

Postás Dolgozó

A Postás Szakszervezet MSZOSZ-díjas lapja

Százsoros túljelentkezés a görög postán
Piacon a Postás Egészségpénztár
Nyári családi napok az egész országban

5. oldal

8. oldal

10. oldal

Elvesztett
arany, vagy
megnyert
ezüst? 14. oldal



Postásokkal, postásokért, felelősen!

Munkavállalói jogok nélkül nincs

Az Egyetemes Postaegyesület (UPU) kongresszusán a szociális

Július végén, augusztus elején (07. 23. – 08. 12.) Genfben tartotta 24. kongresszusát az Egyetemes Postaegyesület (UPU). Ezen 191 tagország több mint 2000 küldötte vett részt, mellettük a civil szervezetek képviselői is nagy számban jelen voltak. Az UNI – UPU együttműködési megállapodás aláírására a 2004-ben, Bukarestben megrendezett kongresszus után került sor. Az új megállapodást ünnepélyes keretek között 2008. július 25-én, a kongresszus helyszínén Philip Jennings UNI-főtitkár és Edouard Dayan UPU-főtitkár látta el kézjeggyel.

A megállapodás részletesen kitér a két szervezet együttműködésének lehetséges formáira az elkövetkező négy évben. Fontos téma a szociális párbeszéd erősítése az UPU-tagországok postái és az UNI (Union Network International) postás tagszakszervezetei között. Figyelemmel kísérik a humán ágazat alakulását a postai szektorban és erősítik a társadalmi felelősségvállalás szerepét. Az UNI szerepet vállal az UPU által kidolgozott



Az UNI-delegáció: Ilyés Sándorné, dr. Berta Gyula, Borka Jánosné, dr. Horváth István

IFS-rendszer népszerűsítésében. Nagy piaci lehetőség van a külföldi országokban dolgozó vendégmunkások pénzügyi áttalálásainak befogadásában. Több milliárd dollárt utalnak a vendégmunkások az otthon maradt családtagjaiknak.

Philip Jennings, az UNI főtitkára az együttműködési megállapodás aláírása után felszólalt a kongresszuson. Emlékeztette a résztvevő küldötteket, hogy a munkavállalói jogok érvényesülése elengedhetetlen része a munka világának. Ezen belül is a szakszervezetek alapítása, valamint a kollektív szerződés kötése munkavállalói alapjog. Hangsúlyozta, a munkavállalók és a szakszervezetek jogainak érvényesülése nélkül nem lehet eredményes gazdálkodást folytatni. Elfogadhatatlan, hogy a postai szektor liberalizációja során egyes postai társaságok olyan versenyhelyzetet teremtenek, ami szociális és bérdőmpinggel jár együtt – erre példa a TNT, amely visszautasítja a postai minimálbér fizetését németországi telephelyén. Ez az UNI számára elfogadhatatlan, ezért határozottan fellép ellene.

A továbbiakban felhívta a figyelmet az Európában zajló postai liberalizáció veszélyeire. Az új postai szolgáltatóknál jelenlévő szakszervezetek nagy része tagja az UNI-nak. Az UNI célja, hogy a multinacionális cégekkel átfogó megállapodásokat kössön a munkavállalói jogok biztosítása érdekében. Az UPU és az UNI között létrejött megállapodás alapján



Rolf Büttner, Neil Anderson és az aláírók: Philip Jennings és Edouard Dayan

hasonló megállapodások aláírására kerül sor a TNT, FedEx, UPS, DHL társaságoknál. Az UNI olyan profitoros postai társaságokat szeretne, amelyek képesek biztosítani az egyetemes szolgáltatással

Postás Dolgozó

A Postás Szakszervezet lapja

Felelős kiadó: Pecze Pál elnök
Megjelenik

Hudanik Eszter gondozásában.
Levélcím: 7623 Pécs, Bajnok u. 12.
Szerkeszti a Szerkesztőbizottság.
Tagjai: Koppándi Vilma,
dr. Sándor Mária, Szűcs Zsolt.
Felelős szerkesztő: Szűcs Zsolt
e-mail: zsolt.szucs@t-online.hu

Nyomdai munkálatok: Magyar Posta
Nyomdaüzem (ISSN 1219-3712)

Hirdetésfelvétel: 06-30/637-8200

Kiadó a hirdetések tartalmáért
nem vállal felelősséget.

eredményes gazdálkodás

párbeszéd erősítése is fontos téma volt

járó kötelezettségeket, másoldalról felépnek a szociális és bérömpingen alapuló piaci versennyel szemben.

Az EMS Kooperáció közgyűlésén sor került az EMS Kooperáció 2007. évi Ügyfélszolgálati Díjának ünnepélyes átadására, amellyel a legjobb Rugby-rendszer szerinti ügyfélszolgálati teljesítményt jutalmazták. A három díjazott egyike a Magyar Posta lett, a díjat *Szivi László* általános vezérigazgató vette át.

A kongresszus megválasztotta az UPU legfontosabb döntéshozó testületeinek, a 40 tagú Postaforalmi Tanácsnak

(POC) és a 41 tagú Igazgató Tanácsnak (CA) a tagjait. Ez utóbbi testület elnöke a következő négy évben a kongresszust elnöklő ország, Kenya lesz. A Postaforalmi Tanács elnöki tisztétre a Görög Posta vezérigazgatóját *Andreas Taprantzist* választották. Újraválasztották Edouard Dayant (Franciaország) az UPU Nemzetközi Iroda vezérigazgatójának. Helyettese ismét a kínai *Huang Kucsong (Guozhong)* lett.

A kongresszus határozata szerint a 25. UPU-kongresszus helyszíne Katar lesz.

dr. Berta Gyula

Egyetemes Posta-egyesület (Universal Postal Union – UPU)

Az egyesület megalakítását az 1870-es évek elején *Stephan Henrik* porosz postai főtanácsos kezdeményezte. A terv elfogadást nyert az európai országok többségében, így hosszú tanácskozás után 1874. október 9-én jelentették be a szervezet megalakítását. Ez az időpont a Postai Világnap időpontja is.

Az alakuló ülésen Magyarország képviselőjében *Gervay Mibály* postafőigazgató vett részt. Így Magyarország a 22 alapító nemzet egyike. Jelenleg 191 ország tagja van. 1947 óta az ENSZ szakosított intézményeként működik. Székhelye: Bern (Svájc).

Figyeltünk és tanultunk az észti tanulmányúton

Három ország delegációi cseréltek tapasztalatot Észtországban

2003-ban a magyar, az észti és a finn postás szakszervezetek megállapodást kötöttek azzal a céllal, hogy elmélyítsék az együttműködést, információt szerezzenek egymás szakszervezeti mozgalmáról, társadalmi folyamatairól, postai tevékenységéről, időszerű kérdésekről, illetve ezekről a témákról tapasztalatokat cseréljenek. E megállapodás keretében fogadta a 6-6 fős delegációkat 2008. augusztus 25-től 31-ig az Észt Távközlési és Szolgáltatási Dolgozók Szakszervezeti Szövetsége (ESTAL).



Már az utazás előtti készülődés során, a különböző leírásokból sejteni lehetett, hogy derűs, leleményes emberek közé érkezünk. Hosszú Hermann, Kövér Margó, Három Nővér, Öreg Tamás – nem mesehősök felsorolása, hanem az évszázadok során az észtek által elnevezett tallinni épített örökség névsora. Hosszú Hermann az egykori lovagvár legmagasabb bástyája, Kövér Margó a városfal egyik tornya, Három Nővér a

három egymáshoz épített gótikus kereskedőház, Öreg Tamás pedig a városháza tornyán örökös katonai alakú szélkakas.

Vendéglátóink megerősítették fentieket, hiszen a szakmai és egyéb programokat áthatotta a jókedv, a segítő szándék, a közvetlen stílus. Szívélyes vendéglátásban részesültünk.

Tallinnba érkezésünk másnapján *Öie Valjas* elnök asszony előadásából megis-

mertük az ESTAL történetét és szervezetét (16 tagszervezete van a szövetségnek, amelyek közül a legnagyobb a postai szektor, 1600 taggal) és testületeit (Kongresszus, Tanács, Elnökség). Tájékoztatót hallgattunk meg az ESTAL és az Észt Posta közötti együttműködésről, amelynek főbb területei: képzés, kollektív szerződés, vállalati stratégia kidolgozása, munkabér. A munkál-

→
tató minőségi munkát vár el a munkavállalóktól. A szakszervezet azt mondja, rendben, de ennek elengedhetetlen feltétele a megfelelő bér és a dolgozók képzése. Jó munkavállalókká ezeknek az elemeknek a teljesülésével lehet válni, a szakszervezet ezért harcol.

Nagy hangsúlyt helyez az ESTAL a társadalmi dialógusra, a munkáltatóval közös társadalmi párbeszéd előadásaira, fórumaira. Rendszeresen részt vesznek az UNI Postai & Logisztikai Bizottság munkájában, ahol találkoznak magyar kollégákkal is.

A kérdéseinkre adott válaszokból megtudtuk: a szakszervezeti tagdíj a munkabér 1%-a, a liberalizáció 2009-ben valósul meg, a privatizációról várhatóan a közeljövőben születik döntés. A teljes postai piacnyitással kapcsolatos létszámcsoökkentés jellemzően a részmunkaidősöket érintette, és a kisebb lélekszámú településeken az Észk Posta is bevezette a mobilposta rendszerét.

A harmadik napon ellátogattunk az Észk Posta (egyetlen) Logisztikai Központjába, ahol a csomag- és a levélfeldolgozó gépsorok, a hírlapfeldolgozás, a diszpécseri terület működését tanulmányozhattuk. A magyar gyakorlathoz képest szembe tűnő különbség, hogy a kisebb csomagokat is a gépsor segítségével dolgozzák fel, ehhez műanyag tálcákat alkalmaznak, hogy a sérüléseiket megelőzzék; illetve az egyes irányokhoz tartozó csúszdávégekre a csomagok görgősoron

jutnak le – ugyan így lassabban, de kevésbé sérülékenyen.

A bemutatót követően találkoztunk a Logisztika Szakszervezet elnökségével. Tájékoztatásukban elhangzott, hogy a Logisztikai Központban a szervezettség 37%-os. 13. havi bért nem kapnak a munkavállalók, de karácsony előtt lehetőség nyílik plusz juttatásra. Üdülés szakszervezeti üdülőben is lehetséges, amelyért a szakszervezet jelképes összeget, 25 korona/nap hozzájárulást kér tagjaitól (egy korona mai áron kb. 16 forint).

Este a Tallintól 50 kilométerre található Laulasmaa-n késő éjszakába nyúló eszmecsere folytatunk szakszervezetről, szakmáról a finn delegáció tagjaival. Nagyra értékelték nyitottságunkat, a Magyar Posta Zrt. és a Postás Szakszervezet szervezeti felépítéséről adott tájékoztatásunkat. Készségesen válaszoltak kérdéseinkre. A bérezésről szólva elmondták, hogy náluk az egyesített kézbesítők havi keresete 2300 euró, a felvevőké pedig 2500–2700 euró.

A negyedik napon az ESTAL jogásza ismertette a szakszervezet Támogatási Alapítványát. A rendszer számunkra újszerű elemeket is tartalmaz: segítyezik tagjaikat munkanélkülivé válásuk esetén, valamint betegszabadság idején. Továbbá a szociális rászorultságot alapul véve támogatják a legfeljebb 3 évvel a nyugdíjazás előtt állókat. Anyagi segítséget nyújtanak a fogyatékkal élő tagoknak. Hozzájárulnak a képzéshez, például a jogosítvány és nyelvvizsga megszerzéséhez.

Kölcsön Alapítványukból 20 000 korona összeget kaphat a kérelmező 8 %-os kamattal, amelyet 2 éven belül kell visszafizetni.

Ezt követően a munkaszerződések elemeiről és a Kollektív Szerződésről cseréltünk eszmét. Az észtek kiemelendő eredménynek tartják, hogy az utolsó KSZ-ben sikerült speciális megállapodást kötni tagjaikra, akik évente plusz 5 fizetett munkanapot vehetnek igénybe: jubileumi születésnap, iskoláskorú gyermek első osztályba lépése, családtag temetése, első házasságkötés alkalmából.

Az észk posta jellemző munkaköreiben a havi alaphérek az alábbiak szerint alakulnak, észk koronában bemutatva. Feldolgozók 4800–7200, kézbesítők 4680–6700, gépkocsivezetők 6700–7800, ügyfélszolgálati munkakörben dolgozók: 4800–7300, postavezetők 5700–18 500, termelésirányítók, osztályvezetők 5100–25 000, üzletágvezetők 50 000.

Délután megtekintettük a Balti-tenger partján fekvő Haapsalu postahelyét, majd találkoztunk a helyi szakszervezet és a szakma képviselőjével. Különösen a kézbesítésről, annak sajátosságairól kaptunk tájékoztatást. Az észk kézbesítők klasszikus postai tevékenységet látnak el, az értékesítésben nem kell szerepet vállalniuk. Észtországban erősen jelen vannak az elektronikus számlák, ezért az ún. számlalevelek száma csekély. Az ország területéből, népességéből, településszerkezetéből adódó sajátosság a támpontos levélszekrényben való kézbesítés, az egyesített kézbesítők kétszeri indulása és a gépkocsival történő kézbesítés. A nyugdíj-utalványokat az Észk Posta állítja elő, s ez bevételi forrásuk egyik elemét is jelenti.

Az 5. napon *Harri Taliga*, az Észk Szakszervezetek Szövetségének (EAKL) elnöke adott áttekintést a szakszervezetekről.



A képen a delegáció résztvevői, a cikk szerzői (balról jobbra):

Szegő Róza
Suszter Mária
Bacsó István
Koncz Sándor
Lőrincz József
Pusztai Ilona

(Észtországban két szakszervezeti konföderáció működik, az EAKL és a TALO.) Az EAKL-hez 19 szakszervezet tartozik, közöttük az ESTAL is. Prioritásaik: 1. beszerzés, 2. képviselés növekedése, 3. megbeszélés-képesség emelése, 4. tevékenység-képesség emelése, akciók sikeressége. Megismerhettük még fonto-

sabb eredményeiket, illetve a munkaerőpiac főbb mutatószámait.

A hatodik nap késő délutánján az ESTAL-irodában záró fogadáson vettünk részt. A tanácskozást a résztvevők értékesnek és hasznosnak minősítették. A magyar delegáció aktivitását, érdeklődését az észt és a finn kollégák elismerő szavakkal méltatták.

Ki kell emelnünk tolmácsunk, *Keiu* szakértelmét, segítőkészségét, a magyar kultúra és emberek szeretetét. Hozzáállása, tevékenysége, személyisége egyik garanciája volt a találkozó sikerének.

Reményeink szerint sikerült hozzájárulnunk egy újabb együttműködési megállapodás létrejöttéhez.

Százsoros túljelentkezés a görög postán

Az idén 45 ezren pályáztak a meghirdetett 450 postai munkahelyre

Arra, hogy mióta tart a csere-együttműködés, nem emlékszik sem a görög postás szakszervezet elnöke, sem a főtitkár: mint mondják, biztosan több mint húsz éve, s abban is egyetértenek, hogy a görög tisztségviselők körében talán a legnépszerűbbek a magyarországi tanulmányutak.

Ez év júliusában is húszfős csoport érkezett Budapestre *Elias Bakellas* főtitkár vezetésével, s később, a hazatérés előtt két nappal csatlakozott a csoporthoz *Georges Vassilopoulos* elnök is, hogy az idén lejáró, a szak-



E. Bakellas

szervezeti tisztségviselők csere-tanulmányútjáról szóló együttműködési megállapodás megújításáról tárgyaljon *Pecze Pállal*, a PSZ elnökével.

A zsúfolt program ellenére a görög szakszervezet mindkét vezető tisztségviselője, bár eltérő időpontban, örömmel állt a Postás Dolgozó rendelkezésére. *Elias Bakellással* a görög postás szakszervezet szervezeti felépítéséről beszélgettünk. A főtitkár a legfontosabb különbség taglalásával kezdte tájékoztatóját. „Nálunk a szakszervezet a politikai pártok mentén szerveződik, mondta. A jelöltek különböző pártok színeiben indulnak, s az eredménytől függően áll fel a 35 fős választmány. Jelenleg 23 tag képviseli

a szocialista pán-hellén pártot – ez 70%-os győzelemnek felel meg –, 11 tagot ad az Új Demokrácia Párt, amely jobb középén áll, s egy fővel jelen van a Kommunista Párt is. A 13 fős, függetlenített elnökség is ezen az elven épül fel, s bár a nézetkülönbségek jelen vannak, szakmai kérésekben nagyon jól tudunk együttműködni.”

A politikától egyéb kérdésekben is függetlenek tudnak maradni, ennek bizonyítékául mondta el *Elias Bakellas*, hogy a szakszervezet részt vesz tüntetéseken, sztrájkokat szervez, gyakran saját pártja álláspontját is bírálva.

Bár a görög posta létszámát tekintve lényegesen kisebb a magyarnál (jelenleg összesen 11 500 munkavállalóval dolgozik), szervezettsége messze meghaladja a miénket: gyakorlatilag száz százalékos – kevesebb, mint 100 fő nem csatlakozott a mozgalomhoz. Erről már *Georges*

Vassilopoulos elnök beszél két nappal később a Postás Dolgozónak.

S hogy mi ennek az oka? „A posta megbeszült munkahely Görögországban, mondja. Húsz éve van Kollektív Szerződésünk, kötünk bérmegállapodást, próbáljuk meg-



G. Vassilopoulos

őrizni a munkahelyeket. A 12-15 évvel ezelőtti veszteséges intézménymára a technológiai fejlesztéssel, a modernizációval nyereségessé vált.

A postafejlesztés kétirányú folyamat, amelynek során gyakran kellett a szakmai vezetőséget a fejlesztési célok megváltoztatására kényszeríteni: a piacerdekeltéssel szemben a hálózat teljes körű megőrzését tartottuk a legfontosabb feladatnak.”

Görögországban 1994 óta része az alkotmánynak az a törvény, amely előírja, hogy a postára is pályázati rendszerben veszik fel a dolgozókat. (A jelenlegi kormányzat eltörölte volna, de a Szakszervezeti Szövetség, amelyből Görögországban csak egy működik, megakadályozta.) Idén 450 meghirdetett munkahelyre 45 000 munkavállaló jelentkezett. A pályázatok elbírálása, amelyben részt vesz a szakszervezet is, két szakaszban, 3-4 hónapig tart. De nem csak ez bizonyítja a posta kivételes népszerűségét, hanem a közvéleménykutatások eredményei is: a görög polgárok az állami intézmények közül első helyre a postát teszik, majd hosszú szünet után második befutó a tűzoltóság. **K. V.**

Pecze Pál, a Postás Szakszervezet elnöke és *Georges Vassilopoulos*, görög szakszervezeti elnök *Elias Bakellas* főtitkár jelenlétében szeptember 11-én Athénban aláírta a tisztségviselők csere-tanulmányútjáról szóló újabb három éves megállapodást.

Egyidejűleg megállapodtak arról, hogy az UNI Postai & Logisztika Bizottság október 2-i ülésén közösen kezdeményezik a közép- és kelet-európai országok a liberalizációval összefüggő problémáinak hangsúlyos megjelenítését a Bizottság munkájában.

A tudás hatalom, tartja a bölcs mondás, logikusnak tűnhet hát, hogy megszerzése érdekében semmi sem drága... Úgy tűnik, ebből kiindulva mindent el is követnek termékeik bearázásakor a tankönyvkiadók, az írószerbiznisz képviselői, tágabb értelemben mindenki, aki olyasmit árul, amiről tudja, tanévkezdéskor a szülők kénytelenek megvenni csemetéiknek, kerül, amibe kerül. Mostani Körtérképünkben arra igyekeztünk választ keresni az ország öt szegletében élő postás dolgozóktól, ők hogyan próbálják kibogozni az iskolakezdés pénzügyi kiadásaival járó gordiuszinak látszó csomót, mire költenek, min spórolnak, kitől remélhetnek segítséget – egyáltalán, hogyan élnek meg a nyugalmas nyárból kizökkentő becsengetést.

PRIBÉK GÁBORNÉ

Pestlőrinc 3 Posta egyesített felvevője 1989-ben, a postaforgalmi szki. elvégzése után került a postára, mint mondja, azóta szinte minden szóba jöhető munkakörben megfordult már. Az első pillanattól tagja a PSZ-nek is.

A pénzügyi jelszó: fontossági sorrendben

A látszólag legkönnyebb végén kezdve a sort: a Pestlőrinc 3 Postán dolgozó *Pribék Gábornéra* egyetlen gyermek, 12 esztendő lányát iskolába küldésének terhei hárulnak. Árnyalja a képet viszont, hogy mindezt egyedül, azaz egy fizetésből teszi. Ahogy fo-



De nehéz az

A szeptemberi tanévnyitó a postáscsaládok

galmaz, pénzügyi alapelve szeptemberben is, mint máskor, a fontossági sorrend.

– A csekkeket, a rezsit, azaz a kikerülhetetlen kiadásokat veszem előre, aztán jöhetnek a „maradékok”. Iskolakezdéskor persze óhatatlanul megnőnek a kiadások, hiszen csak a könyvek, füzetsomagok, a pótlendő írószerek több tízezres összegre rúgnak – mondja. – Sokat segít viszont, hogy már a nyáron meg szoktam kérni a kislányomat, gondolja végig, mi az, ami a tavalyi dolgok közül még használható, és írjon össze egy listát, mire is lenne feltétlenül szükség. Tolltartót, táskát természetesen nem veszünk évente, de a tanárok mindig ügyesen meg tudják újítani a kötelező felszerelések listáját, úgyhogy marad körülnéznivaló az írószerboltok polcain. Ha az évszakváltással egyébként is szükségessé váló ruhadarabokat is ideszámolom, máris ötvenezer fölé ugranak az iskolakezdéssel járó kiadások.

– És hogy milyen segítségre számíthatok? Állami, önkormányzati támogatás egy gyermek után még nem jár, ám a Posta és a szakszervezet többször nyújtott már segítséget, sőt, egyszer az üzemi tanács jóvoltából jutottunk kisebb támogatáshoz.

Négy gyerekkel hatalmas kiadást jelent a szeptember

A megszólaltatott postás dolgozók közül a legtöbb gyermeket – szám szerint négyet, egy másodikot és egy ötödikét, továbbá két középiskolást – a szegedi *Bánáti Andrea* indítja ilyenkor az iskolába. Ez már önmagában is komoly matematika, szerencsére a tankönyveket, mint nagycsaládosok ingyen kapják – ám marad még bőven kiadás.

– A szokásos iskolakezdési kiadások előrelátó, az akciót figyelő bevásárlással és

BÁNÁTI ANDREA

Szeged 1 Posta fiókbeosztó munkatársa 13 éve lépett be a társasághoz, a PSZ-hez már később, hat éve csatlakozott.



alapos szelektálással is bőven 60 ezer forint fölttöre jönnek ki ilyenkor, és akkor még a különféle szakkörökről, nyelvtanulásról, sportolásról nem is beszéltünk – fogalmaz. – A ruházzkodás külön kategória, sajnos, a kiadási sorban az mindig a végére marad. Amit lehet, különben itt is és a tanszerek terén is megörökölnék egymástól a gyerekek, valamennyit ez is enyhíti a kiadásokat.

– Természetesen igénybe vettünk már különféle postai és szakszervezeti támogatásokat is, és örömmel vennénk, ha e téren mindkettőnek még nagyobb lehetőségei lennének a rászorulóknak megsegítésére. Emellett a VBKJ-csomagot is úgy választottuk ki, hogy ilyenkor vegyük legnagyobb hasznát.

A postások nagy családjá is segít a ruházzkodásban

– Nálunk pénzügyi szempontból nincs is iskolakezdés – lep meg már bevezető mondatával *Gáspárné Megyeri Terézia*, ám hamar kiderül, nem saját írószerboltot üzemeltet, csak legtöbbüknél sokkal előrelátóbban készül a szeptemberre. – Nálunk is három gyereket kell ilyenkor

iskolatáska...

pénztárcáját is különösen megterheli

„becsomagolni”, ám én egész évben árgus szemekkel figyelek a boltokban, és mindent akkor igyekszem apródonként beszerezni, amikor a legolcsóbb. Ilyenformán előfordul, hogy már a tanév vége felé együtt vannak a következő őszi kellékek is, szeptemberre csak a könyvek maradnak, ahhoz viszont megkapjuk az állami támogatást.

– Eddig nem jutott eszembe, hogy egyszer mindenestül összeszámoljam, mibe is kerül nálunk az iskolakezdés, de most, hogy kérde, ha csak nagyjából is adogatom össze, főként az ilyenkor befizetendő iskolai extrákkal, mint a rajzsakkör, a gitárlecke vagy a nyelvórák, bizony bőven százezer fölé kúszik a végeredmény.

– Szerencsére nálunk szó szerint igaz, hogy a posta egy nagy család, így e téren remek gyakorlat alakult ki, azaz a kinőtt, de még jó állapotú ruhák a munkatársak gyermekei között is gazdát tudnak cserélni,



BORSODI ISTVÁN

Kecskemét 1 Posta csomagfelvevője az idén tavasszal került a postára és lépett be a PSZ-be, ám a családi postáskötélék sokkal régebbi, felesége 13 esztendeje áll a Társaság szolgálatában.

örömmel mondhatom ugyanakkor, hogy a gyerekek is segítenek. A nagylányom például nyaranta egy-egy hónap munkával járul hozzá a kiadások előteremtéséhez.

Az iskolai „különkiadások” viszik el a legtöbbet

A dolog örömtelibb oldalával, vagyis az ingyenes tankönyvekkel kezdi a felsorolást az ugyancsak három gyermekért felelő *Borsodi István* is. Ezen túl azonban a szokásos felszereléseken túl náluk is egy sor különkiadás terheli a szeptemberi kasszát. Pénzbe kerülnek a sakkörök, a két kicsi napközije, amihez náluk színházbérlet is „jár”, mondja, de az iskolában beadandó osztálypénztől a tanárok fénymásolási díján át a tanító néni által az iskolától külön bérelt teremben tartandó focióráig bőséges a lista.

– Ötvenezernél kevesebből a legnagyobb takarékosággal sem tudunk megúszni egy iskolakezdést – mondja, ez pedig csak úgy lehetséges, ha időben felkészülnek a vásárlásokra – például már nyáron azokat az akciót figyelik, amelyekkel súlyos forintokat takaríthatnak meg. – A jó beosztáson túl

épp ezért a posta és a szakszervezet iskolakezdési támogatása is elkel – teszi hozzá.

Nyáron még gondolni sem akar az iskolára

Egy általános iskolás, egy gimnazista és egy egyetemista kiadásaival kell minden szeptemberben szembesülnie *Edelmayer Miklósnénak*. Ő homlokegyenest ellenkező „taktikával” dolgozik, mint a kicsit följebb megszólaló kolléganője, azaz általában az utolsó pillanatokra hagyja a tanszerek beszerzését. – Épp elég az iskolaév, nyáron gondolni sem akarunk rá – hoz elő egy ugyancsak méltányolható érvet. – Augusztus végétől viszont indul a nagyüzem – mondja. – Szerencsére a gyerekeink megértők és egyáltalán nem nagyigényűek, ez kicsit megkönnyíti a bevásárlást, ám 30-40 ezernél olcsóbban így sem ússzuk meg a kötelező kiadásokat – teszi hozzá.

– A nagycsaládos segélyt megkapjuk a postán, az önkormányzattól is kaptunk iskolakezdési támogatást, és az egyetemen is jár némi szociális juttatás. A szakszervezettől egyszer, két éve kértünk és kaptunk is támogatást, de mindezekkel együtt sem könnyű kigazdálkodni a szeptemberrel járó különkiadásokat.



EDELMAYER MIKLÓSNÉ

Dunakiliti Posta pénzforgalmi ügyintéző IV. beosztásban lévő dolgozója 1981-ben került a mosonmagyaróvári postára. Folyamatosan araszolgotott a ranglétrán, később postaforgalmit is végzett, a PSZ-nek a kezdetektől tagja.

Sz. Zs.

(Mivel cikkeink „főszereplői” a gyerekek, a fotókat is rendbágyó módon a megszólalók családi albumából válogattuk)



GÁSPÁRNÉ MEGYERI TERÉZIA

Csorvás Posta vezetője 1986-os érettségije után került a postára és lépett be a PSZ-be. Sokáig volt rendszeres helyettes, közben folyamatosan tanult is: tisztitanfolyamot végzett, majd 2004-ben főiskolai nevelőtanári diplomát szerzett.

Mitől is függnnek a befektetések

Az utóbbi időben megszaporodott az érdeklődő pénztártagok száma a befektetések első félévi negatív teljesítményével kapcsolatban. Csalódást okoz mindenkinek, hogy az évek hosszú során át reálhozamot biztosító eredmények 2008-ban jóval alacsonyabban a megszokottnál, időnként negatívak.

A pénztárszférában elért hozamokról, összehasonlító adatokról a sajtóban, a médiában sokféle információhoz lehet hozzájutni, de jó azt is tudni, hogy a pénztáraknak milyen szakmai szempontok szerint kell a befektetési eredményt számítaniuk és elszámolniuk az egyéni számlákon.

A pénztári hozamok témakörében a jövőben több ízben szeretnénk tájékoztatást adni. Most, első alkalommal a nyugdíjpénztári hozamszámítás módját és a hozamalakulást meghatározó tényezőket mutatjuk be.

A nyugdíjpénztári hozam sajátosságai, a nyugdíjpénztári hozamszámítás speciális szabályai. A nyugdíjpénztárak – törvényi előírás alapján –

a hozamot negyedévente állapítják meg, és a negyedév végét követő negyvenöt napon belül számolják el az egyéni számlákon:

Időszak	Időszaki hozam jóváírás
I. negyedév	május közepéig
II. negyedév	augusztus közepéig
III. negyedév	november közepéig
IV. negyedév	következő év febr. közepéig

A negyedéves hozam későbbi elszámolásával függ össze a kifizetések kétlépcsős szabálya. Ha példánk szerint egy munkavállaló pénztártag például január 20-án adja be nyugdíjszolgáltatási kérelmét, amit a pénztár január 30-án teljesít, akkor még nem került elszámolásra az előző év negyedik negyedévének hozama és még nem ismerjük a január 1-jétől 30-ig járó hozamot sem. Ezért első lépésben a számlaegyenleg 95%-a kerül kifizetésre, míg a fennmaradó 5% a hozamszámolás biztonsági tartalékaul szolgál, amelynek összege pozitív hozamjóváírás esetén emelkedik, negatív hozamjóváírás esetén csökken az első részlet kifizetésekor készített elszámolás adatához képest.

Hogyan fordulhat elő negatív negyedéves hozam? A nyugdíjpénztárak a vagyoniukat nem bankbetétben tartják, hanem a törvényi keretek által meghatározott igen sokféle hazai és külföldi kibocsátású értékpapírban, amelyek árfolyama, s ezáltal hozama is napról-napra változik.

A pénztári hozam két elemből tevődik össze: a realizált hozamból és az értékelési különbözetből. A realizált hozam azt mutatja, hogy a negyedév során összeségében árfolyamnyereséggel vagy árfolyamvesztéssel értékesítettük a pénztári portfólióban lévő értékpapírok egy részét. A portfólióban maradó értékpapírok esetében pedig a negyedév utolsó munkanapjára vonatkozóan meg kell állapítani, hogy az előző negyedév záró napján kialakult piaci árfolyamhoz viszonyítva emelkedett vagy csökkent a piaci árfolyamuk. Ez adja a portfólióban maradt értékpapírok pozitív vagy negatív értékelési különbözetét.

A két összetevő együttes összege a legtöbb negyedévben pozitív hozamot eredményez, azonban időnként előfordulnak negatív hozamú időszakok is.

A nyugdíjpénztári megtakarítás hozamalakulását tehát nem lehet az aktuális ban-

A Postás Egészségpénztár a nyílt

Hamarosan megkezdik a postás egészségpénztári tagtoborzást a Magyar Posta Zrt. kisvállalkozói ügyfélkapcsolati munkatársai és a kijelölt postahelyek értékesítői. Bárki beléphet az egészségpénztárba, aki betöltötte a 16. évét.

Az elmúlt évek legdinamikusabban növekvő pénztári ágazata az egészségpénztáraké. Várható a következő években, hogy az egészségügyi ellátásban és finanszírozásban az állami szerepvállalás

csökkenésével egyre nagyobb szerepet kap a privát szféra az egyének, csoportok igényeihez sokkal rugalmasabban alkalmazkodó szolgáltatásaival, jelenleg azonban még az egészségpénztárak életét is befolyásolja az egészségügyi reform körüli bizonytalanság.

A 2005-ben alakult Postás Egészségpénztár a fiatal egészségpénztárak közé tartozik, taglétszámát tekintve pedig a középmezőnyben helyezkedik el. A Postás Egészségpénztár 2006 óta nyílt pénztár, ami azt jelenti, bárki a tagja lehet.

A tényleges tagság korábban főként postai munkavállalókból tevődött ki. Most látta elérkezettnek az időt arra a pénztár, hogy szélesítse e kört, és a postás dolgozókon kívül ténylegesen is nyisson a külső piac felé. A Magyar Postával, mint stratégiai partnerrel történő együttműködés eredményeként hamarosan megkezdődhet a nyílt piaci tagtoborzás.

Az egészségpénztári termék értékesítés az idén pilot-jelleggel indul a Magyar Postán, megcélozva a kisvállalkozókat és a magánszemélyeket.

hozamai?

ki betéti kamatokkal összefüggésbe hozni, ennél lényegesen szélesebb körű kitekintés szükséges a magyar és nemzetközi tőkepiacok árfolyam-alakulására. Ha a híradásokból azt halljuk, hogy a hazai és nemzetközi tőzsdeindexek szárnyalnak, az állampapírpiacon csökkennek a hozamok, azaz nő a kereslet és emelkednek az árfolyamok, akkor a befektetések felértékelődnek, azaz pozitív értékelési különbség mutatkozik. Ha ellenkező tartalmú piaci fejleményekről értesülünk, negatív értékelési különbségre kell számítanunk.

A negatív hozamjövőírás idővel megtérül! Egy-egy negatív hozamú negyedév tehát bármikor előfordulhat, a tőkepiaci tendenciák megváltozása, a kötvény- és részvényárfolyamok növekedése azonban idővel „visszahozza” a korábban elszenvedett veszteséget. Az eddigi tapasztalatok szerint egy időszaki rossz teljesítményt mindig követett valamilyen mértékű jobb eredmény, éves szinten a négy negyedév után jóváírt realizált hozam és értékelési különbség összege idáig mindig pozitív értéket mutatott, sőt hosszú távon nyugdíjpénztárunk nettó hozama jelentősen meghaladta az infláció átlagát is, vagyis reálhozamot is biztosított.

Az éven belüli negatív hozamos negyedév csak azt a pénztártagot érintheti hátrányosan, aki nyugdíjba vonulás vagy 10 év utáni kilépés miatt megszünteti a számláját. A pénztár érdeklődés esetén bármikor felvilágosítást tud adni a pénztártag adott évi hozama alakulásáról, így abban is tud segíteni - ha valakinek nem sürgős a pénzfelvétele -, hogy milyenek a várható pénzügyi tendenciák, érdemes-e egy jobb hozamot ígérő negyedévet megvárni.

Postás Kiegészítő Nyugdíjpénztár

piacon

A vállalkozók munkáltatóként adó- és járulégmentes jövedelemként adhatják dolgozóiknak az egészségpénztári hozzájárulást, miközben ezzel munkavállalóik és családtagjaik egészségmegőrzését is támogatják.

Magánszemélyként pedig 30% SZJA-kedvezmény, további adókedvezmények és a szolgáltatók által nyújtott vásárlási kedvezmények kihasználása jelent költségmegtakarítást a társadalombiztosítás által nem, vagy csak részben finanszírozott termékek és szolgáltatások igénybevételekor.

Bízunk az együttműködés sikerében és abban, hogy a jelenlegi tagok is szívesen ajánlják környezetükben az egészségpénztárhoz való csatlakozást.

A hatékonyság növelésén munkálkodnak az Ifik

A Postás Szakszervezet Ifjúsági Tagozata 2008. szeptember 8-9-10-én, Balatonfüreden tartotta tagozati értekezletét.

Az értekezleten a tagozat megjelent tagjai elsősorban az idei év eddigi munkáját értékelték. A kiírt mesepályázat eredményessége és a csere-bere fórum sikeres működése érdekében beszéltünk meg hasznos javaslatokat, osztottuk meg tapasztalatainkat. A tagok beszámoltak a területükön

az egyenlő bánásmódhoz való jogukat.

A délután további részében a meghívott vendégekkel csapatépítő feladatokat játszottunk, amelyek segítenek megismerni egymást, erősítik a csoport összetartását, ami által a hatékonyság növelhető.

A harmadik napon *Horváth Csaba*, a Vasutas-szakszervezet ifivezetője tartotta meg előadását a Fiatalok és a munkaerőpiac címmel. Az előadásában kiemelte a szakszervezetek közösségformáló hatását



megrendezett Road-showkról, gyereknapokról, amelyeken részt vettek.

A második nap délutánján *dr. Lénárt Szilviától*, az ÉTOSZ jogásztól az egyenlő bánásmódról és az esélyegyenlőség előmozdításáról szóló törvény előadását hallgatta meg a tagozat. Ennek során sok hasznos információval gazdagodtak a Postás Szakszervezet Ifistái. Kaptunk tájékoztatást többek között arról, hogy hová fordulhatnak a munkavállalók, ha megsértik

és fontosságát. Ezek után *Balázs Róbert* a Dunaferri Ifi képviselőjében tartott beszámolót arról, hogyan működik a területükön a szakszervezet.

A nap további részében a meghívottakkal arról beszélgettünk, hogyan lehetnének eredményesebbek, hatékonyabbak, hogyan lehetne előremozdítani a tagozatot, illetve a korosztály speciális problémáit boncolgattuk.

László Emese
tagozatvezető

Kihelyezett TSZB-ülés Hódmezővásárhelyen

A Szegedi TSZB – immáron második alkalommal – a területén lévő egyik alapszervnél tartott kihelyezett értekezletet szeptember 10-én.

A kihelyezett értekezletek apropója, hogy a területen is megismerjék tevékenységünket, illetve a TSZB-tagok is megismerjék a társalapszervek tevékenységi területét. Témája az előző értekezlet óta eltelt időben végzett munka, valamint felkészülés a munkavédelmiképviselő-választásokra. Az érdemi megbeszélések után a vendéglátó



alapszervi titkár városnézésre invitálta a testület jelenlévő tagjait. Látogatást tettünk a hódmezővásárhelyi városházán, majd a Fekete Sas Étteremben ebédeltünk, ahol a csodálatos bálteremben is gyönyörködhattunk. Az ebédet lezárva látogatást tettünk Ambrus Sándor fazekasmester műhelyében.

Csókási Istvánné TSZB-titkár

Egységes gazdálkodásról tárgyalt az Ágazati ATSZB

Szeptember 5-én tartotta soros ülését az Ágazati Alapszervezetek TSZB. A közel-múltban alakult szervezet gazdasági felelősökkel kibővített ülése napirendjének első, legfontosabb pontja az egységes gazdálkodás kialakításának kérdése volt. Ezt követően *Bánrévi Imre* tszb-titkár tájékoztatta a megjelenteket arról, hogy a közelgő munkavédelmiképviselő-választásokkal kapcsolatban milyen feladatok hárulnak az alapszervezetekre. Végezetül *Benkő Viktor* elnökségi tag számolt be a PSZ és a munkáltató között folyamatban lévő tárgyalások témáiról és részeredményeiről.

www.postasszakszervezet.hu

Családi ünnep a szegedi

Egy év híján két évtizedes postás hagyomány folytatódott Szegeden augusztus 30-án a Kisstadionban. Kilencszáz postás és családtagjaik ezen a napon a tekegolyó gurulását, a foci- és teniszlabdák pattogását, valamint a sakkfigurák útját irányíthatták és követhették, nagy odafigyeléssel és eredményességgel.

A rendezvényt megtisztelte jelenlétével *Rácz Tamásné*, a Kelet-magyarországi Igazgatóság igazgató asszonya, *Pecze Pál*, a Postás Szakszervezet elnöke és több szakmai vezető mellett a kelet-magyarországi ÜT-tagok egy része is.

A mérkőzések szüneteiben a résztvevők a különböző szűrővizsgálatokon meggyőződhettek fizikai és egészségi állapotuk-



ról. A Postás Egészségpénztár és az ÁNTSZ egészségügyi kvíz kérdéseire nyelvények reményében válaszolhattak. Mintegy tucatnyi szűrővizsgálat és vér-



sport- és egészségnapon

adás, tanácsadások tették teljessé a programot, amelyen 250-en vettek részt, huszonhatan vért is adtak.

A legkisebbek részére az egész napos önfeledt szórakozást játékok végeláthatatlan sora garantálta, a foglalkoztatók pedig ezúttal is megjutalmazták a legügyesebbeket. Értékes díjakat kaptak a Postás Szakszervezet Szegedi TSZB vetélkedősorozat 3. fordulójának résztvevői is. Ebédre alföldi bográcsgulyás, ebéd után pedig a Grimm-Busz színház előadása aratott újra nagy közönségsikert. Nagy tetszés fogadta a makói postások bejelentését, miszerint pár nappal korábban balesetet szenvedett társaiknak ajánlják sikerüket – a rendezvény szervezői néhány nappal később e szép gesztust valóra váltva, felkeresték otthonukban *Bány Tamást* és *Brakszatórisz Andrást*, és átadták részükre a tiszteletbeli győzteseknek járó díjakat, valamint a PSZ gyorssegélyét.

A „Postások a Postásokért” Alapítvány céljaira folytatott gyűjtés eredménye 10 200 forint lett.

Így folytatódhatott augusztus jelessé vált utolsó hétvégéjének története a postások számára hétköznapiakon is, mely a Postás Szakszervezet egyik legfontosabb üzenetét is továbbvihette, miszerint EGYÜTT KÖNNYEBB, jóban és rosszban egyaránt.

Kalmár László

(Részletes tudósítás,

a sportversenyek végeredményeivel:

www.postasszakszervezet.hu)

Nyugdíjastalálkozó Debrecen 1 Postán

Egy éve nagyon várt eseményen vagyunk túl. Feltámasztva régi hagyományunkat, idén augusztus 29-én tartottuk a Debrecen 1 Postáról nyugdíjba ment dolgozók részére idei találkozóinkat.

A választás egy hangulatos kis étteremre esett, ahol baráti hangulatban elfogyasztható vacsorával kedveskedtünk a résztvevőknek. Ahogy sorban érkeztek a vendégek, úgy lett egyre hangosabb a teremben a „munkazaj”, ami jó érzéssel töltötte el a szervezőket. A régen látott ismerősök hosszan tartó egymás iránt történő érdeklődését átmenetileg megszakítva, a vendégeink részére rövid áttekintést tartottunk a Posta jelenlegi helyzetéről és a jövőben elérendő céljairól. Megismertettük a jelenlévőket az érdekképviselési munka legfontosabb tavalyi és idei elért eredményeivel.



A hivatalos részt követően már csak a beszélgetésnek engedtünk teret. Mielőtt ez megtörtént volna, a jelenlévők köszönetet mondtak, hogy a jelenlegi alapszervezeti vezetés és az aktív szakszervezeti tagok gondoltak azokra is, akik már korábban kivették részüket a postai tevékenységek szorgos, mindennapi teendőiből. Büszkeséggel tölt el engem és munkatársaimat, hogy a PSZ és a Posta hírnevét így módon öregbíteni tudtuk.

Kovács Csaba alapszervezeti titkár, Debrecen 1



Hétfélig természetbarát-találkozó és túraverseny Pécsen

Még július végén háromnapos kirándulásra indultunk a 46. Országos Postás, Távközlési Természetbarát Találkozó és Túraverseny keretében Baranya megyében.

A Pécsen és környékét megcélzó utazás sok munkatársunk érdeklődését felkeltette, és családdal vagy egyedül csatlakoztak, így végül 62 főt számláló csapattal indulhattunk útnak.

A szervezők maradandó élményt nyújtó programsorozatot állítottak össze, így módon lehetőség nyílt a Mecsekben és a Villány-hegységben megbúvó természeti és ember alkotta kincsek felfedezésére. A mohácsi emlékparkban tett látogatást követően Pécs belvárosába mentünk, ahol a történelem és a legendák lebilincselő mérföldköveinek felfedezése közben idegenvezető mutatta be a város legfőbb nevezetességeit.

A második nap reggelén Máriagyűdre, majd a siklósi várba látogattunk el, de nem maradhatott ki a programból Villány sem, ahol borospincék garmada kínált zamatos kóstolókat. Az utolsó napon az autóbuszok Orfű, majd Abaliget felé vették az irányt. A cseppkőbarlangban tett séta sokunk számára különleges élmény volt.

Mindannyian pozitívan értékeltük, hogy a találkozó feloldotta a különböző városok dolgozói között fennálló, távolság szülte elszigetelődést. A találkozó egyszerre kínált kellemes kapcsolódást és lehetőséget a postásoknak munkatársaik megismerésére, egymás és a postai munka folyamatainak megértésére, megbecsülésére.

László Miklósné (Bővebb beszámoló: www.postasszakszervezet.hu)

Kirándulás hajóval és kisvonattal Gemencre

Szeptember 6-án közel 400 kicsi és nagy ébredt kora reggel nagy várakozással – a szombati pihenőnap ellenére. Ennyi ember indult el három megyén – Bács-Kiskun, Békés és Csongrád különböző településeiről Baja felé. Izgalmas nap elé néztünk, hiszen a program szerint hajókázás, kisvonatozás, erdei séta várt ránk.

Menet közben kissé változott a program, hiszen ennyi embert egyszerre lehetetlen lett volna utaztatni hajón és kisvonaton. Kétszáz Pörböllyre buszoztak és vonatra ültek, a többiek Baján szálltak fel a várakozó három hajóra. Az út során megcsodálhattuk a Dunát és a környező élővilágot. A gemenci Duna-partra érve már messziről integetett az előbb vonatozó „csere”csapat, amely azután helyet cserélve folytatta vadregényes útját Pörböllyre. Itt egy rövid természetfilmet, majd kiállításokat tekinthettünk meg. Rövid sétát téve a te-



ület állat-, az arborétumban növényvilágával ismerkedhettünk. A gyerekek rögtön felfedeztek egy kis halastavat, amelynek környéke ettől kezdve állandó gyerekzsivajtól volt hangos. Ezt megunva egy gyönyörű játszótéren ugrálhattak, mászókázhattak.

Az éhes vándorokat itt kedves kollégánk – a kirándulás ki-
agyalója, Kószó Józsi, Kalocsa alapszervi titkára – szervezésében egy-egy gyros várta. A társaság jól érezte magát, késő délutánig bírták a gyerekek-szülők egyaránt.

Az idén közel 600 fő – szakszervezeti tag és családtagjai – részesült ebben az élményben, hiszen augusztus 16-án már 200 fős társaság járt előttünk itt. Jövőre veletek ugyanitt? Ez nem lehetetlen, de más útirány is elképzelhető. Egy biztos: ezt meg kell ismételni vagy itt, vagy máshol!

Csókási Istvánné TSZB-titkár



Felvidítő mediterrán ízek



E havi két receptünkkel kicsit még a mögöttünk hagyott nyár emlékét, a mediterrán tengerpartok világát igyekeztünk visszaidézni a borongós magyar őszebe. Ne ijedjen meg senki, az idegenes hangzás ellenére mindkét receptünk egy-egy bárki által otthon is gyorsan elkészíthető finomságot takar.



Könnyű minestrone leves

A legalábbis nevében sokak által ismert minestrone-ét (olasz zöldségleves különleges pizzatészta) jobb étvágyúak egy kiadós fogás elé akár előételnek is felszolgálhatják, de diétás időkben önmagában is megállja a helyét.

Hozzávalók: A leveshez: hagyma, fokhagyma, répa, fehérrépa, zellerszár, paradicsom, sűrített paradicsom (konzerv), leveskocka, fűszerek, Worcestershire-szós. A focacciához: 35 dkg kenyérliszt, 2 kiskanál porélesztő, 1 evőkanál olívaolaj, 1 evőkanál pesto, 2,5 dl víz.

Elkészítés: A leveshez a felkockázott hagymát és fokhagymát kicsit megpároljuk olívaolajon, beletesszük az összevágott répát, fehérrépát, zellert, és felöntjük vízzel. Leveskockával, Worcestershire-szósszal, borssal ízesítjük, és addig főzzük, amíg a zöldségek majdnem készre puhulnak. Ekkor beledobjuk a negyedekre vágott friss paradicsomot, fűszerezzük (oregánó, bazsalikom, kakukkfű), ha kell utána sózzuk és pótoljuk a vízmennyiséget.

Amikor a paradicsomok héja kezd leválni, kihálásszuk, lehúzzuk a héját, beledo-

báljuk a turmixgépbe, melléöntünk még egy kis doboz paradicsomsűrítményt, a megfőtt zöldségek egy részét és annyi levet, hogy jól turmixolható legyen. Ha szép sima, visszaöntjük a levesbe, összeforraljuk. Tálalás előtt szórunk bele friss petrezselymet, zellerzöldet. Parmezánt már mindenki maga tehet bele az asztalra.

A focacciához (különleges olasz pizzatészta szendvicsnek, levesekhez is). A hozzávalókból – a pestóval együtt – ruganyos kenyértésztát gyúrunk, legalább 10 percig dagasztjuk majd duplájára kelesztjük, utána még egyszer átdagasztjuk, és lapos, kerek cipót formázunk belőle.

Olajozott tepsibe tesszük. A tetejét durván ujjal benyomkodjuk, és meglocsoljuk olívával, megszórjuk durvára őrölt sóval, borssal. Sütés előtt még fél órára letakarva félretesszük (közben lehet csinálni a levest), majd 190 fokra előmelegített sütőben 25-30 perc alatt megsütjük. Ha kicsit kihűlt, cikkekre vágjuk, és a leves mellé tálaljuk.

Profiterol

A leginkább a mi képviselőfánkunkhoz hasonló krémes olasz finomság tulajdonképpen csak nemrégiben terjedt el és vált nagyon hamar népszerűvé nálunk is, így egyre több étterem és cukrászda választékában tűnik fel, de sok más megcsodált cukrászipari finomságtól eltérően otthon is könnyen elkészíthető.

Hozzávalók 4 személyre: A tésztához: 8 dkg margarin, 11 dkg liszt, 5 tojás, egy pici só. A töltelékhez: 30 dkg mascarpone sajt, 5 dkg cukor. A krémhez: 15 dkg porcukor, 3 dkg liszt, 15 dkg étcsokoládé, 2 dkg vaj, 8 tojássárgája, 1 csomag vaníliás cukor, 5 dl tej.

Elkészítés: A megsózott margarint elkeverjük 1dl vízzel, aztán felforraljuk, majd hozzáadjuk a lisztet és állandóan keverve addig főzzük, amíg szépen elválk az edény falától. Ami-

kor langyosra hűlt, egyenként beledolgozzuk a négy tojást, ügyelve rá, hogy a krém sima és csomómentes legyen. Olajjal kikent sütőlemezre egymástól kellő távolságra mogorónyi halmokat nyomunk belőle, ezután fél órát pihentetjük őket, majd a maradék felvert tojással megkenjük a tetejüket, vigyázva rá, hogy az oldalukra véletlenül se kerüljön belőle. Előmelegített sütőben nagyjából 200 fokon 15-20 percig sütjük a fánkocskákat, amiket aztán a tepsi- ben hagyunk amíg ki nem hűlnek.

A tojás sárgákat cukorral habosra keverjük, hozzáadjuk a lisztet, végül lassan a keverékhez öntjük a felmelegített, előzőleg már vaníliás cukorral elkevert tejet. Az „elegyet” ügyesen csomómentesre keverjük, majd lassú tűzön gőz felett állandó keverés mellett besűrítjük. Amikor elkészült, hozzákeverjük az előzőleg vízfürdőn megolvasztott csokoládét és langyosra hűtjük. A mascarpone ízlés szerinti mennyiségű cukorral felforraljuk, és nyomózsákba tesszük. A fánkok tetejét bevágjuk és a legkisebb lyukat használva megtöltjük a fánkokat a töltelékkel. Ezután egy magasabb peremű tálra piramis formában felrakjuk a fánkokat, és rájuk csorgatjuk a csokoládé krémet, majd egy órára hűtőbe tesszük, hogy a csokoládé megdermedjen.

Ezután már csak a művelet legkellemesebb része van hátra, mégpedig a finomság elfogyasztása.



Belátom, nem túl eredeti, de kétségkívül százados tapasztalatokon nyugvó, s lám, a birkózószőnyegre is alkalmazható bölcsesség: évés közben jön meg az étvágy... Ha ugyanis a ferihegyi induláskor valaki azt ígérte volna a pekingi olimpián a kötöttfogásúak 84 kilós versenyeiben a dobogó 2. helyét kiérdemlő **Fodor Zoltánnak**, hogy övé lesz az ezüst, nemhogy ezt, de még a döntőbe jutást sem hitte volna. Az eredményhirdetés után pár perccel viszont már azon szomorodott, hogy „elvesztette az aranyérmet”...

Mivel az, hogy a finálében Fodort legyőző olasz Manguzzival folytatott szőnyegcsata, a magyar fiatalembernek végül a sportág 51. magyar ötkarikás érmét hozó pörgetések, emelések, vagy dobások mélyebb szakmai elemeztetésébe kezdjünk, jelenősen meghaladná lapunk profilját, ezúttal egy egészen más irányból indultunk annak a bizonyos „elvesztett arany” a nyomába.

Elvesztett arany vagy

A PEK-ben dolgozó egykori birkózóbajnok

Mégpedig „házon belülről”, és egy örömteli „titokról” is fellibbentve a fátylat: ezt az ezüstöt ugyanis egy icipicit „mi”, postások, PSZ-tagok is magunkénak érezhetjük: a sokszoros magyar bajnok olimpiakon édesapja ugyanis az MP Zrt. Elszámloló Központjának (PEK) megbecsült (az elmúlt hetekben pedig, amióta kicsit szélesebb körben is híre ment a rokon kapcsolatnak, gratulációkkal lépten-nyomon elhalmozott) dolgozója – ráadásul maga is egykori világklasszis birkózó...



A kezdetek: díjátadás 1996-ban a SZAC Mikulás-versenyén

Fodor Jánossal augusztus 14-én hatalmas fordult a világ. Ami neki annak idején nem sikerült, vagyis az olimpiai részvétel, fiának 2008-ban megadatott. Mi több, egyenesen a dobogó második fokáig menetelhetett. Apa szíve ennél büszkébb aligha lehet – hát még, hogy a génké mellett saját keze munkálkodását is az eredmény mögött tudhatja.

Az akkor kilencéves Zolit ugyanis ő vitte le első versenyére – egy rokon fiúnak mentek szurkolni Zoli bátyjával együtt, akit, bár szintén szeretett volna, a sportorvos végül nem engedett birkózni. Sőt, édesapja lett később a látványba rögtön beleszerető fiúcska első mestere. (Az edzősködésnek, bár még évekig járt le a Fradiba is, sajnálkozik, anyagi okok miatt szép lassan búcsút kényszerült inteni, így került a Postához.) Mindemmellett a mai napig egyfolytában újabb és újabb fogásokon töri a fejét fia előrejutása érdekében. Amelyek aztán vagy bejönnek, vagy nem, tudatja rögtön, hogy akadnak vakvágnások is e kísérletezés során, „de ezeket Zolival mindig kielemezzük, és ami egy-egy versenyen nem vezetett eredményre, azon közösen tovább finomítunk”.

Azért még visszakanyarodva a kezdetekhez és a „vér nem válik vízzé” kérdéséhez: az, hogy Zoltánt a jó isten is birkózónak teremtette, hamar kiderült: alig két hete

Postás sportolók az olimpiákon

A postásság történetjének érdekes fejezetére tekinthetünk a pekingi nyári játékok kapcsán: 12 év szünet után adott ismét versenyzőt a magyar olimpiai küldöttségnek a Postás SE az asztaliteniszező Lovas Petra személyében.

Eddig 13 nyári olimpián 3 postás sportklub 34 postás sportolója szerepelt 8 sportágban, s nyertek összesen 3 ezüst és 4 bronzérmét. Ráadásul rajtuk kívül is voltak néhányan, akik a Postás SE és jogelődjei, jogutódai színeiben nevelkedtek, s lettek nemzetközileg is jegyzett versenyzőkké, de ötkarikás részvételük idején már más egyesület tagjaiként tartották számon őket...

...Az első hivatalos olimpiai szereplés az 1908. évi londoni nyári olimpiához kötődik. Bodor Ödön a 800 méteres síkfutásban országos csúcscsal 4. lett, majd a csak ezen a játékokon megrendezett olimpiai váltófutásban (200–200–400–800 m) hajráemberként harmadiknak hozta be a magyar stafétát, s nyerte a postássport első érmét...

...1936-ban szintén Németországban zajlott a téli olimpia. Garmisch-Partenkirchenben a jégkorongcsapatban játszott Barcza Miklós, a PSE gyeplabdazakosztályának sportolója. Mivel jégkoronggal a klubja nem foglalkozott, e sportágban a BBTE edzéseit látogatta. Így került egy postás nem postásként az olimpiára. Azóta sem indult téli játékokon rajta kívül e minőségében más...

...A müncheni olimpia hozta mindmáig az utolsó érmet versenyzőinknek. A harmadik helyezett női csapatban tornázott Nagy Zsuzsa és a szerenkénti döntők során gerendán negyedik Császár Mónika.

(Kivonat Szabó Jenőnek a www.postasszakszervezet.hu honlapon olvasható alapos és érdekes postás olimpiatörténeti írásából)

megnyert ezüst?

Fodor János fia eljutott az olimpiai dobogóig

ízlelgette ugyanis a fogásokat a pestszent-lőrinci SZAC-teremben, amikor beneveztek első „próba”versenyére, ahol négy győzelemmel rögtön a dobogó aljára állhatott. Szerencséjére édesapja remek érzékkel és különös előrelátással nem erőltette túl a szárnyait bontogató tehetséget: miközben az oda járó fiúk apukái rendre azzal dicsekedtek, ki milyen otthoni különtréningekkel tör a mielőbbi kiugró eredményekre (sokuk később épp emiatt utálta meg és fordított hátat a sportágnak...), ő úgy vélte, a heti három edzés a szakavatott mesterek kezei között épp elég. A lényeg, hogy szeresse meg a birkózást a gyerek...

És ő megszerette. A pedagógiai érzékkel párosuló birkózómúlt aztán később sok jó tanácsot ért még Fodor Jánostól Zoltán későbbi pályáján. Így azt is neki köszönheti, hogy a küzdősportokban bevett verseny előtti fogyasztások pokla az ő életét jórészt elkerülte. „Mindig azt mondtam, nem jó az, ha egy sportoló pár nap alatt több kiló fogyással áll ki a versenyre. Inkább vállalja, hogy a magasabb súlycsoportban nála erősebbekkel küzd meg.”

A tinédzserévek így is sorozatos sikereket hoztak: „Volt két esztendő, hogy egyszerűen nem tudták legyőzni. Szabad- és kötöttfogásban is mindenhol nyert, ahol elindult, szinte már azért szurkoltam, hogy legalább egyszer kapjon ki végre, mert a túl hosszú veretlenség szépen hangzik ugyan, mégsem tesz jót a szakmai fejlődésnek”, tesz egy különös vallo-mást Fodor János.

Aztán a sors úgy hozta, hogy az addig töretlen előrelépésnek húszévesen mégsem az ellenfelek, hanem egy keresztszalag-szakadás vetett gátat – aminek nyomán sokáig nem is az volt a nagy kérdés, hogy miként, hanem, hogy egyáltalán folytathatja-e a pályafutását Fodor Zoltán. Amint tudjuk, akaratereje kisegítette ebből



FODOR ZOLTÁN

Az FTC olimpiai ezüstérmes birkózója.

Sz.: Budapest, 1985. július 29.

2007-ben vett részt először világbajnokságon a 8., az Eb-n a 16. lett. A 2008-as olimpián meglepetésre többek között a világbajnok, háromszoros Európa-bajnok, többszörös Világkupa-győztes török Nazmi Avluca legyőzésével döntőbe került. A döntőben az olasz Andrea Minguzzi szoros küzdelemben, az utolsó fél percben véghez vitt akciójának köszönhetően legyőzte, így Fodor ezüstérmet szerzett. 2008. augusztus 29-én a Magyar Köztársasági Érdemrend lovagkeresztjével tüntették ki.

FODOR JÁNOS

Született: 1957. Egyesülete: FTC

Sporteredményei: kötöttfogásban ifi Eb-ezüst (1976), ifi vb-arany (1977), felnőtt Eb-6. (1980), felnőtt vb-4. (1981).

1974, azaz szakmunkástanuló-kora óta szakszervezeti tag, a Postához 1994-ben lépett be, ma a PEK-ben karbantartó.



a gödörből is, ám ahogy édesapja fogalmaz, az a kihagyott másfél év még most is hiányzik a felkészüléséből.

„Ön hogy látja, mi Zoltán legfőbb erőssége, és hol kellene a legtöbbet fejlődnie?”, szegezzük a kérdést az édesapa helyett ezúttal a szakembernek. „Lentről nagyon jól pörget, de mindig mondom, hogy kicsit több emelést kellene beépítenie a repertoárjába, mert ezen a téren hamar ki fogják ismerni. Főleg most, hogy neve lett, azaz mindenki rá utazik majd”.

„Őszintén: az olimpián milyen eredményre számított a fiától?”, próbálkozunk cselesen egy „megválaszolhatatlan” kérdéssel is, de Fodor János erre is megfelel. „Apaként, a szívem mélyén érmet, persze, de a birkózómúlt mindig is óvatosabbá, realistábbá tett az esélytoltgatáskor. Most úgy engedtem útjára Zolit, hogy tegyen meg minden tőle telhetőt, de ha kell, úgy taktikázzon, hogy első olimpiáján az 5. hely biztosan legyen. Utána, persze, még jöhet egy bravúr...”

Végezetül idézzük föl magának az „ezüstfiúnak” még a finálé után mondott szavait. Ahogy fogalmazott, az olasz is és ő is nagyon jó napot fogtak ki, motiváltak voltak, és csak kevésen múltott a győzelem. Jól játszott a döntőben, de akciót kellett volna csinálnia, ami nem jött össze, ezért megérdemelten győzött ellenfele.

„Bár az olimpia előtt nem gondoltam, hogy döntőbe kerülhetek, végül nagyon kicsin múltott, hogy nem aranyérem lóg a nyakamban. Úgy éreztem, az is meglehet, végül nem sikerült”.

A magyar válogatott egyik legnagyobb pekingi meglepetését végrehajtó Fodor szerint egy ilyen eredmény benne van mindenkiben, hiszen nagyon erős a magyar mezőny. Szerinte a titok nyitja, hogy, erősen kell edzeni és egy jó napot kifogni.

Tényleg, „innen” nézve mi sem egyszerűbb, mint egy olimpiai ezüst megszerzése...

Sz. Zs.

Tévé előtt töltött,

Az olimpiát követően szeptembertől már

Nehéz évszakot tudhatunk magunk mögött. A nyarat jórészt a passzív sportra való aktív felkészüléssel töltöttük, nyakunkon az olimpia jelszóval. Azaz feltöltöttük a hűtőt innivalóval, számítva forró pillanatokra – például női kézilabdázóink idegbajos meccseire gondolva történelmi távlatokban, vagy hirtelen támadt istenítéletként lesújtó bírói döntésekre a küzdősportokban.

lant tradicionális érdeklődésünk az egész ötkarikás vesszőfutás iránt. Ám szerencsére néhány nagy egyéniség a nagyvilágból mégis arra készítetett bennünket, hogy eltátsuk a szánkat az ámulattól. És a végére némi gyógyírt azért mégis kaptunk – a vízben lévő (kajakosok, kenusok, vízipólósok, no meg egy szem úszó) húzták ki a vízből nemzeti önbecsülésünket. Amúgy kettő kivételével mind a tíz érmünk az éltető dihidrogénoxidban fogantatott.

Ennyi semmittevés után mozdulni kéne, érezhettük az olimpiai láng ellobbanása után hamarost. Hát mozduljunk! Merre is?

A Postás SE természetjáró szakosztálya a soron következő hónapra, októberre szép túrákat javall. A természet meg ilyentájt egyébként is tetszetős arcát szokta mutatni.



Polgári postásainak pihenője a Halasnapokon

Bizony, ilyenkor csak a komlósörp segít visszanyerni nemrégvolt énünket, s tovább remélni a Himnusz felcsendülését. Ha meg eljő a magasztos, könnyeztető pillanat, hát, muszáj azt a pezsgőt kibontani, és belekortyintani a jegesen gyönyöző nedűbe.

Az aktív felkészülés része volt természetesen az ébresztő beállítása a pekingi zónaidőhöz, s a hozzá szükséges akklimatizáció segédeszközei, kávé, tea, rum nélkül szigorúan. Melegünk persze, amúgy is lehet augusztus táján alapból, ha nem akar pont az idén százéves hiedegrekordot dönteni az időjárás.

Eljött hát a sok nyolcassal annálészekbe vésett megnyitó órája, s passzivitásunk a sanyarú napok gyarapodásával csak fokozódott, éppen csak el nem il-

5-én, vasárnap, a Visegrádi-hegységben kirándulhatnak Dobogókőtől a Sikárosi réten át a Schubert-forrás érintésével Pilisszentlászlóra. A 12 kilométeres táv nem veszélyes, jó társaságban gyorsan repül az idő, még sajnálni is fogják, hogy már vége.

Találkozó: Batthyány tér, 8.10. **Veze-tő:** Divinyi Mártonné, Magdi.

12-én, vasárnap, az előző heti túra közvetlen környékén, de már a Pilisben lesz a csapat. Pilisszentkeresztről indulva a Szent László-kúp, a Simon halála és a Vaskapu-völgy közbeiktatásával jutnak majd el a Kéthükkfa-nyereghez, onnan meg már legurul a busz a pomázi HÉV-állomásra. A táv 13 km.

Találkozó: Batthyány tér, 8.10. **Veze-tő:** Divinyi Mártonné, Magdi. (Nem el-

nehéz nyár után

a postás sport is visszatér a régi kerékvágásba

írás, valóban ugyanott, ugyanakkor, ugyanazzal.)

14-én, kedden, 17 órakor kezdődik a havi klubnap a Postás-sporttelepen (Bp. XIV., Róna u. 86–100.), ahol megismerhetik a túravezetőknek az előre meghirdetett programban nem szereplő külön ajánlatait a következő hónapokra.

18-án, szombaton, a Magyarország rejtett kincsei nevet viselő új kultúrtúra sorozat keretében a boldvai református templomot látogatják meg, amely hazánkban egyedülálló építészeti megoldásokkal épült. Továbbá e kolostor-templom szertartáskönyve volt a 12. század végén a legrégebb összefüggő nyelvemlékünk, a Halotti beszéd és könyörgés.

Találkozó: Keleti pályaudvari autóbussz-állomás, 7.45. Vezető: Fűvessy Lajos.

26-án, vasárnap, a Cserhátot veszik célba a postás turisták. Az útvonal: Penc – Sima-hegy – Mónika pihenő – Mónika út – Kecskés-völgy – Csővár – Vas-hegy – Nézs. Kicsi a szintemelkedés, a táv is csupán 12 kilométer.

Találkozó: Nyugati pályaudvar pénztárcaarnok, 7.20. Vezető: Tóbiás Gábor.

Ugyanezen a napon közelebbi programot is kínál a szakosztály. A szokásos 6 kilométeres törzsútvonalon sétálhatnak végig, a Fenyőgyöngyétől Hűvösvölgyig.

Találkozó: Óbuda-újlaki templom, 65-ös autóbussz megállója, 9 óra. Vezető: Veliczky Lászlóné, Ica.

Még a fővárosban maradván, nézzünk szét, hogy állnak az üzemi bajnokságok az őszi szezon előtt. A hajdan egységes posta három nagy utódvállalatának munkaválla-

lói közös mezőnyben szerepelnek változatlanul. Feltűnő, hogy a postások a csapatsportokban haloványabbak voltak az idén a távközlési kollégáiknál.

A kispályás focibajnokság első osztályában az Újpalota áll az élen féldőben, a Teréz központ és a Ligaszépek előtt. (Utóbbiak cég szerinti hovatartozása persze nem magától értetődő.) Az öregfiúk tabelláján ugyanez a Csömör az első, megelőzve a PKI-t és a Postavezér gárdáját. A tekézők első vonalában a Postás SE szabadidős csapata kiemelkedik, egyelőre százszázalékos teljesítménnyel állnak az első helyen. A második az MPL A csapata, harmadik pedig az MTDSC A csapata.

A tájfutók bajnokságában a Pusztavacs térségében megrendezett Szentgyörgyi Imre-émlékversenyen is erős telekomos dominancia mutatkozott, de lehet még javítani az őszi viadalokon.

Szerencsére jó néhányan saját sportos élmények gyűjtésével várták az olimpiát. Az erről szóló beszámolók közül a polgári postások (ez nem szociológiai minősítés, hanem földrajzi lokalizálás...) képes tudósítását emeljük ki. A tiszafüredi Halasnapokra látogattak el harmincketten még az ötkarikás hetek előtt. A Kelet-magyarországi Postás SE támogatásával autóbusszal érkeztek a Ti-



A tájfutók legutóbb Pusztavacson mérték össze erejüket

szató északi fővárosába. A nagy melegben alig várták, hogy csobbanhassanak a hűsítő habokban, majd a technikai sportok előtti hódolatukat leróva motorcsónakba szálltak, de az elszántabbak önerőből haladtak ismét a folyón, röpke vízitúrát téve a klasszikus ladikokban, miközben fölfedezték maguknak a Holt-Tisza háborítatlan állat- és növényvilágát. Egy Halasnapot szórakoztató programok nélkül aligha lehet elképzelni. A rendezők meg se próbálkoztak ilyenmel, tuti bukás lenne. Az obligát ope-rett-show mellett a Barátok közt szereplőinek országjáró turnéja is éppen Füreden állomásozott. A gyerekeknek ezalatt, a kedves szülők zavartalan műélvezete érdekében, kézműves foglalkozást szerveztek. Majd újra sportos elfoglaltságok következtek: strandröplabda-derbi, és hazafelé menet Tiszacsegén egy kis lovaglás a bátrabbaknak a rögtönzött lovasparádé után.

Tehát elmúlt a nyár, éljünk a jelenben, élvezzük az őszi színeit, ízeit, illatát, hangulatát!

Szabó Jenő



Tiszafüreden vízre is szálltak a Halasnapok résztvevői

Megváltozott a Postás Dolgozó internetes levelezési címe

Tájékoztatjuk Kedves Olvasóinkat, hogy korábbi e-mail címünk megváltozott. Mostantól a **zsolt.szucs@t-online.hu** címen tudják eljuttatni üzeneteiket a szerkesztőknek. Ugyan-ezen a címen várjuk a továbbiakban is a lapra vonatkozó észrevételeiket, ötleteiket, beszámolóikat a postás dolgozókkal kapcsolatos, közérdeklődésre számot tartó eseményekről. Postacímünk változatlan: **7623 Pécs, Bajnok u. 12.**

A Szerkesztőbizottság

Császár Lajos



„Várpalotán lakunk és így örülök mindennek!”

Született: 2008. május 20.

Súly: 3470 gramm

Magasság: 53 cm

POSTÁS BÉBI

Küldjön egy fotót, és néhány adatot a frissen érkezett postásról, és megjelentetjük a lapban.

TÁMASZ A BAJBAN

Minden postás munkavállalót tájékoztatunk, hogy a „Postások a Postásokért” Alapítvány címe és telefonszáma megváltozott.

Új címünk:

1138 Budapest, XIII. Dunavirág u. 2-6.

Telefon: (06-1) 767-8893

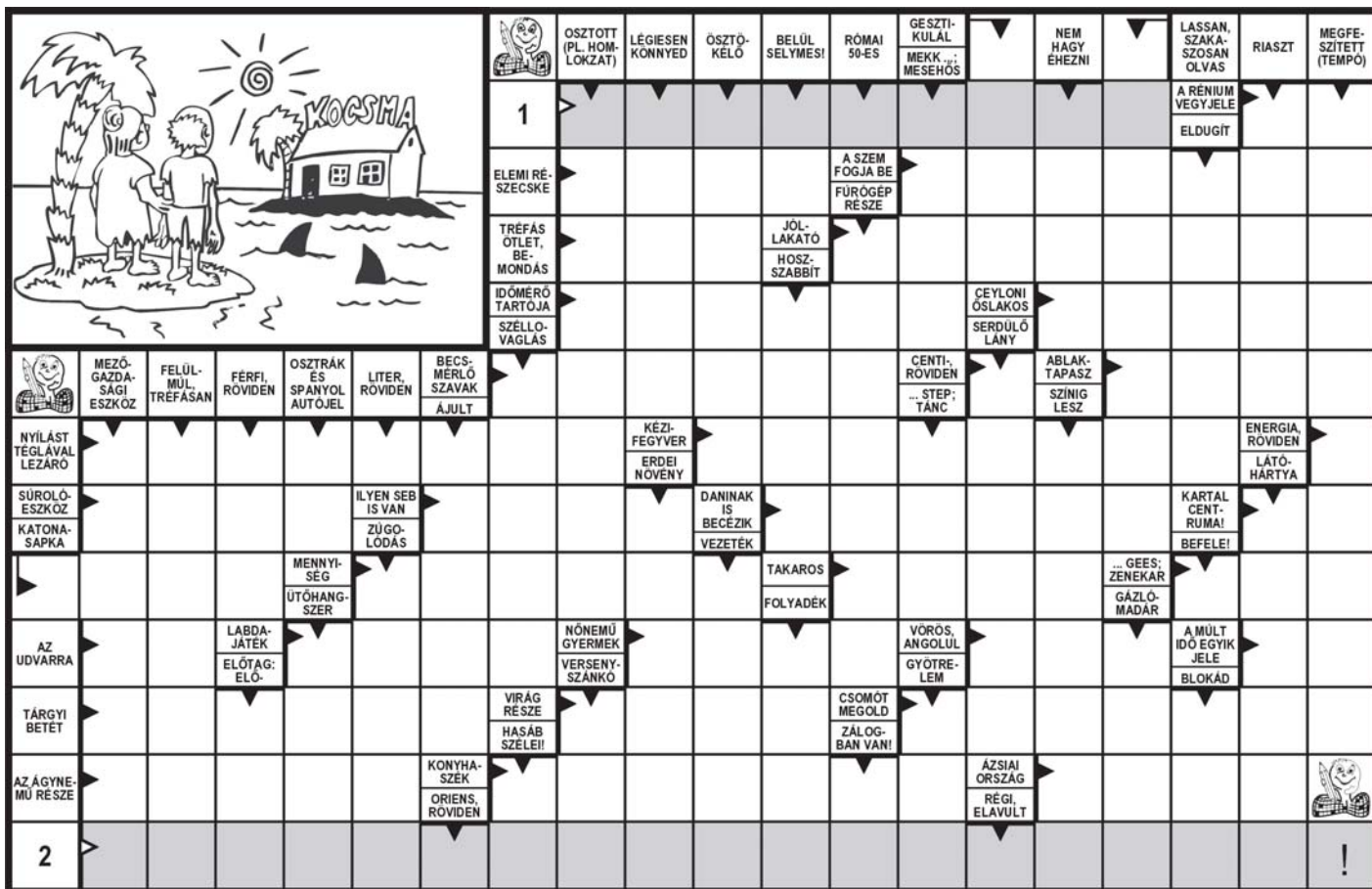
(kedden és csütörtökön 8-tól 16 óráig),

fax: (06-1) 767-8894

e-mail cím: postasokapostasokert@posta.hu

Levelezési címünk változatlan:

1535 Budapest, Pf. 835.



A Postás Dolgozó júniusi rejtvényének megfejtése: **Mester, meg tudná javítani a mosógépet?**

Az 5000 forintos ajándékutalványt **Schekkné Kovács Katalin** (8161 Ősi, Rózsa utca 36.) nyerte.

A nyereményt postán küldjük el. A megfejtést a **Hudank Eszter** 7623 Pécs, Bajnok u. 12. címre várjuk október 20-ig.

A megfejtők között ismét 5000 forint értékű ajándékutalványt sorsolunk ki.

Méhecské a szobában

A két hónapnyi nyári szünet után **Kézművessarok** rovatunk is újra jelentkezik. Ráadásul, hogy bar-kácsoló kedvű olvasóink bepótolhassák

„kézművességük” lemaradásait, a következő két oldalon rögtön két kis műremek elkészítéséhez nyújtunk segítséget.



Saját méhecskéket mézet ugyan nem készít, de kedvesen mosolyog, és könnyű szeretni, mert nem tud védekezni, és fullánkja sincs...

A méhcsalád

A főnök a **királynő**. Általában 3-4 évig él, és ő irányítja a méhkaptár életét. A királynő általában kétszer akkora, mint egy általunk ismert dolgozó méhecske, és attól válik királynővé és nem szimpla dolgozóvá, hogy megszületésétől fogva csak méhpempővel etetik, semmi mással. A királynő még enni sem tud önállóan, a többiek etetik. A tevékenysége abban merül ki, hogy napi átlagban 2000 petét rak le. A méhkirálynő az „uralkodása” elején egyetlen egyszer kirepül, ez a nászrepülése.

A hímnemű méheket **herének** nevezik. Feladatuk a királynő megtermékenyítése. Rövid életük során csak mézet kapnak táplálékul. Nem tudnak repülni. Egy méhcsaládban 200-300 here él.

A **dolgozók** a méhcsalád nőnemű tagjai. Megszületésük után mézet és virágport kapnak enni. 21 nap alatt fejlődik ki egy dolgozó. Összesen 40 napig él. A feladatai igen sokrétűek, míg eléri élete végét. Egészen apró, csak három napos, amikor dajkaként dolgozik. Feladata a petéből kikelt utódok szellőztetése. Nem sokkal ezután átmegy a kaptár viaszüzemébe, viaszt gyárt, majd a nagy raktárba kerül, és a beérkező virágport és pollent osztályozza. Ez után ki-megy az ajtóhoz őrködni. (Ebben az idő-

szakban a legmérgezőbb a csípése.) Huszonegy napos, amikor kirepül, eleinte virágport, majd nektárt gyűjt, utolsó napjaiban pedig propoliszt. Ahhoz, hogy egy kiló mézet összegyűjtsön, 7 millió virágot kell végigjárnia.

A kaptárban mindent propolisszal borítanak be, ami teljesen steril, fertőtlenítő hatású. A méhek tájékoztatják és hasznos tanácsokkal látják el egymást a maguk nyelvén. Ha a felderítő méh gazdag vadászterületre bukkan, megtölti tartályát, megrakja kosarcskáit, és visszatér a kasba. A méhek nagy tömegben tolonganak körülötte. Ha ringó táncmozdulatokat tesz, előbb balra, majd jobbra fordulva, azt jelenti, hogy: „Nagy bőség mindenütt a környéken, gyűjtsetek!” A méhek csápjukkal megérintik a táncos felderítőt, hogy szagot fogjanak és megtudják, milyen virágfajta után kell kutatni.

Hogyan készítik a mézet?

A méh a potrohára tapadt virágport a hátsó ízelt lábának külső oldalán lévő kefécskéjével a másik lábán levő kosárájába gyűjti. A méhek a virágokból begyűjtött nektár szállításával készítene mézet. Az idősebb méhek keresik meg a nektárt és viszik be a kaptár viaszból készült, nyitott méhsejtjeibe. Egy egészséges kaptárban több mint 60 000 méh van. Egy nap 120 kg nektárt is begyűjthetnek.

A fiatalabb méhek dolga, hogy levegőt áramoltassanak a kaptáron át, s így felgyorsítsák a víz párolgását a nektárból. Ha megfigyelünk egy kaptárt, láthatjuk, hogy a bejárat egyik oldalán egy csoport méh befelé hajtja a levegőt a szárnyával, míg a másik oldalon a méhek ellentétes irányba fordulnak, és kifelé hajtják a levegőt. A kaptárban elhelyezkedő „ventilátor-méhek” szintén a levegő áramlását irányítják.

A nektárt azért kell kiszűrni, hogy sokáig elálljon. Az egyiptomi fáraók piramisai-ban romlatlan mézet is találtak.

Az otthoni díszméhecské elkészítése

Alapanyagok: 3 cm-es préselt papír tojás, 2 cm átmérőjű préselt papír golyó (mindkettő kapható hobbiboltokban), fekete fonalmaradék a hajának és a csápokhoz, sárga és fekete hobbifesték, fekete színű alkoholos filctoll, áttetsző műanyag dosszié, valamint hobbiragasztó.

Elkészítés: Először az egész papír tojást fessétek be sárgára. Amikor megszáradt, akkor lehet óvatosan fekete festékkel a sávokat rápingálni.

A papírgolyóra rajzolókat filctollal rá a méhecske szeméit, nóziját és egy nagy mosolyt, a fej hátulját pedig fessétek be feketére, hogy a haja alatt ne legyen fehér. A haját fekete fonalból készítsétek el, amelyhez 6-7 darab 3 cm hosszú fonalat, és egy darab 5 cm-eset kössetek össze közepén. Igazítsátok el a fejcskén, és ragasztóval erősítsétek rá. (Az az egy hosszabb fonalka lesz a csápja, amit igazgassatok a többi-től külön, felfelé). A fejet a testhez egy fogpiszkáló vagy gyufaszál segítségével lehet rögzíteni, a következő módon:

A préselt papír tojás és a golyó egyik felén láttok egy-egy kis lyukat. Először a testen lévő lyukba tegyetek ragasztót, majd szúrjatok bele egy fél fogpiszkálót (vagy fél gyufaszálat). A fej alján lévő lyukba szintén cseppentsetek egy kevés ragasztót, és így illesszétek a testhez, rá a kiálló fadarbkára. A méhecske szárnyát átlátszó dosz-sziéból vágjátok ki, és a megfelelő helyre, hátul, a felső sárga sáv közepére pillanatra-gasztóval erősítsétek oda.

...Már látom, hogy mint szorgos méhecské készítitek a szorgos méhecskéket... Züm-züm...

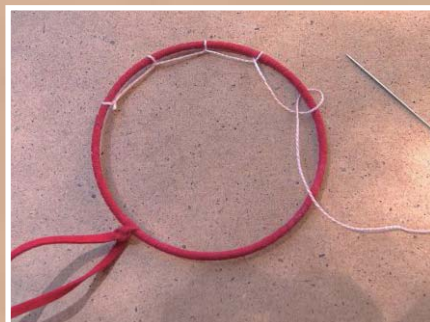
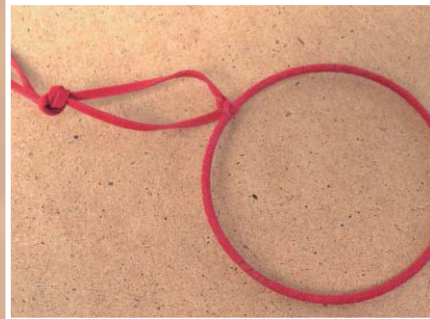


Nyári táborok emlékezete: indián álomfogó



Alig ért véget a gyönyörű napsütéses, forró (néha túlságosan is), ragyogó nyár, a szabadságok ideje. A pihenés, a feltöltődés, az együttlét ideje. Amely mindig hosszabb, mint a postások kivethető szabadsága... Éppen csak magunk mögött hagytuk a különféle táborokat, mint kerékpáros-tábor, úszó-tábor, evezős-tábor, nagyon népszerűek a kézműves táborok, indián-tábor stb. Apropos, az indián-táborról jutott eszembe, hogy – tábor híján – itt készítsünk együtt valami „indiánost”.

Indián álomfogó vagy álomcsapda Az indián kultúrában az álomfogó egy kézzel készült tárgy, alapját egy fűzfából készült karika adja, melyre laza hálót szőnek. Ezt díszítik személyes, illetve szentelt kiegészítőkkel, például madártollakkal vagy gyöngyökkel.



Eredet és legenda Az álomfogó hagyománya az Ojibwa törzsből származik, később a Cseroki és a Kiowa törzsrre volt igen jellemző a készítése. Majd az amerikai őslakosok többi népcsoportja is átvette ezt a szokást. Így lett ez a különböző indián törzsek egységének szimbóluma.

A hagyomány szerint egy kisebb kör vagy könnyecsepp alakú keret körül vékony fonalból hálót készítenek. Az álomfogót az ágy fölé akasztják, mintegy bűbájként használva, hogy megvédjék gyermekeiket a rémálmoktól. Az indiánok hisznek benne, hogy az álomfogó kiszűri az álmokat az ablakba akasztva vagy az ágy közelébe függesztve – a jó álmok átjutnak a nyíláson, ezek a lelőgő szálaikon lágyan suhannak le az alvóhoz a rossz álmok viszont csapdába esnek a hálóban, s szertefoszlanak, elvésznek az első napsugárral a hajnal fényében. Az álomfogó különböző indián hagyományokban gyökerező, természetes anyagokból készült, kör alakú háló, amely meg-

fogja az ember jó álmait, ezzel adva erőt, hogy könnyedén, békésen éljen. A hagyomány szerint, az álomfogó-készítéshez a gondolatok terén tisztaságra, a lélekben pedig békességre van szükség, mert amilyen energiákkal készül az álomfogó, olyanok uralkodnak majd benne elkészülte után. Akár hiszünk ebben, akár nem, mindenkeppen mutatós és egzotikus lakásdíszet készíthetünk, amely a falra akasztva is jól mutat, ágyunk fölé lógatva pedig funkciója szerint működhet.

Így készül...

Hozzávalók:

- vékony drót, vagy legalább: 6 cm átmérőjű drót-karika,
 - színes, vékony szalag (én 3 mm-eset használtam, ami inkább zsinór, mint szalag, ebből, egy 6 cm átmérőjű fémkarikához egy 1 méteres darabra volt szükség, gyöngy-boltban vettem.)
 - vékony himzőfonal az álomfogó közepéhez (nagyon érdekes lesz a „háló”, ha kétszínű, ún. mellőzött fonalat használsz). A szalag színének megválasztása attól is függ, milyen színű fonalból szeretnétek a közepét megszőni (persze ugyanez fordítva is igaz...).
 - színes gyöngyök,
 - színes vagy fehér tollak (hobbiboltokban keressétek, én festett „marabu” tollat használtam)
- Szükség lesz még ezekén kívül: fogóra, ollóra, nagy lyukú varrótüre.

1) A drótból formáljatok egy kört, úgy, hogy a végeik legalább 3 cm hosszan egymásra érjenek, a végeit tekerjétek egymásra.

2) Következő lépésként a vékony szalagot – vagy zsinórt – szorosan tekerjétek fel a drótkarikára, úgy, hogy legalább 10 cm szalag szabadon maradjon a kezdésnél. Könnyebb lesz kézben tartani az egészet – különösen a vége felé –, ha egy csipeszszel rögzítitek a kezdésnél a szalag végét, hogy ne tekeredjen le, míg végigértétek. Amikor a tekerés „körbeért”, kössétek csomóra a szalagot a fémkarikán (kép)

3) Most következik a belső háló szövése.

A fonalból vágjatok le egy kb. 150 centiméteres darabot, ezt fűzzétek tűbe. Kezdeként csomózzátok a karika széléhez a fonal végét, majd balról jobbra haladva hurkoljátok a fonalat egymástól kb. 1,5 cm távolságban a kerethez – ahogy a rajzon, illetve a fotón látható. Fontos, hogy a háló mindig feszes legyen.

A második sortól az előző fonalszakaszok közepére kell a fonalat hurkolni. (Nézd meg a fotón!) Így haladjatok fokozatosan körbe. Tetszés szerint fűzzétek gyöngyszemeket a fonatra egy-egy hurkolás előtt.

Folytassátok tovább a közepéig, ahol hagyjatok egy 1,5–2 cm átmérőjű lyukat. A fonalat ekkor kössétek el, csomózzátok meg.

4) A drót körbetekeréséhez használt vékony szalagból vágjatok le 2 15 centis darabot, és azokat félbehajlítva hurkoljátok a karika aljának jobb és bal felére. Fűzzétek rá gyöngyöket, és a gyöngyökbe erősítve illesszétek rá a színes (marabu) tollakat.

A hagyomány úgy tartja, hogy az álomfogónak nagyobb az ereje, ha ajándékba készül. Tegyük valamivel meg személyesebbé ajándékunkat. Szép álmokat!

Hatvani Zsuzsi

