

KOSÁR
7. évfolyam 10. szám
2010. október

KOSÁR

A fogyasztók magazinja



FOG- ÉS
SZÁJÁPOLÓ SZEREK

4



A MIRELIT ELIT
FINOM KÉSZÉTELEK

8



SZEMÜVEG VAGY
KONTAKTLENCSE?

18



KÜLÖNÓRÁK:
A SIKER ISKOLÁI?

27

NAGY HAZAI BORTESZT 15 FEHÉR-, 9 ROSÉ ÉS 6 VÖRÖSBOR VIZSGÁZOTT





TESZT ÉS TIPP

- 4 Ne vegyük foghegyről!**
Fog- és szájpóroló szerek körképe
- 8 A mirelit elit**
Gyorsfagyasztott és csomagolt készételek
- 11 Élnek még Budán konyhaművészek?**
A Szép Ilona és a Búsuló Juhász étterem
- 12 Mit rejtenek a palackok és mennyiért?**
30 magyar vörös-, rosé és fehérbor

PRO ÉS KONTRA

- 16 Ami hiányzik a borosüvegekről**
Vita a cukor- és energia-tartalom feltüntetéséről

ÉLETMÓD

- 17 Borban a vigasság**
Szüreti kedvcsináló
- 30 Mozgás minden mennyiségben**
Sportok között szemezgetve

NAGYÍTÓ

- 18 Szemünk világa**
Kontaktlencse vagy szemüveg?
- 20 Ördög a részletekben**
Építési szakipari munkák
- 22 Tűéles kép helyett tű a szénakazalban**
Egy hiába várt LCD-tévé
- 24 Ne csak az iskolát, a gyereket is nézzük!**
Közéiskola-választó

SZABADIDŐ

- 27 Különórák: a siker iskolái?**
Ízelítő gyakorló szülőknek

BÉKÉLTETŐ TESTÜLET

- 32 Kocsibeálló és tömlővita**
Békéltetés Tolnában

VÉLEMÉNY

- 33 A nagypostán minden a régi**

JÓ TUDNI

- 34 „Mekk mesterek” és garanciák**
A javító-karbantartó szolgáltatókról



A NAGY BORVÁLASZTÓ:
BORTESZT, CÍMKÉK, SZÜRETEK **12**



A T-HOME-OS TÉVÉ ESETE
A FOGYASZTÓVAL **22**



ÖRDÖG A RÉSZLETEKBE:
SZAKIPARI BEFEJEZŐ MUNKÁK **20**



HOGYAN VÁLASSZUNK
KÖZÉPISKOLÁT? **24**

A fogyasztók magazinja

Megjelenik a hónap második csütörtökjén

KOSÁR

Kiadja az Országos Fogyasztóvédelmi Egyesület

1012 Budapest, Logodi utca 22–24.

Telefon: 311-1830.



Felelős kiadó: **Dietz Gusztávné dr.** elnök
Szerkesztőség: 1012 Bp., Logodi utca 22–24.
Telefon: (06-1) 392-5285
E-mail: kosar@ofe.hu

Főszerkesztő: **Szép Gábor**
Olvasószerkesztő: **Újlaki-Vázt László**
Tervezőszerkesztő: **Kozma Péter** - NovaProducts Kft.
Fotó: **Aknay Csaba**
Teszt szerkesztő: **Hacsek Tamás**
Szerkesztőségi titkár: **Schmidek Veronika**
Nyomdai munkák: **FOLIUM Nyomda, Budapest**

A kiadó Országos Fogyasztóvédelmi Egyesület a Kosár reklámmentes fogyasztói magazint nonprofit pályázati támogatással hívta életre. A lap bevételeit kizárólag fogyasztói tájékoztatásra fordítja.

A www.kosarmagazin.hu weboldalra továbbra is előfizethet szerkesztőségünk címén, a honlapon, illetve e-mailben: kosar@ofe.hu

Lapunkat rendszeresen szemlézi Magyarország legnagyobb médiatitkárja az
»OBSERVER« 1084 Budapest, Auróra u. 11.
BUDAPEST MÉDIATITKÁRI KFT. Tel.: 303-4736, Fax: 303-4744
E-mail: marketing@observer.hu
<http://www.observer.hu>



Szociális és
Munkaügyi
Minisztérium

A Kosár Magazin megjelenését a Szociális és Munkaügyi Minisztérium pályázati támogatása teszi lehetővé.

ISSN 1786-3457

Jelentős változások a Kosár magazin életében

2010 decemberével lezárul egy korszak a Kosár magazin immár hatéves életében. A 2010. december 9-én, csütörtökön megjelenő karácsonyi, ünnepi szám ugyanis az utolsó, amikor a Kosarat nyomtatott formában a kezükbe vehetik Olvasóink. Igaz, a magazin nem szűnik meg, csupán átalakul. 2011 januárjától ugyanis az interneten – reményeink szerint weboldalunk címe, a www.kosarmagazin.hu már egyre több Olvasónk számára ismert – tovább éli életét.

Arról, hogy pontosan milyen lesz az új, online magazin, szándékaink szerint a későbbiekben (decemberi számunkban, illetve weboldalunkon) tájékoztatjuk Önöket.

A Kosár magazin olvasóira szerkesztőségünk úgy tekint, mint egy nagy családra: olyan emberek közösségére, akik fontosnak tartják, hogy tájékozódjanak, mielőtt vásárlói döntéseiket meghozzák. Akik tudják vagy legalább tudni akarják, milyen jogok illetik meg őket egy termék megvásárlásánál vagy egy szolgáltatás igénybevételénél. Akik azért fürkészik tesztszűreinket, hogy segítséget kapjanak ahhoz, hogy az igényeiknek legmegfelelőbb terméket választhassák a hatalmas piaci kínálatból, és akik nem legyintenek, ha egy félrevezető hirdetéssel vagy megtévesztő szolgáltatói magatartással találkozunk.

Sajnos azonban e család messze nem elég nagy ahhoz, hogy vásárlóerejével stabil pénzügyi háttérrel biztosítson egy független magazin számára. Annak, hogy miért nem nagyobb olvasóink létszáma, számos oka van és igen összetett kérdés. Ezekről már többször esett szó lapunk hasábjain.

Azért sem szeretnénk erre részletesen kitérni, mert azoknak, akik épp most e sorokat olvassák, aligha kell magyarázni, hogy miért fontos, illetve milyen előnyökkel jár egy ilyen fogyasztói magazin. Őket inkább köszönet illeti azért, hogy sok esetben hosszú éveken át, akár a kezdetek óta kitarítottak mellettünk.

Tisztelt Olvasónk, Előfizetőnk!

Köszönjük bizalmát és azt, hogy a Kosár magazin olvasóinak táborában tudhatjuk. Mint az bizonyára az Ön számára is ismert, a Kosár magazin függetlensége érdekében hirdetéseket nem közöl. Megjelenésének pénzügyi feltételeit a fogyasztóvédelmet felügyelő mindenkorai minisztérium – legutóbb a Szociális és Munkaügyi Minisztérium – évenkénti fogyasztóvédelmi pályázatai biztosították, illetve biztosítják. A pályázatot kiíró minisztérium a 2011-es évtől – a modern kommunikáció lehetőségeire hivatkozva – csak az interneten elérhető magazin megjelentetését támogatja.

A Kosár magazin kiadója szándéka szerint szeretne volna a lapot – csökkentett példányszámban és rendszerességgel – 2011-ben is megjelentetni, azonban ennek anyagi fedezetét nem tudta előteremteni. Így a lap – a fogyasztóvédelmet felügyelő korábbi minisztérium döntésére tekintettel – januártól rendszeresen, nyomtatott formában nem jelenik meg. Még egyszer köszönjük, hogy az újság megvásárlásával támogatta a Kosár magazin megjelenését!

Sajnos az anyagi nehézségek miatt novemberben nem kerül az utcára a Kosár. Így nyomtatott formában még egy



szám jelenik meg, 2010. decemberében. Azon Előfizetőink számára, akiknek az előfizetése átnyúlik 2011-re, felajánljuk az internetes portálhoz való hozzáférést. Amennyiben ezzel nem kívánnak élni, az előfizetői díj fennmaradó részét visszatérítjük részükre. Erről további részletek keretes írásunkban olvashatók.

Egy kollégám a minap azzal biztatott, hogy „ha bezárul egy kapu, akkor száz másik nyílik”. E bölcs gondolatot ajánlva az Önök figyelmébe, köszönjük kitartó érdeklődésüket, támogatásukat. S ne feledjék: találkozunk még decemberben, illetve addig és azután is az interneten: www.kosarmagazin.hu!

Szép Gábor főszerkesztő

Előfizetőink figyelmébe

A Kosár magazin nyomtatott megjelenése 2011 januárjától megszűnik. Lapunk ebben az évben még egyszer, 2010. december 9-én, csütörtökön jelenik meg.

- Azon előfizetőink számára, akik csak a nyomtatott Kosárra fizettek elő, szeretnénk felajánlani 2011 januárjától a már ma is elérhető internetes portálunkra való előfizetői hozzáférést. Amennyiben ezzel nem kívánnak élni, természetesen időarányosan visszafizetjük előfizetési díjukat.
- Azok számára, akik magazinunkra és az online változatra együttesen fizettek elő, fel szeretnénk ajánlani az online előfizetés meghosszabbítását. Amennyiben ezzel nem kívánnak élni, természetesen időarányosan visszafizetjük előfizetési díjukat.

Kérjük, döntéséről értesítse szerkesztőségünket a (06-1) 392-5285-ös telefonszámon, a kosar@ofe.hu e-mail címen vagy a 1012 Budapest, Logodi u. 22-24. postacímen!



Ne vegyük foghegyrő!

Fog- és szájpóoló szerek körképe

Sokrétű szempontoknak kell megfelelnie a szájpóoló szereknek. Főként, ha tudjuk, hogy például a túlzásba vitt fogfehérítés kifejezetten árthat a fogzománcnak, vagy éppen ismerjük azt a reklámcsett, amely a „még több fluoridra” hivatkozik. Hiába több a több, ha nincsen rá valódi szükség! Átfogó körképünk választ ad arra, hogy milyen fogkefét, fogkrémet és egyéb szájpóoló szereket használjunk, illetve mely eszközök és szerek alkalmasak gyerekek számára is. Táblázatunkban pedig 24 szájpóoló szert vettünk górcső alá.



A fogmosás megszeretéséhez, a helyes fogápolási szokások kialakításához, a helyes fogmosási technika alkalmazásához különböző motivációk szükségesek.

Mikor kell kezdeni a fogmosást?

Amint megjelennek az első tejfogak, ideje elkezdni a fogmosást megfelelő bébi fogkefével és fogkrémmel! Az ehhez szükséges kezűgyességet a szülők segítik kialakítani. A leghatásosabb a példamu-tatás és a fogmosás játékos ellenőrzése. Az egészen kicsiknek készült termékek

gyümölcsös aromával ízesítettek. A 6 évesnél idősebbeknek szánt fogkrémek már fluoridot is tartalmaznak a szuvasodás megelőzésére; mennyisége 500 ppm (parts per million, azaz milliomod rész, másképpen: mg/kg) körüli. 8 éves korukra a gyerekek önállóan képesek fogat mosni.

A gyerekeknek speciális gyermekfejú és nyélméretű fogkefére van szükségük, puha lekerekített végű sörtékkel. A legkisebbek fogkeféjének apró a feje és a nyele korong alakú, amely lehetetlenné teszi a lenyelést (gyermekbiztos). Ezt a kefét előszeretettel rágcsálják a kicsik.

A száj kémhatása, a pH érték

A száj pH értéke, közel semleges kémhatása fontos tényező a fogszuvasodás kialakulásának elkerülésében. Ha viszont a lepedék miatt a fog környezete savassá válik, ásványi anyagok oldódnak ki a fogzománcból és a dentinből, ezzel megindítják az ásványi anyag vesztését. Cukortartalmú ételek fogyasztása után a lepedék baktériumai a cukor egy részét rövid időn belül savvá bontják, ennek következtében a szájüreg kémhatása savasodik, azaz pH értéke csökken – elég sav alakul ki ahhoz, hogy elindítsa a fogszuvasodást.

Fogkefék

Az egyéni szájhigiéncia legfontosabb és legáltalánosabb eszközei. A szájüregben állandóan keletkező bakteriális foglepedék csak mechanikai tisztítással, a fogkefe sörtéinek dörzsölő hatására távolítható el. A fogkefék alkalmasak a lepedéken kívül bizonyos elszíneződések és ételmaradékok eltávolítására is. Különböző fejformájú és nagyságú fogkefék kaphatók – igen hatékony elektromosak is.

Az ideális fogkefe hajlékony, rugalmas sörtéjű, minden fogfelszín elérését lehetővé teszi. A fejében a sörtecsomókat négy vagy öt sorban helyezik el. A műanyag szál keresztmetszete és ke-



Babafogak

A tejfogsor már a születés előtt kezd kialakulni. Általában 20 tejfog fejlődik. Az első (alsó) metszőfogak 4-7 hónapos kor körül bújnak elő. Ebben az időszakban jó, ha a szülők mossák a baba fogait. Már a pici babák fogai is szuvasodhatnak, elsősorban a cumisüvegből fogyasztott cukor tartalmú italok miatt. A tejfogak szuvasodása a felső metsző fogaknál és az őrlő fogak barázdáiban jelentkezik. A tejfogakat el is lehet veszíteni fogszuvasodás miatt. Súlyosabb esetben a probléma akár a rágást és a beszédképességet is negatívan befolyásolhatja. A szemfogak 16–18, az első őrlőfogak 12–14, a későbbiek 20–30 hónaposan fejlődnek ki. 4 éves korra az összes tejfog megjelenik. A tejfogak 6-12 éves kor között kihullanak, és alattuk nőnek a maradandó fogak, általában 32 maradandó fog alakul ki. A fogsor ekkor még hézagos.



A védelmi hadsereg katonái

A jó fogtisztító hatás a dörzsanyag típusától és mennyiségétől függ. A dörzsanyagok vízben oldhatatlan, ásványi eredetű, nagyon finom szemcséjű porok. A felületaktív anyagok a tisztító hatást segítik és a habzást biztosítják. Fogszuvasodás ellen a leghatásosabbak a fluoridos fogkrémek és szájvizek. A fluoridot többféle vegyület formájában szokták használni. A plakk fehér színű, zselatinszerű lerakódás a fogak felületén. Képződése ellen az antiszeptikus és baktericid hatású vegyületek hatásosak. A fogíny gyulladással állapotát gyógynövény kivonat, vitamin, véréscsillapító, összehúzó hatású anyag tartalmú szerek enyhíthetik.

ménysége szerint lehet kapni kemény, közepkemény és puha fogkeféket. Ezt a tulajdonságot a gyártók jelölik a fogkefe nyelén vagy a csomagoláson.

A puha (sensitive) fogkefék használatát elsősorban ínysorvadás miatt kialakult érzékenység esetén ajánlják. A lepedék leghatékonyabban a közepkemény fogkefékkel távolítható el.

A legegyszerűbb fogkefe egyforma hosszúra levágott és koptatott végű, elemi műanyag sörteszalakat tartalmaz. Vannak fűrészfogszerűen levágott sörteszomókat tartalmazó fogkefék, ezekkel jobban be lehet hatolni a fogközökbe. Kaphatók olyan fogkefék is, amelyeknek két vagy három középső sörteszomó sora mélyebben van, mint a két szélső. A magasabb szélső szálak az inyasakat tisztítását szolgálják, de hasonló fejkiképzést ajánlanak rögzített fogszabályozó készüléket viselő számára is. Ezek továbbfejlesztett változatai, a 3D fogkefék egyszerre teszik lehetővé a fogak több felülete és a fogíny dörzsölését.

Egyes fogkefék a többi csomótól eltérő színű „indikátor” sörteszomókat tartalmaznak. A festett csomók színe az elhasználódás arányában halványodik el. A fogkefét akkor kell cserélni, ha az indikátor sörteszomó már félig elhalványodott, elveszítette színét.

Fogkrémek, fogszelék

A szájàpolók legjelentősebb és legnagyobb csoportját a fogkrémek és a fogszelék alkotják. A jó tisztító hatás a dörzsanyag típusától és mennyiségétől függ, mennyisége márkától függően 20-40 százalék között változik. A dörzsanyagok vízben oldhatatlan, ásványi eredetű, nagyon finom szemcséjű porok. A tisztító hatást segítik és a habzást biztosítják a felületaktív anyagok, mennyiségük 0,5-1,0 százalék.

A fogkrémek tartalmaznak még glicerint, szorbitot, ami a fogkrém nedvességének megtartásában segít és hozzájárul a fogkrém édeskés ízéhez. A fogkrém kiválasztását nagymértékben befolyásolja íze, illata és frissítő, leheletjavító hatása, amely a csípős borsmentaolajtól (peppermint) és mentoltól származik. A fodormentaolaj (spearmint) nálunk kevésbé kedvelt. Fűszeres ízt – egyben antiszeptikus hatást is – nyújthatnak a különböző illóolajok, például ánizs, eukaliptuszolaj.

Fogszuvasodás ellen leghatásosabbak a fluoridos fogkrémek. Azok a szerek hatásosak a fogszuvasodás megelőzésében, amelyek vízdoldható fluorid tar-

talma jelentős, mennyiségüket a fogkrémeken külön is feltüntetik, a megengedett legnagyobb érték 1.500 ppm. A fogínygyulladást gyógynövénykivonat, vitamin, véréscsillapító, összehúzó hatású anyagot tartalmazó fogkrémek enyhíthetik.

A plakk képződése ellen az antiszeptikus és baktericid vegyületek hatásosak. A plakk fehér színű, zselatinszerű lerakódás a fogak felületén. A fogíny szélénél jelenik meg, és fogkefével még könnyen eltávolítható. Amikor a foglepedék megtámadja a fogínyt, figyelmeztető jelként megjelenhet a fogínyvérzés. Ha elhanyagoljuk, a lerakódás megnövekszik, baktériumok hatására megkeményedik, majd fogkö lesz belőle. A fogkö elmeszesedett foglepedék, mely az íny alatt és íny felett egyaránt előfordulhat. A fogkö károsan befolyásolja az íny és a fogágy állapotát. Következésményei a fogínygyulladás, fogínysorvadás, ami után a fog könnyen meglazul és kiesik. Az „antiplakk” hatású (klórhexidin stb.) anyagok hátrányos tulajdonsága, hogy kellemetlen ízűek, tartós használatuk a fogak felületén elszíneződést okozhat. Ha már kilátászik a fognyak, vagy a fogzománc elvékonyodott, porózusabbá vált, a fog érzékennyé válik a forró és hideg élelmiszerekre, édes és savanyú izekre. A fájdalomérzet küszöbét egyes, „sensitive” jelzésű fogkrémek időszakosan növelhetik, de menjünk fogorvoshoz!

Szájvizek

A hatékony szájàpoláshoz hozzátartozik a szájàvizes öblögetés is, melyre a fogmosás és a fogselyem használata után kell sort keríteni. Mindig hígítva kell őket használni! Ha a szájàvizet vízbe csepegtetjük, illóolaj tartalma miatt fehér színű vagy opálos oldatot kapunk. A szájàvizek egyrészt frissítik, üdítik a leheletet, elfedik a szájból vagy a gyomorból, a fogak közötti ételmaradék bomlásából, valamint a dohányzásból eredő szagot, kellemessé varázsolják a szájàjzt. Másrészt tisztítják, és különleges hatóanyagaikkal fertőtlenítik a szájàüreget. A szájàvíz behatol azokra a helyekre is, ahová a fogkefe nem ért el, a fogak közötti résekbe és az íny széleihez.

A szájàvizek etilalkoholból, illóolajokból, íz- és aromaanyagokból, felületaktív anyagokból és különleges hatású adalékokból állnak. Az oldatban a különféle illóolajok és hatóanyagok között van borsmentaolaj, eukaliptuszolaj, mentol, anetol, eugenol, teafaolaj.

Az ideális fogkefe hajlékony, rugalmas sörtejű, minden fogfelszín elérését lehetővé teszi.

Termék neve	FOGKRÉMEK, SZÁJVIZEK											
	Aldi Eurodönt Mint fresh Gyógyszeres szájvíz	Chlorhexamed linyvtató szer	Aquaresh szájápolószer, extra friss	Fluocaril Bi-Fluor szájápolószer	Dentalux X-Tra Mint szájvíz	Meridol Szájápolószer	Oral Classic szájvíz	Theramed 3D-Clean aktív fogkrém	Alkmena fogkrém ausztrál teaolajjal	Colgate MultiProtection mentolos fogkrém	Colgate Whitening fogkrém	
GYÁRTÓI AJÁNLÁSOK VÉDŐHATÁSRA												
Fogszuvasodás ellen	igen	igen	igen	igen	igen	nem	igen	igen	igen	igen	igen	
Plakk/fogínygyulladás ellen	igen	igen	igen	igen	igen	igen	igen	igen	igen	igen	igen	
Fogínysorvadás ellen	nem	igen	nem	nem	nem	igen	nem	nem	nem	igen	nem	
Fogkő ellen	igen	igen	nem	igen	igen	nem	nem	nem	nem	nem	nem	
Ajánlott mennyiség fogmosásonként [ml, kb.]	15	10	10	10	20	10	n.a.	n.a.	n.a.	n.a.	n.a.	
FOGÁSZATI ÉRTÉKELÉS												
Fogszuvasodás megelőzése	kiváló	jó	jó	jó	jó	jó	jó	jó	kielégítő	kielégítő	kielégítő	
Plakk és fogínygyulladás megelőzése	kielégítő	jó	jó	nem alkalmas	kielégítő	jó	kielégítő	nem alkalmas	jó	jó	nem alkalmas	
AKTÍV ÖSSZETEVŐK												
Plakk ellen	*AmF	*CHX	*CPC	-	*ZnCl ₂ , AmF	*AmF SnF ₂	*CPC	*CHX	*CPC, Teafaolaj	*CPC	-	
Fogínygyulladás ellen												
Plakk/fogínygyulladás ellen												
Fogkő ellen	-	-	-	-	*ZnCl ₂	-	-	-	-	-	-	
FELIRATOZÁS												
Gyermeki használatra utalás	igen	igen	igen	igen	igen	igen	igen	igen	igen	igen	igen	
Olvashatóság	jó	kiváló	kiváló	jó	jó	jó	jó	jó	jó	jó	jó	
Feliratozási szabályok kielégítősege	igen	igen	nem	nem	igen	igen	nem	igen	igen	nem	nem	
Aktív összetevők feltüntetése	igen	igen	nem	igen	nem	igen	nem	igen	nem	nem	igen	
Gyerekbiztos záródás	nem	nem	nem	nem	nem	nem	nem	igen	nem	nem	nem	
KÉMIAI JELLEMZŐK												
pH érték	5,9	5,7	7,4	5,4	5,1	4,0	7,0	6,0	5,2	5,9	7,7	
Fluorid [mg/kg, ppm]	444	226	227	232	247	228	212	222	194	101	115	
Etilalkohol [m/m %]	-	5	14	14,8	11,1	-	10,8	18,5	-	5,5	5,4	
Klórhexidin [m/m %]	-	0,06	-	-	-	-	-	0,0008	-	-	-	
Cetil-piridinium klorid [m/m %]	-	-	0,05	-	-	-	0,02	-	0,14	0,06	-	
Teafaolaj [m/m %]	-	-	-	-	-	-	-	-	0,32	-	-	

n.a. = nincs adat vagy nem jellemző tulajdonság; *AmF = Aminofluorid, CHX = Klórhexidin, CPC = Cetil-piridinium klorid, PCA = Piroilon-karboxilsav, ZnCl₂ = cink-klorid, SnF₂ = ón-fluorid



Ezek már önmagukban is antiszeptikus hatásúak, de a hatás fokozható további speciális hatóanyagokkal, melyek gyakran megegyeznek a fogkrémekével (pl. fluorid).

A szájspray praktikus, kisméretű, táskában elfér, a száj frissítésére szolgál, a folyadék töltete a szájvízéhez hasonló.

Fogápolószeres nemzetközi tesztje

Meglehetősen alapos munkát végzett az ICRT nemzetközi tesztelő szervezet, amikor a német Stiftung Warentest megbízásából részletes vizsgálatnak vetette alá az Európa több piacáról összegyűjtött termékeket. Muszáj volt kiszabadulni a reklámok olykor csalóka, néha kifejezetten becsapós szövegei közül. Ha ugyanis utánanéznénk azoknak

			GYERMEKEKNEK		KONCENTRÁTUMOK		ÉRZÉKENY FOGAKRA				ORVOSI TERMÉKEK	
Listerine Freshmint fog- és foghygiénia szer	BioRepair fog- és szájbájtó szer	Otol Stoma Paradentol szájjáviz	Dontodent Junior Eper ízű fogkrém	Otol-med3 Junior fogtisztító szer	Otol plusz Antihaltartális formula	Wetada fogmosószer mirrhával	elmex Sensitive Aminfluoridos fogkrém	Gum Sensi Vital	Sensodyne fogápolószer érzékeny fogakra	Sensodyne Sain Sensibilizáló szájjáviz	Dynexan proactiv 0,2% CHX fertőtlenítőszer	Ehudril Solution szájbájtó szer
igen	igen	nem	igen	igen	nem	nem	igen	igen	igen	igen	nem	igen
igen	igen	igen	igen	igen	nem	igen	nem	nem	igen	nem	igen	igen
nem	nem	nem	nem	nem	nem	nem	nem	nem	igen	nem	nem	igen
nem	igen	nem	nem	nem	nem	nem	nem	nem	nem	nem	nem	nem
20	10-20	jelölés	10	10	szórófej	cseppek	10	10-15	10	20	10-15	10-15
megfelelő	nem alkalmas	nem alkalmas	kielégítő	jó	nem alkalmas	nem alkalmas	jó	jó	jó	jó	nem alkalmas	nem alkalmas
jó	nem alkalmas	kielégítő	nem alkalmas	jó	nem alkalmas	nem alkalmas	kielégítő	nem alkalmas	jó	nem alkalmas	kiváló	jó
Esszenciális olajok, nátrium-benzoát, benzooesav	*Cink PCA, nano-részecskés cinkkarbonát-hidroxilapatit	*CPC, Teafaolaj	Fenoxi-etanol	*AmF	*CPC	Esszenciális olajok, mirrha, rattangyökér	*AmF	–	*CPC	–	*CHX	*CHX
–	–	–	–	–	–	–	–	–	–	–	–	–
igen	igen	igen	igen	igen	nem	nem	igen	igen	igen	igen	igen	nem
jó	kiváló	jó	jó	jó	jó	jó	jó	közepes	jó	közepes	jó	közepes
nem	nem	nem	igen	nem	nem	nem	igen	igen	igen	nem	igen	igen
igen	igen	nem	igen	nem	nem	igen	nem	nem	igen	nem	nem	igen
igen	nem	nem	nem	nem	nem	nem	nem	nem	nem	nem	nem	nem
4,3	5,9	6,0	6,0	6,3	5,0	5,1	4,7	6,0	6,5	6,3	5,7	6,6
87	–	–	186	234	–	<10	237	242	233	223	–	–
17,2	2,5	13,9	–	–	21,9	62,5	–	–	–	3,5	–	31,5
–	–	–	–	–	–	–	–	–	–	–	0,2	0,08
–	–	0,02	–	0,07	0,48	–	–	–	0,05	–	–	–
–	–	0,014	–	–	–	–	–	–	–	–	–	–

a fogorvosi szervezeteknek vagy „neves” fogorvosoknak, akik a reklámok szerint ajánlanak nekünk valamit, bizony sokszor csalódnánk. A fő értékelési szempontok között ezúttal hangsúlyos a terméktájékoztató (feliratozás, hivatkozás, rendeltetés megjelölése) is. Az értékelésben egymás mellé kerültek a hasonló célú termékek, például az érzékeny fogak kezelésére vagy speciális fogászati célokra alkalmasak, a gyermekek számára ajánlottak. A szuvasodás elleni hatásoknál a fluorid koncentrációját és komponens-típusát vizsgálták az elért pH-érték alapján. Az eredmény: a fluorid-tartalom akár jelentős növelése is csak csekély mértékben növeli a hatékonyságot. A „még több” ez esetben tehát nagyjából felesleges, az 500 ppm feletti fluorid-értéket a tesztben „túl magas, nem ajánlott”-ként értékelték.

A különböző fogászati elváltozások (lerakódás, ínsorvadás) elleni védelmet a teszt aszerint értékeli, hogy mennyire hangsúlyos a feliratozásban – illetve nem utolsósorban a sok fogyasztót eleve vásárlói döntésre csábító reklámban – ezek szerepe. Az általános tapasztalat szerint a vizsgált szerek mindegyike hatékony valamilyen formában a gingivitis és a periodontitis kórképekre. Azokat a szereket, amelyeknél ez nem feltétlenül követelmény (pl. kisgyermek fogkrémei), e tekintetben nem vizsgálták, hacsak nem volt erre (indokolatlanul) utalás. A tesztben a fogápoló szerek hatóanyagait aszerint értékelték, hogy azok (pl. a klórhexidin és más fluor- vagy klórvegyületek) koncentrációja mennyire közelít a klinikai elméleti optimumhoz.

Szabó Tamásné–Hacsek Tamás

Tesztprotokoll

Rendszeres olvasóink könnyen észrevehetik, hogy a mostani teszt nem tartalmazza a szokásos értékelést, tehát sorrend sincs. Ennek fő oka, hogy a különböző EU-országok piacán az egyébként azonos márkáknak is helyi változatai vannak. Ha az ízesítés, a hatóanyag-összetétel és főként a csomagolás eltér, segíthetne legalább az azonosításban az elnevezés, de sajnos az sem mindig mérvadó. A különböző nyelvek fogalmi keverednek. Jelen teszt termékcsoportosítását nemigen könnyítette meg, hogy német, angol, francia és különböző szláv nyelvű feliratok keverednek latin kémiai elnevezésekkel.

A mirelit elit

Gyorsfagyasztott és csomagolt készételek tesztje

Olasz, francia, netán hazai ízek a mélyhűtőből vagy dobozból? Miért is ne! A gyorsfagyasztott étel nem tartalmaz tartósítószeret, bármeddig eláll, míg a csomagolt készétel pár perc melegítés után laktató ebédet kínál. Ráadásul, ahogy az tesztünkéből kiderül, mindez még finom is lehet!



A Kosár csapata e havi tesztjén örömmel konstatálta, hogy a konzervek mustárján beszerzett rettentő tapasztalatokat végleg hibernálhatjuk: a készételek becsületét ugyanis megmentették a gyorsfagyasztott ételek. Ezúttal költségtárgyalás közben nem kellett átelnünk a kínok kínját, mondhatni, élvezettel szemezgettünk a fogások között. Olykor még repezázni is kedvünk támadt volna – persze ilyen nem tehetünk, hiszen egy élelmiszertesztben okosan kell gazdálkodni a gyomor befogadóképességével.

Mielőtt az ízek világában kalandoznánk, egy általános rossz tapasztalat a fedős csomagolásokról. Több termékre igaz, hogy az étel nevével ellátott doboztető igen könnyedén lejjön. Így nem kizárt, hogy még a boltban egy-egy fedő rossz helyre kerül, s a gyanútlan vásárló csülkös bablevest kénytelen ebédelni pesztós penne helyett. Egyszer-kétszer a dobozon lévő védőfólia lehúzásával gyűlt meg a bajunk, de ez a tapasztalat kevésbé volt jellemző. Nem árt egyébként a védőfóliát itt-ott megszurkálva melegítéskor a dobozon hagyni, így a meleg egyenletesen éri az ételt, mégsem ugrik össze a fogás felső rétege.

Tesztre fel!

Az első 5 tesztelt termék nem a mélyhűtőből, hanem műanyag dobozos készételként került az asztalra. A zöldborsós, pulykás ragu állagát tekintve inkább emlékeztetett levesre, mint főzelékre. Csak a csomagolásról derült ki számunkra, hogy a főzelék joghurtos ízesítésű, egyébként a fűszereket meglehetősen nélkülözte. Így történt, hogy

Megnevezés	Vásárlás helye (V) Gyártó (Gy), Forgalmazó (F)	Tömeg [g]	Ár [Ft]	Fajlagos ár [Ft/100g]
GYORSFAGYASZTOTT KÉSZÉTELEK				
Olaszos lazacos-garnélás linguine, fagyasztott	V: CBA F: Iceland Foods Hungary Kft.	450	900	200
Garnélarák currys rizszel, fagyasztott	V: CBA F: Iceland Foods Hungary Kft.	500	700	140
Marika Palócleves	V: MATCH Gy: Berekhús Zrt.	450	909	202
Darált marhahúsos rakott krumpli, fagyasztott	V: CBA F: Iceland Foods Hungary Kft.	500	700	140
Cannelloni ragus tésztakeercs	V: TESCO Gy: Gastronomia Italiana Kft.	400	699	175
Penne al Pesto Genovese	V: TESCO Gy: Gastronomia Italiana Kft.	350	599	171
Biryani csirkemell darabok kurkumás rizszel	V: CBA F: Iceland Foods Hungary Kft.	500	700	140
Rikottás és spenótos lasagne	V: TESCO Gy: Gastronomia Italiana Kft.	400	699	175
Lecsó	V: SPAR Gy: Ardo Austria	450	399	89
Moussaka	V: TESCO Gy: TAVOLSA S.A. Luxemburg	300	659	220
Marika Babgulyás	V: MATCH Gy: Berekhús Zrt.	450	899	200
Székelykáposzta	V: MATCH Gy: Berekhús Zrt.	350	679	194
Vadamártás	V: MATCH Gy: Gergely Gasztronómiai Kft.	500	735	147
CSOMAGOLT KÉSZÉTELEK				
Ízek világa Csirkemellfalatok lencsével	V: SPAR Gy: Szegedi Paprika Zrt.	300	699	233
Ízek Világa Chilis bab darált sertéshússal	V: SPAR Gy: Szegedi Paprika Zrt.	300	599	200
Ízek Világa Sólet pácolt libahússal	V: SPAR Gy: Szegedi Paprika Zrt.	300	699	233
Izek Világa Tárkonyos szárnyasragu	V: SPAR Gy: Szegedi Paprika Zrt.	300	699	233
Ízek Világa Joghurtos zöldborsó pulykafalatokkal	V: SPAR Gy: Szegedi Paprika Zrt.	300	629	210

¹ A csomagolás értékelése nem számít bele az összpontszámba.

² A 0-5 közötti vizsgáloi pontszámok átlaga.

Lelkes versenyzőknek

Aki mégis úgy döntene, nem a mélyhűtőből vacsorál, annak íme egy recept a tesztelt készételek közül. A biryani csirkéhez két evőkanál olívaolaj, nyolc darab csirkecomb, egy nagy aprított hagyma, három gerezd szeletelt fokhagyma, két teáskanál garam masala, egy teáskanál gyömbérpor, egy babérlevél, egy magtalanított és aprított zöld chili, harminc deka basmati rizs, öt deci csirkeleves, húsz deka mirelit zöldségkeverék és két evőkanál aprított petrezselyemzöld vagy koriander szükséges. A csirkecombokat tepsiben vagy egy nagy lábosban 190 fokon aransárgára sütjük. Ugyanebben az edényben a hús levében megpuhítjuk a hagymát, hozzáadjuk a fokhagymát, fűszerporokat, chilit és a rizst. Körülbelül egy percre kevergetjük, majd visszatesszük a csirkét és felöntjük a levessel. Ezután a csirkét lefedjük, és húsz percre sütjük. Ha kész, már csak a fagyasztott zöldséget kell hozzáadnunk, így sütjük még tíz-tizenöt percre. Tálalás előtt megszórjuk zöldfűszerekkel.

gasztronómia világában ígért kalandozást. A spenótos, durumbúzas, rikottás lasagne egyetlen hibája a talján konyhára egyáltalán nem jellemző, szétfőtt tészta volt. A különféle sajtok kiválóan harmonizáltak az egyébként fűszerekben kissé szegényes ízzel.

A padlizsános moussaka már kevésbé győzött meg bennünket. Illatában túlságosan dominált a hagyma, állaga túl pépes volt, a zöldség puha, a hús pedig rágós. Bár a fólia nem akaródzott elválni dobozától, a canneloni ragus tészta tekercs finom paradicsomos szósszal borított, keményre főzött tésztából készült. Jó választás, ha finom ebédre vágyik az ember.

A pesztós penne illatával már melegítéskor elvarázsolt bennünket: az egész szoba megtelt zöldfűszerekkel. Külsőleg ez volt az első olyan minta, ami színében, állagában pontosan úgy festett, ahogy az a nagykönyvben meg van írva. A tészta olaszosan kemény volt, bár a sajtot nem igazán lehetett érezni rajta.

A lecsó csomagolását tekintve nem éppen illendő módon, pórén hevert egy papírdobozban. Felmelegítéskor láttuk, hogy állaga túlságosan folyós, ízet pedig – amiben a paradicsom dominál – kissé édesnek ítéltük. Igaz, ahány ház, annyi szokás. Bár összességében ez a minta jó eredménnyel zárt, ne számítson etalon lecsóra az, aki ezt a változatot választja.

Történelmi pillanatnak lehettünk tanúi: az Olaszos lazacos-garnélás linguine egyetlen tizedpontot sem veszített.

mindjárt a legrosszabb, a listán utolsó helyen végzett versenyzőt kóstoltuk először. Második fogásként chilis bab került az asztalunkra. Noha különböző babfajták kerültek bele, egyik sem volt keményebb vagy puhább, mint a másik, szétfőtt babszemmél sem találkoztunk. Utóíze kissé paprikásnak bizonyult, a hús pedig eléggé pépesre főtt, ám ízében különösebb kifogásolni valót nem találtunk.

A tárkonyos szárnyasragu igazi gyerekkori élményeket idézve az iskolai menzák ebédeinek zamatát hozta elő. Kinek pozitív, kinek negatív ez az élmény, mindenestre a nagy gombaszetelekért tölünk jó pont jár. Ugyanakkor a tárkonyt sem ízén, sem illatán nem éreztük, így a szárnyas ragunak csak közepes eredményre futotta.

A csirkemell falatok összetevői között kén-dioxid is szerepel, ám ettől nem kell megijedni, ugyanis a termékben re-

szelt torma is van, ami eleve tartalmaz kén-dioxidot. A citromsav kellően savanykás ízt ad, a tormát ettől azonban szinte nem lehet érezni.

A pácolt libahússal készült sólet állaga inkább főzelékre emlékeztetett, amin egy kis gersli talán segíthetett volna. A 21 százalékos hústartalommal nem volt kivetnivalónk, így a fogás még éppen jó eredménnyel zárt.

A mirelit és az elit

A gyorsfagyasztott ételeket rendeltetésüknek megfelelően a mélyhűtőből vettük elő, és átlagosan hét-nyolc percre melegítettük kóstolás előtt. Ahogy azt a csomagolások fel is tüntetik, nem árt a műveletet egyszer kevergetéssel is megszakitani, hogy az ebéd egyenletesen olvadhasson ki. Itt az első doboz az olasz

¹ Csomagolás	¹ Címke, feliratozás	² Külső, szín (s=0,7)	² Illat (s=0,7)	² Állag (s=1,2)	² Íz (s=1,4)	³ Összpontszám	⁴ Minősítés
4	2	5,0	5,0	5,0	5,0	20,0	kiváló
4	2	5,0	4,4	4,8	4,6	18,8	kiváló
5	5	4,8	4,5	4,2	4,7	18,1	kiváló
4	2	4,4	4,2	4,4	4,6	17,7	kiváló
5	5	4,7	4,7	4,3	4,2	17,6	kiváló
5	5	5,0	4,2	4,7	3,8	17,4	jó
4	2	4,5	4,2	4,7	4,0	17,3	jó
5	5	4,2	4,6	4,4	4,0	17,0	jó
3	3	3,8	4,3	3,7	3,5	15,0	jó
4	5	4,0	3,8	3,3	3,8	14,9	közepes
5	5	4,3	4,0	3,3	3,3	14,5	közepes
5	5	3,5	3,7	3,7	3,3	14,1	közepes
3	3	3,5	3,7	3,3	3,0	13,2	közepes
5	4	4,2	4,2	4,4	4,4	17,3	jó
5	4	4,6	4,2	4,4	4,2	17,3	jó
5	4	4,0	4,2	4,0	3,2	15,0	jó
5	4	3,8	3,2	4,0	3,2	14,2	közepes
5	4	3,2	3,0	3,2	3,2	12,7	közepes

³ Az összpontszámba az egyes értékek az s súlyozó faktorral szorozva számítanak bele.
⁴ Minősítés: 17,5-20,0=kiváló, 15,0-17,4=jó, 12,5-14,9=közepes, 10,0-12,4=még megfelelő, 0,0-9,9=nem megfelelő.



Már a konzerveknél is tapasztaltuk, hogy a gulyások körül némi fogalomzavar alakult ki. A gulyás ugyanis nem olyan híg, mint egy hagyományos leves. Ez a babgulyás is inkább bablevesre emlékeztetett, s bár ízében különösebb zavaró tényezőt nem találtunk, azt sem mondhatnánk, hogy tíz ujjunkat megnyaltuk kóstolás után. A palócleves viszont kitűnően sikerült fogásnak bizonyult. Intenzív, jellemzően kaporos illatot éreztünk, ugyanígy igaz volt ez az izre is. A leves kellő mennyiségben tartalmazott húst és babot, így különösebb kivetnivalót nem is említhetünk. A székelykáposzta legnagyobb gyengeségét a túlzottan köményes íz jelentette. Sajnos kevés húst találtunk benne, állaga pedig az elvárthoz képest túlságosan folyósnak találtatott. A vadas mártás akkor igazán finom, ha a hozzávalók kellő aprításra esnek át, az összetevők aránya pedig megtalálja a harmonikus ízhez szükséges egyensúlyt. Ezt a vadasszószt lehetett

volna még aprítani, ráadásul mind a fehér gyöker, mind a sárgarépa túlságosan erős ízzel dominált. Arról nem is beszélve, hogy kellemetlen, idegen, kesernyés ízt éreztünk, mintha avas lett volna az olaj. A biryani csirkemell darabok az indiai konyhára egyébként nem jellemző egytálétel. A pikáns, de nem csipős inyenc finomságba rendszerint gyömbér, chili, koriander kerül, rizzsel és zöldsé-



gekkel tálalják. Az általunk tesztelt változat körete neonsárga kurkumás rizs volt, ami színében sokkal inkább magán hordozta a fűszer jellegzetességeit, az ízt azonban nem nagyon éreztük. Talán csípőssége visszafogottabb is lehetett volna, a chili ugyanis mértékkel kiváló ízesítő lehet, túladagolva viszont minden más ízt elnyom. Minthogy a látvány után közvetlenül az illattal ismerkedünk meg a tesztek során, a darált húsos rakott krumpli nem tett jó első benyomást. Kóstoláskor azonban kellemesen csalódtunk: bár ez a rakott krumpli merőben más ízű, mint a hagyományos, bennünket ez a változat kifejezetten meggyőzött.

Az olaszos, lazacos, garnélarákos linguine (tésztafajta) esetében a csomagolás okozta az egyetlen problémát. Noha kíváncsiak lettünk volna az összetevőkre, ez az információ örök rejtély marad számunkra, mert a felirat lekopott és elmosódott. Mindemellett a szakértő csapatot ez a fogás varázsolta el leginkább. Meghozta olyannyira, hogy történelmi pillanatnak lehettünk tanúi: a termék egyetlen tizedpontot sem veszített, maximális pontszámmal utasította maga mögé a többi versenyzőt. A garnélarák currys rizzsel ugyan csak második helyen zárt, de itt sem találtunk különösebb kifogásolnivalót. Még a tengeri homok ropogását is éreztük fogaink között kóstolás közben. S bár a gyorsfagyasztott termékek egyébként nem tartalmaznak tartósítószeret, itt a kókuszkrém miatt ez is szerepelt az összetevők listáján.

Summázva azt javasoljuk, hogy bátran töltsék csak meg azt a mélyhűtött kész-ételekkel! Persze azért nem árt, ha nem csak bevásárló kosarat, de egy Kosár magazint is kezükbe vesznek, amennyiben finomat akarnak enni.

Kerekes Borbála

Fagyos ötletek

A fagyasztót -18°C -on, vagy alatta kell tartani. A hűtőgépekkel ellentétben a mélyfagyasztókat szorosán kell pakolni, mert így jobban működnek. Megfelelő csomagolás használatával, mint a fagyasztótasakok, műanyagdobozok, megóvjuk az élelmiszereket és megelőzzük a „fagyási égésüket”. Kerüljük a forró ételek közvetlenül a fagyasztóba való helyezését, mivel ez megemeli a fagyasztó hőmérsékletét és kedvezőtlenül hathat más élelmiszerekre. Hűtse le az ételt, mielőtt fagyasztja! Bizonyosodjon meg, hogy a fagyott étel teljesen felengedett főzés előtt. A lefagyasztott és felengedett élelmiszereket soha sem szabad újra lefagyasztani.
(Forrás: www.eufic.org)



Élnek még Budán konyhaművészek?

Vendéglőteszt

Budán a vendéglátás művészetének ugyan jelentős tradíciói vannak, mégis kevesen veszik komolyan a hagyományokat. Az üzletvezetők többsége a biztos haszonra hajt, ezért gyakran változik a cégér, alakul a trend, csapódik ide-oda a stílus. Ma kevés olyan patinás étterem létezik errefelé, amely nemcsak magára aggatta-rángatta a régi, híres márkanevet, hanem folytatni is kívánja az elődök által megkezdett munkát. Két ősbudai, a konyhaművészet históriáskönyvében is szereplő vendéglő azonban minden brosúrában és honlapjukon is azt állítja: méltó örököse a tabáni, szentimrevárosi, zugligeti tradícióknak. A Szép Ilonában és a Búsuló Juhászban jártunk „csodakeresőben”.



Szép Ilona vendéglő

Bp. II. kerület, Budakeszi út 3.

Kunc ispán egykori majorságában, Mátyás király kedvenc vadászterületétől nem messze, a kocsiszinnél ősidők óta üzemel a Szép Ilona vendéglő. Gyorsan le is lövöm a „poént”: a konyha mit sem változott, azaz – majdnem – kitűnő. Bizonyíték erre a Tárkonyos szarvas ragulevesük 710 forintért. Sűrű, borsóban, répában, gombában gazdag, enyhe fűszerezésű, mégis pikáns, tejszínes nedű. Soha rosszabbat! Ahogy az előételként kínált Füstölt marhanyelv fűrjtojással és tormával (1.600 Ft) sem érdektelen portéka. Igaz, az adagok rendszeren ki vannak grammozva, így a sokak által megénekelte régi budai bőségtálakhoz aligha hasonlíthatóak. A megújított környezet is inkább modern, mint eredeti, igaz, a stíl azért megidézi valamicskét a századelő hangulatából. A Piritott pulykamellcsikok egzotikus gyümölcsmártásban, mazsolás jázminrizszel (1.800 Ft) elnevezésű költeményt(?) mindazonáltal nem nevezném se újmagyar, se ómagyar ételnek; maradjunk annyiban, hogy jobb éttermekben simán hozzák ezt a formát és mivel a Szép Ilona a jobbak közül való, hát itt sem okoz gondot az elkészítése. Egyébként úgy tűnik, itt minden a helyén van. Tüchtig közeg, figyelmes pincérek, izletes konyha. Világmegváltási szándék nélkül.

Szép Ilona vendéglő	
Stílus/kiszolgálás	10/7
Portéka	10/7
A hely szelleme	10/7
Summa	7,0

Búsuló Juhász Étterem & Terasz

Bp. XI. kerület, Kelenhegyi út 58.

Hol járunk? Villantós helyen a Gellérthegyen. Legendák színterén. Budapest 20. századi vendéglátóiparát tekintve ugyanis a Búsuló Juhász műemlékszámba megy. Igaz, ezt a „műemléket” nem oly régen porig rombolták, hogy a korábbi lokált lounge-hodállá alakítsák. Az áttörés sikerült. A név ma is ismerősen cseng, az új létesítmény megtalálta a maga közönségét. Aki idejár, megadja a módját; a Búsulóban jól megy az 1999-es Dom Perignon is, cirka 66 ezerért. A jegeskávété de lux (1.400 Ft) hörpölése szintén a napi rutin része. De mit kap az a felkészült gasztronómiai „utazó”, akinek nincsen teletömve a pénztárcája, ámde olvasta az étterem ügyvezetőjének a nagypolgári magyar konyháról szóló szép szavait az interneten? Nos, mielőtt az étek minőségéről s az izvilágról szólnék, nem lehet megkezdni a látványt, ami szinte fogva tart. Úgy vélem, a belsőépítész fantáziáját túllontúl is szabadjára engedték, midőn megalkotta azt a többméteres fekete ülőalkalmatosságot, melynek bevonatához érve az embernek oly érzése támad, hogy King Kongot cirógatja. Külön nem

térnek ki a vendéglő közepén tetszelgő, a plafonba fúródó, ezüstszürke faszerűség retinámra gyakorolt hatására sem. Maradjunk annyiban, jobban jár, aki kitekint a panorámaablakon a budai kilátásra, illetve eszik-iszik, kedvére. Hisz az étek jóízűek. A Halászlé harcsafilével (1.600 Ft) Szeged elismert csárdáját idézi. Színre is szép portéka és hús is van benne elég. Az 1600-ért kínált Hortobágyi húsos palacsinta borjúból megjárja, bár az adag elég kicsi. A töltelek viszont gazdag. A desszertek piciny listájáról a Császármorzsa likőrös cseresznyével (990 Ft) érdemel említést. Nem nagy csoda, de elmegy. Hasonló a helyzet a Búsuló Juhászsal is. Korrekt, bár méregdrága létesítmény a város felett, ahol a belsőépítész fantáziája ugyan meglódulhatott, de a konyha inkább az óvatos duhaj alapállásából tekint a vendégre és a nagyvilágra.

Szabó Zoltán Attila

Búsuló Juhász Étterem & Terasz	
Stílus/kiszolgálás	10/8
Portéka	10/7
A hely szelleme	10/5
Summa	6,7





Mit rejtenek a palackok és mennyiért?

30 magyar vörös-, rosé és fehérbort teszteltünk

Bár még mindig nem mondhatjuk el magunkról, hogy borfogyasztó nemzet vagyunk, azt meg pláne nem, hogy borértők – azaz, hogy magabiztosan választunk a hatalmas kínálatból étkezéstől és alkalomtól függően –, de a különböző reprezentatív felmérések, a borfesztiválokon megjelenő látogatók számának dinamikus növekedése is jelzi: nő a borok itthoni kedveltsége. A Kosárban most 30 hazai bort teszteltünk szakértő zsűri és a nemzetközi bírálókon elfogadott módszer segítségével.

Miközben a hazai borászat forradalmi fejlődésen ment át az elmúlt több mint 20 évben, a fogyasztási és különösen az étkezési szokások változása ezt nem követte olyan szinten és mértékben, ahogyan ez megfigyelhető más bortermelő országoknál. Ez azonban nem csupán a rendszerváltás előtti nagyüzemi borászat ízlésromboló hatásának, a családi tradíciók megszakadásának rovására írható, hanem pénztárcánk „szűkösségére” is visszavezethető.

A bort kedvelő vásárló tehát sokszor kompromisszumok megkötésére kényszerül, és az üzletek polcain található – gyakran zavarba ejtően – hatalmas kínálatból próbál választani elfogadható ár/érték arányú borokat.

Jó ideje terveztük a Kosár Magazinnál, hogy megpróbáljuk egy borteszten keresztül megmutatni a vásárlóknak ezt a bizonyos ár/érték arányt. Azonban nem

kis fejtörést okozott több száz hazai pincészet több ezer borából kiválasztani azokat, amelyeket bemutatunk.

Szűréségi szempontok – kiválasztott borfajták

A tesztelésbe bevonandó borok kiválasztásánál több szempontot is figyelembe vettünk.

Egyrészt a GfK Hungaria piackutató intézet két évente készített reprezentatív felmérést a magyar lakosság borfogyasztási szokásainak alakulásáról. E felmérések legfőbb megállapításai közül az alábbiakat vettük figyelembe:

– bár még mindig vörösbort vásárolunk a legnagyobb arányban, de növekszik a fehér- és rosé borok kedveltsége;



– átlagosan 800–1.000 forintot fizetünk egy palack borért, ha saját fogyasztásra szánjuk;

– hiper- és szupermarketekben, nagyobb élelmiszer-áruházakban vásárolunk a legszívesebben bort.

E megállapítások még mindig túl nagy mintaszámot adtak volna, így különböző többletinformációk (fajták kedveltsége, könnyedség, íz, zamatok) alapján tovább szűkítettük a kiválasztást.

A fehérborok közül a „klasszikus” magyar fajtaként ismert furmint és a népszerű olaszrizling mellett növekszik az illatos, gyümölcsösen zamatos borok kedveltsége, így az Irsai Olivér is bekerült a körbe. A vörösborkok közül pedig a szintén a növekvő

népszerűségű magyar fajtát, a kékfrankost választottuk ki.

A vásárlási értékhatárt 1.000 Ft/palack árnál maximalizáltuk. De a tesztbe becsempészünk kakukktójás gyanánt egy közel 1.500 forintos bort is.

Annak alapján, hogy a magyarok saját fogyasztásra inkább a könnyedebb, friss borokat kedvelik, a beszerzésnél a 2009-es évjáratú borok közül válogattuk ki a fenti szempontoknak megfelelő palackokat. A tesztlésre szánt minták számát 30 palackban határoztuk meg, 15 fehér és 15 rosé, illetve vörösbort vizsgálatát terveztük. Mivel várható volt, hogy az összes szempontot figyelembe véve az üzletek polcain 30-nál több bort találunk, további szűrést elv volt, hogy lehetőleg minél több borvidék legyen reprezentálva a tesztben.

A beszerzési forrásoknál 5 helyszínt választottunk ki: Cora, Auchan, Tesco, Spar és CBA. Budapest és környéke nagy forgalmú helyein kerestünk fel 1-1 üzletet.

A kínálat felmérése és a vásárlás

Első lépésként körbejártuk a kiválasztott üzleteket, és a szűrési szempontoknak megfelelő borokról listát készítettünk. Kellemes és kellemetlen meglepetésben egyaránt volt részünk. Egyrészt az árkategóriában hatalmas volt a kínálat fehér és rosé borokból, ám nagyon szűk vörösből. Másrészt számos olyan palackot találtunk a polcokon, mely mind fajtájában, mind árkategóriájában megfelelt volna a kiválasztásnak, ám nem volt rajta évjárat. Így vélhetően több mint 15 százalékból nem egy adott év (esetünkben 2009.) szüretéből készült a bor (lásd külön keretes írásunkat a borcímkék jelenleg érvényes előírásairól).

A kínálat felmérése után a borvidéki megoszlást figyelembe véve állítottunk össze egy vásárlólistát, és tértünk vissza az üzletekbe a konkrét beszerzésekre. Ekkor újabb meglepetések értek minket. Egyrészt a listában szereplő borokból – egy hét eltelte után – már jó néhányat nem találtunk a polcokon. Ez akár pozitív jelzés is lehet a borfogyasztás növekedésére. Kellemetlen – sőt aggályosnak is mondható – volt viszont, hogy a kasszáznál egyrészt kiderült, jó néhány tételnek az ára rosszul van a polcokon feltüntetve, másrészt utóbb a

számlából szinte kideríthetetlen, hogy melyik bornak mi az ára. Így a vevőszolgálatnál újra le kellett olvastatni a palackokon lévő vonalkódot, hogy beazonosíthassuk, valójában mennyibe kerül egy-egy bor. Számos olyan bort találtunk, mely több helyen beszerezhető különböző vagy azonos árakon. A táblázatban a legolcsóbbakat szerepeltetjük.

A „Termelő” oszlopban néhány bornál egy-egy márkanév szerepel. A fogyasztó – a tapasztalatok szerint – ugyanis ritkán olvassa el a címke apró betűs részét, ahol a „termelte és palackozta: XY pincészet” felirat található. Inkább a címke többi részét figyeli és a felirat (szőlőfajta, borvidék), valamint az összkép alapján választ. Így egyes borok már a márkanévvel vonultak be a köztudatba, ami ügyes és hatásos marketing munkára is utal. A Szent Korona Borászat Kft. – Budafok megjelölésről például nem biztos, hogy mindenkinek a Szent István borok jutnának az eszébe.

A tesztelés menete

A kiválasztott borokat „csak” érzékszervi tesztelésnek vetettük alá, abból kiindulva, hogy a Mezőgazdasági Szakigazgatási Hivatal Borminősítési Igazgatósága (korábbi, közismert nevén az OBI) az üzletek polcain lévő borokra már kiadta a forgalomba-hozatali engedélyt, azaz átmentek a laboratóriumi vizsgálaton, a bortörvényben szá-



bályozott kémiai és egyéb vizsgálati feltételeknek megfelelően.

Az érzékszervi tesztelés pedig a nemzetközi borbírálatokban elfogadott, 100 pontos bírálati lapokon történt, mellyel a bor színét, tisztaságát, illatát és zamatát pontosztuk. Szabályos „vak-kóstolást” végeztünk, azaz a borokat a tesztelés előtt alufóliába burkoltuk, és sorszámmal láttuk el, hogy a bírálókat ne befolyásolják a címkék és a rajtuk található feliratok.

Ahhoz, hogy a tesztelés mindenben a nemzetközi szabályok szerint bonyolódjon le, megfelelő körülményeket is kellett teremteni a zsűri számára. Ebben nagy segítségünkre volt az újpesti Öreghalász étterem, ahol gondoskodtak a borok megfelelő tárolásáról, behűtéséről, szak-



Fajta	Jelleg	Pincészet/ Borvidék	Vásárlás helye	Fogy. ár [Ft; 0,75 l]	Alkohol- tartalom [%]	Átlag- pont*	Bor értékelése
FEHÉR BOROK							
Furmint	száraz	Kereskedőház/ Tokaj	Auchan	690	14,0	86,75	nem túl intenzív illatú, finom fajtazamatú, kissé alkoholos, kesernyés utóíz
Furmint	száraz	Puklus/Tokaj	Auchan	1484	12,5	85,00	fajtajelleges illat és zamat, enyhén édes utóíz
Irsai Olivér	száraz	Hilltop/Neszmély	Auchan	685	11,0	84,50	friss, nem túl testes, fajtajelleges
Olaszrizling	száraz	Feind/ B.füred-Csopak	Cora	999	12,5	83,75	gyümölcsös illatú, rövid zamatú, de jól iható
Olaszrizling	száraz	Szt. István/Etyek	Auchan	495	12,5	83,50	kellemes, nem túl karakteres és intenzív, de jól iható
Irsai Olivér	száraz	Varga/Badacsony	Tesco	619	10,5	83,00	illatos, de hamar elillanó zamatú
Irsai Olivér	száraz	Szent István/ Etyek	SPAR	479	12,0	82,00	korrekt, nem túl intenzív illatú és zamatú, de jól iható
Olaszrizling	száraz	Nagyrédei/Mátra	Tesco	479	12,0	81,75	illata többet ígér, mint amit a zamata ad
Irsai Olivér	száraz	Hilltop/ Észak-Dunántúl	Tesco	879	11,0	80,50	diszkrét illat, zamata nem túl erős, de kellemes utóíz
Furmint	félédes	Pincemester/ Tokaj	Cora	539	11,5	80,00	illatában zavaró jegyek, egyszerű, de karakteres
Irsai Olivér	száraz	Feind/ B.füred-Csopak	CBA	964	11,0	77,50	visszafogott illatú és zamatú, jellegtelen
Olaszrizling	száraz	St. Donatus /B.lelle	Tesco	770	12,5	76,25	nem teljesen tiszta illatú és zamatú, rövid utóíz
Olaszrizling	száraz	Maczkó/Villány	Auchan	799	13,0	72,75	fülledt illatú, kesernyés utóíz
Furmint	félédes	Kereskedőház/ Tokaj	Cora	649	12,0	67,00	illatában és ízben diszharmonikus, technológiai problémás
Olaszrizling	száraz	Teleki/Villány	Cora	549	13,0	62,50	zavaró jegyek illatban és ízben is
ROSÉ BOROK							
Kékfrankos rosé	száraz	Szent Gaál/ Szekszárd	Cora	759	12,0	81,00	kellemes illatú és zamatú
Kékfrankos rosé	száraz	Hadobás/Mátra	Cora	599	13,0	80,75	gyenge illatú és zamatú, nem jellegzetes rosé
Kékfrankos rosé	félédes	Szt. István/ Szekszárd	Tesco	476	12,0	80,50	szép színű, közepesen zamatos, korrekt
Kékfrankos rosé	félszáraz	Ostoros/Eger	Tesco	519	12,0	78,75	gyenge illatú, közepes zamatú
Kékfrankos rosé	száraz	Villa Negra/Tolna	Cora	529	11,5	77,50	nem elég intenzív illatú és zamatú
Kékfrankos rosé	száraz	Kovács Ferenc/ Mátra	Tesco	769	13,0	77,50	kesernyés ízű, kissé fáradt, frissességét veszített, jellegtelen
Kékfrankos rosé	félszáraz	Szt. István/Sopron	Tesco	528	12,0	77,25	jellegtelen illatú, keserű utóíz
Kékfrankos rosé	félszáraz	Egervin/Eger	Cora	499	11,5	74,75	virágillatú, de jellegtelen ízű, a rosénál sötétebb, fáradó, frissességét veszített bor
Kékfrankos rosé	száraz	Badacsonyi/ Sopron	Tesco	419	12,0	73,75	nem rossz, de nem is jó – jellegtelen
VÖRÖS BOROK							
Kékfrankos	száraz	Kovács/Villány	Auchan	657	13,0	82,50	inkább siller borra jellemző illat- és ízjegyek, korrekt, egyszerű, jól iható
Kékfrankos	száraz	Nagyréde/Mátra	Cora	599	12,0	82,25	harmonikus, de nem elég intenzív illatú és zamatú
Kékfrankos '08	félédes	Villa Negra/Tolna	Cora	499	12,0	78,00	nyers ízű, nem túl karakteres, jellegtelen
Kékfrankos '08	félédes	Pincemester/ Szekszárd	SPAR	599	12,5	76,75	visszafogott illatú, zamatában több zavaró mellékíz hordoz
Kékfrankos '08	száraz	Szt. István/ Szekszárd	Cora	592	12,0	76,50	nyers, egyszerű, de viszonylag korrekt
Kékfrankos	félédes	Szikrai/Kunság	Auchan	321	11,0	60,50	bortól idegen íz és illatjegyeket tartalmazó ital
Vásárlás: 2010. augusztus utolsó hete; teszt: 2010. szeptember 1. – Öreghalász étterem							



szert nyitására és töltésére, szervírozásáról – természetesen külön fehérboros és külön vörösboros poharakban. Így – egy különteremben – a bírálók zavartalan, ideális környezetben végezhetik a borok kóstolását és értékelését. Ezúton is köszönjük Haász Tamás tulajdonos-üzletvezetőnek és csapatának a professzionális közreműködését a borteszt le-

bonyolításában. A tesztelés 3 szakképzett, tapasztalt – nemzetközi bírálatokban is jártas – borbíróval, és 3 borkedvelő, bort rendszeresen fogyasztó, élelmiszer-vizsgálatokban, tesztelésben jártas fogyasztó végezte. A nemzetközi szabályoknak megfelelően történt az átlagpontszámok kiszámítása, melyek alapján kialakult az egyes fajták rangsora.

Fehér, rosé, vörös: teszt kellemes és kellemetlen meglepetésekkel

Kellemes meglepetés volt, hogy gazdag a kínálat a jó ár/érték arányú fehérborokból, azaz az olcsónak számító árkategóriában több szép, korrekt, jól iható bort is talált a bíráló bizottság. Az egyik mintának köszönhetően az is bebizonyosodott, hogy a drágább nem biztos, hogy annyival jobb is. Érdekes tapasztalat volt, hogy a megadott árkategórián belül kékfrankosból csak 3 palack 2009-es tételt találtunk, így a teszt 3 palack 2008-asra is kiterjedt. Ez egyrészt azt jelzi, hogy a kékfrankos fajtát a hazai borászok nem a könnyed és friss borok készítésére szánják, másrészt az, mivel gondosabb kezelést és hosszabb érlelést adnak neki, végül magasabb árkategóriában jelenik meg a polcokon. A tesztelésbe szeretnénk volna bevonni a korábban oly népszerű kadarka fajtát is, ám a kiválasztott üzletekben nem találtunk a polcokon a szűresi szempontoknak megfelelőt ebből a fajtából.

Hangsúlyozni szeretnénk, hogy a vásárlásra kiválasztott üzletláncok különböző üzleteiben más és más lehet a kínálat, tehát a fogyasztó nem biztos, hogy az általa látogatott üzletben megtalálja a táblázatban szereplő bort, illetve hogy nem találkozik másik, a szűresi szempontjainak megfelelő borral, ami megnyerheti tetszését. Hiszen az, hogy ki melyik bort kedveli, valójában nagyon szubjektív.

Ugyanakkor nem árt óvatosnak és körültekintőnek lenni a vásárlásnál – mint azt tesztünk is alátámasztja. Egyrészt az „olcsó húsnak” bizony híg lehet a leve is – és ehhez még a legolcsóbb, kannás borokból sem kell választanunk –, másrészt a rosé borok – ahogy azt a borászok is ajánlják – bizony csak a friss évjáratokban, újborként mutatkozhatnak meg igazán. A legtöbb évben a friss szüretből készülő új rosék december táján szoktak megjelenni a kisebb és nagyobb üzletek polcain, és nyár végére már „el is fáradsz”. Így évjárat megjelölése nélküli rosé borok vásárlását nem tudjuk jó szívvel ajánlani.

Lovas Katalin



Borászati termékek jelölési útmutatója

Az Európai Unió borreformja átalakította a minősítési kategóriák eddigi rendszerét. 2009. augusztus 1-től új kategóriákat vezettek be: 1. földrajzi jelzéssel ellátott borászati termékek: a) oltalom alatt álló eredet-megjelöléssel ellátott borászati termékek (OEM), b) oltalom alatt álló földrajzi jelzéssel ellátott borászati termékek (OFJ). 2. földrajzi jelzés nélküli borászati termékek (FN).

2009. augusztus 1-től OEM kategóriába tartozó földrajzi árujelzők: Badacsony; Balaton; Balatonboglár; Balatonfüred-Csopak; Balaton-felvidék; Bükk; Csongrád; Debrői Hárslevelű; Duna; Eger; Egerszóláti Olaszrizling; Etyek-Buda; Hajós-Baja; Izsáki Arany Sárfehér; Káli; Kunság; Mátra; Mór; Nagy-Somló; Neszmély; Pannon; Pannonhalma; Pécs; Somló; Somló Arany; Somló Nászéjszakák bora; Sopron; Szekszárd; Tihany; Tokaj; Tolna; Villány; Zala.

OFJ kategóriába tartozó földrajzi árujelzők: Alföldi; Balatonmelléki; Dél-alföldi; Dél-dunántúli; Duna-melléki; Dunántúli; Dunántúli; Észak-dunántúli; Felső-magyarországi; Nyugat-dunántúli; Tisza-melléki; Tisza-völgyi; Zempléni.

A terméken kötelezően feltüntetendő adatok és szabályaik

Egy látómezőben kötelezően feltüntetendő:

1. Termékkategória megjelölése;
2. OFJ és OEM boroknál a minősítés szerinti kategória és az oltalom alatt álló név;
3. Tényleges alkoholtartalom;
4. Úrtartalom;
5. Származási ország;
6. Palackozó (pezsgő, szén-dioxid hozzáadásával készült habzóbor, minőségi pezsgő és illatos minőségi pezsgő esetében: termelő vagy a forgalmazó);
7. Cukortartalom (pezsgő, szén-dioxid hozzáadásával készült habzóbor, minőségi pezsgő és illatos minőségi pezsgő esetében).

Kötelezően feltüntetendő még:

8. Tételszám;
9. Allergéntartalom (kén-dioxid);
10. Importnál importőr.

A Magyarországon forgalmazott boroknál a 9. pontban meghatározott adatokat kötelező magyarul (is) feltüntetni.

Azonos látómező: az azonos látómezőben található adatoknak a tárolóedény/palack elfordítása nélkül, egyidejűleg kell olvashatónak lenni.

Szabályozottan használható választható jelölések

1. Évjárat: feltüntetése csak akkor lehetséges, ha a szőlő legalább 85 százalékát az évben szüretelték. Fontos változás, hogy a mustjavításra felhasznált sűrített szőlőmustot is figyelembe kell venni.
2. Borszőlőfajta neve: csak az idevágó 98/2009. (VII. 30.) FVM rendelet 1. számú mellékletében található módon tüntethető fel a borászati termékek címkéjén (a jelenleg összesen 139 fajta lista elkészítésére az EU kötelezi hazánkat). Egy szőlőfajta idegen nyelvű neve (fordítása) sem használható, amennyiben nem szerepel ezen a listán. Egy fajta neve akkor tüntethető fel, ha a bor legalább 85 százalékban abból készült. Két vagy több szőlőfajtanál a bor előállításához felhasznált valamennyi fajtát fel kell tüntetni, csökkenő sorrendben.

Kivonat a Hegyközségek Nemzeti Tanácsának 2009. novemberi tájékoztatójából



Ami hiányzik a borosüvegekről

Vita a cukor- és az energiatartalom feltüntetéséről

Közhely, hogy a sör hizlal. Azt azonban már kevesebben tudják, hogy minden típusú alkoholtól hízhatsz, mivel magas az energiatartalmuk. Nem kivétel ez alól a bor sem, különösképpen az édes, félédes borok. A címkékről jelenleg csupán arról kapunk tájékoztatást, hogy édes, félédes vagy száraz-e az ital, illetve, hogy milyen magas az alkoholtartalma. A fogyasztó így jobb híján találgathat: belefér-e diétájába egy pohár bor vagy sem?



Horváth Csaba, a Hegyközségek Nemzeti Tanácsának főtitkára

Nem gondolom azt, hogy az energiatartalom vagy akár a cukor mennyiségének feltüntetése releváns információ lenne a borospalackok címkéin.

Alapvetően megvannak azok a hagyományos kifejezések, illetve alapinformációk, amik illenek ezekre a kategóriákra, illetve amelyek érdeklik a fogyasztót. Ha szerepelne is az energiatartalom kilokalóriában megadva, azt egyáltalán nem biztos, hogy a fogyasztó megértené. Azt sem gondolom, hogy az embereket érdekelné, hogy mennyi cukor van egy üveg borban. Az érdemi információ a vásárlónak az, hogy milyen szőlőfajtából, milyen termőhelyen készült a bor, mennyi az alkoholtartalma, illetve száraz-e, félszáraz vagy édes, félédes? Ezek mind szerepelnek a címkén és abban a metódusban, amiket a fogyasztó megért.

A bor nem recept alapján készül. Nem olyan, mint egy hagyományos ételkészítés, mivel folyamatosan fejlődik, így az energiaértéke is változik. Lehet, hogy egy 2008-as szüretelésnél 13 százalék az alkoholtartalom, de 2010-ben már 13,2 százalék, ekkor viszont már nem ugyanazokat az értékeket kapjuk, hiszen az alkohol és a cukor együttesen adja az energiaértéket. Ez a lehetséges szabályozás tehát betarthatatlan lenne a termelőknek. Bár a francia borokon például szerepel az áthúzott terhes nő szimbóluma – jelezve, hogy terhesség-

kor nem javallott az alkohol –, de nem hiszem, hogy ez plusz információkhoz juttatná a vásárlót. Aki terhes, valószínűleg tisztában van azzal, hogy ügyelnie kell az alkoholfogyasztásra. Aki bort vásárol, valószínűleg tudja, hogy egy üveg borban a cukortartalom 4 gramm per liter alatt van. Jó esetben tudja azt is, hogy mihez szeretné felhasználni. Főzéshez vagy baráti beszélgetés melletti borozgatáshoz tehát olyan bort fog megvenni – szárazat vagy édeset – ami számára megfelelő. Ennek a lehetséges szabályozásnak semmiféle üzenete nem lenne, csak kötelezettsége. Aki diétázni akar, az különben is felejtse el a bort, vagy fogyasszon csupán szárazat – az nem tartalmaz semennyi cukrot sem.

Dömölki Livia, az Országos Fogyasztóvédelmi Egyesület élelmiszer-szakértője

Az Európai Parlament júniusi ülésén szavazott a feldolgozott élelmiszerek címkézésének reformjáról, és annak egyik módosító indítványa az alkoholok címkéinek szabályozásával az újragondolásával foglalkozott. Számos – a fogyasztókat képviselő – honatya szeretne volna, ha minden egyes alkoholtermék címkéjére rákerül a pontos energia- és cukortartalom. Akkor ezt az előterjesztést leszavazták, az indítványból csak annyi maradt, hogy az 1,2 százaléknál alacsonyabb alkoholt tartalmazó italok – gyakorlatilag üdítőitalok – címkéire

fog rákerülni a pontos energia- és cukortartalom. Véleményünk szerint ez nem elegendő. Az elhízás elleni harcban mi, fogyasztók, fogyasztóvédelmi szervezetek fontosnak tartjuk azt, hogy az alkoholos italok – így a borok – címkéin is legyen feltüntetve az energia- és a cukortartalom azért, hogy a fogyasztó számolni tudjon a napi bevittel.

A többség jelenleg nem tudja azt, hogy az alkohol is hizlal és sok kalóriát szolgáltat. A fogyasztó nincs azzal tisztában, hogy a borcímkéken feltüntetett kategóriák és meghatározások – száraz, félszáraz, édes, félédes – mennyi cukortartalmat és energiát jelentenek. Az bizonyos, hogy pillanatnyilag a vásárlók többsége nem biztos abban, hogy a kilokalóriát hogyan kell átváltani a mindennapi étkezésében, ám az is kétségtelen, meg lehet tanítani azt, hogy mi mit jelent a címkén.

Igaz, a bor abban a tekintetben valóban nem hagyományos élelmiszer, hogy minden évben másképp érhet be – így természetesen az alkoholtartalma is változhat. Ám ha ezt az alkoholtartalom-változást is köteles feltüntetni a borász, akkor az ennek következtében megváltozott energia- vagy cukortartalom feltüntetését is meg lehetne oldani. A borok és más alkoholok nem csupán hízlalnak, de el is lazítanak, így az ember könnyebben mondhatja rá, hogy „sehaj, megiszom még ezzel a pohárral!”, miközben a diéta egyáltalán nem engedné már meg azt a poharat.

-sef-

Borban a vigasság

Szüreti kedvcsináló

Ha illik egy római istenről ilyesmit mondani, ez a Bacchus nagy kópé lehetett... Kéklevelű, kadarka, furmint, hárslevelű, muskotályos, rizling, s ez a sor csupán egy aprócska fürt a kedélyes istenség szőlőbirtokáról. Bizony, talán csak isteni varázslat érlelheti kékfrankossá, aszúvá, bikavérré vagy szamorodnává az őszi csemeget.

A borkultúra művészet. Színeiben festészet, hangulataiban irodalom, ízeiben gasztronómia, készítésében pedig aprólékosan megtervezett építészet. A szeptemberi szüreti multságok és borfesztiválok hada pedig mindnyájunk számára pompás alkalmat kínál, hogy megtaláljuk saját bor ars poeticánkat.

Egy kis múltidézés

A művészet és a bor egy töről fakad, már csak azért is, mert mindkettő képes a lélek legbelső húrjait megpendíteni. Csokonai sem véletlenül ragaszkodott az ő egyetlen csikóbőrös kulacsához, ami mindig hűségesebb társának bizonyult, mint bármelyik tűzről pattant menyecske. Ugyanígy Ady, Petőfi és még számtalan költőóriás is műzsjául választotta a vérpezsdítő nedűt, de a festőket és a szobrászokat is gyakran ihlették meg a vörös-fehér mámoros pillanatok. Arról nem is beszélve, hogy még Jézus Krisztus földi élete is számtalan ponton kapcsolódott a népszerű italhoz, aminek emlékét a misebor a mai napig őrzi.

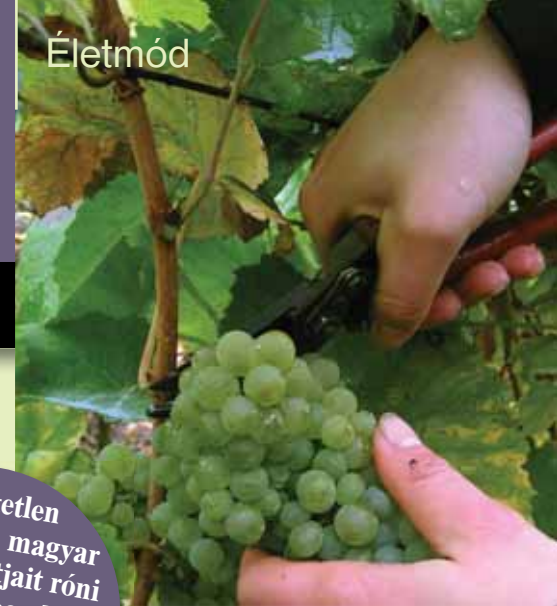
A borbarátok számtalan meggyőző érvel támasztják alá szenvedélyük előnyeit. A (mértékkel fogyasztott) bor egészségre gyakorolt jótékony hatását már az ókorban is ismerték. Mezopotámiában az alkohollá érlelt szőlő levét használták a megfáradt test gyógyítására, persze csak óvatosan. Fertőtlenítő hatását már Julius Caesar hadserege is felismerte, így járványok idején a katonák még nagyobb előszeretettel pusztították a hordókat. A bororvoslás hazánkban is te-

kintélyes történelmi távlatokra tekint vissza, Zircen például a tizennyolcadik század végéig a patikák polcairól egyetlen orvosság került a lábadozó gyomrába, a bor. Sok orvos most is azt tartja, a rendszeres pőfékelés után az alkohol teljes megvonása pusztít a leginkább. Száraz vagy édes, vörös vagy fehér, napi egy-két pohár mindenképp épít, szépít, ellazít és fiatalon tart. Ne sajnáljuk hát a borralót magunktól sem, induljon az őszi bortúra! Magyarország borkultúrája világhírű, ez nem vitás. A borhoz kapcsolódó magyar hagyomány, a szüretelés és a mulatozás pedig világraszóló. A választék – valljuk be –, semmi esetre sem szerény. Hörpinthetünk itt mediterrán jellegű Villányit, gargarizálhatunk gyümölcsös Balaton környékivel, lubickolhatunk savas, testes Soproniban és természetesen magunkra vehetjük a világhírű Tokaji aszú puttonyainak mázsás terhét is.

Irány a Balaton!

A Balaton ősszel sem fukarkodik a borünnepekkel. Lehetetlen ilyenkor a magyar tenger partjait róni anélkül, hogy bele ne botlanánk egy-egy Bacchust vagy Dionüszoszt dicsőítő borbarát rendezvénybe. Füred, Csupak, Almádi, Badacsony, Balatongyörök és még sorolhatnánk. Mi ezúttal a Balaton északi partjának egyik első településén, Balatonfőkajáron jártunk. A Karika-hegyen idén nyolcadik alkalommal rendezték meg a pincesori multságokat, ahol

Lehetetlen ilyenkor a magyar tenger partjait róni anélkül, hogy bele ne botlanánk egy-egy borbarát rendezvénybe.



nem csak hörpintgetni, de a hagyományörzés jegyében falatozni is lehetett. Zsirus kenyér pirospaprikával, töki pompos, lacikonyha, a sült kolbász csábító sercegése, egy falat ropogós tepertős pogácsa és persze a poharak koccanásának elmaradhatatlan csilingelése. Még a gondolatától is nagyokat nyel az ember. A padosok között ugyan szinte mozdulni sem lehet, ám ha előkerül a lopó, ilyen apróságok nem bosszantják a borrajongót, Főhajár is megtelt borvirágos jókedvükben ünneplő mulatozókkal. Az ingyencek sajtfalatkákat és diót csipegettek, miközben hosszasan vizsgálták a pohár tartalmát nyugvó és centrifugált állapotban, majd konstataáltak a fűszerezést, a testességet, a szőlőfajtát, az évszámot. Azok sem jöttek azonban zavarba, akik kevesebb szakértelemmel közelítették meg a kóstolást: az ízlelőbimbók és az éjszakába nyúló nótázások vígan munkálkodtak helyettük.

A borivók tízparancsolatának utolsó pontja kimondja: amikor egy pohár magyar bort veszel a kezvedbe, hogy fehér abrosz mellett jókedvbe álmodd magad, gondold arra egy pillanatig, mennyi fáradságos, verejtékes munka van ebben a pohárnyi borban, és hogy minden elfogyasztott fürt szőlő vagy pohárka bor a szőlőművelő munkásnép számára egy-egy darab kenyér. Így is van, itt az alkalom, hogy emeljük poharunkat arra a dolgozó kézre, amelyik szívünkbe jókedvet tölt. Erre tökéletes alkalom a borkészítés minden csínját-bínját elénk táró, s persze a vigadozást legkevésbé sem nélkülöző borfesztivál. Hiszen nem hiába tartja a mondás, aminő a gazda, olyan a bor. Tájak, ízek, zamatok, szakértelem, tudomány, kultúra, művészet, hagyományörző reneszánsz és nem utolsósorban szakadatlan mulatozás. S hogy merre visz a borok útja? Amerre csak a szem ellát. Önök is töltsék meg a vénasszonyok nyarának poharát finom borral – irány a borfesztivál!

Kerekes Borbála



Szemünk világa

Kontaktlencse vagy szemüveg?

Hazánk lakosságának tíz százaléka rövid-, fele távollátó. Az optikai eszközöket árusító üzletek egyre több és vonzóbb akcióval csábítják őket a még modernebb, még trendibb szemüveg vagy kontaktlencse megvásárlására. A szem fénytörő képességének zavarai komfortérzetünket mindaddig rontják, amíg meg nem találjuk az életvitelünknek leginkább megfelelő megoldást, legyen szó kontaktlencséről vagy szemüvegről, illetve az igen drága lézeres szemműtétről. Cikkünk sorra veszi a lehetőségeket.

Akinél már diagnosztizálta a szakorvos, hogy látásával probléma van, általában a szemüveget és kontaktlencsét árusító kisebb vagy nagyobb optikai üzletbe megy, és szakember segítségével vásárol. Mindkét eszköznek vannak előnyei és hátrányai, de akad, aki ezek kombinációjával éri el a tökéletes komfortérzést, például úgy, hogy sportoláshoz vagy szórakozáshoz kontaktlencsére cseréli szemüvegét.

Milyen lehetőségeink vannak?

A látást segítő szemészeti eszközök fejlesztése gyorsan halad, s ezzel talán leginkább azok szembesülnek, akik már évek óta használói ezeknek. A szemüvegeknél ez abban nyilvánul meg, hogy a keretek egyre könnyebbek, kevésbé sérülékenyek, a lencsék pedig magas dioptriánál is lehetnek vékonyak, netán fényre sötétedhetnek. A kontaktlencsénél is komoly a haladás: egyre jobban érvényesül a bio-kompatibilitás, azaz a lencsék összetétele és szerkezete mindinkább a szem ter-

mészetes közegéhez igazodik és jó oxigénáteresztő képességű.

Kontaktlencse vagy szemüveg?

Kontaktlencsét világszerte mintegy 120 millióan hordanak, döntően a látás élesítése tétele miatt, de gyártanak színezett, a szem színét megváltoztató lencsét is, elsősorban kozmetikai célokra (pl.: modellfotózáskor). Kontaktlencsét viselni életforma, hiszen a láthatatlan segítség sok figyelmet követel mind a viselést, mind pedig a tárolást illetően. Cserébe megkapjuk azt a szabadságot, amit a szemüvegesek nem: „hibánkat” feledve, sasszemmel élhetünk. A lencsék számos fajtája létezik, kezdve attól, hogy mennyi időnként akarjuk cserélni (az egyszer használatostól az évesig), odáig, hogy milyen munkát végzünk (keményebb vagy lágy lencse) – ezek mellett természetesen az ár is meghatározó tényező. Előfordulhat, hogy a szem nem bírja elviselni a lencsét és allergiás reakciót generál, ekkor érdemesebb a szemüvegek között körülnézni.

Míg a régi SZTK-szemüvegek és a szódásüvegnek csúfolt vastag lencsék korában nem nyújtott nagy esztétikai élményt, ha valaki szemüveges volt, addig ma már vannak, akik divatból hibátlan látásuk ellenére is készíttetnek maguknak szemüveget. Mert mára nemcsak a ruha, hanem a szemüveg is öltöztet, köszönhetően a számtalan stílusú keretnek és lencsének. A színes, fiatalos műanyag kerettől az üzleties vagy éppen sportos titán keretig minden alkalomra, célra van megoldás. A lényeg, hogy illeszkedjen arcunk formájához és a látás is zavartalan legyen vele. A dioptria mértékétől függően a műanyag és üveg lencsék több fajtája közül választhatunk simát vagy vékonyítottat (ez utóbbitól nem lesz szódásüveg szemüvegünk), extraként különféle bevonatokkal (tükröződésmentes felület, fényre sötétedő, vízlepergető hatás, monitorszűrő réteg stb.).

Nagy előny, hogy az elkészítés után, ha a dioptria nem változik és vigyázunk szemüvegünkre, akkor akár évekig nem kell újat venni. Ebben az esetben ára a kontaktlencsénél kedvezőbb, mivel egy jobb minőségű, márkás szemüveg körül-

Törzsvásárlói programok

Ha már mindenképpen költeni kell szemünk egészségére, érdemes lehet egy széles választékú, törzsvásárlói programos boltláncot kiválasztása. A két legismertebb hazai lánc a Vision Express és az Ofo-tért, melyek állandó és időszakos kedvezményekkel igyekeznek a vásárlók kedvében járni. Törzsvásárlóként extra ajánlatokat kaphatunk, de olyan ingyenes szolgáltatásokat is igénybe vehetünk, mint például a szemvizsgálat. Előny még, hogy ha el is költözünk, a hálózati nyilvántartásban megtalálhatóak adataink, szemvizsgálataink eredményei, így adott esetben gyorsan orvosolható problémánk.



belül egy-két évnyi kontaktlencse „adagnak” felel meg. Hátránya, hogy sütés-főzés közben vagy téli napokon az utcáról betérve párasodik, leeshet vagy ráülhetünk, de sportolni sem igazán ajánlott a balesetveszély miatt.

A lézeres szemműtét

Végső megoldás lehet a lézeres szemműtét azoknak, akiknek már elégük van abból, hogy esténként csak segítséggel tudnak tévénni vagy olyan sportot űznek (pl.: evezés), amelynél sem a kontaktlencse, sem a szemüveg nem megfelelő, de az is lehet, hogy munkájuk követeli meg az éleslátást (például pilóták). Ők azok, akik az első hallásra méregdrágának és bizarrnak tűnő lézeres beavatkozást választják. Ha papírra vetjük a költségeket, akkor azt vesszük észre, hogy a kezelés néhány év alatt megtérül, ráadásul sokszor részletfizetésre is van mód (nem beszélve az esetleges egészségpénztári kedvezményekről). A fájdalommentes és gyors lézeres kezelés PRK eljárással körülbelül 3 napos pihentetési időszakot igényel, s ára 130 ezer Ft/szem körüli, míg a legmodernebb eljárás (IntraLASIK) már teljes fájdalommentességet ígér a műtétet követő, egyébként érzékenyebb, akár fájdalomakkal is járó regenerálódási időszakra is. Ennek ára 230 ezer forint szemenként. Nem árt tudni, hogy előzetes alkalmassági vizsgálathoz kötött a műtét, mivel nem mindenkinél alkalmazható.

Online vásárlás bátrabbaknak

Azok, akik már kellően rutinosak kontaktlencse-ügyekben és rendszeresen járnak szemvizsgálatra, a bolti árnál kedvezőbbben vásárolhatnak az internetes optikai áruházakban. Több népszerű oldal is működik (pl. www.lens.hu, www.elencse.hu), melyek állandó akciókkal csábítanak. Érdemes még az online aukciós portálokon is körülnéz-

ni, ahol számos új és alig használt optikai eszköz közül választhatunk. Ajánlott csakis olyan partnerrel üzletelni, aki megtekintési, kipróbálási garanciát ad, azaz, ha a vásárlást követő személyes találkozás alkalmával mégsem választjuk a terméket, minden következmény nélkül elállhatunk a vásárlástól. És miután szemüvegről van szó, célszerű azt felpróbálni, hiszen nem biztos, hogy ami tetszik, az jól is áll, vagy megfelelően illeszkedik arcunkhoz. Ez a módszer leginkább azoknak ajánlott, akik jó minőségű, márkás keretre vágnak, de mégis csak a bolti ár töredékét szánják rá.

Minőség, akár kedvező áron

Szemüveget vagy kontaktlencsét viselni rendszeres szemvizsgálat kötelezettségével jár. Emellett lehetőségeinkhez mérten az elérhető legjobb minőségre kell törekedni, aminek bizony ára van, de egészségünk érdekében megéri a befektetés. Nem ajánlott a hipermarketekben, drogériákban kapható pár száz forintos dioptriás szemüvegeket megvásárolni, hiszen attól még, hogy úgy érezzük, jól látunk vele, nem biztos, hogy az a szemünknek valóban megfelelő. Csak szakember által jóváhagyott szemüveget szabad használni. Érdemes figyelni az akciókat, mert egy nekünk megfelelő, kedvezményes ajánlattal akár több tízezer forintot is megtakaríthatunk. A kiválasztott üzlet egyéb – például nyugdíjas-, diák- vagy önkéntes egészségpénztári – kedvezményeiről is kérjünk információkat! Ezen kívül lehetséges üdülési csekkel vagy utalványnyal is fizetni. A képernyő előtti munkavégzést egészségügyi rendelet (3/2002. (VIII. 30.) ESzCsM) szabályozza, melynek értelmében azon munkavállalók, akik munkájuk miatt legalább négy órát töltenek monitor előtt, szemüveget igényelhetnek, melyet a munkáltató fizet meg. A részletekről tájékoztatást kell kérni a munkáltatótól.

Hagara-Nagy Nóra

Kontaktlencse és szemüveg: pro és kontra

	Előny	Hátrány	Egyéb szükséges eszközök	Árak
Szemüveg	<ul style="list-style-type: none"> – öltöztet – kontaktlencse-allergia vagy illesztési probléma esetén megoldás lehet – viszonylag olcsó – egyszerűbb tárolási, viselési feltételek – tartós, akár évekig is hordható 	<ul style="list-style-type: none"> – nem mindenkinek áll jól – sportoláshoz általában alkalmatlan – zavarhatja a látóteret – bepárasodik – napszemüveggel egyeztetést kíván 	<ul style="list-style-type: none"> – szemüvegtartó tok – tisztító kendő – pótszemüveg 	Komplet szemüveg (keret+lencse): – 7.000 Ft-tól (Ofo-tért Takarékos Kollektív) – „csillagos ég” (átlagosan kb. 50-60 ezer Ft)
Kontaktlencse	<ul style="list-style-type: none"> – „láthatatlan” – a legtöbb sporthoz kiváló – feledteti a szem problémáját 	<ul style="list-style-type: none"> – könnyen elszakadhat – fertőzésveszély – nagyfokú odafigyelést igényel mind a tárolás, mind a hordás – gyakran cserélni kell (pl. havi lencsénél) – hosszú távon drága 	<ul style="list-style-type: none"> – kontaktlencse-tároló dobozka – ápoló folyadék – pótlencse vagy pótszemüveg 	Kontaktlencse+ápoló folyadék: – üzletben kb. 10.000 Ft/doboz* – internetes rendeléssel kb. 6.400 Ft/doboz* + ápoló folyadék kb. 2.000 Ft/flakon Évente: kb. 38.000-52.000 Ft

*3 havi adag Bausch&Lomb Purevision típusú kontaktlencse

Az ördög a részletekben rejlik

Építési szakipari (befejező) munkák

Az építkezések során talán a szakipari befejező munkák szolgáltatják a legtöbb okot vitára. Burkolás, festés-mázolás, lakatos-, asztalos- és bádogosmunkák: most megnézzük, mire érdemes odafigyelnünk, ha lakásunk, házunk kivitelezése a finishez közeledik.



Az engedélyezési terv, illetve az építési engedély viszont csak a beruházás más fő szempontjait tisztázza.

Amióta a Kosár magazin tesztjeit szerkesztem, most először van módom eredeti tanult szakmámról írni. Csaknem negyed százada végeztem az Ybl-ön, s voltam már tervező, kivitelezésvezető, műszaki ellenőr, tanácsadó is. Különleges, kettős felelősségű téma így ez számomra.

A „szakipari munka” kifejezés tulajdonképpen zsargon, a jelentése, tartalma nem teljesen egzak. Még szakmai közmegegyezés sincs ebben a kérdésben, hiszen az egyik megfogalmazás szerint a szakipar a szerkezeti munkák után következő rész, a „szerkezetkész” és a „kulcsrakész” állapot közötti különbség. A másik megközelítés szerint a kívül-belül látszó épületelemek, burkolatok, felületek és azok részletei, tehát a voltaképpen látványképzés.

Amiért ez a téma különösen érdekes egy fogyasztóvédelmi magazinban, az pedig az a tény, hogy az építkezések során ez a fázis ad okot a legtöbb vitára. Nem szeretnék senkit szakmára tanítani, inkább arról essék szó, miként lehet elkerülni vagy legalább csökkenteni az idegeskedést és pénzpocsékolást. A magánlakás-építésben ugyanis a legtöbbször nem készülnek teljes részletességű kiviteli tervek. Az engedélyezési terv, illetve az építési engedély viszont csak a beruházás más fő szempontjait (statika, személy- és vagyónbiztonság, szerkezeti és helyiségméretetek, energiagazdaságosság) tisztázza. Ami ezeket a kérdéseket nem érinti, abban bizonyos szabadságot élvez az építető.

Színekről vitatkozni?

Vakolatképzés, tetőfedés, hideg- és melegburkolás, festés-mázolás. Mind-mind remek alkalom arra, hogy színekről, mintákról, struktúrákról lehessen vitatkozni. Ízlésről vitázni pedig nem érdemes (tudjuk: „de gustibus non est disputandum”). Mi a teendő tehát, ha ezekre a munkafázisokra nem készült kiviteli terv? Meg kell előzni, illetve a lehetséges minimumra kell csökkenteni a felesleges, kétszer (vagy többször) végzendő munkát – például ne kelljen semmit visszabontani. Ennek pedig az a módja, hogy minden nagyobb munkafázis megkezdésekor kisméretű próbafelületen kell kezdeni a munkát, melyet aztán minden érdekelt fél (építető, tervező, műszaki ellenőr) együtt megnézik, megvitát. Gyakran fordul elő, hogy egy burkolóanyag vagy festék színe és struktúrája egészen más hatást kelt papíron, képernyőn, az építőanyag-telepen a csomagolás alatt, illetve a valóságban, a végleges helyén, az „1:1 modellen”. Ezzel a szakemberek többsége tisztában is van, az építető érvei azonban (én fogok benne élni, én fizetek érte) az esetek jelentős részében megfellebbezhetetlenek.

Sok esetben segít az is, ha a színeket, mintákat lehetőleg valamilyen egzak adat, RAL vagy Pantone színskála, illetve a késztermékeknek cíkj szám alapján tisztázzák a felek, ez ugyanis a forgalmazók és a kivitelezők számára is egyértelmű. A kellő időben és írásban rögzített részletek megkönnyítik az esetleges későbbi viták rendezését is.

Fontos azonban tisztázni, hogy vannak a felületek kialakításában is olyan szempontok, amelyek nem ízlésbeli kérdések. A megfelelő kopásállóság, a szín- és alaktartósság, a megfelelő tisztíthatóság, a hő- és zajvédelemben betöltött szerep ilyen aspektusok. Ezeket általában termék- vagy tevékenység szabványok rögzítik. A csempe nem lazulhat meg (pláne nem eshet le), a parketta nem vetemedhet meg, a vakolat és a festés nem repedezhet, a tetőfedés nem mozdulhat el. Az építési termékek piacán gyakori, hogy a jogszabályban előírtaknál kedvezőbb feltételeket vállalnak. Sajnos ellentmondásos helyzet van abban, hogy a reklámok szintjén örökös vagy nemzedéknyi időkre vállalt jóvállás, szavatosság hogyan érvényesíthető a valóságban. Nincs az a kerámialap, amelynek máza ne fakulna meg 30 év alatt, nincs az a korrózióvédő festék, ami egyszer s mindenkorra megvédené



Légből kapott számok

Nagy divat az építőanyagok reklámozásában a törvényben előírtnál sokkalta hosszabb jótállási, szavatossági határidők ajánlata. Gyűjtötünk néhány ilyen, csak úgy abc-be rendezve, kezdőbetűkkel jelölve a márkákat. Am vigyázzunk! Ezek igencsak nehezen érvényesíthető garanciák! Képzeli csak el, amint harminc év múlva megpróbáljuk érvényesíteni igényünket...

- A. falburkoló rendszer – 50 év
- B. cserép – 30 év
- C. medencék – 20 év
- D. tetőfedő rendszer – 50 év
- E. laminált padló – 15–20 év
- G. hőszigetelés – 30 év
- H. garázkapuk – 10 év
- K. szalagparketta – 30 év
- Kéménybélésű – 30 év
- M. tetőcserép – 30 év
- Melegházak – 15 év
- Műanyag csőrendszer – 15 év
- Műanyag nyílászáró – 10 év
- Padlófűtés – 15 év
- Redőnymotor – 5 év
- S. kémények – 30 év
- T. cserép – 30 év
- Tetőszigetelés – 15 év

a fémanyagot. Kezeljük tehát ezeket az ígéreteket a szükséges fenntartással, vagy ha tehetjük, nézzünk utána, hogy megfelelő vizsgálati adatok alátámasztják-e az ígéreteket!

Művészek és iparosok

A szakipari munkák körébe tartozó másik fontos terület a funkcionális díszítőelemek kialakítása. Szokásos felosztás szerint épületlakatos, épületasztalos és szakipari tevékenységek közé. Felmerülhet a kérdés, hogy a két fogalom: „funkcionális” és „díszítő” nem áll-e egymással kibékíthetetlen ellentétben. Sokszor sajnos igen, és ebben az építész vagy belsőépítész tervező legalább annyira ludas lehet, mint a tulajdonos. A korlátoknak, rácsoknak természetesen dolguk az is, hogy szépek legyenek, de ennél bizonyosan fontosabb szempontok, hogy jól méretezettek, stabilan rögzítettek, a megfelelő helyen kézreállók legyenek, és jól lehessen tisztítani, karbantartani őket.

A lakatosmunkák körébe tartoznak a korlátok, rácsok, a fémszerkezetű lépcsők, nyílásfedelek, vasalatok. Ezeknek az elemeknek sok minden más berendezési tárggyal és egymással is harmonizálniuk kell, amihez átgondolt belsőépítészeti vagy lakberendezői munka szükséges. Össze kell hangolni a színeket, formákat és anyagokat. Csak így lehetséges, hogy a beépített berendezések és a mozgatható tárgyak egységes képet alkossanak. Illik-e egy modern, eloxált bejárati ablakrács mellé egy díszes kovacsoltvas ruhafogas? No de az izlés mezejére tévedtünk, ugye...

Az asztalosmunkák (a névvel ellentétben) nem kifejezetten a mozgatható bútorokra vonatkoznak, ide kell sorolni a nyílászárók (ablakok, ajtók, kapuk) kialakítása, felszerelése körében végzett munkát, és a beépített, rögzített bútorok elkészítését vagy a fa lépcsőt, padlásfeljárót is. Mindezen dolgoknál (fém- és fa-

szerkezeteknél) dönthetünk késztermékek beszerzése vagy az egyedi tervezés és gyártás mellett. Tehetséges barkácsolók akár saját maguk is elkészíthetik lakásuk eme fontos hangulatú és szerepű elemeit. Bármely eset is álljon elő, azt sosem szabad szem elől téveszteni, hogy a biztonság mindig előzze meg a gazdaságosság és az esztétikum szempontját. Valójában az a mérlegelendő, hogy az utóbbi két szempont közül melyiket helyezzük előtérbe. Díszeset akarunk-e mutatni vagy egyszerűt, ezt eldönthetjük. (Zárójelbe kívánczik az a megfigyelés, hogy a bádgar ember általában kifelé pompát szeret mutatni, belül viszont az egyszerűben szeret élni. A hollandok éppen fordítva vannak ezzel.)

Fenn a tetőn

Bár a bádgarosmunkák nem kizárólag a tetőn fordulnak elő, a fogalom általában a szerkezetek megfelelő takarásával, csapadék és mechanikai hatások elleni védelemmel kapcsolatos. Ide tartoznak a fal- és tetőszegélyek, a csapadékelvezetés összes eleme (ereszek, ejtővezetékek, összefolyók, páraszellőzők), de éppúgy bádgarosmunka a nyílások megfelelő szegélyezése, a leeső-lecsúszó hó és jég elleni védelem. A bádgar eredetileg egyfajta rozsdamentes fémötvözetet jelentett, amelyből a könnyen alakítható, helyszíni lemezszerkezetek készültek. Mára azonban nagyon sok téren átvették szerepét a műanyagok, illetve más korrózióálló fémek. De vajon jobbak, tartósabbak, értékesebbek ezek a megoldások? A lehető legkevesebb elfogultsággal talán azt lehet kijelenteni, hogy miközben a modern anyagokkal jelentős élömmunkamennyiség takarítható meg, és biztonságuk – megfelelően gondos és hozzáértő munkavégzés esetén – egyenértékű, látványra talán a bádgar előnyösebb. Az előregyártás ipari és kereskedelmi háttértől függetlenül az épületbádgaros önálló szakma maradt, bár gyakran kapcsolódik vagy az ácsok, tetőfedők vagy az épületasztalosok munkájához. Arra is sok-sok példa van, hogy a bádgarozás főszereplővé lép elő, például egy kupola lemezfedésénél, vagy olyankor, amikor egyes épületelemek és a víz kapcsolatát látványosan kell megoldani.

Összefoglalásként a gondolat kívánczik elő a sokat próbált építész tolalából, hogy építkezések során mindig érdemes meghallgatni a hozzáértők – lehetőleg független – véleményét, de sosem szabad figyelmen kívül hagyni azt, hogy amíg az építők az átadással elmennek, a tulajdonos talán ott éli le a hátralévő életét.

Hacsek Tamás



Tűéles kép helyett tű a szénakazalban

Egy hiába várt LCD-tévé ügyének tanulságai

Akciós termékek rendelésénél és az egyre népszerűbb online vásárláskor gyakori, hogy a vevő nem kapja kézhez a szolgáltatáshoz vagy a vásárláshoz kapcsolódó szerződést. Esetünkben is ez történt, ám a bosszúságokat a Telekom többszöri bakija is tetézte. Mit tegyünk, ha a megrendelt, meglepetésnek szánt tévé-csodát az ígért négy nappal ellentétben két hét múlva sem szállítja ki a szolgáltató?

„Cserélje le a tévékészülékét és -előfizetését egyszerre! Szórakozzon HD-minőségben: részletgazdag, tűéles képpel és digitális csatornákkal! Rendeljen a T-Home-tól előfizetést, és válasszon mellé Samsung LCD vagy LED tévékészülékét!” – szól a jól ismert távközlési szolgáltató ajánlata.

Történetünk augusztusban kezdődött, amikor Sopronban élő hősünk – nevezük Péternek – kapva kapott az ajánlaton, és megrendelte a hirdetett LCD-tévét, részletfizetésre, természetesen két év hűségnyilatkozattal. Tette mindezt pechjére a telefonos ügyfélszolgálaton keresztül. Péternek 2009-től van szerződése a T-Home-mal, ráadásul anno a legnagyobb – Paletta XL – díjsomagra fizetett elő.

IPTV, a jövő tévéje

Az IPTV (Internet Protocol Television) egy olyan digitális televíziós műsorszolgáltatás, melyet interneten keresztül, IP (internetprotokoll) szabvány segítségével nyújtanak. Az IPTV-n keresztül lehet a leginkább kihasználni a digitális televíziózás és az LCD televízió előnyeit is. Sokszor összekeverik a webtv-vel, ez azonban nem a szokásos internethálózatot keresztül igénybe vehető tévés szolgáltatás. A technológia lehetővé teszi a kétirányú kommunikációt, így a felhasználók a hagyományos kábeltellevíziónál több szolgáltatást kaphatnak – ilyen például az internet telefon (VoIP) is. A műsorok megtekintése nincs időhöz kötve, és az adás újraindítható.

„A telefonos ügyfélszolgálaton a kishölgy tájékoztatott, hogy maximum 5-6 nap és már élvezhetem is a tévémet, amit meglepetésnek szántam a nejemnek is” – meséli Péter, aki a rendelés óta rendszeres vendég volt az ügyfélszolgálaton. A később kézhez kapott szerződésben azonban a „Megrendelés várható telepítése – 30 napon belül” kikötés szerepel. Tíz nap eltelével pedig a tévé még sehol sem volt.

Rejtelmes e-számla

Történetünk főszereplője Magyar Telekom e-számlával rendelkezik. Ezen keresztül képes rendezni a havi számláit, nyomon tudja követni a szolgáltatásokat, ami mindenképpen praktikus szisztéma – lenne. Pétert azonban hidegzuhanyként érte, amikor azzal szembesült, hogy a televízió árának teljes összegét Telekom elektronikus számlájára terhelték, ahol megjelent a figyelmeztetés: „Önnek lejárt számlatartozása van. Tartozásából adódóan lehetséges, hogy szolgáltatása korlátozásra kerül(t). Kérjük, mielőbb rendezze tartozását!” Ezekre a mondatokra senki nem reagál nyugodtan, azonban ez a figyelmeztetés csupán a rendszer része, de még nem jelent azonnali korlátozást vagy bármilyen szankciót, fizetési kötelezettséget.

„A Magyar Telekom zárt, hiteles és tanúsított számlázási rendszert üzemeltet, amelynek megfelelőségét a tanúsító szervezet minden évben felülvizsgálja. Az említett esetben a tévés szolgáltatásról egyösszegű számla készült, az előfizetőnk részletre kérte a megrendelésének teljesítését, részletet pedig csak arra lehet adni, amiről számla kerül kibocsátásra. Az e-számlán a teljes összegű



számla jelenik meg, részletfizetés esetén a megrendelést semmilyen kár nem éri. A havi részösszegek térülése a megfelelő számlához könyvelődik, és az ügyfelek a havi számlájuknak a kiegyenlítéséhez továbbra is bármelyik, fizetési módot igénybe vehetnek” – mondja Zsuppánné Vörös Tünde, a Magyar Telekom képviselője. Péter azonban állítja: a terhelés miatt az online fizetési rendszeren keresztül csupán internet-utalvánnyal tudott fizetni, az összes többi szolgáltatásának díját – a Telekom telefon és internet szolgáltatásait – személyes csekkes befizetéssel intézhette el.

Segít a Szuperszervíz

A megrendelés után két héttel a hűséges előfizető már elég bosszúsán érdeklődött. Ekkor azt az ígéretet kapta, hogy mindenképpen hívni fogják a napokban. Úgy tűnt az ügy sínen van, már másnap jelentkeztek a soproni T-Home kirendeltségről, hogy „szállítanák a televíziót, mi-



A jogász szerint

„Az ilyen és hasonló eseteknél a fogyasztó hivatkozhat arra, hogy téves tájékoztatást kapott. Az ügyfélszolgálattal történt beszélgetést a szolgáltató köteles megőrizni, és ki lehet azt kérni” — kommentálja az esetet Krajcsik Szilvia, az Európai Fogyasztói Központ Magyarország jogásza. „Ha a szerződésben az szerepel, hogy 30 napon belül szállítják és telepítik a készüléket, akkor az bizony lehet a megrendelést követő első, de akár a harmincadik nap is” — teszi hozzá a jogász. Megtudtuk tőle azt is, hogy sok a hasonló panasz, mivel az elektronikus kereskedelemben gyakori probléma, hogy nem — vagy nem időben — szállítják le a megrendelt árut. A jogász hangsúlyozta: a vásárláshoz kapcsolódó szerződést lehetőleg írásban, személyesen kössük meg. „Önmagában az még nem baj, hogy az ügyfélszolgáltatón vagy az interneten keresztül vásárolunk, de ilyenkor figyelmesen olvassuk el az általános szerződési feltételeket (ÁSZF). Ha pedig az nem egyértelmű az adott weboldalon, a legjobb, ha semmit nem rendelünk onnan.” Az ilyen vásárlásokra a távollévők között kötött szerződés szabályai az érvényesek, melyek kimondják: egészen addig, amíg nem kaptuk meg az árut, bármikor visszamondhatjuk megrendelésünket. Miután kézhez kaptuk a terméket, nyolc munkanap áll a rendelkezésünkre, hogy elálljunk a szerződéstől.

kor lehetséges?” Péter azonban az augusztus 20-a körüli napokat külföldön akarta eltölteni családjával, így meg egyeztek abban, hogy „ha hazajöttünk, mindenképpen jelentkezznek nálam és hozzák a tévémet!”

A szállításért egyébként a Telekom Szuperszerviz szolgálata a felelős. „A megrendelést követően szuperszervizes kollégáink díjmentesen otthonába szállítják a készüléket.” Már ha egyáltalán megtörténik a szállítás, tehetnénk hozzá az akciós ajánlat reklámszövegéhez.

„Igyekszünk minden ügyfelünket mielőbb kiszolgálni, készleteinket a lehető leghamarabb kiszállítani. Augusztusban ugyanakkor a kiszállítás nehezebb volt, nagyon sokan voltak szabadságon ügyfeleink közül, készlet-átcsoportosítást is kellett végeznünk. Az egyeztetést segítő, ügyfelünk tájékoztató jellegű információt kapott az öt napról, ami egy átlagos kiszállítási időt jelölt meg” — mondja Zsuppánné Vörös Tünde.

A család a szabadságról előbb érkezett vissza, hogy átvehessék végre a vadonatúj LCD-tévét. Visszaérkezésük napján, 26-án, hősünk lelkesen kereste is az illetékes munkatársat. A T-Home alkalmazottja készségesen állt is rendelkezésére és kérdezte az előfizetőt: „Nemeskéren hová szállíthatják a televíziót?” Kiderült, hogy mindvégig egy másik előfizető másik televíziójának megrendelési adminisztrációját készítették elő. Péternél ekkor elszakadt a cérna. Lemondta a T-Home-os LCD-tévét, elsétált a legközelebbi elektronikus szaküzletbe és megvásárolt egy digitális televíziót. „Az ügyfél panaszának kivizsgálása alapján megállapítottuk, hogy a megrendelés megfelelő előfizetőnél volt nyilvántartva, munkatársaink annak kiszállítását készítették elő” — mondja Zsuppánné. „A hivatkozott napon valóban több megkeresés is érkezett az ügyfélről, kollégáink megpróbálták azt rendezni, ám előfordulhatott, hogy eközben valamilyen félreértés történt, és helytelen információt kapott előfizetőnk képviselője” — teszi hozzá.

Minden jó, ha a vége jó?

A történetnek azonban itt nincs vége. A televízió lemondása után Péternek eltűnt a csatornakiosztásából 15 adó, és az ilyenkor szokásos hetvenkét órás határidő letelte után sem változott meg a helyzet. A rend — összesen nyolcvan percnyi telefonálás után — úgy állt helyre, hogy az ügyfélszolgáltatón egy olyan hölgygel sikerült beszélnie, aki egyszerűen akart segíteni, és megoldotta az ügyét — meséli.

„Senki nem keresett meg, hogy elmagyarázza, miért nem kaptam meg egy hónap alatt egy ma már tömegcikknek számító dolgot, ami egyáltalán nem nevezhető olcsónak!” — panasolja Péter. A tartozás az e-számlán lapzártánkkor még fennáll. Zsuppánné Vörös Tünde azonban megnyugtat: „A megrendelést megszüntették, az összeg sztorinírozásra kerül, amiről legkésőbb 30 napon belül mindenképpen tájékoztatjuk az ügyfelet. A számlázási rendszerünk zártsága miatt minden szükséges adminisztratív folyamatot el kell végezni, hogy a számla rendeződjön. A megfelelő feladatok végrehajtása után állhat elő csak sztorinó számla, ezek hiányában nem lehet a számlát módosítani.” Az esethez hozzátartozik, hogy mivel a televízió megvásárlásához tartozó szerződésben 30 napon belüli kiszállítás és üzembe helyezés szerepel, a T-Home-nak elvileg még rendelkezésére állt volna néhány nap, hogy teljesítse a szerződésben leírtakat, ám a fogyasztó elállása után erre már nincs lehetősége (lásd keretes írásunkat).

A csattanó, hogy a Telekom kárvallottja szeptember végén — díjsomagváltás megjelöléssel — díjkorrekciót kapott, amit a nem létező tévé immár csupán virtuálisan létező tartozásából vontak le. „Az előfizetőnek kibocsátott — televíziós szolgáltatás díját tartalmazó — számla teljes összegben sztorinírozásra került, amelyről levélben is tájékoztattuk őt. Ezzel közel egy időben valóban kiállítottunk az ügyfelünk részére egyéb korrekciót tartalmazó számlát, azonban ez nem érintette a szolgáltatás díját tartalmazó cehet: a végrehajtott tranzakciók a számlarendezés következtében az egyenleg megjelölésénél feltüntetésre kerültek” — mondja végül a Magyar Telekom képviselője.

Történetünk tanulsága pedig a következő lehet: a szolgáltatóknál sok minden megtörténhet, sőt annak az ellenkezője is, azonban nem árt, ha szerződéskötés előtt részletesen elolvassuk a szerződést, és nem csupán az ügyfélszolgálat információira hagyatkozunk. Bár a Telekom tájékoztatása szerint az eddigi rendelésekkel nem volt probléma, a soproni T-Home kirendeltségen az eset óta eltűnt az akciós LCD-televízió reklámja.

Schäffer Dániel





Ne csak az iskolát, a gyereket is nézzük!

Hogyan válasszunk középiskolát?

Hatosztályos gimnázium, nyolcosztályos gimnázium? Matektagozat, kéttannyelvű gimnázium, informatikai szak-közép? Mit válasszunk gyermekünknek? És ha csak a közeli hagyományos gimibe tudjuk beírni, piacképtelenné tesszük egy életre? Az biztos, hogy az iskolaválasztás hosszú időre meghatározza gyermekünk életpályáját, s ha rosszul döntünk, a kiigazítás sok időt, fáradságot és pénzt emészthet fel.

Az egyik alapvető kérdés, hogy hány éves korban kezdje az ember gyereke a középiskolát. Ma már 10 és 12 éves korban is lehet váltani, nyolc-, illetve hatosztályos középiskolába.

Nyolc és hat

A nyolcosztályos gimnáziumot annak a gyerekek érdemes megpróbálnia, akinek sem a tanulás, sem a közösségbe való beilleszkedés nem okoz problémát. A hatosztályos középiskolákról pedig tudnunk kell, hogy egyrészt sokkal kevesebb van belőlük, másrészt itt a tantárgyak zömében 7. osztályban kezdik a középiskolás tananyagot, tehát a felvéte-

lizőknek itt is nagyon jó alapkészségekkel kell rendelkezniük. — Látnunk kell azonban, hogy egy ilyen választás nehezebben korrigálható, mert a tananyag mindkét intézménytípusban eltérően tagolódhat, mint a hagyományos iskolában, ezért nehezebb visszatérni a régi rendszerű intézményekbe — mondja Lénárd András, az ELTE Tanárképző Főiskolai karának adjunktusa. — A váltás legfontosabb mozzanata azonban, hogy a gyerek maga is akarja! Ha pedig nem sikerül, ne keseredjünk el — lesz még a gyerekeknek alkalma rá, hogy megtalálja a helyét!

A szak-középiskola ma a legnépszerűbb képzési forma, annak ellenére, hogy itt végezhetnek legidősebb korukban a diákok.

Egyház, alapítvány, állam

A gimnáziumoknak csak kétharmadát tartja fenn önkormányzat vagy központi költségvetési szerv (ez utóbbi kategóriába az egyetemek gyakorlógimnáziumai tartoznak), egyharmaduk nem állami: felelészben egyházi, felelészben alapítványi fenntartású intézmény. Mind az egyházi, mind az alapítványi középiskolákra jellemző, hogy tanulói létszámuk kevésbé igazodik a demográfiai mozgásokhoz, mint az önkormányzati fenntartású iskoláké. A stabilabb beiskolázási bázis sajátos és ismeretes szellemisé-



güknek tulajdonítható: az őket előnyben részesítő szülők és gyerekek tulajdonképpen pont ezt választják, tehát más szempontok szerint döntenek, mint az önkormányzati vagy állami fenntartású iskolák közül választók.

Az ötéves középiskola

Ma már nemcsak az a kérdés, mikor kezdje el a középiskolát a gyerek, hanem az is, hogy mikor fogja befejezni. Számos olyan program létezik ugyanis, amely az amúgy négyosztályos középiskolai képzést megnyújtja egy 0., előkészítő évfolyammal.

Közülük a legismertebb intézménytípus talán a kéttannyelvű középiskola. Ebben az ötéves képzési formában a négy „rendes” középiskolai év mellett van egy bevezető nyelvi év is, amelynek során a diákok intenzív nyelvtanulással felkészülnek rá, hogy a képzés további négy évében a tantárgyak egy – a helyi tantervben meghatározott – részét idegen nyelven tanulják majd.

Az is egyre gyakoribb, hogy más középiskolák is indítanak úgynevezett nyelvi előkészítő évfolyamot – 2010-től kezdődően pedig bármely középiskolában megszervezhetnek ilyet, ahol az ezt igénylők létszáma indokolja. Egy nyelvi előkészítő évfolyam célja értelemszerűen az idegen nyelvi kompetenciák fejlesztése, ugyanakkor a heti legalább 12 órás nyelvi képzés mellett négy órában informatikát tanulhatnak a diákok, s ezeken túl képességfejlesztő órákra is lehet számítani. Ez utóbbiakon a hagyományos tantárgyak keretében oktatott szövegértési, matematikai stb. kompetenciafejlesztés mellett komplex tantárgyi modulok (pl. média, dráma stb.) is előfordulhatnak. A pontos óraszámokat és arányokat mindig a helyi pedagógiai programból, a helyi tantervből tudhatja meg az érdeklődő.

Az Arany János Tehetséggondozó Program is ötéves középiskolai oktatást jelent. Célja, hogy a tehetséges, hátrányos helyzetű gyerekeket hozzásegítse, hogy a középiskolában mindazt a tudást megszerezzék, amit szerencsésebb társaik otthonról hoznak. A program konkrét céljai között szerepel a diákok ECDL-vizsgához, jogosítványhoz, használható nyelvtudáshoz való juttatása is. A tanulók ebben a képzésben a nulladik évfolyamon készségfejlesztésben, tanulásmódszertani tréningeken és személyiségfejlesztő, önismereti jellegű órákon vesznek részt.

A szakközépiskola

A szakközépiskola ma a legnépszerűbb képzési forma, annak ellenére, hogy az idejének végezetnek legidősebb korukban az egész rendszerben. A tizenkettek ugyan érettségi vizsgát tesznek, ám a tényleges szakképesítéseket ezt követően 1–3 éves képzésen, vagyis akár a 15. évfolyamon szerzik meg. A képzési időt tovább nyújthatja, ha az iskola nyelvi előkészítő évfolyamot indít. Ebben a képzési formában tehát a tanulók az érettségi mellett OKJ-s szakképesítést is szereznek. Az ilyen intézményben érettségizetteknek nagyjából 25 százaléka marad iskolájában, és választja ezt a képzési formát, a többiek a felsőoktatásba vagy a felsőfokú szakképzésbe kerülnek.

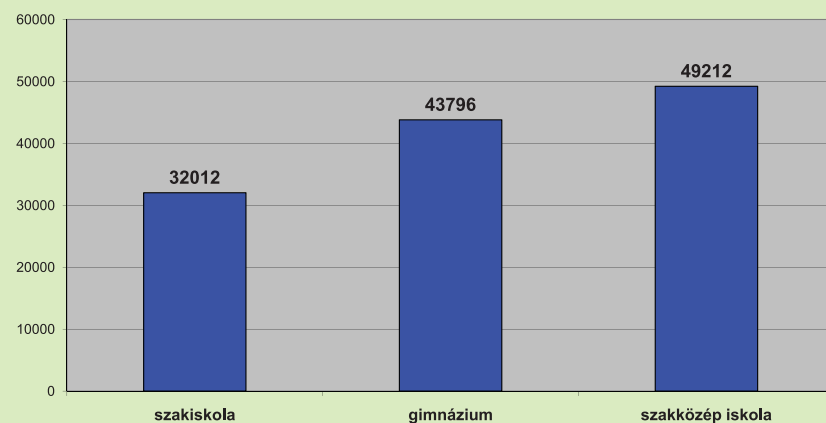
A kiválasztás szempontjai

Miután döntöttünk az iskolatípus felől, nézzük meg a számításba jövő intézményeket – akár személyesen is. Tanácsos azonban ezelőtt kialakítanunk a megfelelő szempontrendszerrel – javasolja Dr. Lénárd András. – Ne csak az iskola eredményeit figyeljük. Az intézmény

A különös közzétételi lista kötelező elemei

1. A pedagógusok iskolai végzettsége és szakképzettsége, hozzárendelve a helyi tanterv tantárgyfelosztásához – azaz itt a tanárok képzettsége mellett szerepel, hogy milyen osztályokban milyen órákat tartanak.
2. A nevelő és oktató munkát segítők száma, feladatköre, iskolai végzettsége és szakképzettsége.
3. Az országos mérés-értékelés eredményei, évenként feltüntetve: kompetenciamérések szövegértésből és matematikából folynak a 4., 6., 10. évfolyamon. Attól függően, hogy a középiskola hány évfolyamos, a hatodikos és a tizedikes eredményeket találhatjuk meg, és általában közlik az országos, valamint az iskolatípusonkénti átlagot is.
4. Az intézmény lemorzsolódási, évisméltési mutatói.
5. Általános iskolákban a volt tanítványok nyolcadik-kilencedik évfolyamon elért eredményei, évenként feltüntetve, középiskolai, szakiskolai továbbtanulási mutatók.
6. Középiskolákban az érettségi vizsgák átlageredményei, évenként feltüntetve: itt az országos és iskolatípusonkénti átlaggal együtt szoktak szerepelni a mutatók.
7. Szakképzésben részt vevő iskolákban a pályakövetés eredményei.
8. Szakkörök igénybevételeének lehetősége, mindennapos test-edzés lehetősége.
9. Hétvégi házi feladat szabályai, iskolai dolgozatok szabályai.
10. Az iskolai tanév helyi rendje: a konkrét menetre tendenciát kiolvasható belőle az iskola filozófiája – mit tart fontos, ütemezendő feladatnak, mi-féle tanórán kívüli elfoglaltságokat terveznek.
11. Iskolai osztályok száma, illetve az egyes osztályokban a tanulói létszám.

Kezdő évfolyamos tanulók száma nappali tagozaton 2007/2008



Forrás: Oktatás-statisztikai évkönyv 2007/2008 Oktatási és Kulturális Minisztérium



fizikai közelsége is rendkívül fontos, és ugyanez igaz a gyerek baráti körére: elég váltás maga az iskola, az új tanárok, új követelmények, ennek az átvészeléséhez bizony jól jön, ha a gyerek barátok közt érezheti magát. Éppen ezért kevésbé tartom jó választásnak azokat az iskolákat, amelyekbe nagy beiskolázási területéről érkeznek a diákok. Ami a tananyagot illeti, a tanórák, a helyi tanterv mellett érdemes megnézni a tanórán kívüli lehetőségeket is, illetve azt, hogy milyen nyelvet milyen szintről kezdve tanulhat a gyerek. Nézzünk utána, vannak-e az iskolának nemzetközi kapcsolatai, szerveznek-e cserediákprogramot, amely a nyelvtanulásnak egyik legjobb segítőtje! További fontos szempont lehet, mennyire állandó a tanári kar. Főleg a kisiskolásoknál szokták azt a tanácsot adni, hogy tanító néni váltsunk, ne iskolát – folytatja Lénárd András. – Ez azonban elég kétes értékű tanács, hisz a jelentkezéskor kiválasztott tanító néni szeptemberre akár el is mehet az iskolából, s ugyanez igaz a középiskolai tanárookra is: ne egy-egy kimagasló tanáregyéniséget célozzunk meg, inkább egyenletes színvonalat nyújtó intézményt keressünk!

A tényleges választásnál általában kétféle szülői attitűddel vannak tapasztalataink – állapítja meg Magócs Éva, a II. Rákóczi Ferenc Gimnázium igazgatója, közoktatási minőségügyi szakértő. – Az első szerint az a fő szempont, hogy a gyerek érezze jól magát az iskolában, a másik szerint viszont az, hogy hozzák ki belőle a maximumot. Mindkettő érthető kívánság, ám oda kell figyelni, ellenőrizni kell, hogy a választott iskola pedagógiai programja támogatja-e jogos elvárásaink kielégítését. A másik alapvető, iskola-választást meghatározó kérdés az lehet, hogy hány és milyen döntési pont áll majd kamaszodó gyermekünk rendelkezésére, ha eléri azt az életkort,

amelyben egyéniségét, személyiségét döntéseivel is ki szeretné fejezni. Hiszen egy 14 éves gyerek helyett alapvetően a szülei döntenek, és ez rendjén is van, mint ahogy az is, hogy később ő maga beleszólhasson abba, hogy az alapvető kereteken belül milyen lehetőségekkel élne. Itt elsősorban a 11-12. évfolyamon elérhető fakultációk, választható tanórán kívüli elfoglaltságok jönnek számításba, ezeket ugyancsak megnézhetik a szülők a pedagógiai programban. És mindenképpen fontos az iskolával való személyes találkozás, a nyílt napokon való részvétel!

Értelem és érzelem

Általános jó tanács lehet, hogy ne hozunk csupán egyetlen ponton alátámasztott döntést, hanem több szempontot vegyünk figyelembe. Kevés az, hogy az iskola közel van vagy a szomszéd gyereknek bevált – ez utóbbi alapon hozzuk a legtöbb döntést, noha tiszt-

tában vagyunk vele, hogy a szomszéd gyerek igényei és képességei – továbbá tanárai – egész mások lehetnek, lehetnek, mint a mi gyerekünké.

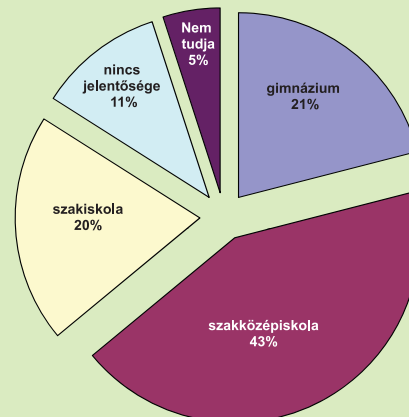
A tájékozódást kezdjük azzal, hogy alaposan körülnézzünk a számba jövő intézmények honlapján! Minden iskola törvényi kötelezettsége, hogy nyilvánosságra hozza az ügynevezett különös közzétételi listán szereplő, az iskola működését, eredményeit jellemző adatokat (lásd bővebben keretes írásunkat). Az iskolák honlapjukon szokták ezt megtenni, ezért is érdemes gondosan átnézni, összevetni más szóba jövő iskolák adataival. – Sok helyütt azonban elmulasztják, hiányosan teljesítik ezt a kötelezettséget – állapítja meg Magócs Éva. – Ha olyan iskolára bukkantunk, ahol ez a lista nem teljes, telefonon vagy akár személyesen is kérdezzünk rá az adatokra!

A tanulói kompetenciamérések eredményeit, mutatószámait folyamatukban kell értelmeznünk: a tízedikesek szövegértési, illetve matematikai mérési eredményeit vagy ugyanannak az évfolyamnak az érettségi eredményeivel vagy pedig az egymás utáni évek eredményeivel érdemes összevetni. Így kaphatunk képet a tanulók képességei helyett az iskolában folyó fejlesztés hatékonyságáról.

Ha már a kiszemelt iskola honlapján járunk, nézzük meg a nevelési programot is! Ez főleg akkor fontos, ha pedagógiai program vagy egyes tantárgyak szintjén specializációt kínál az iskola. Ugyanakkor ne felejtjük el, hogy az iskola, az oktatás, a nevelés emberi kapcsolat is, s az ilyenekben fontos a szimpátia, az otthonosság. Vigyük el a gyereket a szóba jövő iskolák nyílt napjára vagy más rendezvényére is – így születhet megalapozott döntés, amelyet nem bánunk majd meg.

Dobolán Katalin

A lakosság véleménye, hogy milyen középfokú iskolában érdemes leginkább továbbtanulni.



Forrás: Jelentés a magyar közoktatásról 2006. Országos Közoktatási Intézet



Különórák – a siker iskolái?

Ízelítő gyakorló szülőknek

Elkezdődött az iskola, és vele együtt a sakkozás az idővel. Teniszezzon a gyerek vagy fontosabb a nyelvtanulás? Nehéz döntés, sok pénz, energia, míg megtaláljuk a megfelelő órákat. Ma már nem meglepő, ha a háromévesek is különórára járnak, trendi lett a minél előbb elkezdett nyelvtanulás, és persze a készségfejlesztő központok is beálltak a sorba. De vajon mit teszünk mi?

Ahhoz, hogy manapság valaki sikeres felnőtt legyen, nélkülözhetetlen a kreativitás, a jó problémamegoldó készség és persze a nyelvtudás. A szülők a társadalmi normáknak megfelelően próbálnak mindent megtenni azért, hogy a gyerek „elérjen valamit” az életben.

Ám a különórák sokba kerülnek – legyen szó hangszerről vagy sportról. Ma, aki megteheti, már óvodát is úgy választ, hogy megnézi, mit nyújt az adott intézmény, holott a gyermekekkel foglalkozó szakemberek szerint az óvoda a szocializációról és a játékról kellene, hogy szóljon. Az egyetlen, óvoda alatt is ajánlott különóra a logopédiai foglalkozás. A logopédiai szűrés min-

denhol kötelező, és amennyiben a logopédus problémát talál, heti egy foglalkozás keretében próbálja meg rendbe tenni a beszédhibákat. Ez általában egy-két év alatt sikerül. Felmerül a kérdés, hogy azt kell-e erősíteni, amiben jó a gyerek, vagy a fejlesztésre fordítuk a figyelmet? Jó esetben a feladatot megoldja helyettünk az iskola. Ha nem, akkor a gyerekek egyeztetve érdemes körülnézni, mert hiába a legjobb tanár, ha csemeténk viszolyog a dologtól. Egyes gyerekek pontosan tudják, mit szeretnének, mások több dologba bele-

Nem magunknak választunk tanárt, hanem az esetleg teljesen más habitusú gyermekünk számára!

kóstolnak. Mindig hagyjuk meg a döntést a gyerekeknek. Amennyiben számunkra fontos a zene, akkor irány a zeneiskola, de ha a gyerek mondjuk utálja a zongorát, akkor ajánljunk fel számára másik hangszert.

Ha gyermekünk problémát jelez, arra érdemes odafigyelni. Próbáljuk elmondani vele, mi a gond, kipuhatólni, hogy miért szorong. Már maga az iskola is nagyon sok időt elvesz a szabad játéktól, ehhez jön még a heti 2-3-5 különórás délután – sok-sok fáradtsággal. Ez elkeseredettséget és kedvetlenséget szülhet, aminek soha sincs jó vége.



delmek az alapfeladatok (öltözés, kézműsás, fogmosás, pakolás) elvégzéséért. Most, hogy elkezdtek az iskolát, a viselkedési problémák ismét felmerültek.

Zenéljen a gyerek!

Sok szülő szeretne némi muzikalitást csempészni gyermeke életébe. Azt, hogy hová járjon egy gyerkőc, persze nem könnyű eldönteni. Szerencsére a legtöbb városban a közoktatási rendszer részeként működik zeneiskola. A tandíjak mérsékeltek, egy szemeszter 8.000–10.000 Ft, ehhez jön a hangszerbérlet. A magántanárok óradíja ennél sokkal drágább, 2.000-tól egészen 5.000-ig. A kezdőknek hetente egy óra ajánlott, később kettő. Ehhez még társul a napi fél óra gyakorlás, amit meg lehet úszni, de nem érdemes. Vannak hangszeresek, amelyek viszonylag gyorsan sikerélményt adnak, mint a furulya vagy a citera. Másokat nehezebb megszólaltatni. A leguniverzálisabb hangszer a zongora, sokan ezzel kezdik zenei „karrierjüket”. Érdemes szakember segítségét kérni mielőtt hangszeret választunk a gyereknek, mert némely testi adottság is meghatározza, hogy min érdemes játszani.

Mert sportolni kell!

A gyerekek imádnak rohagálni, futkosni, bringázni. Alig lehet őket becsábítani a házba. Ez a hihetetlen aktivitás nem betegség vagy valamilyen rendellenesség, hanem a természetes fejlődési folyamat része. Azt viszonylag kevesen tudják, hogy a mozgás nem csak a testre hat, hanem az agyi ideghálózat kialakulására is. Ezért fontos, hogy a kisgyerek minél többet küszson és másszon. Ha a babánál kimarad a kúszás szakasza, akkor nagyobb eséllyel lesznek problémái az írással és olvasással. A mozgásfejlődésben kimaradt szakaszok viselkedési zavart és olvasási nehézséget is maguk után vonhatnak. A mozgás fejleszti a koordinációt, az izomrendszert, emellett türelemre és kitartásra nevel, sőt a szoci-

S vajon az oktató nekem, a szülőnek kell, hogy szimpatikus legyen vagy a gyerekek rajongjon érte? A válasz egyértelmű: nem magunknak választunk tanárt, hanem az esetleg teljesen más habitusú gyermekünk számára!

Egy divatos jelenség: a fejlesztés

Óriásplakáton csábítanak a fejlesztőbe, szórólapokat kapunk az óvodában. Ám tényleg szükség van erre ahhoz, hogy jó szülők legyünk? A foglalkozások ára nem olcsó, egyes reklámokon még hitelt is ajánlanak. Egy jó fejlesztőpedagógus ennek ellenére sok mindent el tud érni, amire esetleg az iskolai tanórán nincs idő.

Vera kislánya 4,5 évesen kezdett járni a Gekkbóba (fejlesztő központ az ország számos városában), az óvodából érkező visszajelzések hatására (miszerint társival nehezen jön ki, igen akaratos, szociálisan és érzelmileg éretlen, egyéb észbeli dolgokban viszont nagyon is fejlett). Ott hon is hasonlóak voltak a tapasztalatok, nehezen tudták kezelni az érzelmi kitérésait, erős akarati megnyilvánulásait. A szülők pedig úgy érezték, az oviban nem fordítanak energiát az iskolai felkészítésre, foglalkozásokat csak hébe-hóba tartottak, manuális tevékenységük alig volt, de a gyerek rendetlen viselkedése nagyon zavarta az óvónőket. A Gekkbóban nagyon kedves, verbális pedagógussal ismerkedtek meg. Ő nagyon jól ráérezett a problémájukra, a heti egyszeri foglalkozás mindig remek hangulatú volt, csupa izgalmas játékkal, mozgásos feladatokkal, némi kézműveskedéssel. A kitűzött cél, a szabályok betartása, a türelem fejlesztése, mások akaratának tolerálása lassan, de biztosan körvonalazódott. Összesen 2 évet járt fejlesztésre a gyerek, havi 20.000 forintért. Az óvónők is meglepődve tapasztalták a pozitív hatást, változást, a gyerek az oviban kezdett jobban beilleszkedni, betartani az elvárt szabályokat. Ugyanakkor otthon minden szülői igyekezet ellenére megmaradtak a napi küz-



	Buda	Pest	Szeged	Miskolc	Debrecen	Győr
Tenisz	950/óra	1.250/óra	810-1.000/óra	3.500/5.300 óra	1.000-1.500/óra	1.200-2.000/óra
Úszás	900-2.500/alkalom	950-1.800/alkalom	1.200/alkalom	900/alkalom	1.500/alkalom	1.000-1.400/alkalom
Művészeti torna	550	250-1.950	875	500	650	700-900
Hangszer – furulya	6.000-11.000	9.900-12.350	7.800-15.900/félév	6.000-8.000/félév	7.500-9.000/félév	8.000-12.000/félév
Hangszer – zongora	6.000-10.000	9.900-12.350	7.801-15.900/félév	6.001-8.000/félév	7.501-9.000/félév	8.000-12.000/félév
Ének	6.000-10.000	9.900-12.350	7.801-15.900/félév	6.001-8.000/félév	7.501-9.000/félév	8.000-12.000/félév
Balett	500-1.000	687-1.500	600-900	700-1.000	500-900	7.000-9.000/félév
Nyelv – angol/német	700-1.000	600-1.200	1.000-2.300	700-1.000	960-1.200	625-890

Tenisz Miskolc: nyár/tél ár; Tenisz Pest: csoportos; Tenisz Buda: 1 főre vetített érték; Tenisz Szeged: csoportlétszámtól függ.
 Úszás Miskolc: minden óvodás, 1-3. osztályos 10 alkalommal szervezetteren megy úszni, ezt az önkormányzat biztosítja.
 Nyelvek: csoportos órából számítva fejenként; Hangszer Miskolc: nem állami 38.000/félév.



Sakkvi és golftanfolyam

A különórák, tanfolyamok és kurzusok egyre szélesebb réteg felé nyitnak. Nem ritka a 6 hónapos kortól indított angol tanfolyam, ahol a szervezők állítása szerint rendkívül gyorsan lehet eredményeket elérni. Aki viszont a gyerek lelki és szellemi állapotára is odafigyelne, az már három éves kortól viheti gyermekjógára. A jóga hatására állítólag nő az önértékelés, enyhül a szorongás és tisztulnak az érzékszervek. Ha pedig valaki a Polgár lányok példáját szeretné követni, elviheti sakkviba a gyermekét. Az ovi 2 éves kortól fogadja a lurkókat, napi 2.200–3.500 forintért. Aki szeretné, hogy a gyereke később az elit között is megállja a helyét, az már három éves kortól beírathatja golfolni. A foglalkozások díja egyébként nem meglehetősen magas, alkalmanként 1.200–1.500 forint, persze ehhez jön még a felszerelés bérlése és később a pályadíj. Na meg a golfpályák meglehetősen messze vannak, tehát némi benzinnel is számolni kell.

kortól egészen 14 éves korig kínálnak nyelvtanfolyamokat, szinte az egész országot lefedve. A legkisebbek egy év alatt 250 szót tanulnak meg énekléssel és versmondással fűszerezve. A tanulás elengedhetetlen része a szöveg- és zenehallgatás is.

A döntés nem könnyű, de nem kell elkeseredni, ha a gyermek elsöre semmiben nem mutat különösebb tehetséget, az a lényeg, hogy valamiben kiteljesedhessen.

Zimre Zsuzsa

ális érzéket is fejleszti. A sport minden formája ajánlott. Az aktív vagy versenyszerű sportot elég kamaszkorban elkezdni. Ez alól kivétel a torna és az úszás. Különösen szomorú tény, hogy míg a '70-es években a magyar gyerekek 8 százaléka volt túlsúlyos, mára ez a szám 12–18 százalékra nőtt. Bár korábban azt tervezték, hogy minden iskolában bevezetik a napi tornaórát, ez egyelőre csak Esztergomban történt meg.

A lányok nagy része szeret tornázni, sokan járnak balettre, hip-hopra, ritmikus sportgimnasztikára. A fiúk inkább a focit, a teniszt és a kosarazást kedvelik, és terjedőben van a hoki is, ami azonban sokuk számára csak télen művelhető sport. Budapesten és a vidéki nagyvárosokban bő a választék – ellentétben a kisebb településekkel.

A gyerek nem a szülő vágyait fogja megvalósítani. Ezért hiába imádtunk mi szülők mondjuk kosarazni, lehet, hogy a gyerek nem szeret küzdeni a labdáért – a kudarc máris garantált. Jobb, ha együtt nézik meg, milyen sport érhető el a közelben, esetleg mit ajánl a tanár, és mi vonzza a gyermeket. A rendszeres sportot 5–7 éves korban érdemes elkezdni. A vízi sportok amellet, hogy erősítik a tüdőt, illetve a szív- és érrendszer, az ízületeket sem terhelik meg. A nagy monotonniával járó sportokat azonban nem érdemes ebben az életkorban elkezdni, mert kevés sikerélményt adnak. Az evezés bármely formáját (kivéve a nyári vizeitúrákat) elég, ha 11–12 éves korban kezdik el, ugyanúgy, mint az erő kifejtéséhez szükséges sportokat. Ha csemeténk nem érzi jól magát az edzésen, érdemes elgondolkodni a következőkön: mekkora a megterhelés? Milyen a viszonya az edzővel és a csapattagokkal? Mielőtt kivennénk a gyermeket a foglalkozásról, várhatunk még fél évet, mert ennyi idő szükséges ahhoz, hogy megszokjon egy társaságot.

Sprechen Sie Deutsch?

Szülőként általában még az oroszot tanultuk, később jött az angol és a német. Ma már a legtöbb iskolában legalább két idegen nyelven tanulnak a gyerkőcök, de a visszajelzések szerint a hazai iskolai nyelvtanítás színvonala nem vereszi az eget. Ezért az ambiciózusabb szülők egy része viszonylag korán nyelvtanfolyamra küldi a csemetét, néhol pedig már az óvoda is idegennyelv-órát ígér. Vekerdy Tamás gyermekpszichológus szerint a gyerekek elég 6–8 éves korban elkezdni az idegen nyelvet: ekkor még az utánzás hajlam nagyon erős, könnyen tanulnak a gyerekek. Egyes kutatások szerint azok, akik három-négy éves koruktól tanultak valamilyen nyelvet, tizenegy éves korukra ugyanott tartanak, mint azok a társaik, akik csak hét-nyolc évesen kezdtek ismerkedni más nyelvekkel. Más kutatások ennek pont az ellenkezőjéről számolnak be. A Helen Doron hálózat ez utóbbival ért egyet, ők már 3 hónapos

Különórák a világ körül

Japánban a gyerekek nagy része úszásra, balettra, angolórára, zeneórára vagy hagyományos kalligráfia órára jár. Emellett külön tanfolyamon tanítják őket arra, hogyan írjanak meg felvételi tesztek. A nyomás olyan nagy, hogy még hétvégen és a szünidőben is különórákra járnak. Van, olyan különóra, ahol az abakusz használatát gyakorolják, mert az fejleszti a fejben való számolást.

Ezzel szemben Angliában a pedagógusok csak felsős kortól javasolják a különórákat. Svédországban pedig ismeretlen fogalom a különóra, itt iskolai keretek közt választhatnak. A francia gyerekek szerdánként járhatnak különórára, ez az egyetlen nap ugyanis amikor nem ötig tart az iskola. Dél-Koreában a tanulók 90 százaléka jár iskolán kívül tanulni, első helyen az angol nyelv áll, ezt követi a taekwando.

Az ausztrál gyerekek nincsenek lefárasztva, csak kis részük jár különórára, viszont nagyon sokan tanulnak otthon, és az iskolába csak vizsgázni járnak be. Ezzel szemben nálunk a gimnazista diákok 80 százaléka jár különórára iskola után, nagy részük nyelvórára vagy zenét tanulni. Aki azonban valami különlegesre vágyik, az elviheti gyermekét csillagászatot tanulni, vagy a modellezésben elmélyedni.

Mozgás minden mennyiségben

Sportok között szemezgetve

Itt az ősz, visszarázódunk a munkás hétköznapokba. Ha a nyaralás hatására felcsusszant néhány kiló, vagy a padlásról előkerült téli ruha kissé szorít, akkor azt érezzük, irány az edzőterem, hogy ott kínozzuk magunkat „halálra”. Hála a fitness óshazájának, Amerikának, a mozgásfajták száma végtelen. És hogy ne lehessen a választási lehetőségek hiányára fogni az otthoni lustulást, bemutatjuk milyen testalkathoz és fittséghez miféle mozgásforma ajánlott.



Szakértők arra figyelmeztetnek, hogy nem érdemes azonnal a teljes „megszakadást” választani. Ez korai feladáshoz vezethet, sőt az egészségre sincs jó hatással. Hetente háromszor egy óra mozgás már sokat segít a vérnyomás-szabályozásban, az energiaszint növekedésében, és természetesen a fogyáshoz is hozzásegít. Ha befér a mozgás után a szauna, az főleg a téli időszakban segíthet immunrendszerünknek.

Szakértők arra figyelmeztetnek, hogy nem érdemes azonnal a teljes „megszakadást” választani. Ez korai feladáshoz vezethet, sőt az egészségre sincs jó hatással.

Amire mindenki képes: a futás

Ha nem küzdünk semmilyen fizikai problémával (magas vérnyomás, cukorbetegség, gerinc- vagy térdfájdalom), akkor érdemes a futást választani. Olcsó, egyszerű, bárhol megvalósítható. Mindössze egy edzésterv és egy jó futócipő szükséges hozzá. Utóbbihoz pedig segítséget nyújthat lapunk 2009. szeptemberi számának tesztje.

Táncolva égetni a zsírt

Akinek az aerobic már unalmas, annak itt a legújabb örület: a latin és az afro dance aerobic, aminek különlegessége abban rejlik, hogy vérpezsdítő zenére táncoljuk végig az órát, és nem lessük percenként, mikor lesz már vége. Ennek továbbfejlesztett változata a Zumba, melyet a kilencvenes években fejlesztettek ki Dél-Amerikában. A latin mozgásformán és zenén alapuló sportot továbbfejlesztették, ma már létezik senior és gyerekváltozat egyaránt.

Úszás: az univerzális csodaszer

A futáshoz hasonlóan az úszás is univerzális sport. Gyerekkortól az idősebb korosztályig bárkinek ajánlott, erősíti a tüdőt, és a teljes testet átmozgatja. Aki viszont unja, annak remek választás lehet az aquafitness vagy vízi torna. Egy óra vízben végzett gimnasztika alatt akár 400-500 kcal-t is eléget a szervezetünk. Nagyobb túlsúllyal rendelkezőknek is ajánlott, kevésbé terheli meg a szervezetet, mint a földön végzett társa (elérhető a legtöbb úszodában 900-1.500 Ft-ért).

Mélyizmozás

Ha nem szeretjük sem a vizet, sem az aerob jellegű mozgásformákat, akkor jó lehetőség lehet a Pilates. Az 1900-as évek elején kifejlesztett mozgásforma erősíti a hátizmokat, szép tartást ad, a mélyizmokat is megmozgatja, és izzadás nélkül formálja az alakot. Számos DVD található a témában, de a sportot oktatók szerint legalább 10 órát érdemes venni, és legalább az alapokat elsajátítani ahhoz, hogy kellő biztonsággal végezzük a gyakorlatokat. A rosszul végzett mozgás ugyanis árthat. A legtöbb fitness teremben 1.000-1.500 Ft-ért vehetünk órát.

Ahol a lélek is dolgozik

A jóga már évtizedek óta elérhető mozgásforma. A jóga – akárcsak mi magunk is – változik, immár létezik

várandósoknak, az erőteljes mozgást kedvelőknek és az igen elszántaknak egyaránt. Ez utóbbi a Bikram jóga. Ez azért különleges, mert 38-40 fok van a teremben, ahol a gyakorlatok folynak. Az órák 90 percesek. A Bikram megrejteleníti a testet, közben az energiaszintet is növeli, és természetesen jól megmozgatja az összes izmot. Az órák ára 2000-2500 Ft.

Ugrálni, mint a kenguru

Aki pedig szeret úgy ugrálni, mint egy kenguru, annak izgalmas újdomság lehet a néhány éve Magyarországra is megérkezett Kangoo. A speciális „ugrócipőben” úgy lehet ugrálni, mintha az ember kenguruvá vált volna. Néhány perc alatt meg lehet szokni a cipőt, és utána csak pattogni kell. Azoknak ajánlott, akik már mozogtak valamit, mert a lábat és a tüdőt alaposan igénybe veszi. A legtöbb tornateremben van Kangoo, cipőt pedig lehet bérelni.

Óriáslabdával az egészségért

Képzeld el egy hatalmas labdát, melyen tornázni lehet! Az eredetileg idegrendszeri károsodással született gyerekek mozgásfejlesztésére kifejlesztett eszköz mára a fitnessztermek népszerű tartozéka lett. A labdán erősítő és nyújtó gyakorlatokat lehet végrehajtani, mely javítja a tartást, fejleszti az izomtónust, és még a csonttritkulást is jótékonyan befolyásolja. A labda tehermentesíti a csont- és ízületi rendszert, így mindenkinek ajánlható. Jó hatással van a szív- és érrendszerre is.

Zimre Zsuzsa

Egységes lesz az élelmiszerek dátumjelölése

Az Európai Unióban használt módon jelölik Magyarországon is 2011. december 31. után az élelmiszerek csomagolásán feltüntetett fogyasztói vagy minőségmegőrzési időt. Az átállás már most megkezdődött – tájékoztatott közleményében a Vidékfejlesztési Minisztérium.

Eddig Magyarországon kétféleképpen jelölhették a gyártók az élelmiszerek csomagolásán feltüntetett fogyasztói vagy minőségmegőrzési időt. A magyar helyesírási szabályoknak megfelelő jelölés mellett – év/hó/nap – használatban van az uniós elvárásoknak is megfelelő változat, a nap/hónap/év sorrend.

A Vidékfejlesztési Minisztérium közleménye szerint az uniós sorrend lesz kötelező Magyarországon is 2011. december 31.-től. A gyártók számára az átállás megkönnyítése érdekében több mint egy év áll rendelkezésre. Egy 2011. július 1-jétől hatályos ren-



del egyébként továbbra is lehetővé teszi, hogy az élelmiszert előállító vállalkozások a hónapot a teljes szó kiírásával vagy rövidítéssel, az évet pedig kettő vagy mind a négy számjeggyel jelöljék.

Biztonságosabb gyógyszerek az EU-ban

A gyógyszerek gyógyítanak és életet menthetnek, de komoly káros hatásai is vannak: becslések szerint 197.000 európai hal meg minden évben a mellékhatások következtében. Ez az ötödik leggyakoribb oka a kórházi halálásoknak.

Az Európai Parlament szeptember végén szavazott az úgynevezett farmakovigilancia rendszerről. A rendszer mindazon tevékenységek összessége, melyek a biztonságos gyógyszeralkalmazást célozzák. Ide tartozik a gyógyszer-mellékhatások felismerése, jelen-

tése, összegyűjtése, elemzése, különböző intézkedések útján történő megelőzése. A brüsszeli székhelyű Európai Fogyasztók Szövetsége (BEUC) üdvözölte a parlamenti döntést, melynek lényege, hogy az EU teljes területén lehetővé teszi a betegek számára, hogy közvetlenül tehessenek jelentést a mellékhatásokról az egészségügyi hatóságoknak.

A közegészség védelmének érdekében a farmakovigilancia rendszernek, amely figyeli és kezeli az egyes gyógyszerek kockázatosságát és biztonságosságát, erősebbnek kell lennie – áll a BEUC közleményében.

„A betegek alapvető eszköze a közvetlen mellékhatások bejelentése. A közvetlen adatszolgáltatással több mellékhatás lesz kimutatható, korábban fel lehet fedezni, ha probléma van egy gyógyszerrel” – mondta el Monique Goyens, a BEUC főigazgatója. „Reméljük, hogy a képviselők ugyanezt az elvet fogják követni a következő szavazáson is a betegek tájékoztatásával kapcsolatban, vagyis hogy az emberek egészségéért tenni az első” – kommentálta a szavazást a főigazgató, aki hozzátette: „Arra fogjuk a képviselőket biztatni, hogy tegyenek világos különbséget az elfogulatlan tájékoztatás és a kereskedelmi kommunikáció között, amelynek célja a termékek értékesítése.”

Forrás: BEUC

Újabb Danone-bukta

Ismét kiderült, hogy pusztán ügyes reklámozással nem lehet jóllakatni a fogyasztót. Hét hónapi előkészület után a Danone feladta azt a tervét, hogy Franciaországban piacra dobja a – különösen az idősebb női korosztályt megcélzó – csonterősítőként beharangozott Densia nevű joghurtot. A laboratóriumi tesztelesek ugyanis egyáltalán nem igazolták az Olaszországban és Spanyolországban már évek óta forgalmazott Densia előnyös élettani hatásait. A cég szövívője azzal a magyarázattal indokolta a friss tejtermékek forgalmazásában világszerte élelmiszergyártó döntését, hogy előzetes felméréseik szerint a francia vásárlók „nem mutatnak érdeklődést a kalciumfogyasztás növelése iránt”.



A Densia ugyanabba a termékcsaládba tartozik, mint a hazánkban is erősen reklámozott Actimel és az Activia probiotikus joghurt: mindkettőt azzal a vonzó jelszóval ajánlották a fogyasztók figyelmébe, hogy aktív élőflórát juttat a szervezetbe, így növelve az immunrendszer védekezőképességét. A klinikai vizsgálatok ezt egyik joghurtnál sem erősítették meg (viszont kifogásolták a magas cukortartalmat), s emiatt a Danone-t kötelezték a vásárlóközönséget félrevezető reklám leállítására, sőt büntetést is íróttak a cégre.

Nagy mellélövés volt a 2007 februárjában bevezetett, kozmetikai erényekkel felruházott Essensis joghurt is, amelynek bőrfinomító képességével büszkélkedett a gyártó, de a klinikai vizsgálatok negatív eredménye után ettől a reklámtól szintén búcsúznia kellett, sőt, 2009 márciusában a cég kénytelen volt beszüntetni a termék forgalmazását is.

Forrás: franciakoktel.hu

Összeállította:
SD-ÜVL



Gépkocsi-beálló és elsimuló tömlővita

Békéltetés Tolnában

A Tolna Megyei Békéltető Testület ügyei közül ismertetünk most ketőt. Míg a félbehagyott gépkocsi-beállóval kapcsolatos panasznál a vállalkozó egyáltalán nem működött együtt a testülettel, a patthelyzeté alakuló tömlővita végére mégiscsak pont került.



A Tolna Megyei Békéltető Testület eljáró tanácsa április közepén azt ajánlotta Johanovics György (Fácánkert, Tolnai út 27/1.) vállalkozónak, hogy a panaszos szekszárdi fogyasztónak fizessen vissza nyolcvanezer forintot.

Gyors, ám félbehagyott munka

A szekszárdi panaszos tavaly decemberben vállalkozási szerződést kötött a fácánkerti vállalkozóval. A szerződés arra szól, hogy a vállalkozó elkészít egy akácfá kutat, annak valamennyi műszaki alkatrészével, működő állapotban, továbbá egy gépkocsi-beállót fenyőfával deszkázva, zsindelezett tetővel, az ehhez kapcsolódó bádigos munkákkal együtt.

A szerződés összesen 310.000 forint kifizetéséről szól, és az ütemezés szerint 180.000 Ft előleget a vállalkozó fel is vett. A munka teljesítésének ha-

tárideje hat nap volt. Ez idő alatt a vállalkozó csupán a gépkocsi-beálló faszervezetét készítette el és a zsindelet vásárolta meg. A többi munkához, illetve beszerzéshez hozzá sem kezdett.

A panaszos több mint másfél hónapot várt, és ezután írt felszólítást a munka elvégzésére vagy a felvett előleg visszafizetésére. Miután felszólítása eredménytelen volt, a békéltető testülethez fordult.

Ez utóbbi szabályszerű idézést küldött a vállalkozónak, aki azonban nem jelent meg a meghallgatáson, és írásban sem fejtette ki álláspontját. A fogyasztó a beadványában foglaltakat fenntartotta, és fotóval is bizonyította a meghallgatáson.

Az eljáró tanács álláspontja szerint a fogyasztó igénye megalapozott volt, azonban nem a teljes előleg, hanem annak egy része, nyolcvanezer forint visszatérítése indokolt. A békéltetési álláspontot a fogyasztó elfogadta.

Patthelyzetnek látszott tehát az ügy, ám a békéltető döntését követően a panaszos a tömlő árát mégiscsak visszakapta.

Tömlővita, megoldással

A panaszos február elején a pécsi METRÓ Nagykereskedelmi Áruházban magasnyomású Karthell lefolyótisztító tömlőt vásárolt, amely azonban már az első használatkor két helyen megrogyott, megtört. Reklamációjára az áruház vevőszolgálat a gyártóhoz küldte bevizsgáltatni a terméket. Május végi levelében az áruház igazgatója arról tájékoztatta a fogyasztót, hogy a Karthell Hungária Kft. a terméket bevizsgálva azt állapította meg, hogy a tömlő törését nem rendeltetésszerű használat okozta.

A fogyasztó erre békéltető testületi eljárást kezdeményezett. A meghallgatáson az áruház képviselője előadta, hogy nekik kötelességük a kifogásolt terméket a gyártóhoz elküldeni bevizsgálásra. Ezt követően pedig a szerviz elutasító álláspontját elfogadva jogszerűen jártak el a kifogás rendezésekor. Egyébként pedig nem fogadják el a békéltető tanács azon döntését, hogy csak egy független, akkreditált laboratórium szakvéleménye alapján lehet a problémát minden kétséget kizáróan megoldani. Patthelyzetnek látszott tehát az ügy, ám a békéltető testület júliusi döntését követően a panaszos fogyasztó telefonon informálta a testületet, hogy a szóban forgó tömlő közel 19 ezer forintos vételárát utóbb mégiscsak visszakapta az áruháztól.

Újlaki-Vátz László

Felemás helyzet Tolnában

Tolna megyére kétségkívül jellemző volt, hogy sokáig alig ismerték a fogyasztók a békéltetés intézményét. 2003-ban még mindössze három ügyet sikerült lezárnia a testületnek, ám tavaly már százharminchat. A termékszavatossággal kapcsolatos panaszok dominálnak. Emellett „jogsegélyszolgálati” jelleggel is működik a testület, hiszen száznál több ügyben adtak telefonos felvilágosítást.

Tavalyi eljárásainak a kétharmadában hozott megszüntető határozatot a megyei békéltető testület. Ilyenkor jobb esetben a felek az eljárás megindítása után tárgyaláson kívül megegyeztek egymással. Máskor viszont a megszüntetés oka a fogyasztó kérelmének megalapozatlansága volt, netán a megegyezést alap nélkül elutasította, illetve nem végzett hiánypótlást a dokumentációban. Előfordult, hogy a bepanaszolt vállalkozás vált elérhetetlenné, vagy került felszámolás vagy csődeljárás alá. Sajnos mind gyakoribbak a szerződések megkötésével és teljesítésével kapcsolatos jogviták. Az idősebb nyugdíjasok, de mások számára is ismeretlenek egyes szerződéskötési módszerek, utazási, vacsorával egybekötött, telefonos vagy internetes értékesítési szituációk. A vállalkozók pedig sűrűn zárkóznak el a békéltetővel való együttműködés minden formájától, ezzel kizárva az egyezség lehetőségét is.

Tolna Megyei Békéltető Testület

7100 Szekszárd,
Arany J. u. 23-25.
Tel.: (74) 411-661
Fax: (74) 411-456

E-mail: kamara@tmkik.hu

A nagypostán minden a régi



Posta. Dél előtt tizenegy lehet. Kigyózik a sor. Helyesebben: kigyóznak a sorok, mert ahány üveglak, annyi girbegurba, alkalmi csoportosulás. Kinszenvedés az egész. A légkondi kikapcsolva. A padló ragacos. Bűz van. Az újságárus, aki lényegében egy komplett kis trafikot működtet az ajtó melletti lépcsősorra „rületetett” bodegában, megint elment valahová társalogni. Csak egy üzenetet lóगतott ki gyűrött papiruszon: „Mindjárt jövök!”. Hát nem jön. Aki nála venne bélyeget, pórul jár, mert hiába vár. A percek elosonnak, elröpülnek, a déléltnek befellegett; olyan érzés kerít hatalmába, mintha beszippantott volna egy fekete lyuk.

A helyszín: Buda. A nagyposta. Ahol minden a régi. S minden olyan nyögvenyelős, stílustalan, szedett-vedett, mint az őskorban. A falakra mázolt fákó színek egyenesen a kórházi elfekvőt idézik. Lerí, hogy nem jut forrás komoly fejlesztésekre. Bár meglehet, igény sincs a megújulásra. Talán csak a biztonsági őr hadrendbe állítása utal az új időkre. No és még valami. A demarkációs vonal, illetve annak kiváltása egy alumíniumtalpon álló táblával, amire gondos kezek rávésték, hogy az a kedves vendég, aki még nem szerezte meg a pole pozíciót, jobban jár, ha az üveglak mögött munkálkodó postai dolgozóktól távol tartja magát. Ki tudja, talán harapnak...

Nem is csodálnám. Mert nekik sem lehet könnyű. A rendszer ugyanis úgy lett „kifaragva”, hogy az se a szolgáltatást igénybe vevő polgárnak, se a szolgálta-

tás színvonalaért így vagy úgy felelős munkatársaknak ne kedvezzen. „Két-szereplős” kintornában veszünk részt. Abszurd színlelőadásban osztogatnak reánk sajátos szerepeket. A sorban állók közt speciel találunk naivát, primadonnát, intrikust, harlekint, buffo-t, magnást és miskát egyaránt. Itt tartunk. Még mindig csak itt. És már annak is örülhetünk, hogy azt a padlóra festett adáz sárga csíkot, ami oly megalázó volt és olyan sokáig virított a „Fehérvárra menő hadiúton”, valakik valamikor végre eltüntették. A demarkációs vonallal egyébként – ismerhette fel jó sokára egy pazar elme a központban – az lehetett a gond, hogy félreérthetetlenül, már-már brutálisan illusztrálta: hol a helyünk egy állami szolgáltató „térképén”. Hát persze, hogy a periférián. A postára érkezővel – gondolhatta az ablakok előtti csik felpingálásának éjszakáján a nagyposta kis-nagyembere – csak a gond van. Még a bűz sem riasztja el. A táblácska célja máskülönben ugyanaz, mint nemrég a demarkációs vonalé volt: az elidegenítés. A „ti” és „mi” kifejezése. No és elkendőzése annak, ami pedig oly szembevetendő: hogy maga a rendszer működésképtelen; s hiába a számítógép, az internet és a többi huncutság, ha a fejekben nincs rend.

Igaz, fej és fej, postamester és postamester között is van különbség. Mert, ami nem megy a nagypostán, az megy a közepes nagyságún, nem is olyan messze. Tudom én, hogy ilyenkor „csipőből” érkezik a hivatalos válasz: azért van ez így, mert

a nagyposta forgalma eleve nagyobb, bla-bla-bla. Csakhogy amott egy komplett plaza közönsége tiszteli meg a postát, a padló mégis makulátlan, az üveglakok mögött ülő arcokat még láthatom is, köszönni se restek. Lám, lehet ezt másként is csinálni. Ám ha lehet, akkor miért nem sikerül a rendszerváltás után két év-tizeddel egy korrek, az igényeket kiszolgáló tudó, Magyarország postaforgalmát lebonyolítani képes nagyvállalatot megalkotni? Olyan modellértékű óriáscégre gondolok, ami ugyanazt jelenti Küngösön, Semjénben vagy Komlóskán (itt is hamarosan kinyit a korábban beriglizett kisposta), mint Veszprémben, Győrben, Gyulán vagy Lágymányoson. Vajh’ miért megy ez annyira másként – bocsánat, hogy a régi lemezzel hozakodok elő – Ausztriában? Csak a pénzen múltának a dolgok? Aligha.

A szociológus Hankiss Elemér éppen egy, a Magyar Posta Zrt. berkeiben készített kutatásra hivatkozva mondta a következőt: „a munkavállalók úgy érzik, képességeiket, tudásukat csak részben használják ki, és többet nyújtanak a vállalat számára, mint amit viszonzásképpen kapnak. Ami nem feltétlenül van így, de az, hogy ezt így érzik, befolyásolja a munkakedvüket és a teljesítményüket...” Itt lehet a kutya elásva.

De a Posta mintha nem venne tudomást erről. Honlapjukon inkább a következő lözung díszelg: „A Magyar Posta Zrt. a magas színvonalon nyújtott szolgáltatások megteremtéséhez a Társaság egészére kiterjedő minőségirányítási rendszert működtet, valamint – a munkatársainak tudását, képességeit és készségeit felhasználva – a mindennapi munka részét képező minőséget helyezi a középpontba.” Bárcsak tudnám, mit értenek minőség alatt...

Szabó Zoltán Attila



„Mekk mesterek” és garanciák

A javító-karbantartó szolgáltatásokról

Lerobban az autó, elromlik a hűtőszekrény, beázik a tető. Mindennap érnek bennünket efféle bosszúságok. Ha a jótállási, szavatossági határidő letelte után történik a meghibásodás, akkor már fizetnünk kell a javításért. Már ha lehet javítani, hiszen számtalanszor előfordul, hogy a szerelő szétárja a karját: az 5-6 éve vásárolt mosógéphez, televízióhoz nincs alkatrész.

Egy jó ezermester „aranyat ér” tartja a mondás. Ez igaz is, ám mégis érdemes odafigyelni az árra. Nagy eltérések lehetnek ugyanis az egyes szervizek díjai között. Szabadáras szolgáltatásokról lévén szó, célszerű a megrendelés előtt több cégtől árajánlatot kérni, és a legkedvezőbb ajánlattevőt bízni meg a munkával.

Jótállás a javító-karbantartó szolgáltatásokra

A lakás-karbantartási és -javítási szolgáltatások, háztartási gépek és készülékek, barkács- és kerti szerszámok, audiovizuális, fotó-optikai és információfeldolgozási berendezések, gyógyászati segédeszközök, telefon- és telefax-berendezések, hangszerek és órák javítása, valamint személygépkocsik, motorkerékpárok karbantartása és javítása esetén az elvégzett munkára a szolgáltatást nyújtó vállalkozó köteles jótállást vállalni, amennyiben a szolgáltatásnak az áfát és az anyagköltséget is magában foglaló díja a húszezer forintot meghaladja.

A jótállás időtartama hat hónap, amely a szolgáltatás elvégzése után a dolognak a fogyasztó vagy megbízottja részére való átadásával, vagy – ha az üzembe helyezést a vállalkozó végzi – az üzembe helyezés napjával kezdődik.

Dokumentumok

A vállalkozó köteles a fizetéskor, illetve legkésőbb a dolog átadásakor jótállási jegyet adni.

Amennyiben nem kaptunk jótállási jegyet, vagy azt szabálytalanul állították ki, ez nem érinti a jótállási kötelezettségvállalás érvényességét. Ilyenkor a kapott bizonylat (számla, nyugta) bemutatásával tudjuk igényünket érvényesíteni. Lehet, hogy pillanatnyilag jó ötletnek tűnik számla nélkül, olcsóbban megjavíttatni a készüléket, amennyiben azonban később problémánk van, nem fogjuk tudni érvényesíteni igényünket.

Ha minőségi kifogásunk van, ragaszkodjunk hozzá, hogy a vállalkozó vegyen fel jegyzőkönyvet! Ebben – az azonosító adatokon (nevünk és címünk, az elvégzett szolgáltatás megnevezése és díja, valamint az átadás vagy az üzembe helyezés időpontja) kívül – rögzíteni kell:

- a hiba leírását,
- a bejelentés időpontját,
- az általunk érvényesíteni kívánt igényt, illetve
- a kifogás rendezésének módját (ha a kifogás rendezésének módja igényünktől eltér, akkor ennek indokolását a jegyzőkönyvben meg kell adni).

A jegyzőkönyv másolata minket illet.

Amennyiben a vállalkozó az általunk kért igény teljesíthetőségéről annak bejelentésekor nem tud nyilatkozni, álláspontjáról legkésőbb három munkanapon belül köteles minket értesíteni. A vállalkozónak a javításra átvett dologról elismervényt kell adnia, amelyen szerepelnie kell a nevünknek és címünknek, a dolog azonosításához szükséges adatoknak, az átvétel idejének és azon időpontnak, amikor a kijavított dolgot átvehetjük.

Ha minőségi kifogásunk van, ragaszkodjunk hozzá, hogy a vállalkozó vegyen fel jegyzőkönyvet!

Javítási feltételek

Itt is érvényes, hogy a kijavítást vagy a munka újbóli elvégzését – a dolog tulajdonságaira és a jogosult által elvárható rendeltetésére figyelemmel – megfelelő határidőn belül, a jogosultnak okozott jelentős kényelmetlenség nélkül kell elvégezni. Ha a hibás teljesítés folytán a kijavítandó dolog elszállítása vagy visszaszállítása szükséges, erről – a járművek és a 10 kg-nál kisebb tömegű, tömegközlekedési járművön szállítható dolgok kivételével – a vállalkozó köteles gondoskodni. Amennyiben az el-, illetve visszaszállítást a vállalkozó elmulasztja, azt a vállalkozó költségére mi is elvégezhetjük, vagy elvégeztethetjük.

Probléma esetén

Amennyiben nem sikerül a felmerült jogvitát a vállalkozóval rendezni, akkor a bírósági út előtt érdemes a békéltető testületek segítségét igénybe venni. A békéltető testület hatáskörébe tartozik a fogyasztó és a vállalkozás közötti, a termék minőségével, biztonságosságával, a termékfelelősségi szabályok alkalmazásával, a szolgáltatás minőségével, a felek közötti szerződés megkötésével és teljesítésével kapcsolatos vitás ügy bírósági eljárásen kívüli rendezése. Továbbá e célból egyezség létrehozásának megkísérlése, ennek eredménytelensége esetén pedig az ügyben döntés meghozatala a fogyasztói jogok egyszerű, gyors, hatékony és költségkímélő érvényesítésének biztosítása érdekében. A békéltető testületek eljárása díjmentes.

dr. Krajcsik Szilvia





Kedves Olvasóink!

Rendeljük meg korábbi számainkat kedvezményesen!

Azon előfizetőinknek, akiknek már megkaptuk átutalását, lappéldányonként 230 Ft-ért küldünk a megrendelt példányokból, és a postaköltséget a kiadó Országos Fogyasztóvédelmi Egyesület állja. Három vagy több Kosár együttesen darabonként 210 Ft. Más megrendelőinknek, gyűjtőinknek – a postaköltséget szintén átvállalva – lappéldányonként 260 Ft-ba kerülnek a korábbi Kosarak. Három vagy több Kosár együttesen darabonként 230 Ft.

Ízelítő korábbi számainkból:

2009. december

- Síkképernyős televíziók tesztje
- Hideghuzany nélkül: üdülés télen
- Gyermekmegőrzők és játszóházak házi tesztje

2010. február

- Konyhai robotgépek tesztje
- Vaj- és margarinteszt
- Átláthatatlan közmuzámlák
- Fogyókúrák erényei és veszélyei

2010. március

- Gyümölcsös ízesítésű és gyümölcssteák nagy tesztje
- Televíziós programcsomag körkép

2010. április

- Kerti fűnyíró gépek tesztje
- Párizsik és felvágottak vizsgálja
- Kávéautomata körkép
- Hív a természet! Arborétum körkép
- Modern építkezési kisokos

2010. május

- Háziózi rendszerek tesztje
- „Sima” és dústott kekszek próbája
- Tour-túra: utazási irodák tesztje
- Adrenalin a köbön: kalandparkok

2010. június

- Nagy jégkrémteszt
- 23 napozószer próbája
- Kínai büfék ételeinek tesztje

2010. augusztus

- Babakocsi körkép
- Mogyorós, kakaós krémek tesztje
- A szőrtelenítő készítményekről
- Fővárosi mozikörkép

2010. szeptember

- A bőség zavara: mindentudó mobiltelefonok tesztje
- Pocsék konzerv készételek
- Kisvasutak körképe
- Akciós ruhák, csorbuló jogok

Fizessen elő honlapunkra most!

A www.kosarmagazin.hu segítségével az előfizetői díj sokszorosát spórolhatja meg!

Szeretnék előfizetni a

A Kosár magazin honlapjára

egy évre: 2.610 Ft-ért
 fél évre: 1.350 Ft-ért

Név:

Tel:

E-mail:

A csekket az alábbi címre kérem kézbesíteni:

Aláírás

Kérem, tájékoztassanak az Országos Fogyasztóvédelmi Egyesület kiadványairól is!

Kérjük, a megrendelőlapot nyomtatott betűvel kitöltve küldje vissza a következő címre: **Kosár – a fogyasztók magazinja, 1012 Bp., Logodi utca 22-24.** A megrendelőlap beérkezése után csekket postázunk. A befizetésről számlát küldünk. Rendelését online is leadhatja, regisztráció: www.kosarmagazin.hu



ELŐZETES A

KOSÁR

MAGAZIN KÖVETKEZŐ SZÁMÁBÓL

KOSÁR

Tisztelt Olvasóink!

Felhívjuk figyelmüket, hogy a Kosár magazin nyomtatott formában legközelebb – és egyben utoljára – 2010. december 9-én, csütörtökön jelenik meg. 2011 januárjától fogyasztóvédelmi témájú írásaink, tesztheink csak a www.kosarmagazin.hu weboldalon lesznek elérhetőek. A döntés háttéréről bővebb információkat lapunk 3. oldalán találhatnak. Bízunk benne, hogy továbbra is olvasóink között tudhatjuk!

TESZT ÉS TIPP

Bejglik

A Kosár decemberi számának tesztje azoknak az olvasóknak kedvez, akik a karácsonyi hagyományörzés jegyében idén is lakmároznak, amíg bírják. Enni kell! Karácsonykor ráadásul többet, még hozzá rendszerint mákosabbat és diósabbat. Bejglik között válogatunk majd, s ha nem is a gyerekkorunkból megszokott, nagymama receptje szerinti változatot keressük, az otthon ízeire legalább valamelyest hasonlító falatok után kutatunk.



Mézes puszodlik

A mézes puszodlik immár talán kissé elhanyagolt, a szaloncukor mellett háttérbe szorult díszei a karácsonyfának. Pedig nem csak dekorációként mutatnak jól az ágakon, de a karácsonyi menü desszertjeként az asztalon is megállják helyüket. Hogy mennyire mézeseek, gyömbéresek, szegfűszegesek, fahéjasak, esetleg csokisak, vaníliásak és puncsosak, az a Kosár decemberi számából kiderül majd.

NAGYÍTÓ

Hálózatépítők körképe

Ki ne hallott volna már hazánkban a hálózatépítőkről? Piramisjátékosok – legyintenek egyesek sajnálkozva, míg mások szerint ez egy sok embernek munkát, sőt megélhetést nyújtó szakma. De vajon igaz-e, hogy százával mennek tönkre az ilyen vállalkozások Magyarországon, mások viszont luxusban élnek napi néhány órás munkával? A Kosár decemberi körképében betekintést nyújt e sajátos világba.



www.kosarmagazin.hu