

## POZIVAMO VAS NA PROSVJED ZA 8 SATI RADA, 8 SATI SNA, 8 SATI ODMORA

Zagreb, 1. svibnja 2014. godine

U 9,00 sati

Radnička cesta

1. svibnja

**8+8+8**

Chicago

1886.

Zagreb

2014.

### 1. svibnja Međunarodni praznik rada

Kako to gordo zvuči! Obilježava se, na ovaj ili onaj način, posvuda u svijetu, i na Zapadu i na Istoku. Kod nas se proteklih godina, nakon što je u počecima hrvatske države bio ignoriran i zanemaren, slavije uglavnom svelo na piknike s neizostavnim graham s kobasicama, uz ispijanje piva ili vina te zabavu.

A spomen je to na žrtve radničkih nemira u Chicagu 1. svibnja 1886. godine. Tražili ljudi osmosatno radno vrijeme, ali ih je u nemirima i sukobu s policijom više od dvjesto ubijeno. Njihova žrtva počela se obilježavati od 1889., a u Hrvatskoj već godinu dana kasnije, i to u parku Maksimiru.

## MANJE JE VIŠE !?

Nije zakašnjela prvotravanjska šala niti naslov iz futurističkog romana. Nažalost, vijest nije iz naše zemlje, a kamoli iz naše kompanije Hrvatske pošte.

Ako je vjerovati napisima u nekim glasilima, radi se o eksperimentu gradske uprave u jednom švedskom gradu. Dio osoblja gradske uprave radit će šest sati dnevno za punu plaću a ostali puno radno vrijeme. Nadaju se da će se osoblje osjećati fizički i mentalno

bolje ako budu radili kraće. Cilj eksperimenta je smanjenje bolovanja i pokušaj poticanja efikasnosti radnika što bi u konačnici državi uštedjelo novac. Naveden je i primjer da je šestsatno radno vrijeme testirano u jednoj tvornici automobila pokazalo ohrabrujuće rezultate.

E, sad čovjeku stvarno ništa nije jasno. Kakvi su to eksperimenti? Opet ovi na sjeveru nešto kemijaju.

Jesu li konačno i veliki kapitalisti

počeli uvažavati tezu da izrabljivanje radnika ne vodi nikuda. I kod nas radnici rade 8 i više sati, iako se na nekim istraživanjima temelji procjena da je 6 sati rada optimum za radnika čije je radno vrijeme ispunjeno do zadnje sekunde. O psihičkim pritiscima i stresu da se i ne govori.

Nažalost, zbog prokletog profita velika većina radnika bila bi sretna da se radno vrijeme vrati u one okvire od 8 sati, tako da ovo stvarno zvuči nevjerojatno.

Hoće li to biti još jedan neuspjeli eksperiment koji će u začetku uništiti beskrupulozni robovlasničko-bankarski lobi ili je to početak nove ere u odnosu prema radnicima?

### Vijesti iz prošlosti...

Da su Hrvati, svojim inovacijama i promišljanjima, ponekad ispred svog

vremena i zemalja EU, govori i podatak da su krajem osamdesetih godina prošlog stoljeća pojedini radnici zagrebačke Plive radili skraćeno; 6 sati dnevno a dobivali su plaću za 8 sati rada! Naime, na pojedinim radnim mjestima na kojima se rukovalo opasnim kemikalijama, radnicima se nisu mogli osigurati sigurni uvjeti za rad, te im je zbog opasnosti za njihov život i zdravlje smanjeno radno vrijeme, a plaću su primali za puno radno vrijeme. I to nije sve, svi ti radnici usprkos opasnim uvjetima rada manje su bili bolesni, manje su odlazili na bolovanje, a istovremeno su postizali bolji radni učinak!

Nije nam poznata daljnja životna sudbina tih radnika, ali moramo napomenuti da je nama zdravlje radnika na prvom mjestu, a sve je ostalo samo računica u kojoj je moguće i to da je manje-više, a više-manje, zar ne!?

---

## STRES UZROKOVAN RADNIM MJESTOM

Prema načelima UN-a **svaki čovjek ima pravo na sigurno radno mjesto i zdravo okruženje, koje će mu omogućiti normalan socijalni i ekonomski produktivan život.**

Ovo načelo ima poseban značaj, jer odrasli provode trećinu svog života radeći. Radom se omogućava ekonomski neovisan život, razvijanje sposobnosti, kao i ostvarivanje socijalnih kontakata. Na drugoj strani, radnici su često izloženi opasnim situacijama i doživljavaju stres na radnom mjestu. Uzroci ovim pojavama su različiti i mnogobrojni. Stres nastaje na klasičan način preopterećenjem na radnom mjestu i nedostatkom vremena, čije uzroke često treba tražiti u samoj organizaciji, nivou izobrazbe radnika ili jednostavno u nesigurnosti u pogledu zadataka izdanih radnicima.

### Što je zapravo stres?

Stres je intenzivno, neugodno stanje

koje dugoročno ima negativne posljedice na zdravlje, sposobnost i produktivnost čovjeka. Zato pod stresom razumijevamo uvijek nešto negativno.

Stres je individualna reakcija i rezultat interakcije okoline sa njenim zahtjevima i pojedinca sa njegovim sposobnostima, resursima i mogućnostima. Stres na radnom mjestu nastaje kada radni zadaci postanu veći od raspoloživih resursa npr. vremena.

### Je li stres opasan?

**Jeste**, ako je opterećenje veliko, a utjecaj radnika mali; ako je pomoć radnih kolega nedovoljna i honorar u formi plaće nedovoljan; ako samo vrednovanje rada i status sa investiranim naporima ne stoje u harmoniji.

**Ne**, ako su uvjeti rada optimalni, a ne maksimalni; ako je radniku omogućena odgovarajuća samostalnost i pomoć, te radna klima prijateljska, a plaćanje shodno naporima. U ovom slučaju stres

postaje korijenom života i izazov, a ne prijetnja. U ovom slučaju riječ je o «pozitivnom» stresu.

Oko 90% radnika tvrdi da stres negativno djeluje na produktivnost njihovog rada, dok 30% smatra da je to jako izraženo. Ali, ne trpi samo produktivnost. Mnogi od njih imaju i zdravstvene poteškoće, za koje se može dokazati da stoje u vezi sa stresom. Većina njih ima višestruke probleme sa zdravljem, kao što su:

- umor 46%
- glavobolja 30%
- bolovi u leđima 30%
- poremećaji spavanja 24%
- poremećaji probave 15%

Osim toga, radnici navode i osobno doživljene posljedice stresa; **depresija, migrena, alergije, agresivnost.**

Posao se može odraziti na zdravlje i mir, bilo pozitivno ili negativno. Posao može dati životu smisao i cilj. On može dati našem vremenu i životu konture i sadržaj. Mi možemo izgraditi naš identitet, samopoštovanje, socijalnu podršku i ostvariti materijalnu korist. U tom slučaju posao može biti jedan od najvažnijih čimbenika za poboljšanje zdravlja.

**Ako su radni uvjeti loši, onda se mogu dugoročno očekivati bolesti, postojeća oboljenja ubrzati ili izazvati nova.**

**HP-Hrvatska pošta d.d. na temelju Odluke Uprave Društva objavila je javni poziv za prikupljanje interesa za kupnju nekretnina:**  
**DUBROVNIK, BRANITELJA DUBROVNIKA 2**

U naravi poslovna zgrada neto-površine 1130,19 m<sup>2</sup> i pomoćna prizemna zgrada neto-površine 59 m<sup>2</sup>

#### **ODMARALIŠTE SUKOŠAN**

U naravi odmaralište koje čini sedam zasebnih ukupne površine 12.073 m<sup>2</sup> na kojima su sagrađeni objekti ukupne neto-površine cca 1498 m<sup>2</sup>, a predstavljaju upravnu zgradu s restoranom, zgradu hotela i 16 bungalova. Proteže se uz samu obalu mora.

#### **ŠIBENIK, V. NAZORA 51**

U naravi poslovna zgrada ukupne neto površine 1145,57 m<sup>2</sup> i dvorišni objekt neto površine 168,57 m<sup>2</sup> smješteni u centru grada Šibenika. Poslovnu zgradu čini prizemlje, dva kata i potkrovlje.

više informacija potražite na: [www.posta.hr](http://www.posta.hr)

**mapa  
pošto - poto**



## **Izbori u RSRH-a**

Poštovane kolegice i kolege članovi RSRH-a, još jednom Vas pozivamo da iskoristite svoje aktivno biračko pravo te glasujete za sindikalne povjerenike Vašeg Sindikalnog centra.

Glasački listić će biti pravovaljan pri utvrđivanju rezultata izbora ako je upućen putem pošte, u zatvorenoj omotnici koja Vam je dostavljena zajedno sa glasačkim listićem, te poslan putem HP-Hrvatske pošte zaključno sa 30. travnjem 2014. godine, na adresu naznačenoj na omotnici.

**Glasovanje za sindikalne povjerenike provodi se  
isključivo dopisnim putem**



## Sjednica Središnjeg odbora za ZNR

U Zagrebu će se 29. travnja 2014. godine održati sjednica Središnjeg odbora za zaštitu na radu u HP-Hrvatskoj pošti, na kojoj će se raspravljati o reviziji procjene opasnosti, te o mjerama za smanjivanje broja ozljeda na radu u 2014. godini.

## 1. MEĐUNARODNI STRUČNO-ZNANSTEVENI SIMPOZIJ

U Zagrebu će se u petak 25. travnja 2014. godine u organizaciji Europskog društva inženjera sigurnosti održati 1. MEĐUNARODNI STRUČNO-ZNANSTEVENI SIMPOZIJ, na temu „Odbor za zaštitu na radu“.

Simpozij je namijenjen članovima Odbora za zaštitu na radu u pojedinim poslovnim subjektima, koji će imati jedinstvenu prigodu upoznati se s novostima u radu Odbora, kao i razmijeniti međusobna međunarodna iskustva. Na ovom eminentnom simpoziju, kroz prikaz primjera dobre prakse, aktivno će sudjelovati i mr. sc. Ivan Mance, dipl. ing. Sigurnosti koji će prezentirati temu „Odbor za zaštitu na radu u HP-Hrvatskoj pošti d.d.“

## Dan zaštite na radu

Hrvatski Sabor je 2007. godine 28. travnja proglasio Danom zaštite na radu u Republici Hrvatskoj, želeći na taj način ukazati dužnu pažnju zaštiti na radu i upozoriti na obvezu skrbi cijelog društva o primjerenim radnim i životnim uvjetima.

## Međunarodni dan zaštite na radu

Obilježavanje međunarodnog Dana zaštite na radu, održati će se 28. travnja 2014. godine, s početkom u 11:00 sati, u kino-dvorani Gospodarskog kluba, pri Ministarstvu rada i mirovinskoga sustava, u Zagrebu.

Ovogodišnje svečano obilježavanje međunarodnog Dana zaštite na radu bit će posvećeno osvješćivanju javnosti o psiho-socijalnim posljedicama stresa na radnom mjestu kao i predstavljanju međunarodne kampanje Europske agencije za sigurnost i zdravlje na radu za zdrava mjesta rada, koja će se provoditi tijekom 2014.-2015. godine, na temu „Upravljanje stresom za zdravo mjesto rada“. Tom prigodom ministar rada i mirovinskoga sustava, istaknutim stručnjacima zaštite na radu, uručiti će nagradu i priznanje za životno postignuće u zaštiti života i zdravlja radnika te unaprjeđenja sustava zaštite na radu, a prema nama dostupnim podacima, jedan od dobitnika priznanja dolazi iz HP-Hrvatske pošte.

Na Veliki petak, u 13,00 sati, velik broj radnika krenuo je na put! Oni sa sivim, crnim i inim službenim limuzinama putovali su na produženi vikend, a poštari su bili na najboljem putu da, tek u 13,00 sati, započnu s isplatom socijale!?

**Svim radnicima čestitamo 1. svibnja - Međunarodni praznik rada!**

**RSRH je član Nezavisnih hrvatskih sindikata**

Uredništvo: **Željko Vidaković** - glavni i odgovorni urednik, **Marija Jukić, Siniša Seketin, Domagoj Mendeš, Gordana Perković, Ingrid Sušanj, Marija Mandić, Cvetan Kovač.**

TF: 01 4611616; FAX: 01 4611617; ADS: Kneza Mislava 11 /2, 10000 ZAGREB; E-MAIL [rsrh@posta.hr](mailto:rsrh@posta.hr)