ATOMERŐMŰ

XLIV. ÉVFOLYAM, 2. SZÁM

A bátrak ereje

A Covid évén túl:
interjú Pekárik Géza vezérigazgatóval

Vakcináció:
amit az oltásról tudni érdemes

atom erőmű
MVM

A PAKSI ATOMERŐMŰ HAVONTA MEGJELENŐ MAGAZINJA • 2021 • FEBRUÁR

Tartalom | 2021. február

Köszöntő 3
„Szerencsénk volt a második hullámban is” 4
Védőoltás az atomerőműben 8
Koronakrónika 10
Ismerős arcok 16
Örökölt bátorság 20
Cukorona 24
Felkészülni, vigyázz, kilövés! – AEM-módra 28
A bátrak szerencséje 29
A rendíthetetlen pacifista 30
Merj őszintén őszintét posztolni! 32
„Által mennék én…” 34
TAMF-Projekt: Konfigurációmenedzsment (CM) 38
Látványos szakaszába érkezett az új blokkok előkészítése 40
Új rendészeti vezető az RHK Kft.-nél 42
A hobbik fitten tartanak 44
Nyugdíjba vonult kollégáink 45
„A természetem, a kíváncsiságom, ami mindig hajt” 46
„A foci a családom után a legfontosabb dolog az életemben” 50
Egy század 54
Babahírek 56
Gyászközlemények 58
„Itt állok, másként nem tehetek!” 59

Impresszum
Kiadja: MVM Paksi Atomerőmű Zrt.
Felelős kiadó: Pekárik Géza vezérigazgató
Főszerkesztő: Torma Dóra; e-mail: atomeromuujsag@npp.hu
Szerkesztőségi munkatárs: Czibuláné Mayer Szilvia
A szerkesztőség tagjai: Enyedi Bernadett, Gyöngyösi Petra, Gyulai János, Lehmann Katalin, Orbán Ottilia, Prancz Zoltán, Susán Janka, Tóth Márton
Szerkesztőség címe: MVM Paksi Atomerőmű Zrt.
Tájékoztató és Látogatóközpont; 7031 Paks, Pf. 71 | Telefon: 75/507-882, Telefax: 1/355-7280 | Internet: www.atomeromu.hu
Nyomdai előállítás: ATOMIX Kft. Nyomdaüzem | Felelős vezető: Bese Tamás
Tördelés: Schubert Miklós, Szabó Szabolcs
Borítókép: Juhász Luca
Belső borítókép: Rudolf Csilla, „A Ti Fotóitok” fotópályázat

Dr. Kovács Antal
kommunikációs igazgató

Kedves Olvasók!

Egy évvel ezelőtt egy szabadabb világban terveztük 2020-at, és bár érkeztek már az első hírek egy új vírusról Kínából, aligha számítottunk arra, hogy a lemondások éve előtt állunk. 2020-ban pontosan azt kellett háttérbe szorítanunk, ami az életünk legkedvesebb része: családi és baráti összejöveteleket, színházat, mozit, koncerteket, utazásokat, egy kávét a kedvenc kávézónkban, egy közös meccsnézést, együtt futást, a többi ember jelenlétét. 2021 még biztosan a koronavírusról fog szólni minden ember számára, mégis az oltások révén látszik már a fény az alagút végén, látjuk, hogy bátran és kitartással leküzdjük ezt is.
Februári lapszámunkban interjút olvashatnak Pekárik Géza vezérigazgatóval, aki a Paksi Atomerőmű tavalyi évéről és az előttünk állóról beszélt nekünk – mint a világon mindent, ezt is a pandémia színezte és színezi át jelenleg is. Szeretnénk emellett minél bővebb tájékoztatást adni a koronavírus-oltással kapcsolatban, bízva abban, hogy sikerül minden ezzel kapcsolatos félelmet leküzdeni. Virológus szakértőnk részletesen elmondja, amit a vakcinákról jelenleg tudni lehet, Bana János, a Védelmi Főosztály vezetője pedig beszámol arról, hogyan segíti a Paksi Atomerőmű az itt dolgozók mielőbbi beoltását.

„Szerencsénk volt a második hullámban is”

Torma Dóra | Fotó: Bodajki Ákos

2020-ra emlékezve a jövőben a ma élő sok milliárd embernek ugyanaz fog eszébe jutni: ez volt az az év, amelyben a koronavírus irányította az élet minden területét. A Paksi Atomerőmű sem volt ebben kivétel. Pekárik Géza vezérigazgató hagyományos évértékelő interjúnkban beszélt a tavalyi év különleges feladatairól, tapasztalatairól.

– *Legutóbb tavaly nyáron beszélgettünk, amikor a koronavírus-járvány első hulláma után úgy tűnt, talán, legalább részben visszatérhet az életünk a normál keretek közé. Akkor az volt a terv, hogy három lépcsőben, óvatosan indul újra a megszokott munkamenet a Paksi Atomerőműben – az ősz aztán ezeket a terveket felülírta.*

– Nos, igen, a nyári felszabadulást követően jött a második hullám. A nyitás második fázisáig jutottunk, onnan pedig vettünk egy nagy hátraarcot, és ismét a szigorítások felé haladtunk. Most, januárban már mondhatom egyébként azt, hogy szerencsénk volt a második hullámban is. Az elsőben „térképháborúztunk”, nem volt vírus a környéken, így mi felkészültünk az eljárásokkal, koncepciókkal, papírokkal, dokumentációval, kialakítottuk azokat az új rendeket és szabályokat, amelyek az adott helyzetben szükségesek voltak, sőt még arra is alkalmunk volt, hogy vírusmentesen ezeket begyakoroljuk. A második hullámban már megjelent a vírus a telephelyen is, érintett kollégákat a fertőzés, a szabályok viszont ekkorra ismertek voltak, és biztos vagyok benne, hogy ennek köszönhetően sikerült eddig nagyobb arányú megbetegedés nélkül átvészelnünk ezt az időszakot.

– *Mennyire befolyásolta a zajló munkákat a pandémia?*

– Év közben mentek a főjavítási munkálatok, az üzem közbeni karbantartások, és ezeket több izgalom és aggodalom kísérte, mint általában. Vannak az erőműben olyan kis létszámú, speciális kompetenciával bíró munkavállalói csoportok, amelyek szorosan egymás mellett dolgoznak, és ha ők kiesnek, akkor a feladatuk el nem végzése további késedelmeket, más feladatok elmaradását is okozza. Szerencsére az ottani munkaszervezés ezeknek a csoportoknak a felezésével vagy több alcsoportra osztásával, szeparációjával megakadályozta, hogy ilyen történjék, és emiatt késedelem legyen.

Nemcsak mi, hanem a környezetünkben dolgozó partnerek is komoly figyelmet fordítottak arra, hogy a kompetenciákat, a szakértő csapatot rendelkezésre állásban tartsák – a NUKA például más cégektől szervezett háttérembereket, szerelőket azért, hogy ha bármely időszakban kiesnének, akkor legyen, aki a helyükre lép.

– *Az éves eredmények mennyire tükrözik a járvány által meghatározott évet?*

– Nincs szégyenkeznivalónk, sőt büszkék lehetünk mind a biztonsági, mind pedig a termelési eredményeinkre! Termelés szempontjából a harmadik legjobb eredményt értük el az erőmű történetében. Egy picivel ugyan a terv alatt teljesítettünk, de ez inkább azt mutatja, hogy rendkívül feszes termelési tervet készítettünk magunknak. A pandémia miatti kieséseket megúsztuk, de a szokásos meghibásodásokat nem: a gerjesztőgép meghibásodásait évekkel ezelőtt észleltük, elkezdtük ütemesen felújítani ezeket, de még mindig okoz problémákat. A termelési tervünknek és nekünk is leginkább a generátor-állórész zárlata fájt, akkor nagyjából egy hónapot állt a gép, amíg az állórészt kicserélték, és közben zajlottak ugye a főjavítások is. Négy főjavítás volt idén – mióta 15 hónapos üzemanyagciklussal működnek a blokkok, azóta ötévente kerül sor erre, egyébként évi három van. A pandémia, a meghibásodások, a főjavítások mellett a 2020-as eredmény kifejezetten impozáns.

A biztonsági mutatók is egészen jól alakultak, a 2019-es évvel összevethetők. Kisebb változások vannak az egyes mutatóknál, de a célértékek alatt alakult valamennyi. Azt a tézist ugye ismerjük, hogy jó termelési mutatók kizárólag jó biztonsági mutatók mellett érhetők el, így nem meglepő, hogy 2020-ban is a biztonság és a termelékenység kéz a kézben jártak.

– *Emberi oldalról milyen volt az év, hogyan élték meg az itt dolgozók ezt az időszakot?*

– A tavalyi év azért próbára tette az állományt, de úgy gondolom, hogy a kollégák a nehezített feltételek mellett is remekül vizsgáztak. Azt tapasztaltuk, hogy kiváló a hozzáállás, mindenki megértette, hogy a különleges helyzet különleges szabályokat követel, és igyekeztek ezeket a lehető leginkább betartani. Meggyőződésem, hogy ennek köszönhető, hogy a tavalyi év egészen eredményesre sikerült. Ha szembementek volna a szabályokkal, akkor alighanem nagyobb baj történt volna, hiszen ezen a telephelyen több ezer ember dolgozik együtt, rendkívül nehéz elkülöníteni őket. A minket jellemző óvatosság, a konzervativizmus, a szabálykövetés, ami „békeidőben" is bennünk van, messzemenően segített minket az eredmények elérésében.

Sok kollégának nehéz volt szembesülnie azzal, hogy home office-ba kényszerült. Nem volt könnyű nekünk sem, hiszen meg kellett teremtenünk az otthoni munkavégzés technikai feltételeit is, mert ez nem mindenkinél volt adott. Utólag tanulság számunkra, hogy tudato-

	2020*
MVM PA Zrt. Bruttó éves termelése [GWh]	16054,9
MVM PA Zrt. részarány a a Teljes Bruttó villamosenergia-felhasználásból [%]**	35,57%
MVM PA Zrt. részarány a bruttó hazai termelésből [%]***	47,98%
Paks I. atomerőmű kummulált éves termelt energia	3928,9
Paks II. atomerőmű kummulált éves termelt energia	4042,5
Paks III. atomerőmű kummulált éves termelt energia	4089,4
Paks IV. atomerőmű kummulált éves termelt energia	3994,0

* MAVIR előzetes adatai alapján

** A PA Zrt. MAVIR Zrt. SZOFI rendszerébe bejelentett adatai alapján

*** MAVIR általi 2020-as előzetes adatokhoz képest számítva

sabban kell készülnünk arra, hogy abban a munkavállalói körben, ahol ez lehetséges, a szükséges eszközök és infrastruktúra alapban adott legyen a zökkenőmentes otthoni munkavégzéshez. Sokaknak gyengült a biztonságérzete: otthon, home office-ban kialakulhatott bennük az az egyébként helytelen elképzelés, hogy rájuk nincs is igazán szükség. Ez persze nem igaz, csak nem volt lehetőség foglalkoztatni őket a megszokott feltételek és körülmények között.

– *Nyáron arról beszéltünk, hogy ideiglenesen vannak területek, például a vizsgarendszer, amelyek megálltak. Ezzel mi történt az év második felében?*

– Az oktatások nyáron újraindultak. Mivel láttuk, hogy a pandémiás szituáció elnyúlik, a korábbi tiltást, miszerint a betanulókat otthon tartottuk, fel kellett oldanunk, hiszen több hónap vagy akár egy év szünet az esetükben komoly kiesést jelent később is, amit nem engedhetünk meg magunknak. Ők folytatták a tanulást a korábbi feltételekkel.

– *Mire számítasz ebben az évben?*

– Tavaly év vége környékén a koronavírus angliai mutációjának megjelenése aggasztott, mert azt lehetett hallani, hogy ez gyorsabban terjed, mint az előző variáns. Márpedig itt, ahol nagyobb létszámban, koncentráltan vagyunk jelen naponta, ez komoly veszélyt jelent. Hosszú távon egészen biztosan a vakcina fog megoldást jelenteni. Abban bízom, hogy az idei évben a védőoltás megoldja a problémákat. Ezért is kezdtünk el – függetlenül a pro és kontra érvektől – egy felmérést annak kiderítésére, hogy mekkora az a munkavállalói kör, amely igényli az oltást. Én bízom benne, hogy bölcsen fog viselkedni a csapat, és nőni fog a vakcinapártiak száma, valamint abban is reménykedek, hogy mielőbb elér hozzánk is a védőoltás.

– *Kapnak az erőműben dolgozók speciális elbírálást az oltás vonatkozásában?*

– Elkészült az országos oltási terv, amelyben a kritikus infrastruktúrába tartozó munkavállalók az általános oltási kontingens előtt vannak egy lépcsővel, magyarán majdhogynem az utolsók között fogjuk megkapni a vakcinát. Az elején nyilván az egészségügyi dolgozók, a rendvédelem, a szociális szféra, az idősek szerepelnek, és ha mindent figyelembe veszünk, akkor nyilván az jön ki, hogy mi egészségesek vagyunk, viszonylag fiatalok, tehát éppen a széles népcsoportok előtti kategóriába esünk.

Az ellátásbiztonság fontossága miatt azonban olyan igénnyel fordultunk a tulajdonos felé, hogy a kritikus munkakörbe sorolt munkavállalók mielőbb megkaphassák az oltást. Ez nagyjából 1900 embert érint (a szuperkritikus munkavállalók köre ennél kisebb). Jelenlegi felmérésünk szerint nagyjából az érintett személyzet fele kéri a vakcinát, ami azért igen komoly mennyiség. Egyelőre továbbiakat erről nem tudunk, az MVM összesítette az igényeket, információim szerint az ottani pandémiás csoport jelezte a minisztériumok felé, hogy kérésünk indokolt, most várunk. Reményeink szerint igyekeznek minél nagyobb kontingenst minél hamarabb a rendelkezésünkre bocsátani, de természetesen, ha az országba korlátos számú vakcina érkezik, akkor türelmesnek kell lennünk.

Vannak optimista és pesszimista becslések is arra vonatkozóan, hogy mikorra érünk el akkora átoltottságot, hogy a szigorító intézkedések érdemi enyhítését megtapasztalhassuk. Az optimisták áprilisról beszélnek, a pesszimisták pedig őszről.

A pandémia gazdasági hatásai azonban sajnos valószínűleg túlnyúlnak ezen az éven, nagyon fogjuk érezni később is. Úgy gondolom, hogy az utóbbi hónapok elgondolkodtatták a kollégákat, a munkavállalói preferencia sokat változott: ebben a szituációban a stabil munkahely nagyon felértékelődött. Vannak olyan ágazatok, amelyek nagyon kitettek a vírusnak, és rendkívül rosszul jártak, mint például a vendéglátás, turisztika stb. Mire ezek az iparágak – főleg a családok, akiknek a megélhetése szűnt meg – talpra állnak, az nehéz és kemény időszak lesz. Szerencsések vagyunk, hogy mi olyan terméket állítunk elő, ami a mai gazdasági berendezkedésünk alapja, a társadalom működtetéséhez elengedhetetlenül szükséges.

– *Vannak olyan munkák, amelyeket halasztani kellett, pótolni kell az idei évben?*

– Az első fázisban elhalasztottunk egy bizonyos munkavolument, majd utána igyekeztünk úgy szervezni az évet, hogy mindent, amit terveztünk, hajtsunk is végre. Voltak azért olyan feladatok, amelyek elmaradtak. Például bizonyos beruházási programokat nem tudtunk abban az ütemben folytatni, ahogy szerettük volna, mert külföldi kollégák kellettek hozzá, akik nem tudtak ideutazni. A határok lezárása miatt nem tudtak például jönni üzembe helyezni a cementezőtechnológiánkat, így ott csúszások alakultak, alakulnak ki. Ezekhez a körülményekhez alkalmazkodunk, viszont az elmaradásainkat a jövőben természetesen pótolnunk kell. Összességében, ami az alapműkö-

dést illeti, ott nem volt kompromisszum, mindent végrehajtottunk, és szerencsére a projektfeladatokban is komoly előrehaladás mutatkozik. A TAMF-projektnek például a pandémia többet segített, mint amennyit ártott. Nyilván hiányoztak a kiscsoportos összeülések, gondolatcserék, de amikor óriási adattisztítási meg üzleti folyamatokat átgondoló, megújító feladatokat kell végezni, ott sokat segített, hogy az otthon dolgozó kollégák bele tudtak merülni a munkába, zavartalanul dolgoztak, és végül komolyabb előrehaladást abszolváltak ezen a területen, mintha a benti napi munkavégzés során az egyéb tevékenységek elvonták volna a figyelmüket. Bill Gatesről mesélték egy interjúban a rokonai, hogy néha annyira belefeledkezett a munkába, hogy hetekig nem fürdött. Hasonló kollégáink nekünk is vannak, akik napokig egy szál pizsamában ültek elmerülve a munkájuk felett.

– *Ha ennyire jók a tapasztalatok, lesz olyan, hogy pandémia után is home office-ban dolgozhatnak munkavállalók?*

– Már a pandémia előtt is vizsgáltuk ezt a dolgot. Pont akkoriban, egy évvel ezelőtt volt már arról szó, hogy lenne erre igény, van létjogosultsága, s frissen el is készült a home office szabályzatunk. Majd az élet bizonyította, hogy tényleg így van, és még csak nem is olyan szűk terjedelemben, ahogy annak idején gondoltuk, hanem sokkal szélesebb körben lehet ezt használni. A fiatal generációk ráadásul igénylik ezt a típusú rugalmasságot a munkáltatóktól. Most készül egy új home office szabályzatunk, amelyhez átgondoljuk, mely területeken és hogyan használjuk ezt a bizonyítottan jó lehetőséget.

– *Visszatérő probléma volt az elmúlt években a nyugdíjazások miatt távozó szakembergárda pótlása, ez hogyan alakul idénre?*

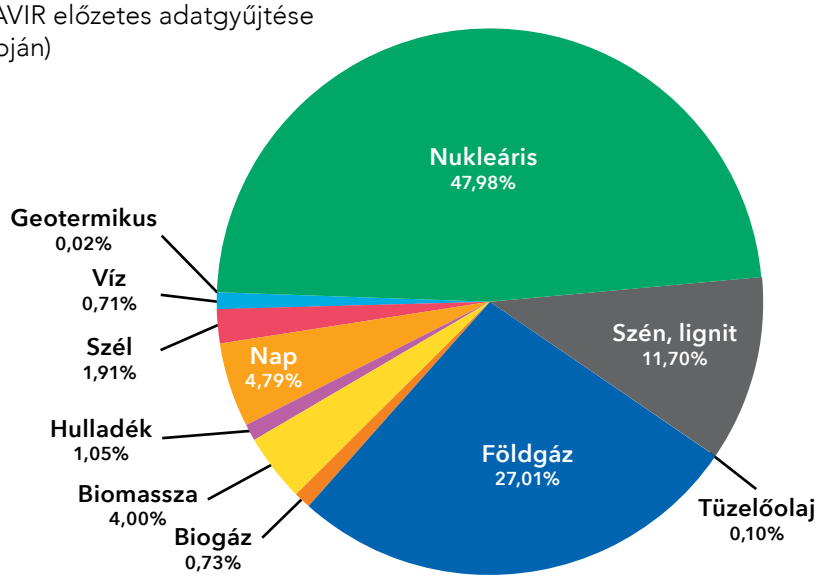
– Többféle okból volt létszámmozgás 2020-ban. Egyrészt a tulajdonunkban lévő társaságok bizonyos funkcionális területeinek feladatait átvettük, az Atomix Kft.-től például a HR-t, a beszerzést, a NUKA-nak pedig szolgáltatási szerződés keretében szakmai támogatást biztosítunk, viszont a döntések megmaradnak a cégeknél. A bizalmat jelentősen erősíti, hogy mindkét társaság nyitott könyv a számunkra, ezáltal javul az együttműködés. Ennek kapcsán átvettünk embereket, s ebből eredt a létszámmozgás egyik része. Másrészt a meghirdetett üzemviteli mérnök munkakörökre szép számú jelentkező érkezett, és terven felül tudtunk felvenni az ezen pozícióra alkalmas kollégákat. Reméljük, hogy az ipar sem fogja elszívni az így kiválasztott munkaerőt, hanem az emberek gyökeret tudnak verni itt. Összességében 2020-ban kevesebben mentek nyugdíjba, mint ahány új munkavállalót felvettünk. 2021-ben létszámnövekedést csak az üzemviteli munkaköröknél tervezünk. Ha a tavalyihoz hasonló lesz a jelentkezési hajlandóság, akkor egy felvételi kontingenst előre tudunk hozni.

– *A normál üzemmeneten túl milyen különleges történésekre számítasz 2021-ben?*

– Az év végén át fogjuk adni a szomszédos területen az 5-ös, 6-os blokk üzemi területét. Évek óta zajlik ott a terület műszaki függetlenítése, ezt idén lezárjuk, és miután tőlünk megkapja, a Paks II. is átadja majd a területet a beruházónak – ez igen fontos momentum lesz az életünkben.

Izgalmas lesz az idei WANO partneri vizsgálat, amelyet tavalyra terveztünk, de a pandémia miatt teljesen elmaradt. Ez most egy egyedi felülvizsgálat lesz, a környező országokból érkeznek majd a vizsgálócsoport tagjai, ahonnét nem kell repülni, hanem a kollégák autóval ide tudnak jönni. A vizsgálat a megszokottnál szűkebb terjedelemben az alapvető működési területekre korlátozódik majd.

Részarány a bruttó hazai termelésben
(MAVIR előzetes adatgyűjtése alapján)



Védőoltás az atomerőműben

Lehmann Katalin | Fotó: stock.adobe.com

Mindennapjaink egyik megkerülhetetlen témájává és a közbeszéd részévé vált már nemcsak a pandémia és annak társadalomra gyakorolt legkülönfélébb hatása, hanem a Covid–19 elleni védőoltások beadásának ütemezése is. Az atomerőmű munkavállalóinak lehetséges oltási tervét a január 18-án kiadott vezérigazgatói utasítás tartalmazza. Bana Jánossal, a Védelmi Főosztály főosztályvezetőjével beszélgettem.

– *A január 18-án kiadott vezérigazgatói utasítás tartalmazza a Covid–19 elleni védőoltás biztosításának szabályozását, az oltási tervet. Milyen munkavállalókra terjed ki az utasítás hatálya?*

– A vezérigazgatói utasítás az atomerőmű és az Atomix Kft. munkavállalóinak védőoltási tervét tartalmazza. Az oltási terv határozza meg a beoltási sorrendet. Először a kritikus üzemviteli munkakörökbe tartozókat, majd a BESZ-be beosztottakat és a karbantartókat, végül az egyéb munkavállalók oltását hajtjuk végre. Aki az országos terv szerint előbb kaphatja meg az oltást (60 év feletti, krónikus beteg, egészségügyben dolgozik), az országosan kijelölt oltópontokon is megkaphatja a védőoltást, ha nem akarja megvárni az atomerőműben szervezett oltást. Azok, akik már átestek a betegségen, 3 hónapon belül nem kaphatják meg a védőoltást, jelenlegi ismereteink alapján ők már védettek a megbetegedéssel szemben.

Más, az atomerőmű területén munkát végző vállalkozások számára sajnos nem tudunk védőoltást biztosítani, ők az országos oltási terv szerint kapják meg a védőoltást.

– *Hogyan kell és hogyan fogja biztosítani az atomerőmű dolgozói számára a védőoltást? Kik és hogyan szervezik meg a szállítást és a tárolást?*

– A Nemzeti Népegészségügyi Központtal (NNK) egyeztetve az oltóanyagot várhatóan a megyei

oltóközponttól kapjuk meg. Az oltóanyag atomerőműbe szállítását az Atomerőmű Tűzoltóság oldja meg, ha kell, napi beszállítással. A tárolást a foglalkozás-egészségügyi szolgáltató végzi. A szállítás és tárolás követelményei a biztosított oltóanyag típusától függnek, amit a védőoltás megérkezése előtt az illetékes hatósággal egyeztetni fogunk. Az oltóanyag felhasználását szigorúan szabályozzák, ezért csak azok számára tudunk első lépcsőben védőoltást biztosítani, akik regisztráltak az oltásra.

A jelenleg forgalomban lévő védőoltások kétlépcsősek, tehát két oltás szükséges a teljes védettség eléréséhez. A védőoltás típusát nem lehet megválasztani, az oltakozás azzal a vakcinával fog megtörténni, melyet központilag biztosítanak. A védőoltás ingyenes, de az oltás beadásának feltételeit az atomerőmű finanszírozza.

– *Az országos regisztráción kívül is szükséges regisztrálni az oltásra, vagy elegendő csak a munkahelyi vezetőnek jelezni az oltakozási szándékot?*

– A regisztráció kétlépcsős. Első lépésben regisztrálni kell az országos oltási programban a vakcinainfo.gov.hu oldalon. Második lépésben regisztrálni kell az atomerőmű Jóléti Osztályánál is a megadott e-mail-címen. Sajnos az NNK nem tudott eltekinteni az országos regisztrációtól. Nagyon fontos, hogy aki regisztrált, az adassa is be magának a védőoltást.

– *Mikor kezdődik meg az oltakozás? Hol lesznek kialakítva oltási pontok?*

– Az oltakozás kezdő időpontját jelenleg nem tudjuk megmondani, mivel ez erősen függ a rendelkezésre álló vakcina mennyiségétől. Reményeink szerint március végén, április elején már lesz elegendő vakcina az országban, és megkezdhetjük a védőoltások beadását.

Az erőmű területén három oltópont lesz kialakítva, a tűzoltólaktanyában, az orvosi rendelőben és az irodaépület földszintjén. Az oltópontokon két oltóhely lesz, egymástól elválasztva, illetve sürgősségi ellátóhelyek, valamint pihenőhelyek, mivel az oltás után 30 percig a helyszínen kell maradni. Törekedtünk arra az oltási helyek kiválasztásánál, hogy megfelelő nagyságú legyen a pihenőhelyiség, hogy a távolságtartási szabályokat be lehessen tartani.

– *Hogyan zajlik majd a védőoltás beadásának folyamata? Hogyan kerülik el a várakozást, és hogyan tartják be a speciális higiénés szabályokat?*

– A védőoltás beadása néhány perc, de utána a 30 perces megfigyelési időt be kell tartani, ezért nagyon fontos, hogy az adott napra és időpontra bejelentkezett munkavállaló megjelenjen a helyszínen, és az oltást be tudjuk adni. A helyszínen a kézfertőtlenítés biztosított lesz, a maszkviselés az atomerőmű területén kötelező, a pihenőhely úgy lesz kialakítva, hogy a távolságtartás biztosított legyen. A sorban állás elkerülésére adott napon és félórás időbeosztással regisztrálhatnak a munkavállalók a védőoltás beadására. Amint megérkezik a védőoltás, a regisztrációs felületet elérhetővé tesszük.

– *Hogyan alakították ki a védőoltás ütemtervét? A második védőoltás beadását milyen elvek alapján szervezik meg?*

– A védőoltások beadásának sorrendjét alapvetően az üzemeltetésben és a nukleáris biztonság fenntartásában, valamint a pandémia kezelésében betöltött szerep alapján határoztuk meg. Kiemelten a szuperkritikus üzemviteli személyzettel kezdünk, és a már ismertetett sorrend szerint folytatjuk a védőoltások beadását. A második oltás mindenki számára biztosított lesz. Az első oltás beadásakor egy igazolólapot kap mindenki, amin fel lesz tüntetve a második oltás időpontja. A második oltás megszervezése hasonló elvek alapján történik, mint az első oltásé.

– *Hányan jelezték oltási szándékukat? Ez a számadat az atomerőmű védőoltás-biztosítása szempontjából teljesíthetőnek bizonyul?*

– Az atomerőmű munkavállalói közül eddig közel 900 fő, az Atomix munkavállalói közül közel 400 fő jelezte igényét a védőoltásra. Ez sajnos elmarad a kétharmados szinttől, ami szükséges lenne a járvány csökkentéséhez, de reméljük, hogy a következő időszakban nőni fog az oltakozási kedv. Aki nem jelentkezett eddig a védőoltásra, azok számára csak egy második hullámban vagy az állami oltási rendszerben tudjuk a védőoltást biztosítani, mivel meg kellett adni az igényelt oltások számát a Nemzeti Népegészségügyi Központ számára.

Remélem, hogy minél előbb megkezdhetjük a védőoltások beadását, ezzel is biztosítva azt, hogy az atomerőművet továbbra is biztonságosan és folyamatosan tudjuk üzemeltetni.

Koronakrónika

Váczi Gergő | Fotó: TV2, stock.adobe.com

Közel egy éve sújtja az egész világot az új koronavírus-fertőzés, egészen pontosan a Covid–19 betegség. Ebben az időszakban Magyarországon igazoltan több mint 350 ezer ember fertőződött meg, és közel 11 500 ember hunyt el. A világon pedig a fertőzöttek száma majdnem eléri a 95 milliót, és elhunyt több mint 2 millió ember. Szörnyű adatok, és sajnos a járvány még tombol, tehát ezen adatok további növekedésére kell felkészülni. De már látni a fényt az alagút végén. Vakcina, sőt vakcinák állnak már rendelkezésre, és az oltások el is kezdődtek. Szakemberek szerint csak ez, tehát a lakosság nagy részének átoltottsága vezethet a vírus megállításához és az életünk normalizálódásához. Rusvai Miklós virológussal beszélgettünk.

– *Rengeteget hallunk a vakcináról. Ön is nap mint nap közli különböző médiumokban az újabb és újabb információkat ezzel kapcsolatban. De a beszélgetés legelején tisztázzuk, hogy miért is kell a vakcina. Mit okoz a szervezetben, milyen folyamatok játszódnak le bennünk?*

– Engedje meg, hogy kicsit távolabbról kezdjem. A magasabb szintű szervezetek, közte az ember is, egy speciális védekezőrendszert, az úgynevezett immunrendszert fejlesztette ki az evolúció során. Mindezt azért, hogy a kívülről jövő apró mikroorganizmusok ellen védekezni tudjon. Ezek a mikroorganizmusok minden légvétellel, minden falat étellel, minden sebzéssel rendkívül nagyszámban jutnak be a szervezetünkbe. Az immunrendszer azt szolgálja, hogy ezek ne tudjanak elszaporodni, és ne tudjanak bennünk betegséget okozni. Az immunrendszernek kétféle komponense van, a sejtes immunitás és az antitest vagy ellenanyag típusú immunitás, ami egyébként elsősorban a védekezésünket szolgálja. A vakcina tulajdonképpen stimulálja az immunrendszert, és így az megtanulja felismerni az idegen anyagot, amely ellen – ha az a későbbiekben ténylegesen bekerül a szervezetbe – védekezni

tud. Speciális molekulák képződnek, amelyek segítenek abban, hogy tönkretegyék a kórokozó mikroorganizmusokat, legyen az baktérium vagy gomba vagy parazita vagy – mint jelen esetben – vírus. Míg a korábbi oltóanyagok elsősorban teljes mikroorganizmusokat juttattak a szervezetbe, a mostani modern vakcinák csak bizonyos komponenseket. Így célzottan tudunk válogatni azok között a mikroorganizmus-antigének között, amelyek az immunválaszban a védekezésünkhöz szükségesek.

– *Említette, hogy nap mint nap rengeteg külső mikroorganizmus jut be a szervezetünkbe. A Covid–19 miért tud, tudott ekkora kárt okozni? Miért nem akad fenn az immunrendszeren?*
– Fennakad. Ne felejtsük el, hogy van velünk született immunitás is, és ennek köszönhető, hogy számos ember tünetmentesen vészeli át a fertőzést. Tehát az immunrendszerünk nagyon is jól működik a Covid esetében is. Csak mi azt szeretnénk, ha senki nem betegedne meg. Az idősek és a különböző sokszervi betegséggel küzdők is akadálytalanul folytathatnák az életüket. A Covid-fertőzések jelentős része tünetmentesen zajlik, mert a vírus fennakad az immunrendszeren, de az esetek bizonyos százalékában áttör ezen a védekezőrendszeren. Ezt akarjuk kiküszöbölni például a vakcina használatával.

– *Az emberek hány százalékánál zajlik le a fertőzés tünetmentesen?*
– A nemzetközi statisztikák szerint 90%-a a fertőzötteknek tünetmentes, tehát ők azok, akik valószínűleg nem is tudják, hogy elkapták a fertőzést, és 10% az, aki valamilyen enyhébb vagy súlyosabb tünetet mutat.

– *Ebből kiindulva akkor a jelenlegi körülbelül 350 ezer regisztrált fertőzött számát meg kell szorozni legalább tízzel, és ez mutatja a tényleges fertőzöttséget?*
– Így van.

– *Akkor hozzávetőlegesen 3-3,5 millió emberen már lehet, hogy átment a vírus?*
– Így van, ez teljesen jogos feltételezés. A probléma az, hogy ennek a 3,5 millió embernek, aki Magyarországon már vélhetőleg átesett a fertőzésen, egy jelentős része nem válik immunissá. Tehát az ő szervezetük olyan gyorsan küzdötte le a Covid-fertőzést, hogy gyakorlatilag maradandó immunitás nem képződött, ezért a későbbiekben újrafertőződhetnek. Körülbelül 30%-uk az, aki védett, tehát mintegy egymillió ember az, aki a betegség átvészelése, sokszor tünetmentes átvészelése révén védettséget szerzett.

– *De a többieket ugyanúgy oltani kell?*
– Igen, a többieket ugyanúgy oltani kell.

– *Nagyon sokszor hallunk az úgynevezett nyájimmunitásról, de mit jelent ez pontosan?*
– A nyájimmunitás elmélete szerint az emberről emberre terjedő

betegségek számára nehezebb fenntartani a fertőzésláncot, ha a népesség jelentős része immunis. Minél nagyobb egy populációban az immunis egyének száma, annál kisebb a valószínűsége, hogy egy egészséges ember egy fertőzöttel kerüljön kapcsolatba. Ezt az immunitást a Covid–19-pandémia esetében 70%-ra becsülik, de nem lehet pontosan megmondani. A nyájimmunitás két komponensből tevődik össze. Olyanokból, akik az átvészelés során kellő immunitásra tettek szert, illetve olyanokból, akik a vakcinázás révén tettek szert ugyanerre a megfelelő szintű immunitásra.

– Mi történik akkor, ha olyan valaki kapja meg az oltást, aki tünetmentesen vészelte át a betegséget?

– Erősebb lesz az immunitása. Ő az, aki adott esetben sokkal hosszabb ideig, sokkal erősebb védelmet élvez, mint az átlag.

– Ezt a beszélgetést január közepén folytatjuk. Jelenleg az Európai Unióban a Pfizer–BioNTech és a Moderna vakcinákat engedélyezték. Mit lehet tudni a védettség időtartamáról?

– Nehéz erről még releváns információval szolgálni. Azért nehéz nyilatkozni, mert az első immunizálások – még kísérleti csoportokon – nagyjából júliusban kezdődtek ezekkel a vakcinákkal. Annyit tudunk, hogy azokban a személyekben még tart az immunitás, tehát minimum fél évig biztosan védelmet nyújtanak.

– A védettség elmúlásával pedig újra oltani kell majd?

– Igen, ez szinte biztos, hogy így van. Ezt azért állíthatjuk nagy valószínűséggel, mert a koronavírusok általános tulajdonságai alapján kijelenthető, hogy az ellenük történő vakcinázás nem ad életre szóló védettséget. Nagy valószínűséggel a Covid–19 sem lesz kivétel.

– Sokat hallunk a vírustagadókról, valamint olyanokról, akik ugyan a vírus létezését nem kérdőjelezik meg, de oltásellenesek. Mivel tudna érvelni az oltások mellett?

– Elsőként azt kell leszögeznem, hogy szerencsére az abszolút vírusellenesek száma egyre jobban csökken. Az oltással kapcsolatban is pozitív elmozdulást lehet tapasztalni. De nézzük a számokat. Vegyük figyelembe, hogy a betegség 10 ezer emberből körülbelül 200-nál halállal végződik, további 2-300 embernél maradandó, tartós szövődményeket idéz elő: tüdőfibrózist, infarktushajlamot, idegrendszeri problémákat, stroke-hajlamot. És ha nézzük a vakcinázást, akkor a nemzetközi átlag szerint 10 ezerből egy embernél van viszonylag súlyosabb szövődmény. Ez az úgynevezett allergiás reakció, ami kezelhető, és azonnal helyreállítható a páciens egészsége. Tehát 10 ezerből 200 meghal, 300-nál szövődmény van a betegség esetén. A vakcinázás esetén 10 ezerből egynél múló mellékhatás van. Akkor most az összehasonlításnál melyik nyer? Sokkal jobban megéri magunkat vakcináztatni, és elkerülni a betegséget, mint adott esetben kockáztatni azt, hogy megkapjuk a fertőzést, és megbetegszünk.

– Az oltást akkor is ajánlja, ha az embernek nincs semmilyen ismert krónikus betegsége?

– Mindenképpen. Bárkinek, aki még eddig nem fertőződött a koronavírussal, mindenképpen célszerű oltatnia magát, ha pedig már korábban megfertőződött, átvészelte, akkor sem fog megártani, csak neki esetleg nincs szüksége rá. Ennyi a különbség.

– A krónikus betegségek közül miért a cukorbetegség, a magas vérnyomás, valamint az elhízás a leginkább veszélyeztető tényezők?

– Azért, mert a vírus a szívizomsejtekben is képes szaporodni, és a szívizomsejteket is képes károsítani. Két olyan szervünk van, ami nem képes regenerálódni. Az egyik az agy, a másik a szívizomzat. Tehát ha ezekben a szervekben sejtpusztulás következik be, akkor az nem pótlódik. Ennek következtében a szív fokozottan érzékennyé válik, és kevésbé tudja a pumpafunkcióját elvégezni. A túlsúly túlmunkát jelent. Olyan, mintha egy átlagos testsúlyú ember 30-40 kg-ot cipelne folyamatosan egy hátizsákban. Óriási a terhelés a szívizomzaton, ami már különben is igénybe van véve a koronavírus-fertőzés által. Ugyanez a helyzet a magas vérnyomás esetén is. Rendkívül erőteljes túlmunkát követel a magas vérnyomás a szívizomzattól, és ezért jelent kockázati tényezőt.

– És mi a helyzet a tüdővel?

– Igen. A vírus másik szaporodási helye a légzőhám, a tüdő. Tehát a légúti allergiások, az asztmások, a különböző egyéb krónikus légzőszervi betegségben szenvedők, az erős dohányosok azért számítanak rizikócsoportnak, mert náluk a tüdő légzőfelülete fog erőteljesen csökkeni a vírusfertőzés hatására. Tehát minden kockázati tényező, amit felsorolunk, a cukorbetegség, a magas vérnyomás, a szív- és érrendszeri betegség, a légúti krónikus bántalmak, mind-mind valamilyen módon odakapcsolódik, hogy vagy a szív, vagy a tüdő munkájának kellene fokozódnia, és ezt a vírusfertőzés nagyon erőteljesen károsítja.

– Azok, akik időszakos allergiában szenvednek, például a parlagfűre érzékenyek, szintén veszélyeztetettek? Vagy csak akkor, amikor éppen tombol a parlagfű virágzása?

– A legnagyobb veszély a légúti allergia szezonjában van, mert az immunsejtjeink túlreagálják vagy túlreagálhatják a vírus jelenletét. Ha pedig túlreagálja, akkor az meg is ölheti az embert. Ilyenkor beszélünk citokinviharról. Az allergiásoknál eleve van egy túlreakcióra való hajlam a légutakban, és ez könnyebben kialakulhat a vírusfertőzés hatására. Elsősorban persze az allergiás szezonban, de anélkül is, hiszen a túlreagálásra való hajlam élethossziglan megmarad. Ezért van egyébként az, hogy az oltásnál

is jelezni kell az orvosnak, hogyha valamilyen légúti vagy egyéb allergiával terhelt személy jelentkezik oltásra. Nála ugyanis nagyobb a valószínűsége annak, hogy a korábban említett egy a 10 ezer esetből bekövetkező allergiás reakció fellépjen.

– Az oltást követően mikor jelentkezhet ez a bizonyos allergiás reakció?

– 5-10 percen belül, de ez az oltás után szinte azonnal jelentkező reakció. Fontos az leszögezni, hogy ez minden esetben kezelhető, tehát orvosi felügyelet esetén semmiképpen sem halálos reakcióról van szó. Ezért kell az oltás után fél óráig az oltás helyszínén maradni.

– Ha a jövőbe tekintünk, akkor milyen víziónk lehet a vírusok tekintetében? Milyen gyakorisággal kell az ilyen vírusokra felkészülnünk, arra, hogy egy ehhez hasonló világjárvány söpörjön végig a földön?

– Ez sajnos egy „orosz rulett". Ugyanúgy ahogy nagyon nehéz megjósolni a földrengések időpontját is, vagy hogy mikor csap le egy ciklon vagy szélvihar. Tehát ez előre nem megjósolható. Lehet, hogy öt éven belül jön a következő, és lehet, hogy száz év múlva jelentkezik egy újabb. Ez sajnos nem tudható előre.

Vakcinaválaszték

Rusvai Miklós a vakcinákról

– Vegyük górcső alá a jelenleg ismert vakcinákat. Az Európai Unióban a BioNTech–Pfizer, valamint a Moderna oltások vannak engedélyezve. Mit lehet ezekről tudni?

– Mind a kettő m-RNS-alapú. Ez a vakcinázás fűződik Karikó Katalin professzor asszony nevéhez. Óriási előnye, és ez most jelen esetben nagyon sokat számított, hogy nagyon gyorsan előállítható, nagyon biztonságos. Ez egy új technológia, korábban ilyen vakcinák nem léteztek. De ahogy a technológiai fejlesztés töretlen az autóiparban vagy a számítógéptechnikában, ugyanúgy természetesen a vakcinakészítés is töretlenül fejlődik. Ezért lehetett ilyen gyorsan előállítani. És mindenkit megnyugtatok, hogy ezek a vakcinák teljesen biztonságosak. Az m-RNS, azaz a messenger-RNS-alapú vakcinázás azon alapszik, hogy a vírusnak nem szükséges a teljes antigénkészlete ahhoz, hogy védettséget kialakítson. A koronavírus esetében egyetlen egy fehérje, az úgynevezett tüskefehérje elegendő, ami a védekezést kiváltja, az immunitást kialakítja. Ha ennek a tüskefehérjének a genetikai információját kinyerjük a vírusból, úgynevezett m-RNS formájában, és ezt beoltjuk az ember szervezetében, akkor kockázatmentesen járunk el. A lényeg, hogy a betegség nem alakulhat ki, de az immunitás igen.

– És ezt minden ember, bármilyen betegségtől terhelve is megkaphatja, és a szervezete várhatóan ugyanúgy reagál erre az oltásra?

– Így van, de emlékeztetni szeretnék, hogy 10 ezerből egy esetben allergiás túlreakció léphet fel. De ezek nem az m-RNS-re alakulnak ki a páciensekben, hanem a különböző stabilizáló- és segítőanyagokra, amelyek a vakcinában vannak, és amik az m-RNS lebomlását gátolják. Ezeknek a kísérőanyagoknak a hatására alakulhatnak ki allergiás reakciók. A pontosság kedvéért el kell mondani, hogy jelenleg három csoportnál még nem ajánlják ezt a típusú vakcinát. Terhes kismamák, 18 éven aluliak és immunhiányos emberek oltására még nem használják. De pusztán azért, mert ezekben a csoportokban nem tesztelték elég számú önkéntesen ahhoz, hogy ki lehessen jelenteni, hogy teljesen aggálymentesen használható.

– Ön is említette Karikó Katalin professzor asszonyt, aki ezen technológia kifejlesztését vezette. Több helyen lehetett olvasni, hogy munkáját és felfedezését akár Nobel-díjjal is jutalmazhatnák. Elképzelhetőnek tartja ezt?

– Ez mindig utólag derül ki. 2002-ben, amikor ezt kidolgozta, mindenki meghúzta a vállát. Most, hogy szükségessé vált ennek a bevetése, ennek a technológiának világszinten történő alkalmazása, óriási mértékben felértékelődött ez a felfedezés. És a kérdésére válaszolva, igen, ha ez beválik – már pedig egyelőre úgy tűnik, hogy beválik –, akkor ő érdemei alapján felterjeszthető az orvosi Nobel-díjra.

– Beszéljünk az orosz vakcináról. Az régi eljáráson alapul?

– Nem, az is egy új technológia. Az orosz vakcina, valamint az angol Astra Zeneca, amit oxfordi vakcinának is szoktak emlegetni, az úgynevezett vektorvakcina. Ilyet sem alkalmaztak még emberek immunizálására. Azt használják ki, hogy vannak bizonyos vírusok, amelyek nem okoznak betegséget a szervezetünkben. Ilyen, nem kórokozóképes vírusba vitték be ugyanazt a genetikai információt, amit „pucéran" tartalmaz az m-RNS-vakcina. Itt annyi a különbség, hogy beletesznek egy ártalmatlan vírusba, amit ha beoltanak a szervezetünkbe, ugyanúgy fertőzi a sejtjeinket, mint amikor normálisan fertőződünk velük a hétköznapok során. Így betegséget nem okozva szaporodnak a szervezetünkben, de immunissá teszik a koronavírus-tüskefehérje ellen az embert. Itt csak az a gond, ha valaki korábban, még a vakcinázás előtt ezzel a hordozó, ártalmatlan, úgynevezett adenovírussal találkozott élete során, akkor erre a hordozóra immunis, és az nem tudja megfertőzni a sejtjeit. Magyarul

a vakcina nem tudja kifejteni a hatását.

– *Akkor ez azt jelenti, hogy mielőtt az orosz és az angol vakcinát beadják, előtte szűrni kellene a pácienseket?*
– Vagy ez, vagy pedig kissé hazárdjátékot folytatunk. Jelen ismereteink szerint azzal az adenovírussal, amivel az orosz vakcina dolgozik, a lakosság körülbelül 15%-a találkozott már élete során. Amivel az angol vakcina dolgozik, kevesebb mint 5%. Ez azt jelenti, hogy ennyi százalékot le kell vonni a hatékonyságukból. Tehát, ha azt mondjuk, hogy az orosz vakcina 95%-ban hatékony, levonjuk belőle a 15%-ot, még mindig 80%-ban hatásos. Ha az angol vakcina 95%-ban hatékony, és levonjuk az 5%-ot, akkor azt mondjuk, hogy 90%-ban hatásos. Ez még mindig messze jobb, mint az a 60%, ami előírás a vakcinahatékonyság során.

– *A kínai vakcináról mit lehet tudni? Ha jól tudom, ott többfajta kutatás zajlik.*
– Náluk is fejlesztenek ki egyrészt ilyen adenovírus-alapú vakcinát. Amit az előbb még nem említettem, és fontos előnye az orosz, az angol és ennek a kínai vakcinának, hogy ezek a vakcinák nem igényelnek hűtést. Míg a Pfizer–BioNTech-vakcinát –70-80 fokon kell szállítani és tárolni, a Moderna vakcinát –20 fokon. Az úgynevezett adenovírus-vektorral dolgozó vakcina szobahőmérsékleten is napokig eláll, tehát sokkal kevésbé érzékeny, ezért egy kevésbé fejlett országban, ahol nem oldható meg a hűtési lánc a repülőtértől a felhasználásig, sokkal népszerűbb lesz. Fontos leszögezni, hogy minden oltóanyagnak van előnye és hátránya is. A másik

kínai vakcina az úgynevezett inaktivált vakcina. Ez egy teljes vírus, tehát a vírusnak valamennyi antigénjét tartalmazza. Megtermelik szövettenyészeten a koronavírust nagy mennyiségben, majd utána elölik, tehát egy olyan kíméletes kezelésnek vetik alá, ami során a szaporodóképességét elveszíti, de az antigénjei nem sérülnek. Ha ezt a teljes antigenitású vírust beoltják az emberbe, sokkal összetettebb immunválasz várható el. Ez az a vakcina, ami még ártalmatlanabb, még kevésbé vált ki allergiás reakciót, mint például a korábbi vakcinák. Tehát az ilyen inaktivált vakcinákat ajánlják például terhes kismamák, immunhiányos személyek vagy kisgyerekek oltására, de ilyen még nem nyert engedélyt az Európai Unióban.

– *És az izraeli oltóanyag? Ugye Izraellel kapcsolatban lehet azt tudni, hogy már most viszonylag magas az átoltottság, tehát jó ütemben haladnak. Arról az oltóanyagról mit lehet tudni?*
– Ők is a Modernát és a Pfizer–BioNTechet használják, továbbá engedélyt kapott náluk még három másik vakcina is. Többek között az orosz meg az egyik kínai is. Nagyon sokféle vakcinával dolgoznak. Saját fejlesztésű vakcinájuk nincsen, de nagyon soknak engedélyezték a használatát, és ezért sokkal gyorsabban halad a vakcinázás.

– *Többfajta vakcinát, többfajta eljárást említett. Az oltóanyagokat lehet keverni? Ismétlő oltásra mindenképpen szükség van? Mi történik akkor, hogyha az első mondjuk Pfizer típusú oltóanyag, a másik pedig egy orosz típusú vakcina?*
– Nagyon nem szerencsés, éppen azért, mert más a hatásmechanizmusa a vakcinának. Elvileg lehetséges, hogy ugyanolyan immunitás elérhető ezzel az „öszvérmegoldással" is, de nem tanácsos, mert a legjobb hatékonyság és a gyártó által kipróbált technológia azonos oltóanyagot feltételez. Tehát egyszerűen nincs tapasztalatunk arról, hogy ilyen esetekben mi történik.

Ismerős arcok

Kanczler-Thuróczy Zsuzsanna

A Paksi Atomerőmű (egyébként jelenleg is látható) munkáltatói márka hirdetéseivel először 2020 novemberében találkozhatott a nagyközönség. Az országos reklámkampány célja – a vonatkozó stratégiai akció alapján – „…a kívülről nézett munkáltatói márka vonzóvá tétele, olyan cégkép kialakítása, amely képes felkelteni a 21. században a munkaerőpiacra lépők figyelmét, és hiteles értékígéretekkel a vállalathoz vonzani a kívánt minőségű és mennyiségű munkaerőt. Az akció másik célja a munkáltatói márka belső fejlesztése, ez – vagyis a meglévő dolgozók vélekedése – fogja ugyanis hitelesíteni a külvilág számára megfogalmazott üzeneteket. A saját munkavállalók a munkáltatói márka egyszemélyes nagykövetei is, akik nem csupán a munkáltatóról alkotott véleményükkel, de ajánlásaikkal is tudják segíteni az új munkaerő bevonzását. A munkáltatói márka belső fejlesztése támogatja az atomerőmű munkaerő-megtartó képességét is, amely rendkívül fontos eleme a szükséges humánerőforrás biztosításának."

A kampány hirdetésein a cégvezetés javaslatai alapján kiválasztott olyan kollégák szerepelnek, akik – amellett, hogy önzetlenül vállalták az „atomerőmű arca" szerepet és az ezzel járó feladatokat – megtestesítenek egy-egy, az atomerőmű szempontjából fontos célcsoportot.

Eigemann Réka, Menyhei Dávid, Bajnai Péter Krisztián, dr. Kovács Antal és Iványi Krisztina nem csupán az arcukat, de a vállalat iránti elkötelezettségüket kifejező személyes gondolatukat is „kölcsönadták" az atomerőműnek, ezzel hitelesítve a rekrutációs (népszerűsítési, toborzás) üzenetet: a Paksi Atomerőműben dolgozni jó, másoknak is ezt ajánljuk!

Az atomerőmű munkáltatói márka kampánya szervesen kapcsolódik az MVM Csoport Karrierportáljának megismertetéséhez: a 2020 augusztusában indult tematikus weboldal egy helyen biztosítja a társaságcsoport tagvállalati álláshirdetéseinek elérhetőségét, illetve a jelentkezések, önéletrajzok beküldésének lehetőségét is.

Eigemann Réka

Jelenleg a Rendszertechnikai Főosztályon dolgozom műszaki főszakértői beosztásban. Viszonylag friss a váltás, 2020 novemberében kerültem át ide a TAMF Kiemelt Projekt soraiból. Egy háromfős csoport tagja lettem, kollégáimmal a TAMF keretein belül bevezetendő sztenderd nukleáris működési modell egyik ágával, a konfigurációmenedzsment folyamatával foglalkozunk.
Közvetlen megkeresést kaptam a munkáltatói márka építésével foglalkozó kolléganőktől, ugyanis cél volt, hogy a „fiatal női műszaki értelmiség" is megjelenjen a kampányban. Megtisztelőnek éreztem, hogy rám gondoltak, így én képviselhetném a cégünket ebben a kategóriában, és egyben izgalmasnak is tűnt a dolog, ezért nem volt kérdés, hogy vállalom-e.
Eleinte furcsa érzés volt viszontlátni magam a különböző platformokon, de továbbra is úgy gondolom, megtisztelő feladat, ha az ember ilyen formában is képviselheti, népszerűsítheti a munkahelyét. A környezetem is büszke rám, sok ismerősömtől és családtagomtól kaptam vissza a bizonyítékokat, hogy épp hol „jöttem szembe" velük.
Már a gimnáziumban kitűztem magam elé azt a célt, hogy itt szeretnék dolgozni, és az itt töltött évek alatt egyszer sem kellett megkérdőjeleznem magamban a döntésemet. Úgy gondolom, az én korosztályom számára kiemelten fontos egy olyan stabil munkahely, ami amellett, hogy izgalmas feladatok és kihívások elé állítja az embert, megteremt minden olyan feltételt is, ami a munkavállalók, mint egyének érdekeit szolgálja, legyen az akár a fizetés, a rugalmas munkaidő vagy az egyéb juttatások és támogatások köre. Én mindezt megtaláltam az atomerőműben, büszke vagyok rá és örülök, hogy itt dolgozhatok.
Pakson élünk a vőlegényemmel, aki fegyveres biztonsági őrként dolgozik az Atomix Kft.-nél. Szabadidőnk jelentős részét jelenleg az esküvőre való készülődés teszi ki, emellett pedig sok időt töltünk a kutyáinkkal is, akikkel lassan két éve egészült ki a kis családunk. Amikor időm engedi, szívesen olvasok könyveket, vagy adózom az egyik legkedvesebb hobbimnak, az írásnak.

ATOMERŐMŰBEN DOLGOZOM – ÉS NEKED IS EZT AJÁNLOM!

„…mert vonzanak a különleges műszaki kihívások és mérnöki feladatok!”

Eigemann Réka
műszaki szakértő

atom erőmű
MVM

Van eszünk hozzá.

Csatlakozz Te is
az energia szakértőihez!
mvm.karrierportal.hu

Bajnai Péter Krisztián

1992-ben kezdtem primer köri gépészként az atomerőműben. 2004 óta reaktoroperátori, majd blokkügyeletesi munkakörökben dolgoztam. 2 éven keresztül az egy műszakos munkarendbe is sikerült „belekóstolnom". A blokkügyeletesi székbe visszaülve 2020 decemberében ügyeletes mérnöki vizsgát tettem.

A megkeresés megtisztelő volt számomra, mert az emberi és szakmai hitelességem kapott ezzel elismerést. A részvételemet egy olyan dologban vállaltam, ami lehetőséget teremthet arra, hogy népszerűsíthessük a céget mint munkahelyet. Egy számomra eddig ismeretlen feladat elé állítottak (riportokban való szereplés, fotózás), melyet próbáltam úgy teljesíteni, hogy hasznos tagja tudjak lenni az erre a feladatra kijelölt csapatnak. Az ember mindig a környezet visszacsatolásaiból tudja megállapítani, értékelni, hogy jól csinál-e valamit. Az ismerősök, a szélesebben értendő család visszajelzéseiből kapok bátorítást, hogy ez is egy hasznos dolognak sikerült.

19 éves korom óta dolgozom hivatalosan itt. Ez a lassan 30 év és a közben természetszerűleg változó élethelyzetem rámutatott arra, hogy bármi is történjék a „nagyvilágban", ez egy biztos megélhetést nyújtó munkahely. Négy leánygyermekes apaként felelősségtudatosan szeretek itt üzemeltetni.

Szüksége van a cégnek a folyamatos szakember-utánpótlásra. Ez a kampány is egy lehetőség arra, hogy motiváljuk a munkahelyet kereső, munkahelyváltáson gondolkodó embereket. Megmutassuk nekik, hogy ez egy biztos megélhetést, szakmai megbecsülést nyújtó munkahely. Persze ennek csak akkor van értelme, jövőbe mutató eredménye, ha a cégnél – mind vezetői, mind munkavállalói részről – teszünk azért, hogy mi egymás között is jól érezzük magunkat a munkahelyünkön.

4 leánygyeremek boldog apukája vagyok. Emese, Zselyke, Csepke és Lelle mosolygós arca a visszajelzése annak, ha jól csinálom az apai teendőimet. A kedvesem, Tímea a nap 24 órájában dolgozik azon, hogy kis családunk élete kiegyensúlyozott legyen. Kevés kis szabadidőmben vagy fából építgetek valamit, barkácsolgatok, vagy kertészkedem.

atom erőmű MVM
Van eszünk hozzá.
Csatlakozz Te is az energia szakértőihez!
mvm.karrierportal.hu

Menyhei Dávid

A Radioaktívhulladék-kezelési Osztályon dolgozom a Szilárdhulladék-kezelő Üzem üzemeltetésvezetőjeként. 2013 óta dolgozom a cégnél, 2015 óta töltöm be ezt a pozíciót. Kezdetben műszakosként, majd állandó délelőttös műszakban végeztem a munkám azért, hogy megismerjem a területemhez tartozó szabályokat és gyakorlatot szerezzek. Azt gondolom, hogy a gyakorlati úton szerzett tapasztalatok a legfontosabbak itt az atomerőműben. A Szilárdhulladék-kezelő Üzem napi operatív teendőit intézem, illetve a hosszú távú tervének megvalósításához szükséges feladatokat látom el.

A tavalyi évben kaptam felkérést arra, hogy én képviseljem a fiatalabb generációt a kampányban. A megkeresésre azonnal igent mondtam. Úgy gondolom, ez a csatorna remek lehetőség arra, hogy bemutassuk az atomerőművet, és ezáltal a fiatalok számára is vonzóvá tegyük. Büszke vagyok rá, hogy népszerűsíthetem a munkahelyemet, akár ilyen közvetett módon is. Sok privát megkeresés érkezett, hogy milyen véleménnyel vagyok a munkáról, milyen is egy atomerőműben dolgozni.

Mivel édesapám is itt dolgozik, ezért már gyerekként is célom volt, hogy kövessem őt. A technikum elvégzése után az egyetemi tanulmányaimat már párhuzamosan végeztem a munkával. Az atomerőmű üzenetével teljes mértékben tudok azonosulni, ezért is vállaltam el a felkérést. Úgy gondolom, mindig kell a frissítés a munkahelyi kollektívába, kellenek olyan személyek, akik új lendületet adnak bizonyos területeknek. Ha valaki céltudatos, szereti a kihívásokat, és szeretne az életben előrelépni, akkor ez egy rendkívül jó lehetőség bárkinek.

Szabadidőmben sokat sportolok, illetve rengeteget túrázunk párommal és szeretett négylábúinkkal. Tősgyökeres paksiként Paksot képzelem el a jövőmet. Úgy gondolom, hogy Paks egy élhető város, és sok potenciált látok az atomerőműben. Természetesen a jövőmet is itt képzelem el, célom megmutatni a fiataloknak, hogy itt is lehet karriert építeni.

atom erőmű MVM
Van eszünk hozzá.
Csatlakozz Te is az energia szakértőihez!
mvm.karrierportal.hu

Örökölt bátorság

Kanczler-Thuróczy Zsuzsanna | Fotó: Juhász Luca, saját archívum

Van egy igazán sportos család Pakson, a Krausz család, ahol generációról generációra öröklődik a kihívásokkal való szembenézés és megküzdés képessége. A több évtizedes sportos múlttal rendelkező, és napjainkig aktív szülők két nagyobb ikerfia, Kornél és Kristóf még csak idén tölti be a tizenötödik életévét, de választott sportágaikban, a judóban és a BMX-ben már igen szép eredményekkel büszkélkedhetnek. Ha így folytatják, ők lehetnek városunk következő, sikeres sportgenerációjának tagjai. Paksi otthonukban sikerült felkeresnem a fitt famíliát, akik zsúfolt hétköznapjaik ellenére teljes létszámmal fogadtak, a legkisebb fiúval, az alsó tagozatos Norbival kiegészülve.

A szülőkkel, Irénkével és Tiborral, valamint a srácokkal beszélgettem az eddigi sikereikről és jövőbeli elképzeléseikről.

– *Mióta sportolnak a srácok? Miket próbáltak ki mielőtt kikötöttek a judónál és BMX-nél?*

Tibor: – 4 évesen már motoroztak, egészen 7 éves korukig, ezután kezdték el a judót. Ekkor még párhozamosan ment a két sport, majd 10 éves koruktól már csak a judo maradt. Korinak a mai napig a judo a fő sportága, Kristóf pedig 11 évesen nyergelt át a BMX-re.

– *Milyen eredményeket értek el a fiúk?*

Kori: – Nemzetközi diák-Atom-kupán aranyérmet nyertem néhány évvel ezelőtt, országos bajnoksá-

gon pedig bronzérem az eddigi legjobb teljesítményem. Emellett hazai és külföldi versenyeken értem el érmes és pontszerző helyezéseket, mint például Mórahalmon, ahol első lettem, vagy Triesztben, ahol második.

Krisi: – Tavaly volt egy versenyünk Horvátországban, Varasdon, ahol harmadik lettem, emellett pedig versenyeztem Zágrábban és Eszéken is, mindkét helyen nyertem.

Tibor: – Kristóf csak tavaly kezdett versenyezni, élete első nemzetközi versenye Horvátországban, Zágrábban volt. Itt abszolút kategóriában megnyerte élete első versenyét. Utána rá pár hétre volt Eszéken egy UCI-verseny, amelyet a Kerékpáros Világszövetség rendezett, itt is nagy fölénnyel nyert az amatőr kategóriában, profiban nem indulhatott fiatal kora miatt. A varasdi versenyen pedig harmadik lett.

Jelenleg BMX freestyle kategóriában versenyez, 2019 őszén kezdett el trükközni a kerékpárral. Jól megnyomta a telet, a felkészülést, és tavaszra akkorát fejlődött, hogy senki nem értette, hogy lehet ez. A felkészülés során sokat vittem Magyarországon belül és külföldre is gyakorolni. Általában olyan helyekre is megyünk nyaralni, ahol tud edzeni. Kristóf az Elite BMX Team tagja.

– *Tudjuk, hogy egy ilyen sportos családnál nagyon fontos a szülői minta. Milyen sportokban jeleskedtetek, illetve napjainkban mit sportoltok?*

Irénke: – Gyerekkoromban az atlétika és a futás volt a két szenvedélyem. A futás szeretete máig megmaradt, úgyhogy én 20 éve ezt űzöm napi szinten. Néha versenyekre is benevezek. Emellett pedig tornázok, kondizok, szeretem a gymsticket, kettlebellt és a kangoo-t is. Általában reggel futok, és délután még mozgok valamit ezek közül a sportok közül. Minden nap ötkor kelek, hogy fél hatkor kimehessek futni.

Tibor: – Fiatalkoromban motokrosszoztam, kb. 20 évig. Jelenleg pedig országúti kerékpározom, indultam már pár versenyen Masters kategóriában, a 40 év felettieknél. A Hungaroringen harmadik lettem, a Villányban megrendezett versenyen pedig második. Tavaly

már nem igazán tudtam felkészülni a biciklis megmérettetésekre, mert én vittem edzésekre és versenyekre Kristófot.

– *Tanítható-e a bátorság, a bevállalóság?*

Irénke: – Eleinte, amikor picik voltak a fiúk, és már elkezdtek járni, menni, mindenhonnan szedtük le őket, hol a korlátról, hol a szekrényről. Azonban tudatosult bennem, hogy két fiam van, és nem akartuk elnyomni bennük a mozgás iránti igényt, és arra jutottunk, hogy nincs mit tenni, meg kell tanítani őket lemászni. Már egészen pici koruktól kezdve úgy indult az életük, hogy megtanítottuk őket biztonságosan lemászni mindenről, ahova felmásztak. Nekem is tanulnom kellett nem aggódni minden miatt.

Tibor: – Nem tanítható a bátorság! Tisztában kell lenni azzal, hogy az a sport, amit űznek, mennyire veszélyes. Ha veszélyes, akkor nyilván jól fel kell készülni. Egy ilyen sport mellett, ha nem edz az ember, akkor veszélyessé válhat. Ha rendesen edzel mindennap, benne van a rutinodban, akkor nem annyira veszélyes. A judónál például, ha tudsz esni, és mindennap esel az edzésen, akkor készséggé válik, és nem sérülsz meg.

– *A választott sportokból adódik a kérdés: mi az, ami bátorság és mi a vakmerőség?*

Kori: – Én szeretem a kihívásokat. Keresem a nagyobb embereket az edzésen is. Edzőtáborokban mindig élveztem, hogy tudtam menni olyan szintű ellenfelekkel, akikkel jót lehetett „verekedni", küzdeni.

Krisi: – Edzésen nem félek, mert nem csinálok olyan dolgot, amit nem tudok. Mindig próbálok új trükköket kipróbálni, de mindig ésszel. Olyanra nem próbálok rá, amit nem gyakoroltam előtte sokszor szivacsgödörben. Mindig szivacsgödörben kezdem, és utána megyek a szivacsos érkezőre.

Tibor: – Kori esetében nekimenni átgondolatlanul egy 20 kg-mal nehezebb ellenfélnek, az vakmerőség. Kristófnál annyira vakmerőnek lenni nem lehet, mert abból sérülés van. Krisi nem is inkább bevállalós, hanem tudja és ismeri azt az akadályt, amin ugrik. Tudja, hogy mekkora, mit lehet rajta csinálni. Nem biciklizik a tudása fölött.

– *Az extrém sportolókról gyakran azt gondolják, hogy kicsit vakmerőbbek az átlagnál. Ti mit gondoltok erről?*

Irénke: – Ahogy említettem, ez fokozatosan alakult ki nálunk. Látták Tibit motorozni, és ez az országúti kerékpár is, amit jelenleg csinál, annyira gyors, hogy tényleg ijesztő. Hozzászoktunk. Kristóf a versenyek előtt „körbenézi" a pályát, körbejárja, végiggondolja, hogy mit fog rajta csinálni, de Kori se kockáztat feleslegesen.

– *A pandémia mennyiben módosította a sportkarrieretek alakulását?*

Kori: – Judóban a pandémai elején itthonra adtak feladatokat az edzők. Szerencsére apa is és a tesó is segített az edzésben, ők adták a partnert. Tavasszal az online edzés időszakában sem állt meg a munka. Márciustól nyárig le volt rakva itthon a tatami, ezen gyakoroltam. Apa csinálta velem a „challengeket", fekvőtámaszokat stb. Nyáron már kinti programok is voltak, kerékpározás, kirándulás, vízitúra, íjászkodás.

Tibi: – Kristófnál tavaly minden verseny elmaradt, még a legnagyobb, a franciaországi Montpellier-ben megrendezett UCI-verseny is. Edzeni azért tudott ő is.

– *Óhatatlanul felmerül a kérdés: nincs rivalizálás a srácok között? Mennyire büszkék egymás sikereire?*

Kori: – Büszkék vagyunk egymás sikereire. Krisi edzőpartnerként végig segített a karantén alatt az itthoni edzés során. De ez fordítva is igaz. Én is elkísérem Krisit a versenyeire, segítek és szurkolok neki.

Norbika (a legkisebb testvér): – Nagyon büszke vagyok a tesóimra, mert nagyon ügyesek. Sokat edzenek, és mindig jól felkészülnek a versenyekre.

– *A versenyzés és edzés mellett a tanulásban is jeleskednek a fiúk?*

Kori: – Próbálunk a tanulásra is odafigyelni, habár nem egyszerű.

Tibor: – Kristóf sokkal nehezebb helyzetben van, mivel Pakson nincs pálya, ahol gyakorolni tudna. Mindig viszem Eszékre, Budapestre, Miskolcra. Ha ő edzeni akar, akkor ebéd után el kell indulni, és hosszú utazás után tud csak edzeni, hiszen mindig nem gyakorolhat a paksi pályán, a „dirtön", mert nem az az ő sportja. Egy edzés ráadásul 3-4 óra. Ebből a szempontból jobb helyzetben van Kori, aki Pakson tud edzeni, van edzőterem és szakember, aki tanítja, és van partner is, akivel gyakorolhat.

Irénke: – Gyakran hangrögzítőre mondom fel a leckéket, és útközben meghallgatja és megtanulja. Nagyon nehéz összeegyeztetni a sportot a tanulással. Nálunk nincs olyan, ha becsúszik egy rosszabb jegy, hogy büntetésbe kerülnek, és nem mehetnek edzésre. Soha nem fogtuk ilyen formán vissza őket. Azt a jegyet természetesen ki kell javítani.

Tibor: – Kristófnak még angolul is jól meg kellene tanulni a külföldi versenyeken való induláshoz. Ha a Kristóf nagyot álmodik, és esetleg X Gamesen szeretné megmérettetni magát, akkor meg kell tanulnia angolul. Korinak is fontos az angol nyelv, mert ha World Masterseken, Grand Slameken szeretne egyszer indulni, oda is jó a nyelvtudás, hiszen a sikereses szereplés után nyilatkozni kell.

– *Milyen középtávú célokat tűztetek ki magatok elé mind a sport, mind az élet egyéb területein?*

Kori: – A judót mindenképpen folytatni szeretném a jövőben is, és még komolyabban venni. A paksi gimiben szeretnék továbbtanulni, mellette pedig folytatnám az edzéseket.

Irénke: – Ne szerénykedj, gyakran mondogatod, hogy egyszer nagy judós leszek.

Krisi: – X Games, olimpia – ezek a nagy célok. Emellett minél több külföldi verseny. Még több trükköt megtanulni, és az angoltudásomat fejleszteni.

Tehát elmondható, hogy nagy célok vannak, a megvalósítás pedig a tesók kezében. Persze fontos a szülői támogatás, és kell egy nagy adag szerencse is a sikerhez.

A srácokat nem lehetne azzal vádolni, hogy egymás szavába vágnak. Sokkal inkább szerények, visszafogottak. Nekik nincs szükségük arra, hogy szaporítsák a szavakat, helyettük a tetteik beszélnek. Kiállni egy kemény ellenféllel úgy, hogy közben a világ szeme rajtunk, vagy ugyanilyen körülmények között a legveszélyesebb trükköket bemutatva kockáztatni a testi épségünket, ezekhez mindmind nagy bátorság kell. A Krausz testvérekben valahonnan megvan mindez, és ahogy mondani szokás, bátraké a szerencse.

Cukorona

Váczi Gergő | Fotó: Magellán

A cukorbetegség és a koronavírus egy mondaton belül nem néz ki jól. De azt kijelenthetjük, hogy egy emberi szervezeten belül bizony kifejezetten veszélyes kombináció. Rengeteget olvasni, hallani arról, hogy a különböző krónikus betegségek drámai mértékben tudják rontani az ember gyógyulási vagy túlélési esélyeit, ha – ne adja isten – megfertőződik a Covid–19-cel. Ezen krónikus betegségek között pedig a cukorbetegség éllovasnak számít. A hazánkban a koronavírus okozta szövődményekben elhunytak között sajnos nagyszámban voltak cukorbetegek.

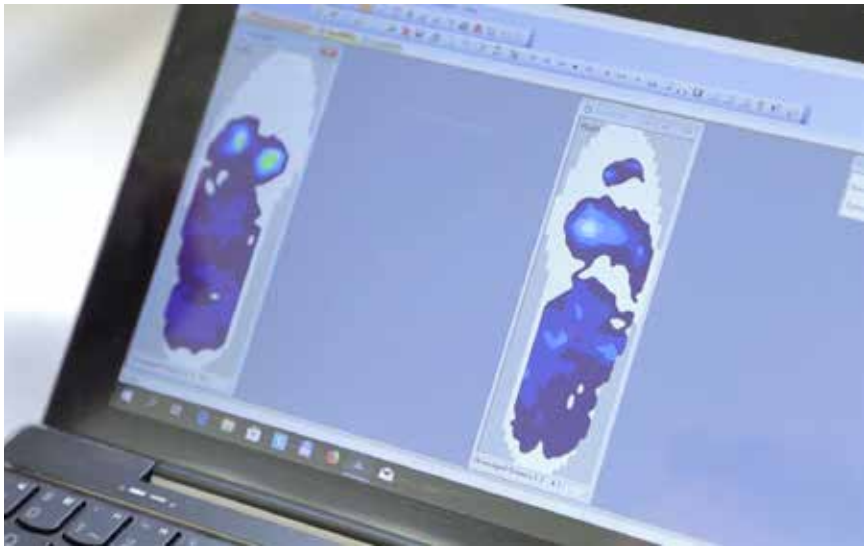
A cukorbetegség sajnos önmagában is nagyon komoly és hatalmas odafigyelést igénylő betegség. Európában mintegy 64 millió ember szenved diabéteszben. Szív- és érrendszeri betegségekhez, vaksághoz, veseelégtelenséghez, végtagamputációkhoz és halálhoz vezethet. A diabétesz előfordulása minden korosztályban növekszik, vannak országok, ahol már jelenleg is a lakosság 12%-át érinti. Magyarországon a 19–70 év közötti korosztályban 8% felett van a cukorbetegség előfordulási aránya, és körülbelül ugyanennyien vannak az azt megelőző állapotban. De a betegség nem csak az érintettek számára okoz szenvedést és nehézségeket. Megterheli a gazdaságot és az egészségügyi rendszert is. Ezért is fontos, hogy megelőzzük, időben felfedezzük vagy a leghatékonyabban kezeljük, figyelemmel kövessük.

Relé egy nem mindennapi négylábú. A menhelyi keverék kutyus éppen cukorszintjelzőnek tanul! Igen, jól olvasták. cukorszintjelzőnek. Erre, akarom mondani, rájuk pedig egyre nagyobb igény mutatkozik Mányik Richárd, a Neo Segítőkutya Közhasznú Egyesület elnöke szerint. „Magyarországon jóval nagyobb mindenféle segítőkutya-típusra az igény, így a cukorszintjelző kutyára is többszörös a túljelentkezés." Richárd és Kovács Dóra kiképző az első magyarországi cukorszintjelző kutya kiképzésében is részt vett. Keksz egy 6 éves cukorbeteg kislánynak segíti

a mindennapjait. Dóri elmondta, hogy a négylábú trenírozása egy különleges módszerrel zajlott. „Mi az úgynevezett zsákos módszerrel képezzük a kutyáinkat, majd a szagazonosítással folytattuk." Ez esetben a kutyát hosszú hónapok gyakorlataival rákondicionálják az alacsony és a magas cukorszint észlelésére. Ez rendkívül fontos, mármint a cukorszintváltozás érzékelése, hiszen a cukorbetegeknek folyamatosan figyelniük kell a vércukorértékükre. „Megkérjük a leendő gazdát, hogy adjon nekünk alacsony cukorértékkel mintát, ami egy kicsi fogorvosi tampont jelent, ezt beveszi a szájába, amikor alacsony a cukor." A minta egy kis tégelybe kerül, amit az éppen kiképzés alatt álló kutyus, Relé már pillanatok alatt kiszagol.

„Egy kutya nem jobb, mint egy műszer, de más, illetve a gazdáktól tudjuk, hogy egy plusz védelmi vonal." Richárd azt is nyomatékosan hozzáteszi, hogy a folyamatos vércukorszintmérés a segítő kutya mellett is elengedhetetlen.

A cukorbetegség nem válogat. Nemtől és bizony kortól függetlenül bárkinél jelentkezhetnek a tünetek, amelyeket legtöbb esetben élethosszig tartó figyelemmel kell tartani. A 8 éves Daninál közel 6 éve, tehát 2 évesen diagnosztizálták az 1-es típusú diabéteszt, ami folyamatos vércukorszintméréssel jár. Gyovai Edina, Dani édesanyja nem gondként és problémaként éli meg a helyzetet. „Ezt egy feladatként fogom fel, hogy biztosítani kell neki a megfelelő ellátást, erre koncentrálok, és nem sajnálhatom minden egyes tűbeszúrásnál." Az 1-es típusú diabétesz kezeletlenül súlyos szövődmények kialakulásához vezethet. Ezt már



Mit tehetnek a cukorbetegek és hozzátartozóik?

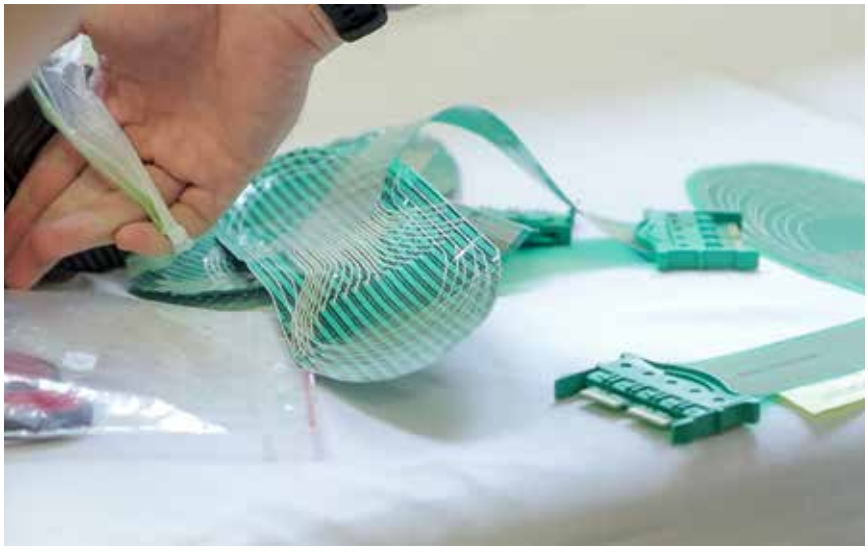
Amennyiben Ön cukorbeteg, akkor a Nemzetközi Diabétesz Szövetség (IDF) a következőket javasolja:

- Készüljön fel arra az esetre, ha esetleg megbetegedne.
- Gondoskodjon arról, hogy szükség esetén kéznél legyen minden kapcsolattartási információ/adat.
- Különösen figyeljen oda a vércukor ellenőrzésére.
- Ha influenzaszerű tünetei vannak (hőemelkedés-láz, köhögés, nehézlégzés), fontos, hogy forduljon orvoshoz. Ha váladékot köhög fel, az fertőzésre utalhat, ezért azonnal orvoshoz kell fordulnia a mielőbbi kezelés érdekében.
- Bármely fertőzés megnövelheti a vércukorszintet és a folyadékigényt is, ezért ügyeljen arra, hogy legyen hozzáférhető elegendő folyadék.
- Gondoskodjon róla, hogy legyen megfelelő mennyiségű diabéteszgyógyszere. Gondolja át, hogy mire lenne szüksége, ha néhány hétig karanténba kellene vonulnia.
- Gondoskodjon arról, hogy elegendő élelmiszer álljon rendelkezésre.
- Gondolja át, hogy képes lesz-e kezelni a helyzetet, ha a vércukorszintje hirtelen leesik.
- Ha egyedül él, akkor gondoskodjon arról, hogy valaki tudjon az Ön cukorbetegségéről, mert elképzelhető, hogy megbetegedés esetén szüksége lesz segítségre.

Forrás: International Diabetes Federation https://diabetesvoice.org/en/news/covid-19-anddiabetes/

Kocsisné Gál Csillától, a Szurikáta Alapítvány elnökétől tudjuk meg. „Egy cukorbeteg gyereknek, egy 1-es típusú cukorbeteg gyereknek meg kell mérni a vércukorszintjét minimum 8-szor egy nap." A hagyományos mérésen túl vannak olyan új technológiák, amik megkönnyíthetik ezt. „1-szer kell 6 naponta felhelyezni egy kicsi szerkezetet, amit CGM-nek vagy folyamatos glükózmonitornak hívnak." Ez egy olyan szerkezet, amit mindig a testén visel Dani, és folyamatosan kapja így a bázisinzulint egy csővezetéken keresztül, ami az életben maradásához nélkülözhetetlen. „Egy szenzor, aminek van egy távadó része, továbbítja a mért adatokat. Amikor belőjük, akkor egy tű belő egy membránt a bőr alá." A szenzor pedig egyetlen szúrással 5 percenként megméri a beteg glükózszintjét. Ez a kis szerkezet szerencsére nem hat negatívan Dani életére, aki rendszeresen használja azt. „Igazából nem annyira zavaró, van olyan, amikor elfelejtem, de van azért olyan, amikor piszkál." Dani tehát a szenzor viselése mellett is szinte minden mozdulatot ugyanúgy csinál, mint kortársai. És ami a kényelem mellett egyáltalán nem másodlagos tényező, hogy ezzel a szerkezettel sokkal jobb életminőséget lehet a gyerek számára a folyamatos méréssel biztosítani, mert ha nagyon sok időt tölt az alacsony vagy a magas vércukortartományban, az károsíthatja őt.

De ahogy néhány sorral korábban említettem, a cukorbetegség nem válogat. Gémesi Gyula 44 éve cukorbeteg. A váci Jávorszky Ödön Kórházban a cukorbetegség egyik legsúlyosabb szövődményével, a diabéteszes láb szindrómával kezelik. „A lábamon a sebekre nagyon oda kell figyelni, mindjárt orvoshoz kell menni, mert például a jobb lábamon a nagy lábujjat elhanyagoltam, és le is kellett amputálni." A cukorbetegség a világon a leggyakoribb anyagcsere-betegség. Dr. Stefán Zsolt főorvostól megtudjuk, hogy hazánkban közel 1 millió embert érint. Sokan azonban csak a szövődmények kialakulásakor fedezik fel betegségüket. „Magyarországon átlagosan 4-6 ezer amputációt tartanak számon, központi adat nem áll rendelkezésre, van aki szerint 8 ezret." Stefán doktor úr szerint ez az elképesztően magas amputációs szám a felére is visszaszorítható lenne megfelelő prevencióval. „Az ilyen prevenciós módszerek többek között az érrendszer és az érzőrendszer vizsgálata." Jelen esetben Gyula bokájára van rögzítve a vérnyomásmérő. „Gyakorlatilag ugyanúgy mérünk vérnyomást, csak fonendoszkóppal nehéz lenne, így kihangosítjuk." Az alsó végtagi vérellátottság mérése után a hangvillával való mérés a betegnek is ad egy támpontot. Ugyanis a felső végtagokban jól érzékelik a hangvilla rezgését. „Amikor már érzékelte a rezgést, akkor nézzük az alsó végtagokat, és sajnos



nagyon sok esetben teljes érzéskiesést tapasztalunk." Dr. Stefán Zsolt elmondta, hogy az érzéskiesés miatt a beteg a traumákat nem érzi, könnyen kisebesedhet a lába, ezért a műszerészekkel közösen kifejlesztettek egy védőcipőt, amely a diabéteszes láb statikájában is segít. Ezt a különleges lábbelit hordja Mikolai János is, aki 27 éve küzd felnőttkorban kialakult, 2-es típusú cukorbetegséggel. „Sokkal könnyebb, még az állás is, szinte stabilan tudok megállni." Menet közben nézik a terhelési pontokat, amit egy számítógépen követnek figyelemmel. Egy speciális betétet helyeznek el a lábbeliben, így látszik, hogy jól vagy rosszul támasztja-e alá a lábat. Ez a járásképalkotó eszköz pontosan megmutatja, hogy a cipő mennyire tudja alátámasztani a lábat járás közben. Stefán doktor hangsúlyozza, hogy ha a kapott értékek nem megfelelőek, és a védőcipő előrehaladott állapotban van, akkor már nem jelent megoldást. Ekkor teljesen tehermentesíteni kell a lábat. „Erre az úgynevezett totál kontakt gipszrögzítés a megfelelő eljárás." Adott esetben 4-6 hónapig rögzítik a cukorbeteg lábat. „Bizonyos vércukorszint fölött a sejtek cukormérgezés állapotában vannak, és ez az egész cukormérgezés nagymértékben gátolja egyrészt a sebgyógyulást, rontja az erek állapotát és rontja a perifériás idegek állapotát."

Megfelelő eljárásokkal már a cukorbetegeknek is lehet teljes élete! Számos lehetőség segíti a betegek életének mindennapjait, a legfontosabb azonban a folyamatos önellenőrzés és a szakorvosi felügyelet akár gyermekkori, akár felnőttkori cukorbetegségről van szó.

A bátrak szerencséje

Krizsán Árpád

A bátorság fogalma igen sokrétű. Bátor az, aki nem fél a sötétben, kiáll a meredek szikla szélére vagy csak a közönség elé, esetleg nekivág SUP-pal az óceánnak? Kétségtelen, hogy az.

A bátrak azonban nemcsak a fizikai képességeikkel lehetnek eredményesek, hanem a szellemi képességeikkel is. Sok természettudományos felfedezés egy merész ötlettel, esetleg egy komoly kihívással kezdődött. Lehetne sorolni a példákat klasszikusan Amerika felfedezésétől, a holdra szálláson keresztül az atomenergia felhasználásáig. Az közös, hogy az eredményességhez kellett egy ötlet és egy merész ember vagy csapat, aki belevág a feladatba.
Kicsiben ugyanez történik az iskolában is. Bátorság elindulni egy tanulmányi versenyen, hiszen jó eséllyel új kihívásokkal találja magát szemben a gyerek. Az Atomenergetikai Múzeumban bátran vágtunk bele 2017 tavaszán a Teller Ede vetélkedő megszervezésébe. A múzeumban kiemelt szerepet élvez a természettudományos ismeretterjesztés, azon belül pedig a fizika. Éppen ezért az általános iskolásoknak szervezett programokhoz illeszkedett a

Felkészülni, vigyázz, kilövés! – AEM-módra

Szabó Márta

2021-nek ötletekkel és célokkal telve vágott neki az Atomenergetikai Múzeum (AEM), amelyek eredményeként februárban már több újdonsággal is megismerkedhetnek az érdeklődők.

A 2020 októberében indult saját, hivatalos YouTube-csatorna után immár saját Facebook-oldalon is követhető a múzeum munkássága, ahol a legfrissebb hírek mellett folytatódnak a nagy sikerű videósorozatok is, mint például a fizikakísérletek és az Állati jó fizika. Az új social media felülettel együtt egy új sorozat színesíti tovább a múzeum online műsorainak repertoárját, hiszen Ifjú fizikusok címmel megismerkedhetnek két olyan fiatallal, akik úgy vettek részt a 2020-as online Teller Ede vetélkedőn, hogy még nem is tanultak fizikát. Szokás mondani, hogy bátraké a szerencse – nekik azonban elszántságuk és tudásuk is volt a szerencséjük mellett, így nem meglepő, hogy különdíjat kaptak munkájukért. A két ifjú fizikus múzeumos kalandjaiból készült sorozatot keressétek az Atomenergetikai Múzeum hivatalos Facebook-oldalán és YouTube-csatornáján.
Már 2020-ban is több együttműködés valósult meg a Paks FM és az AEM között, ilyen volt a Pozitív Percek – Töltődj a múzeummal! vagy az 5 perc tudomány című műsor is, de ne feledkezzünk meg a közös nyári kulacskeresős játékról vagy az Állati jó adventről sem. A rádió és a múzeum együttműködése 2021-ben is folytatódik egy új műsorral, Atomsztorik újratöltve címmel. Ez a tematikusan jelentkező sorozat az atomerőmű életével kapcsolatos „kulisszatitkokat" és anekdotákat, érdekes és kevéssé ismert történeteket kutat fel és mutat be, és persze a múzeum saját hivatalos Facebook-oldalán audiovizuális tartalmak is kapcsolódnak egy-egy Paks FM-en elhangzó témához, úgyhogy érdemes összekapcsolni a rádióban hallottakat a múzeum Facebook-oldalán látottakkal, hogy teljes legyen az élmény.
2021 izgalmas évnek ígérkezik az Atomenergetikai Múzeum számára, amelyek közül az első kaland már a küszöbön áll: 2021. március 7-én ünnepli majd a kilencedik születésnapját az AEM, és természetesen a hagyományokhoz híven idén is megadja a módját az ünneplésnek – az, hogy miképp, hamarosan kiderül! Tartsatok az Atomenergetikai Múzeummal a végtelenbe és tovább 2021-ben is, és kövessetek minket Facebookon és a YouTube-on is!

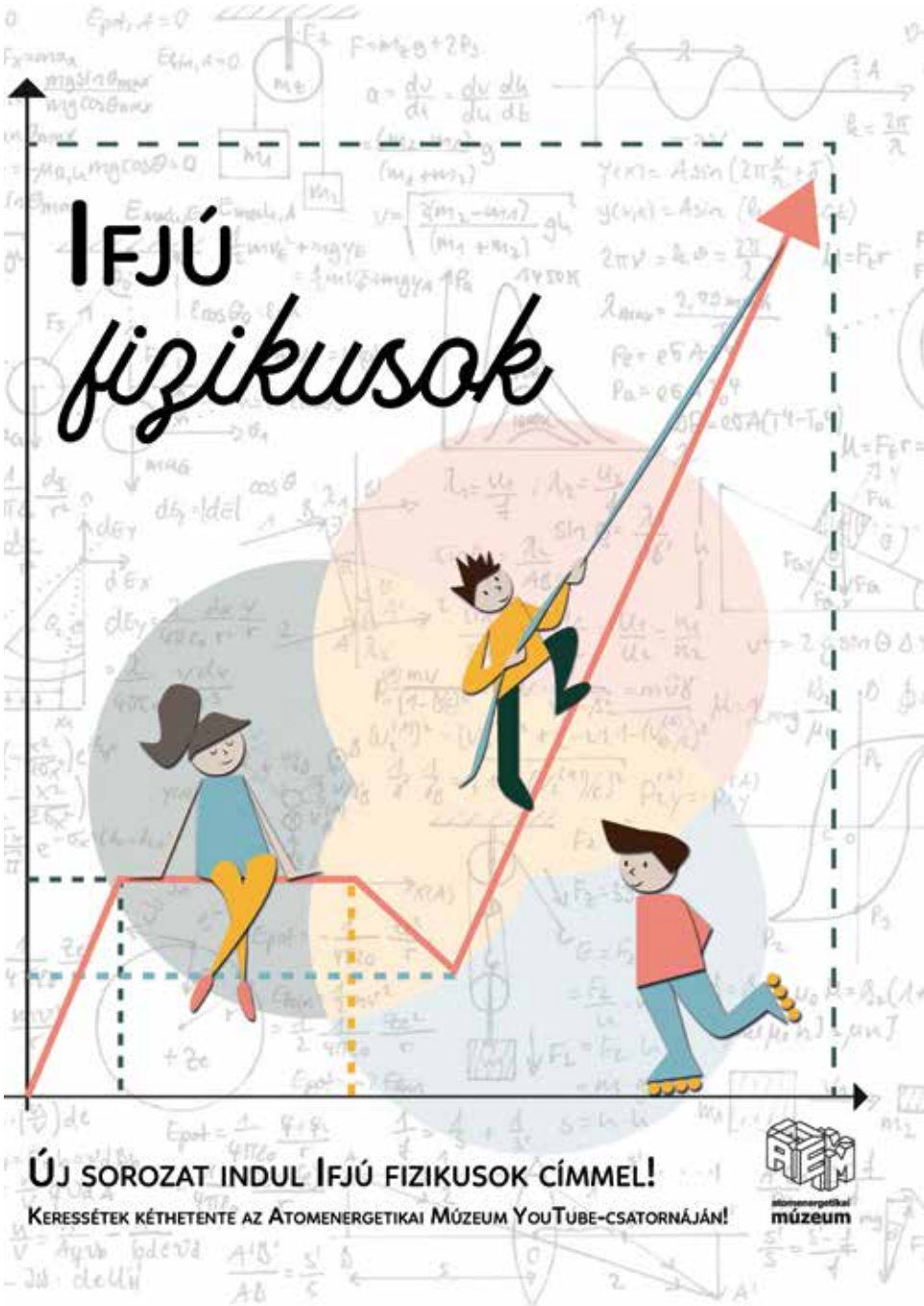
vetélkedő, ahol a részt vevő csapatoknak változatos feladatokat kellett megoldaniuk.

Ahogy mindenki mást, a 2020-as év minket is új kihívások elé állított. Ismét összeszedtük minden bátorságunkat, és a hagyományos versenyt online versennyé alakítottuk, a korábbihoz hasonló fordulókkal, de így már egy szélesebb körnek meghirdetve. Az ország minden részéből voltak merész általános iskolások, akik nekiugrottak az ismeretlennek. Kellemes meglepetésként eredményesen szerepelt egy budapesti és egy orosházi 6. osztályos tanuló, akik úgy indultak, hogy még nem is tanultak fizikát. Valószínűleg az érdeklődésüket a kísérletezés lehetősége, az önállóan feldolgozandó téma keltette fel, de a számolási feladatok megoldása sem okozott nekik komolyabb gondot. Bátorságuk eredménye nemcsak a helyezésüknek megfelelő jutalom volt, hanem új lehetőségként meghívtuk őket, hogy „Ifjú fizikusok"-ként ismerjék meg a múzeumot, és vegyenek részt néhány kísérlet elvégzésében.

A bátorságuk jutalma egy újabb kihívás lett ismeretlen környezetben, idegen emberekkel. Az új helyzetet ügyesen kezelték a fiúk, és aki kíváncsi rájuk, megnézheti őket az Atomenergetikai Múzeum YouTube-csatornáján és Facebook-oldalán.

Manapság a tudományos munka nem éppen népszerű, éppen ezért bátornak kell lenni már az iskolában is, ha valaki a tudásával akar kiemelkedni a társai közül. Lehetőségeinkhez mérten éppen azt szeretnénk megmutatni, hogy a tudomány is lehet érdekes, de ne csak addig legyen az, amíg látványos. Akik már ismerik a múzeum munkáját, tudhatják, hogy a szórakoztató rendezvényeink részeként is feltűnik a tudomány, és próbáljuk azt megmutatni, hogy a tudomány nemcsak szép, hanem hasznos is.

Nyilván ebben a helyzetben mindenki bátorságára szükség van, hiszen olyan útra álltunk, ami tele van kihívással, új és ismeretlen helyzettel. Nincs olyan példa, amit másolni tudnánk, viszont ezzel, hogy ezt választottuk, megpróbáljuk a diákokat is arra ösztönözni, hogy ne féljenek a természettudományoktól, bátran vágjanak bele az új helyzetek megoldásába. Az ifjú fizikusaink is megtették, mindenki követheti a példájukat, hiszen a tudomány nemcsak hasznos, hanem menő is lehet.



A rendíthetetlen pacifista

Czibuláné Mayer Szilvia | Illusztráció: Czibuláné Mayer Szilvia

Nehéz röviden írni valakiről, kinek költészete és személyisége megvillantásához kevés e hely, hogy egész képet adhassunk. Két hazájában, Pakson és Pécsen írt „verseiben tett állásfoglalása az emberi magatartásformákról, ember és világ egymáshoz való viszonyáról időtálló, és a halála óta is aktuális”[1], mégis indokolatlanul fakul emléke. 1919. szeptember 18-án Pakson, a „Virág-völgyben” hetedik gyermekként született e költő, irodalmár, pedagógus, édesapa, mindkét város díszpolgára, Pákolitz István. Majd a Hunyadi utcából – áprilistól szeptemberig mezítláb – járt iskolába, családjának a fiú taníttatása is reménytelennek tűnt, de ő már akkor is firkált, jegyzetelt, írt. „Fiam, az írás majd hoz-e valamit a konyhára?” – hangzott a bölcs kérdés édesapjától. Józanul végiggondolva ezt – mely rend és fegyelmezettség mindig jellemezte költészetét – a „költőség” kenyérkereső mesterségéről eztán alárendelve, de sosem feladva gondolkodott, akár a papi reverenda helyett. „Eltervezni az én életemben semmit nem lehetett” – mondta. A kalocsai tanítóképző diákjának volt honnan merítenie (gyermek)versei nyelvi játékát, képeit, dallamát, hisz „kosztos diákként” hét esztendeig módosabb házakhoz járt élelemért, mely emlékeit a Bögrésdiákok című kisregényében örökítette meg.

„A bögrés diáksorsban az volt az izgalmas, hogy vállaltuk.” – Bögrésdiákok

Vallásos neveltetése és a keresztény etika meghatározta életét, paksi gyökere szárnyakat, apja harangozása ritmust adott az alapokhoz. Tanítóként első verse 1943-ban az Új időkben Pákai István néven jelent meg, ebben az évben nőül vette Pipellán Gabriellát, kivel vadgerlepárként – egy életre választva egymást – aranylakodalmukat is megülhették. Hadifogsága, majd maglódi állása után a Paks melletti Cseresznyéspusztán tanított.

„Pax! Pax! Kimondom százszor, hangosan, míg végigballagok a Duna mellett.”

1955-ben továbbtanult Pécsett, s a Jelenkor c. folyóiratnál volt munkatárs, szerkesztő és a Dél-dunántúli Írószövetség csoportjának elnöke. A kíváncsi, nyitott s néha lobbanékony természetű József Attila-díjas költő – ki nevét Pákoliczról változtatta Pákolitzra – verseiben megkongatta a paksi harangot, és megszólította a halászbárkát.
Szerénységben, legjobb értelemben vett egyszerűségben, harmóniában élt és írt, Paksról sosem feledkezett meg, prózáiban elfért a humor, a természet a sokszor megélt vidékiséggel, a paksi Dunával és a Gesztenyefákkal[2], ahol gyermek, fiatal és szerelmes volt. Róla kapott nevet a paksi városi könyvtár, Paks utcája, prózamondó verseny, rajzpályázat, kinek költői – és nem erkölcsi! – példaképe Ady volt, s kitől formai elemeket is átvett. Az életben így a műveiben is kényszerűen törekedett a jobbításra, s mikor „a telihold képe Rákosira hasonlított”, mert a történelem és az akkori hangulat közel 6 évre béklyót tett gondolataira, és a világproblémákat drámaian és elégikusan bolygatta, akkor is visszatért önmagához. Mindannyian elmélázva nézünk vissza letűnt gyermekkorunkra. Az integetés pillanatán túl, ha az egyensúly néha meg is borul, és a költő írásának útja is Vargabetűket[3] vett, később ezeken gúnyolódni is tudott kimagasló szinten.
Pécsett élte élete nagyobb részét számtalan díjjal, kitüntetéssel, mégis a paksi Kálvárián akart nyugodni. Özvegye Paksnak adományozta irodalmi és személyes hagyatékát, s ITTHON címet visel centenáriumi emlékkötete is, mely barátaihoz, ismerőseihez szól. A Paksi Városi Múzeumban emlékszobájának hangulata visszaidézi pécsi dolgozószobáját, hol paksi emlékek csüngtek, köszöntek vissza, mert ha nem is itt hajtotta minden ágát, akkor is ide gyökerezett.

Kétszólamú

Vad szél cibálja kinn az ágakat,
az ablak remeg, sűrűn hull a hó.

(– Tirányos idő! – szól a nagymama.
Mozart-dalocskát zsong a rádió –)

Behúnyt szemekkel látom a mezőt,
a fehér havon piros vérnyomok…

(Feleségem a könyvében lapoz,
megkérdezi, hogy mire gondolok.)

Tizennyolcéves ifjú harcosok
töltött fegyverrel mennek szótlanul…

(Kislányom éppen ceruzát farag,
a válla fölött nézem, mit tanul.)

A vad pilóta bombákat dobál,
kis házak égnek: így lesz nagy profit!

(A fiam alszik. Álmában nevet
s vigan vezet egy nagy teherkocsit.)

Csak

vacsoráravalóért
szaladtál át a boltba;
türelmetlenül várlak
az ablakba hajolva.

Sokáig jössz. Hiányod
fokozza szomjam-éhem;
szorongva rezzenek föl
a kínzó csöndességben:

ha nem leszel már, nem lesz
ki magányom föloldja.
Szívemet áltatom majd:
„csak átszaladt a boltba”.

„Baráti öleléssel: Pá-Pista”

A Magyar Érdemrend lovagkeresztje kitüntetést 1994-ben vehette át. Az utolsó róla készült paksi képen – 1996. május 12-én – lehajtott fejjel, de büszkén, fehérben, elegánsan áll a tribünön a millecentenáriumi ünnepségen. Két nappal ezután Pécsett hunyt el az aranytollú költő. Költészete ma is utat mutat a mindennapokban, létező és időszerű. Ha Pista bácsi ma köztünk lenne, tán sokakat megnyugtatna jelenlétével, megkacagtatna verseivel, prózáival ebben az irodalmiatlan és személytelen időkben, s kinek Pakson igyekszünk méltóképpen őrizni emlékét.

1 „Ha mondod még” vers- és kisprózaválogatás - válogatta és szerkesztette: Véryné Pákolitz Éva (2016)
2 Gesztenyefák c. verse (1985)
3 Vargabetűk c. kötete (1978)

Merj őszintén őszintét posztolni!

Dicsérdi Liza | Fotó: stock.adobe.com

Azok közé a szerencsés emberek közé tartozom, akiknek még volt gyerekkoruk. Úgy értem, valódi, mindenféle kütyütől mentes gyerekkor. A meséket még kazettán néztem, menőnek számított, ha valakinek van fényképező funkció a nyomógombos telefonján, és a szüleim is onnan tudták, hogy hazaértem, hogy felhívtam őket az otthoni vezetékesről. Suli után órákat beszélgettem az osztálytársammal a házuk előtt, és a tanulás utáni program nem a számítógépes játék vagy a közösségi oldalak böngészése volt, hanem egy közös bringázás a barátokkal. Azóta eltelt az idő, „fiatal felnőtt" lettem.

Természetemből adódóan mindig is halogató típus voltam. A mai napig képes vagyok az utolsó pillanatra hagyni az időigényes feladatokat, beadandókat, feleletekre való készülést, de akár egy jelentéktelen üzenet vagy e-mail megírását is. És ami ennek ellenére a legmeglepőbb, nem mondanám magamat lustának. Mivel ezek mellett a „pozitív" tulajdonságaim mellett még feledékeny is vagyok, pár éve rászoktam arra, hogy reggelente összeírom a tennivalóimat egy végeláthatatlan „to do" lista formájában. Ennek köszönhetően rájöttem, sohasem fogom utolérni magam. Egyszerűen túl sok feladat áll előttem. Néha úgy érzem, túl sok mindennek, túl sok mindenkinek kell megfelelnem. Vagy csak egyszerűen a kiégett generáció tagja vagyok.

Anne Helen Petersen 2019 januárjában írt egy cikket erről a jelenségről, miszerint ez a fajta halogatás az 1980 és 2000 között születettek körében nem a lustaságnak köszönhető, hanem annak, hogy túl sok mindent akarunk csinálni túl rövid idő alatt. Teljesíteni akarunk a vizsgákon, munkát akarunk vállalni, emellett nyelvet tanulni, időt szánni a hobbinkra, mindennap mozogni, és még sorolhatnám. De ahhoz, hogy mindez megvalósuljon, a napi 24 óra helyett legalább 48-ra lenne szükségünk. Normál esetben azt gondolhatjuk, hogy mindez energiát és nyitottságot vonz maga után. A valóság az, hogy mindez egy instabil érzelmi és fizikai állapotot, alacsony stressztűrő képességet és a motiváció elvesztését eredményezheti. Elhamarkodott lenne ezért is a közösségi médiát okolni? Vagy csak egyszerűen időbeosztás kérdése az egész?

A fő probléma talán az „itt és most" jelenség. Most akarok sikeres lenni, most akarom megvalósítani az álmainkat, most akarom megvenni azt a lakást, most akarok jó munkát, és így tovább. A türelem, mint legfontosabb tényező, hiányzik. Olyan, mintha a létszükségletek után, egyből a Maslow-piramis csúcsára, az önmegvalósításhoz akarnánk érni, ami – ismerjük be – nem a legjobb megoldás. Hatással van ránk a közösségi médiában látott posztáradat. A sikeres influencerek, akiknek látványa tudat alatt azt sulykolja belénk, hogy nem vagyunk elég tökéletesek. Azt viszont könnyen elfelejtjük, hogy az ő életük sem fenékig tejfel, csak éppen kócos hajjal, smink nélkül nem készül reggeli selfie. amikor rumlis a lakás, odaég az ebéd, nem osztják meg a közösségi oldalakon. Máshoz hasonlítjuk magunkat ahelyett, hogy örülnénk a saját sikereinknek, és megfeledkezünk arról, hogy ezeknek az embereknek az a munkája, hogy tökéletesek legyenek. Egy ismerősöm pár nappal ezelőtt feltett egy kérdést a közösségi platformján. „A sok ferdítés helyett, miért nem töltenek fel az emberek valódi képeket, amik nem beállított pillanatok, hanem őszintén megélt percek?" Sokat gondolkoztam a válaszon, és végül arra jutottam, hogy talán azért, mert nem elég bátrak. Túlságosan is érdekli őket, mit gondolnak mások.

Nagy örömömre számos kezdeményezés indult útnak a celebek körében, akik megmutatták milyen is az életük filter nélkül. Az ő alakjuk sem tökéletes, ha éppen nem pózolnak, nekik is vannak stresszes napjaik a munkában, és néha ők is elvesznek a teendők listájában, és kétségbeesetten keresik a megfelelő megoldást. A közösségi platformok eredeti célja a kapcsolattartás és -építés lenne. Ennek ellenére mára már a self-branding színtere lett, és azt mutatja, amit mindenki látni akar.

Bátorság kell ahhoz, hogy őszinte tartalmakat osszunk meg. Ahhoz pedig még nagyobb, hogy letegyük a telefont, és visszatérjünk a valóságba. Be kell ismernünk, hogy nem maradunk le semmiről, és bármennyire is fáj, az algoritmus nélkülünk is megy tovább. Ne hasonlítsuk magunkat ahhoz az eredményhez, amit más évek alatt ért el. Merjünk önmagunk lenni, és a saját ütemünkben fejlődni, de talán ami a legfontosabb, merjünk boldogok lenni. Közösségi média nélkül. A Z generáció tagja vagyok, nem pedig egy kiégett generációé.

„Által mennék én…”

Vándormadarak nyomában a tatai Öreg-tónál

Susán Janka | Fotó: Susán Janka

Mindig csodálattal nézem a bátor és kitartó vadlibák jellegzetes csapatait, ahogy messzi északi tájakról érkeznek hozzánk, vagy éppen átutazóban vannak. A gágogásukat általában hamarabb szoktam meghallani, és ilyenkor sokszor megállok, megkeresem a csapatot az égen, még jó utat is szoktam magamban kívánni nekik. Ködös időben előfordul, hogy csak a hangjukat hallom, mert ilyenkor még hangosabbak, és alacsonyabban is repülnek.

Időnként jó egy kicsit messzebbre is elmenni egy túra miatt, még akkor is, ha csak egy napunk van rá. Már régóta terveztem, hogy szeretném megnézni Tatán a téli Öreg-tavat és környékét, ami ilyenkor több tízezer vándormadárnak ad átmeneti szálláshelyet, köztük vadlibáknak is. Tavaly decemberben a két ünnep között volt egy szabad napunk, amikor ezt megtehettük. Másfél óra sem kellett hozzá, és már ott is voltunk, mert szinte egész végig autópályán utazhatunk.

Miközben körbesétáltuk a tavat, eszembe jutott az „Által mennék én a Tiszán” kezdetű népdal né-

hány kezdősora, de nem emlékeztem az egészre, bosszankodtam, hogy elfelejtettem. Amire majdnem megkerültük a tavat, már teljes egészében végig tudtam énekelni, eszembe jutott. Mert rengeteg emlék ott él bennünk, valahol mélyen, és a nyugodt, meghitt pillanatok sok mindent elő tudnak ebből „bányászni". Nem véletlenül jutott eszembe ez a kis dal, hiszen kétszer is átkeltünk az Által-éren, amely tulajdonképpen táplálja a tavat. Az 1740-es években a vízrendezésnek köszönhetően alakult ki a tó mai formája, az ország egyik legrégibb halastavaként az Eszterházy család birtokában.

Nem messze a tatai vártól parkoltunk le, először a különleges vízi vár mellett sétáltunk el. Az 1300-as évek második felében itt már állt a Lackfi család kisebb vára, majd Zsigmond király tulajdonába került. Később Mátyás király építette ismét át, ekkor igazi reneszánsz kastéllyá vált az itáliai vízi várak mintájára. Új árkádos teraszán valószínűleg szívesen időzött kedvelt királyunk is, gyönyörködve a tóra néző panorámában. A török uralmat jelentős károkkal vészelte át, majd az Eszterházy család felújításai által az 1800-as évek elején nyerte el mostani romantikus stílusát.

A túránkhoz igazán szeles, téli időt kaptunk, de nem tántorított el minket, hogy körbesétáljuk a tavat. Erős szembeszélben indultunk el, ráadásul ez a rész még nyitott is volt, a tóparti sétány platánfái nem tudták megfékezni a széllökéseket. Ennek ellenére sokan választották rajtunk kívül is ezt a programot. Irigylem a tataiakat ezért a tóért, tökéletes táv a rendszeres sétához vagy akár futáshoz. Sokakon látszott, hogy a napi vagy heti rutinjuk részeként sportolnak éppen. Találkoztunk kocogókkal, erősebb iramban futókkal, nordic walkingosokkal, biciklisekkel, görkorisokkal, rolleresekkel, kutyasétáltatókkal és persze a hozzánk hasonló túrázókkal, sétálókkal. A korosztály is elég széles spektrumon mozgott. A kisiskolástól kezdve egészen a nyugdíjasokig, akik közül két hölgyet megemlítenék. Az egyikük szerintem olyan hatvanöt év körüli lehetett, de a másikuk már biztosan elmúlt nyolcvan. Kis alacsony termetű, vékonyka alkatú, mondhatnám madárcsontúnak is, aki elszántan kerülgette a pocsolyákat, küzdött az idővel. Eddig láthatóan győztesen került ki minden tekintetben.

Érdekes látvány a tó télen az alacsony vízállásával, amely lehetővé teszi, hogy a homokos medrében

is sétáljunk. Táblákon olvasható, hogy a tómederbe reggel kilenctől délután háromig lehet bemenni, egyébként a madarak birodalma, csak távolról figyelhetjük őket. A tónak három jellemző vízszintje van, egy nyári, egy a vándormadarak számára megfelelő és a legalacsonyabb, amely néhány napig a lehalászást teszi lehetővé, mert még most is halastóként üzemel.

A tó 220 hektáron terül el, változatos vízállásokkal, iszapszigetekkel tarkított, és a vadludak szempontjából biztonságos élőhely. Tavaly december elején 55 200 lúd éjszakázott a tavon, amellyel megdőlt a 2014. decemberi 53 000-es rekord. Ottjártunkkor nem láttunk nagyszámú madarat, és azokat is legtöbbször csak messzire tőlünk, a tó közepe felé, kivétel volt ettől a vár környéke, ahol a parthoz közel pihentek leginkább a vadkacsák. Az idelátogató vadludakat folyamatosan megfigyelik a madarászok, örömmel azonosítják a ritka fajok példányait. Az egyik legritkább fajnak, a rövid csőrű lúdnak örültek tavaly decemberben, amit többször is sikerült távcsővégre

Vadludak vonulása

Az eurázsiai tundrák vidékén fészkelő vadludak ősszel érkeznek hozzánk, és kora tavasszal indulnak vissza északra. Vonulásuk egy speciális és látványos jelensége az a szinte tökéletes V alakzat, amit gyakran láthatunk ebben az időszakban. A Kárpát-medencébe érkező, itt telelő vadludak száma meghaladhatja a 300 ezret. Napjainkban a műholdas jeladókkal ellátott madarak segítségével sokat tudunk meg a vonulási útvonalaikról.

A nagy lilik költőterülete Eurázsia csaknem teljes sarkvidéki részére kiterjed. A különböző állományok más-más utakat használnak, és Közép-Európa más-más részein telelnek. A nagy lilikek a sarkkörön túli költőhelyeikről a nyugat- vagy közép-európai telelőhelyükig akár 7000 kilométert is repülhetnek, és az egész út több pihenő beiktatásával, közel négy hónapon át tart. Vannak kevesebbet vonuló állományok is, ezek a tengerpartot követve jutnak el a német-alföldi telelőhelyükre. Egy-egy télen akár többször is megfordulnak a holland tengerpart és Közép-Európa között, néha alig néhány nap leforgása alatt.

A vetési lúd költőterülete az eurázsiai tundra és tajga övezetben húzódik. Európába két úton érkeznek a madarak: a tengerpartok mentén, illetve a kontinentális útvonalon. Ennek megfelelően alakult ki a két nagy telelőterületük Nyugat-Európában, illetve a Kárpát-medencében. E két centrum között néha intenzív vándorlás, állományátrendeződés figyelhető meg.

A hazánkba érkező ludak túlnyomó része körülbelül 18 nagy gyülekezőhelyet használ rendszeres pihenőhelyként. Egy-egy kiemelt éjszakázóhelyen, mint amilyen a tatai Öreg-tó, akár 40-50 ezer madár is összegyűlhet. Enyhe teleken végig kitartanak, de ha nagy hideg és hó jön, ami megakadályozza őket a táplálék felkutatásában, akkor továbbállnak dél felé.

Amíg itt vannak, addig nap mint nap lehet gyönyörködni reggeli „kihúzásukban" és esti hazajövetelükben, a „behúzásban".

Forrás: vadludsokadalom.hu

kapniuk. A cikk írásakor nem áll még rendelkezésre a megfigyelt fajok listája, de a tavalyi a következő volt: nagy lilik, nyári lúd, tundralúd, vetési lúd, örvös lúd, vörösnyakú lúd, apácalúd, kis lilik, vörös ásólúd. A város szinte körülöleli a tavat, az itt élők felelősségteljesen gondolkodnak az idelátogató madarakkal kapcsolatban, vigyáznak rájuk, szeretnék, ha minden évben visszatérnének hozzájuk. Ez mutatkozott meg abban is, hogy 2018 óta tiltják a szilveszteri tűzijátékozást, amit idén a kijárási tilalom idején is ellenőriztek a Magyar Madártani és Természetvédelmi Egyesület önkéntesei (a rendőrségi egyeztetésnek köszönhetően). 2020 szilveszterekor a vadludak 70%-a maradt a tavon, ami egy kicsi visszaesés az előző évi teljes állományhoz képest, de jelentős előrelépés ahhoz, amikor ugyanilyen arányban elrepültek a tóról.

Visszatérve a sétánkra, elhaladtunk a régi vízimalmok (a 19. sz. elején tizenöt is működött), az egykori vágóhíd különleges épülete mellett, amit most csónakházként használnak. Kicsit később elmaradtak a házak, és erdő mellett haladtunk, majd vadregényes ártéri ligeterdőbe értünk, ami szerencsére a viharos szelet is felfogta. Az egykori barokk vitorlástároló épülete még így, leromlott állapotában is kedves színfoltja a sétánynak. Bár a lombjukat már elhullajtották a fák, de mégsem hiányoltam a zöldet, mert az ilyen erdők aljnövényzete dús, a koronájukban sok helyen zöldellt a fagyöngy, a törzsükön és ágaikon pedig a borostyán pótolta a faleveleket. Az úgynevezett puhafás ligeterdők jellemző fái a fűz és a nyár, de vegyül közéjük akác és zöld juhar is. A Tófarokban szinte faóriások között sétálhatunk, a fekete nyárfák nőnek ilyen óriásira. Némelyik példánynak a törzskörmérete meghaladja a három és fél métert. A talajvízszint csökkenése és a túlzott kitermelésük miatt jelentősen csökkent a számuk, már a kihalás fenyegeti a fajt, emiatt került a védettek közé. Nem csak a fáját lehet hasznosítani (Hollandiában ebből készítik például a fapapucsot), hanem a vattaszerű magjait párnák töltésére is szivacs helyett.

Az Által-érhez közeledve először a kis híd előtt és után az út fölött átívelő fákra lettem figyelmes, mintha egy élő alagúton mennénk át. Közelebb izgatott horgászokkal találkoztunk, akik éppen kapásban voltak. Jó méretű, sütnivaló keszegeket lehet fogni, mesélték.

Továbbhaladva fiatalabb telepítésű erdőbe értünk. A gondos erdőgazdálkodásnak köszönhetően cseres-tölgyes erdő növekedik itt, a korábbi tájidegen fenyő és akácfák helyén.Az úton többször van arra lehetőség, hogy bejárt csapásokon lemenjünk a tómederhez, a nádas mellett sétáljunk, és gyönyörködjünk a tó messzebbi részein, a biztos viszonyítási pontnak tekinthető várban vagy akár a távoli Gerecse lankáiban.

Az utunkat folytatva lassan a sétány legmagasabb pontjára érünk, a vízfelszín fölé kb. öt méterre. Innen kezdődik a kőből épített partfal, amely folytatódik az Eszterházy-kastély és a vár oldalán is.

Három óra körül járt az idő, amikor elkezdtek a vadludak kisebb csapatokban „behúzni" a tó medrébe. Napközben a környéken keresnek élelmet, késő délután pedig visszatérnek.

Lassan körbeértünk, már láttuk a kis mesterséges szigeten álló Szent János-szobrot, ami körül most nem hullámzott a víz. Mögötte pedig a platán óriást is érdemes szemrevételezni, ami 2014-ben az év fája címet is elnyerte.

Amikor már szabadabban mozoghatunk ismét, a tó körbejárásán kívül nem szabad kihagyni a vár kiállításainak megtekintését, a felújított Eszterházy-kastély bejárását, a város másik végén pedig a Fényes tanösvényt sem. De amit igazán szeretnék kipróbálni, az az Által-ér völgyi kerékpárút. Még tudnám sorolni a látnivalókat, de helyette inkább két madarakról szóló filmet ajánlok.

FILMAJÁNLÓ

Vándormadarak
(francia-olasz-német-spanyol-svájci természetfilm, 98 perc, 2001) – a madarak vonulását mutatja be testközelből.

Repülj velem
(amerikai családi kalandfilm, 107 perc, 1996) – egy igazi családi film, amiben a tojásból való kikeléstől követhetjük végig egy vadlúdalom felcseperedését és repülni tanulását a szüleik nélkül.

TAMF-projekt:
Konfigurációmenedzsment (CM)

Susán Janka

A Termelési Alrendszer Működésfejlesztés Kiemelt Projekt (TAMF-projekt) hiteles példa arra, hogy egy atomerőműben milyen lényeges szempont a világban zajló iparági fejlesztések, újítások, újabb követelmények követése, az erőmű működésébe való integrálása, igénybe véve ehhez más erőművek tapasztalatait is. Beszélgetőpartnerem Buránszky István, az atomerőmű Rendszertechnikai Főosztályának vezetője, akivel a TAMF-hoz kapcsolódó feladatairól, a kollégákkal együtt elért eddigi eredményeikről és az idei terveikről beszélgetünk.

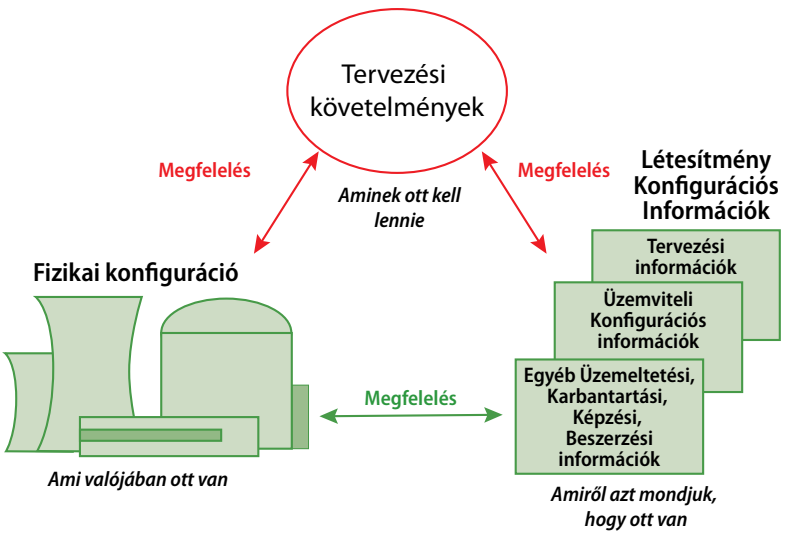
– *Hogyan kapcsolódik a munkád a TAMF-hoz?*

– A TAMF-projekt az indulásától kezdve elég széles körben bevonta a munkájába a főosztályunkat. Elsősorban azért, mert a kezdetekben meghatározott három fő projekttevékenységi kör, a munkairányítás, a berendezésmegbízhatóság és a konfigurációmenedzsment (CM) közül kettő leginkább hozzánk köthető. A CM-alprojekt vezetését én kaptam, a berendezésmegbízhatóság modult pedig Tarnóy László kollégám, a Rendszertechnikai Osztály vezetője. Az ütemezés szerint először a munkairányítással kezdtünk foglalkozni, mert az ehhez kapcsolódó változások szerepeltek az első lépcsőben, azt követte a berendezésmegbízhatóság, majd harmadikként a konfigurációmenedzsment.

– *Miről szól a konfigurációmenedzsment?*

– Röviden összefoglalva három terület közötti egyensúly, összhang megteremtéséért, fenntartásáért felelős. Ezekre a konfigurációmenedzsment három lábaként is tekinthetünk, amelyek a tervezési követelmény, a megvalósult fizikai konfiguráció és az ehhez kapcsolódó dokumentáció, mely lehet papíralapú és adatbázis-alapú információ egyaránt. Az erőmű működtetéséhez kapcsolódva ezek a területek (a három láb) folyamatosan változnak, és amikor az egyik megváltozik, akkor a másik kettőt is illeszteni kell hozzá. Az élet sokszor hoz változásokat, mondok néhány példát. Változhat a Nukleáris biztonsági szabályzat, a szabványok, indukálhat egy kivizsgálási jegyzőkönyvben keletkezett feladat is átdolgozást, a karbantartások, a javítások a berendezések fizikai konfigurációján is folyamatosan módosítanak, és még sorolhatnám.

– *Így elsőre elmondva egyszerűnek tűnik. A megvalósítása is az?*



1. ábra: Konfigurációs egyensúly

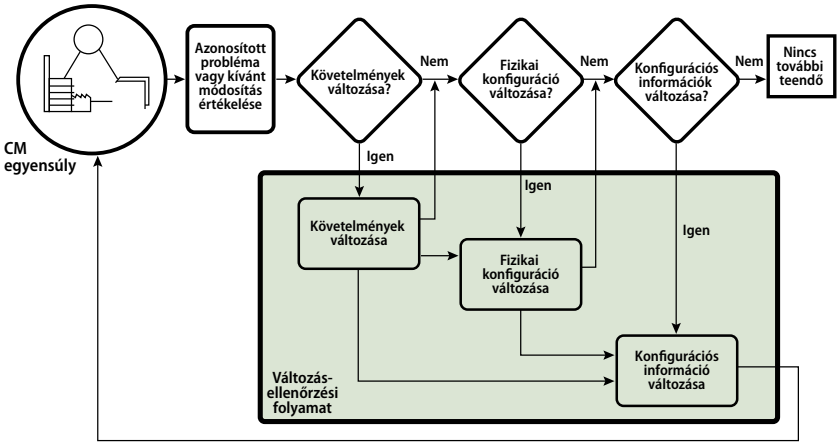
A konfigurációmenedzsment jelenti az egyensúlyt az erőmű fizikai konfigurációja, a tervezési követelmények és a létesítmény konfigurációs információk között. Ha mindhárom elem összhangban van, akkor beszélhetünk a konfigurációmenedzsment egyensúlyáról.

– A legnagyobb kihívást az jelenti, hogy a tervezési követelmény dokumentumai szétszórtan találhatók meg az erőműben, ezek egységes rendszerbe történő összegyűjtése most az egyik legnagyobb feladatunk. Ennek kialakításához át kell dolgoznunk a kapcsolódó vállalati folyamatokat, a strukturális rendjükhöz is hozzányúlunk egy új főfolyamat kialakításával. Ez magával vonja a dokumentációs rendszerünk és az adatstruktúránk átdolgozását is.

– *Rajtad kívül kik fogják össze ezeket a munkákat?*
– Nagy előrelépés volt idén, hogy a főosztályon saját státuszaim rovására ugyan, de három kollégámat meg tudtam bízni ezen feladatok ellátásával, így megalakulhatott a CM-csoport. A projekten belül a modulunk tizennégy fős, így biztosítható a más szervezetekhez kapcsolódó feladatok elvégzése, koordinálása, további kollégák bevonása.

– *2021 még csak most kezdődött, értékelnéd az alprojekted tavalyi évét?*
– A CM ütemezésénél már említettem, hogy a teljes projekt utolsó szakaszában fog megvalósulni a bevezetése, de egy kicsit előre dolgozva, az Asset Suite 9 (AS9) majdani bevezetéséhez kapcsolódva megkezdtük a folyamatok átdolgozását, ami eddig négy eljárásrendet érint.

– *Mi volt a legnagyobb kihívásotok tavaly?*
– A sztenderd nukleáris modell is tartalmazza a Design Authority szerepkört, ami a főosztályunkhoz köthető. Nehéz ezt pontosan lefordítani, talán legegyszerűbben a CM felügyeleti hatásköreként foglalhatnám össze. Elkezdtük megtervezni ennek a szerepkörnek a saját működési keretünkbe történő illesztését.



2. ábra: Konfigurációmenedzsment folyamatábrája egyensúly helyreállítására
Amennyiben a 1. ábrán látható egyes elemek között bármely okból ellentmondás áll fenn, akkor a konfigurációmenedzsment egyensúly nem állapítható meg, és azt helyre kell állítani, a 2. ábrán bemutatott változás-ellenőrzési folyamatnak megfelelően.

– *Az idei évben hogyan folytatjátok a munkát?*
– Tavaly a kezdeményezésünkre a WANO Moszkvai Központja szervezett egy CM-konferenciát. Az eddig megismert tapasztalatoknál is fontosabb talán az az eredmény, hogy felvettük a kapcsolatot a cseh, szlovák és Paks II.-es kollégákkal a témában. A részt vevő országok több erőműve bemutatta az általuk már alkalmazott vagy bevezetni tervezett módszert. A csehek járnak legelőrébb, ők már létrehozták a CM-rendszerüket, és szívesen közreműködnek a mi bevezetésünkben. A szlovákok hasonlóan állnak, mint mi. Paks II. ugyan még előtte áll a feladatnak, de ők is érdekeltek benne. Így kialakult egy közép-európai integráció a témában. A következő lépésként most februárban tartjuk az első online konferenciánkat, tekinthetjük alapító összejövetelnek is, ahol megbeszéljük ki mit vár a témában a közös munkától, hogyan fogunk együttműködni. Az már most látszik, hogy évente egyszer két-három napos személyes megbeszélést is fogunk tartani, és ennek első alkalma Csehországban lesz júniusban vagy szeptemberben – amit a pandémia még bizonytalanná tesz, de bízunk benne, hogy összejöhet.
Ezenkívül folytatni fogjuk a tervezési követelményekhez kapcsolódó információk integrálását, az adatstruktúra átdolgozását és a már említett Design Authority szerepkör kialakítását.

– *A folyamatok átdolgozását hogyan folytatjátok a CM-hez kapcsolódva?*
– Azok készültek el, amelyek majd az AS9 indulásához lesznek szükségesek. A középszintű folyamatunk megvan már egy nagyon jó folyamatábrával, és idén állunk neki a kapcsolódó folyamatok megírásának, az idei év főleg erről fog szólni. Arra számítok, hogy a témához kapcsolódó online konferencia, a nemzetközi közös munka jelentős segítséget fog adni ezek kidolgozásához.

Látványos szakaszába érkezett az új blokkok előkészítése

Paks II. Zrt. | Fotó: Paks II. Zrt.

Épül a leendő blokkok területének közvetlen szomszédságában az Erőmű-beruházási Központ, az Országos Atomenergia Hivatal asztalán van a létesítési engedély iránti kérelem, idén már a kiviteli tervezéssel foglalkozik a műszaki gárda, és elkezdődnek a talaj-előkészítő munkálatok a Paks II.-projektben. Az új atomerőművi blokkok építésével kapcsolatos eredményeket és feladatokat Süli János miniszter összegezte az Atomerőmű magazin olvasói számára.

Az elmúlt egy évben számos fontos lépés történt a két új blokk előkészítésében és a kerítésen kívüli feladatok terén is. A nukleáris létesítési engedély iránti kérelem benyújtása és a villamos létesítési engedély megszerzése mellett a felvonulási területen is látványos az előrehaladás: számos építmény megkapta már az Országos Atomenergia Hivatal építési engedélyét. Az új atomerőművi blokkok helyszínének közvetlen szomszédságában megkezdődtek az Erőmű-beruházási Központ kivitelezési munkálatai. A Paks II. műszaki személyzetének elhelyezésére szolgáló korszerű irodaház konténerekből épül. A 260 konténer javarésze már megérkezett. A komplexumot a tervek szerint még 2021-ben birtokba veszi a Paks II. Zrt. – Minden okunk megvan arra, hogy elégedettek legyünk, hiszen a járvány ellenére jó ütemben halad a Paks II.-projekt – összegezte a két új blokk létesítéséért felelős miniszter. Süli János azt mondta, az elmúlt év végi találkozón egyetértettek Alekszej Lihacsovval, a Roszatom vezérigazgatójával abban, hogy a munka ütemterv szerint halad.

Süli János szerint kihívásokkal teli, mozgalmas évnek ígérkezik az idei esztendő. Ahogy azt a Paksi Atomerőmű dolgozói is láthatják, a felvonulási területen folyamatos az épületek kivitelezése. Elkezdődik az atomerőmű kiviteli tervezésének előkészítése is. – Az orosz féllel közösen dolgozunk a munkagödörre, a résfalra és a talajszilárdításra vonatkozó kérelmek dokumentációján – mondta a miniszter. Hozzátette: annak, hogy a telephelyen már van egy üzemelő atomerőmű, számos hozadéka van, hiszen rendelkezésre áll a szükséges infrastruktúra és temérdek tapasztalat. Ám ugyanebből kifolyólag specialitása az építkezésnek, hogy a Duna és a működő atomerőmű mellett épülnek meg az új blokkok. A munkák során figyelembe kell venni a terület hidrológiai, geotechnikai tulajdonságait, és az épület nagyságából adódóan is szükség van bizonyos előkészületekre. A munkagödörből, amely az 5. és 6. blokk nukleáris szigete alatt 23 méter mély lesz, mintegy 8 millió köbméter földet kell kitermelni. Meg kell építeni egy résfalat annak érdekében, hogy a talajvíz csak kontrolláltan és minimális mértékben juthasson be a munkagödörbe és megakadályozza, hogy lecsökkenjen a talajvíz szintje, ami az üzemelő négy blokk miatt kiemelten fontos.

– Egy 1 méter széles, az 5-6. blokkokat téglalapszerűen körbeölelő föld alatti betonfalat kell elképzelni, ami 32 méter mély és 2,5 km hosszú lesz. Emellett talajszilárdítást is végzünk, mert egyrészt az építmények rendkívül nagy tömegűek lesznek, azok tervezett süllyedését kordában kell tartani, másrészt a talaj folyósodásra hajlamos, amit meg kell akadályozni. Ennek érdekében a talajt 10-12 méter vastagságban átbetonozzuk – részletezte a miniszter. Süli János kiemelte, hogy mindez alapos tervezést kíván, és igen komoly műszaki feladat. Hozzátette: mivel Oroszországon kívül is folyamatosan épülnek VVER–1200 blokkok, egyre nagyobb a kivitelezés terén a tapasztalata a Roszatomnak.

A miniszter hozzátette: a beruházás megvalósításához közvetlenül szükséges infrastruktúra és a szolgáltatások fejlesztése terén is jelentős lépések történtek. Ezek abból a szempontból is fontosak, hogy a térséget bevonják a beruházás megvalósításába, élénkítve a régió gazdaságát. – A Mezőfalva–Paks vasútvonal szükséges fejlesztése mellett a környékbeli utak felújítása is folyamatos. Elkészült a Paks–Németkér, a Györköny–Pusztahencse út (beleértve a településen belüli szakaszokat is), folyik a nagydorogi, illetve a Dunaszentgyörgy–Fadd–Gerjen út felújítása, két információs iroda nyílt a vállalkozók és a Paksra érkezők tájékoztatása érdekében, egyebek mellett elkészült Pakson a Liget lakópark. A projektbe bekapcsolódó cégek igényeinek kiszolgálására egy irodaház épül a 6-os főút mellett Paks közelében – összegezte Süli János. Elmondta, hogy még 2021-ben elkezdődik egy 300 fős szálláshely építése a 6-os út atomerőmű felőli oldalán. A szemközti oldalon pedig 45 hektáros területet biztosítanak a dolgozók elhelyezésére, ahonnan gyalogosan is könnyen elérik majd az építési területet.

Új rendészeti vezető az RHK Kft.-nél

RHK Kft. | Fotó: RHK Kft.

Annak kapcsán, hogy az Atomerőmű magazin aktuális lapszámának témája a „bátrak ereje" címet kapta, adta magát a lehetőség, hogy a Radioaktív Hulladékokat Kezelő Kft. azon szervezeti egységének munkájáról, tevékenységéről adjunk átfogóbb képet, amely nem más, mint a fizikai védelemért felelős Rendészeti Önálló Osztály. Az ezzel járó feladatokról, jogszabályban foglalt kötelezettségekről ki is tudna jobban számot adni, mint a 2002-ben – az akkor még RHK Kht.-hoz – érkezett Kaszás Sándor, aki megtervezte, megszervezte és kialakította a rendészeti feladatokat a társaságnál, szem előtt tartva mind a biztonságot, mind pedig a cég – és tágabb értelemben – az ország érdekeit. 18 év elteltével, 2020. december 31-én egy korszak lezárult, ugyanis ezen a napon vonult nyugdíjba Kaszás Sándor. Ennek okán kérdeztük a társaságnál eltöltött évekről és utódjának üzent gondolatairól.

– *Hogyan indult karrierje az RHK Kft.-nél?*

– Korábbi feladataim ellátása során szereztem ismereteket arról, hogy az RHK Kft. vette át a radioaktív hulladékok kezelésének és tárolásának országos feladatát, hogy jelentős fejlesztések indulnak meg, továbbá hogy szükség lesz ezen feladatok rendészeti, védelmi területének kialakítására. A társaság akkori vezetőjének kérésére döntöttem úgy, hogy vállalom az RHK Kft. rendészeti, védelmi feladatainak elvégzését, a rendészet szervezetének kialakítását.

– *Hogyan emlékszik vissza a társaságnál eltöltött első időszakra?*

– Legelőször a Kiégett Kazetták Átmeneti Tárolója (KKÁT) fizikai védelmének átvétele, a szükséges okmányok, szabályzatok kidolgozása és engedélyeztetése, a fegyveres biztonsági őrség felállításához szükséges személyi állomány kiválasztása és felvétele, kiképzése, a fegyverzet, felszerelés beszerzése voltak a meghatározó feladatok.

Kialakítottuk a KKÁT fizikai védelmi biztonságtechnikai rendszereit, engedélyezték a védelmi okmányokat és szabályzatokat, és 2004-ben megalakult a KKÁT fegyveres biztonsági őrsége.

Ebben az időszakban vettük használatba a beléptető operatív és irányítóépületet (BOIÉ), kialakítottuk a beléptetőrendszert és a közbiztonsági engedélyezést. A védelmi okmányok a minősített adatkezelés szabályai szerint kerültek engedélyezésre, ezért ki kellett alakítani a minősített adatkezelés rendjét és feltételeit is.

Megindult a Nemzeti Radioaktívhulladék-tároló (NRHT) létesítése, ennek keretében a fizikai védelmi rendszer tervezése és kialakítása és a fegyveres biztonsági őrség felállításának szervezése.

Emellett az Országos Atomenergia Hivatal előkészítette az atomenergiáról szóló 1996. évi CXVI. törvény végrehajtási rendeletének – a későbbi 190/2011. (IX.19) korm.-rendeletnek – a kidolgozását. Ennek jogszabály-előkészítési munkáiban volt szerencsém részt venni.

– *És hogyan az utolsó évekre?*

– Az utolsó évek kihívásai között szerepelt a 2017-ben lejárt fizikai védelmi engedélyek és tervek megújítása és engedélyeztetése, ennek keretében már az ún. programozható rendszerek védelmi terveinek kidolgozásában védelmi felelősként vettem részt.

Ezen évek számomra igen örömteli eseményei voltak a fegyveres biztonsági őreink országos elismertséget hozó versenyeredményei. Végül 2020-ban döntöttem arról, hogy a vezetői munkakört és a feladatok végrehajtását a kijelölt utódomnak átadom, és végleg nyugállományba vonulok.

– *Mit üzenne útravalóul utódjának?*

– Az elköszönő körlevelemben azt írtam kollégáimnak, hogy 2002. február 1-jén kezdtem dolgozni rendészetvezető beosztásban, és a Rendészeti Önálló Osztály vezetőjeként távozom. Így egyetlen mondatban sűríthető az a 18 év, amely számomra egy örömmel és lelkesedéssel végzett munkát, sok-sok kihívást és sikereket, feledhetetlen munkatársakat hozott.

Utódom az NRHT FBŐ korábbi őrségparancsnoka lett, aki kellően felkészült a feladatra. Kívánom,

hogy feladatait a Rendészeti Önálló Osztály munkatársaival, eddigi tapasztalatai alapján továbbra is sikeresen végezze. Mindig tartsa szem előtt, hogy a rendészeti feladatok a társaság minden területét és dolgozóját érintik, a legjobb eredmények a sikeres együttműködéssel érhetők el.

Ferenczi Sándornak az új év új kihívást is hozott, és immár a paksi kirendeltségen látja el felelősségteljesen kötelezettségeit.

– *Milyen érzés, hogy Ön viheti tovább ezeket a feladatokat, Önt választották ki a Rendészeti Önálló Osztály vezetésére?*

– Először is köszönöm a jó kívánságokat. Tiszta szívemből kívánom elődömnek, hogy úgy teljenek a nyugdíjas évei, ahogyan tervezte, és hosszú-hosszú ideig élvezze a jól megérdemelt pihenést. Megtisztelő feladat és egyben óriási felelősség a Rendészeti Önálló Osztály vezetése. Ezért köszönöm a belém vetett bizalmat, minden erőmmel és tudásommal azon leszek, hogy a rám bízott feladatokat ellássam, valamint mindent megteszek annak érdekében, hogy a rendészeti szervezet a továbbiakban hasonlóan magas színvonalon teljesítse feladatát, mint ahogy tette azt az elmúlt években is.

– *Eddig mely feladatok tartoztak az Ön hatáskörébe?*

– Alapvetően a Nemzeti Radioaktívhulladék-tároló (NRHT) fegyveres biztonsági őrségét irányítottam őrségparancsnokként. Ehhez kapcsolódóan, mint az NRHT fizikai védelméért felelő személynek, feladatom volt a létesítmény védelmének megszervezése, irányítása. Természetesen emellett minden, a fizikai védelemmel, a fegyveres biztonsági őrséggel, valamint a személy és vagyonőrökkel kapcsolatos munkák végrehajtása is a feladataim közé tartozott. Továbbá tagja voltam a létesítmény Baleset-elhárítási Szervezetének.

– *Tervez-e változásokat, fejlesztéseket a rendészet életében?*

– Úgy gondolom, hogy az RHK Kft. rendészeti szervezete nagyon jól működik, ezért jelentős változtatásokat nem tervezek. A fejlesztések eddig is folyamatosan zajlottak, és jelenleg is tervben vannak olyan módosítások, amelyek biztosítják létesítményeink magas szintű védelmét.

– *Mit tud vagy szeretne ígérni beosztottjainak a következő évekre?*

– Kollégáimnak bizonyítani szeretek, és nem ígérni. Inkább kérésem lenne hozzájuk, mindenben segítsék egymást és a cég dolgozóit, és továbbra is bizalommal forduljanak vezetőikhez.

Fegyveres Biztonsági Őrségek X. Országos Szakmai Csapatversenyén elért I. helyezés
A kupát tartva Kaszás Sándor, guggolva balról az első Ferenczi Sándor

A hobbik fitten tartanak

Vadai Zsuzsa | Fotó: saját archívum

Gosztoláné Győri Katalin és Gosztola István

Felnőtté válás

Mindketten Tolnanémedin nőttünk fel.
Kati: – Szekszárdon a „keriben" érettségiztem, majd Pécsett közgazdász, később a Marx Károly Közgazdaságtudományi Egyetemen személyügyi szakközgazdász lettem.
István: – Gyönkön a gimnáziumban érettségiztem, majd a Szovjetunióban a Harkovi Műszaki Egyetem Gépészmérnöki Karán végeztem.

Évtizedek egy asztalnál

István: – A Paksi Atomerőmű Vállalatnál 1980-ban üzembe helyező mérnökként kezdtem dolgozni. Az atomerőmű különböző területein eltöltött 8 év jól megalapozta az ESZI-ben, a szakmai oktatásban eltöltött 30 évemet.
Az atomerőműves szakmai oktatás megszervezése legalább olyan újszerű munka volt, mint az atomerőműves rendszerek üzembe helyezése. 2007-ben mentem nyugdíjba, de 2017-ig tanítottam még az ESZI-ben, a végén kisebb óraszámban óraadó tanárként.
Kati: – Az egyetem után a szekszárdi Mezőgépnél voltam külkereskedelmi előadó, majd megszülettek a lányaink, és Paksra költöztünk. Itt a Közművelődési Intézmények Igazgatóságánál gazdasági igazgatóként dolgoztam. 1985-ben kerültem az atomerőműbe, a Szociálpolitikai Osztály csoportvezetője lettem, és onnan is mentem nyugdíjba 2007-ben.
Itt a 8 fős osztállyal mi voltunk a gazdái a teljes béren kívüli juttatási rendszernek. Ez abban az időben nagyon széles körű tevékenység volt – az étkeztetés, a munkába járás, a munka- és védőruha-ellátás, az üdültetés, a nagyrendezvények szervezése stb. mind a feladataink közé tartoztak. A gazdálkodás, az ellátórendszerek kialakítása, szabályzatok megalkotása, jogszabálykövetés mind a munkaköröm részét képezte. Ez szerteágazó külső és belső kapcsolatrendszert, színes érdekes feladatokat jelentett.

Sakk

István: – A sakkal komolyabban a gimnáziumban ismerkedtem meg, sakkfeladványokkal foglalkoztam, egyik feladványom országos első lett. A Szovjetunióban az egyetemi évek alatt a versenyekkel is „megfertőződtem", hazatérve aktívan bekapcsolódtam a sakkéletbe. Levelezési sakkban háromszoros magyar bajnok vagyok, és a válogatottban is évekig játszottam.
Pakson a kezdetek óta jelen vagyok a sikeres sakkszakosztály munkájában. Már több mint 20 éve NB I.-ben dobogós helyen szerepelünk, sok jó sakkozóval büszkélkedhetünk.

Tűzvirág

Kati: – Különböző szerepekben ugyan, de szinte a kezdetektől közöm van az együtteshez. A Mádi Magdolna vezette néptánccsoport kezdeti lépéseit a VMK-ban mint gazdasági igazgató segítettem, majd a lányaim beíratásával segítő szülővé váltam, és 1993-ban a Tűzvirág Táncegyesület megalakulása óta az egyesület gazdasági vezetője vagyok a mai napig. Ezalatt a 40 év alatt több táncosgeneráció fejlődését követhettem nyomon, nagyon sok élmény köt az együtteshez. Meggyőződésem, hogy az együtteshez tartozó fiatalok a barátságokon, táncos-színpadi élményeken túl olyan értékrendet, tartást visznek magukkal, ami egész életükben hasznukra válik.

Család

Két lányunk van. Beus az idősebb, ő kertészeti egyetemet végzett, majd elvégezte a doktori iskolát, és jelenleg a SZIE Gyógy- és Aromanövények tanszéken egyetemi docensként oktat.
Kata lányunk egy darabig követte a nyomdokaimat, a Corvinuson közgazdász lett, majd férjhez ment, és

megajándékozott bennünket három unokával, Levente, Panni és Ákos. Amíg a gyerekekkel otthon volt, elvégezte az ELTE-n a pszichológia szakot. Jelenleg gyermekpszichológusként dolgozik egy kórházban, mellette a SOTE-n klinikai szakpszichológusi képzésre jár. Az unokák nagyon gyorsan nőnek, már a legkisebb is elmúlt 11 éves, a legidősebb pedig már 16. A két nagyobb az ELTE Radnóti Miklós Gyakorlógimnáziumába jár, a legkisebb pedig idén felvételizik 6 osztályos gimibe.

Hagyomány

Komoly hagyományokat örököltünk a szüleimtől. A család mindig is óriási szerepet játszott az életünkben, a közös ünnepléseket, családi összejöveteleket mind a mai napig rendszeresen megtartjuk.
Miután a szüleink már nem élnek, úgy döntöttünk, hogy a szülői házunkat nem adjuk el, most folynak a felújítási munkák, és ha elkészül, lesz hely a régi nagycsaládos találkozókra itt is.

Szabadidő

István: – Szerencsére a sakkot kortól függetlenül lehet űzni, és a családi ház felújításánál is keresem a jó oldalát a dolgoknak.
Kati: – Minden kézműves technika érdekel, korábban kötöttem, hímeztem, horgoltam, varrtam. Újabban szerettem bele a gyöngyökbe, fűzöm és horgolom is őket, de kacérkodok a papírfonással, a mozaikkészítéssel, a festéssel, üvegfestéssel, és mindennel, amire rácsodálkozom. Szeretek kertészkedni, és ha marad időm, olvasni és rejtvényt fejteni.

Nagy utazás

Míg a gyermekeink kicsik voltak, autóval és sátorral bejártuk Európát Dániától Gibraltárig, de a Tátrában végiggyalogoltuk a „Magisztrális" utat, túráztunk az osztrák és a svájci Alpokban, kerékpárral jártuk be a Loire menti kastélyokat, és Passautól Hegyeshalomig kerekeztünk a Duna mentén. Sosem tudtam eldönteni, hogy a hegyeket vagy a vizet szeretem jobban.
A legutolsó nagy élményünk az USA volt. 2019-ben az egész családdal – gyerekek, unokák 8 fő – körutazást tettünk a nyugati parton. Magunk szerveztük az utat, kocsit béreltünk, és csaknem 3 hét alatt felejthetetlen élményekben volt részünk. Nagyon sok csodát láttunk, San Francisco, Los Angeles, Las Vegas, Grand Canyon, a csodás nemzeti parkok, sivatagtól a havas hegyekig, mindenben volt részünk.
Hálásak vagyunk a gyermekeinknek, mert nélkülük erre az útra mi nem vállalkoztunk volna, és a múlt nyáron már lehetőség sem lett volna rá.

Gyökerek és otthon

Ugyan nem Pakson születtünk, de életünk meghatározó részét itt töltöttük. Sokáig azt gondoltam, hogy nekem a szülőfalum az otthonom, ott vannak a gyökereim. Rá kellett jönnöm, hogy lehet, a gyökereim Tolnanémedihez kötnek, de élő emberi kapcsolataim miatt már sokkal inkább érzem otthon magam Pakson. Itt nem tudok úgy elmenni a boltba, hogy ne kelljen megállni, beszélgetni egy ismerőssel.
Szeretem ezt a várost a békéje, a jó levegője miatt. Középút a zsúfolt nagyváros és a kisfalu között. Szeretem a Dunát, a kisvárosi életet. Jó hazajönni, megpihenni.

Nyugdíjba vonult kollégáink

2020. december – 2021. január

Csinyi József turbinagépész
MVIGH ÜVIG ÜVFO TO

Tunczinger Rudolf külső technológiai szolgálatvezető
MVIGH ÜVIG ÜVFO KTO

Fritz János karbantartó műszerész
KAIG KAFO AKO

Törjék Zsigmond vezető szerelő
KAIG SZFO GSZO

Rátkainé Szabó Szilvia szakmai titkár
BIG SKVFO

C. Szabó István műszaki szakértő
BIG SKVFO

„A természetem, a kíváncsiságom, ami mindig hajt”

Orbán Ottilia | Fotó: Bodajki Ákos

Héjja László

Olvastam valahol, hogy valaki azzal foglalkozik, hogy jó lenne feltalálni valamit, amivel konzerválni lehetne az emléket, mint egy ízt vagy egy illatot. Amikor a kedvünk tartja, elővehetnénk, és újra átélhetnénk a pillanatot. Hasonló dolog történt velem, ahogy a napokban Karbantartó Gyakorlóközpont épületénél álltam. Körülöttem hasonló állapotok voltak, mint a ’80-as években, amikor az atomerőmű épült. Az a bizonyos konzervált emlékkép előjött. Főleg, hogy már tudtam, hogy következő interjúm Héjja Lacival lesz, aki akkor, abban az időszakban érkezett az akkori PAV-hoz felvételi elbeszélgetésre feleségével, aki elkísérte őt. Nagyon pontosan és tisztán van még magam előtt az emlékkép, róluk, a körülményekről, a beszélgetésről. Jó volt visszaemlékezni. Örültem, hogy Laci – aki a Rendszertechnikai Főosztály műszaki főszakértője – elfogadta a meghívást.

– *Annak idején hogyan értesültetek arról, hogy itt atomerőmű épül, és vannak olyan álláslehetőségek, amelyek neked szóba jöhetnek? Akkor még nem volt internet, a médiafelület is korlátozott lehetőségeket adott.*

– A már végzett diákok, iskolatársak meséltek a nukleáris technológiáról, a beruházásról, a lehetőségekről. Hiába volt műszaki diplomám, ez a terület akkoriban egy izgalmas fehér foltot jelentett. Motivált a tanulás lehetősége és az egyéb szociális juttatások összessége. Akkor, friss házasként Budapesten kezdtük volna közös életünket, vidékről kerülve a fővárosba. Az Országos Repülőfőnökség Kálvin téri bázisán kezdő osztályvezetői beosztás volt a mérleg egyik serpenyőjében. A másikban, a PAV kínálta lehetőségek. Ha visszagondolok 1986-ra, alig voltunk pár hónappal a csernobili események után. Ekkor jártunk először feleségemmel Pakson. Természetesen az erőműben tudták, hogy jövünk. Az élmény sorsdöntő volt. Nagy Sándor, a Reaktorosztály vezetője, a majdani közvetlen főnököm fogadott bennünket. Az egész délutánt vele töltöttük. Ezt a gesztust a lehető legpozitívabb dolognak tartottuk, mivel Gabi, a feleségem is végigjárhatta velem a területet. Mindketten tudtuk, hogy miről döntünk, miről beszélgetünk. E döntés 35. éve tart. Mindketten Pakson dolgozunk, Gabi a Kishegyi úti óvodában, én pedig az atomerőműben.
Sanyi bevitt minket a 3. blokkra, ahol 1986-ban cirkulációs mosatás volt, és fizikai indítás előtt állt a blokk. A 4. blokkon még „átfújt a szél". Bennem ez nagyon mély nyomot hagyott. Erős volt az „információfluxus-sűrűség", amit ott kaptunk.
Kopásálló zöld ruhában lehetett jönni-menni, és a „csikócsapat" tagjaival együtt dolgozni, tőlük tanulni. A Reaktorosztályon kezdtem, a szokásos operatív személyzetnek szánt úton, amelyet közben felülírtam. Betanuló reaktoroperátorként a szimulátoron töltött idő maradt emlékezetes. Most sokan nem is gondolják, hogy voltak olyan évek is, amikor nem volt saját szimulátorunk. A „csikócsapat" tagjai még Novovoronyezsbe, az őket követő kollégák az akkori Kelet-Németországba, Reisbergbe mentek szimulátorra. A Reisbergben töltött idő és a közben ért hatások összességében ellöktek attól az iránytól, ami a blokkvezénylő felé mutatott. Megtörtént az irányváltás. Engem az egyedi projektfeladatok vonzanak. Több mint 10 évig az ÜVIG Reaktorosztálya volt az anyaszervezetem. Innen delegáltak több esetben is különböző projektekbe. A teljesség igénye nélkül, néhány téma, feladat, melyben éveket töltöttem ebben

az időszakban mint technológus mérnök. Részt vettem a SAT-alapú képzés kidolgozásában, oktatási anyagok készítésében. Óraadóként is tevékenykedtem több mint tíz évet a reaktortechnika-tanfolyamokon. Közben segítettem a tervezők munkáját a II. segédépület irányítástechnikai rekonstrukciójának előkészítésében, részt vettem a kivitelezés és üzembe helyezés folyamatában. Még a Reaktorosztályhoz kötődtem, amikor a magnetitlerakódás miatti problémák, a teljesítményvesztés elkerülésére kerestük a megoldást. A teljes technológiai volument vizsgáltuk. Izgalmas volt. Ezekben a feladatokban én mindig nagyon jól éreztem magam. 1999 környékén kerültem át a Kapocs Gyuri vezette RTO-hoz. 2003-ban megtörtént az üzemanyag-sérülés. „Belecsúsztam" az elhárítással kapcsolatos tevékenységekbe. Munkám jelentős része a II. számú segédépület bővítéséhez, a technológiai rendszerek, azok kapcsolatainak, a rendszerfelügyelet kidolgozásához köthetők. Az is egy nagyon izgalmas három év volt. Sok új kollégával volt szerencsém együtt dolgozni. Az ekkor ért hatásoknak is köszönhetően egy szakmérnöki képzés keretében, a Pannon Egyetemen elvégeztem a környezetvédelmi szakmérnökit. Jó döntésnek bizonyult. A szemléletformálásnak bizonyos részeit a munkámban,

mai életemben, a család életében is tudom hasznosítani. Erre az időszakra tehető, hogy 2003 során megtalálta a cégvezetést Fodor Árpád, aki akkor a Magyar Értékelemzők Társaságának volt a vezetője. A módszertanra hívta fel a figyelmet. Az akkori műszaki igazgató, Pekárik Géza nyitottságára utal, hogy a műszaki háttérből két tucat embert az atomerőmű első körben beiskolázott. Elfogadtam én is a felkérést, miközben az elhárítás is ment. Sűrű, mozgalmas időszak volt. 2004-től rendszeresen végeztünk saját műszaki-gazdasági elemzéseket. Jobbnál jobb témákat dolgoztunk fel, sok jó eredmény is született, ami már részben megvalósult, hasznosult.

– *Fantasztikus 35 év van mögötted. Eseménydús volt, mondhatom. Neked egy nap talán nem is 24 órából áll. A magánéletre, a családra mikor jut időd? Mivel töltöd el a szabadidődet, de ezt félve kérdezem.*

– Nagyon figyelek rá. A 40-es éveim vége felé járhattam, amikor már tudtam, hogy kell az embernek az „énidő". Hol erre, hol arra billent a mérleg nyelve. Szerencsére a feleségem nemcsak tanulta a pedagógiát, de nagyon jól alkalmazza is. Büszke vagyok a gyermekeinkre is! Ennyi idő után már látszik, hogy jó úton járnak. Eleinte Gabi szembesített az idő- és az energiabeosztással, mert hajlamos vagyok nemcsak belevetni magam a feladatba, de szeretek rendesen a végére is járni. Széles az érdeklődési köröm. Szeretek „szakmázni", de az erőművön kívül is van élet. Ráadásul több hobbim és elfoglaltságom is van. Egyik ilyen, az ASE vitorlásszakosztályához köthető. Még '88-ban a kollégáknak köszönhetően ismerkedtem meg a sportággal. Az eltelt idő alatt több szerepkört is vittem a klubban. Az utóbbi 6 évben az ASE VSC társadalmi elnöke vagyok. A klub működésével kapcsolatos feladatok és a szabadidős vitorlázás mellett versenyszerűen is vitorlázom. Az utóbbi 20 évben minden Kékszalagon indultunk, és egyet sem adtunk fel a csapattal. Ez már egy szép sorozat, ami rengeteg élményt adott. A klubban töltött idő van hogy munka, van hogy kikapcsolódás. Nyolc évvel ezelőtt alapító tagja voltam, és alelnöke vagyok ma is a Paksi Vitorlás Sportért Egyesületnek, mely ma már közhasznú civil szervezet. Maradnak még azok a kis tört idők, amikor a ház körül szívesen foglalatoskodom a növényekkel, virágokkal, fákkal. Nemesítek, feldolgozok, akár párlatot is készítek. Foglalkozom gyógynövényekkel. Még 1982-ben megérintett a keleti gyógyászat, aminek a különböző válfajait igyekszem minél jobban megismerni.
És itt van a következő generáció. Két lányunk van, mind a ketten édesanyák. Angélánál van két fiúunokánk, Gergely és Márton, Anitánál két lányunokánk, Luca és Sára. Sokszor az unokákra gondolunk, amikor a szabadidőt és a hobbi bizonyos részét tervezzük. Emellett az utóbbi 10 évben tudatosan elkezdtük a kirándulásokat. Elsősorban Magyarország megismerése a cél.

– *Ha visszamennél az időben, ugyanezt az utat járnád be? Jelentkeznél az atomerőműbe? Hogy gondolod, jól választottál?*

– Akkor abszolút jó választás volt! A természetem, a kíváncsiságom, ami mindig hajt. Megtaláltak a feladatok, amelyekre mindig lehetőségként tekintettem. Mindenféle tekintetben jól éltem meg ezeket. Mai ésszel már elgondolkodnék, hogy mekkora legyen az a bizonyos irányváltás, hiszen sokat változott a társadalmi és iparági környezet. Persze most is számos műszaki és gazdasági kihívás mentén éljük napjainkat, és tesszük közösen a dolgunkat.

„A foci a családom után a legfontosabb dolog az életemben”

Gyöngyösi Petra | Fotó: Molnár Gyula

Viccnek szánta kezdetben, pedig jól tudom, ezt halálosan komolyan gondolja, hogy amikor azt kérdezem, mióta sportolsz, az „amióta az eszemet tudom” választ adta. Debreczeni Ákosnak a labdarúgás a vérében van, férfi felmenői közül – az apai ágon – mindenki focizott. Természetes, gondolhatjuk, hogy őt is ennek a sportnak a szellemisége lengi körül, azonban jókora bátorság is kell ahhoz, hogy ilyen fiatalon a nemzeti bajnokságban játszani kezdjen. És hogy még mi minden kell e mellett, honnét hova jutott el ez a tehetséges fiú, milyen nevelésben részesül(t), kik a példaképei, a cikk végére kiderül.

Ákos egészen kicsi korában, mindössze ötévesen kezdett sportolni. Ezt azzal magyarázza, hogy mivel az édesapja részéről a családban mindenki focizott, így őt is hamar magával ragadta a labdarúgás. Mint minden srácnak, neki is voltak és vannak jelenleg is példaképei. A sort természetesen édesapja vezeti, hiszen kiskorában kizárólag ő volt a példaképe, mára már ez kibővült – teszi hozzá – Roberto Carlossal a játékstílusa miatt és Zlatan Ibrahimović-csal a mentalitása miatt. Ilyen téren tehát há-

Az eddig elért eredmények:

U17 II. osztály bajnok a Paksi FC csapatával, Kindl István vezetésével.
U18-as magyar válogatott kerettagságot szerzett.
2020. szeptember 11-én mutatkozott be az NB I.-ben a Paksi FC színeiben.

rom meghatározó személy is van az életében, akikre felnéz: a bölcs tanácsadó, a biztos háttér Édesapára, a kiváló technikai tudással rendelkező Carlosra és a hihetetlen küzdeni akarásáról híres Ibrahimović-ra.
Az első igazolását 2008-ban írták alá, amikor a Dunaszentgyörgyi Sportegyesület tagja lett, ahol 2011-ig játszott Fenyves Ferenc tanár úr irányítása alatt. Négy év múlva került át az egyik szomszédvári egyesülethez, a Paksi Futball Clubhoz, ahol tavaly tavaszig szerepelt az utánpótláscsapattal a bajnokságban. Már itt nagyon sokat dolgozott – Wolf Attila, Péter Norbert, Jenei Ferenc, Haraszti Zoltán, Tamási Gábor, Kiss Tamás, Kindl István szakmai vezetésével – azon, hogy minél többet fejlődjön mind állóképesség, mind technikai tudás, mind mentális téren. Az elmúlt év nagy változást és ezzel együtt hatalmas kihívást is hozott Ákos számára, amikor 2020 márciusában hivatásos labdarúgó lett a Paksi Futball Clubnál. Első edzője Osztermayer Gábor volt. Jelenleg a klub második csapatánál Kindl István, az első számú csapatnál Bognár György irányítása alatt dolgozik. Amikor pályára lép, a csapatban a bal hátvéd poszt Ákosé.

Szekszárdon született 2003. március 24-én. Dunaszentgyörgyön él családjával. Szülei tősgyökeres dunaszentgyörgyiek, mindketten a Paksi Atomerőműben dolgoznak. Édesapja, Gábor, a Biztonsági Rendszer Osztályon dolgozik SZBV-szerelő munkakörben. Édesanyja, Szabina, az Atomix Kft. munkavállalója, eladó munkakörben dolgozik a Vendéglátási Szakágazatban. Húga, Sára, jelenleg 7. osztályos, Paksi Deák Ferenc Általános Iskola tanulója, a PSE Ritmikus Gimnasztika Szakosztálynál szabadidő kategóriában versenyzett, jelenleg a suliban kézilabdázik. Mondhatni örökmozgó.

Sport és tanulás

– *Hogy telik egy napod a bajnokság idején?*

– Egy napom normális esetben úgy telik, hogy délelőtt iskolában vagy edzésen vagyok, délután szintén edzés, majd otthon tanulás. Az estéket igyekszem a családommal és pihenéssel tölteni. A hétvégék egyik napján bajnoki meccset játszunk, a másikat pedig pihenéssel tölthetjük.

– *Mennyire megterhelő számodra egy bajnokságot végigdolgozni?*

– Nem érzem megterhelőnek, mivel azt csinálom, amit szeretek, persze vannak nehezebb napok.

– *Nagyon fiatalon kerültél a legmagasabb osztályba, mit jelent ez számodra, mekkora kihívás?*

– 17 évesen kerültem a felnőttfutball világába. Számomra ez nagy megtiszteltetés volt, és egy visszajelzés arról, hogy jó úton járok.

– *Mit kell tenned, hogy folyamatosan meg tudj felelni mind az edződ, mind a saját elvárásaidnak?*

– Folyamatosan fejlődni, edzeni, ehhez rengeteg alázat és kitartás kell.

– *Mit szeretnél elérni élsportolóként?*

– Jelenlegi célom, hogy minél több meccsen játszhassak az NB I.-ben, és hasznos tagja legyek a csapatnak. Távolabbi célom pedig az európai top bajnokságok egyikében játszani, és hogy a felnőttválogatott mezét viselhessem.

– *Hogyan tudod az iskolai kötelezettségeidet teljesíteni az NB I.-ben való szereplés mellett?*

– A paksi Energetikai Technikum és Kollégium környezetvédelmi szakára járok, a 12. évfolyamra, ami azt jelenti, hogy ebben a tanévben fogok érettségizni. Ez a helyzet még jobban megnehezíti a napjaimat. Próbálok ott is helytállni. Az iskola amiben tud, segít, amit ezúton is szeretnék megköszönni, de így sem egyszerű.

– *Mivel töltöd legszívesebben a szabadidődet? A barátokra mennyi időd jut?*

– A szabadidőmet pihenéssel töltöm, általában filmeket nézek, és szeretek videójátékokkal játszani. A barátaim a csapattársaim között vannak, ezáltal sok időt tudok velük tölteni.

Így látják a szülei…

Ákosra nagyon büszkék a szülei, boldogok, hogy a fiuk azt csinálhatja, amit szeret. Mindenben támogatják, és remélik, hogy az álmai valóra válnak, ezzel együtt ugyanilyen szerény és őszinte ember marad, mint amilyen most. Sára is irtó büszke a bátyjára, minden meccsén ott van.

„Az édesapja véleményét sokszor kikéri a focival kapcsolatban. Úgy tapasztaljuk, hogy meg is fogadja. Anya pedig a lelki dolgok tanácsadója, ami egy serdülő fiú esetében kihívás. Persze jó értelemben. Amikor együtt vagyunk, igyekszünk tartalmasan eltölteni a közös időt – mesélte Szabina és Gábor.

Egy század

Tóth Márton | Fotó: Wikimedia

Nekifutunk idén is, hátha… Öt hónap van hátra a következő ötkarikás játékig, amelynek Tokió lesz a házigazdája. A japán főváros legutóbb 1964-ben volt rendezője az olimpiának, ahonnan Magyarország 10 aranyéremmel tért haza. A magyar sportolók – a paksiakat is beleértve – gőzerővel készülnek rá. Sorozatunkban – akárcsak az előző olimpia előtt – a felkészülés különleges módját választjuk: egy-egy múltbeli vagy kortárs olimpikon, olimpiai ikon bemutatásával próbáljuk megfejteni a titkot, amelynek révén ők a csúcsra törtek. Hetedik alkalommal a világ legidősebb (2019. április 13. óta) olimpiai bajnokának, Keleti Ágnesnek igazán fordulatos életébe pillantunk bele.

Klein Ágnes Edit január 9-én, 1921-ben született egy jómódú zsidó család második gyermekeként. Édesapja, Klein Ferenc Szegedről származott, és az akkoriban nagygyá váló Pick és Herz húsüzemek szelét meglovagolva Budapestre került. Első lánya, Vera születése után nagyon vágyott egy fiúra: Ágnessel is megbékélt, annyi feltétellel, hogy „fiúsan" nevelte. „Apám nagyon klassz sportember volt. Amit ő csinált, abban én is igyekeztem követni, eveztünk, úsztunk, hegyet másztunk, síeltünk, és mindent, amit csak lehetett. A kirándulások el voltak tervezve egy évre előre. Hogy mit csináljunk, merre menjünk, mit másszunk meg. Én voltam a papám „fia", és ahova ő ment, oda mentem én is. Tőle elsősorban a szívósságomat örököltem, leginkább talán ennek a tulajdonságomnak köszönhetem a sportbeli sikereimet" – mondta később.

Cár vagy kalaposinas?

Ágnes sportszeretete mellett a művészetre is nagyon fogékony volt, gimnáziumi évei alatt kiemelkedett tornászteljesítménye, ám a szíve egyik része a csellózás irányába húzta. Több alkalommal a Zeneakadémián is fellépett, ám 17 éves korában, az év végi hangversenyen „Saint-Saens A hattyú című csellódarabját adtam elő, de váratlanul megálltam, és nem tudtam folytatni, belesültem." Így elkötelezte magát a torna iránt, és beállt szűcsinasnak, hogy pénzt is keressen (1938-at írunk, az arányossági törvények nem tették lehetővé, hogy egyetemre menjen, noha apja vegyészmérnöknek szánta).

Torna és világháború

Keleti Ágnes, aki érettségi után, 1939-ben változtatta meg a vezetéknevét („akkor, amikor rájöttem, megtapasztaltam, hogy másként néznek rám idegen emberek, ha a Klein, és másképp, ha a Keletit hallják"), 1940-ben, zsidó származása miatt nem indulhatott a magyar–olasz tornászversenyen, de a tornához továbbra is ragaszkodott. Szemben az akkori világgal: 1941 tavaszán megkapta az értesítést, hogy nem sportolhat egyesületben. 1942-ben a kiváló tornász, Sárkány István edzette, és teljesen egymásra voltak utalva: apjának üzletét és ezzel idegeit is a II. zsidótörvény tönkretette, megvadult, a család szétesett, a helyzet pedig fokozódott. 1944 áprilisában fél óra alatt összeházasodtak, hogy ezzel is védve legyenek. Az ifjú férj azonban pár nap múlva a gyalogmenettel indult Mauthausenbe, ahonnan 33 kilósan került ki… Édesapja nem élte túl Auschwitzot, édesanyja és nővére viszont Raoul Wallenbergtől kapott menlevelet, amivel egy védett házban túléltek.

„Életem legnehezebb pillanata volt az első igazoltatásom. Addigra megtanultam a csantavéri lány adatait, de azt az ellenőrzéskor is fel kellett mondanom. Azt a gyomorszorító érzést nem kívánom senkinek, hiszen ez a néhány perc élet-halál kérdése volt. És sikerült, Juhász Piroskaként átmentem a vizsgán." És ezzel a névvel és a szakmájával átvészelte a háború borzalmait, majd férjével egy Dob utcai lakásban újrakezdték életüket.

Arccal az olimpiának

1948-ban, Londonban erőtől duzzadva gyakorolt a szeren, amikor leugrott, és megtörtént a baj: szalagszakadás. 1949-ben a budapesti főiskolai vb-n 4 aranyat nyert, és készült Helsinkire: 1952-ben felért a csúcsra, olimpiai bajnok lett talajon, egy perc és 29 másodperc volt a gyakorlat, amelyért annyi ideig dolgozott. Csapatban ezüstérmet vehettek át, harmadik lett felemás korláton és a kéziszercsapat tagjaként.

31 évesen ünnepelt sztár volt (aki hitt a rendszerben), 1954-ben világbajnokságot nyert, 1955-ben diplomázott a testnevelési főiskolán, és Melbourne lebegett a szeme előtt. Az október 23-i forradalom eseményei felkavarták a felkészülést, de Keleti Ágnes feltette sportpályafutására a koronát: gerendán, felemás korláton és talajon (Lariszsza Latinyinával holtversenyben) győzött, ugrásban és egyéni összetettben második és az együttes kéziszercsapatban is első!

Háttal a rendszernek

Ausztráliából nem jött haza, kint maradt nővérével, majd Németországon keresztül Izraelben telepedett le, és másodszor is férjhez ment (Sárkánytól 1950-ben vált el), Bíró Róberttől két fia született. A rendszerváltást követően egyre többet látogatott Magyarországra, majd a 2000-es években hazaköltözött. Fia, Rafael szerint az itthoni nyüzsgés tartja fiatalon édesanyját. „Mindig is élni akartam, ez segített át a nehézségeken. A hosszú élet titka, hogy nem szabad tükörbe nézni" – mondja a mindig nevető Keleti Ágnes, amikor 100 évesen lemegy spárgába.

Forrás: Dávid Sándor – Dobor Dezső: Keleti 100

Kissné Farsang Erika | Fotó: saját archívum

Nevem: **Steiner Fanni Adél**
Születésem helye, ideje: Dombóvár, 2020. október 6.
Születéskori súlyom: 2550 g
Hosszúságom: 51 cm
Első gyermek vagyok a családban.
Anya: Steinerné Szabó Nikoletta, a NAV Tolna Megyei Adó- és Vámigazgatóságánál, humánigazgatási referens
Apa: Steiner Zoltán, a Munka- és Személyügyi Osztályon humánpolitikai munkatárs

Nevem: **Sitarski Ákos**
Születésem helye, ideje: Székesfehérvár, 2020. december 8.
Születéskori súlyom: 3310 g
Hosszúságom: 52 cm
Első gyermek vagyok a családban
Anya: Sitarski-Zsorda Adrienn, az ÉPDUFERR Zrt.-nél HR-asszisztens
Apa: Sitarski Norbert, a Gépész Szerviz Osztályon karbantartási műszaki ellenőr

KATTANJ RÁ A TUDOMÁNYRA!
EGY KÍSÉRLETET MEGÉR
YouTube
YouTube
atomenergetikai
múzeum
KÖVESD FACEBOOK-OLDALUNKAT
ÉS YOUTUBE-CSATORNÁNKAT!
atomenergetikai
múzeum
atom
erőmű

Gyászközlemény

Kissné Farsang Erika | Fotó: saját archívum

Laczi János

(1953–2020)

2020. december 29-én, 67 éves korában elhunyt Laczi János, az MVM Paksi Atomerőmű Zrt. nyugdíjasa. 1953. szeptember 12-én született Székesfehérváron. 1978. április 1-jén vették fel a Paksi Atomerőmű Vállalathoz. 2007. december 30-jén történő korengedményes nyugdíjazásáig az Operatív Tervezési Osztályon dolgozott főkoordinátor munkakörben.

Temetése 2021. január 21-én, a bonyhádi evangélikus temetőben volt, ahol családja, barátok, ismerősök, volt munkatársak vettek tőle végső búcsút.

Kerekes Gyula

(1943–2021)

2021. január 1-jén, 77 éves korában elhunyt Kerekes Gyula, az MVM Paksi Atomerőmű Zrt. nyugdíjasa. 1943. augusztus 2-án született. 1981. július 31-én vették fel a Paksi Atomerőmű Vállalathoz. 2002. december 31-én történő öregségi nyugdíjazásáig az Minőség-ellenőrzési Osztályon dolgozott rendszerfelügyelő munkakörben.

Temetése 2021. január 7-én, a Paks, Fehérvári úti temetőben volt, ahol családja, barátok, ismerősök, volt munkatársak vettek tőle végső búcsút.

Kákai József

(1952–2021)

2021. január 11-én, életének 68. évében elhunyt Kákai József, az MVM Paksi Atomerőmű Zrt. nyugdíjasa. 1952. november 1-jén született Pakson. 1983. január 18-án vették fel a Paksi Atomerőmű Vállalathoz. 2004. november 1-jén történő korengedményes nyugdíjazásáig a Turbina- és Forgógép-karbantartó Osztályon dolgozott technológus munkakörben.

Temetése 2021. január 22-én, a dunaszentgyörgyi temetőben volt, ahol családja, barátok, ismerősök, volt munkatársak vettek tőle végső búcsút.

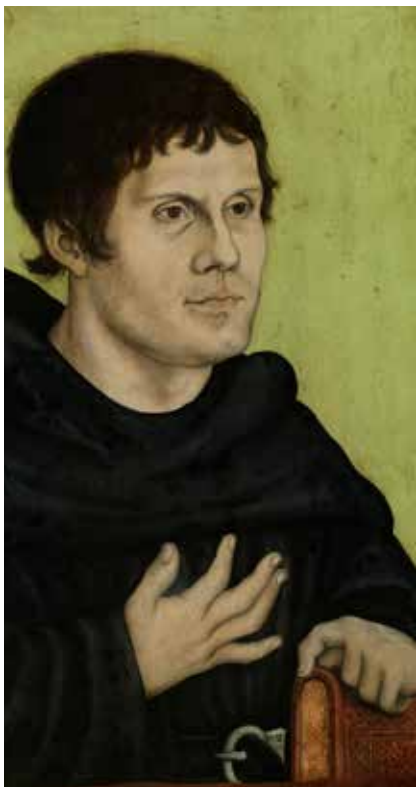
Az atomerőmű dolgozói megőrzik elhunyt munkatársaik emlékét.

„Itt állok, másként nem tehetek!”

Prancz Zoltán | Fotó: Wikimedia

500 éve, 1521-ben hangzottak el Luther Márton híres szavai a wormsi birodalmi gyűlésen. Jelentőségük fél évezred távlatából is felbecsülhetetlen. Emlékezni rájuk messze nem csupán a neves jubileumokhoz kötődő szokást követve tanácsos. Üzenetük legalább három síkon megszólaltatható és időszerű a mai napig is.

Luther ifjúkorától őszinte, rendkívüli odaszánással kereste a megoldást – más szóval: a megváltást – az emberlét eredendő nyomorúságára. Szerzetesként, majd tudósként is elkötelezett híve volt az egyháznak és a pápának. Ennek az elkötelezettségnek a szellemi alapjai akkor kezdtek megrendülni, amikor Luther megismerte a kereszténység ősforrását, a Szentírást (bármily meglepő ugyanis, de ebben az időben nemhogy a laikusok, de a klérus körében is ritkaságszámba ment a Biblia ismerete). Kifejezett összeütközésbe viszont akkor került az egyházzal, és azon keresztül az egyház és az állam szövetségén alapuló teljes hatalmi struktúrával, amikor a bűnbocsánatot ígérő búcsúcédulák pénzért történő árusításával szemben szót emelt, közzé téve 95 tételét. Az egyház megreformálásának szándékával indított vita Luther kiátkozásába és eretnekké nyilvánításába torkollott. V. Károly, a Német-római Birodalom császára már eretnekként idézte őt a wormsi birodalmi gyűlés elé, ahol tanai visszavonását követelte tőle. Talán mondani sem kell, hogy Luther élete forgott kockán. Noha a gyűlés idejére menlevelet kapott, ami elvileg szabad elvonulást biztosított számára, elevenen élt még a neves előreformátor, Husz János emléke, akit Zsigmond király hasonló ígérete ellenére adtak az inkvizíció kezébe, és égettek el máglyán a konstanzi zsinaton. Ezenkívül az is gyászos kilátásokat vetített előre, hogy a menlevél lejártát követően Luthert bárki büntetlenül megölhette.



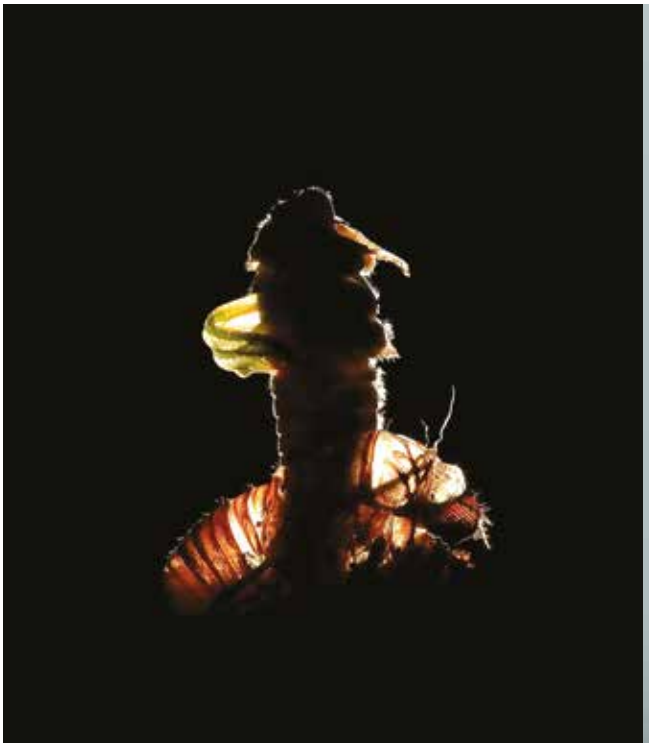
A világi és egyházi főméltóságok között megjelenő egyszerű szerzetes védőbeszéde hasonlóan egyszerű és világos volt. Központi gondolata így hangzott: „Ha nem győznek meg a Szentírás és a józan ész alapján, nem fogadom el a pápák és zsinatok tekintélyét...” Érveit a címünkben is idézett – bár egyes történészek által kétségbe vont – híres kijelentésével zárta: „Itt állok, másként nem tehetek!” Luther bátor fellépése, mint említettük, legalább három síkon hat és hordoz eleven üzenetet a mai napig is.

Egyrészt emlékeztet arra, hogy a kereszténység eredeti és hiteles forrása a Szentírás, és nem az egyház(ak) ideológiái vagy rendelkezései, amelyek nem ritkán akár Jézus tanításaival is szögesen szemben állnak.

Másrészt Luther fellépése távolról sem csak valamiféle keresztény vagy protestáns belügy, hanem meghatározó mérföldkő az alapvető emberi szabadságjogok, mindenekelőtt a vallás- és lelkiismereti szabadság kivívásában.

Végül, de egyáltalán nem utolsósorban a történtek személyes erkölcsi példát is közvetítenek. Annak az embernek az eszményét állítják elénk, aki nem változtatja a véleményét a pillanatnyi érdekei szerint, hanem kiáll a meggyőződése mellett, vállalva az ezzel járó hátrányokat is.

Játssz velünk természetesen



A kabóca, az ürge és a többiek

atom erőmű
MVM

Új játékot indítunk Facebook-oldalunkon! Vincze Bálint kollégánk heti rendszerességgel jelentkező fotósorozatához kapcsolódóan minden héten felteszünk egy kérdést. A válaszokat, írjátok meg kommentben, és megnyerhetitek heti ajándékcsomagjaink egyikét! A játék részletes szabályzatát megtaláljátok honlapunkon: **www.atomeromu.hu/hu/rolunk/adatkezeles/jatekokjatekszabalyok**