



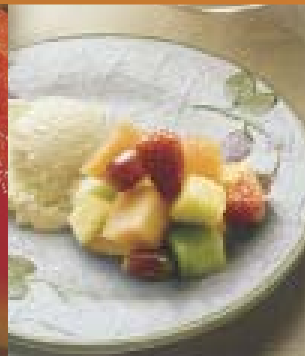
K Á V É *percek*



RICHTER GEDEON RT.

K • É R D E K E S S É G E K • K I K A P C S O L Ó D Á S • H Í R E K • É

**ÉRDEKESSEGEK
INNEN-ONNAN**





ÜTÖGETNI, HERSENTENI VAGY SZAGOLGATNI?

A görögdinnye kiválasztása nyáron komoly probléma. Manapság az a népi bölcsesség, mint például az „akkor jó a dinnye, ha úgy szól, mint a csizmaszár” már nem ad viszonyítási alapot. Az ütögetést, mint minőségvizsgálati módszert agyályosnak találhatjuk, ugyanakkor tudományosan is alátámasztotta számunkra Tóth Ferenc, a gödöllői Agrártudományi Egyetem oktatója a választási módszert. A kongó hangért a tudomány mai állása szerint az érés során fellazuló szövetek, és az így képződő apró üregek felelősek. A választáshoz elengedhetetlenek látszik némi zenei érzék is, mivel a teltebb visszhang már a túlságos fellazulás, a túlérétség jele. Kopogtatni, paskolni csak a teljesen zöld héjú dinnyét érdemes, mert a csíkos fajtáknak jóval vastagabb a héja és ott nem működik ez a módszer.

A „hersentés” technikájával szemben szkeptikusak vagyunk. Bár a két végénél megnyomott

dinnye jellegzetes hangja, a „hersenes”, a piaci közönség egy részének az egyetlen, üdvöztető jel, sokan még csak nem is hallottak a hersentésről.

A csalhatatlan dinnyeválasztás mesterfogása a következő: a dinnye szárcsonkján vásárlás előtt friss vágási felületet kell eszközölnünk mikrotommal vagy egy zsebkéssel. Ha a szállítónyalábok – amelyek a levelekből a termésbe szállítják a cukrot – nyitottak, a gyümölcsöt még az érés befejezése előtt szedték le, tehát nagyobb a valószínűsége annak, hogy íztelenebb.

A kutató cáfolta azt a városi legendát, amely szerint az etikátlan kereskedők injekciós tűvel cukros vizet fecskendeznek a dinnyébe. Így ugyanis az történe, hogy az ozmotikus nyomás és a féligáteresztő sejthártyák különös összejártásának révén a víz a sejtekből a köztes üregekbe áramlana, ahol kásás masszává változtatná a gyümölcshúst.

A Net-en olvastuk és ajánljuk:

Dinnyefesztivál Medgyesegyházán 1995 óta minden évben, augusztus elején.

A Dinnyefesztivál a dinnyetermesztési módszerekről számot adó szakmai előadások mellett a nagyközönségnek is szóló színes, színvonalas programokkal tarkított, a népi hagyományokat is felidéző nagyszabású rendezvény. „A fesztivál elmaradhatatlan epizódja a játékos versengés, melyben van dinnyepakoló, dinnyesaccoló, dínnyeevő... verseny. A legjobb elnyeri méltó jutalmát, nagyszabású ceremóniával dinnyelovaggá ütik. A „legtökösebb dinnye” címre a gazdák már tavasszal elkezdik dédelgetni a fesztivál idejére óriásira növe dínnyéiket.”

Bővebb információ a www.dinnyefesztival.hu, vagy a www.medgyesegyhazi.hu honlapon.



KARÁCSONY - EGYKOR

1935. július 1-jén egy fiatal mérnökember a Richter Gedeon Rt.-t választotta első munkahelyéül. Azóta hetven év telt el, s Pillich Lajos örökös tiszteletbeli elnök még mindig a Társaságért dolgozik. A régmúlt karácsonyokat Ő idézi fel.

Karácsonykor az ajándékozás a szeretet ünnepének megnyilvánulása. A vállalaton belüli ajándékozás hetven évvel ezelőtt is gyakorlat volt, melynek mértékét a társaság teljesítőképesége határozta meg. Ilyenkor a fizikai dolgozókat és azokat a kollégákat, akiknek családjában valaki beteg, vagy elesett volt, megajándékozták. A tisztviselők december elején úgynevezett remunerációt kaptak, ami a mai fogalmak szerint a 13. havi bérnek

felel meg. A vállalatnál a műkedvelő dolgozókból alakult színtársulat működött, akik Karácsonykor a közös ünneplés alkalmával előadtak egy-egy darabot a kollégák nagy örömeire. Néhányan a munkatársak közül meglepték egymást egy-egy apró, jelképes figyelmességgel.

Az egyik esztendőben szárnyra kapott egy történet, amin igen jól derült a közösség: a vállalat spórolós főkönyvelője ugyanolyan bundát

vásárolt a feleségének és a barátnőjének, mert így komoly árengedményt kapott a karácsonyra szánt meglepetések árából. Aztán, amikor a főkönyvelő a feleségével sétált – az asszony természetesen az új bundában – szembe jött a babája, persze ugyanabban a karácsonyra kapott szőrmében. Óriási ribillió kerekedett, amikor a Váci utcában szembetalálkozott a két bunda...



Ilyenkor decemberben, már a jövő évi programjainkat tervezve, igyekszünk minél előbb szert tenni egy következő évi naptárra, hogy följegyezhessek benne a számunkra fontos időpontokat. Ha sikerült beszereznünk ezt a naptárt, akkor nagy étdeklődéssel nézzük meg, hogy az egyes ünnepek, számunkra jelentős dátumok milyen napra esnek majd. De hogyan is alakult ki ez a naptár, amelynek alapján beosztjuk, számon tartjuk a múltó időt? Vajon több száz év múlva is ezt a rendszert használjuk, vagy esetleg egy minden évben egységesen használható öröknapárban jegyezzük majd fel az eseményeket? Tekintsük át együtt ezt a történetet és az öröknapár készítés lehetőségeit!

Mi emberek mindent megismerni, rendszerezni, mérni szeretnénk, így a titokzatos időt is. Az ősi kalendáriumok az emberiség létrejötté óta eszközül szolgálnak az idő múlásának követésére. Régmúlt civilizációk égi jelek, nap, hold, bolygók és csillagok mozgása alapján határozták meg az évszakokat, hónapokat és éveket.

Keveset tudunk ugyan a történelem előtti korok időméréséről, de a kevés tárgyi leletünk és szövegemlékünk is arra utal, hogy minden korban

ÚJÉVI NAPTÁR - ÖRÖKNAPTÁR

és kultúrában voltak olyan emberek, akik az idő múlásával és annak rögzítésével foglalkoztak.

Őskori vadászok Európában 20000 évvel ezelőtt vonalakat karcoltak, lyukakat kapartak botokba és csontokba, hogy megjegyezzék a hold fázisai között eltelt napok múlását. Az egyiptomiak kalendáriumukat a hold változásaira alapozták, majd később erre a tudásra építve alkották meg 365 napos naptárukat mintegy i.e. 4000-ben. A ma használatos naptárunk alapját a Julius Caesar által i. e. 45-ben bevezetett időmérés képezte. Ezt pontosította 1582-ben XIII. Gergely pápa és bevezette az általunk ma is használt Gergely-naptárt. A csillagászat akkori eredményeit figyelembe vevő elvek alapján tervezték a naptárt, de a reform háttérében egy fontos vallási szempont is állott, nevezetesen, a húsvét változó naptári helyének évenkénti pontos megállapítása.

A jelenlegi naptár megreformálásának gondolata azonban a mai napig tovább él. E szándék híveinek komoly kifogásai vannak a mindannyiunk által jelenleg használt naptár ellen.

Erről Isaac Asimov elmékedése talán a legizgalmasabb, hiszen valóban van néhány nehézség, amit ma kezelünk kell. Talán érdemes összefoglalni erről az Ő eszmefuttatásait.

Először itt van az, hogy a naptár évről évre megváltozik. Hét különböző típusú közönséges 365 napos év van, mert január elseje, a hét különböző napjára esik. Ugyanígy hétféle különböző szökőév lehetséges, mivel minden negyedik év szökőév, így a naptár évről évre változik, bonyolult rendszer szerint, huszonnyolc éven át, és

akkor újra előlről kezdődik a sorozat. Ha az ember huszonnyolc éven át félreteszi a naptárakat, a végén lesz egy „28-éves öröknapár”.

Ez mindaddig beválik, amíg kivétel nélkül minden negyedik év szökőév. 1900 és 2100 között tehát nincs is probléma, de általában minden négy évszázadban van három olyan negyedik év, amely nem szökőév, és ilyenkor hét közönséges év követi egymást, mint például 1897-től 1903-ig. Ez a XIII. Gergely pápa által végrehajtott naptárreform következtében alakult ki: elrendelték ugyanis, hogy minden 4-gyel osztható év szökőév legyen, de a 100-as évek közül csak minden 400-zal osztható lehet szökőév.

Tehát az igazi öröknapárhoz, amely átfogná a ma használt Gergely rendszer egészét, 7×400 azaz kétezer-nyolcszáz naptárból álló sorozat szükséges.

Ennél talán lehet jobbat is szerkeszteni. A legegyszerűbb, a napok megszámozása lenne. Elkezdhetnénk valamely megfelelő időponttól, és egymás után végigszámozhatnánk őket. Ez azonban teljesen személytelen, túl matematikainak tűnik. Pedig ugyanezt tesszük az évek esetében. Egyszerűen megszámozzuk őket, vég nélkül. A csillagászok ezt alkalmazzák, mert kényelmes, és így számításaikban csak napokkal kell dolgozniuk.

Barátságosabbnak tűnik viszont, ha kombináljuk az évet és a napot úgy, hogy mindegyiket megszámozzuk és kész? Minden év napjai számot viselnének 1-től 365-ig, vagy szökőévben 366-ig. Így 1978. 72-t vagy 2005. 289-t emlegethetnénk, →



→ és ezzel egyértelműen, félreérthetetlenül azonosítanánk minden dátumot.

Az ilyen év – nap számozáshoz sem volna szükség naptárra. Az egymást követő napok felosztásának hét napos ciklusa azonban olyan mélyen gyökerezik egész életmódunkban, hogy célszerű megtartani a heti beosztást, és egy olyan naptárt kellene alkotni, amelyben az év minden napját hét oszlopban rendezhetnénk el.

Lehetne egy megoldás a 364 napos 12 hónapos év, amely négy egyenlő hosszúságú, egyenként három hónapos évszakra osztható. Ha tehát megtartjuk az évszakokat, akkor hogyan tehetjük a lehető legegyszerűbbé és legegyszerűbbé a naptárt? A 364 napos évben ötvenkét hét van, tehát egy évszakban tizenhárom. Tizenhárom hét kilencvenegy napból áll, s ezek a lehető legegyszerűbben úgy oszthatók el három hónapra, hogy az első hónap harmincegy napot kap, a másik kettő pedig harmincat-harmincat. Így festenének a három hónapos évszakok a fent leírt naptárban:

V	H	K	Sze	Cs	P	Szo	
1	2	3	4	5	6	7	január
8	9	10	11	12	13	14	április
15	16	17	18	19	20	21	július
22	23	24	25	26	27	28	október
29	30	31					

V	H	K	Sze	Cs	P	Szo	
			1	2	3	4	február
5	6	7	8	9	10	11	május
12	13	14	15	16	17	18	augusztus
19	20	21	22	23	24	25	november
26	27	28	29	30			

V	H	K	Sze	Cs	P	Szo	
					1	2	március
3	4	5	6	7	8	9	június
10	11	12	13	14	15	16	szeptember
17	18	19	20	21	22	23	december
24	25	26	27	28	29	30	

Megint csak erre az egyetlen naptárra volna szükségünk, hiszen az ilyen három hónapos periódus esetében a negyedik hónap megint fent kezdődne, pontosan úgy, mint az első. Ennek a három hónapos öröknapotárnak „Világnaptár” a neve, és aktív mozgalmak tevékenykednek az elfogadtatása érdekében. A Világnaptárban az „évnep” december 31, a „szökőnap” pedig június 31, és egyikük sem része a hétnek.

Egy másik megoldás abból indul ki, hogy hagyjuk el egészen a hónapokat, és csak az évszakok maradjanak meg. Ebben az esetben minden év minden évszakban, évről évre a következő lenne a naptárunk:

V	H	K	Sze	Cs	P	Szo	
1	2	3	4	5	6	7	
8	9	10	11	12	13	14	
15	16	17	18	19	20	21	
22	23	24	25	26	27	28	
29	30	31	32	33	34	35	
36	37	38	39	40	41	42	
43	44	45	46	47	48	49	
50	51	52	53	54	55	56	
57	58	59	60	61	62	63	
64	65	66	67	68	69	70	
71	72	73	74	75	76	77	
78	79	80	81	82	83	84	
85	86	87	88	89	90	91	

Soha többé nem volna szükség más naptárra, csak a fenti táblázatra, amely minden évben pontosan négyszer ismétlődne. Ez a naptár Asimovtól származik, és Évszakos Világnaptárnak nevezte el. Ez a lehető legegyszerűbb olyan naptár, amely megtartja a heteket és az évszakokat is. Egyetlen hátránya, hogy furcsán fest és eltér eddigi hagyományainktól.

Egy távoli jövőben egyszer lehet, hogy eljön az a nap, amikor leül valaki kortyolgatni egy finom, illatos, forró kávé, és elgondolkozik arról az ősi korról, a harmadik évezred elejéről, amikor még a Gergely naptárt használták időszámításra az emberek.



KARÁCSONY, FÉRFIAK, FELADATOK

Ilyenkor karácsony környékén is vannak tipikusan a férfiakra várakozó feladatok. Kettőt közülük nézzünk meg közelebbről!

Karácsonyfa állítás • Miután túl vagyunk a döntésen, hogy az idén milyen fát is válasszunk – luc, ezüst, Douglas, normann, plafonig vagy derékig érő, esetleg mini méretű – még hátra van az ősi rítus, mely kizárólag férfimunka, a fenyőfa karácsonyfatalpba történő farigcsálása. Mivel szent napon történik ez a művelet, fontos, hogy ne illessük szidalmakkal az ünnepeme élő jelképét, még akkor sem, ha miatta éppen az összes ujjunk szilánkkal és tűvellel van tele. Ezzel persze nem vagyunk egyedül, mert a díszítés alkalmával a család minden tagja közelebbi ismeretségbe kerül a tűlevelekkel és a gyantával.

Mikor úgy érezzük, hogy tökéletes a mű, kiderül, hogy mégis inog a fa. Elő a kalapács, a százas szeg, és verjük bele vidáman a koloniál

bútorba! A rutinosabbak a pontyozáshoz használt damilt veszik elő ilyenkor, a kevésbé horgászók pedig a cukorspárgát. Nagyi varrocénájával nem érdemes kísérletezni, az ügysem tartja meg az ingó karácsonyfát. Előbb-utóbb, még ha az inga nem is mutat függőleges irányt, eljön az a pont, amikor úgy érezzük, már nem javítható tovább a helyzet, és igenis a szoba egy bizonyos pontjáról nézve tökéletesen függőlegesen áll a fa.

Ezután következik a csúcsra járatás férfias feladata! Családtagjaink lelkes drukkolása közepette, a létra tetején lábujjhegyen, cirkuszi zsonglőrököt megszégyenítő ügyességgel egyensúlyozva, tűlevelekkel szurkált csuklónk egy könnyed mozdulatával a helyére illesztjük a csúcsot. Ott van! Ott ragyog a fásasztó munkánk gyümölcse!... és mi diadalittasan fogadjuk szeretett családtagjaink elismerő üdvrivalgását.



Halpucolás • Ha netán úgy döntünk, hogy a gyerekek elkápráztatására még élő halat viszünk haza, akkor a fejbekólintás műveletével kezdődik a procedúra. Először is alkalmas helyet kell keresni a halpucolás nemes művészetéhez. Tökéletesen be lehet vele teríteni egy konyhát vagy egy fürdőszobát négyzetcentiméterről négyzetcentiméterre. Csak az a kérdés, hogy melyik szegletre jusson több pikkely. Ha mindezen túl vagyunk, következik a szakmába vágó feladat, a hal belső részeinek szemügyre vétele és nemkívánatos részeinek eltávolítása, melyben nagy segítségünkre lehet műtéti gyakorlatunk. A hal szeletekké történő átalakítása már csak könnyed ujjgyakorlat marad. A jól végzett munka élményének örömeivel elvonulunk kifújni magunkat, a halmaradványok eltakarítása, a lakás pikkelytelenítése már nem a mi dolgunk.

Mi, férfiak elvégeztük a komoly karácsonyi előkészületekben a munka dandárját, így nem marad más hátra, mint egy jót szundítani az ünnepi vacsora előtt.



KARÁCSONYI HUMORSAROK

- Anyaaaa, ég a karácsonyfa! – kiált Pistike a szobából.
- Hányszor mondjam kisfiam, hogy nem ég, hanem világít! – válaszol az anyuka a konyhából.
- Anyaaaa, most már a függöny is világít!!



- Pistike, már nagy fiú vagy, meg kell mondanom neked egyet s mászt. Például, hogy húsvéti nyuszi nincs, a piros tojásokat én hozom neked.
- És Mikulás van?
 - Az sincs. Én rakom tele a cipődet ajándékkal.
 - Hát a karácsonyfa?
 - Azt is én állítom és én díszítem fel neked.

- Pistike szúrós szemmel méri végig az apját:
- Apu, te gyanús vagy nekem! Lehet, hogy a gólya is te vagy?!



A férj és a feleség a karácsonyi halvacsoránál beszélgetnek:

- Emlékszel édesem? – kérdi a feleség. – Tavasszal, amikor elmentél a Balatonra pecázni, kifogtál két fogast?
- Persze, szívem, emlékszem.
- Képzeld, drágám, az egyik épp ma telefonált, hogy fiad született.



DINNYESZEZON - INNEN-ONNAN A GÖRÖGDINNYÉRŐL

Görögdinnye vaníliafagyival

Hozzávalók : 1 kg görögdinnye • 10 dkg vegyes gyümölcs • 1 evőkanál porcukor • egy csipet őrölt fahéj • 4 fagyalttölcsér • 1 kis doboz vaníliafagyalt • tejszínhab

Elkészítés: A dinnyét kimagozzuk, és húsát kis kockákra aprítjuk. A többi gyümölcsöt megmossuk, ha nagyobbak, a dinnyéhez hasonló darabokra aprítjuk. A gyümölcsöket tálba tesszük, megszórjuk porcukorral, csipet fahéjjal, lazán összekeverjük, és kb. 15 percre betesszük a hűtőbe.

Tálalás: A gyümölcsöket szétosztjuk négy deszertes tányérra. A fagyaltos tölcséreket megtöltjük vaníliafagyalttal és ráfektetjük a gyümölcsre. Tejszínhabbal díszítjük, és azonnal tálaljuk.

Görögdinnye ital mentával

Hozzávalók: 3 csésze görögdinnye felkockázva, kimagozva • fél csésze hideg mentatea • fél csésze szóda-, vagy ásványvíz • mentalevél.

Elkészítés: A dinnyekockákat tegyük egy éjszakára mélyhűtőbe. Másnap a fagyott dinnyét a teával és a vízzel együtt tegyük mixerbe, és keverjük addig, amíg sima nem lesz az ital. Öntsük poharakba és díszítsük mentalevéllel.

Görögdinnye és fetasajt saláta pörkölt tökmaggal

Hozzávalók: 1 pohár tökmag • 60 ml extra szűz olívaolaj • 1,5 kg görögdinnye • 300 g fetasajt • 3 citrom • frissen őrölt feketebors

Elkészítés: Megpörköljük a tökmagot: először 20 ml olívaolajjal megkenjük a tökmagot, majd egy tepsire tesszük és előmelegített sütőben 8-12 perc alatt aranybarnára pirítjuk – vigyázzunk meg ne égjen. Vágjuk fel a görögdinnyét távolítsuk el a héját, ha van rá idő, magozzuk ki. Helyezzük tányérra az összevágott görögdinnyét, szórjuk meg a fetasajt darabokkal, a pirított tökmaggal, a frissen őrölt borssal, és öntsük nyakon egy kis olívaolajjal. Citromszeletekkel dekorálva tálaljuk.



DINNYESZEZON - INNEN-ONNAN A GÖRÖGDINNYÉRŐL

A görögdinnye (*Colocynthis lanatus*) hazánkban

Őshazája India, ahonnan különféle népek közvetítésével, több évezreddel ezelőtt terjedt el Afrika, Ázsia, majd Dél-Európa országaiban. Magyarországra a középkor végén balkáni közvetítéssel jutott. Erre utal nevének előtagja is. Írásos források csak a 16. századtól említik termesztését. Valószínűleg az oszmán-török hódoltság is hozzájárult elterjedéséhez és népszerűsödéséhez. A 18. században már eladásra is termesztettek görögdinnyét a bihari erdőirtásokon (Bagamér, Sáránd). Legjelentősebb magyarországi görögdinnyetermő vidék a Mátrától délre, annak éghajlati kiegyenlítő hatásának védelmében, a Heves megyei Csányon jött létre. Itt a dinnyetermesztés gyökerei a 18. századig nyúlnak vissza. Az első dinnyetermesztők zsellérek voltak, akik a dinnyeföldnek legalkalmasabb gyeptöréseket bérelték. A jobbágyfelszabadítás után a kereskedelmi és közlekedési viszonyok javulásával a dinnyetermesztés is megnövekedett, de földigényét helyben hamarosan már nem

lehetett kielégíteni. Ezért az 1880-as évektől szórványosan, majd a századfordulótól nagyobb rajokban keltek útra az ország minden tájára a csányi dinnyetermesztők. Telephelyeiken uradalmakból vagy parasztbirtokokból feleszerződéses alapon földet béreltek (gyakran 10–15 holdat is), és több mint fél évig otthonuktól távol tartózkodva keresték meg az egész évi megélhetésüket. A két világháború közt már külföldre (Ausztria, Csehszlovákia, Németország) is elszegődtek. Keresett szakemberek voltak, és ezért lassan a legtöbb dinnyekertész család viszonylagos gazdasági stabilitásra és módra tett szert. A két világháború között a csányi dinnyések egy része végleg elhagyta a faluját, és az ország különböző pontjain a jó természeti és természeti lehetőségekhez alkalmazkodva letelepült, majd a környező lakosság közt is elterjesztette növénytermesztési tapasztalatait. Nevezetesebb magyarországi természetvidékek még: Kecskemét környéke, Békés–Csanád–Csongrád megyék, a Nyírség, valamint Fejér megyében Cece és Fehérvárcsurgó községek.

Amikor a görögdinnye nem gurul!

*Mit tesz a japán kertész, ha a görögdinnye szállítása-
kor, tárolásakor helyhiánnyal küzd, vagy csupán nem
szeretné, ha a dinnyék szanaszét gurulnának? A válasz
egyszerű: kocka alakú görögdinnyét termeszt.*

*Talán újabb génmanipulációról van szó? Nem, nem,
ilyen szintű alakformálásra egyelőre még a japán géne-
bészek sem képesek. A megoldás az előállítás technoló-
giájában rejlik. A termesztés nem szabadföldön, hanem
üvegházban történik. Terméskötődés után a kis dinnyéket
kocka alakú, szabályozható hőmérsékletű, vízzel töltött
üvegdobozokba helyezik, így kényszerítik a kockaforma
kialakulását. Ezek után már a szállítás és a tárolás
sem okozhat gondot – a kocka alakú dinnye rendkívül
helytakarékos csemege.*

*Az extrém, ugyanakkor praktikus forma bátránya
a technológia költsége. A hagyományos görögdinnye ár-
hoz képest a kockadinnye négyszer-öttször többbe kerül.
Így jobbára csak luxuscikként és ajándéktárgyként jöhet
szóba, a piacokon nagy tömegben kapható újdonságként
nemigen számíthatunk rá. Nem kizárt azonban, hogy
nálunk is akad olyan vállalkozó kedvű termesztő, aki
megpróbálkozik majd az új alakformáló módszerrel.*

RIPORT ERICK SAVOYE-JAL, A EUROPEAN MEN'S HEALTH FORUM IGAZGATÓJÁVAL

Az Egészségfejlesztési és Egészségnevelési Nemzetközi Egyesület 2006 októberében Budapesten tartotta 7. kongresszusát, melynek fő témája volt: „Globalizáció és Jogegyenlőség: következtetések az egészségfejlesztési politika és gyakorlat számára.” A férfiak egészségével foglalkozó szekció elnöki feladatát Erick Savoye, a European Men's Health Forum igazgatója látta el. A vele készült riport teljes terjedelemben a www.ferfigeszsegor.hu honlapon olvasható, ennek rövidített változatát adjuk most közre.

Rporter: – Bemutatná, kérem a szervezetüket?

Erick Savoye: – A European Men's Health Forum egy ernyőszervezet, külön-böző, férfiegszégssel foglalkozó szervezetek hálózatát jelenti. Az EMHF 2001-ben jött létre, de tagszervezeteink közül néhány már 12-13 éve sikeresen működik. Európa 21 országában van tagszervezetünk, de együttműködünk az Amerikai Egyesült Államokban, Kanadában, Hongkongban, Mexikóban és Ausztráliában működő szervezetekkel is.

– *Elmondaná, hogy miért tartják fontosnak kifejezetten a férfiegszégesség kérdését?*

– A férfiak Európában is átlagosan jóval rövidebb ideig élnek mint a nők. Még az európai országokban is nagy az eltérés a születéskor várható élettartam tekintetében nők és férfiak között. Azt próbáljuk meg hirdetni, hogy a férfiaknak sokkal jobban kellene törődniük az egészségükkel – és itt most a fizikai és mentális egészségéről is beszélünk –, és próbáljuk felhívni a férfiak figyelmét néhány jellegzetes férfibetegség tünetére, kezelési lehetőségére, de legfőképpen elkerülésének módjára. Valójában a férfiak egészséggel

kapcsolatos viselkedésének, attitűdjének kérdése is a körükben tapasztalható rosszabb egészségi állapot és korai halandóság.

– *Vannak-e különbségek, és ha igen, milyen jellemző eltérések tapasztalhatók a női és a férfi egészség tudatos attitűd között?*

– A férfiak kockázatvállalóbbak, ezért sem mennek sokszor orvoshoz, vagy ha elmennek, sok esetben már túl későn. A legtöbb rákos betegség megfékezhető lenne, ha időben felfedeznék. Az az igazság, hogy az egészségmegőrző kampányok általában nőkhöz, férfiakhoz egyaránt szólnak, megkülönböztetés nélkül, és nem foglalkoznak azzal, hogy a férfiak és a nők nem egyformán bántanak az ilyen üzenetekkel, nem egyformán fogadják be azokat. Az a hosszú idő óta felgyűlt tapasztalatunk, hogy nem lehet a férfakkal ugyanolyan módon kommunikálni mint a nőkkel az egészségmegőrzéssel kapcsolatos dolgokban. Ráadásul kultúrafüggő, hogy a férfiak hogyan törődnek az egészségükkel. Továbbá a női és férfi egészség tudatos viselkedés kialakítása már nagyon korán, gyermekkorban elkezdődik. Hiszen



egy fiúnak nem szabad sírnia fájdalmában, nem szabad panaszkodnia, mert akkor 'lányosnak' nézik stb. Sőt, a lányokkal sokkal korábban kezdenek beszélgetni egészségügyi, egészség megőrzési témákról, például a terhesség-megelőzés kapcsán. Persze nem beszélhetünk a férfiakról mint általános kategóriáról, mint ahogy a nőkről sem beszélhetünk általánosságban. Nagyon sok függ a társadalmi, gazdasági helyzettől, az iskolázottságtól, ami talán az egyik legfontosabb tényező az egészség tudatosság szempontjából.

– *Milyen sajátos kommunikációs módokat fejlesztettek ki?*

– A legfőbb célkitűzésünk, hogy támogassuk, fejlesszük a férfiak egészség tudatos gondolkodását Európában. Az eredményes kommunikációhoz a nők és férfiak eltérő megszólítása szükséges. Az elsődleges felelősség természetesen a férfiakon van, de nem csak rajtuk, hanem a szakpolitikán, a szakembereken is rengeteg dolog múlik. El kell fogadni, hogy a férfiak mindig is férfiak maradnak, mindig is máshogy fognak viszonyulni a kérdéshez, és ha a szakpolitika nem igazodik



RIPORT ERICK SAVOYE-JAL, A EUROPEAN MEN'S HEALTH FORUM IGAZGATÓJÁVAL

→ hozzájuk, akkor ezeken a mutatókon nem tudnak változtatni. Márpedig a férfi elvesztésével krízishelyzetbe kerül a család, ez nem jó az anyának, nem jó a gyerekeknek, és nem jó a társadalomnak se, sőt a gazdaságnak sem.

A szervezetek igyekeznek felhívni a férfiak figyelmét arra, hogy jobban kell törődniük az egészségükkel. Mi nem a női szervezetek ellenében támogatjuk a férfiegészség-szervezeteket, a nők egészsége nagyon-nagyon fontos téma, nem vehetünk el forrásokat a női egészségkampányokra elkülönített pénzekből. A Fórum nagyon büszke arra, hogy kiváló az együttműködés köztünk és női egészségmegőrző szervezetek között. Egyik legfontosabb társszervezetük a European Institute for Women's Health. ők is és mi is hiszünk abban, hogy a nők és a férfiak

egészségének fejlesztésére indított mozgalmak nagyon fontosak, és együtt érik el a hatásukat. Ezért néha közös programokat is szervezünk, vannak közös tagszervezeteink, néha szakértőkkel segítjük egymás munkáját.

– *Korábban említette, hogy a férfiak egészségtudatos attitűdje kultúrába ágyazott kérdés is. Milyen kultúrafüggő különbségeket tudna említeni az európai országokban jellemző férfiattitűdők közül?*

– Jelentős különbségek vannak például az északi, skandináv országok és a mediterrán országok között. A déli országokban például a férfiaknak sokkal nagyobb nehézséget okoz egészségügyi problémájukról beszélni. Az északi országokban a férfiak több figyelmet fordítanak egészségükre.

– *Ezek szerint vannak, akik foglalkoznak ennek a kérdésnek a tisztázásával?*

– Természetesen, csak még korai stádiumban vannak ezek a kutatások. Magyarországon biztosan tudom, hogy a Nemzeti Egészségfejlesztési Intézet foglalkozik a kérdéssel.

– *Ismeri-e a magyarországi FÉRFI Egészségőr Klub tevékenységét, és van-e kapcsolat a Fórum és az itthoni szervezet között?*

– A magyar szervezet érdekesnek, ígéretesnek tűnő kezdeményezés. Meg kell mondjam, 10 évvel ezelőtt alig volt férfiegészség-fejlesztéssel foglalkozó szervezet, a számuk azóta viszont folyamatosan nő Európa-szerte. Az újonnan csatlakozott tagállamokban illetve a csatlakozás előtt álló országokban nem volt, és most is alig van ilyen szervezet, éppen ezért üdvöztőnek tartjuk a FÉRFI Egészségőr Klub megalakulását.