

Post Info

INFORMATIVNI TJEDNIK HRVATSKOG SINDIKATA POŠTE



ISPLATA REGRESA 19. SVIBNJA



Jednokratna prigodna nagrada (regres) svim radnicima Hrvatske pošte bit će isplaćena u srijedu, 19. svibnja 2021. godine. Iznos jednokratne prigodne nagrade je 1.000 kuna neto i bit će isplaćena svim radnicima koji su na dan 1. svibnja 2021. godine bili u radnom odnosu kod poslodavca osim radnicima čija prava i obveze iz radnog odnosa miruju (neplaćeni dopust).

VLADA ŽELI JAČATI SINDIKATE!?

Pišući nedavno o nedvosmislenoj podršci američkog predsjednika radnicima i sindikalnom pokretu u Americi, retorički smo se zapitali: „*Jesmo li ikad nešto slično čuli s Markova Trga ili Pantovčaka?*“ i odmah u nastavku zaključili: „*Naravno da nismo i, nažalost možemo biti sasvim sigurni da nikad niti nećemo...*“.

Sasvim slučajno(!), nepuna dva tjedna od objave našeg teksta, s Markova Trga, iz Vlade RH dolaze signali iz kojih bi se moglo zaključiti da, što se tiče odnosa vlasti prema radništvu i sindikatima, možda(?) „vrag nije tako crn“ kako odavno izgleda. No, dosadašnja iskustva nas uče da treba biti suzdržan i nadasve oprezan u donošenju ozbiljnijih zaključaka.

Naime, u sklopu Nacionalnog plana oporavka i otpornosti, Vlada je najavila izmjene radnog zakonodavstva, dotičući se, između ostalog, dugogodišnjeg problema članova sindikata u odnosu na nečlanove, a vezano za korištenje prava ugovorenih kolektivnim ugovorima. Vlada navodi kako je potrebno uspostaviti ravnotežu između financijskih obveza članova sindikata i ugovorenih prava iz kolektivnog ugovora koja konzumiraju svi radnici, a sve u cilju promicanja socijalnog dijaloga i jačanja sindikata, posebice u okolnostima sve rjeđeg participiranja radnika u sindikalnom djelovanju, odnosno u kolektivnom pregovaranju. Dalje se dodaje da će se pri tome razmotriti više modela, pa bi jedan mogao biti uvođenje naknade za korištenje prava iz kolektivnog ugovora za radnike koji nisu članovi sindikata. Uz to se spominje model vremenskog ograničenja primjene prava iz kolektivnog ugovora na radnike koji nisu učlanjeni u sindikat te model ugovaranja dodatnih prava samo za članove sindikata.

Nije ovo nova tema na hrvatskoj sindikalnoj sceni, no zanimljiva je činjenica da je Vlada stavlja u svoj Plan iako sa sindikatima o toj temi nije razgovarala. Iz opreza, ali i iz iskustva, sindikati poručuju da sasvim sigurno nisu spremni trgovati s bilo kojim pravom iz Zakona o radu da bi se reguliralo to pitanje na kojem godinama inzistiraju.



GODIŠNJI ODMOR – UZETI PRIJE NEGO ŠTO NASTUPI UMOR

Godišnji odmor ne predstavlja samo pravo radnika već i obvezu poslodavca. Kako se polako bliži sezona ljetnih godišnjih odmora valja imati na umu nekoliko stvari kako biste to razdoblje što bolje iskoristili. Za početak je važno razumjeti što je to odmor. Odmor je prekidanje, usporavanje ili promjena aktivnosti radi obnavljanja funkcionalne sposobnosti organizma. Pri tome su važna četiri elementa: vremenski raspored odmora, trajanje odmora, broj odmora te oblik odmora. **Oporavak je brži kad je rad u fazi umora ranije prekinut.** To znači da je potrebno organizirati odmor prije nego što se pojave znakovi umora. Ispitivanja su pokazala da je racionalnije organizirati više kraćih nego manji broj dužih odmora, ali isto tako treba znati da odmor ne smije trajati prekratko jer u tom slučaju ne može doći do potpunog oporavka organizma. Prilikom planiranja godišnjeg odmora **preporuka je koristiti najmanje deset dana u komadu** jer je to ono što našem organizmu treba kako bi se obnovio i napunio pozitivnom energijom. Prema nekim procjenama to je najkraće vrijeme za koje se može doći do potpunog oporavka organizma i nakupljanja snage za nastavak dana. Također se preporučuje svaka tri mjeseca uzeti kraći odmor od nekoliko dana ili jedan duži odmor od najmanje sedam dana nakon šest mjeseci neprekinutog rada. Korištenje predugog godišnjeg odmora (više od 30 dana) pokazalo je kod većine korisnika i negativne učinke na radnu sposobnost. U tom slučaju, nakon povratka na posao potrebno je duže vrijeme prilagodbe, pa je radni elan u početku slabiji.

Pasivno odmaranje sastoji se u relativnom mirovanju i prekidanju aktivnosti. Pasivni je odmor koristan kod jednostavnih, a teških poslova jer se na taj način najbolje odmaraju mišićne skupine koje su za vrijeme rada opterećene. Spavanje je više od običnog pasivnog oblika odmaranja

i neophodno je u minimalnom trajanju od 6 do 7 sati dnevno. Aktivni je odmor pogodan kod lakših poslova, a naročito nakon pretežno intelektualnog rada. Provodi se razgibavanjem, šetnjama, sportskim aktivnostima i slično... Do umora najčešće dovode: loša organizacija rada, neprikladno radno mjesto, dugotrajan i naporan rad, neodgovarajuća prehrana, bolest radnika, nemotiviranost za rad, loši međuljudski odnosi u radnom kolektivu, nezadovoljstvo u privatnom životu.

Brojna ispitivanja o odnosu trajanja radnog vremena i umora pokazala su da je spontana brzina rada veća što je radni dan kraći. Radnik se tijekom dugog radnog dana aktivno brani od umora češćim prekidima i sporijim tempom rada. Produživanjem radnog vremena značajno se povećava negativno djelovanje umora. Za vrijeme umora produktivnost je niska, a energetska potrošnja povećana. Zato je i korist od skraćivanja radnog vremena to veća što je rad teži i što više umara. Nakupljanje umora tijekom godina dovodi do trošenja organizma i skraćivanja radnog života. Zbog toga se **ne preporučuje prekovremeni rad jer on neminovno dovodi do nakupljanja umora i iscrpljivanja organizma.** Sprječavanje umora jedan je od najvažnijih problema psihofiziologije rada. (Izvor: Grafičar i mediji)



SRETAN
MAJČIN
DAN



Majčin dan je poseban dan u godini kojim se slavi majčinstvo. Obilježava se u većini zemalja, pa tako i u Hrvatskoj, svake godine, druge nedjelje u svibnju (ove godine je to 9. svibnja).

*"I kad su daleko
One su blizu
Od osmijeha
I od suza*

*Tkane
Majčine oči, majčine oči
Čuvaju tvoje bezbrižne dane".*

(Novi fosili)

Informativni tjednik HSP - Hrvatskog sindikata pošte

Odgovorni urednik: Milan Jukić, Urednica: Martina Cikojević, dipl. novinar

Uredivački odbor: Damir Jurišić, Dubravko Kovačić, Željko Miljak, Lidija Pulišić, Željko Šešerin i Mario Vrčec

Adresa Uredništva: Radićeva 12, 10000 Zagreb, TEL: 01/4686-092 FAX: 01/4921 555

Internet adresa: www.sindikats-hsp.hr, e-mail adresa: urednistvo@sindikats-hsp.hr

ISSN: 1333-4530