

# Postás Dolgozó

A Postás Szakszervezet MSZOSZ-díjas lapja

**Motiváltság helyett  
a félelem irányít**

*3. oldal*

**A munkavállaló kár-  
térítési felelőssége**

*4. oldal*

**A munkavállalót érő  
stressz és a pszicho-  
szociális kockázatok**

*6. oldal*

**Egy visszaútnak  
mindig lenni kell!**

*10. oldal*

**Postásokkal, postásokért, felelősen!**



MAGYAR SZAKSZERVEZETI SZÖVETSÉG

# Korkedvezményes és korengedményes nyugdíj

## Tárgyalásokat kezdeményez a Magyar Szakszervezeti Szövetség

**A Magyar Szakszervezeti Szövetség azonnali tárgyalásokat kezdeményez a korkedvezményes, a korengedményes nyugdíjjal kapcsolatban.**

A kormány által két évvel meghosszabbított korkedvezményes nyugdíjrendszer ez év végén lejár. A jogalkotási kényszer pedig szükségessé teszi, hogy haladéktalanul megkezdődjenek a háromoldalú szakmai tárgyalások. Ez garantálhatja, hogy megalapozott, részletes vizsgálaton alapuló, szakmai döntés születhessen meg, amely egyaránt szolgálja a munkavállaló, a munkáltató és a kormányzat érdekeit.

Az elmúlt évtizedekben jelentősen változtak a munkakörülmények, a technikai feltételek és az egészségvédelem is. Ugyanakkor vannak, akik munkájuk során fokozott egészségkárosodásnak voltak kitéve. A Magyar Szakszervezeti Szövetség mindenekelőtt azt kívánja elérni, hogy megszűnjenek ezek a munkakörülmények. Azokra azonban, akik ilyen munkakörülmények között dolgoztak

vagy dolgoznak, indokolt, szükséges továbbra is megadni a korkedvezményt.

A korengedményes nyugdíj alkalmazása ösztársadalmi érdek. A gazdasági világváltság következményei még negatívan hatnak. Továbbra is jelentős a munkanélküliség, ezen belül különösen aggasztó a fiatalok magas aránya. A korengedményes nyugdíj **foglalkoztatáspolitikai eszköz**. Bevezetésével növelhető a fiatalok bevonása a munkába, csökkenthető a munkanélküliek létszáma, megteremthető a tisztességes nyugdíjba vonulás lehetősége. Van javaslatunk arra, hogy a megoldás ne terhelje az állami nyugdíjkasszát. A rugalmas nyugdíjba vonulás megteremtése egyaránt jól szolgálhatja az egyéneket, a családokat, a társadalom és a munkáltatók érdekeit.

A *Népesedési Kerekasztal* nyugdíjrendszerrel kapcsolatos kezdeményezésével kapcsolatban leszögezzük, a Magyar Szakszervezeti Szövetség elutasít minden olyan gondolatot, amelynek a negatív megkülönböztetés aktív eszköze. Az ellátórendszerekben kizárólag a jutalmazás

elemei érvényesüljenek, így a gyermeket vállaló, nevelő szülők erőfeszítéseit is ebben az értelemben támogatjuk.

A Magyar Szakszervezeti Szövetség tárgyalási kezdeményezéséhez elkészítette írásos javaslatát. A részletszabályok megalkotásához mindkét témában felajánlja szakértői munkáját, tevőlegesen részvételét a konzultációs és előkészítő tevékenységben. A szakszervezeti szövetség felkéri az érdekképviselőket, a Versenyszféra és a Kormány Állandó Konzultációs Fórumának tagjait, a kormányzat illetékeseit, hogy szeptember elején kezdjék meg a konzultációt. A Magyar Szakszervezeti Szövetség elnöksége mind a korengedmény, mind a korkedvezmény, valamint a Népesedési Kerekasztal által megfogalmazott témákban véleményét, javaslatát megküldi a felkért partnereknek, az érintett minisztériumoknak, valamint a média képviselőinek.

*Budapest, 2014. augusztus 27.*

**Pataky Péter, elnök**  
**Varga László, alelnök**  
**Székely Tamás, alelnök**

## Munkahelyi jogsértések

A foglalkoztatók 58 százalékánál találtak munkahelyi jogsértéseket, tízből nyolc munkáltató nem tartja be a biztonságos munkavégzésre vonatkozó szabályokat. A pályakezdeők, megfelelő tájékozottság hiányában, az egyik legkiszolgáltatottabb csoportja a munkahelyi jogsértéseknek – szögezi le az Értelmiségi Szakszervezeti Szövetség Ifjúsági Tagozata, a Fiatalok Ligája, a LIGA Szakszervezetek Ifjúsági Tagozata, a Magyar Szakszervezeti Szövetség Ifjúsági Tagozata és a Munkástanácsok Ifjúsági Tagozata közös közleménye.

„Az elmúlt hetekben láttak napvilágot a Nemzeti Munkaügyi Hivatal jelentései, melyek a munkahelyi jogsértések magas számával (a foglalkoztatók 58%-ánál találtak munkahelyi jogsértéseket, tízből nyolc munkáltató nem tartja be a biztonságos munkavégzésre vonatkozó szabályokat) döbentették meg a közvéleményt.

Az egyik legérintettebb csoport – véleményünk és tapasztalatunk szerint – a fiatalabb korosztályokból, a pályakezdeők köréből kerül ki. Ennek számos oka (nem megfelelő tájékozottság, a kiszolgáltatottság magasabb szintje, szak-

## Fiatalok a legkiszolgáltatottabbak között



szervezeti tagság hiánya) még határozottabb fellépésre kell, hogy ösztökélje az érintett hatóságokat.

Felhívjuk a munkaügyi hatóság figyelmét, hogy érdemes lenne a kiszabható bírságok összegének általános emelése és más szankciók alkalmazása, különösen azokban az esetek-

ben, amikor az elszendvedők pályakezdeő fiatalok. Ehhez a munkaügyi ellenőrzésekre fordítandó összeg megemlése és az ellenőrzések számának növelése is elengedhetetlen.

Elfogadhatatlannak tartjuk, hogy a számokból kitűnő jelenségek hosszabb távon is tendenciaként érvényesüljenek, erősítve a fekete- és szürkegazdaságot, melynek következményei nem csak az érintett munkavállalókra, de az ország gazdaságának egészére is negatívan hatnak.

Felhívjuk egyúttal a fiatalok figyelmét: amennyiben úgy érzik, hogy jogaikban sérelem éri őket, bátran forduljanak a szakszervezetekhez!”

*Forrás: mszosz.hu*

# Motiváltság helyett a félelem irányít



Lehet, hogy a kívülállók úgy gondolják, a postások számára eseménytelenül telt el a nyár. Ez bizony nem így történt. Ahogy mindenki mást, minket is próbára tett a munkahelyünk, a család, az időjárás és sorolhatnánk még azokat a dolgokat, melyek fizikumunkat, türelmünket tűróképességünk határáig igénybe vették, veszik. A változékony, esős, viharos időjárás egészségünkre is kihat, de számos kihívást jelent házunk táján a viharkárok rendbetétele, szomorúan tekintünk mindennapi munkánk, befektetésünk csúfos végére, amikor nem tud beérni a paradicsom, nem lehet leszüretelni az oly sokszor megkapált, megpermetezett szőlőt. Keserűség, bánat, nehézség. Mitől legyen jó kedvünk, mitől legyen jobb, amikor nehezen megkeresett jövedelmünkéből befektetett munkánk otthon sem hoz eredményt, s a tőlünk független események miatt nem sikerül céljainkat elérni?

A család melegsége, támogatása gyógyír lehet, és optimistán indulhatunk az őszi munkáknak, hogy jövőre ismét új életet indítsunk kertekben, szőlőkben. De mit tegyünk azokkal a munkahelyi kihívásokkal, melyeknek reménytelen megfelelni? Mikor hallják meg vezetőink végre, amit oly régóta mondunk? Ügyfeleink, akik még bejönnek a postákra, éppoly helyzetben élnek, mint mi magunk, s ezért kérdéseinkre, az ajánlásokra nemmel válaszolnak. Így aztán fogcsikorgatva, százszor megforgatva a gondolatot, magunkra és családjunkra kötjük az akciós ajánlásokat, vásároljuk a termékeket. Kevés, igen kevés jövedelmünkéből áldozunk, mert dolgozni akarunk.

Itt vagyunk már régóta, ehhez értünk. Mihez kezdhetünk sajátos tudásunkkal és tapasztalatunkkal a munkaerőpiacon, ha az utcán találjuk magunkat? És ez manapság hamar megy. Tetteinket motiváltság helyett így ez a félelem irányítja. Fáradtan, kimerülten teszünk eleget a velünk szemben állított mindennapi követelményeknek, bizonyítjuk elkötelezettségünket, lojalitásunkat.

Így volt ez az országgyűlési és európai parlamenti választások idején, és kreativitásunkat, hivatástudatunkat ismét latba vetjük most, az önkormányzati választásokkal kapcsolatosan ránk háruló feladatok elvégzése során.

Nemrégiben Vezérigazgató úr e feladatok tárgyában is megszólította a postások közösségét. Eleget teszünk a kihívásnak. Osztott járásokkal, egymást helyettesítve, vagy feladva mindent, önként visszajövünk szabadságról. Rosszabb áldozat, ha visszarendelnek, vagy el sem engednek a már megszervezett családi programra, az egész évben áhított horgászásra, vagy a házunkon végzendő javítási munkákra.

Elvégezzük munkákat a felvételtől a feladatokon, szállításon át a kézbesítésig, mert a Magyar Postánál akarunk dolgozni. Megtanultuk, megértettük a piac kihívásának veszélyeit. Igyekszünk feloldani gyomrunkban a görcsöt, hogy bár egyre kevesebben vagyunk, ismét teljesíteni kell az értékesítési feladatot. Teljesíteni annak ellenére, hogy a munkaidő már nem is ólomlábon jár, hanem egyenesen ólomnehézzékként nyomja minden tagunkat, szellemünket. És nem esik, nem eshet ki a toll a kezünkől a végén sem, mert még számos munka van hátra, amit el kell végezni. Nem lehet lezárni a napot, ha nincs kész minden feladat.

Nyújtjuk a maximumot, hiszen muszáj is megkettőzött erővel, odaadással dolgozni, mert másként a feladatok megoldhatatlannak válnának. Ezt nem akarjuk. Ahol gond van, ott tényleg segíteni kell. Felelősek vagyunk magunkért, családjunkért, jelenünkért, jövőnkért. Minőségi szolgáltatást akarunk nyújtani ügyfeleinknek. De rendes munkaidőben, megfizetetten akarunk dolgozni, nem fáradtan, testileg, szellemileg kimerítve. Ismét szeretni akarjuk a munkahelyünket, munkahelyi közösségünket. Félelem helyett örömmel akarunk munkába menni, nem akarunk gépként működni. Azt akarjuk, hogy munkahelyi feszültségeinknek ne a család adja meg az árát. Mert a jó érzéssel végzett munka feltölt pozitív energiával, és akkor talán az otthoni kihívások, a termés elvesztése sem a tragédia érzését keltik majd bennünk.

Együtt kell megtalálnunk ehhez a megoldást. Kérlek Benneteket, jelezzetek, szóljatok, bármi gond terheli a hétköznapokat. Ha a szakmai kihívásnak nem sikerül, nem lehet eleget tenni. Ha

változásra, változtatásra van szükség. Jelezzetek akkor is, ha az otthoni gondokban tudunk segíteni, vagy olyan helyzetbe kerültetek, hogy jogi tanácsadásra van szükségetek. Muszáj, hogy figyeljünk magunkra, egymásra. Az ország minden részén rendelkezésekre állnak a Postás Szakszervezet tisztségviselői és rendelkezésre állok magam is.

Területi elérhetőségeinket megtaláljátok honlapunkon:

[www.postasszakszervezet.hu](http://www.postasszakszervezet.hu)

Arra kérlek Benneteket, éljetez minden lehetőséggel, szolgáltatással, melyeket szakszervezetünk biztosít tagsága számára.

Tóth Zsuzsanna, *elnök*



## Postás Dolgozó

A Postás Szakszervezet lapja

**Felelős kiadó:** Tóth Zsuzsanna elnök

1138 Budapest, Dunavirág u. 2-6.

Szerkeszti a Szerkesztőbizottság.

Tagjai: **dr. Berta Gyula,**

**Koppándi Vilma, Szegő Róza**

Felelős szerkesztő: **Koppándi Vilma**

e-mail: [koppandivilma@gmail.com](mailto:koppandivilma@gmail.com)

Nyomdai előkészítés: **Németh Zoltán**

Nyomdai munkálatok: **médiabc Kft.**

Felelős vezető: **Bognár Károly**

Hirdetésfelvétel: 06-30/771-4138

Kiadó a hirdetések tartalmáért

nem vállal felelősséget.

ISSN 1219-3712

**Az alábbi eset is rávilágít arra, mennyire fontos, hogy a munkavállalók tudják, mikor, milyen esetben felelnek az okozott kárért, és mikor mentesülhetnek ez alól. Ez most annál inkább is aktuális, mivel az új Munka törvénykönyve, s ennek alapján a Magyar Posta Kollektív Szerződése is módosult.**

A közelmúltban egy szakszervezeti tag fordult jogsegélyszolgálatunkhoz, mert igazságtalannak tartotta, hogy olyan kár megfizetésére kötelezik, melynek létrejöttében ő sem okozó, sem közreműködő nem volt. Járatos gépkocsivezetői munkája során átadáskor egy csomag hiányzott. Kiderült azonban, hogy ezt az utánvételes csomagot a címzett átvette, és az utánvételi összeget is kifizette. Azt azonban a munkáltató nem tudta megállapítani, hogy ki volt a kézbesítő. Így azt a gépkocsivezetőt kötelezték kártérítésre, akinél a hiányt megállapították, azon a címen, hogy a csomag elveszett. A kérésünkre lefolytatott vizsgálat egyértelműen bizonyította, hogy a csomag nem veszett el, s azt nem a kártérítésre kötelezett munkavállaló kézbesítette (a GPS-adatok szerint az adott helységeben nem járt ez a gépkocsi). Így a munkavállaló ellen hozott kártérítési határozatot kérelmünkre a munkáltató visszavonta.

A munkavállalói felelősségnek három formáját különböztetik meg: 1. az általános kárfelelősség, 2. a megőrzési (pénztári) felelősség és a 3. leltári felelősség.

Esetünkre az **általános kárfelelősség** szabályai vonatkoztak.

Minden fajta kárfelelősség legfontosabb és elsődleges feltétele, hogy keletkezett-e **kár**! Vagyis esetünkben a munkáltatót érte-e kár? Nem lehet ugyanis olyan magatartásért felelősségre vonni a munkavállalót, ahol a kár bekövetkezhetett volna, de mégsem következett be. A kártérítés ugyanis nem szankció, nem lehet büntetés. A munkavállalói általános kárfelelősség fő szabálya a **felróhatóság**. Vagyis a munkavállaló a munkaviszonyából származó kötelezettségének megszegésével okozott kárt akkor köteles megtéríteni, ha nem úgy járt el, ahogy az adott helyzetben általában elvárható lett volna.

De mi az **elvárható magatartás**? Nincs egységes, konkrét meghatározás erre. Ugyanis, hogy kitől mi várható el az adott helyzetben, az függ a betöltött munkakörtől, a szakképzettségtől, életkortól, s attól is, hogy a munkavállaló kezdő, vagy

tapasztalt a szakmában. Mindez tehát csak utólag, a károkozás bekövetkezése után határozható meg. A mérce: az átlagos, megfontolt és lelkiismeretes munkavállaló. Vagyis, hogy a munkavállaló munkavégzése megfelelt-e az elvárhatóság általános szintjének. Tehát nem azonos ez a korábban használt két meghatározással: a gondos, illetve hanyag munkavégzéssel. Ha a munkáltató megállapítja, hogy a munkavállaló magatartása felróható volt, akkor tovább vizsgálendő, hogy ez a magatartás **szándékos** vagy **gondatlan** volt-e?

**Szándékos a károkozás**, ha a károkozó előre látja cselekedetének kárt okozó következményeit (ezt hívják közvetlen vagy egyenes szándéknak!), vagy azokba belenyugszik (eshetőlegesen szándék!). Ez utóbbira példa: ha a gépkocsivezető eltér a megengedett útvonaltól és magánügy miatt felügyelet nélkül hagyja az autót, s abból valamit ellopnak, ez eshetőlegesen szándékos károkozásnak minősül.

**Gondatlan a károkozás** akkor, ha a munkavállaló előre látja magatartásának következményeit, de könnyelműen bízik azok elmaradásában (tudatos gondatlanság), vagy a másik a hanyagság, amikor azért nem látja magatartásának következményeit, mert a tőle elvárható figyelmet, körültekintést elmulasztotta.

#### Mentesülés a felelősség alól

Akkor mentesül a munkavállaló a felelősség alól, ha megállapítható ugyan a károkozás és a felróható magatartása is, de bizonyítja, hogy a hiányt elháríthatatlan ok idézte elő (pl.: a biztonságos őrzés feltételeit a munkáltató nem biztosította). Ebben az esetben nem kell a kárt megfizetnie. Fontos azonban, hogy ezt a tényt nem a munkáltatónak, hanem a dolgozónak kell bizonyítania!

#### A kártérítés mértéke

Míg az általános szabály az, hogy aki másnak kárt okoz, köteles azt megtéríteni, addig a munkaviszonyban a kártérítés mértéke korlátozott. Szándékos magatartás esetén a teljes kárt köteles a munkavállaló megtéríteni. Gondatlan károkozás esetén azonban a Magyar Posta Kollektív Szerződése szerint a kártérítés nem haladhatja meg a munkavállaló egy havi,

# A munkavállaló

súlyos gondatlanság esetén hat havi távolléti díjának összegét. A kártérítés mértéke hat havi távolléti díjig terjedhet az ágazatközi besorolás szerinti vezető I-II. besorolású munkavállalók esetében.

#### Mi sorolható a kár fogalmába?

A dologi kár esetén a kár meghatározásánál: a megrongált dolog kijavítására fordított kiadást – ideértve az üzemviteli költséget is – és a kijavítás ellenére még fennmaradó esetleges értékcsökkenés mértékét, ha pedig a tárgy megsemmisült vagy használhatatlanná vált, illetve ha nincs meg, a károkozás időpontjában érvényes fogyasztói árat kell – az avulásra is tekintettel – figyelembe venni.

Nem kell a munkavállalónak megtérítenie a kárnak azt a részét, amely a munkáltató közrehatása következtében állott elő.

#### A kártérítés módja

A munkáltató a munkavállalóval szembeni kártérítési igényét bíróság előtt, amennyiben pedig a megtérítendő kár összege a kötelező legkisebb munkabér (minimálbér) háromszorosát nem haladja meg, fizetési felszólítással is érvényesítheti.

A kötelezettségvállalásnak valamint a fizetési felszólításnak tartalmaznia kell a fizetendő összeget, annak esedékességét, az alapjául szolgáló jogszabályi rendelkezéseket, illetve a károkozó magatartás rövid leírását.

A munkavállalónak meg kell gondolnia a fellebbezést, mivel a bírósági eljárás perveszteség esetén jelentős költséggel járhat. Egyezség esetén lehetőség van kérelmezni a kár részletekben való megtérítését, vagy méltányossági csökkentését kérni.



# kártérítési felelőssége

A pénztári felelősségnél jól ismert **megőrzési felelősség** és a **leltárhianyért való felelősség** esetében a munkavállaló felelőssége objektív.

## Mit jelent az objektív felelősség?

Azt, hogy a nem kell vizsgálni a *felróbatóságot*! Vagyis nem számít az, hogy a munkavállaló szándékos vagy gondatlan magtartásával idézte elő a kárt, tehát vétkeességére tekintet nélkül a teljes kárt köteles megtéríteni.

Itt is feltétel az, hogy a munkáltatót ért kárt bizonyítani kell. Vagyis meg kell állapítani a **pénztári hiányt**, vagy a pl. az átvett és kizárólagosan használt munkaeszköz **hiányát**.

A munkavállaló felelősségének azonban még vannak további feltételei is:

- Igazolni kell, hogy dolgot visszaszolgáltatási, vagy elszámolási kötelezettséggel vette át, és az átvételi jegyzék vagy elismervény alapján történt, amelyet az átadásakor állítottak ki. Némileg ettől eltér a pénztárosok, pénz- és értékekzelek felelőssége, mert ilyen esetben az általuk kezelt és állandóan őrizetben tartott pénz, értékpapír és egyéb érték tárgyban bekövetkezett hiány esetében fennáll a teljes kárfelelősség átvételi elismerés nélkül is.
- A munkavállaló jogosult az átadásakor a dolog mennyiségét, azonosságát és minőségét megvizsgálni és a tapasztalt hiányosságokat írásban rögzíteni. ha ezt nem teszi, visszaadásakor már nem hivatkozhat ezekre!
- Az átvett dolgot állandóan őrizetben tartja, kizárólagosan használja, vagy kezeli. Ez a munkáltató utasítása vagy a munkavállalóval való megállapodás

alapján történhet, kivéve a pénztári felelősséget, ahol e nélkül fennáll a felelősség.

- Abban az esetben, ha nem egy munkavállaló, hanem a dolgozók egy csoportja veszi át a dolgot, akkor mindnyájuknak alá kell írni az átvételi elismervényt.

## Van-e mégis valami mentesülésre lehetőség?

Van, de ennek feltételeit nem a munkáltatónak, hanem a munkavállalónak kell bizonyítani. Vagyis akkor mentesül az objektív felelősség alól a munkavállaló, ha a hiányt elháríthatatlan külső ok idézte elő. Például betörés, rablás, kényszer, fenyegetés vagy ha a hiányt az okozta, hogy a munkáltató nem biztosította a biztonságos őrzés feltételeit.

A munkáltatót kármegelőzési, kárelhárítási és kárenyhítési kötelezettség terheli. Ha ezt megszegi, s ezt a munkavállaló bizonyítani is tudja, az ebből eredő kárt nem köteles megtéríteni.

## Leltárhianyért való felelősség

A leltári felelősség a postánál főleg az ún. raktári dolgozóknál, postaboltokban, vagy üzletházi postákon, illetve üdülőkben foglalkoztatott munkavállalóknál fordul elő. Itt is vétkeesség nélküli, tehát objektív felelősségről van szó. Azonban csak abban esetben áll ez fenn, ha a munkavállalóval a munkáltató **leltárfelelősségi megállapodást** kötött. Ezt az írásban kötött megállapodást a munka-szerződés részének kell tekinteni, tehát egyoldalúan nem módosítható! Ebben rögzíteni kell a leltári készletnek azt a körét, amelyért a munkavállaló felelősséggel tartozik.

De vannak további feltételek is! A felelősség megállapítása kapcsán vizsgálni kell, hogy megtörtént-e a leltári készlet szabályszerű átadása és átvétele? A leltárhiany szabályosan, a leltári szabályzat szerinti, a teljes készletre vonatkozó leltárfelvétel alapján állapították meg? Az érintett munkavállaló a két egymást követő leltározás közötti időszaknak legalább a felében az adott munkahelyen dolgozott?

A leltárhianyért való felelősség különös, de gyakran előforduló esete az ún. **csoportos leltárfelelősség**. Az erről

kötött megállapodásban meg kell határozni a felelősség munkavállalók közötti megosztását is. Csoportos kárfelelősség esetén a kártérítés mértéke korlátozott, vagyis a kártérítés nem haladhatja meg a megállapodásban résztvevő munkavállalók távolléti díjának hat havi együttes összegét, s ennek megfizetéséért a munkavállalók egymás közt távolléti díjuk arányában felelnek.

A leltárfelelősségnél a kár megállapításánál figyelembe kell venni a *forgalmi veszteséget*, az ún. *kálót*, melynek mértékét a Kollektív Szerződés melléklete tartalmazza.

## Hogyan érvényesítheti a kárfelelősséget a munkáltató?

Az általános szabály az, hogy a munkáltató a munkavállalóval szembeni kártérítési igényét bíróság előtt érvényesíthető. Azonban célszerűségi okokból a Posta Kollektív Szerződése több egyszerűbb, olcsóbb megoldást tesz lehetővé, illetve kötelezővé. Így abban az esetben, ha a kár összege nem haladja meg a minimálbér (2014-ben 101 500 Ft/hó) háromszorosát, a munkáltatói jogkörgyakorló *fizetési felszólítást* bocsát ki, mely tartalmazza a fizetendő összeget, annak esedékességét, az alapjául szolgáló jogszabályi rendelkezéseket és a károkozó magartásának leírását. Továbbá a jogorvoslati lehetőségeit.

Tovább egyszerűsödik az eljárás, ha a kár összeg nem haladja meg a 100 000 forintot. Ez esetben a munkáltató ajánlata a munkavállaló 15 napon belül aláírt kárvallalási nyilatkozattal is kötelezettséget vállalhat a kár megfizetésére. E feletti összegnél is lehetőség van egyezség kötésére, s ilyen esetben a munkavállaló részletfizetési kedvezményt is igényelhet.

Ha ezek a feltételek nem állnak fenn, akkor a jogorvoslati lehetőségnek két módja van. Lehetőség van *békéltetési eljárást* kezdeményezni 15 napon belül, amelyben kérheti a munkavállaló – ha szakszervezeti tag – az érdekképviselő bevonását. Ha a békéltetés nem vezetett eredményre, vagy nem is kívánt a munkavállaló élni ezzel a kedvező lehetőséggel, akkor *munkaügyi vitát* kell kezdeményezni. Vagyis a Munkaügyi Bírósághoz keresetet kell benyújtani a munkáltatói intézkedés közlésétől számított 30 napon belül. Itt figyelembe kell venni, hogy ez már jelentős költséggel járhat, ha a pert a munkavállaló elveszíti.

**Dr. Molnár Sándor**  
Jogsegélyszolgálat, Sopron

# A munkavállalót érő stressz és a

Egyebek közt az alábbi munkakörülmények vezethetnek pszichoszociális kockázatokhoz:

- túlzott munkaterhelés vagy időbeli korlátok,
- ellentmondó elvárások,
- nem tisztázott a munkavállaló feladata,
- elégtelen kommunikáció,
- rosszul kezelt szervezeti változás.

A nem egészséges szociális környezet is vezethet pszichoszociális kockázatokhoz, beleértve az alábbiakkal jellemezhető helyzeteket:

- nincs támogatás a vezetőség vagy a kollégák részéről,
- rossz személyközi kapcsolatok,
- zaklatás, agresszió és erőszak,
- a munkahelyi és családi kötelezettségek összeegyeztetésével kapcsolatos nehézségek.

A pszichoszociális kockázatok nem keverendők össze az egészséges, ösztönző, de támogató munkakörnyezettel, amelyben a munkavállalókat nagyban motiválják és ösztönzik arra, hogy legjobb képességeik szerint teljesítsenek.

## MUNKAHELYI STRESSZ – PÉLDÁK A MEGELŐZŐ INTÉZKEDÉSEKRE

### A munkával járó követelmények

- Biztosítani az erőforrások megfelelő mértékű rendelkezésre állását minden esetben, de különösen csúcsidőszakokban.
- Oly módon szervezni meg a műveleteket, hogy elkerülhetőek

**Mit értünk a stressz és a pszichoszociális kockázat alatt? A pszichoszociális kockázatok a munka nem megfelelő kialakításából, szervezéséből és irányításából eredő káros pszichológiai, fizikai és szociális következmények. A munkavállalókat akkor éri stressz, amikor a munkájukkal kapcsolatos elvárások meghaladják az ezek teljesítéséhez rendelkezésre álló képességeiket. A munkával kapcsolatos stressz nem az egyén hibája, hanem szervezeti probléma. A nem megfelelő pszichoszociális munkakörnyezet egyik legfontosabb eredménye.**

legyenek a túlzott munkateherrel járó időszakok, és az erőforrások szűkössége miatti torlódások („üvegynek problémák”).

- Előre tájékoztatást nyújtani a termelési tervekről, valamint a várható csúcsidőszakokról.
- Nyomon követni a munkateher alakulását, és rendszeresen ellenőrizni, hogy az egyes alkalmazottak miként kezelik fizikai és szellemi értelemben a nagyon magas munkateherrel járó időszakokat.
- Minimális szinten tartani a túlórák számát, és jóváhagyni a kompenzáció különféle formáit a nagyon magas munkateherrel járó időszakok után.
- Biztosítani, hogy a dolgozók megfelelően képzettek legyenek munkájuk elvégzéséhez.
- Biztosítani, hogy a munkavégzés követelményei egyensúlyban legyenek a dolgozók képességeivel, valamint, hogy a dolgozók ne legyenek sem alul-, sem túlterhelve.
- Rendszeres képzést és szervezett támogatást biztosítani az alkalmazottak számára, hogy képesek legyenek feladataik elvégzésére.
- Bátorítani a dolgozókat képességeik folyamatos fejlesztésére.

- Kiterjeszteni az egyes feladatköröket a munka változatosságának növelése érdekében. Bevezetni a munkakörök, illetve a feladatkörök rotációját.
- Biztosítani a munkahelyi kockázatok felmérését és kezelését.
- Világosan és személyre szabottan határozni meg az egyes alkalmazottak feladatait, szerep- és felelősségi köreit.
- Oly módon szervezni meg a munkát, hogy az alkalmazottak legalább párosával dolgozhassanak. Elősegíteni a dolgozók szociális érintkezéseit mind a munkaidő alatt, mind az után, például társalgó szoba biztosításával, és társasági események szervezésével.

### Munkahelyi ellenőrzés

- Folyamatosan konzultálni az alkalmazottakkal és képviselőikkel a munka szervezését, tartalmát és mennyiségét illetően.
- Delegálni a felelősséget és a problémamegoldást az alkalmazottak felé; megbízni a dolgozók képességeiben és kompetenciáiban.
- Nyomon követni a dolgozók munkával való megelégedettségét.
- Elősegíteni, hogy a dolgozók magukénak érezhessék munkájukat, például azáltal, hogy hangsúlyozzuk tevékenységük „szélesebb kontextusát”, illetve láthatóbbá tesszük hozzájárulásukat a végtermék kialakításához.
- Előre megtervezni a műszakok beosztását és arról előre tájékoztatni az alkalmazottakat.
- Konzultálni az alkalmazottakkal a műszakok beosztását illetően, illetve, amennyiben lehetséges hozzáigazítani a beosztást a dolgozók személyes igényeihez. Bizonyos mértékű ellenőrzést biztosítani a dolgozóknak a saját műszakbeosztásuk felett.
- Rugalmas munkaidőt és családbarát intézkedéseket vezetni be.



# pszichoszociális kockázatok

rése, kollégák tájékoztatása, segítségkérés, jelentés, stb.).

## Munkahelyi légkör

- Munkahelyi konfliktuskezelő módszerek bevezetése és fejlesztése.
- Alkalmazotti gyűlés összehívása a fennálló problémák megbeszélése céljából. A dolgozók bátorítása a problémák okainak saját maguktól történő azonosítására és a megoldások keresésére.
- Biztosítani, hogy a részlegek és a munkacsoportok felépítése megfelelő legyen.
- Megfelelő képzést nyújtani a személyközi konfliktusok kezelésével kapcsolatban. Különös figyelmet fektetni arra, hogy a vezetők megfelelő képzettséggel és képességekkel rendelkezzenek az emberek irányításának tekintetében.
- Terjeszteni a kölcsönös tisztelet kultúráját.
- Mentorok kinevezésével, vagy a felettesek támogatásával biztosítani, hogy a kiszolgáltatottabb, sérülékenyebb dolgozók (mint például a fiatal alkalmazottak) megfelelő védeltséget élvezzenek.

- Munkahelyi szabályzást dolgozni ki és vezetni be a zaklatások kivédésére.
- Oly módon tervezni meg a munkavégzés tereit, hogy a dolgozók védve legyenek az erőszaktól (pl.: speciális kordonok, biztonsági kamerák).
- Elkerülni az egyedüli munkavégzést.
- Megfelelő szabályzat kidolgozása a dolgozókat a nagyközönség részéről érő erőszakra történő reagálásra, és annak jól látható kifüggesztése az ügyfelek számára (felhívva a figyelmet arra, hogy az erőszak nincs tolerálva, és, hogy a szervezet miként fog reagálni az alkalmazottakat ért támadásra).
- Megfelelő kommunikációs rendszer megléte, amely lehetővé teszi, hogy a különleges eseményekről és az erőszakkal kapcsolatos problémákról szóló információk eljussanak a megfelelő helyre.
- Az alkalmazottak kiképzése abból a célból, hogy tisztában legyenek vele, mit kell tenni erőszakos események bekövetkezése esetén (helyzet felisme-

## Támogatás

- A vezetők kiképzése az alkalmazottak támogató és jutalmazó irányítására, valamint a megfelelő, konstruktív visszajelzések megadására.
- Speciális helyszíni betanítás bevezetése az új alkalmazottak számára; a tapasztalt alkalmazottak közreműködésének igénybe vétele a betanításban, az ellenőrzésben és a mentori funkciókban.
- Világosan és nyíltan kommunikálni az alkalmazottakkal és azok képviselőivel minden tervezett változtatással kapcsolatban (beleértve a leépítéseket is), mind a változások előtt, mind azok során, mind pedig utólag.
- Lehetőséget adni az alkalmazottaknak a változások megvitatására és az azokba történő beleszólásra.
- Speciális képzést és a jövőbeni karrierjük megtervezéséhez segítséget nyújtó munkaügyi tanácsadást biztosítani a leépítendő alkalmazottak számára.

Az összeállítást készítette  
**Kiss Antal, a KMB elnöke**  
Forrás: [osba.europa.eu/bu](http://osba.europa.eu/bu)



Széchenyi Pihenő Kártya  
és egészségpénztári  
elfogadóhely



# PRIMA VILLA

Halasi Fekete Péter tér 4. (nyitva egész évben)

Hajdúszoboszlón, a fürdő centrumában, a téli bejárattól 600 méterre, a nyári bejárattól 300 méterre található.

## ELHELYEZÉS:

- 5 db kétágyas, fürdőszobás apartman
- 4 db 2x2 ágyas, fürdőszobás apartman
- igény szerint pótágyazható

## EXTRA AJÁNLATUNK

Az ár tartalmazza a félpanziós ellátást (bővített kontinentális reggeli, háromfogásos meleg vacsora), wellness centrum korlátlan használatát (finn szauna, gőzfürdő, infrakabin, pezsgőfürdő) és a négynapos (TB által finanszírozott) gyógykezeléssel egybekötött Hungarospa fürdőbelépőt.

### Utó- és előszezon:

- 4 nap/3 éj **24 900 Ft/fő**
- 7 nap/6 éj **29 900 Ft/fő** (vas.–szo.)

### Főszerezon:

- 4 nap/3 éj **29 900 Ft/fő**
- 7 nap/6 éj **39 900 Ft/fő** (vas.–szo.)



**Telefon: 06-30/856-4990**

**Telefon/fax: 52/750-282**

**A Postás Szakszervezet tagjai számára az árakból 5% kedvezményt biztosítunk!**

## NORMÁL AJÁNLATUNK

Az ár tartalmazza a bővített kontinentális reggelit és a kétfogásos meleg vacsorát.

### Utó- és előszezon:

- 4 nap/3 éj **19 900 Ft/fő**
- 7 nap/6 éj **24 900 Ft/fő** (vas.–szo.)

### Főszerezon:

- 4 nap/3 éj **26 900 Ft/fő**
- 7 nap/6 éj **34 900 Ft/fő** (vas.–szo.)

# Átlagos nyár, átlagon felüli eseményekkel

Mint tudjuk, átlagos időjárás nem létezik, a különféle szélsőségek összegzéséből születnek az átlagok. Az idei nyár azonban még ennél is cifrább e nézőpontból. Hőmérsékletében éppen hogy közelítette a várhatót, nem voltak nagy és tartós hőségek, túlzottan hűvösnek sem mondható hónapok vannak mögöttünk, ám csapadék az aztán volt vastagon. Ilyen zöld gyepet augusztusban emberemlékezet óta nem láthattunk.

Mindeme meteorológiai eszme-futtatást csak azért bocsátottuk előre, hogy alátámasszuk a tényt: a legkellemesebb éghajlat alatt sportolhattak a postások az elmúlt évszakban. Ki is használták a lehetőségeket alaposan. Mert alkalmat biztosítottak rendszeresen regionális szabadiősport egyesületeink, illetve támogatóik, a vállalat és a szakszervezetek.



Például éppen jókor, egy forróbb periódusban másztak föl a Mátrába, a legmagasabban fekvő hazai állóvíz, a Sás-tó meglátogatására a mezőkövesdi kollégák, s a közelében épült Oxygen Adrenalin Parkban is mindent kipróbáltak.

A víz nyáron nélkülözhetetlen a jó közérzethez, a vízben azonban hajózni szükséges, ahogy ezt a rómaiaktól tudjuk. Balatonföldváron sárkányhajós gyorsulási versenyre keltek a siófoki postások a környékbeli települések és a média csapataival. Utána azt ígérték, jövőre nagyon rákészülnek. Ezek szerint még van hová fejlődniük. Viszont versengésmentes vízi kalandokat éltek meg a soproni sportkörzet tagjai és vendégeik, akik a Szigetközben kenuztak négy napot augusztus elején. Azazhogy ők nem versenyeztek, de egy evezősderbi



kellős közepébe sikeresen bekormányozták túrahajóikat a harmadik napon.

További két, vizes programokkal tarkított családi sportnap zajlott le tradicionális helyszíneken. Az orfűi strandon július közepén, két héttel előtte pedig Zánkán az Együtt mozog a család! elnevezésű – a Dunántúli Postás SE égisze alatt lebonyolított – rendezvényekre sokan már törzsvendégként járnak, de mindig vannak újak, akikkel ez alkalommal szeretettik meg a vízisportokat, a strandröplabdát, strandfocit, a petanque-ot.

Szintén a nyár egyik állandó műsorszám a több mint fél évszázados hagyományt ápoló Országos Postai és Távközlési Természetjáró Találkozó és Túraverseny. Ezúttal Győr volt a házigazda, s onnan rándultak át a Bakonyba a túrázók. A városismereti versenyhez pedig keresve sem lehetne megfelelőbb terepet találni a folyóággal és barokk műemlékekkel tűzdelt megyeszékhelynél. A július 18–20-a között lezajlott találkozón a majd negyedszázada történt szétválás ellenére még mindig sok egykori telefonos és műsorszórós kollégával futhatnak össze a korosabb postások az ország minden tájáról. De például Tóth Zsuzsanna, a Postás Szakszervezet elnöke is meglátogatta a sportos kollégákat.

Az elnök asszony azonban más eseményekre is szakított időt. A Szigetvár melletti Domolosi-tavon horgászversenyt tartottak a dél- és közép-dunántúli megyék



türelmes és technikás postásainak. Tóth Zsuzsanna adta át a díjakat a legjobbaknak. Persze, a halakra másutt is rossz idők jártak: Tótszerdahelyen sem kegyelmeztek nekik augusztus második szombatján a somogyi postások.

Az évad kiemelkedő rendezvényére azonban a Tiszánál került sor. A Keletmagyarországi Postás Sportegyesület, egyik jogelőde, a Debreceni Postás SE révén ez évben ünnepli megalakításának 90. évfordulóját. Az egyesület küldetésének leginkább az felelt meg, ha egy családi jellegű sportnapra invitálja tagságát és szimpatizánsait. E szándékot a Postás Szakszervezet is méltányolva, anyagi támogatással járult hozzá a jubileum fényéhez. A tiszafüredi helyszín ugyancsak jó választásnak bizonyult: a Tisza-tó körül kerékpáros túra, számos látványosság, a poroszlói Ökocentrum és egy kalandpark, a sportnapnak ott-hont adó vízparti kemping pedig minden klasszikus sportlehetőséggel várta a tagságot és családjaikat.

Végül egy egzotikus programról is essék szó: a zselici rengeteg jó néhány éve elnyerte az Európa Csillagos Égbolt Rezervátuma címet, mert a fényszennyezéstől leginkább megkímélt térségek egyike földrésznünkön. Ezen adottságot kihasználva gyakran szerveznek a dél-dunántúli profi és amatőr csillagászok éjszakai csillagnéző túrákat a kíváncsiaknak. A kaposvári postások is közéjük tartoznak, s belevágtak a városi embereknek ritka izgalmas éjjeli erdei túrázásba, majd a tisztáson felállított távcsövekbe pillantva megérezhették az Univerzum határtalan mélységét és szépségét. Megjegyzendő, hogy Budapesten is lehet jelentkezni hasonló csillagnéző túrákra a Magyar Csillagászati Egyesület honlapján ([www.mcse.hu](http://www.mcse.hu)) lévő híreket figyelve.

Szabó Jenő





**Szeptember 20-án**, szombaton, az országismertető túrák sorában Szentendre következik. A város nevezetességeivel *Mészáros Attila* kalauzolásával ismerkedhetnek meg alaposabban. Találkozó: Batthyány téri HÉV-pénztárak, 9 óra.

**21-én, vasárnap**, a Budai-hegység északi részén, Nagykovácsitól Budajenőig tehetnek meg 13 kilométert, könnyű terepen. Találkozó: Széll Kálmán tér, metrókijárat, 9 óra. Vezető: *Barabási László*.

**28-án, vasárnap**, a szakosztály törzsútvonalaán hat kilométernyi séta Fenyőgyöngyétől Hűvösvölgyig. Találkozó: óbuda-újlaki templom, 65-ös autóbusz végállomása, 9 óra. Vezető: *Veliczky Lászlóné Ica és Molnár Pálné Kati*.

**Október 4-én, szombaton**, „Baromvásártól a lincselésig” mottóval békés helytörténeti séta az egykori állatvásár helyén kialakított Tisza Kálmán, majd Köztársaság, s ma II. János Pál pápa téren. Találkozó: Erkel Színház bejáratánál, 10 órakor. Vezető: *Szász Lajos*.

**5-én, vasárnap**, a Mátrában kalandozhatnak a kék jelzésen Mátrafüredtől a Kékes útba ejtésével Mátraházáig. A táv mindössze 11 kilométer, de „cserébe” 600 méternyi szintet kell kapaszkodni. Találkozó: Stadionok autóbusz-pályaudvar, 8 óra. Vezető: *Divinyi Mártonné Magdi*.

**12-én, vasárnap**, a Velencei-hegység következik. Pázmándról a nadapi szintezési pontot is érintve jutnak el a velencei vasútállomásig. A 14 kilométeres túra kényelmes terepen vezet. Találkozó: Déli pályaudvar, pénztárcsarnok, 7.50-kor. Vezető: *Nánásy Miklós*. Erre a túrára jelentkezni a 06-20-573-7243-as számon lehet.

**14-én, kedden**, 17 órától tartják a havi klubnapot a PSE székházában (XIV. Róna utca 86–100.)

**19-én, vasárnap**, a Pilis-hegységbe mehetnek. Pontosabban ez a térség már a Visegrádi-hegységgel határos: a Szentendre közeli Dömör-kaputól a Lajos-forrás, majd a Vasas-szakadék és a Kő-hegy után végül Pomázon fejeződik be a 12 kilométeres kirándulás. Találkozó: Batthyány tér, HÉV-pénztárak, 8 óra. Vezető: *Divinyi Mártonné Magdi*.

**26-án, vasárnap**, ismét a már megszokott erdei séta a szakosztály törzsútvonalaán. Hat kellemes kilométer Fenyőgyöngyétől a Hűvösvölgyig. Találkozó: óbuda-újlaki templom, 65-ös autóbusz végállomása, 9 óra. Vezető: *Veliczky Lászlóné Ica és Molnár Pálné Kati*.

# MAFITT-tárlat és MÓF

**Elmúlt a nyár, beköszöntött az iskolaév, no meg a hűvösebb idő, amikor a szabadidőnket hasznosan tölthetjük a múzeumok falai között. A Bélyegmúzeum is új programokkal, kiállításokkal várja szeptembertől a szélesebb közönséget, benne a postás kollegákat.**

A hónap első szombatján, azaz 6-án nyílik a Magyar Filatéliai Tudományos Társaság (MAFITT) fennállásának 25. évfordulójának tiszteletére szerveződő nemzetközi találkozó leglátványosabb eseményének ígérkező tárlat, amelyen a szervezet tagjai – köztük számos külföldi gyűjtő – egy-egy kiállítólapon bemutatják kollekciójuk legkedvesebb, számukra legfontosabb darabját, s egy leírást arról, miért is ezt választották. E szubjektív kincstár már csak azért is izgalmas lesz, mert a kiállítók nem egyeztették egymással, ki mit fog hozni, vagyis csak ott és akkor derül ki számukra is és a közönségnek is, miből áll össze a kiállítás! Ezt a különös filatéliai mozaikot a hónap végéig nézhetik meg a Bélyegmúzeumban.

A Múzeumok Őszi Fesztiválján (MÓF) sokrétű kínálatot várjuk a felnőtteket és a gyerekeket. Az idén emlékezünk meg az első világháború kitörésének 100. évfordulójáról. Erre az alkalomra készül a tervek szerint október 7-én nyíló Háború és bélyeg című időszakos kiállításunk, amely a postabélyeg mint sajátos történeti forrást állítja a középpontba. Olyan új szempontokra világít rá, amelyek e forrás egyediségét és azonnaliságát igazolják. Például, ha bárhol átrajzolták a világtérképet, annak rögtön született lenyomata a bélyegkiadásban is.



A kiállításához kapcsolódóan október 11-én szombaton 10 órától családi vetélkedőt hirdetünk. Ki tud többet az első világháborúról? címmel. Persze, nem szükséges feltétlenül a rokon szálakat igazolni, baráti együttesek is bátran nevezhetnek.

Azért ősz ide vagy oda, csak kimozdulunk a múzeumból. Bélyegséták Budapesten címmel két októberi (4-e és 18-a) és egy novemberi szombat (8-a) délelőttjén a főváros három, elvileg jól ismert részére megyünk felkészült bélyeges útkalauz vezetésével (Margitsziget, Budai vár, Városliget), s feltérképezzük, milyen látványosságok kerültek már bélyegre, s ezen épületek, szobrok, természeti értékek kultúrtörténetét járjuk körül.

Október 18-án szombaton 16 órakor nyílik az a kamaratárlat, amelyen a Bélyegmúzeum új arculatának terveivel ismerkedhetnek meg. Híres bélyegtervező grafikusművészek vállalták a felkérést, s a látogatók véleményével szembesítjük az alkotásokat és az alkotókat, akikkel személyesen is beszélgethetnek a megnyitón. A szavazatokat az őszi fesztivál végéig gyűjtjük, a eredményét közzé tesszük honlapunkon.

A Múzeumok Őszi Fesztiválja bélyegmúzeumi programjairól a következő honlapon találnak további információkat:

[www.belyegmuzeum.hu](http://www.belyegmuzeum.hu)

[www.oszifesztival.hu/programok](http://www.oszifesztival.hu/programok)

Szabó Jenő



# Egy visszaútnak mindig lenni kell!

**Siketné Erzsikével egy augusztusi reggelen találkozom, és ahogy postásokhoz illik, a találkozót egy nagyposta elé szervezzük. Mivel személyesen még nem ismerjük egymást, a biztonság kedvéért alapszervi titkára, Egri-Tóth Erzsébet (Böbe) is eljön, hogy bemutasson minket egymásnak és megkönnyítse az ismerkedést. Böbe éjszakai műszakból jön, én munkába megyek, Erzsike épp szabadnapos. Nem volt könnyű a találkozót létrehozni. De Erzsikének fontos mondanivalója van, amit, úgy érez, mielőbb meg kell osztania a számára oly kedves közösséggel, a postások közösségével.**

Megejtő nyíltsággal és természetességgel bele is vág azonnal, ahogy elhelyezkedünk a közeli gyorséterem tetőterasán. „Tavaly januárban egy csomót észleltem a mellemben”, mondja. „Nem mertem orvoshoz fordulni, éreztem, hogy baj van. Kollégáim hosszas unszolására aztán mégis megtettem. Bébizonysodott, hogy félelmem nem volt alaptalan. Vizsgálatok sora következett, s közölték, hogy el kell távolítani a mellemet. Lelkileg nagyon összetörtem, úgy éreztem, elveszítettem mindent.”

És már sorolja is a veszítenivalót. A család, két felnőtt fia, férje. A pestkörnyéki

ház, ahol élnek, a nagy kert, ahol a háztartás ellátását szolgáló vetemény és gyümölcsfák mellett elférnek a nyulak, malacok, kacsák, tyúkok is. (Merhogy a szűkös postásfizetést pótolni kell, ha mással nem lehet, hát a műszak mellett vállalt temérdek otthoni munkával.) És a barátok, és a kollégák!



Erzsike 33 éve postás és szakszervezeti tag. A Budapest 62-nél kezdett, majd jött a Baross tér, aztán az OLK. Nem könnyű fizikai munkát végez, kiszedő-adagolóként szolgálja ki a gépsort.

„A családom, a kollégáim, a barátaim iránti szeretet olyan erős volt, hogy a kezdeti kétségbeesés után megfogalmazódott bennem a cél: egy visszaútnak mindig lenni kell!” – mondja. És neki is látott, hogy elérje ezt a célt. Innen kezdve egy percre sem adta fel.

Szerencsésnek érzi magát, mert sokan támogatták ebben a nehéz időszakban. A család, az ismerősök, a kollégák mellett Eszter, a barátnő, aki mindenhová elkísérte. Ebből merítette az erőt. A jól sikerült műtét után hazatérve, bár a dréncső kicsit zavarta ebben, csirkét puolt az ebédhez (hiába, a családnak enni kell!), majd egy hét múlva már biciklivel ment a piacra.

Ezután kapott még hat kemoterapiás és huszonöt sugárkezelést. Rosszullétei

nem voltak, de a haja elvesztése nagyon megviselte. „Nekem mindenem a fodrászat”, vallja be. „Felkészültem előre, levágtattam, hogy majd ne legyen túl nagy a különbség. Nagyon fontos számomra, hogy a frizurám rendben legyen, minden héten elmegyek a fodrászhoz.” A parókával átvészelt ét után azonban nem tervezi, hogy újra megnövessze legendásan szép haját. „Mindenki azt mondja, így is jól áll”, mondja mosolyogva.

Orvosai csodáival határosnak látják gyors és teljes felépülését. A csomó észlelése után alig másfél évvel, június 18-án kollégái süteménypartival ünnepelhették Erzsike visszatérését a gépsor mellé. Életét újra a megszokott pörgés, munka, öröm tölti ki. Egyvalami azonban véglegesen megváltozott: hozzáállása önmagához, az önmagáért érzett felelősséghez. És ez mondanivalójának lényege, a sorstársaknak szánt üzenet is.

„Saját pozitív hozzáállásomat és a gyógyulást a sok biztatásnak, támogatásnak is köszönhetem. Szeretnék köszönetet mondani mindenkinek, akik mellettem álltak ebben a nehéz időszakban. És mindenkik kérek, ne hanyagolják el a szűrővizsgálatokat! Sorstársaimnak pedig azt üzenem: Ne adjátok fel!” – mondja.

Aztán órájára néz, szabadkozik, hogy indul a vonat, mennie kell, mert a barátnő, Eszter várja. Délig oda kell érniük a nőgyógyászati szűrővizsgálatra.

**Koppándi Vilma**

Hasznos információk, napi hírek, szakszervezeti események



Számos érdekes olvasnivalóra bukkanhatsz, közvetlenül elérhetsz más, a munka világából hírt adó honlapokat is!

**POSTASSZAKSZERVEZET.HU**

Ha érdekel a munka világa, látogasd rendszeresen honlapunkat.

**Miért érdemes?**

- Minden nap aktuális, napközben is frissülő sajtószemlével jelentkezünk.
- Nyitóoldalunk „vezércikkei” az aktuális kérdésekkel kapcsolatos szakszervezeti álláspontokról tájékoztatnak.
- Rendszeresen beszámolunk a szervezeti rendezvényekről.
- Itt is átlapozhatod a Postás Dolgozó legfrissebb számát, illetve böngészheted a régiiket.
- Ha nem tudod, kihez fordulj, itt megtalálod a jogsegélyszolgálatok, területi bizottságok, alapszervezetek mellett munkavédelmi képviselőd elérhetőségi adatait is.
- Képet kapsz a szakmai és rétegtagozatok működéséről.
- Hasznos információkhoz jutsz a Postás Kiegészítő Nyugdíjpénztárról, az OTP Egészségpénztárról, a Benczúr Ház programjairól.

Kellemes böngészést!

Minta Károly  
Soproni Titkárok Területi Tanácsa  
1957042007352



# Elkelne még egy kis segítség?

Tagsági kártyád felmutatásával az ország számos pontján vehetsz igénybe kedvezményes vásárlási lehetőségeket és szolgáltatásokat. Vegyél részt Te is a tagkártya-elfogadóhelyek számának bővítésében – részletes információért keresd alap- vagy központosított titkárodat!



Kövessd figyelemmel az elfogadóhelyek naprakész listáját a Postás Szakszervezet honlapján!

[WWW.POSTASSZAKSZERVEZET.HU](http://WWW.POSTASSZAKSZERVEZET.HU)

Már okostelefonodról is elérhető!

## SZOLGÁLTATÁS ELFOGADÓHELYEK SZÁMA

Autó és motor alkatrészek, javítás, műszaki vizsga	49
Divat és ruházat, cipő, bizsu, turkáló	14
Egészségügyi, gyógyászati segédeszközök, optika	32
Élelmiszer, vegyi áru	8
Étterem, pizzeria, cukrászda, borker.	15
Fitness, masszázs	6
Gyerekjáték, játékbolt	24
Iroda és nyomda, polírozás	8
Kultúra, színház, könyvtár	3
Lakás, háztartás, festék, barkács, építés	35
Oktatás, autóiskola	1
Sport, kerékpár, horgászat, teke	7
Strand, fürdő és uszoda	5
Szabadidős programok	3
Szállás és vendéglátás	9
Számítástechnika	2
Szépségápolás és fodrász	29
Szórakoztató elektronika, alkatrészek, óra	6
Utazás, közlekedés	1
Virágüzlet, ajándékbolt	17
Egyéb szolgáltatások (autómosás, képkerepezés, ablak-redőny, temetkezés)	6

A POÉN 1. RÉSE	(VILLÁM) VÉGIGFUT	IDŐ- MÉRTEK	HORDÓ BELSEJE!	TESZT HAZAI BANK	A PARKO- LÓ JELE RÓMAI 1-ES	A SZÉN ÉS A FOSZFOR VEGYJELE	KÖNNYET EJT ÉRTE ÉGÉS- TERMEK	KÖTŐSZÓ BEJGLI- TÓLTELÉK	SZABÁLY- ZAT SZEMÉ- LYEM	NINCS NÉLKÜLE ÚGY!
HELYBEN ÁLLI	NYAK- SZIRT	CSÓNAK OLDALAI!	SZÓ- PÁRBAJ	BRIT MÉDIACÉG NÉPIE- SEN: IPA	SZÜRÖS GYOM- NÖVÉNY FELDÍSZÍT	ISKOLA RÖVIDEN	JÁRTAS	FIZETŐ- ESZKÖZ SUGÁR- HAJTOMÚ	TITKON FIGYEL KIS FOLT, PETTY	KORSÓ- BAN VAN! ÉLŐ SZER- VEZET
VAGY, RÖVIDEN	VONAT- FÜLKE	KERTI ESZKÖZ	TORNA- ESZKÖZ	SPORT- ESEMÉNY RÉTI NÖVÉNY	SZEKCIÓ ÁMBÁR, PEDJG	HÁZHELY ÉJSZAKAI MÚLATO	CSUTORA RÖNTGEN, RÖVIDEN	NAGYON CSÚNYA ALKOHOL	FIZETŐ- ESZKÖZ SUGÁR- HAJTOMÚ	A KÖRHÁZ JELE SZÖR- VÁNYOS
FINOMAT ÉS SOKAT ESZIK	A POÉN 2. RÉSE	RUHA- ANYAG	GOMBA- SZELET!	MILLI, RÖVIDEN	KÉTJE- GYŰ BETŰ HAMIS INDOK	MONOTON MUNKA	MAG NÉL- KÜLI TŰZ!	VERSENY KEZDETE CSAK, A KÖZEPÉNI	NYOMA- TEKOSÍTÓ SZÖCSKA BÁCSIKA	FÉL RÚZSI! HALOGÉN- ELEM
LITER, RÖVIDEN ISMÉTEL TÁGDÁS	A ZSIL PARTJAI!	POLLEN	KERESET, MUNKADÍJ ÜRES PADI!	KÖVET- KEZÉS- KÉPPEN VÍZCSEPP!	KERÍTÉST BEMÁZOL NYAK- PREM	ÉJSZAKAI MÚLATO	CSUTORA RÖNTGEN, RÖVIDEN	NYOMA- TEKOSÍTÓ SZÖCSKA BÁCSIKA	FÉL RÚZSI! HALOGÉN- ELEM	OSZTRÁK ÉS OLASZ AUTÓK JELZÉSE
HENRY, RÖVIDEN	V							AZ OLASZ FŐVÁROS POLGÁRA		

A Postás Dolgozó 2014. 3. száma rejtvényének megfejtése: **Ha maga lehozza a cicáját, én is sétáltathatom a halamat.** Az 5000 forintos ajándékutalványt **Koncz István**né, mezőkeresztesi olvasónk nyerte. A nyereményt postán küldjük el. A megfejtést nyílt levelezőlapon a Postás Szakszervezet Központ, 1406 Budapest Pf. 14 címre várjuk **október 7-ig.** A megfejtők között ismét 5000 forint értékű ajándékutalványt sorsolunk ki.

# Ne írd alá, amíg nem tájékozódsz!



## Ingyenes jogsegélyszolgálatunk minden tag számára elérhető!

A Postás Szakszervezet területi bizottságai és önálló alapszervezetei az ország minden pontján azonos feltételek mellett, minden tag számára – beleértve a nyugdíjas tagokat is – biztosítják a jogsegélyszolgálatok ingyenes igénybevitelének lehetőségét. Tagjaink tagkártyájukkal igazolják, hogy jogosultak az ingyenes szolgáltatás igénybevételére.

## Jogsegélyszolgálat-vezetőink

- válaszolnak fogadóórán, személyesen, telefonon vagy e-mail-ben feltett kérdéseidre, javaslatot tesznek jogi megoldásokra, tanácsot adnak, ha nem tudod, mi a teendő,
- elkészítik munkajogi és az ahhoz kapcsolódó TB, adójogi ügyeiddel kapcsolatos iratokat, kérelmeket, beadványokat, eljárnak a munkáltatói jogkört gyakorló vezetőknél, ellátják jogi képviseletedet,
- felvilágosítást nyújtanak, tanácsot adnak élet- és munkakörülményeidhez kapcsolódó család- és polgári jogi kérdésekben, elkészítik beadványaidat, megszerkesztik irataidat, ellátják jogi képviseletedet bíróságok és más hatóságok előtt.



## Hol keresd a segítséget?

Önálló alapszervezetek (Központosított postaszervek): [Hírlap Logisztikai Üzem](#), [NPKK](#), [OLK](#), [PEK](#), [BEK](#), [Vezérigazgatóság](#):

**Dr. Fűri Gábor, ügyvéd** Cím: 1149 Budapest, Egressy út 35-51., II. emelet 201. szoba. Fogadási idő: minden kedden 16:00-18:00 óra között. Telefon: 06 (1) 252-9522

**Budapesti TSZB (Pest és Nógrád megye):**

**Dr. Elekes Imre, jogtanácsos** Cím: 1087 Budapest, Baross tér 11/C. Levelezési cím: 1426 Budapest, Pf. 189. Telefon: 06 (1) 340-9963, 06 (30) 771-4140. E-mail: [elekes.imredr@posta.hu](mailto:elekes.imredr@posta.hu)

**Debreceni SzSzT (Hajdú-Bihar, Jász-Nagykun-Szolnok, Szabolcs-Szatmár-Bereg megye):**

**Farkasné dr. Polák Judit, jogtanácsos** Cím és levelezési cím: 3508 Miskolc, Templom utca 7. Telefon: 06 (46) 342-460, 06 (30) 771-2760 E-mail: [farkasne.polakjudit@posta.hu](mailto:farkasne.polakjudit@posta.hu)

**Miskolci TTT (Borsod-Abaúj-Zemplén és Heves megye):**

**Farkasné dr. Polák Judit, jogtanácsos** Cím és levelezési cím: 3508 Miskolc, Templom utca 7. Telefon: 06 (46) 342-460, 06 (30) 771-2760 E-mail: [farkasne.polakjudit@posta.hu](mailto:farkasne.polakjudit@posta.hu)

**Pécsi TSZB (Baranya, Tolna, Zala, Somogy és Fejér megye):**

**Dr. Koczpek Csaba, ügyvéd** Cím: 8900 Zalaegerszeg, Zárda utca 15. A/3. Telefon: 06 (30) 929-0811 vagy 06 (30) 288-0822. Fax: 06 (92) 533-020 E-mail: [koczpek@zelkanet.hu](mailto:koczpek@zelkanet.hu)

**Soproni TTT (Győr-Sopron, Komárom-Esztergom, Vas és Veszprém megye):**

**Dr. Molnár Sándor, jogtanácsos** Cím: 9400 Sopron, Széchenyi tér 7-10. Levelezési cím: 9401 Sopron, Pf. 1. Telefon: 06 (99) 530-235. E-mail: [molnar.sandor2@posta.hu](mailto:molnar.sandor2@posta.hu)

**Szegedi TSZB (Békés, Csongrád és Bács-Kiskun megye):**

**Dr. Nemes Sándor, jogtanácsos** Cím: 6700 Szeged, Széchenyi tér 1. Levelezési cím: 6701 Szeged, Pf. 800. Telefon: 06 (62) 491-676, 06 (30) 771-0858. E-mail: [nemes.sandor@posta.hu](mailto:nemes.sandor@posta.hu)

**Keressd meg a Te jogászatod – és mentsd el MOST a telefonszámát!**

