



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ, ΔΙΑ ΒΙΟΥ ΜΑΘΗΣΗΣ ΚΑΙ ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ  
ΚΡΑΤΙΚΟ ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΤΙΚΟ ΓΛΩΣΣΟΜΑΘΕΙΑΣ

Ministry of Education, Lifelong Learning and Religious Affairs  
**English Language Certification**

**LEVEL**

**C1**

on the scale set by the Council of Europe

**MODULE**

**2**

Writing and mediation

**Period**

**May 2010**

**ATTENTION**

- Do not open this booklet until the exam begins.
- Respond to both activities.
- Write your texts in your notebook. Use a pen, not a pencil.
- Do not use your name in or under either of your texts.
- You have **90 minutes** to complete this part of the exam.

## ACTIVITY 1

Students of a High School in Germany have designed a **blog** to discuss issues affecting the lives of young Europeans. This week's topic is about the impact of the Internet. Read what the text below written by a Hungarian blogger says and then write a **response** to express your **arguments in favour of** the Internet (180-200 words). Sign as "A Greek blogger" (do not sign with your real name).

Your response may refer to:

- Increased communication opportunities
- Access to more information
- Great source of entertainment
- Availability of services
- Possible to buy things online

**We want your honest opinion:  
Is the Internet good or bad for us?**



It's about time we tell the truth about the Internet. Actually, I believe that, on the whole, it has been a disaster.

Its worst effect has been on our personal relationships. I read somewhere that it's responsible for less contact with our family members on a daily basis, and for talking less and less to each other. I myself don't talk to my girlfriend as much as I used to, on the phone. I tend to chat with strangers on the Internet and seem to forget the people who are closest to me –those who really care.

The article I read also said that the Internet is causing us to sleep less and to be less efficient at work. What's more, it may cause serious damage to our eyes.

The most laughable claim for the Internet is that it is a super-information highway which gives us all the facts we need at a touch of the keyboard. Nonsense! The so-called 'facts' you find on the Internet are often not reliable and you have to go back to a good old fashioned reference book to get accurate data.

Oh, and one more thing. The Internet has spawned all kinds of criminal activity. There are many cases of internet fraud with credit cards and all kinds of con-tricks involving huge sums of money.

One of the most worrying developments is the access to games that make children addicted to them. Kids spend hours playing and surfing on the net when they should be outside playing and developing social skills....

No 1 Internet fan  
Budapest, Hungary

BLOG ARCHIVE  
▼ 2009 (24)  
▼ April (2)  
Street Level: Polis and Polites  
| Gotham Greek Views  
► March (5)  
► February (11)  
► January (6)  
► 2008 (185)  
► 2007 (23)

ABOUT US ...  
Greetings from  
|GothamGreek.blogspot.com



11:00 πμ

**ACTIVITY 2**

Imagine you are an ex-smoker and you want to share your experience of trying to quit smoking with others. Using information from the Greek article below, write a **letter** for the readers' column of the *CARING AND SHARING* magazine (about 200 words), in which you **relate** your experience, and **explain** what you did in order to quit smoking.

**Κόψτε το τσιγάρο σε 5 βήματα...**

Αν έχετε προσπαθήσει να κόψετε το τσιγάρο, γνωρίζετε πόσο δύσκολο είναι; Η νικοτίνη είναι πολύ εξαρτησιογόνος ουσία. Σε ορισμένους ανθρώπους προκαλεί τόση εξάρτηση όσο και η ηρωίνη και η κοκαΐνη! Το να το κόψει κανείς είναι δύσκολο. Ωστόσο, δεν είναι ακατόρθωτο. Ιδού τα σημεία – κλειδιά, τα οποία, σύμφωνα με τις έρευνες που έχουν γίνει, θα σας βοηθήσουν να τα καταφέρετε...

**1. Προετοιμαστείτε**

- Ορίστε μια ημερομηνία για να ξεκινήσετε.
- Αλλάξτε το περιβάλλον. Απαλλαγείτε από όλα τα τσιγάρα και τασάκια στο σπίτι, στο αυτοκίνητο και στον χώρο εργασίας. Μην επιτρέπετε σε άλλους να καπνίζουν στο σπίτι.

**2. Λάβετε υποστήριξη και ενθάρρυνση**

- Πείτε σε φίλους, συγγενείς και συναδέλφους ότι πρόκειται να το κόψετε και ότι έχετε ανάγκη την υποστήριξή τους. Ζητήστε τους να μην καπνίζουν μπροστά σας ή να αφήνουν τσιγάρα σε... κοινή θέα.
- Ζητήστε τη συμβουλή ενός κατάλληλα εκπαιδευμένου επαγγελματία υγείας (γιατρού, φαρμακοποιού, ψυχολόγου).

**3. Αναπτύξτε νέες ικανότητες και συμπεριφορές**

- Όταν ξεκινήσετε την προσπάθεια να το κόψετε, αλλάξτε κάποιες καθημερινές σας συνήθειες. Χρησιμοποιήστε μια διαφορετική διαδρομή για να πάτε στη δουλειά σας. Πιείτε τσάι αντί για καφέ. Πάρτε πρωινό σε διαφορετικό μέρος.

**4. Χρησιμοποιείτε σωστά τη βοήθεια που προσφέρεται**

- Σήμερα, κυκλοφορούν θεραπείες κατά του τσιγάρου (τσιχλες ή διαδερμικά αυτοκόλλητα νικοτίνης).
- Ρωτήστε το γιατρό ή το φαρμακοποιό για την ορθή χρήση τους και διαβάστε προσεκτικά τις οδηγίες χρήσης.

**5. Ετοιμαστείτε για υποτροπή ή δύσκολες καταστάσεις**

- Αλκοόλ. Αποφύγετέ το. Η κατανάλωσή του μειώνει τις πιθανότητες να καταφέρετε να αντισταθείτε στο να ξαναρχίσετε το κάπνισμα.
- Άλλοι καπνιστές. Αν κάνετε παρέα με άτομα που καπνίζουν, μπορεί να σας παρασύρουν.
- Αύξηση βάρους. Μην αφήσετε την αύξηση βάρους να σας αποσπάσει την προσοχή από τον βασικό σας στόχο.
- Κακή διάθεση ή κατάθλιψη. Υπάρχουν πολλοί τρόποι – πέραν του τσιγάρου – για να βελτιώσετε τη διάθεσή σας.

**ΤΕΛΟΣ ΜΗΝΥΜΑΤΟΣ**