤΗΣ          | 0                                                                                                             | 1        | 1         | 2         | 0         | 4          |
| ΟΙΚΟΔΟΜ.          | 0                                                                                                             | 0        | 0         | 0         | 0         | 0          |
| ΕΙΣΟΔΗΜΑΤ.        | 0                                                                                                             | 0        | 1         | 1         | 1         | 3          |
| ΑΝΕΡΓΟΣ           | 0                                                                                                             | 1        | 1         | 1         | 0         | 3          |
| ΆΛΛΟ              | 0                                                                                                             | 1        | 3         | 9         | 2         | 15         |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>2</b>                                                                                                      | <b>7</b> | <b>37</b> | <b>53</b> | <b>11</b> | <b>110</b> |
| <b>ΜΟΡΦΩΣΗ</b>    |                                                                                                               |          |           |           |           |            |
| ΔΗΜΟΤΙΚΟ          | 0                                                                                                             | 0        | 1         | 2         | 1         | 4          |
| ΓΥΜΝΑΣΙΟ          | 0                                                                                                             | 2        | 4         | 6         | 2         | 14         |
| ΛΥΚΕΙΟ            | 0                                                                                                             | 1        | 8         | 15        | 2         | 26         |
| ΤΕΕ-ΙΕΚ           | 0                                                                                                             | 1        | 2         | 5         | 0         | 8          |
| ΤΕΙ               | 1                                                                                                             | 1        | 7         | 7         | 1         | 17         |
| ΑΕΙ               | 1                                                                                                             | 1        | 8         | 11        | 3         | 23         |
| ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΟ      | 0                                                                                                             | 1        | 7         | 7         | 2         | 18         |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>2</b>                                                                                                      | <b>7</b> | <b>37</b> | <b>53</b> | <b>11</b> | <b>110</b> |
| <b>ΜΕΛΗ ΟΙΚ.</b>  |                                                                                                               |          |           |           |           |            |
| 1                 | 1                                                                                                             | 0        | 2         | 2         | 0         | 5          |
| 2                 | 0                                                                                                             | 2        | 10        | 12        | 2         | 26         |
| 3                 | 0                                                                                                             | 2        | 7         | 7         | 2         | 18         |
| 4                 | 1                                                                                                             | 1        | 9         | 20        | 5         | 36         |
| 5                 | 0                                                                                                             | 2        | 7         | 9         | 2         | 20         |
| 6                 | 0                                                                                                             | 0        | 2         | 2         | 0         | 4          |
| 7                 | 0                                                                                                             | 0        | 0         | 1         | 0         | 1          |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>2</b>                                                                                                      | <b>7</b> | <b>37</b> | <b>53</b> | <b>11</b> | <b>110</b> |
| <b>ΑΝΩ ΤΩΝ 40</b> |                                                                                                               |          |           |           |           |            |
| 0                 | 0                                                                                                             | 2        | 9         | 8         | 3         | 22         |
| 1                 | 0                                                                                                             | 1        | 8         | 8         | 2         | 19         |
| 2                 | 2                                                                                                             | 4        | 19        | 35        | 5         | 65         |
| 3                 | 0                                                                                                             | 0        | 1         | 2         | 1         | 4          |
| 4                 | 0                                                                                                             | 0        | 0         | 0         | 0         | 0          |
| 5                 | 0                                                                                                             | 0        | 0         | 0         | 0         | 0          |
| 6                 | 0                                                                                                             | 0        | 0         | 0         | 0         | 0          |
| 7                 | 0                                                                                                             | 0        | 0         | 0         | 0         | 0          |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>2</b>                                                                                                      | <b>7</b> | <b>37</b> | <b>53</b> | <b>11</b> | <b>110</b> |

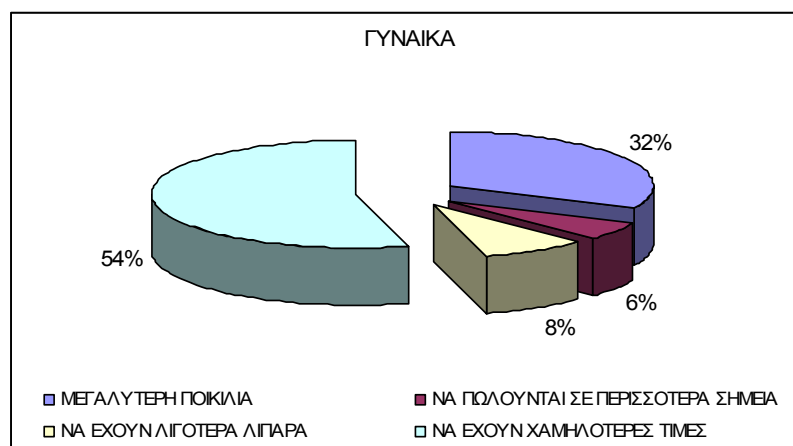
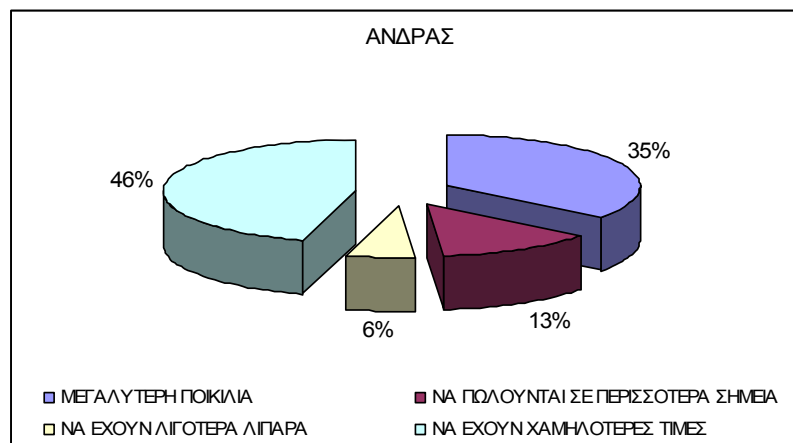
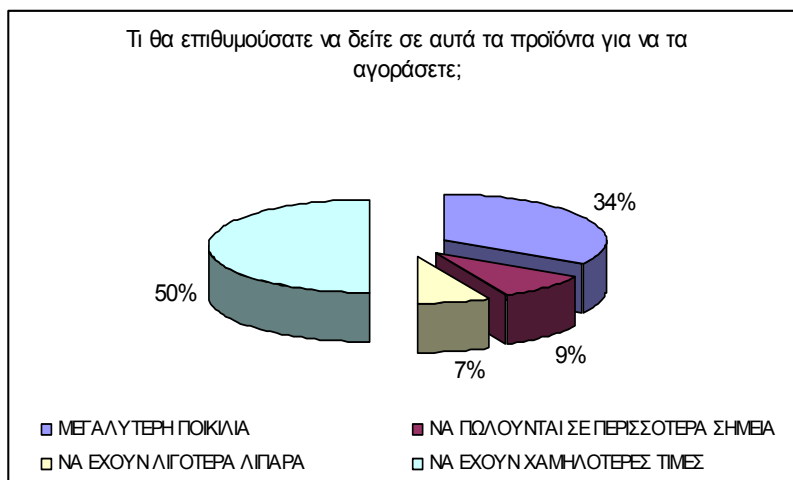
**Ερώτηση 17η:** Γενικότερα, πόσο πιστεύετε ότι ένα προϊόν εμπλουτισμένο με φυτικές στερόλες μπορεί να βοηθήσει την υγεία σας;



Σε αυτή την ερώτηση βλέπουμε ότι το δείγμα πιστεύει στα προϊόντα αυτά και στις ευεργετικές δυνατότητες τους (48% αρκετά, 10% πάρα πολύ. Το 34% του Μέτρια δείχνει ότι υπάρχει ενδοιασμός από μια μερίδα ανθρώπων αλλά τα χαμηλά ποσοστά στο λίγο (6%) και Καθόλου (2%) δείχνουν ότι μπορούν να πεισθούν στο μέλλον. Τα ποσοστά των απαντήσεων των ανδρών ταυτίζονται με αυτά του δείγματος. Οι γυναίκες δείχνουν να εμπιστεύονται περισσότερο τις δυνατότητες των προϊόντων αυτών με 56% Αρκετά και 12% Πάρα πολύ. Μόλις το 23% (μέτρια) έχει κάποιους ενδοιασμούς.

| ΕΡΩΤΗΣΗ: 18       |                     | Τι θα επιθυμούσατε να δείτε σε αυτά τα προϊόντα για να τα αγοράσετε; |                          |                            |        |
|-------------------|---------------------|----------------------------------------------------------------------|--------------------------|----------------------------|--------|
|                   | ΜΕΓΑΛΥΤΕΡΗ ΠΟΙΚΙΛΙΑ | ΝΑ ΠΩΛΟΥΝΤΑΙ ΣΕ ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΑ ΣΗΜΕΙΑ                                   | ΝΑ ΕΧΟΥΝ ΛΙΓΟΤΕΡΑ ΛΙΠΑΡΑ | ΝΑ ΕΧΟΥΝ ΧΑΜΗΛΟΤΕΡΕΣ ΤΙΜΕΣ | ΣΥΝΟΛΑ |
| <b>ΦΥΛΟ</b>       |                     |                                                                      |                          |                            |        |
| ΑΝΔΡΑΣ            | 24                  | 9                                                                    | 4                        | 31                         | 68     |
| ΓΥΝΑΙΚΑ           | 23                  | 4                                                                    | 6                        | 39                         | 72     |
| ΣΥΝΟΛΑ            | 47                  | 13                                                                   | 10                       | 70                         | 140    |
| <b>ΗΛΙΚΙΑ</b>     |                     |                                                                      |                          |                            |        |
| -19               | 2                   | 1                                                                    | 1                        | 3                          | 7      |
| 20-29             | 17                  | 3                                                                    | 1                        | 21                         | 42     |
| 30-39             | 20                  | 3                                                                    | 3                        | 28                         | 54     |
| 40-49             | 4                   | 2                                                                    | 2                        | 12                         | 20     |
| 50-59             | 3                   | 2                                                                    | 2                        | 3                          | 10     |
| 60 +              | 1                   | 2                                                                    | 1                        | 3                          | 7      |
| ΣΥΝΟΛΑ            | 47                  | 13                                                                   | 10                       | 70                         | 140    |
| <b>ΑΠΑΣΧΟΛΗΣΗ</b> |                     |                                                                      |                          |                            |        |
| ΔΗΜ. ΥΠΑΛ.        | 12                  | 1                                                                    | 2                        | 14                         | 29     |
| ΙΔ. ΥΠΑΛ.         | 26                  | 5                                                                    | 5                        | 46                         | 82     |
| ΠΡΟΣ. ΕΠΙΧΕΙΡ.    | 2                   | 3                                                                    | 2                        | 3                          | 10     |
| ΤΕΧΝΙΤΗΣ          | 1                   | 0                                                                    | 0                        | 0                          | 1      |
| ΟΙΚΟΔΟΜ.          | 0                   | 0                                                                    | 0                        | 0                          | 0      |
| ΕΙΣΟΔΗΜΑΤ.        | 1                   | 0                                                                    | 0                        | 0                          | 1      |
| ΑΝΕΡΓΟΣ           | 1                   | 1                                                                    | 0                        | 0                          | 2      |
| ΑΛΛΟ              | 4                   | 3                                                                    | 1                        | 7                          | 15     |
| ΣΥΝΟΛΑ            | 47                  | 13                                                                   | 10                       | 70                         | 140    |
| <b>ΜΟΡΦΩΣΗ</b>    |                     |                                                                      |                          |                            |        |
| ΔΗΜΟΤΙΚΟ          | 3                   | 0                                                                    | 0                        | 1                          | 4      |
| ΓΥΜΝΑΣΙΟ          | 5                   | 2                                                                    | 2                        | 9                          | 18     |
| ΛΥΚΕΙΟ            | 13                  | 2                                                                    | 3                        | 19                         | 37     |
| ΤΕΕ-ΙΕΚ           | 5                   | 3                                                                    | 1                        | 6                          | 15     |
| ΤΕΙ               | 7                   | 2                                                                    | 3                        | 12                         | 24     |
| ΑΕΙ               | 8                   | 1                                                                    | 1                        | 14                         | 24     |
| ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΟ      | 6                   | 3                                                                    | 0                        | 9                          | 18     |
| ΣΥΝΟΛΑ            | 47                  | 13                                                                   | 10                       | 70                         | 140    |
| <b>ΜΕΛΗ ΟΙΚ.</b>  |                     |                                                                      |                          |                            |        |
| 1                 | 1                   | 1                                                                    | 0                        | 4                          | 6      |
| 2                 | 9                   | 3                                                                    | 1                        | 16                         | 29     |
| 3                 | 6                   | 2                                                                    | 1                        | 15                         | 24     |
| 4                 | 17                  | 4                                                                    | 4                        | 23                         | 48     |
| 5                 | 13                  | 2                                                                    | 3                        | 9                          | 27     |
| 6                 | 1                   | 1                                                                    | 1                        | 2                          | 5      |
| 7                 | 0                   | 0                                                                    | 0                        | 1                          | 1      |
| ΣΥΝΟΛΑ            | 47                  | 13                                                                   | 10                       | 70                         | 140    |
| <b>ΑΝΩ ΤΩΝ 40</b> |                     |                                                                      |                          |                            |        |
| 0                 | 14                  | 3                                                                    | 2                        | 11                         | 30     |
| 1                 | 8                   | 2                                                                    | 1                        | 9                          | 20     |
| 2                 | 23                  | 6                                                                    | 6                        | 47                         | 82     |
| 3                 | 2                   | 2                                                                    | 1                        | 3                          | 8      |
| 4                 | 0                   | 0                                                                    | 0                        | 0                          | 0      |
| 5                 | 0                   | 0                                                                    | 0                        | 0                          | 0      |
| 6                 | 0                   | 0                                                                    | 0                        | 0                          | 0      |
| 7                 | 0                   | 0                                                                    | 0                        | 0                          | 0      |
| ΣΥΝΟΛΑ            | 47                  | 13                                                                   | 10                       | 70                         | 140    |

**Ερώτηση 18η:** Τι θα επιθυμούσατε να δείτε σε αυτά τα προϊόντα για να τα αγοράσετε;



Στην 18<sup>η</sup> ερώτηση βλέπουμε ότι οι μισές απαντήσεις αφορούν την τιμή (50%) πράγμα που δείχνει την ευαισθησία του δείγματος στο κόστος. Επίσης φαίνεται ότι τους απασχολεί αρκετά και η ποικιλία (34%). Το να πωλούνται σε περισσότερα σημεία (9%) και τα χαμηλότερα λιπαρά (7%) δεν φαίνεται να τους απασχολούν ιδιαίτερα. Οι άντρες δίνουν λίγο μεγαλύτερη σημασία στα σημεία διάθεσης των προϊόντων (13%) σε σχέση με τις γυναίκες (6%), οι οποίες έχουν μεγαλύτερη ευαισθησία στην τιμή (54%) από τους άνδρες (46%). Όσον αφορά την ποικιλία οι απαντήσεις τους είναι σε παρόμοια επίπεδα (35% οι άνδρες και 32% οι γυναίκες).



| ΕΡΩΤΗΣΗ: 19       |           | ΠΡΟΣΩΠΙΚΑ ΔΕΔΟΜΕΝΑ - ΦΥΛΟ - |            |
|-------------------|-----------|-----------------------------|------------|
|                   | ΑΝΤΡΕΣ    | ΓΥΝΑΙΚΕΣ                    | ΣΥΝΟΛΑ     |
| <b>ΦΥΛΟ</b>       |           |                             |            |
| ΑΝΔΡΑΣ            | 53        | 0                           | 53         |
| ΓΥΝΑΙΚΑ           | 0         | 57                          | 57         |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>53</b> | <b>57</b>                   | <b>110</b> |
| <b>ΗΛΙΚΙΑ</b>     |           |                             |            |
| -19               | 0         | 3                           | 3          |
| 20-29             | 16        | 16                          | 32         |
| 30-39             | 21        | 18                          | 39         |
| 40-49             | 10        | 10                          | 20         |
| 50-59             | 3         | 6                           | 9          |
| 60 +              | 3         | 4                           | 7          |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>53</b> | <b>57</b>                   | <b>110</b> |
| <b>ΑΠΑΣΧΟΛΗΣΗ</b> |           |                             |            |
| ΔΗΜ. ΥΠΑΛ.        | 8         | 13                          | 21         |
| ΙΔ. ΥΠΑΛ.         | 27        | 28                          | 55         |
| ΠΡΟΣ. ΕΠΙΧΕΙΡ.    | 8         | 1                           | 9          |
| ΤΕΧΝΙΤΗΣ          | 4         | 0                           | 4          |
| ΟΙΚΟΔΟΜ.          | 0         | 0                           | 0          |
| ΕΙΣΟΔΗΜΑΤ.        | 1         | 2                           | 3          |
| ΑΝΕΡΓΟΣ           | 2         | 1                           | 3          |
| ΆΛΛΟ              | 3         | 12                          | 15         |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>53</b> | <b>57</b>                   | <b>110</b> |
| <b>ΜΟΡΦΩΣΗ</b>    |           |                             |            |
| ΔΗΜΟΤΙΚΟ          | 2         | 2                           | 4          |
| ΓΥΜΝΑΣΙΟ          | 4         | 10                          | 14         |
| ΛΥΚΕΙΟ            | 11        | 15                          | 26         |
| ΤΕΕ-ΙΕΚ           | 6         | 2                           | 8          |
| ΤΕΙ               | 9         | 8                           | 17         |
| ΑΕΙ               | 9         | 14                          | 23         |
| ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΟ      | 12        | 6                           | 18         |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>53</b> | <b>57</b>                   | <b>110</b> |
| <b>ΜΕΛΗ ΟΙΚ.</b>  |           |                             |            |
| 1                 | 2         | 3                           | 5          |
| 2                 | 14        | 12                          | 26         |
| 3                 | 10        | 8                           | 18         |
| 4                 | 18        | 18                          | 36         |
| 5                 | 8         | 12                          | 20         |
| 6                 | 1         | 3                           | 4          |
| 7                 | 0         | 1                           | 1          |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>53</b> | <b>57</b>                   | <b>110</b> |
| <b>ΑΝΩ ΤΩΝ 40</b> |           |                             |            |
| 0                 | 14        | 8                           | 22         |
| 1                 | 7         | 12                          | 19         |
| 2                 | 32        | 33                          | 65         |
| 3                 | 0         | 4                           | 4          |
| 4                 | 0         | 0                           | 0          |
| 5                 | 0         | 0                           | 0          |
| 6                 | 0         | 0                           | 0          |
| 7                 | 0         | 0                           | 0          |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>53</b> | <b>57</b>                   | <b>110</b> |

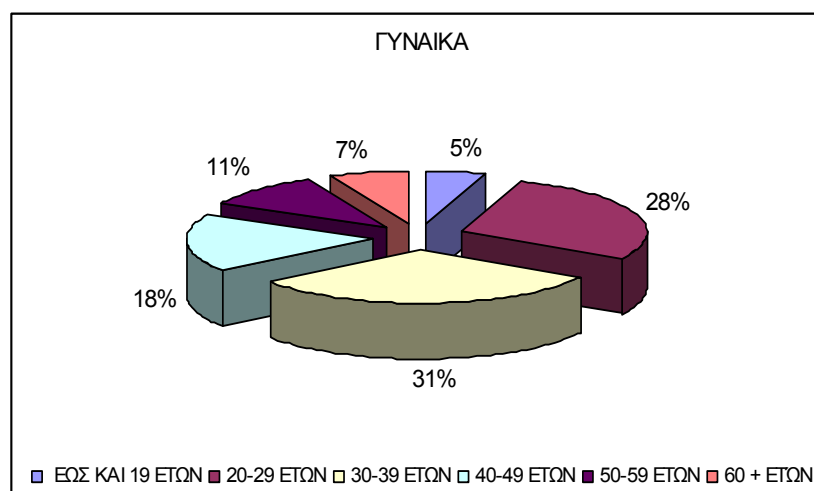
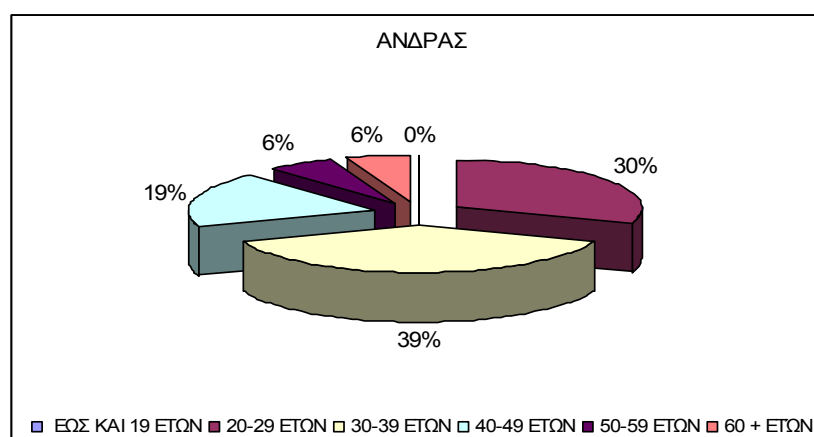
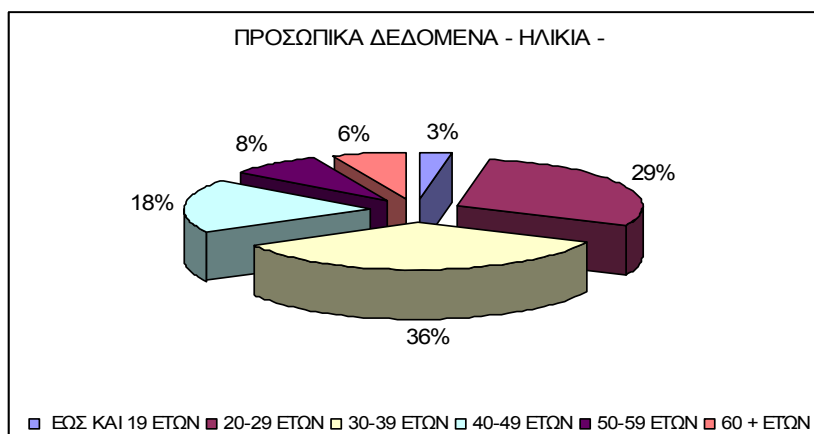
**Ερώτηση 19η: ΠΡΟΣΩΠΙΚΑ ΔΕΔΟΜΕΝΑ - ΦΥΛΟ -;**



Το 48% του δείγματος ήταν άνδρες και το 52% γυναίκες. Σε απόλυτους αριθμούς είχαμε τη συμμετοχή 53 ανδρών και 57 γυναικών από το δείγμα των 110 ατόμων.

| ΕΡΩΤΗΣΗ: 20       |                 | ΠΡΟΣΩΠΙΚΑ ΔΕΔΟΜΕΝΑ - ΗΛΙΚΙΑ - |            |            |            |           |        |
|-------------------|-----------------|-------------------------------|------------|------------|------------|-----------|--------|
|                   | ΕΩΣ ΚΑΙ 19 ΕΤΩΝ | 20-29 ΕΤΩΝ                    | 30-39 ΕΤΩΝ | 40-49 ΕΤΩΝ | 50-59 ΕΤΩΝ | 60 + ΕΤΩΝ | ΣΥΝΟΛΑ |
| <b>ΦΥΛΟ</b>       |                 |                               |            |            |            |           |        |
| ΑΝΔΡΑΣ            | 0               | 16                            | 21         | 10         | 3          | 3         | 53     |
| ΓΥΝΑΙΚΑ           | 3               | 16                            | 18         | 10         | 6          | 4         | 57     |
| ΣΥΝΟΛΑ            | 3               | 32                            | 39         | 20         | 9          | 7         | 110    |
| <b>ΗΛΙΚΙΑ</b>     |                 |                               |            |            |            |           |        |
| -19               | 3               | 0                             | 0          | 0          | 0          | 0         | 3      |
| 20-29             | 0               | 32                            | 0          | 0          | 0          | 0         | 32     |
| 30-39             | 0               | 0                             | 39         | 0          | 0          | 0         | 39     |
| 40-49             | 0               | 0                             | 0          | 20         | 0          | 0         | 20     |
| 50-59             | 0               | 0                             | 0          | 0          | 9          | 0         | 9      |
| 60 +              | 0               | 0                             | 0          | 0          | 0          | 7         | 7      |
| ΣΥΝΟΛΑ            | 3               | 32                            | 39         | 20         | 9          | 7         | 110    |
| <b>ΑΠΑΣΧΟΛΗΣΗ</b> |                 |                               |            |            |            |           |        |
| ΔΗΜ. ΥΠΑΛ.        | 0               | 3                             | 9          | 7          | 2          | 0         | 21     |
| ΙΔ. ΥΠΑΛ.         | 0               | 24                            | 21         | 5          | 5          | 0         | 55     |
| ΠΡΟΣ. ΕΠΙΧΕΙΡ.    | 0               | 1                             | 3          | 4          | 1          | 0         | 9      |
| ΤΕΧΝΙΤΗΣ          | 0               | 1                             | 1          | 2          | 0          | 0         | 4      |
| ΟΙΚΟΔΟΜ.          | 0               | 0                             | 0          | 0          | 0          | 0         | 0      |
| ΕΙΣΟΔΗΜΑΤ.        | 0               | 0                             | 1          | 1          | 0          | 1         | 3      |
| ΑΝΕΡΓΟΣ           | 0               | 2                             | 1          | 0          | 0          | 0         | 3      |
| ΆΛΛΟ              | 3               | 1                             | 3          | 1          | 1          | 6         | 15     |
| ΣΥΝΟΛΑ            | 3               | 32                            | 39         | 20         | 9          | 7         | 110    |
| <b>ΜΟΡΦΩΣΗ</b>    |                 |                               |            |            |            |           |        |
| ΔΗΜΟΤΙΚΟ          | 0               | 0                             | 0          | 1          | 2          | 1         | 4      |
| ΓΥΜΝΑΣΙΟ          | 0               | 2                             | 4          | 3          | 2          | 3         | 14     |
| ΛΥΚΕΙΟ            | 3               | 6                             | 7          | 5          | 3          | 2         | 26     |
| ΤΕΕ-ΙΕΚ           | 0               | 5                             | 3          | 0          | 0          | 0         | 8      |
| ΤΕΙ               | 0               | 6                             | 8          | 3          | 0          | 0         | 17     |
| ΑΕΙ               | 0               | 10                            | 8          | 3          | 1          | 1         | 23     |
| ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΟ      | 0               | 3                             | 9          | 5          | 1          | 0         | 18     |
| ΣΥΝΟΛΑ            | 3               | 32                            | 39         | 20         | 9          | 7         | 110    |
| <b>ΜΕΛΗ ΟΙΚ.</b>  |                 |                               |            |            |            |           |        |
| 1                 | 0               | 0                             | 0          | 1          | 2          | 2         | 5      |
| 2                 | 0               | 8                             | 10         | 4          | 3          | 1         | 26     |
| 3                 | 0               | 6                             | 5          | 4          | 1          | 2         | 18     |
| 4                 | 2               | 10                            | 13         | 7          | 3          | 1         | 36     |
| 5                 | 1               | 6                             | 9          | 3          | 0          | 1         | 20     |
| 6                 | 0               | 1                             | 2          | 1          | 0          | 0         | 4      |
| 7                 | 0               | 1                             | 0          | 0          | 0          | 0         | 1      |
| ΣΥΝΟΛΑ            | 3               | 32                            | 39         | 20         | 9          | 7         | 110    |
| <b>ΑΝΩ ΤΩΝ 40</b> |                 |                               |            |            |            |           |        |
| 0                 | 0               | 7                             | 8          | 5          | 2          | 0         | 22     |
| 1                 | 0               | 6                             | 8          | 3          | 1          | 1         | 19     |
| 2                 | 3               | 19                            | 23         | 11         | 5          | 4         | 65     |
| 3                 | 0               | 0                             | 0          | 1          | 1          | 2         | 4      |
| 4                 | 0               | 0                             | 0          | 0          | 0          | 0         | 0      |
| 5                 | 0               | 0                             | 0          | 0          | 0          | 0         | 0      |
| 6                 | 0               | 0                             | 0          | 0          | 0          | 0         | 0      |
| 7                 | 0               | 0                             | 0          | 0          | 0          | 0         | 0      |
| ΣΥΝΟΛΑ            | 3               | 32                            | 39         | 20         | 9          | 7         | 110    |

**Ερώτηση 20η: ΠΡΟΣΩΠΙΚΑ ΔΕΔΟΜΕΝΑ - ΗΛΙΚΙΑ -;**



Στο ερωτηματολόγιο το 36% ήταν μεταξύ 30-39 ετών, το 29% ήταν μεταξύ 20-29 ετών το 18% μεταξύ 40-49 ετών, το 8% 50-59 ετών, το 6% 60 + ετών, ενώ μόλις το 3% του δείγματος ήταν έως 19 ετών.

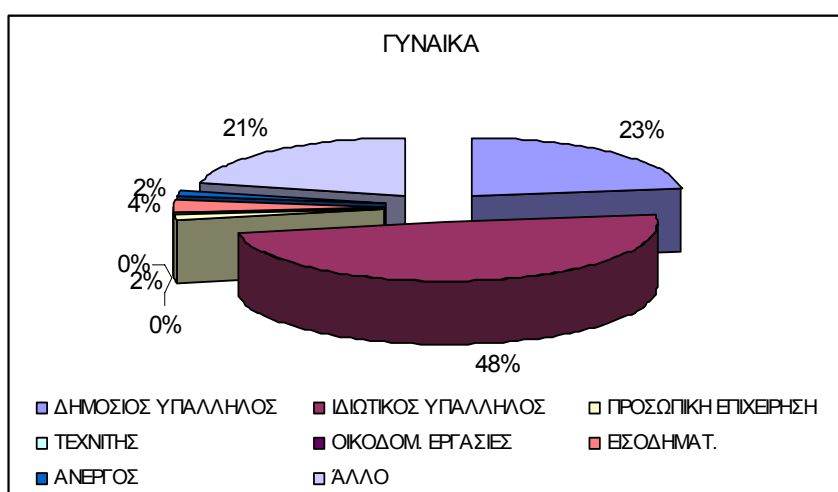
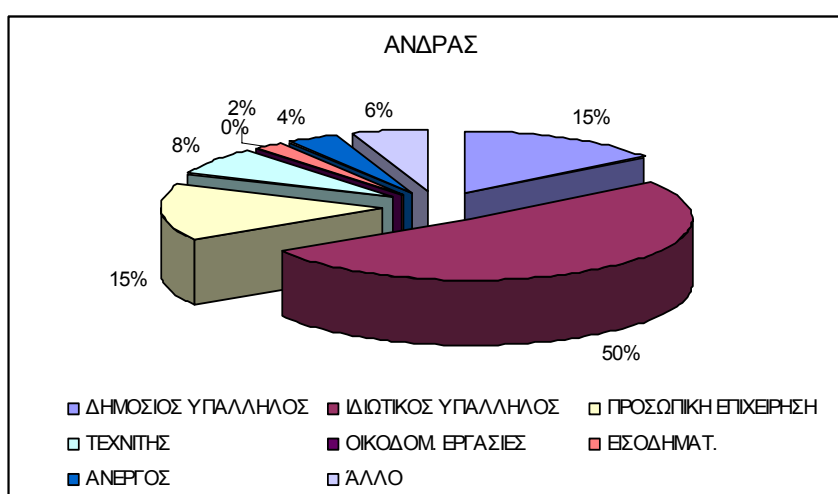
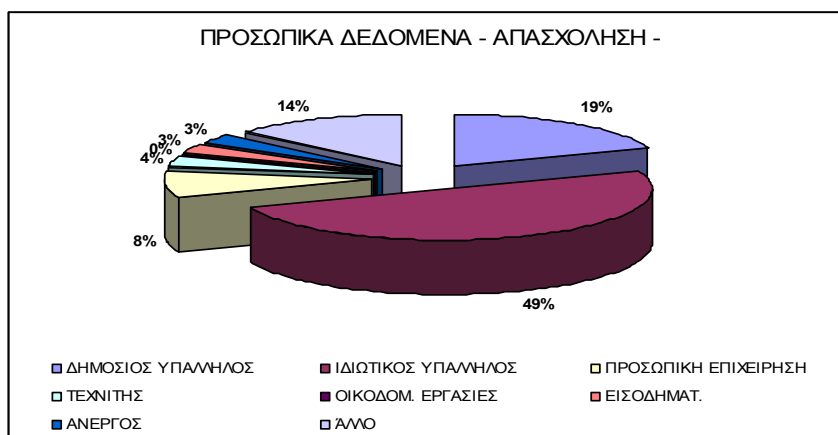
Στους άνδρες δεν είχαμε συμμετοχή μέχρι 19 ετών ενώ η πλειονότητα τους ήταν μεταξύ 30-39 ετών (39%). 30% εκ των ανδρών ήταν μεταξύ 20-29 ετών ενώ το 19% ήταν μεταξύ 40-49 ετών. Μόλις 6% ήταν τα άτομα από 50-59 ετών και 60+ αντίστοιχα.

Στις γυναίκες υπήρχε συμμετοχή μέχρι 19 ετών (5%) ενώ μόλις 7% ήταν οι 60+ ετών.

Το 31% ήταν μεταξύ 30-39 ετών ενώ το 28% ήταν μεταξύ 20-29 ετών. Περισσότερες σε σχέση με τους άντρες ήταν οι συμμετέχουσες άνω των 60 ετών (11%).

| ΕΡΩΤΗΣΗ: 21       |                       | ΠΡΟΣΩΠΙΚΑ ΔΕΔΟΜΕΝΑ - ΑΠΑΣΧΟΛΗΣΗ - |                         |          |                      |            |          |           |            |
|-------------------|-----------------------|-----------------------------------|-------------------------|----------|----------------------|------------|----------|-----------|------------|
|                   | ΔΗΜΟΣΙΟΣ<br>ΥΠΑΛΛΗΛΟΣ | ΙΔΙΩΤΙΚΟΣ<br>ΥΠΑΛΛΗΛΟΣ            | ΠΡΟΣΩΠΙΚΗ<br>ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΗ | ΤΕΧΝΙΤΗΣ | ΟΙΚΟΔΟΜ.<br>ΕΡΓΑΣΙΕΣ | ΕΙΣΟΔΗΜΑΤ. | ΑΝΕΡΓΟΣ  | ΆΛΛΟ      | ΣΥΝΟΛΑ     |
| <b>ΦΥΛΟ</b>       |                       |                                   |                         |          |                      |            |          |           |            |
| ΑΝΔΡΑΣ            | 8                     | 27                                | 8                       | 4        | 0                    | 1          | 2        | 3         | 53         |
| ΓΥΝΑΙΚΑ           | 13                    | 28                                | 1                       | 0        | 0                    | 2          | 1        | 12        | 57         |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>21</b>             | <b>55</b>                         | <b>9</b>                | <b>4</b> | <b>0</b>             | <b>3</b>   | <b>3</b> | <b>15</b> | <b>110</b> |
| <b>ΗΛΙΚΙΑ</b>     |                       |                                   |                         |          |                      |            |          |           |            |
| -19               | 0                     | 0                                 | 0                       | 0        | 0                    | 0          | 0        | 3         | 3          |
| 20-29             | 3                     | 24                                | 1                       | 1        | 0                    | 1          | 2        | 1         | 32         |
| 30-39             | 9                     | 21                                | 3                       | 1        | 0                    | 1          | 1        | 3         | 39         |
| 40-49             | 7                     | 5                                 | 4                       | 2        | 0                    | 0          | 0        | 1         | 20         |
| 50-59             | 2                     | 5                                 | 1                       | 0        | 0                    | 0          | 0        | 1         | 9          |
| 60 +              | 0                     | 0                                 | 0                       | 0        | 0                    | 1          | 0        | 6         | 7          |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>21</b>             | <b>55</b>                         | <b>9</b>                | <b>4</b> | <b>0</b>             | <b>3</b>   | <b>3</b> | <b>15</b> | <b>110</b> |
| <b>ΑΠΑΣΧΟΛΗΣΗ</b> |                       |                                   |                         |          |                      |            |          |           |            |
| ΔΗΜ. ΥΠΑΛ.        | 21                    | 0                                 | 0                       | 0        | 0                    | 0          | 0        | 0         | 21         |
| ΙΔ. ΥΠΑΛ.         | 0                     | 55                                | 0                       | 0        | 0                    | 0          | 0        | 0         | 55         |
| ΠΡΟΣ. ΕΠΙΧΕΙΡ.    | 0                     | 0                                 | 9                       | 0        | 0                    | 0          | 0        | 0         | 9          |
| ΤΕΧΝΙΤΗΣ          | 0                     | 0                                 | 0                       | 4        | 0                    | 0          | 0        | 0         | 4          |
| ΟΙΚΟΔΟΜ.          | 0                     | 0                                 | 0                       | 0        | 0                    | 0          | 0        | 0         | 0          |
| ΕΙΣΟΔΗΜΑΤ.        | 0                     | 0                                 | 0                       | 0        | 0                    | 3          | 0        | 0         | 3          |
| ΑΝΕΡΓΟΣ           | 0                     | 0                                 | 0                       | 0        | 0                    | 0          | 3        | 0         | 3          |
| ΆΛΛΟ              | 0                     | 0                                 | 0                       | 0        | 0                    | 0          | 0        | 15        | 15         |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>21</b>             | <b>55</b>                         | <b>9</b>                | <b>4</b> | <b>0</b>             | <b>3</b>   | <b>3</b> | <b>15</b> | <b>110</b> |
| <b>ΜΟΡΦΩΣΗ</b>    |                       |                                   |                         |          |                      |            |          |           |            |
| ΔΗΜΟΤΙΚΟ          | 0                     | 0                                 | 0                       | 1        | 0                    | 0          | 0        | 3         | 4          |
| ΓΥΜΝΑΣΙΟ          | 1                     | 9                                 | 0                       | 1        | 0                    | 0          | 0        | 3         | 14         |
| ΛΥΚΕΙΟ            | 3                     | 12                                | 3                       | 2        | 0                    | 0          | 0        | 6         | 26         |
| ΤΕΕ-ΙΕΚ           | 1                     | 4                                 | 1                       | 0        | 0                    | 0          | 1        | 1         | 8          |
| ΤΕΙ               | 6                     | 7                                 | 1                       | 0        | 0                    | 1          | 2        | 0         | 17         |
| ΑΕΙ               | 6                     | 12                                | 2                       | 0        | 0                    | 1          | 0        | 2         | 23         |
| ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΟ      | 4                     | 11                                | 2                       | 0        | 0                    | 1          | 0        | 0         | 18         |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>21</b>             | <b>55</b>                         | <b>9</b>                | <b>4</b> | <b>0</b>             | <b>3</b>   | <b>3</b> | <b>15</b> | <b>110</b> |
| <b>ΜΕΛΗ ΟΙΚ.</b>  |                       |                                   |                         |          |                      |            |          |           |            |
| 1                 | 1                     | 2                                 | 0                       | 0        | 0                    | 0          | 0        | 2         | 5          |
| 2                 | 2                     | 17                                | 1                       | 1        | 0                    | 2          | 0        | 3         | 26         |
| 3                 | 4                     | 10                                | 1                       | 0        | 0                    | 0          | 1        | 2         | 18         |
| 4                 | 7                     | 16                                | 5                       | 2        | 0                    | 1          | 1        | 4         | 36         |
| 5                 | 6                     | 9                                 | 1                       | 1        | 0                    | 0          | 1        | 2         | 20         |
| 6                 | 1                     | 1                                 | 1                       | 0        | 0                    | 0          | 0        | 1         | 4          |
| 7                 | 0                     | 0                                 | 0                       | 0        | 0                    | 0          | 0        | 1         | 1          |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>21</b>             | <b>55</b>                         | <b>9</b>                | <b>4</b> | <b>0</b>             | <b>3</b>   | <b>3</b> | <b>15</b> | <b>110</b> |
| <b>ΑΝΩ ΤΩΝ 40</b> |                       |                                   |                         |          |                      |            |          |           |            |
| 0                 | 4                     | 10                                | 2                       | 1        | 0                    | 1          | 0        | 4         | 22         |
| 1                 | 5                     | 9                                 | 1                       | 0        | 0                    | 0          | 1        | 3         | 19         |
| 2                 | 11                    | 34                                | 6                       | 3        | 0                    | 2          | 2        | 7         | 65         |
| 3                 | 1                     | 2                                 | 0                       | 0        | 0                    | 0          | 0        | 1         | 4          |
| 4                 | 0                     | 0                                 | 0                       | 0        | 0                    | 0          | 0        | 0         | 0          |
| 5                 | 0                     | 0                                 | 0                       | 0        | 0                    | 0          | 0        | 0         | 0          |
| 6                 | 0                     | 0                                 | 0                       | 0        | 0                    | 0          | 0        | 0         | 0          |
| 7                 | 0                     | 0                                 | 0                       | 0        | 0                    | 0          | 0        | 0         | 0          |
| <b>ΣΥΝΟΛΑ</b>     | <b>21</b>             | <b>55</b>                         | <b>9</b>                | <b>4</b> | <b>0</b>             | <b>3</b>   | <b>3</b> | <b>15</b> | <b>110</b> |

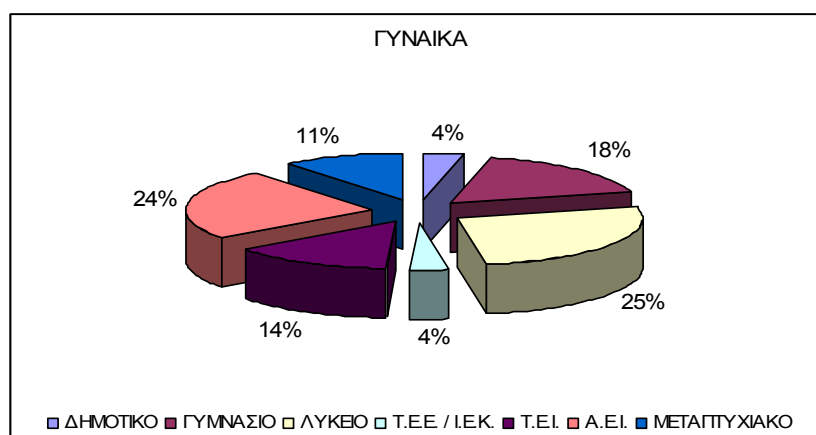
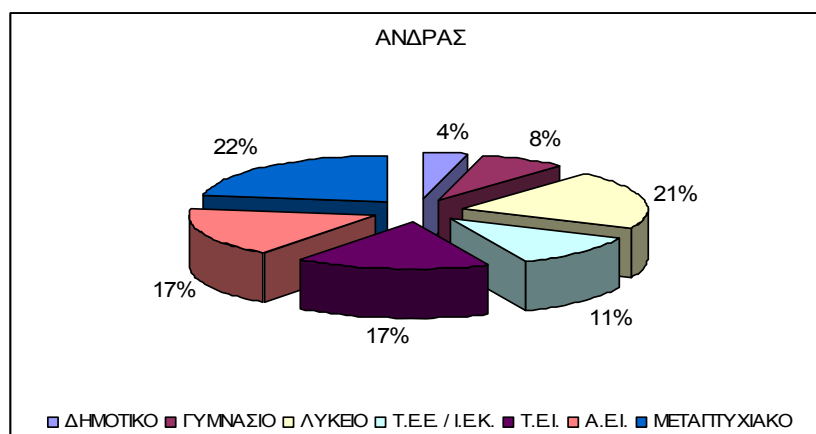
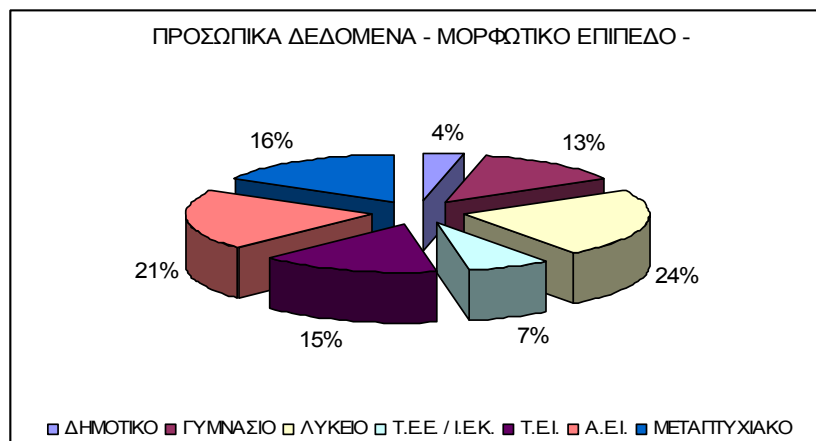
**Ερώτηση 21η: ΠΡΟΣΩΠΙΚΑ ΔΕΔΟΜΕΝΑ - ΑΠΑΣΧΟΛΗΣΗ -;**



Στο ερωτηματολόγιο συμμετείχαν στην πλειονότητα τους ιδιωτικοί υπάλληλοι (49%) ενώ το 19% ήταν δημόσιοι υπάλληλοι. Σημαντικό ποσοστό (14%) είχαν και αυτοί που δήλωσαν Άλλο στην απασχόληση (περιελάμβανε Συνταξιούχους, νοικοκυρές και φοιτήτριες). Περίπου τα ίδια ποσοστά έχουν άντρες και γυναίκες με το σύνολο του δείγματος, με τις γυναίκες να διαφοροποιούνται έντονα στην επιλογή Άλλο (21% έναντι 6% των ανδρών).

| ΕΡΩΤΗΣΗ: 22       |          | ΠΡΟΣΩΠΙΚΑ ΔΕΔΟΜΕΝΑ - ΜΟΡΦΩΤΙΚΟ ΕΠΙΠΕΔΟ - |        |                 |        |        |              |        |
|-------------------|----------|------------------------------------------|--------|-----------------|--------|--------|--------------|--------|
|                   | ΔΗΜΟΤΙΚΟ | ΓΥΜΝΑΣΙΟ                                 | ΛΥΚΕΙΟ | Τ.Ε.Ε. / Ι.Ε.Κ. | Τ.Ε.Ι. | Α.Ε.Ι. | ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΟ | ΣΥΝΟΛΑ |
| <b>ΦΥΛΟ</b>       |          |                                          |        |                 |        |        |              |        |
| ΑΝΔΡΑΣ            | 2        | 4                                        | 11     | 6               | 9      | 9      | 12           | 53     |
| ΓΥΝΑΙΚΑ           | 2        | 10                                       | 15     | 2               | 8      | 14     | 6            | 57     |
| ΣΥΝΟΛΑ            | 4        | 14                                       | 26     | 8               | 17     | 23     | 18           | 110    |
| <b>ΗΛΙΚΙΑ</b>     |          |                                          |        |                 |        |        |              |        |
| -19               | 0        | 0                                        | 3      | 0               | 0      | 0      | 0            | 3      |
| 20-29             | 0        | 2                                        | 6      | 5               | 6      | 10     | 3            | 32     |
| 30-39             | 0        | 4                                        | 7      | 3               | 8      | 8      | 9            | 39     |
| 40-49             | 1        | 3                                        | 5      | 0               | 3      | 3      | 5            | 20     |
| 50-59             | 2        | 2                                        | 3      | 0               | 0      | 1      | 1            | 9      |
| 60 +              | 1        | 3                                        | 2      | 0               | 0      | 1      | 0            | 7      |
| ΣΥΝΟΛΑ            | 4        | 14                                       | 26     | 8               | 17     | 23     | 18           | 110    |
| <b>ΑΠΑΣΧΟΛΗΣΗ</b> |          |                                          |        |                 |        |        |              |        |
| ΔΗΜ. ΥΠΑΛ.        | 0        | 1                                        | 3      | 1               | 6      | 6      | 4            | 21     |
| ΙΔ. ΥΠΑΛ.         | 0        | 9                                        | 12     | 4               | 7      | 12     | 11           | 55     |
| ΠΡΟΣ. ΕΠΙΧΕΙΡ.    | 0        | 0                                        | 3      | 1               | 1      | 2      | 2            | 9      |
| ΤΕΧΝΙΤΗΣ          | 1        | 1                                        | 2      | 0               | 0      | 0      | 0            | 4      |
| ΟΙΚΟΔΟΜ.          | 0        | 0                                        | 0      | 0               | 0      | 0      | 0            | 0      |
| ΕΙΣΟΔΗΜΑΤ.        | 0        | 0                                        | 0      | 0               | 1      | 1      | 1            | 3      |
| ΑΝΕΡΓΟΣ           | 0        | 0                                        | 0      | 1               | 2      | 0      | 0            | 3      |
| ΆΛΛΟ              | 3        | 3                                        | 6      | 1               | 0      | 2      | 0            | 15     |
| ΣΥΝΟΛΑ            | 4        | 14                                       | 26     | 8               | 17     | 23     | 18           | 110    |
| <b>ΜΟΡΦΩΣΗ</b>    |          |                                          |        |                 |        |        |              |        |
| ΔΗΜΟΤΙΚΟ          | 4        | 0                                        | 0      | 0               | 0      | 0      | 0            | 4      |
| ΓΥΜΝΑΣΙΟ          | 0        | 14                                       | 0      | 0               | 0      | 0      | 0            | 14     |
| ΛΥΚΕΙΟ            | 0        | 0                                        | 26     | 0               | 0      | 0      | 0            | 26     |
| ΤΕΕ-ΙΕΚ           | 0        | 0                                        | 0      | 8               | 0      | 0      | 0            | 8      |
| ΤΕΙ               | 0        | 0                                        | 0      | 0               | 17     | 0      | 0            | 17     |
| ΑΕΙ               | 0        | 0                                        | 0      | 0               | 0      | 23     | 0            | 23     |
| ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΟ      | 0        | 0                                        | 0      | 0               | 0      | 0      | 18           | 18     |
| ΣΥΝΟΛΑ            | 4        | 14                                       | 26     | 8               | 17     | 23     | 18           | 110    |
| <b>ΜΕΛΗ ΟΙΚ.</b>  |          |                                          |        |                 |        |        |              |        |
| 1                 | 1        | 0                                        | 1      | 1               | 0      | 1      | 1            | 5      |
| 2                 | 1        | 3                                        | 10     | 2               | 2      | 4      | 4            | 26     |
| 3                 | 1        | 2                                        | 2      | 1               | 5      | 5      | 2            | 18     |
| 4                 | 0        | 8                                        | 6      | 3               | 6      | 7      | 6            | 36     |
| 5                 | 1        | 0                                        | 6      | 1               | 4      | 4      | 4            | 20     |
| 6                 | 0        | 1                                        | 1      | 0               | 0      | 1      | 1            | 4      |
| 7                 | 0        | 0                                        | 0      | 0               | 0      | 1      | 0            | 1      |
| ΣΥΝΟΛΑ            | 4        | 14                                       | 26     | 8               | 17     | 23     | 18           | 110    |
| <b>ΑΝΩ ΤΩΝ 40</b> |          |                                          |        |                 |        |        |              |        |
| 0                 | 0        | 4                                        | 5      | 1               | 4      | 3      | 5            | 22     |
| 1                 | 1        | 3                                        | 5      | 1               | 4      | 2      | 3            | 19     |
| 2                 | 2        | 7                                        | 15     | 5               | 9      | 17     | 10           | 65     |
| 3                 | 1        | 0                                        | 1      | 1               | 0      | 1      | 0            | 4      |
| 4                 | 0        | 0                                        | 0      | 0               | 0      | 0      | 0            | 0      |
| 5                 | 0        | 0                                        | 0      | 0               | 0      | 0      | 0            | 0      |
| 6                 | 0        | 0                                        | 0      | 0               | 0      | 0      | 0            | 0      |
| 7                 | 0        | 0                                        | 0      | 0               | 0      | 0      | 0            | 0      |
| ΣΥΝΟΛΑ            | 4        | 14                                       | 26     | 8               | 17     | 23     | 18           | 110    |

**Ερώτηση 22η: ΠΡΟΣΩΠΙΚΑ ΔΕΔΟΜΕΝΑ - ΜΟΡΦΩΤΙΚΟ ΕΠΙΠΕΔΟ -**



Όσον αφορά το μορφωτικό επίπεδο επικράτησε μια σχετική ισορροπία. Η πλειονότητα ήταν απόφοιτοι λυκείου (24%) ενώ κοντά σε συμμετοχές ήταν και οι απόφοιτοι Α.Ε.Ι. (21%). Με μεταπτυχιακό ήταν το 16% ενώ οι απόφοιτοι Τ.Ε.Ι. αποτελούσαν το 15%. Οι απόφοιτοι Γυμνασίου αποτέλεσαν το 13% και των Τ.Ε.Ε. / Ι.Ε.Κ. το 7%. Μόλις το 4% ήταν απόφοιτοι δημοτικού.

Οι άντρες είχαν στην πλειονότητά τους άτομα με μεταπτυχιακό (22%) με 21% απόφοιτους λυκείου, από 17% απόφοιτους Α.Ε.Ι. και Τ.Ε.Ι., με 11% απόφοιτους Λυκείου και με 8% απόφοιτους Γυμνασίου. Οι απόφοιτοι δημοτικού ήταν 4% όπως και στις γυναίκες.

Οι γυναίκες στην πλειονότητα τους είχαν απόφοιτες Λυκείου (25%) και Α.Ε.Ι. 24%. Απόφοιτες Τ.Ε.Ι. ήταν 14% και οι απόφοιτοι Γυμνασίου ήταν 18%. Μόλις 11% είχαν μεταπτυχιακό τίτλο σπουδών.



| ΕΡΩΤΗΣΗ: 23       |   | ΠΡΟΣΩΠΙΚΑ ΔΕΔΟΜΕΝΑ - ΜΕΛΗ ΣΤΗΝ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ - |    |    |    |   |   |        |
|-------------------|---|---------------------------------------------|----|----|----|---|---|--------|
|                   | 1 | 2                                           | 3  | 4  | 5  | 6 | 7 | ΣΥΝΟΛΑ |
| <b>ΦΥΛΟ</b>       |   |                                             |    |    |    |   |   |        |
| ΑΝΔΡΑΣ            | 2 | 14                                          | 10 | 18 | 8  | 1 | 0 | 53     |
| ΓΥΝΑΙΚΑ           | 3 | 12                                          | 8  | 18 | 12 | 3 | 1 | 57     |
| ΣΥΝΟΛΑ            | 5 | 26                                          | 18 | 36 | 20 | 4 | 1 | 110    |
| <b>ΗΛΙΚΙΑ</b>     |   |                                             |    |    |    |   |   |        |
| -19               | 0 | 0                                           | 0  | 2  | 1  | 0 | 0 | 3      |
| 20-29             | 0 | 8                                           | 6  | 10 | 6  | 1 | 1 | 32     |
| 30-39             | 0 | 10                                          | 5  | 13 | 9  | 2 | 0 | 39     |
| 40-49             | 1 | 4                                           | 4  | 7  | 3  | 1 | 0 | 20     |
| 50-59             | 2 | 3                                           | 1  | 3  | 0  | 0 | 0 | 9      |
| 60 +              | 2 | 1                                           | 2  | 1  | 1  | 0 | 0 | 7      |
| ΣΥΝΟΛΑ            | 5 | 26                                          | 18 | 36 | 20 | 4 | 1 | 110    |
| <b>ΑΠΑΣΧΟΛΗΣΗ</b> |   |                                             |    |    |    |   |   |        |
| ΔΗΜ. ΥΠΑΛ.        | 1 | 2                                           | 4  | 7  | 6  | 1 | 0 | 21     |
| ΙΔ. ΥΠΑΛ.         | 2 | 17                                          | 10 | 16 | 9  | 1 | 0 | 55     |
| ΠΡΟΣ. ΕΠΙΧΕΙΡ.    | 0 | 1                                           | 1  | 5  | 1  | 1 | 0 | 9      |
| ΤΕΧΝΙΤΗΣ          | 0 | 1                                           | 0  | 2  | 1  | 0 | 0 | 4      |
| ΟΙΚΟΔΟΜ.          | 0 | 0                                           | 0  | 0  | 0  | 0 | 0 | 0      |
| ΕΙΣΟΔΗΜΑΤ.        | 0 | 2                                           | 0  | 1  | 0  | 0 | 0 | 3      |
| ΑΝΕΡΓΟΣ           | 0 | 0                                           | 1  | 1  | 1  | 0 | 0 | 3      |
| ΆΛΛΟ              | 2 | 3                                           | 2  | 4  | 2  | 1 | 1 | 15     |
| ΣΥΝΟΛΑ            | 5 | 26                                          | 18 | 36 | 20 | 4 | 1 | 110    |
| <b>ΜΟΡΦΩΣΗ</b>    |   |                                             |    |    |    |   |   |        |
| ΔΗΜΟΤΙΚΟ          | 1 | 1                                           | 1  | 0  | 1  | 0 | 0 | 4      |
| ΓΥΜΝΑΣΙΟ          | 0 | 3                                           | 2  | 8  | 0  | 1 | 0 | 14     |
| ΛΥΚΕΙΟ            | 1 | 10                                          | 2  | 6  | 6  | 1 | 0 | 26     |
| ΤΕΕ-ΙΕΚ           | 1 | 2                                           | 1  | 3  | 1  | 0 | 0 | 8      |
| ΤΕΙ               | 0 | 2                                           | 5  | 6  | 4  | 0 | 0 | 17     |
| ΑΕΙ               | 1 | 4                                           | 5  | 7  | 4  | 1 | 1 | 23     |
| ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΟ      | 1 | 4                                           | 2  | 6  | 4  | 1 | 0 | 18     |
| ΣΥΝΟΛΑ            | 5 | 26                                          | 18 | 36 | 20 | 4 | 1 | 110    |
| <b>ΜΕΛΗ ΟΙΚ.</b>  |   |                                             |    |    |    |   |   |        |
| 1                 | 5 | 0                                           | 0  | 0  | 0  | 0 | 0 | 5      |
| 2                 | 0 | 26                                          | 0  | 0  | 0  | 0 | 0 | 26     |
| 3                 | 0 | 0                                           | 18 | 0  | 0  | 0 | 0 | 18     |
| 4                 | 0 | 0                                           | 0  | 36 | 0  | 0 | 0 | 36     |
| 5                 | 0 | 0                                           | 0  | 0  | 20 | 0 | 0 | 20     |
| 6                 | 0 | 0                                           | 0  | 0  | 0  | 4 | 0 | 4      |
| 7                 | 0 | 0                                           | 0  | 0  | 0  | 0 | 1 | 1      |
| ΣΥΝΟΛΑ            | 5 | 26                                          | 18 | 36 | 20 | 4 | 1 | 110    |
| <b>ΑΝΩ ΤΩΝ 40</b> |   |                                             |    |    |    |   |   |        |
| 0                 | 3 | 14                                          | 3  | 2  | 0  | 0 | 0 | 22     |
| 1                 | 2 | 3                                           | 5  | 5  | 4  | 0 | 0 | 19     |
| 2                 | 0 | 9                                           | 10 | 28 | 13 | 4 | 1 | 65     |
| 3                 | 0 | 0                                           | 0  | 1  | 3  | 0 | 0 | 4      |
| 4                 | 0 | 0                                           | 0  | 0  | 0  | 0 | 0 | 0      |
| 5                 | 0 | 0                                           | 0  | 0  | 0  | 0 | 0 | 0      |
| 6                 | 0 | 0                                           | 0  | 0  | 0  | 0 | 0 | 0      |
| 7                 | 0 | 0                                           | 0  | 0  | 0  | 0 | 0 | 0      |
| ΣΥΝΟΛΑ            | 5 | 26                                          | 18 | 36 | 20 | 4 | 1 | 110    |

| ΕΡΩΤΗΣΗ: 24       |    | ΠΡΟΣΩΠΙΚΑ ΔΕΔΟΜΕΝΑ - ΜΕΛΗ ΣΤΗΝ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ ΑΝΩ ΤΩΝ 40 ΕΤΩΝ- |    |   |   |   |   |   |        |
|-------------------|----|------------------------------------------------------------|----|---|---|---|---|---|--------|
|                   | 0  | 1                                                          | 2  | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | ΣΥΝΟΛΑ |
| <b>ΦΥΛΟ</b>       |    |                                                            |    |   |   |   |   |   |        |
| ΑΝΔΡΑΣ            | 14 | 7                                                          | 32 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 53     |
| ΓΥΝΑΙΚΑ           | 8  | 12                                                         | 33 | 4 | 0 | 0 | 0 | 0 | 57     |
| ΣΥΝΟΛΑ            | 22 | 19                                                         | 65 | 4 | 0 | 0 | 0 | 0 | 110    |
| <b>ΗΛΙΚΙΑ</b>     |    |                                                            |    |   |   |   |   |   |        |
| -19               | 0  | 0                                                          | 3  | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 3      |
| 20-29             | 7  | 6                                                          | 19 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 32     |
| 30-39             | 8  | 8                                                          | 23 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 39     |
| 40-49             | 5  | 3                                                          | 11 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 20     |
| 50-59             | 2  | 1                                                          | 5  | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 9      |
| 60 +              | 0  | 1                                                          | 4  | 2 | 0 | 0 | 0 | 0 | 7      |
| ΣΥΝΟΛΑ            | 22 | 19                                                         | 65 | 4 | 0 | 0 | 0 | 0 | 110    |
| <b>ΑΠΑΣΧΟΛΗΣΗ</b> |    |                                                            |    |   |   |   |   |   |        |
| ΔΗΜ. ΥΠΑΛ.        | 4  | 5                                                          | 11 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 21     |
| ΙΔ. ΥΠΑΛ.         | 10 | 9                                                          | 34 | 2 | 0 | 0 | 0 | 0 | 55     |
| ΠΡΟΣ. ΕΠΙΧΕΙΡ.    | 2  | 1                                                          | 6  | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 9      |
| ΤΕΧΝΙΤΗΣ          | 1  | 0                                                          | 3  | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 4      |
| ΟΙΚΟΔΟΜ.          | 0  | 0                                                          | 0  | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0      |
| ΕΙΣΟΔΗΜΑΤ.        | 1  | 0                                                          | 2  | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 3      |
| ΑΝΕΡΓΟΣ           | 0  | 1                                                          | 2  | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 3      |
| ΆΛΛΟ              | 4  | 3                                                          | 7  | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 15     |
| ΣΥΝΟΛΑ            | 22 | 19                                                         | 65 | 4 | 0 | 0 | 0 | 0 | 110    |
| <b>ΜΟΡΦΩΣΗ</b>    |    |                                                            |    |   |   |   |   |   |        |
| ΔΗΜΟΤΙΚΟ          | 0  | 1                                                          | 2  | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 4      |
| ΓΥΜΝΑΣΙΟ          | 4  | 3                                                          | 7  | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 14     |
| ΛΥΚΕΙΟ            | 5  | 5                                                          | 15 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 26     |
| ΤΕΕ-ΙΕΚ           | 1  | 1                                                          | 5  | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 8      |
| ΤΕΙ               | 4  | 4                                                          | 9  | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 17     |
| ΑΕΙ               | 3  | 2                                                          | 17 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 23     |
| ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΟ      | 5  | 3                                                          | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 18     |
| ΣΥΝΟΛΑ            | 22 | 19                                                         | 65 | 4 | 0 | 0 | 0 | 0 | 110    |
| <b>ΜΕΛΗ ΟΙΚ.</b>  |    |                                                            |    |   |   |   |   |   |        |
| 1                 | 3  | 2                                                          | 0  | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 5      |
| 2                 | 14 | 3                                                          | 9  | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 26     |
| 3                 | 3  | 5                                                          | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 18     |
| 4                 | 2  | 5                                                          | 28 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 36     |
| 5                 | 0  | 4                                                          | 13 | 3 | 0 | 0 | 0 | 0 | 20     |
| 6                 | 0  | 0                                                          | 4  | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 4      |
| 7                 | 0  | 0                                                          | 1  | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1      |
| ΣΥΝΟΛΑ            | 22 | 19                                                         | 65 | 4 | 0 | 0 | 0 | 0 | 110    |
| <b>ΑΝΩ ΤΩΝ 40</b> |    |                                                            |    |   |   |   |   |   |        |
| 0                 | 22 | 0                                                          | 0  | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 22     |
| 1                 | 0  | 19                                                         | 0  | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 19     |
| 2                 | 0  | 0                                                          | 65 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 65     |
| 3                 | 0  | 0                                                          | 0  | 4 | 0 | 0 | 0 | 0 | 4      |
| 4                 | 0  | 0                                                          | 0  | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0      |
| 5                 | 0  | 0                                                          | 0  | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0      |
| 6                 | 0  | 0                                                          | 0  | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0      |
| 7                 | 0  | 0                                                          | 0  | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0      |
| ΣΥΝΟΛΑ            | 22 | 19                                                         | 65 | 4 | 0 | 0 | 0 | 0 | 110    |

#### 4.4 ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ & ΣΥΣΧΕΤΙΣΜΟΙ

Με το πέρας της έρευνας και τη συλλογή των απαντήσεων από τα ερωτηματολόγια και έχοντας μόλις παραθέσει τα ευρήματα της έρευνάς μας ήρθε η ώρα να ερμηνεύσουμε το αποτέλεσμα.

Αρχικά διαπιστώσαμε ότι η έρευνά μας έτυχε μιας συμπτωματικής ισορροπίας τουλάχιστον όσον αφορά το φύλο των συμμετεχόντων, τις ηλικίες καθώς και το μορφωτικό επίπεδο. Αυτό έδωσε μια σχετική ισορροπία σε όλο σχεδόν το ερωτηματολόγιο, χωρίς φυσικά να λείπουν τα παράδοξα και οι ακρότητες.

Από τις πρώτες ερωτήσεις διαφαίνεται μια έντονη διάθεση για συνεργασία από τους ερωτώμενους με εμφανή όμως την έλλειψη γνώσης και εμπειρίας από τα συγκεκριμένα προϊόντα.

Αρχικά βλέπουμε ότι η ευαισθητοποίηση γύρω από το προσωπικό διαιτολόγιο είναι κάτω του προσδοκούμενου εκτός από τις μεγαλύτερες ηλικίες, που πολλές φορές αναγκάζονται εκ των πραγμάτων να ασχοληθούν λίγο παραπάνω με τη διατροφή τους.

Στη συνέχεια βλέπουμε μια αποχή σε απαντήσεις που φθάνει και το 40% σε συγκεκριμένες ερωτήσεις γύρω από τις φυτικές στερόλες το οποίο όμως δικαιολογείται καθώς νωρίτερα δηλώνουν ότι δεν γνωρίζουν τα προϊόντα ή τι είναι οι φυτικές στερόλες. Φυσικά παρουσιάζεται και το παράδοξο να έχουμε απαντήσεις σε ποιο εξειδικευμένες ερωτήσεις ενώ νωρίτερα είχαμε λάβει αρνητική απάντηση για το αν γνωρίζουν για τα προϊόντα αυτά.

Αυτό μας δίνει και την εντύπωση ότι ίσως και να μην έγιναν κατανοητές μερικές από τις ερωτήσεις ή να μην έδωσαν την απαραίτητη προσοχή ορισμένοι από τους ερωτώμενους.

Στη συνέχεια από τις απαντήσεις διαπιστώνουμε ότι υπάρχει σωστή εντύπωση για το ποια προϊόντα μπορεί να είναι εμπλουτισμένα με φυτικές στερόλες πράγμα που μπορεί να οφείλεται στις έμμεσες και άμεσες προωθητικές ενέργειες των εταιριών του χώρου.

Μέσα από τα αποτελέσματα του ερωτηματολογίου διαπιστώνουμε επίσης την ισχυρή θέση που έχει στη συνείδηση του καταναλωτή η μάρκα Becel pro.activ και κυρίως για τη μαργαρίνη. Αυτό είναι αρκετά φυσιολογικό καθώς και μεγάλη διαφημιστική καμπάνια έχει πραγματοποιήσει η ΕΛΑΪΣ αλλά και τα άλλα δύο προϊόντα Becel pro.activ (γάλα και γιαούρτι) έχουν λανσαριστεί στην αγορά πριν από μικρό χρονικό διάστημα και δεν έχουν προλάβει να κάνουν αισθητή την παρουσία τους στις επιλογές του καταναλωτή.

Εν συνεχεία φαίνεται ξεκάθαρα ότι τα προϊόντα αυτά ο καταναλωτής τα αγοράζει ή τα συναντά κατά βάση στα super markets και αυτό προφανώς οφείλεται στο γεγονός ότι αποτελούν εναλλακτικές διατροφικές επιλογές και μόνο ένα μεγάλο κατάστημα που προμηθεύεται με χιλιάδες κωδικούς μπορεί να υποστηρίξει ένα τέτοιο προϊόν.

Χρήσιμες διαπιστώσεις είναι το γεγονός ότι η πρώτη επαφή με το προϊόν για τους περισσότερους έγινε μέσω της τηλεόρασης (που για άλλη μια φορά δείχνει τη δύναμή της) καθώς επίσης ότι στην αγοραστική τους συμπεριφορά πρώτο λόγο παίζει η εξειδικευμένη πηγή πληροφόρησης που αυτή μπορεί να είναι ο γιατρός ή κάποια επιστημονική αναφορά.

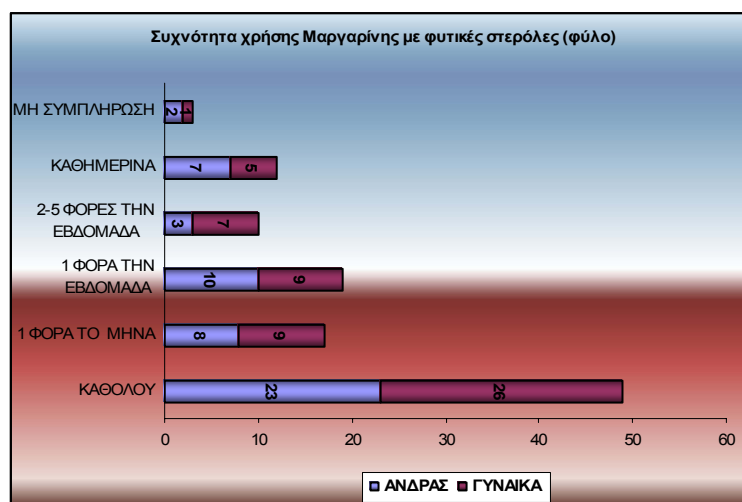
Ο κόσμος που απάντησε έδειξε να έχει ευαισθησία στο θέμα της τιμής καθώς δήλωσε με μεγάλη πλειοψηφία ότι τα προϊόντα αυτά είναι ακριβότερα από τα συμβατικά καθώς και ότι σε περίπτωση που άλλαζε κάτι θα έπρεπε (για τους περισσότερους) να έχει χαμηλότερη τιμή.

Όπως ήταν φυσικό διαπιστώθηκε ότι οι άνθρωποι που είχαν αρκετά μέλη στην οικογένειά τους και δη άνω των 40 είχαν καλύτερη ενημέρωση για τα προϊόντα αυτά.

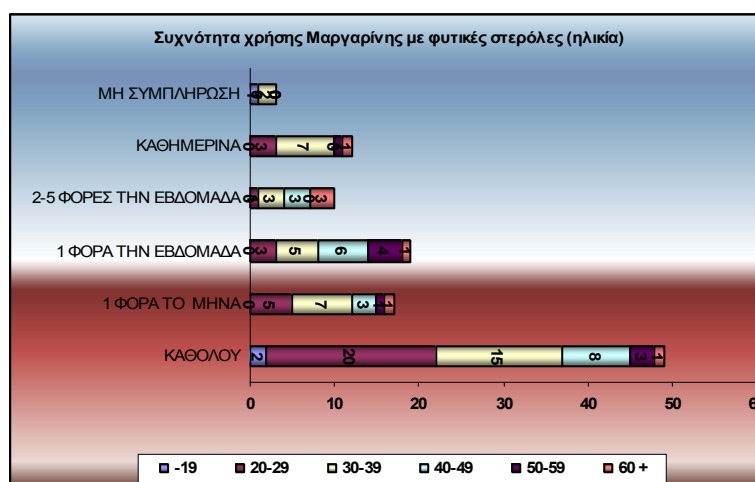
Για να γίνουμε όμως πιο συγκεκριμένοι θα δείξουμε σε 1 βασική ερώτηση τι απαντήσεις λάβαμε από το κάθε γκρουπ (ηλικιακό, μορφωτικό, φύλο και απασχόληση) και πως συσχετίζονται οι απαντήσεις με τις κατηγορίες στο κάθε γκρουπ. Θα δούμε με αυτόν τον τρόπο τη συμπεριφορά της κάθε κατηγορίας στο ερώτημα αυτό και θα διαπιστώσουμε αν υπάρχει κάποια λογική εξάρτηση στις απαντήσεις λόγω κάποιων χαρακτηριστικών που μπορεί να παρουσιάζει η εκάστοτε κατηγορία.

Η ερώτηση που θα μελετήσουμε είναι αυτή όπου ρωτάμε το δείγμα να μας απαντήσει με ποια συχνότητα καταναλώνει προϊόντα με φυτικές στερόλες, διαχωρίζοντας μεταξύ μαργαρινών, γάλακτος και γιαουρτιού.

Για τις μαργαρίνες τα αποτελέσματα ήταν τα ακόλουθα:

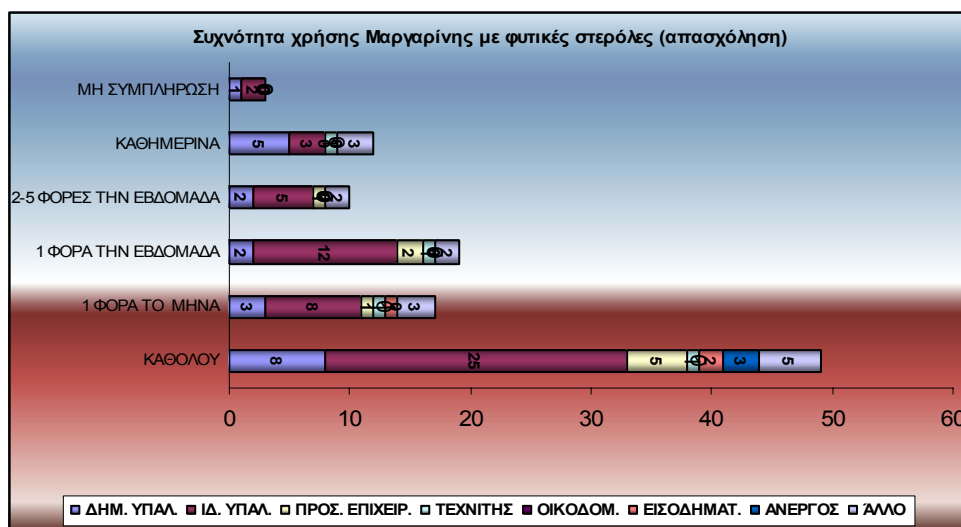


Βλέπουμε χαρακτηριστικά στο γράφημα ότι ένα μεγάλο μέρος των ερωτώμενων δεν κάνει καθόλου χρήση εμπλουτισμένης μαργαρίνης με φυτικές στερόλες. Στους υπόλοιπους που κάνουν χρήση βλέπουμε ότι υπάρχει σχετική ισορροπία μεταξύ γυναικών και ανδρών εκτός από την κατηγορία «2-5 φορές την εβδομάδα» όπου ο αριθμός των γυναικών απαντήσεων είναι διπλάσιος. Συμπερασματικά μπορούμε να πούμε ότι οι γυναίκες κάνουν ελαφρώς μεγαλύτερη χρήση από τους άνδρες.

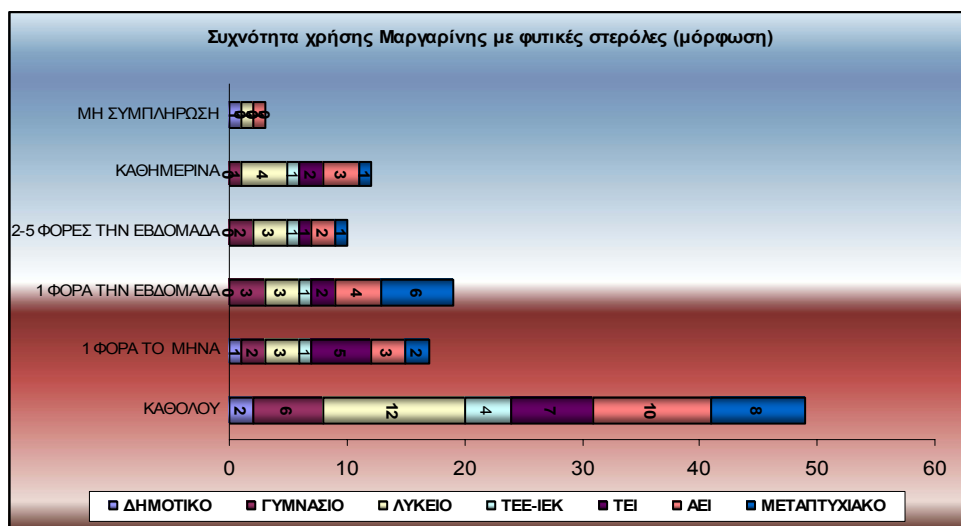


Στο παραπάνω σχήμα βλέπουμε τη συχνότητα χρήσης με βάση την ηλικία. Είναι αρκετά εμφανές ότι όσο μεγαλώνει η συχνότητα τόσο λιγότερες

απαντήσεις λαμβάνουμε. Ωστόσο, βλέπουμε την ηλικιακή ομάδα των 30-39 ετών να διατηρεί τα πρωτεία, ιδιαίτερα στις μεγαλύτερες συχνότητες χρήσης.

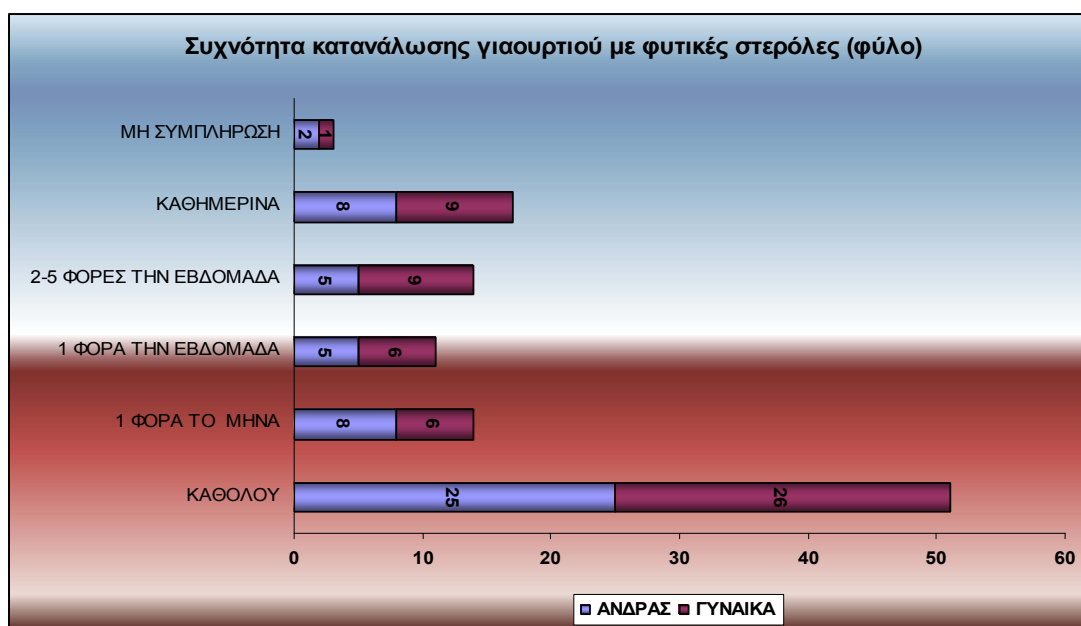


Μελετώντας τις απαντήσεις με κριτήριο την απασχόληση διαπιστώνουμε ότι σε όλες τις κατηγορίες υπερτερούν οι ιδιωτικοί υπάλληλοι εκτός από την περίπτωση της καθημερινής χρήσης όπου εμφανίζονται να υπερτερούν οι δημόσιοι υπάλληλοι. Ίσως λόγω του συγκεκριμένου (και δίχως άγχος) εργασιακού ωραρίου να είναι εφικτό για τους δημοσίους υπαλλήλους να είναι συνεπείς στη χρήση των λειτουργικών τροφίμων που επιλέγουν.

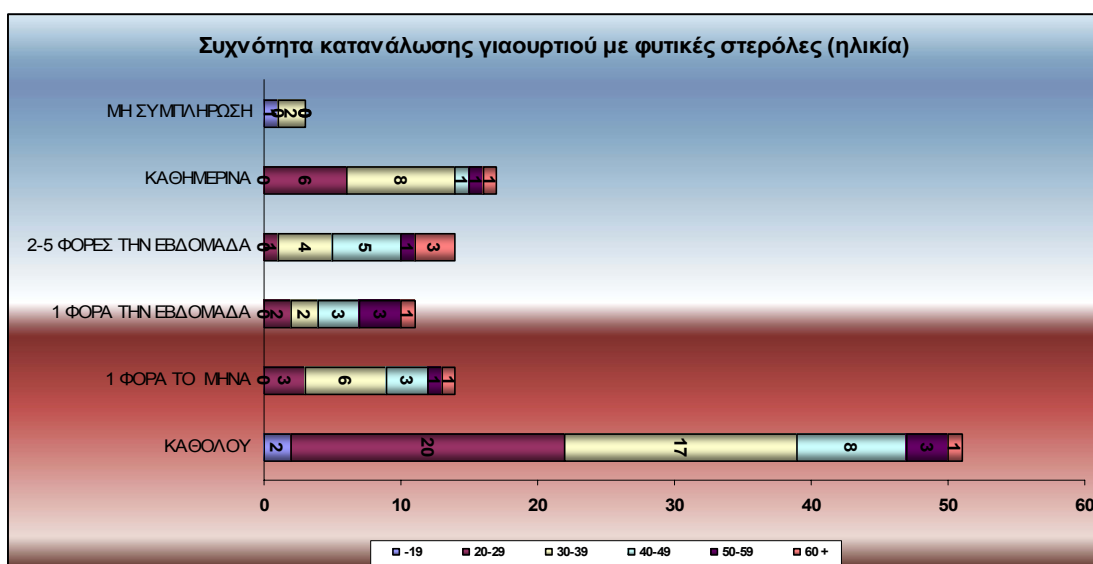


Βλέποντας τα παραπάνω αποτελέσματα γίνεται ξεκάθαρό ότι τα άτομα με μόρφωση Γυμνασίου έχουν τα πρωτεία στη συχνότητα χρήσης πλην της μιας φοράς τη βδομάδα όπου φαίνεται ότι οι κάτοχοι μεταπτυχιακού τίτλου είναι πιο συνεπείς και με αυτούς της λυκειακής μόρφωσης να αυξάνουν τη συμμετοχή τους στην καθημερινή χρήση του προϊόντος αυτού.

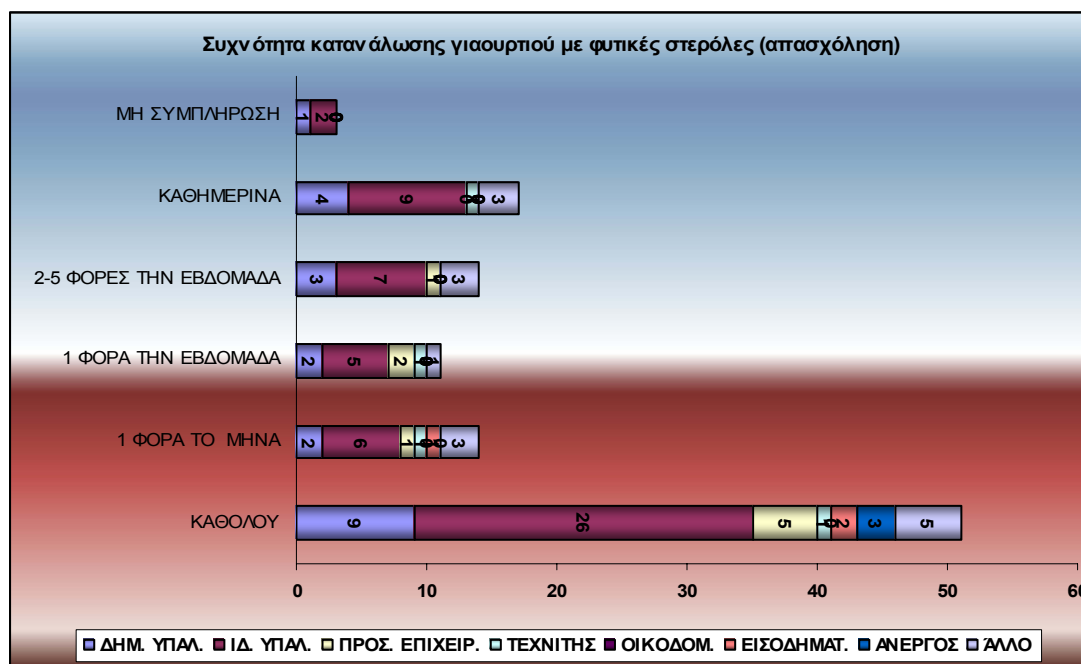
Όσον αφορά το γιαούρτι τα αποτελέσματα ήταν τα παρακάτω:



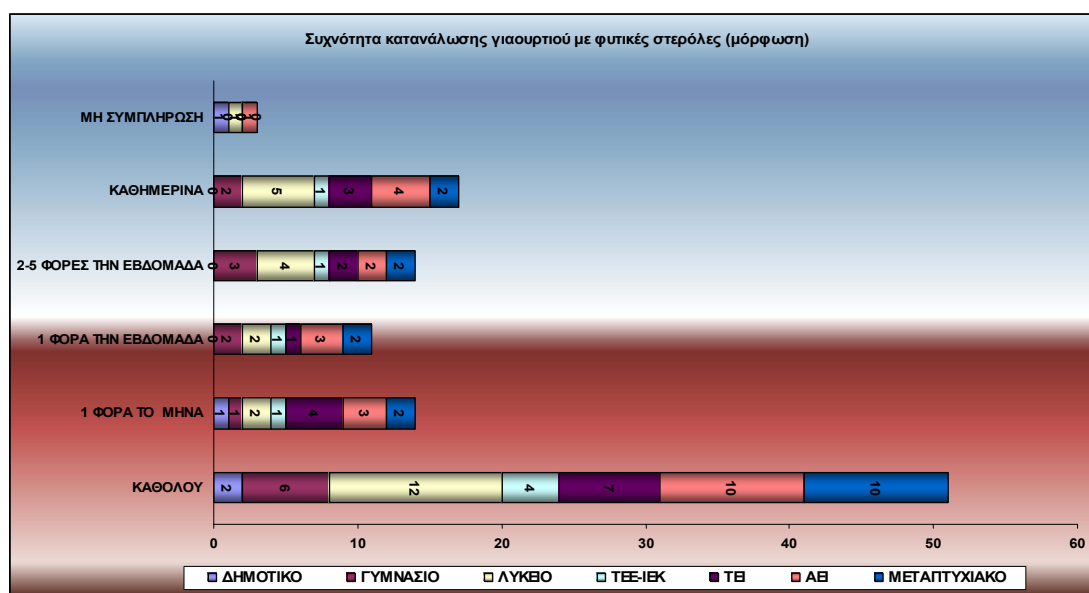
Και εδώ βλέπουμε μεγάλο αριθμό ατόμων που δεν καταναλώνουν καθόλου γιαούρτι όμως όσο ανεβαίνει η συχνότητα όλο και περισσότερες γυναίκες φαίνεται ότι προτιμούν τα προϊόντα αυτά, πάντα σε σχέση με τους άνδρες.



Στο παραπάνω σχήμα βλέπουμε ότι η ηλικιακή ομάδα 30-39 ετών έχει έντονη χρήση στις κατηγορίες «1 φορά το μήνα» και «καθημερινά». Στην καθημερινή χρήση παρατηρούμε και μια έξαρση της ομάδας 20-29 ετών (η οποία είχε και την πλειονότητα στη μη κατανάλωση).



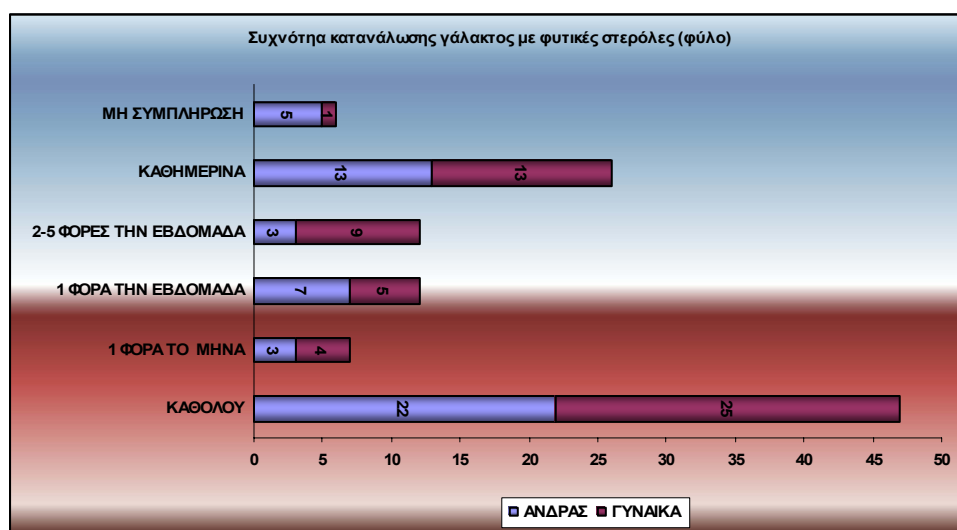
Μελετώντας τις συγκεκριμένες απαντήσεις βλέπουμε ότι σε όλες τις κατηγορίες υπερτερούν οι ιδιωτικοί υπάλληλοι. Συμπερασματικά μπορούμε να πούμε ότι οι ιδιωτικοί υπάλληλοι σε αυτή την ερώτηση δίνουν το στίγμα των απαντήσεων.



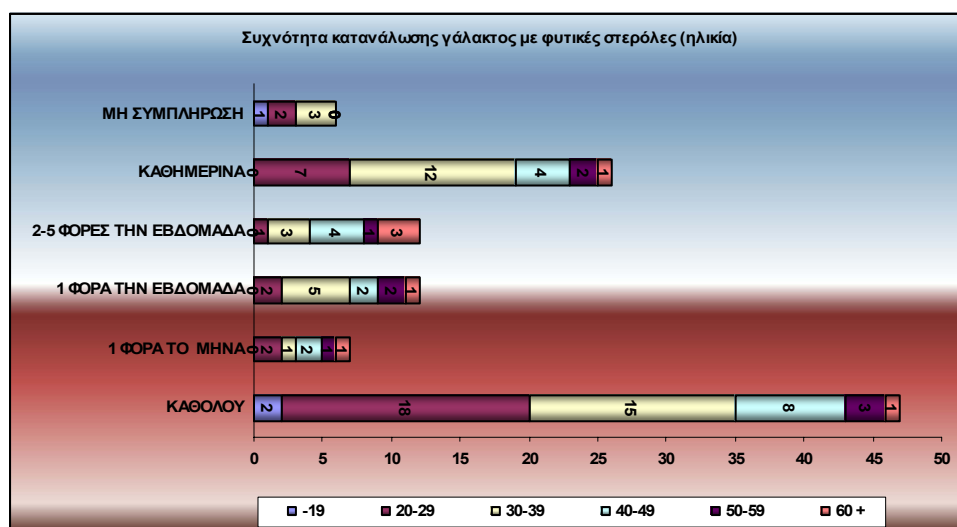
Σε αυτή την κατηγορία παρατηρούμε ότι τα άτομα με μόρφωση λυκείου καθορίζουν έχουν ισχυρή παρουσία σε κάθε επιλογή απάντησης. Επίσης, και τα άτομα με μόρφωση Α.Ε.Ι. δίνουν δυνατό παρόν και ειδικά στην επιλογή κατανάλωσης σε καθημερινή βάση. Αξίζει να σημειώσουμε ότι υπάρχει ισομερής κατανομή σχεδόν σε όλες τις κατηγορίες απαντήσεων από όλα τα γκρουπ με συντριπτική διαφορά στην άρνηση κατανάλωσης.



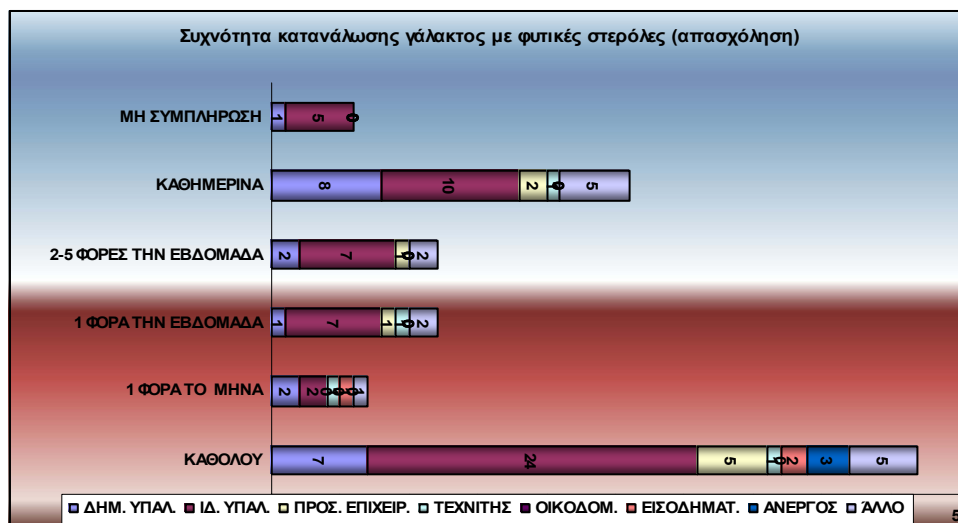
Όσον αφορά το γάλα τα αποτελέσματα ήταν τα παρακάτω:



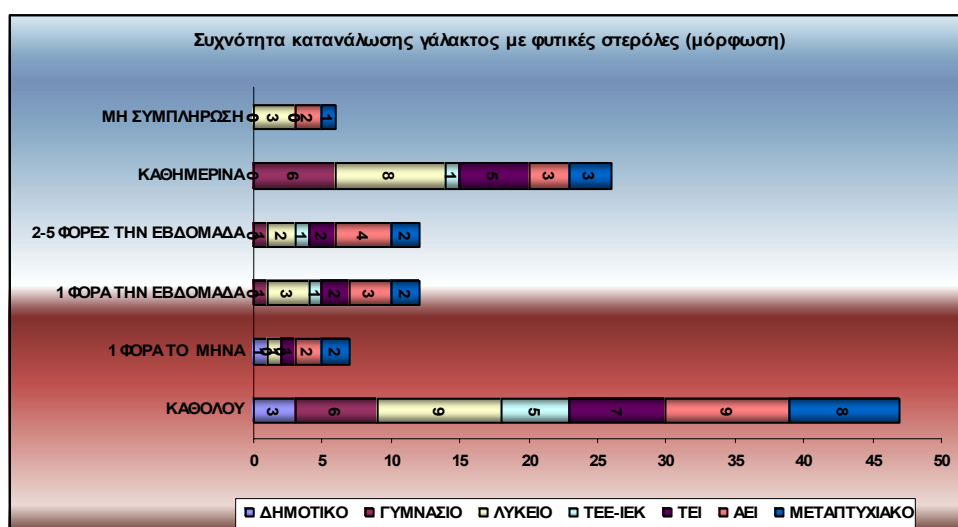
Για άλλη μια φορά παρατηρούμε ότι την πλειονότητα των θετικών απαντήσεων (μεγαλύτερη κατανάλωση) τη λαμβάνουμε από τις γυναίκες. Ωστόσο, πρέπει να σημειώσουμε ότι υπάρχει μια ισορροπία μεταξύ ανδρών και γυναικών στις απαντήσεις τους σε αυτή την ερώτηση.



Σε αυτή την ερώτηση βλέπουμε η πλειονότητα του γκρουπ 20-29 να μην καταναλώνει καθόλου και την κατηγορία 30-39 ετών να υπερτερεί κατά πολύ στην καθημερινή χρήση. Συμπερασματικά μπορούμε να πούμε ότι το γκρουπ 30-39 ετών είναι πιο συνεπές στη χρήση των προϊόντων αυτών σε σχέση με τις άλλες ηλικιακές κατηγορίες.



Παρατηρούμε ότι για άλλη μια φορά οι ιδιωτικοί υπάλληλοι είναι αυτοί που χαρακτηρίζουν τις απαντήσεις κάθε ερώτησης. Παρόλα ταύτα δυναμική παρουσία έχουν και οι δημόσιοι υπάλληλοι. Αξιοπρόσεκτη είναι και η συμμετοχή αυτών με προσωπική επιχείρηση χωρίς όμως να διαταράσσεται το τελικό αποτέλεσμα.



Με βάση το μορφωτικό επίπεδο βλέπουμε ότι οι απαντήσεις σχεδόν ισοκατανέμονται με μόνη διαφορά την απάντηση για καθημερινή χρήση όπου υπερτερούν έντονα αυτοί της λυκειακής μόρφωσης. Ακολουθούν από κοντά σε ποσοστό αυτής Γυμνασιακής μόρφωσης.

Γενικότερα μέσω αυτής της μελέτης διαπιστώθηκε η σημαντικότητα των προϊόντων αυτών, η μεγάλη προσοχή και μελέτη που πρέπει να δίνεται στη συμπεριφορά του καταναλωτή (η οποία καθορίζει την τύχη της κάθε επιχείρησης), και τι εικόνα μπορούμε να λάβουμε από τη διεξαγωγή μιας έρευνας μέσω ερωτηματολογίου.

Σε περίπτωση που είχαμε τα μέσα θα μπορούσαμε να κάνουμε μια πιο ολοκληρωμένη έρευνα λαμβάνοντας πιο ασφαλή αποτελέσματα.

Τέλος, θα ήθελα να αναφέρω ότι το βασικό συμπέρασμα από τη μελέτη αυτή είναι ότι όσο και να θέλουμε να μελετήσουμε τη συμπεριφορά του καταναλωτή, ποτέ δεν θα φθάσουμε στο 100% του στόχου μας. Κι αυτό γιατί η συμπεριφορά του καταναλωτή μεταβάλλεται συνεχώς και συγχρόνως επηρεάζεται από πολλούς εξωτερικούς και εσωτερικούς παράγοντες. \_

## Παράρτημα 1

### Ερωτηματολόγιο

Γεια σας.

Λέγομαι Βιβή Κοντογιάννη, φοιτήτρια στο τμήμα Οικιακής Οικονομίας & Οικολογίας του Χαροκόπειου Πανεπιστημίου Αθηνών και αυτή τη χρονική περίοδο είμαι στη διαδικασία πραγμάτωσης της πτυχιακής μου εργασίας η οποία θα σηµάνει και την ολοκλήρωση των σπουδών μου.

Το ερωτηματολόγιο που κρατάτε στα χέρια σας αποτελεί μέρος της έρευνάς που διεξάγω για την ολοκλήρωση της πτυχιακής μου εργασίας με θέμα «Προϊόντα εμπλουτισμένα με φυτικές στερόλες – Διερεύνηση προτιμήσεων καταναλωτών».

Διαθέτοντας 2-3 λεπτά από το χρόνο σας συμβάλλετε τα μέγιστα στην προσπάθειά μου.

Ευχαριστώ εκ των προτέρων.

- 1) Αρχικά, θα ήθελα να μου πείτε κατά πόσο προσέχετε ή ασχολείστε με το καθημερινό διαιτολόγιό σας. (Παρακαλώ κυκλώστε ένα εκ των 5)



- 2) Ακολουθείτε κάποιο συγκεκριμένο διαιτολόγιο; (Παρακαλώ βάλτε X σε ένα από τα 2 κουτιά)

ΝΑΙ ☐                      ΟΧΙ ☐

- 3) Τι θα επιλέγατε για να χαμηλώσετε τα επίπεδα της «κακής» χοληστερίνης στον οργανισμό σας; (Παρακαλώ βάλτε X για τις επιλογές σας - μπορείτε σε περισσότερες από μία)

|                                            |                          |
|--------------------------------------------|--------------------------|
| Προϊόντα με χαμηλά λιπαρά                  | <input type="checkbox"/> |
| «Λευκό» κρέας (κοτόπουλο, ψάρι κ.α.)       | <input type="checkbox"/> |
| Προϊόντα εμπλουτισμένα με φυτικές στερόλες | <input type="checkbox"/> |
| Διακοπή Καπνίσματος                        | <input type="checkbox"/> |
| Σωματική Άσκηση                            | <input type="checkbox"/> |
| Άλλο<br>(Παρακαλώ συμπληρώστε δεξιά)       | <input type="text"/>     |

- 4) Γνωρίζετε τα προϊόντα τα οποία είναι εμπλουτισμένα με φυτικές στερόλες;

ΝΑΙ ☐                      ΟΧΙ ☐                      (Παρακαλώ βάλτε X σε ένα από τα 2 κουτιά)

5) Ποια από τα παρακάτω προϊόντα θεωρείτε ότι εμπλουτίζονται με φυτικές στερόλες;

(Παρακαλώ βάλτε X για τις επιλογές σας - μπορείτε σε περισσότερες από μία)

|                        |                          |
|------------------------|--------------------------|
| Μαργαρίνη              | <input type="checkbox"/> |
| Γιαούρτι               | <input type="checkbox"/> |
| Χυμοί φρούτων          | <input type="checkbox"/> |
| Γάλα                   | <input type="checkbox"/> |
| Τυρί                   | <input type="checkbox"/> |
| Όλα τα παραπάνω        | <input type="checkbox"/> |
| Κανένα από τα παραπάνω | <input type="checkbox"/> |

6) Καταναλώνετε προϊόντα εμπλουτισμένα με φυτικές στερόλες;

ΝΑΙ ☐ ΟΧΙ ☐ (Παρακαλώ βάλτε X σε ένα από τα 2 κουτιά)

ΑΝ ΑΠΑΝΤΗΣΑΤΕ «ΟΧΙ» ΣΕ ΑΥΤΗ ΤΗΝ ΕΡΩΤΗΣΗ ΠΑΡΑΚΑΛΩ ΠΡΟΧΩΡΗΣΤΕ ΣΤΗ ΣΕΛΙΔΑ 5

7) Αν ναι, με ποια συχνότητα καταναλώνετε προϊόντα με φυτικές στερόλες;

α) Γενικά (Παρακαλώ κυκλώστε ένα εκ των 5)

|                          |                          |                          |                          |                          |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| ΚΑΘΟΛΟΥ                  | 1 ΦΟΡΑ ΤΟ ΜΗΝΑ           | 1 ΦΟΡΑ ΤΗΝ ΕΒΔΟΜΑΔΑ      | 2 -5 ΦΟΡΕΣ ΤΗ ΒΔΟΜΑΔΑ    | ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΑ               |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

β) Μαργαρίνη; (Παρακαλώ κυκλώστε ένα εκ των 5)

|                          |                          |                          |                          |                          |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| ΚΑΘΟΛΟΥ                  | 1 ΦΟΡΑ ΤΟ ΜΗΝΑ           | 1 ΦΟΡΑ ΤΗΝ ΕΒΔΟΜΑΔΑ      | 2 -5 ΦΟΡΕΣ ΤΗ ΒΔΟΜΑΔΑ    | ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΑ               |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

γ) Γιαούρτι; (Παρακαλώ κυκλώστε ένα εκ των 5)

|                          |                          |                          |                          |                          |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| ΚΑΘΟΛΟΥ                  | 1 ΦΟΡΑ ΤΟ ΜΗΝΑ           | 1 ΦΟΡΑ ΤΗΝ ΕΒΔΟΜΑΔΑ      | 2 -5 ΦΟΡΕΣ ΤΗ ΒΔΟΜΑΔΑ    | ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΑ               |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

δ) Γάλα; (Παρακαλώ κυκλώστε ένα εκ των 5)

|                          |                          |                          |                          |                          |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| ΚΑΘΟΛΟΥ                  | 1 ΦΟΡΑ ΤΟ ΜΗΝΑ           | 1 ΦΟΡΑ ΤΗΝ ΕΒΔΟΜΑΔΑ      | 2 -5 ΦΟΡΕΣ ΤΗ ΒΔΟΜΑΔΑ    | ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΑ               |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

- 8) Από πού αγοράζετε αυτά τα προϊόντα; (Παρακαλώ βάλτε X για τις επιλογές σας - μπορείτε σε περισσότερες από μία)

|                                    |                          |
|------------------------------------|--------------------------|
| SUPER MARKETS                      | <input type="checkbox"/> |
| HYPER MARKETS<br>( π.χ. Carrefour) | <input type="checkbox"/> |
| MINI MARKETS                       | <input type="checkbox"/> |
| ΔΕΝ ΤΑ ΨΩΝΙΖΩ ΕΓΩ                  | <input type="checkbox"/> |
| ΔΕΝ ΤΑ ΒΡΙΣΚΩ ΠΟΥΘΕΝΑ              | <input type="checkbox"/> |

- 9) Ποιος είναι ο λόγος που προτιμάτε τα προϊόντα αυτά; (Παρακαλώ βάλτε X για τις επιλογές σας - μπορείτε σε περισσότερες από μία)

|                                            |                          |
|--------------------------------------------|--------------------------|
| Είναι αρκετά νόστιμα                       | <input type="checkbox"/> |
| Είναι πιο υγιεινά                          | <input type="checkbox"/> |
| Βοηθούν στην αντιμετώπιση της χοληστερίνης | <input type="checkbox"/> |
| Συμπληρωματικά με φαρμακευτική αγωγή       | <input type="checkbox"/> |
| Είναι θρεπτικά                             | <input type="checkbox"/> |
| Είναι πιο φθηνά                            | <input type="checkbox"/> |
| Άλλο                                       | <input type="checkbox"/> |
| (Παρακαλώ συμπληρώστε δεξιά)               | _____                    |

- 10) Από πού μάθατε για τα προϊόντα αυτά; (Παρακαλώ βάλτε X σε ένα από τα 3 κουτιά)

|                               |                          |
|-------------------------------|--------------------------|
| Τα είδα σε διαφήμιση στην TV  | <input type="checkbox"/> |
| Άκουσα για αυτά στο ραδιόφωνο | <input type="checkbox"/> |
| Μου τα πρότεινε ο γιατρός μου | <input type="checkbox"/> |
| Μου τα πρότεινε ένας φίλος    | <input type="checkbox"/> |
| Διάβασα για αυτά σε περιοδικά | <input type="checkbox"/> |
| Τα είδα καθώς ψώνιζα          | <input type="checkbox"/> |
| Άλλο                          | <input type="checkbox"/> |
| (Παρακαλώ συμπληρώστε δεξιά)  | _____                    |

- 11) Ποια μάρκα προϊόντων εμπλουτισμένων με φυτικές στερόλες προτιμάτε; (Παρακαλώ βάλτε X σε ένα από τα 3 κουτιά)

|                              |                          |
|------------------------------|--------------------------|
| Benecol (Μινέρβα)            | <input type="checkbox"/> |
| Becel Pro-active (Ελαίς)     | <input type="checkbox"/> |
| Άλλο                         | <input type="checkbox"/> |
| (Παρακαλώ συμπληρώστε δεξιά) | _____                    |

12) Κατά πόσο επηρεάζει την αγοραστική συμπεριφορά σας η γνώμη:

α) Του γιατρού σας; (Παρακαλώ κυκλώστε ένα εκ των 5)



β) Των φίλων σας; (Παρακαλώ κυκλώστε ένα εκ των 5)



γ) Των δημοσιευμάτων που διαβάζετε; (άρθρα – περιοδικά) (Παρακαλώ κυκλώστε ένα εκ των 5)



δ) Των Μέσων Μαζικής Ενημέρωσης; (Τηλεόραση-Ραδιόφωνο) (Παρακαλώ κυκλώστε ένα εκ των 5)



ε) Των διαφόρων επιστημόνων; (Παρακαλώ κυκλώστε ένα εκ των 5)



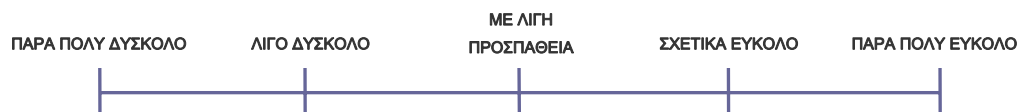
13) Η τιμή επηρεάζει την αγορά / επιλογή σας; (Παρακαλώ κυκλώστε ένα εκ των 5)



14) Πιστεύετε ότι τα προϊόντα εμπλουτισμένα με φυτικές στερόλες είναι ακριβότερα ή φθηνότερα από τα μη εμπλουτισμένα; (Παρακαλώ κυκλώστε ένα εκ των 5)



- 15) Πόσο εύκολο θεωρείτε ότι είναι για εσάς να εντάξετε μόνιμα στη διατροφή σας προϊόντα εμπλουτισμένα με φυτικές στερόλες; (Παρακαλώ κυκλώστε ένα εκ των 5)



- 16) Γενικότερα, πόσο πιστεύετε ότι ένα προϊόν εμπλουτισμένο με φυτικές στερόλες μπορεί να βοηθήσει την υγεία σας; (Παρακαλώ κυκλώστε ένα εκ των 5)



Σχεδόν τελειώσαμε, παρακαλώ αφιερώστε μερικά δευτερόλεπτα για τη συμπλήρωση των προσωπικών δεδομένων σας τα οποία θα παραμείνουν απόρρητα και θα χρησιμοποιηθούν μόνο για τους σκοπούς της πτυχιακής μου εργασίας.

### Προσωπικά Δεδομένα

- 1) ΦΥΛΟ

ΑΝΤΡΑΣ

☐

ΓΥΝΑΙΚΑ

☐

- 2) ΗΛΙΚΙΑ

(Παρακαλώ βάλτε X σε ένα από τα 6 κουτιά)

- 19 ετών

☐

20-29 ετών

☐

30-39 ετών

☐

40-49 ετών

☐

50-59 ετών

☐

60 + ετών

☐

- 3) ΕΠΑΓΓΕΛΜΑ (Παρακαλώ βάλτε X σε ένα από τα 8 κουτιά)

Δημόσιος Υπάλληλος

☐

Ιδιωτικός Υπάλληλος

☐

Προσωπική Επιχείρηση

☐

Τεχνίτης

☐

Οικοδομικές Εργασίες

☐

Εισοδηματίας

☐

Άνεργος

☐

Άλλο

☐

(Παρακαλώ συμπληρώστε δεξιά)



4) ΜΟΡΦΩΤΙΚΟ ΕΠΙΠΕΔΟ (Παρακαλώ βάλτε Χ σε ένα από τα 9 κουτιά)

|                 |                          |                           |                          |
|-----------------|--------------------------|---------------------------|--------------------------|
| Δημοτικό        | <input type="checkbox"/> | Κολέγιο                   | <input type="checkbox"/> |
| Γυμνάσιο        | <input type="checkbox"/> | Α.Ε.Ι.                    | <input type="checkbox"/> |
| Λύκειο          | <input type="checkbox"/> | Μεταπτυχιακό (master-MBA) | <input type="checkbox"/> |
| Τ.Ε.Ε. / Ι.Ε.Κ. | <input type="checkbox"/> | Διδακτορικό (Ph.d.)       | <input type="checkbox"/> |
| Τ.Ε.Ι.          | <input type="checkbox"/> |                           |                          |

5) ΜΕΛΗ ΣΤΗΝ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ \_\_\_\_\_

6) ΠΟΣΑ ΕΞ' ΑΥΤΩΝ ΕΙΝΑΙ ΑΝΩ ΤΩΝ 40 ΕΤΩΝ; \_\_\_\_\_

Σας ευχαριστώ θερμά για τον χρόνο που αφιερώσατε  
και για τη σημαντική συμβολή σας στο έργο μου.

*Βιβή Κοντογιάννη*

## ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

---

1. [www.neahygeia.gr/pub/prevention\\_nutrition.asp?doc\\_id=50...](http://www.neahygeia.gr/pub/prevention_nutrition.asp?doc_id=50...)
2. [www.vian.com.gr/htmlsite/productdetails.asp...](http://www.vian.com.gr/htmlsite/productdetails.asp...)
3. [www.mednutrition.gr/essays/2004/essay47.htm](http://www.mednutrition.gr/essays/2004/essay47.htm)
4. [www.anemone.ge/site/gr/cases/becel/newsletter01\\_html.html](http://www.anemone.ge/site/gr/cases/becel/newsletter01_html.html)
5. William D. Perreault, Jr. & E. Jerome McCarthy, Basic Marketing – A Global-Managerial Approach, Irwin, 1996.
6. [www.bertzeletos.gr/arthra/article17.htm](http://www.bertzeletos.gr/arthra/article17.htm)
7. Ιατρικά, 7.1.2003, Χ.Κ. Τεγόπουλος Εκδόσεις Α.Ε.
8. [www.iatronet.gr/HTMLpages/mainpages/ygianosoi/nosoi\\_kardiasaggion/elegxos\\_cholisterinis](http://www.iatronet.gr/HTMLpages/mainpages/ygianosoi/nosoi_kardiasaggion/elegxos_cholisterinis)
9. [www.in.gr/health](http://www.in.gr/health)
10. [www.neahygeia.gr/pub/prevention\\_nutrition.asp?doc\\_id52...](http://www.neahygeia.gr/pub/prevention_nutrition.asp?doc_id52...)
11. G. Schiffman & Leslie Lazar Kanuk, Consumer Behavior, 7<sup>η</sup> έκδοση, (Upeer Saddle River, NJ: Prentice-Hall, 2000)
12. [www.gourmed.gr/greek/mediterranean-diet/health/show.asp?](http://www.gourmed.gr/greek/mediterranean-diet/health/show.asp?)
13. [www.naturaldiet.gr/cholisterini-trigliceridia.htm](http://www.naturaldiet.gr/cholisterini-trigliceridia.htm)
14. James U. McNeal, “Tapping the Three kids’ Markets”, American Demographics, Απρίλιος 1998
15. [http://www.pdrhealth.com/drug\\_info/nmdrugprofiles/nutsupdrugs/phy\\_0205.shtml](http://www.pdrhealth.com/drug_info/nmdrugprofiles/nutsupdrugs/phy_0205.shtml)
16. [www.risingstarle.com/sterols](http://www.risingstarle.com/sterols)
17. [www.agapi.xan.gr/index.php?tmp=18pg=28&id=5429](http://www.agapi.xan.gr/index.php?tmp=18pg=28&id=5429)
18. [www.ncbi.nlm.gov/entrez/query.fcgi?emdb=retrieve&db=pubmed&list\\_uids...](http://www.ncbi.nlm.gov/entrez/query.fcgi?emdb=retrieve&db=pubmed&list_uids...)
19. Del I. Hawkins, Roger J. Best & Kenneth A. Coney, Consumer Behavior – Building Marketing Strategy, Irwin McGraw-Hill, 1998.
20. [www.becelproactiv.gr](http://www.becelproactiv.gr)
21. [www.elais.gr](http://www.elais.gr)
22. [www.minerva.com.gr](http://www.minerva.com.gr)
23. <http://www.heartcenteronline.com/myheartdr/home/research-detail.cfm?reutersid=3901>
24. Philip Kotler, Μάρκετινγκ Μάνατζμεντ, Β. Γκιούρδας Εκδοτική 2001 (σελ. 107-127)