

GLAS

umirovljenika

Glasilo Sindikata umirovljenika Hrvatske

Broj 339

ISSN 1849 -7837 // Zagreb, ožujak 2025. // Godina XXXI.

U OVOM BROJU:

ZBOG NAČINA
USKLAĐIVANJA MIROVINA
**Šemper podnio
ustavnu tužbu**

3. SJEDNICA NACIONALNOG VIJEĆA

Ukidanje penalizacije sa 70 godina i uvođenje godišnjeg dodatka

HOĆE LI VLADA PRODUBITI
DISKRIMINACIJU MAJKI

**12 mjeseci dodanog
staža samo novo-
umirovljenima?**

U POSJETU CARITASU
ZAGREBAČKE NADBISKUPIJE

**Izbavljenje od
čvrstog zagrljaja
neimaštine**



UPRAVNO VIJEĆE HZMO-a
**Mirovine rastu
3,03 posto**

NAŠI SINDIKALNI POVJERENICI
Stanislava Račić, predsjednica
Podružnice SUH-a Hrvatska
Kostajnica

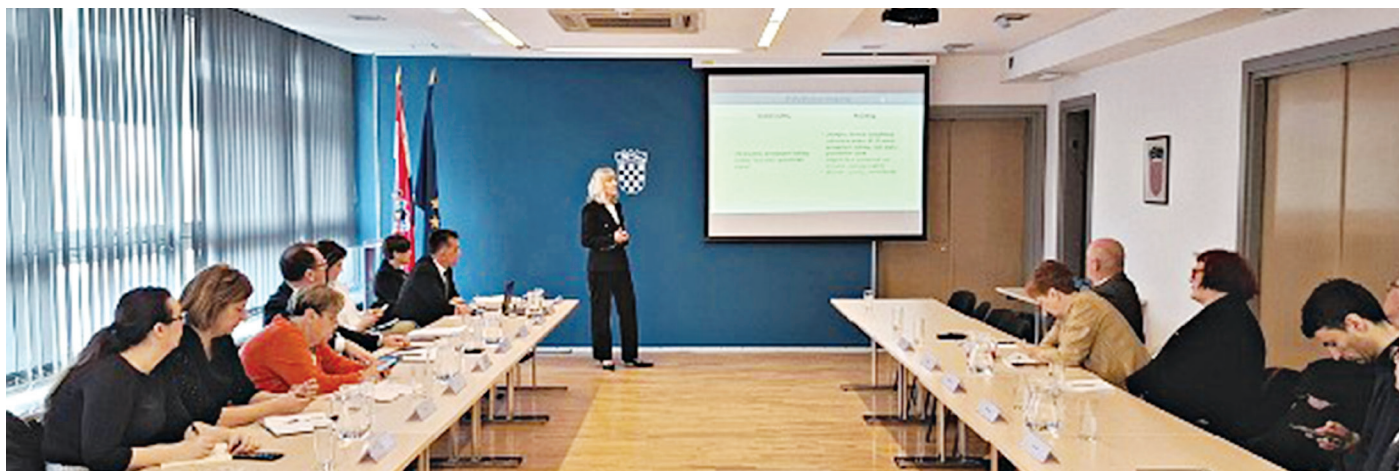
**Umjesto da budemo
žrtve, moramo se
izboriti za sebe**

Vodič HZZO-a

info.HZMO

Poštarina plaćena HP-u d.d. u sortirnici 10200 Zagreb
Šalje: Sindikat umirovljenika Hrvatske,
Trg kralja Petra Krešimira IV. br. 2, 10 000 Zagreb

Ukidanje penalizacije sa 70 godina i uvođ



Dana 11. ožujka 2025. godine održana je 3. sjednica Nacionalnog vijeća za umirovljenike i starije osobe na kojoj su iz redova SUH-a sudjelovali glavni tajnik Igor Knežević, te članovi Jasna Petrović i Stjepan Milobara. Sjednica je imala samo jednu, ali izrazito bitnu točku Dnevnog reda - Prezentaciju prijedloga mjera novog Zakona o mirovinskom osiguranju kojeg je priredilo resorno ministarstvo, a prezentirala ravnateljica uprave za mirovinski sustav Melita Čičak. Par dana ranije ta prezentacija predstavljena je i na 3. sastanku Radne skupine za izradu Nacrta prijedloga Zakona o mirovinskom osiguranju na kojem sudjeluju i dva SUH-ova predstavnika.

Podsjećamo, izmjene zakona stupit će na snagu 1. srpnja ove godine, a da bi se Zakon donio, moraju proći još dva čitanja u Saboru te 30 dana e-savjetovanja, gdje će SUH sigurno dodatno reagirati.

Ukida se penalizacija, ali...

Svakako veliki korak naprijed je što je Vlada, unatoč nedavnom protivljenju, barem djelomično prihvatila zahtjeve SUH-a i Matice o ukidanju penalizacije za prijevremene umirovljenike. Naime, prijedlog je da se penalizacija ukine u trenutku kada osoba napuni 70 godina, čime će još ove godine za 121.000 umirovljenika prestati penaliziranje te će im mirovina u prosjeku narasti za 55 eura mjesečno. SUH-ovi predstavnici reagirali su i rekli da će i dalje tražiti da se penalizacija ukine u trenutku ispunjavanja uvjeta dobi za starosnu mirovinu (65 godina za muškarce i 63 godine i 9 mjeseci za žene), te da se visina penalizacije ujednači na isti postotak za sve, odnosno 9 posto za pet godina prijevremenog umirovljenja, jer sad imamo nekoliko različitih postotaka penalizacije, od 6 pa do 20,4 posto.

Najviše prijepora na sjednici izazvao je prijedlog da se povećaju dodani staža za umirovljene majke sa 6 na 12 mjeseci po rođenom djetetu. Glavni tajnik SUH-a Knežević kazao je da je SUH još 2019. godine ukazao na diskriminaciju koju je donijela ta odredba jer su pravo ostvarile samo novoumirovljene majke od tog datuma, te da ovaj novi prijedlog znači produbljivanje te diskriminacije, jer će se stvoriti još veće razlike. Kazao je da ako se želi dodati 12 mjeseci staža, to mora ići svim umirovljenim majkama, te da u slučaju da je ovdje riječ čisto o većim financijskim izdacima iz proračuna da SUH predlaže prijelazno rješenje kojim bi se za početak ovim izmjenama ZOMO-a priznalo svim umirovljenim majkama šest mjeseci staža po rođenom djetetu, a za par godina kad se steknu uvjeti povećalo svima na 12 mjeseci.

Riješiti problem živih, a ne mrtvih

Umjesto još većeg produbljivanja diskriminacije, kazao je, ona bi se riješila, a smanjio bi se i rodni jaz u mirovinama između muškaraca i žena sa sadašnjih 20 posto na otprilike 16 posto. Jasna Petrović je kazala kako je i pučka pravobraniteljica u svom godišnjem izvješću napisala da je ovdje riječ o diskriminaciji, i da umirovljeničke udruge ne traže retroaktivnu isplatu, nego od trenutka kada se ostvare prava.

Melita Čičak odgovorila im je kako smatra da bi se izjednačavanjem svijetu na 12 mjeseci stvorila još veća diskriminacija među umirovljenicama, navodeći da bi majke koje su otišle prije 1999. godine bile u povoljnijem položaju jer su imale bolje uvjete za izračun mirovina.

Zamjenik ravnatelja HZMO-a Ivo Bulaja složio se s njom i dodao kako ne postoji način da se naprave projekcije koliko bi koštala takva mjera, navodeći da su u različitim vremenskim razdobljima žene rađale različiti broj djece. Dodao je da bi to bio i skup administrativni trošak, a da bi retroaktivno djelovanje unutar iste skupine dovelo do diskriminacije svih onih koji su preminuli i nisu ostvarili to pravo.

Knežević je odgovorio kako za svaku mjeru u mirovinskom sustavu koja se poboljša možemo reći da su mrtvi diskriminirani, i da to uopće ne treba spominjati, jer rješavamo probleme živih, a ne mrtvih umirovljenika. Knežević je kazao da se priznavanje jednakih mjera može primijeniti za one majke umirovljene od 1999. godine, što će pokriti ogromnu većinu umirovljenica. Čičak je kazala kako će sve prijedloge SUH-a prenijeti ministru Piletiću, koji zbog obveza nije mogao sudjelovati na ovoj sjednici Vijeća.

Što je s najsiromašnijima?

Svakako važna promjena dogodit će se i uvođenjem godišnjeg dodatka na mirovinu (tzv. 13. mirovina) koji će se isplatiti u drugom dijelu ove godine. Visina dodatka ovisit će isključivo o navršenom mirovinskom stažu i bit će obuhvaćeni svi umirovljenici, no o vrijednosti dodatka po godini staža odlučivala bi Vlada, dok umirovljeničke udruge predlažu da on iznosi fiksnu vrijednost jednog AVM-a. Knežević je upitao da li Vlada misli i dalje isplaćivati i jednokratne godišnje dodatke u nekom modificiranom obliku, kako bi se pomoglo onima s nižim mirovinama, s obzirom da konačno više neće biti zaobiđeni oni koji su bili iznad cenzusa od 840 eura, ali da oni s kraćim stažem i nižim mirovinama će sada dobivati manje. Naveo je primjer nekoga tko ima mirovinu od 300

Izmjene godišnjeg dodatka

eura i dobio je tri dodatka po 160 eura u jednoj godini, a sad bi ubuduće dobivao samo jedan dodatak od primjerice isto 160 eura, zbog čega je realno očekivati nezadovoljstvo onih s nižim mirovinama.

Čičak je odgovorila kako će Vlada analizirati situaciju i po potrebi pravodobno reagirati i dodatnim socijalnim mjerama pomoći najugroženijim umirovljenicima.

SUH traži 90:10 usklađivanje

U prijedlogu izmjena ZOMO-a našla se već odavno raspravljena promjena formule usklađivanja mirovina u omjeru 85:15 prema povoljnijem indeksu, rasta plaća i potrošačkih cijena, čime će se osigurati primjereniji rast mirovina u odnosu na plaće i čime će se obuhvatiti 1.228.522 umirovljenika. No, s obzirom da se već dvije godine spominjalo poboljšanje te formule, prijedlog SUH-a je da se ide odmah na omjer 90:10 koji neće znatnije financijske opteretiti proračun, a onda u budućoj izmjeni ZOMO-a konačno doći do omjera 100:0 kojim će se očuvati realna vrijednost mirovina u odnosu na plaće.

Pohvalno je što će se nakon dugo godina ispuniti zahtjevi umirovljeničkih udruga zbog kojih je SUH podnio i tužbu Ustavnom sudu, a to je da se osigura rad uz mirovinu u punom radnom vremenu uz isplatu pola mirovine s navršenih 65 godina života za one koji se tijekom korištenja mirovine zaposle u punom radnom vremenu, jer su to pravo dosad mogli koristiti samo bivši policajci, vojnici i vatrogasci. To pravo moći će koristiti i obrtnici i samostalne profesionalne djelatnosti s navršenih 65 godina života bez prekida obavljanja obrta ili djelatnosti.

Što se tiče bonifikacije, ona će i dalje iznositi 0,45 posto po mjesecu kasnijeg umirovljenja nakon propisane starosne dobi, ali ukinut će se uvjet od 35 godina staža, kao i ograničenje od maksimalno 5 godina, odnosno 27 posto uvećanja mirovine. SUH predlaže da se bonifikacija ujednači na najviši postotak svim sadašnjim umirovljenicima, bez retroaktivne isplate, te da se bonifikacija starosne mirovine za dugogodišnjeg osiguranika (0,15 posto po mjesecu) izjednači s bonifikacijom odgođene starosne mirovine, odnosno 0,45 posto.

Rast invalidskih i najnižih mirovina

Korisnicima dijela obiteljske mirovine koji napune 65 godina omogućit će se rad duži od pola radnog vremena uz zadržavanje punog iznosa mirovine, a korisnicima invalidske mirovine zbog potpunog gubitka radne sposobnosti i korisnicima prevedene starosne mirovine omogućit će se rad do 3,5 sata dnevno bez gubitka mirovine, čime će se izjednačiti s hrvatskim braniteljima koji već sad imaju takvu mogućnost.

Povećat će se invalidska mirovina za 10 posto, što će značiti prosječno povećanje od 46 eura za više od 160.000 korisnika. Također, ukida se kontrolni pregled nakon tri godine korisnicima invalidske mirovine i korisnicima prevedenima u starosnu mirovinu zbog potpune nesposobnosti za rad, uz mogućnost izvanrednog pregleda po zahtjevu korisnika.

Nakon što su ranijih godina najniže mirovine podignute za 3 posto, ovim izmjenama zakona najniže mirovine porast će za još 3 posto, a što će obuhvatiti 323.800 korisnika.

Po novom će korisnici invalidske mirovine zbog djelomičnog gubitka radne sposobnosti također dobiti mogućnost novog izračuna mirovina nakon navršene 1 godine staža po osnovi drugog dohotka. Ubuduće će se u preračunu mirovina

Ciljevi

REPUBLIKA HRVATSKA
Ministarstvo rada, mirovinskog
osiguranja, obitelji i socijalne zaštite

- osigurati veću participaciju umirovljenika na tržištu rada
- potaknuti duži ostanak u svijetu rada:
 - redefiniranjem uvjeta tzv. bonifikacije
 - proširenjem kruga umirovljenika koji mogu raditi uz mirovinu
 - preciziranjem odredbi za ponovno određivanje mirovine
- povećanjem dodanog staža sa 6 na 12 mjeseci dodatno smanjiti razlike u mirovinama između žena i muškaraca
- povećati primjerenost mirovina:
 - uvođenjem godišnjeg dodatka na mirovine
 - povećanjem mirovinskog faktora za invalidske mirovine
 - ukidanjem tzv. penalizacije s navršenih 70 godina
 - redefiniranjem modela usklađivanja mirovina

omogućiti i uračunavanje staža po svim osnovama (drugi dohodak), a ne samo po osnovi zaposlenja.

Briše se i uvjet za odbijanje prava na obiteljsku mirovinu na temelju izvanbračne zajednice koja je trajala prije 28. ožujka 2008. godine.

Izmjene bez značajnog učinka

Na kraju prezentacije navodi se kako će predložene mjere rezultirati ispunjenjem cilja da prosječna sveukupna mirovina do kraja mandata ove Vlade bude 800 eura. No, bilo bi zanimljivo vidjeti projekciju koliko će za tri godine iznositi prosječni udjel u prosječnoj plaći na temelju ovih zakonskih izmjena, jer očito je da će taj udjel i dalje biti jako daleko od željenih 60 posto koji je EU prosjek, dapače, upitno je hoće li doseći i 50 posto.

Jer, trenutno, kad se gledaju tzv. „sveukupne mirovine“, koje isključuju korisnike koji su uz hrvatsku zaradili i stranu mirovinu, udjel iznosi svega 45,9 posto. Rast mirovina za pojedine kategorije umirovljenika od 10, 20, 40 ili 55 eura mjesečno i dalje neće značiti puno ni za poboljšanje njihovog standarda, a kamoli opće umirovljeničke populacije. Nadolazeće zakonske izmjene tako su tek jedan mali korak naprijed, ali nažalost daleko smo još od zadovoljavajućeg standarda i položaja umirovljenika u hrvatskom društvu.

I.K.

UPRAVNO VIJEĆE HZMO-a Mirovine rastu 3,03 posto

Na 4. sjednici Upravnog vijeća Hrvatskog zavoda za mirovinsko osiguranje, održanoj 3. ožujka 2025., donesena je Odluka o aktualnoj vrijednosti mirovine (AVM) od 1. siječnja 2025. koja iznosi 13,57 eura, a koja je izračunata na temelju objavljenih službenih podataka Državnog zavoda za statistiku. Budući da je AVM od 1. srpnja 2024. iznosio 13,17 eura, a stopa povećanja AVM-a od 1. siječnja 2025. iznosi 3,03 %, novi AVM iznosi 13,57 eura.

Mirovine povećane prema novoj aktualnoj vrijednosti isplatit će se u travnju (s mirovinom za ožujak), zajedno s razlikom za siječanj i veljaču 2025. Raste i najniža mirovina, koja za jednu godinu mirovinskog staža sada iznosi 13,99 eura.

12 mjeseci dodanog staža samo novoumirovljenima?

Na mail Sindikata umirovljenika 11. ožujka 2025. stigao je upit Dubravke Š. koja nam je napisala da želi izraziti nezadovoljstvo i žaljenje što nije pošteno što je čula u medijima da će se ženama koje će uskoro u mirovinu biti priznato 12 mjeseci staža za svako rođeno dijete.

„Otišla sam u mirovinu 2018. godine sa 42,5 godina staža, nisam ništa dodatno dobila kao majka. Također, radila sam u KBC Osijek za vrijeme rata, gdje smo zbrinjavali mnogo ranjenika, i za to nismo ništa dobili (osim nekolicine povlaštenih). Može li se ipak nešto ispraviti?“, upitala nas je.

Njezin mail stigao je isti dan kada se na sjednici Nacionalnog vijeća za umirovljenike i starije osobe vodila velika rasprava po tom pitanju, gdje su predstavnici SUH-a predstavnicima ministarstva rada i mirovinskog sustava ukazivali na još veće produbljivanje diskriminacije ako se uvede takva odredba u ZOMO. SUH još od 2019. godine kada je uvedena odredba o 6 mjeseci dodanog staža, ali za samo novoumirovljene ukazuje na taj problem, i traži da se dodani staž po djetetu omogući svim majkama, s time da se taj staž računa i za ostvarivanje prava na mirovinu.

Ustavna tužba na pomolu

Od 2019. do danas pisale su nam, zvale ili ostavile komentar na našoj tematskoj Facebook stranici „Pokret protiv siromaštva starijih osoba“ na tisuće nezadovoljnih umirovljenih majki. Mara R. jedna je od oko 2.000 umirovljenih majki koje su imale tu nesreću da u mirovinu odu pred sami kraj 2018. godine, a rodila je troje djece, pa ju još više boli takva nepravda. Nedavno nam se javila u nevjerici i rekla pa a s je li moguće da će netko dobiti 12 mjeseci po djetetu, a ona ništa.

Predstavnici SUH-a najavili su i mogućnost podizanja ustavne tužbe po tom pitanju, a sigurno neće izostati velika medijska kampanja ako Vlada ne prihvati prijedlog da se to pravo omogući jednako svim majkama, ili barem onima koje su otišle u mirovinu nakon 1999. godine, a koje predstavljaju ogromnu većinu umirovljenih majki. Naime, od 1999. su bitno postrženi uvjeti umirovljenja, pa

prosječna razlika u mirovinama „starih“ (do 31.12.1998.) i novih umirovljenika iznosi čak 92 eura. A šest mjeseci dodanog staža znači tek oko 10 eura povećanja mirovine za jedno dijete.

Lako dokaziva diskriminacija

I laički gledano diskriminacija je po ovom pitanju vrlo uočljiva, no i sam Zakon o suzbijanju diskriminacije kaže da se „diskriminacijom smatra stavljanje neke osobe u nepovoljniji položaj na temelju pogrešne predodžbe o postojanju osnove za diskriminaciju“, a neravnopravnost umirovljenika u ostvarivanju raznih prava oblik je neizravne diskriminacije prema članku 2. stavku 2. tog zakona: „Neizravna diskriminacija postoji kada naizgled neutralna odredba, kriterij ili praksa, stavlja ili bi mogla staviti osobe u nepovoljniji položaj u odnosu na druge osobe u usporedivoj situaciji, osim ako se takva odredba, kriterij ili praksa mogu objektivno opravdati“. Dubravka, Mara, i još nekoliko stotina tisuća žena definitivno pripadaju istoj skupini umirovljenica, a dobivaju različit tretman od države.

Da ne bi bilo dileme, i Ustav RH u članku 90. stavku 5. dozvoljava tzv. retroaktivnu primjenu pojedinih odredbi zakona, a diskriminacija unutar podskupina umirovljenika je, nema sumnje, posebno opravdan razlog.

Kompromisno rješenje postoji

Svi argumenti, logika, pravda i interes nekoliko stotina tisuća umirovljenica su na jednoj strani, a na drugoj je Vladin prijedlog da se 12 mjeseci dodanog staža daje onima koji će tek ići u mirovinu. Time bi se nepravdno stvorile tri kategorije umirovljenih majki. Ona najbrojnija, gdje im se ne priznaje to što su rodile djecu, zatim druga kategorija onih kojima je dodano šest mjeseci staža, te treća, nova kategorija, kojima se dodaje 12 mjeseci.

Zbog toga SUH, uvažavajući i mogućnost povećanih financijskih izdataka države, predlaže kompromisno rješenje da se za početak nadolazećim izmjenama ZOMO-a svim umirovljenim majkama nakon 1999. godine prizna šest mjeseci dodanog staža po djetetu, a za dvije-tri godine novim izmjenama svima povisi na 12 mjeseci.

Smanjiti rodni jaz u mirovini

Iako sa strane ministarstva redovito spominju da je riječ o demografskoj mjeri, činjenica je da nitko od žena koje planiraju trudnoću ne razmišljaju da će im netko u



budućnosti dati 10 ili 20 eura u mirovini. Cilj mjere je prvenstveno smanjiti rodni jaz u mirovinama između muškaraca i žena, a koji trenutno iznosi 20 posto.

Vlada je proteklih 6 godina na sugestiju umirovljeničkih udruga izmjenama ZOMO-a doista utjecala na smanjivanje tog jaza, koji je krajem 2018. godine iznosio 24,9 posto. To je ostvareno povećanjima najniže mirovine za 3,13 posto 2019. godine i za još 3 posto 2023. godine, zatim su za 10 posto porasle obiteljske mirovine, te je uveden i obiteljski dodatak, a i spomenuto uvođenje 6 mjeseci dodanog staža donijelo je malo manje od 2 posto povećanja mirovina po djetetu manjem dijelu umirovljenica.

Kada bi Vlada učinila pravu stvar i priznala pravo na šest mjeseci dodanog staža svim umirovljenim majkama nakon 1999. godine, prema grubim procjenama smanjila bi rodni jaz u mirovinama za 4 posto, pa bi on pao sa 20 na 16 posto. Na Vladi je sad odluka, hoće li produbiti diskriminaciju, ili će je ispraviti, i pritom još i smanjiti rodni. Samo se nameće jedino ispravno rješenje... **Igor Knežević**

Šemper podnio ustavnu tužbu

Mirovinski stručnjak Željko Šemper podnio je tužbu Ustavnom sudu zbog načina usklađivanja mirovina, smatrajući da su umirovljenici sustavno zakinuti zbog manjeg izračuna prilikom većine usklađivanja. Šemper je javnosti otkrio ključne detalje tužbe, uz koju je priložio precizne izračune te odgovor ministra rada i mirovinskog sustava Marina Piletića, koji tvrdi da je razlika zanemariva.

Problem, kako objašnjava Šemper, leži u tome što Zavod za mirovinsko osiguranje prilikom usklađivanja mirovine računa na dvije umjesto četiri decimale, što rezultira manjim iznosima mirovina. Iako se na razini pojedinca radi o sitnim iznosima, ukupni gubitak umirovljenika na godišnjoj razini mjeri se u milijunima eura.

Problem zaokruživanja decimala

Upravno vijeće HZMO-a je kod zadnjeg usklađivanja u srpnju, donijelo odluku o postotku usklađivanja, koji je iznosio 7,46 %. No, Zavod za mirovinsko osiguranje zaokružio je iznos na dvije decimale, na 13,17 eura, što je dovelo do razlike u obračunu. Kada se taj iznos podijeli sa starom AVM, dobiva se povećanje od 7,42 %, iako je službeno iznosilo 7,46 %. Tako su umirovljenici zapravo dobili 0,04 % manje nego što su trebali.

„U više navrata upozorio sam Ministarstvo rada i mirovinskog sustava, ministra Piletića i ravnatelja HZMO-a na ovo. Ništa se nije promijenilo. Od ministra Piletića sam dobio pojašnjenje kako je AVM novčana vrijednost mirovine za jedan osobni bod, pa AVM nije moguće iskazati na više decimalnih mjesta, zbog čega onda dolazi do odstupanja u usklađenom iznosu mirovine. Isto tako pojašnjavaju da se ove razlike u dužem razdoblju prebijaju, a utjecaj zaokruživanja je uglavnom neutralan“, pojašnjava Šemper u svojoj ustavnoj tužbi.

Koliko su umirovljenici izgubili?

Šemper ističe da se u formuli izračuna mirovine svi parametri obračunavaju na četiri decimale, pa ne vidi razlog zašto bi aktualna vrijednost mirovine bila iznimka. Ipak, HZMO primjenjuje drugačiji pristup, računajući je na samo dvije decimale, što u konačnici dovodi do financijskih gubitaka. Kada se takva praksa primijeni na sve umirovljenike, ukupna šteta godišnje doseže milijunske iznose, smatra Šemper.

Analizom posljednjih šest usklađivanja od 2022. godine, Šemper je utvrdio da su umirovljenici u pet navrata bili zakinuti, dok je samo jedno usklađivanje išlo u njihovu korist.

„Najveća šteta nastala je upravo u posljednje dvije godine, kada su cijene i plaće značajno rasle, a umirovljenici su dobili manja usklađenja nego što su trebali“, naglašava.

Primjerice, siječanjско usklađivanje 2024. godine povećalo je AVM s 11,77 na 12,26 eura, no zbog zaokruživanja su umirovljenici s prosječnom mirovinom od 452,74 eura izgubili oko 0,12 eura mjesečno. Na razini svih umirovljenika to je značilo gubitak od 149.000 eura mjesečno, odnosno 1,7 milijuna eura godišnje.

Slično se dogodilo i u srpnju prošle godine, kada je prosječna mirovina od 535 eura bila manja za 20 centi, što je na razini svih umirovljenika rezultiralo mjesečnim gubitkom od gotovo četvrt milijuna eura, odnosno oko 1,4 milijuna eura u šest mjeseci.



Ministarstvo: „Umirovljenici nisu oštećeni“

Zbog posljednja dva usklađivanja ukupni gubitak umirovljenika tako je premašio tri milijuna eura, izračunao je Šemper. U svojoj ustavnoj tužbi priložio je mišljenja stručnjaka koji ističu da bi pravedniji način obračuna bio korištenje više od dvije decimale. No, Ministarstvo rada i mirovinskog sustava ne dijeli to mišljenje.

U svom odgovoru Šemperu, ministar Marin Piletić objašnjava da se AVM računa kao novčana vrijednost mirovine te da se zbog toga ne može iskazivati s više od dvije decimale.

„Zbog takvog načina obračuna dolazi do odstupanja u usklađenom iznosu mirovine“, navodi ministar. Dodaje i da se svota mirovine iskazuje u eurima i centima, zbog čega su veće decimalne vrijednosti nepraktične te se zaokruživanje smatra nužnim. Prema njegovim riječima, umirovljenici dugoročno nisu zakinuti, jer je od 1999. godine do danas ukupna razlika u usklađivanju za prosječnog umirovljenika iznosila tek 13 centi. „Ponekad je obračun na dvije decimale išao i u korist umirovljenika, pa kada se sve zbroji i oduzme, razlika je zanemariva“, kazao je Piletić.

Reakcija i na 12 mjeseci staža

Nakon što je ministarstvo, odnosno Vlada izašla s prijedlogom da se samo budućim umirovljenim majkama uvede 12 mjeseci dodanog staža po djetetu, osim predstavnika SUH-a koji su reagirali i na sastanku Radne skupine za izmjene ZOMO-a i na sjednici Nacionalnog vijeća za umirovljenike i starije osobe, reagirao je i Šemper. On je 11. ožujka podnio Ustavnom sudu ocjenu ustavnosti spornog članka ZOMO-a, jer kao i SUH, smatra da je riječ o diskriminaciji.

„S obzirom na to da je dodani staž majkama pravo za svako rođeno dijete, smatram da jedno te isto pravo mora važiti i biti jednako za sve majke, bez obzira kada su i u kojoj godini umirovljene. Ovim pravom ne može se i ne smije manipulirati u predizbornim obećanjima, jer vrijeda sve majke i njihovu djecu i nanosi im moralnu i materijalnu štetu. Iz ove analize i mojeg zahtjeva očito je da se radi o diskriminaciji, što je neprihvatljivo u našoj socijalnoj i demokratskoj državi Hrvatskoj“, napisao je između ostalog Ustavnom sudu Šemper.

M.Š.F./I.K.

Stanislava Račić, predsjednica Podružnice SUH-a Hrvatska Kostajnica Umjesto da budemo žrtve, moramo se

Kad se pravi ljudi nađu na pravom mjestu, tada su promjene nabolje moguće. Dokaz tome je i Stanislava Račić, koja se nakon umirovljenja 2022. godine vratila iz Švicarske u rodni kraj – Hrvatsku Kostajnicu i odlučila pomoći tamošnjim umirovljenicima i starijim osobama. Naime, u ožujku 2024. godine, nakon 19 godina od prestanka rada, obnovljena je SUH-ova podružnica u tom gradu, a zahvaljujući upravo Stanislavi. Nakon godinu dana rada obnovljene podružnice odlučili smo napraviti intervju sa Stanislavom kako bi saznali više o njoj, te kako je pomogla poboljšati kvalitetu života umirovljenika iz svoje sredine.

● Stanislava, za početak možete li nam se predstaviti i reći malo više o sebi?

Rođena sam u svibnju 1958. u Zagrebu, a odrasla u rodnom mjestu mojih roditelja u Hrvatskoj Kostajnici gdje sam pohađala osnovnu školu i gimnaziju. Nakon mature odlazim na studij komparativne književnosti i španjolskoga jezika u Zagreb. Odmah po završetku studija u proljeće 1983. godine odlazim u Švicarsku (Zürich) gdje ostajem malo manje od 40 godina, do povratka u Hrvatsku nakon umirovljenja u lipnju 2022. Nisam se nikada udavala pa nemam ni muža ni djece, ali sam vrlo povezana sa svojom sestrom i bratom te njegovom djecom. U samoj Hrvatskoj Kostajnici imam vrlo veliku širu obitelj mojih roditelja, brojne bratiće i sestrične s kojima imam vrlo dobar odnos.

● Gdje ste proveli radni vijek i na kojim poslovima? Kada ste se umirovili?

Svoj cijeli radni vijek provela sam u Švicarskoj. Po dolasku sam uz rad učila njemački jezik i studirala. Kao studentica radila sam poslove u restoranu, kuhinji, trgovini te sam na taj način dobila uvid i u život stranaca i useljenika, što mi je pomoglo u kasnijem radu. Naime, osamostaljenjem Hrvatske 1990./91. hrvatski roditelji zajedno s Hrvatskim katoličkim misijama osnivaju Hrvatsku dopunsku školu kako bi hrvatska djeca u Švicarskoj mogla napokon učiti svoj materinski jezik te sam od samog početka sudjelovala u organizaciji nastave, a i u samoj nastavi kao učiteljica. Ministarstvo prosvjete RH 1993. je preuzelo Hrvatske dopunske škole, te sam do 2001. kao koordinatorica bila zadužena za organiziranje nastave u cijeloj Švicarskoj, usko sam surađivala sa švicarskim školskim vlastima, hrvatskim diplomatskim predstavništvima, roditeljima i učiteljima.

Kao predstavnica Hrvata sudjelovala sam u radu Gradske komisije za strance u Zürichu, a od 2004. do 2007. zastupala sam Švicarsku biskupsku konferenciju pri Saveznoj vladi u Saveznoj komisiji za migracije. Po odlasku iz Hrvatske dopunske škole



nakon promjene vlasti u Hrvatskoj 2000. zahvaljujući dobrom poznavanju njemačkog, španjolskog i engleskog jezika, ali i integriranosti u švicarsko društvo, prelazim u Savjetovništvo za strance u kantonu Basel-Landschaft gdje ostajem do početka 2010. godine.

Tada sam se dalje obrazovala i stekla diplomu coacha i voditelja projekata, te upozнала s funkcioniranjem švicarskog socijalnog zakonodavstva. Na novu dužnost u kantonu Aargau prelazim 2010. godine, gdje zajedno s još dvije kolegice utemeljujem Savjetovništvo za strance u tom kantonu i radim na raznim projektima za informiranje i pomoć strancima pri dolasku u Švicarsku.

● Teško je ne primijetiti vaš bogat životopis koji vrvi iskustvom rada s ljudima. I baš zahvaljujući vašem trudu i angažmanu nakon 19 godina obnovljena je SUH-ova podružnica u Hrvatskoj Kostajnici. Kako je tekao cijeli proces i odakle vam uopće ideja da organizirate umirovljenike u vašem gradu?

U Gradu Hrvatska Kostajnica koji broji oko 1.800 stanovnika, danas je više od trećine umirovljenika. O njima ne brine i ne organizira ih nitko. Sami umirovljenici su rezignirani, zatvorili se u sebe i postali apatični. Po povratku iz Švicarske u lipnju 2022. svakodnevno sam šetala gradom i susretala sugrađane, danas umirovljenike, koje većinom poznajem još iz školskih dana. U razgovoru sam osjetila veliko nezadovoljstvo situacijom u Gradu, ali i nemoć, nevjericu da se nešto može promijeniti.

Izdavač: Sindikat umirovljenika Hrvatske

Za izdavača: Igor Knežević, glavni i odgovorni urednik

Uređuje: Uredništvo

Adresa Uredništva: 10 000 Zagreb


Trg kralja Petra Krešimira IV. br. 2/II.

Info: telefon/fax: 01/4655 146; 01/4635 202

E-mail: suh@suh.hr; Web stranica: www.suh.hr

Grafički urednik: Zvonko Petrinjak



Tisak:  Odranska 18, 10020 Novi Zagreb, mob. 098/704647

Temeljem mišljenja Ministarstva kulture Republike Hrvatske br. 532-03-01/7-96-01 od 20. 2. 1996. glasilo SUH-a je, kao proizvod iz članka 18. točka 13 Zakona o porezu na promet, oslobođen obveza plaćanja poreza na promet.

Cjenik oglasnog prostora (glasilo SUH-a i web stranica www.suh.hr): za jednu stranicu 580 eura; za pola stranice 440 eura i za četvrtinu stranice 290 eura.

izboriti za sebe!

Moje životno iskustvo stranca koji se u novoj sredini morao izboriti za svaki korak, svaki posao i svoje pravo, naučilo me da smo sami odgovorni za sebe i svoj život te se za svoja prava smijemo i trebamo boriti. U Hrvatskoj, nažalost, vlada kultura kukanja i žrtve. Problemi su dio života, razlika je samo u tome kako se prema njima postavimo – tražimo li rješenja ili izgovore.

Iz tih razloga, da pokrenem umirovljenike i da zajedno pokažemo da se stvari mogu mijenjati, pokrenula sam u siječnju 2023. tjedne susrete umirovljenika, a prošle godine smo se odlučili priključiti i SUH-u i obnoviti zamrlu podružnicu koja je od 1997. do 2005. djelovala u Hrvatskoj Kostajnici i bila vrlo brojna i aktivna. U razgovoru s bivšim članovima, sada već u poodmakloj dobi, saznala sam da još uvijek postoje stari zapisnici o radu te podružnice i odlučila kontaktirati središnjicu SUH-a u kojoj su nas odmah podržali u našim namjerama i pružili potrebnu pomoć oko obnavljanja podružnice.

● **Prošlo je godinu dana od obnove podružnice. Recite nam koje aktivnosti obavljate u podružnici, kako se organizirate, koliko imate članova, kakva je suradnja s tijelima lokalne vlasti?**

Početak i okosnicu rada naše Podružnice čine otvoreni susreti utorkom prijepodne. Umirovljenici, koji uglavnom tada idu u kupovinu, svrate na razgovor uz kavu i čaj, dobiju aktualne informacije, a povremeno s lokalnim institucijama poput Crvenoga križa, policije, Gradske knjižnice organiziramo kratka predavanja ili radionice. Susrete posjeti prosječno 10 – 15 umirovljenika. Sama Podružnica trenutačno broji 60 upisanih članova koji rado podržavaju naš rad i prema interesu se pridruže aktivnostima.

Kako bismo naš program prilagodili stvarnim potrebama i interesima umirovljenika, provedena je anketa među članovima putem upitnika. Najviše zanimanja članovi su pokazali za predavanja o važnosti zdrave prehrane, kretanja i mentalnoga zdravlja u trećoj dobi, pješačenje po kostajničkoj okolini, organiziranje izleta, aktivnosti na uljepšavanju Grada te za radionice o receptima i kuhanju. Prema rezultatima te ankete planiramo i naše aktivnosti u ovoj godini.

Osim navedenih susreta, umirovljenice se dva puta tjedno susreću na gimnastici, a od siječnja ove godine pokrenuli smo i radionicu ručnoga rada. Vrlo uspješan bio je i božićni domjenak u prosincu prošle godine kojem je prisustvovalo 30 naših članova.

S Gradonačelnikom smo imali susret u prosincu 2023. gdje smo predstavili rad Podružnice, pokušali upozoriti na probleme umirovljenika i ponudili suradnju s naše strane. Nažalost, nismo naišli na razumijevanje niti interes za konstruktivnu suradnju. Za projekt, koji smo prošle godine podnijeli Gradu, nisu nam odobrena sredstva.

● **Kako živite vi osobno, ali i umirovljenici u vašoj okolini, kakva su im primanja i općenito kvaliteta života?**

Ja osobno sam zadovoljna svojim životom u gradu u koji sam se rado vratila. Uživam u prekrasnoj prirodi, dobrom zraku i miru koji pruža život u provinciji. Vlakom smo dobro povezani sa Zagrebom i Siskom pa se ne osjećam izoliranom. Sa svojom švicarskom mirovinom nemam financijskih poteškoća što sigurno pridonosi zadovoljstvu i visokoj kvaliteti života.

Većina umirovljenika u Hrv. Kostajnici nema velike mirovine i za neke je uistinu izazov preživjeti s malim primanjima. Kako život u provinciji ima i prednosti – manje životne troškove i stanovanje u obiteljskim kućama s vrtom i okućnicom te razvijenu socijalnu mrežu, kostajnički umirovljenici se puno ne žale. Najveći financijski problem predstavljaju troškovi ogrjeva u jesen jer se uglavnom svi griju na taj način.

● **S kojim pitanjima vam se najčešće obraćaju umirovljenici i starije osobe, što ih najviše tišti?**

Kostajnički umirovljenici se najviše žale na stanje u Gradu. Osjećaju se ostavljenima i neslušanima. Nezadovoljni su infrastrukturom u gradu, tržnicom koja se gotovo ugasila, potrebom za prijevozom na liječničke preglede u Sisak i Zagreb, a osobito potrebom izgradnje doma za starije.

● **Od 1. srpnja ove godine najavljene su tri velike izmjene u Zakonu o mirovinskom osiguranju za koju se zalažu SUH i Matica, i to nova formula usklađivanja mirovina, 13. godišnja naknada i 12 mjeseci dodatnog staža umirovljenim majkama. No, niti poboljšana formula usklađivanja (85-15) nije ono što bi SUH želio (100-0), a za preostale dvije izmjene se tek treba dogovoriti kako će u konačnici izgledati. Što smatrate da bi se još trebalo promijeniti, a da bi materijalno-društveni položaj umirovljenika bio bolji?**

Trenutačni položaj umirovljenika u Hrvatskoj nije lak, ali moram naglasiti da položaj umirovljenika nigdje nije lak, pa ni u Švicarskoj, iako mnogi u to ne vjeruju. Hrvatski umirovljenici trebaju se još više boriti za svoja prava i dizati svoj glas. I samo onda, kada shvate da se trebaju boriti zajedno i reagirati na svaku nepravdu, jer ima nas puno, doći će do promjena i poboljšanja.

Pozdravljam sve napore Sindikata umirovljenika za poboljšanje materijalno-društvenoga položaja umirovljenika. Važno je, uistinu, raditi na mjerama za poboljšanje standarda sadašnjih generacija umirovljenika. Tu bih svakako naglasila potrebu za izgradnjom priuštivog smještaja starijih osoba kao i traženje alternativnih načina za njihovu izgradnju. Mislim da bi i današnje umirovljenike, a osobito one koji tek dolaze, trebalo poticati da se organiziraju i traže i druge mogućnosti zbrinjavanja u starosti. Kao primjer navela bih osnivanje zadruga koje bi gradile domove ili osnivanje zajednica za stanovanje koje bi vodili i o njima brinuli sami umirovljenici.

Cijeli svoj radni vijek provela sam u Švicarskoj gdje se na umirovljenje misli već pri prvom zaposlenju, a građane se educira i potiče da već puno ranije počnu dodatno štedjeti za to razdoblje svoga života. Mislim da bi se na tome trebalo raditi i u Hrvatskoj.

● **Kako provodite slobodno vrijeme, imate li hobbije?**

Vrlo rado hodam u prirodi pa sam se učlanila u Planinarsko društvo „Djed“ u Hrvatskoj Kostajnici s kojim najradije obilazim kostajničku okolicu. Ako se može nazvati hobbijem, tu su i putovanja na kojima mogu povezati hodaње i obilaženje kulturne baštine kako naše domovine tako i inozemstva, zatim čitanje i rad s udrugama na poboljšanju kvalitete života i oživljavanju zamrle tradicije u Hrvatskoj Kostajnici.

Igor Knežević

Izbavljenje od čvrstog zagrljaja neimaštine

Siromaštvo, materijalno siromaštvo, je staro koliko i ljudsko društvo. Definicija siromaštva mijenjala se tijekom različitih povijesnih razdoblja. Postoji više definicija, a ona najjednostavnija kaže da je siromaštvo nedostatak osnovnih uvjeta za život. To je neimanje novca za podmirenje osnovnih životnih potreba. U Republici Hrvatskoj neprestano raste broj siromašnih. Gotovo petina građana u našoj zemlji je u riziku od siromaštva, a jedna trećina jedva spaja kraj s krajem. Svaka treća osoba u riziku od siromaštva starija je od 65 godina.

U Zagrebu, glavnom gradu, krajem 2024. godine bilo je 12 posto građana u riziku od siromaštva i socijalne isključenosti. Humanitarne organizacije i udruge imaju pune ruke posla i čine koliko god mogu ne bi li olakšali svakodnevni život što većem broju ljudi slabijeg imovinskog stanja. Zbog prevladavajućeg osjećaja krize, kako objektivnog tako i subjektivnog, posjetili smo Caritas Zagrebačke nadbiskupije i njihovu socijalnu samoposlugu u gradskoj četvrti Gajnice.

Porastao broj korisnika

Inače, Caritas Zagrebačke nadbiskupije punopravni je član Hrvatske mreže protiv siromaštva, Hrvatske mreže za beskućnike i Hrvatske mreže socijalnih samoposluga.

„U okolnostima svih mogućih kriza, potrebe građana u stalnom su porastu. U evidenciji primatelja brojnih karitativnih usluga i pomoći Caritasa Zagrebačke nadbiskupije u 2024. godini evidentirano je ukupno 4.547 korisnika. Od tog broja evidentirano je 250 novih korisnika“, kazao nam je Zvonko Erceg, zamjenik ravnatelja i tajnik Caritasa.

Korisnici Caritasove socijalne samoposluge su pojedinci i obitelji lošeg imovinskog statusa kojima je potrebna pomoć u zadovoljavanju osnovnih životnih potreba, a posebno pomoć u prehrambenim i higijenskim proizvodima. Takvu vrstu pomoći ostvaruju samci, mnogočlane obitelji, jednoroditeljske obitelji, osobe s invaliditetom, umirovljenici, hrvatski branitelji, imigranti, azilanti, beskućnici, nezaposlene osobe, žrtve nasilja u obitelji, osobe pod ovrhama i ostali.

„Nažalost, najzastupljenija kategorija korisnika ove vrste pomoći osobe su starije životne dobi kojih u našoj evidenciji ima 1.034“, konstatirao je Erceg.

Raskošniji paketi za blagdane

Dok smo razgledavali socijalnu samoposlugu u Gajnicama i pritom razgovarali s Mejremom Lujinović, socijalnom radnicom u socijalnoj službi Caritasa Zagrebačke nadbiskupije i Suzanom Klarić, voditeljicom samoposluge, osim nekoliko volontera i hrvatskih građana, korisnika dućana, primijetili smo jednu mladu Afrikanku i jednu Ukrajinu, majku četvero malodobne djece.

„Osim naših ljudi, ovdje dolaze i stranci sa zagrebačkom adresom, dolaze po savjet, među njima su ljudi koji teško dobivaju radnu dozvolu. Pomažemo im i upućujemo ih kome da se obrate. Koliko znamo i možemo. Teške su to



situacije“, pojasnila nam je socijalna radnica Lujinović.

Pozornost nam je privukao i jedan mladi bračni par s malom bebom. Jako su se razveselili svježim šampinjonima koji su se taj dan nudili u samoposluzi.

„Nemojte zaboraviti uzeti i luka, imamo finog luka“, podsjetila ih je voditeljica dućana Suzana Klarić, koja radi u Caritasu dva desetljeća, a u socijalnoj samoposluzi oko četiri godine.

Paket s prehrambenim namirnicama i higijenskim potrepštinama svaki pojedini korisnik ima pravo dobiti jednom u dva mjeseca, u prosjeku. O blagdanima poput Božića i Uskrsa paketi su raskošniji i bogatiji od uobičajenih. Paketi se dijele u tri kategorije: za samce ili dvoje ljudi, za tri do pet članova u obitelji i za obitelji s više od šest članova. Uz pakete uvijek je moguće dobiti svježe voće i povrće koje također stiže iz donacija. Što se tiče donacija u hrani i higijenskim potrepštinama, uz donacije tvrtki, obiteljskih poljoprivrednih gospodarstava i privatnih osoba, značajan doprinos radu Caritasove socijalne samoposluge daju trgovački lanci.

„Široka je i raznovrsna paleta Caritasovih donatora. Uzimajući u obzir novčane donacije imamo umirovljenika koji nam pomažu redovitim darovima od njihove ionako

U sektoru pružanja socijalnih usluga Caritasovi stručni djelatnici u suradnji s nadležnim zavodima za socijalni rad, i po potrebi drugim institucijama, za svakog pojedinog korisnika izrađuju individualni plan uz aktivno sudjelovanje i u dogovoru s korisnikom, obitelji, skrbnikom ili zastupnikom. Individualni plan utvrđuje ukupne potrebe korisnika, jasne ciljeve i metode provedbe te način procjene i evaluacije postignutih rezultata.

skromne mirovine, kao i donatora koji daruju značajnije i veće iznose. Daleko su brojniji ovi prvi. Dio potrebnih sredstava osiguravamo i sudjelovanjem na javnim pozivima poput *Ublažavanje siromaštva pružanjem pomoći najpotrebitijim osobama podjelom hrane i osnovne materijalne pomoći* iz Europskog socijalnog fonda u sklopu operativnog programa *Učinkoviti ljudski potencijali 2021.-2027.*“, istaknuo je Erceg.

Bolesni, sami i siromašni

Ako se za trenutak zaustavimo na skrbi za starije i nemoćne osobe, Caritas za njih brine još od 1994., a kao registrirani pružatelj takve socijalne usluge, koja je sve traženija, djeluje od 2016. godine. Pomoć u kući podrazumijeva terenske obilaske koji se prema potrebi svakog pojedinog korisnika odvijaju svakodnevno odnosno jednom ili više puta tjedno. Mnogim starijim osobama visoka životna dob i zdravstvene okolnosti otežavaju ili onemogućavaju samostalno vođenje kućanstva i obavljanje svakodnevnih životnih aktivnosti te im je u tome potrebna povremena pomoć i podrška. Uslugom pomoći u kući korisnicima se pruža pomoć u kućanskim poslovima (pospremanje, kuhanje, glačanje, odlazak po namirnice i dr.), psihosocijalna pomoć (druženje, razgovor, aktivno slušanje, šetnje i sl.) te pomoć u zadovoljavanju drugih svakodnevnih potreba.

„Uz redovite usluge pomoći u kući, suradnjom i koordinacijom sa Socijalnom službom Caritasa, korisnicima povremeno pružamo i pomoć u odjeći, obući, prehrambenim namirnicama i ortopedskim pomagalicama. U 2024. godini uslugom pomoći u kući bila su obuhvaćena 43 korisnika kojima je šest gerontodomačica omogućilo kvalitetniji život u njihovu domu“, rekao je Erceg za Glas umirovljenika.

Na pitanje o susretu s nekim težim socijalnim slučajevima, slučajevima koji se iz nekog razloga posebno urezuju u sjećanje, tajnik Caritasa Zvonko Erceg je spremno odgovorio da su za njega osobno najteže situacije u kojima je u pitanju bolest, posebno bolest djece.

„U sjećanju mi je najsnažnije prisutna obitelj koja ima dijete s višestrukim dijagnozama. Pamtim nevjerojatnu snagu roditelja, njihovu povezanost i posvećenost tom djetetu, njihovu usmjerenost na ono bitno, te se svaki put kada ih se sjetim - posramim. Unatoč svim izazovima i kušnjama kroz koje ovi roditelji prolaze, uvijek su nasmijani, vedri i pozitivni. Mi često previše važnosti pridajemo nevažnim i nebitnim stvarima i situacijama, a olako zanemarujemo i zaobilazimo ono bitno“, iskreno i otvoreno promišlja Zvonko Erceg.

Sa 80 godina radi kao čistačica

Socijalna radnica Merjema Lujinović na isto pitanje manje spremno odgovara zato što joj je teško odlučiti. Dok promišlja, govori kako podjednako suosjeća sa svim ljudima i njihovim teškim životnim pričama. Ipak, duboko ju dotiču samohrane bake 70+ i 80+ godina, gospođa od 80 godina koja živi kao podstanarka i još uvijek radi kao čistačica.



Nadalje, u Caritasu smo doznali da je u Caritasu Zagrebačke nadbiskupije u 2024. godini volontiralo 170 volontera koji su darovali 10.363 volonterska sata, uključeni u radu karitativnog i socijalnog sektora Caritasa. Volonteri koji su uključeni u volontiranje javljaju se pojedinačno, uključuju se kroz udruge s kojima Caritas ima sklopljene ugovore o suradnji, a tijekom cijele godine u volontiranje se uključuje i korporativni sektor koji nastoji pomoći i odraditi veće radne volonterske akcije.

Prema sadašnjim trendovima i učestalim valovima poskupljenja, nažalost, potrebitih će biti još i više. To će značiti i puno posla za Caritasovu socijalnu samoposlugu u Gajnicama koja za svoje korisnike radi od ponedjeljka do petka od 8 do 12 sati. Nakon 12 sati vrijedni djelatnici pripremaju pakete za sljedeći dan. Sljedeći dan za voditeljicu samoposluge Suzanu Klarić i njezine suradnike znači dan kada si nekome pružio toplu ljudsku ruku utjehe i konkretne pomoći.

Melita Funda

Društvo solidarnosti za mene znači zajednicu pojedinaca i različitih skupina koji teže ostvarivanju osobne sreće i zadovoljstva vodeći pri tom itekako računa da iste te ciljeve i težnje ostvare i svi slabiji, ranjiviji i koji su na margini.

Zvonko Erceg, zamjenik ravnatelja i tajnik Caritasa

Osigurati europsku minimalnu mirovinu

Dana 26. i 27. veljače 2025. godine u Bruxellesu je održana sjednica izvršnog odbora FERPA-e, europske federacije umirovljenika i starijih osoba, na kojoj je među 50-ak predstavnika sudjelovao i glavni tajnik Sindikata umirovljenika Hrvatske Igor Knežević. Glavna tema sastanka bila je rasprava i priprema FERPA-ine Deklaracije koja će se usvojiti na sljedećoj generalnoj Skupštini organizacije u svibnju ove godine u Parizu, a povodom obilježavanja 30 godina od osnutka ove organizacije.

Stariji nisu teret društvu

Glavni tajnik FERPA-e Agostino Siciliano kazao je kako starost ne znači da se moramo prestati boriti za svoja prava, jer stariji ljudi doprinose razvoju društva i pomažu mladima. Naglasio je i probleme s kojima se EU suočava nakon izbora novog američkog predsjednika Trumpa, kao i sve učestalije terorističke napade koji izazivaju strah kod opće populacije, pa tako i starijih osoba. Dodao je da se starije osobe ne smiju smatrati teretom i troškom društva, te da mirovinski sustav mora biti adekvatan, a ne samo da štiti od siromaštva.

Glavni tajnik SUH-a Knežević kazao je kako se Vlade u EU državama različito odnose prema umirovljenicima, navodeći da je tzv. prosječna stopa razmjene u cijeloj EU iznosi 58 posto, što znači da osoba koja zaradi 100 eura u dobi od 50 do 59 godina će primiti 58 eura u mirovini u dobi od 65 do 74 godine. Dodao je da najvišu stopu imaju Grčka (78 posto), Španjolska (77 posto) te Italija (75 posto), a da najnižu ima Hrvatska (35 posto), Litva (36 posto) te Irska (39 posto).

Zajednička politika kao cilj

Zbog toga, kazao je, moramo pronaći način da FERPA pojača svoj utjecaj na institucije Europske unije koja bi onda donosila univerzalne politike koje su obvezujuće za sve države članice. Naveo je da je dobar primjer FERPA-in manifest usvojen prije četiri godine, u kojem se traži da se ustanovi model obvezne minimalne mirovine u cijeloj Europi, a koja bi bila iznad linije siromaštva.

Dodao je i da je svaki šesti umirovljenik u EU u riziku od siromaštva, dok je u Hrvatskoj svaki treći. Za kraj, Knežević je kazao kako živimo u okrutnom svijetu, gdje ratovi i terorizam kucaju na naša vrata, jačaju ekstremno desne stranke koje pokušavaju eliminirati socijalne dijaloge, gdje siromašni, bolesni, drugačiji, i stari su sve manje i manje zaštićeni, zbog čega FERPA mora biti još glasnija i hrabrija u borbi za prava umirovljenika i starijih osoba.

Jedinstvena i jaka Europa

Drugog dana sastanka kao gost prisustvovao je Giulio Romani, tajnik ETUC-a (Europske konfederacije sindikata)

zadužen za socijalnu zaštitu i mirovine. Bez zadržke je govorio kako se američkom predsjedniku Trumpu moraju postaviti granice, ali i da Europa mora gledati u budućnost, i ne vraćati se unatrag, jer nitko nije kriv što je napravio njegov otac ili djed u ratovima koji su se vodili na europskom kontinentu.

Očigledno se zalaže za jače europsko političko i vojno jedinstvo, jer je dodao kako jedini pravi put Europe je izgraditi socijalnu protekciju, ali i zajedničku EU vojsku koja ne samo da bi pružala sigurnost, već bi se smanjili troškovi obrane po državama članicama, čime bi ostalo više novca za socijalu. Kazao je da je nažalost proces donošenja odluka prespor, zbog čega starije osobe pate i čekaju bolje sutra.

Ono što je dobra vijest je još jače povezivanje FERPA i ETUC-a, jer će ubuduće u izvršnom odboru Europske konfederacije sindikata, koja je konfederacija radničkih sindikata,



sjediti i dva predstavnika FERPA-e, od čega će jedan imati pravo glasa, što je potrebno s obzirom da svaka mjera ili pravo koje se tiče radnika utječe, odnosno ima posljedice na njegovu buduću mirovinu.

Borba protiv ageizma

Drugog dana raspravljalo se o spomenutoj Deklaraciji FERPA-e koja će se usvojiti u svibnju, gdje će se naglasiti starenje europskog stanovništva (do 2050. godine 30 posto će biti starije od 65 godina), zbog čega će se tražiti kvalitetniji i održiviji zdravstveni sustav, indeksacija mirovina i plaća koja će pratiti rast cijena, kao i minimalna mirovina iznad linije siromaštva koja će osigurati pristojan život. Zatražit će se da se ubuduće EU institucije konzultiraju s FERPA-om kod donošenja odluka koje će utjecati na živote umirovljenika i starijih osoba.

Nadalje, FERPA će se oštro protiviti povećanju dobi za odlazak u mirovinu, borit će se za dostojne uvjete stanovanja, protiv svakog oblika nasilja nad starijima, i svih drugih oblika ageizma, kojima se starije osobe isključuje iz socijalnog, političkog i kulturnog života.

Nisu zaboravljeni i radnici i mladi, pa će se tako u Deklaraciji tražiti da se mladim ljudima osiguraju stalna zaposlenja na puno radno vrijeme, čime će se popraviti omjer između umirovljenika i radne populacije, a kako bi se u sadašnjosti i budućnosti osigurala stabilnost sustava socijalne sigurnosti i tako definitivno razbila negativna stigma međugeneracijskih odnosa.

I.K.



Vodič obveznog zdravstvenog osiguranja

PRILOG GLASILU SINDIKATA UMIROVLJENIKA HRVATSKE U OŽUJKU 2025.

UPRAVNO VIJEĆE HRVATSKOG ZAVODA ZA ZDRAVSTVENO OSIGURANJE

20. redovna sjednica Upravnog vijeća Hrvatskog zavoda za zdravstveno osiguranje (HZZO) održana je 25. veljače 2025. godine. U nastavku izdvajamo najvažnije odluke.

Novi lijekovi i nova pomagala na listama HZZO-a

U redovnom postupku na liste ortopedskih i drugih pomagala HZZO-a stavljeni su dijelovi za proteze za noge, pomagala za kretanje, pomagala kod šećerne bolesti, pomagala za urogenitalni sustav, obloge za rane, pomagala za disanje, pomagala za peritonejsku dijalizu i druga pomagala.

Od novih lijekova na osnovnu listu lijekova HZZO-a stavljeni su lijekovi:

- fedratinib za liječenje splenomegalije kod bolesnika sa mijelofibrozmom
- glofitamab za liječenje difuznog B-veli-

kostaničnog limfoma

- krovalimab za liječenje paroksizmalne noćne hemoglobinurije
- deukravacitinib za liječenje plak psorijaze.

Dodatno su uz lijekove koji se već nalaze na osnovnoj listi lijekova HZZO-a stavljene nove indikacije:

- uz lijek ruksolitinib: policitemija vera
- uz lijek ravulizumab dodana je nova indikacija: optički neuromijelitis
- uz lijek pembrolizumab: adjuvantno liječenje melanoma, prva linija liječenja raka vrata maternice, prva linija liječenja HER2-negativnog i HER2-pozitivnog adenokarcinoma želuca i neo/adjuvantno i adjuvantno liječenje NSCLC
- uz lijek nivolumab: adjuvantno liječenje karcinoma jednjaka i GE spoja, prva linija liječenja planocelularnog karcinoma jednjaka i prva linija liječenja adenokarcinoma jednjaka, GE spoja i želuca.

Također, na liste lijekova HZZO-a stavljene su generičke paralele već postojećih lijekova.

IZ SADRŽAJA:

- Novi lijekovi i nova pomagala na listama HZZO-a

- Nove indikacije uz lijekove koji se već nalaze na osnovnoj listi lijekova HZZO-a



IZVJEŠĆE O RADU SEKTORA KONTROLE U 2023. GODINI

(9. dio)

(Nastavak iz prethodnog broja)

2. Isporučitelji ortopedskih i drugih pomagala

U 2023. godinu **pri isporučiteljima ortopedskih i drugih pomagala provedeno je ukupno 41 kontrola.**

U 15 kontrola ili 37 % provedenih kontrola nisu utvrđene nepravilnosti. U ostalim provedenim kontrolama izrečene su 24 opomene, jedna (1) opomena s novčanom kaznom u iznosu 1.328,41 eura te je pokrenut jedan (1) postupak za raskid ugovora.

3. Sekundarna i tercijarna razina zdravstvene zaštite te razina zdravstvenih zavoda

U 2023. godini **na razini sekundarne i tercijarne zdravstvene zaštite te razini zdravstvenih zavoda provedena je 201 kontrola.**

Kontrolori regionalnih ureda/područnih službi HZZO-a proveli su 185 kontrola, a kontrolori Sektora kontrole Direkcije HZZO-a 16 kontrola.

Od ukupno provedene 201 kontrole na razini sekundarne i tercijarne zdravstvene zaštite te razini zdravstvenih zavoda u 73 ili 36 % provedenih kontrola nisu utvrđene nepravilnosti.

Izrečeno je 128 ugovornih mjera, od toga 74 opomene, 13 opomena s naplatom štete u ukupnom iznosu 66.154,64 eura, 35 opomena s novčanom kaznom u ukupnom iznosu 31.293,13 eura i šest (6) opomena s novčanom kaznom i naplatom štete u iznosu 104.919,42 eura.

U kliničkim bolničkim centrima provedena je ukupno 61 kontrola, kontrolori regionalnih ureda/područnih službi HZZO-a proveli su 56 kontrola, a kontrolori Sektora kontrole Direkcije HZZO-a pet (5) kontrola.

U 26 kontrola ili 43 % provedenih kontrola nisu utvrđene nepravilnosti, izrečeno je 35 ugovornih mjera, od toga 20 opomena, četiri (4) opomene s naplatom štete u ukupnom iznosu od 2.811,67 eura, devet (9) opomena s novčanom kaznom u ukupnom iznosu od 12.259,67 eura i dvije (2) opomene s novčanom kaznom i naplatom štete u iznosu 1.007,42 eura.

U kliničkim bolnicama provedeno je 17 kontrola. Kontrolori regionalnih ureda/područnih službi proveli su 16 kontrola, a kontrolori Sektora kontrole Direkcije HZZO-a jednu (1) kontrolu.

U osam (8) kontrola nisu utvrđene nepravilnosti, izrečeno je šest (6) opomena, dvije (2) opomene s novčanom kaznom u iznosu 2.027,12 eura i jedna (1) opomena s naplatom štete i novčanom kaznom u iznosu 606,42 eura.

U klinikama je provedeno 13 kontrola. Kontrolori regionalnih ureda/područnih službi HZZO-a proveli su 12, a kontrolori Sektora kontrole Direkcije HZZO-a jednu (1) kontrolu.

U četiri (4) kontrole nisu utvrđene nepravilnosti. Izrečeno je devet (9) mjera i to osam (8) opomena i jedna (1) opomena s novčanom kaznom u iznosu 199,08 eura.

U općim bolnicama provedeno je 47 kontrola. Kontrolori regionalnih ureda/područnih službi HZZO-a proveli su 44 kontrola, a kontrolori Sektora kontrole Direkcije HZZO-a tri (3) kontrole.

U 11 kontrola nisu utvrđene nepravilnosti, a izrečeno je 36 ugovornih mjera i to 20 opomena, sedam (7) opomena s naplatom štete u iznosu 4.009,58 eura, sedam (7) opomena s novčanom kaznom u iznosu 2.008,73 eura i dvije (2) opomene s naplatom štete i novčanom kaznom u iznosu 88.659,38 eura.

U specijalnim bolnicama provedeno je ukupno 13 kontrola. Kontrolori regionalnih ureda/područnih službi HZZO-a proveli su 11 kontrola, a kontrolori Sektora kontrole Direkcije HZZO-a dvije (2) kontrole. U četiri (4) kontrole nisu utvrđene nepravilnosti, a izrečene su 4 opomene, dvije (2) opomene s naplatom štete u iznosu 59.243,59 eura i tri (3) opomene s novčanom kaznom u iznosu 1.139,71 eura.

U ugovornim ordinacijama koje provode izvanbolničku specijalističko - konzilijarnu zdravstvenu zaštitu kontrolori regionalnih ureda/područnih službi HZZO-a proveli su 15 kontrola. U sedam (7) kontrola nisu utvrđene nepravilnosti, izrečene su četiri (4) opomene i četiri (4) opomene s novčanom kaznom u iznosu 834,93 eura.

U poliklinikama kontrolori regionalnih ureda/područnih službi HZZO-a proveli su 19

• Izvješće o radu sektora kontrole u 2023. godini (9. dio)

• Izrečeno 128 ugovornih mjera

kontrola. U osam (8) kontrola nisu utvrđene nepravilnosti, a izrečeno je 10 opomena i jedna (1) opomena s naplatom štete i novčanom kaznom u iznosu 14.646,20 eura.

U domovima zdravlja koji provode i specijalističko - konzilijarnu zdravstvenu zaštitu provedeno je ukupno 11 kontrola, kontrolori regionalnih ureda/područnih službi HZZO-a proveli su 10 kontrola, a kontrolori Sektora kontrole Direkcije HZZO-a jednu (1) kontrolu. U jednoj (1) kontroli nisu utvrđene nepravilnosti, a izrečena je jedna (1) opomena i devet (9) opomena s novčanom kaznom u iznosu 12.823,89 eura.

U zavodima za javno zdravstvo kontrolori regionalnih ureda/područnih službi HZZO-a

proveli su dvije (2) kontrole, u kojima nisu utvrđene nepravilnosti.

U lječilištima kontrolori regionalnih ureda/područnih službi HZZO-a proveli su jednu (1) kontrolu i izrekli jednu (1) mjeru opomene.

U ustanovama/privatnim praksama koje provode fizikalnu terapiju u kući bolesnika kontrolori regionalnih ureda/područnih službi HZZO-a proveli su jednu (1) kontrolu i nisu utvrđene nepravilnosti.

U zavodu za transfuzijsku medicinu kontrolori regionalnih ureda/područnih službi HZZO-a proveli su jednu (1) kontrolu, u kojoj nisu utvrđene nepravilnosti.

(Nastavak u idućem broju)



MEĐUNARODNI DAN RIJETKIH BOLESTI

28. veljače 2025. godine obilježen je Međunarodni dan rijetkih bolesti koje se definiraju kao one koje pogađaju manje od jednog pojedinca na 2000 stanovnika.

Prema informacijama Europskog udruženja za rijetke bolesti (Eurordis) postoji više od 6 000 takvih bolesti koje pogađaju između 30 i 40 milijuna ljudi u Europskoj uniji, od čega je otprilike 50% djece. Oko 80% rijetkih bolesti ima genetsku pozadinu, dok su preostale posljedica infekcija, alergija ili čimbenika iz okoline. Utjecaj ovih bolesti na pacijente, njihove obitelji i njegovatelje je značajan, a često ostaju nedijagnosticirane zbog nedostatka informacija ili otežane dijagnostike. Za određeni broj rijetkih bolesti još uvijek nije pronađena učinkovita terapija stoga je od iznimne važnosti kontinuirano istraživati i usavršavati znanje kako bi se dodatno

unaprijedila zdravstvena skrb za oboljele. Zbog fragmentiranog znanja o rijetkim bolestima i malog broja oboljelih, nužna je međunarodna suradnja. Stoga je prikupljanje podataka o rijetkim bolestima važno i za Republiku Hrvatsku kao članicu Europske unije, kako bi se osigurala adekvatna medicinska skrb za pacijente s tim bolestima.

Također, potrebno je i educirati javnost o postojanju rijetkih bolesti, kako bi se osigurala što kvalitetnija zdravstvena briga za oboljele.

Ministarstvo zdravstva podržava sve akcije i inicijative posvećene podizanju svijesti o rijetkim bolestima kako bi se oboljelima omogućila najbolja moguća zdravstvena skrb i normalan život. Osobe koje boluju od rijetkih bolesti ravnopravni su građani koji moraju biti uključeni u društvo u svim aspektima života.

(Izvor: Ministarstvo zdravstva)

- U općim bolnicama provedeno 47 kontrola

- Međunarodni dan rijetkih bolesti

Hrvatski zavod za zdravstveno osiguranje - Direkcija

Margaretska 3, 10000 ZAGREB

www.hzzo.hr

Za nakladnika: ravnatelj Lucian Vukelić, dr. med. spec.

Urednice priloga: Veronika Laušin, dr. med. spec., zamjenica ravnatelja HZZO-a
Martina Furlan, dipl. iur. i Nevenka Mirković, dipl. iur.

BESPLATNI TELEFONSKI BROJEVI

za informacije obveznog zdravstvenog osiguranja: 0800 7979
za informacije dopunskog zdravstvenog osiguranja: 0800 7989

Upravno vijeće HZMO-a donijelo odluke o usklađivanju mirovina - Aktualna vrijednost mirovine od 1. siječnja 2025. povećana za 3,03 %

Na 4. sjednici Upravnog vijeća Hrvatskog zavoda za mirovinsko osiguranje, održanoj **3. ožujka 2025.**, donesena je **Odluka o aktualnoj vrijednosti mirovine (AVM) od 1. siječnja 2025. koja iznosi 13,57 EUR**, a koja je izračunata na temelju objavljenih službenih podataka Državnog zavoda za statistiku.

Budući da je AVM od 1. srpnja 2024. iznosio 13,17 EUR, a **stopa povećanja AVM-a od 1. siječnja 2025. iznosi 3,03 %**, novi AVM iznosi 13,57 EUR.

Stopa usklađivanja aktualne vrijednosti mirovine, koja se primjenjuje 1. siječnja i 1. srpnja svake kalendarske godine, određuje se tako da se AVM uskladi po stopi koja se dobije zbrajanjem stopa promjene prosječnog indeksa potrošačkih cijena i stopa promjene prosječne bruto plaće svih zaposlenih u Republici Hrvatskoj u prethodnom polugodištu u odnosu na polugodište koje mu prethodi. Ako je udio stope promjene prosječnog indeksa potrošačkih cijena u zbroju stopa manji ili jednak 50 %, stopa usklađivanja mirovina određuje se tako da se zbroji 30 % stope promjene prosječnog indeksa potrošačkih cijena i 70 % stope promjene prosječne bruto plaće. Ako je udio stope promjene prosječnog indeksa potrošačkih cijena u zbroju stopa veći od 50 %, stopa usklađivanja mirovina određuje se tako da se zbroji 70 % stope promjene prosječnog indeksa potrošačkih cijena i 30 % stope promjene prosječne bruto plaće.

Udjel stope promjene indeksa potrošačkih cijena u zbroju stopa promjene manji je od 50 %, što znači da se stopa godišnjeg rasta mirovina određuje tako da se zbroji 30 % stope promjene prosječnog indeksa potrošačkih cijena i 70 % stope promjene prosječne bruto plaće, tako da stopa usklađivanja od 1. siječnja 2025. iznosi 3,03 %.

Mirovine povećane prema novoj aktualnoj vrijednosti **isplatit će se u travnju (s mirovinom za ožujak)**, zajedno s razlikom za siječanj i veljaču 2025.

Na sjednici su donesene i **Odluka o najnižoj mirovini za jednu godinu mirovinskog staža od 1. siječnja 2025.** prema kojoj najniža mirovina za jednu godinu

mirovinskog staža od 1. siječnja 2025. iznosi **13,99 EUR**, **Odluka o osnovici za određivanje naknade zbog tjelesnog oštećenja i o usklađivanju novčanih naknada zbog tjelesnog oštećenja od 1. siječnja 2025.** prema kojoj osnovica za određivanje naknade zbog tjelesnog oštećenja, nastalog zbog ozljede na radu ili profesionalne bolesti iznosi **311,07 EUR** te **Odluka o faktoru osnovne mirovine od 1. siječnja 2025. koji iznosi 0,75.**

Također, donesena je **Odluka o visini najniže mirovine hrvatskom branitelju iz Domovinskog rata za godinu 2025.**, koja se od 1. siječnja 2025. određuje u svoti od **339,54 EUR** mjesečno i **Odluka o osnovicama za utvrđivanje vrijednosnog boda prema osobnom činu, ustrojbenom mjestu odnosno zvanju hrvatskog branitelja iz Domovinskog rata za godinu 2024.** koja će se primjenjivati za izračun mirovina ostvarenih od 1. siječnja 2025.



Obavijest o potvrđama o životu za 2025. godinu korisnicima hrvatske mirovine s prebivalištem u Bosni i Hercegovini

Obavještavamo korisnike hrvatske mirovine s prebivalištem u Bosni i Hercegovini, kojima se mirovina iz hrvatskog mirovinskog osiguranja isplaćuje u Bosnu i Hercegovinu, da su elektroničkim putem razmijenjeni podaci potrebni za redovitu isplatu mirovina radi sprječavanja nepripadne isplate zbog smrti korisnika mirovina. Korisnici za koje su na navedeni način razmijenjeni podaci ne trebaju u 2025. godini dostaviti popunjenu, potpisanu i ovjerenu tiskanice potvrde o životu. Korisnicima mirovine za koje nisu razmijenjeni podaci elektroničkim putem, 14. veljače 2025. na kućne adrese poslana su tiskanice potvrde o životu za 2025. godinu.

Radi isplate mirovine iz hrvatskog mirovinskog

osiguranja **korisnici trebaju potvrdu o životu popuniti, potpisati i ovjeriti kod nadležnog tijela te dostaviti Hrvatskom zavodu za mirovinsko osiguranje do 31. ožujka 2025.**

Ujedno, podsjećamo korisnike mirovine s prebivalištem/boravištem u Bosni i Hercegovini, kojima se mirovina iz hrvatskog mirovinskog osiguranja isplaćuje u Republici Hrvatskoj na bankovne račune otvorene u R Hrvatskoj, da radi redovite isplate mirovine iz hrvatskog mirovinskog osiguranja dostave popunjenu, potpisanu i ovjerenu tiskanicu potvrde o životu Hrvatskom zavodu za mirovinsko osiguranje do 31. ožujka 2025.

Tiskanice potvrde o životu mogu se preuzeti na mrežnoj stranici HZMO-a, pod točkom 4.2. Potvrde o životu radi isplate u inozemstvo.



Isplata dijela obiteljske mirovine - novi AVM

Stupanjem na snagu Zakona o izmjenama i dopunama Zakona o mirovinskom osiguranju 1. siječnja 2023., korisnicima mirovine, koji ispunjavaju propisane uvjete, omogućena je isplata dijela obiteljske mirovine uz korištenje starosne, prijevremene starosne ili invalidske mirovine.

Kako bi ostvarili pravo na isplatu dijela obiteljske mirovine iza preminulog supružnika, korisnicima mirovine **mora biti priznato pravo na osobnu (starosnu ili prijevremenu starosnu ili invalidsku mirovinu) i na obiteljsku mirovinu.** Jedan od uvjeta za korištenje dijela obiteljske mirovine jest da ukupna svota mirovine iz obveznog mirovinskog osiguranja u Republici Hrvatskoj (I. i II. stup) ne prelazi iznos od 80 aktualnih vrijednosti mirovine (AVM).

Novom odlukom AVM povećan je za 3,03 % i od 1. siječnja 2025. iznosi 13,57 EUR te je novi iznos najviše mirovine, uz koji je omogućeno korištenje dijela obiteljske mirovine, 1.085,60 EUR.

Uz to, uvjeti za korištenje dijela obiteljske mirovine su sljedeći:

- navršenih 65 godina života
- udovica/udovac je jedini korisnik obiteljske mirovine (uz iznimku da se isplata dijela obiteljske mirovine može odrediti onom članu obitelji koji koristi obiteljsku mirovinu uz druge članove obitelji kojima je utvrđen potpuni gubitak radne sposobnosti ili opća nesposobnost za rad ili uz dijete kojem je priznat status osobe s invaliditetom).

Zahtjev za isplatu dijela obiteljske mirovine trebaju podnijeti:

- korisnici kojima su već ranije priznata oba prava (na starosnu ili prijevremenu starosnu ili invalidsku mirovinu i na obiteljsku mirovinu) trebaju podnijeti **samo zahtjev za isplatu dijela obiteljske mirovine**
- korisnici kojima je priznato pravo na starosnu ili prijevremenu starosnu ili invalidsku mirovinu, a nije im priznato pravo na obiteljsku mirovinu **trebaju podnijeti dva zahtjeva**, i to: zahtjev za priznanje prava na obiteljsku mirovinu i zahtjev za isplatu dijela obiteljske mirovine
- korisnici kojima je priznato pravo na obiteljsku mirovinu, a nije i na starosnu mirovinu, **trebaju podnijeti dva zahtjeva**: zahtjev za priznanje prava na starosnu mirovinu i zahtjev za isplatu dijela obiteljske mirovine.

Nakon provedenog upravnog postupka, korisnici koji su podnijeli zahtjev za priznanje prava na obiteljsku mirovinu i zahtjev za isplatu dijela obiteljske mirovine, primit će dva rješenja:

- rješenje o priznanju prava na obiteljsku mirovinu
- rješenje o određivanju isplate dijela obiteljske mirovine.

Isplaćuje se za korisnika povoljnije mirovinsko primanje (osobna mirovina uz dio obiteljske ili obiteljska mirovina). Iznos dijela obiteljske mirovine određuje se u visini od 27 % od obiteljske mirovine za jednog člana obitelji. Zahtjev za isplatu dijela obiteljske mirovine može se podnijeti u svim područnim službama/uredima/ispostavama HZMO-a, poštanskim uredima diljem Republike Hrvatske, Mirovinskim informativnim centrima ili *online* putem e-Usluga HZMO-a unutar sustava e-Građani.

KORISNICI MIROVINA - statistika za siječanj (isplata u veljači 2025.)

Vrsta mirovine	Broj korisnika	Prosječna neto mirovina
Prema Zakonu o mirovinskom osiguranju - ZOMO*		
Starosna mirovina	408 067	635,24 EUR
Starosna mirovina za dugogodišnjeg osiguranika - čl. 35. ZOMO-a	52 252	716,19 EUR
Starosna mirovina prevedena iz invalidske - čl. 58. ZOMO-a	64 213	532,66 EUR
Prijevremena starosna mirovina	177 167	573,50 EUR
Prijevremena starosna mirovina zbog stečaja poslodavca - čl. 36. ZOMO-a	383	567,44 EUR
Invalidska mirovina	84 303	419,53 EUR
Obiteljska mirovina	156 981	484,24 EUR
I. UKUPNO - ZOMO	943 366	576,72 EUR
II. Djelatne vojne osobe - DVO	16 075	810,90 EUR
III. Hrvatski branitelji iz Domovinskog rata - ZOHBDR	72 130	1.213,97 EUR
IV. Pripadnici Hrvatskog vijeća obrane - HVO	7 358	674,47 EUR
SVEUKUPNO I.+II.+III.+IV.	1 038 929	625,27 EUR
Prosječna starosna ZOMO mirovina s mirovinskim stažem od 40 i više godina	94 405	917,75 EUR
Korisnici osnovnih mirovina	21 909	773,01 EUR
Korisnici najniže mirovine kojima je mirovina određena prema ZOMO-u	272 335	396,58 EUR
Korisnici kojima je isplaćena osobna i dio obiteljske mirovine (DOM)	106 828	644,87 EUR

* bez međunarodnih ugovora

Ukupan broj osiguranika	1 705 216
Ukupan broj korisnika mirovine	1 228 522
Odnos broja korisnika mirovina i osiguranika	1:1,39
Prosječna neto plaća u Republici Hrvatskoj za prosinac 2024.	1.361 EUR
Prosječna sveukupna starosna mirovina ZOMO korisnika koji su pravo na mirovinu ostvarili u 2024. godini (bez međunarodnih ugovora)	630,75 EUR
Korisnici mirovina - muškarci (46,29 %)	568 700
Korisnici mirovina - žene (53,71 %)	659 822
Prosječan mirovinski staž ukupnog broja korisnika mirovina - ZOMO	31 godina
Prosječna dob za ukupan broj korisnika mirovina - ZOMO	73 godine
Prosječan mirovinski staž korisnika starosne mirovine ostvarene u 2025. godini - ZOMO	33 godine
Prosječna dob korisnika starosne mirovine ostvarene u 2025. godini - ZOMO	63 godine

Izlet u Trst i druženje u Vodnjanu

U četvrtak, 13. veljače 2025., u ranim jutarnjim satima, grupa umirovljenika iz Pule krenula je na jednodnevni izlet u prekrasan talijanski grad Trst. Udobnim autobusom i uz dobro raspoloženje, putovanje je brzo prošlo, a po dolasku su sudionici imali priliku istražiti bogatu povijest i kulturu ovog obalnog grada.

Prošetali su poznatim tršćanskim trgovima, divili se arhitekturi te osjetili živahnu atmosferu grada. Nije nedostajalo ni vremena za opuštanje uz kavu u legendarnim tršćanskim kavanama, poznatima po dugoj tradiciji vrhunske kave. Sudionici su uživali u razgledavanju znamenitosti i slobodnom vremenu za šetnju, kupovinu ili jednostavno upijanje mediteranskog ugođaja. Uz puno smijeha i ugodnih razgovora, povratak u Pulu bio je ispunjen lijepim dojmovima i uspomena na još jedan uspješno organiziran izlet.

Dan nakon Valentinova, u subotu, 15. veljače 2025., organizirano je zajedničko druženje umirovljenika u pršutarni i stanciji Buršić u Vodnjanu. Događaj je započeo u 18 sati, a sudionici su uživali u vrhunskoj atmosferi, domaćoj hrani i dobroj glazbi.

U sklopu večeri poslužena je bogata večera s tradicionalnim istarskim specijalitetima, među kojima su se isticali pršut, sirevi i domaće vino. Prijateljska atmosfera, pjesma i ples učinili su ovu večer posebnom. Mnogi su iskoristili priliku za druženje s prijateljima, prisjećanje starih vremena i stvaranje novih uspomena.

Organizatori su se pobrinuli da program bude zabavan i raznovrstan, a svi prisutni složili su se kako bi ovakvih okupljanja trebalo biti još više. Uz smijeh, pjesmu i veselo raspoloženje, druženje je potrajalo do kasnih večernjih sati.

SUH Pula nastavlja s organizacijom sličnih događanja i u



budućnosti, omogućujući svojim članovima prilike za putovanja, izlete i druženja koja obogaćuju njihov društveni život. Veselimo se idućim avanturama i zajedničkim trenucima!

Mirna Šverko Fluksi

PEŠČENICA Na Riječkom karnevalu



Početak ožujka u Podružnici SUH-a Peščenica bio je obilježen kreativnošću i zabavom. U prostoru Mjesnog odbora Bruno Bušić, 1. ožujka 2025. održana je radionica bojanja drvenih srca, na koja su potom ispisivane zanimljive i šaljive poruke. Ta su se srca kasnije simbolično dijelila sudionicima na zajedničkom druženju uz glazbu i veselu atmosferu.

Vikend je nastavljen izletom na Riječki karneval 2. ožujka 2025. Umirovljenici su autobusom otputovali u Rijeku gdje su uživali u spektakularnoj 42. Međunarodnoj karnevalskoj povorci. Uz bogatstvo boja, satire, glazbe i jedinstvene karnevalske energije, svi su se odlično proveli i kući ponijeli nezaboravne uspomene.

M.Š.F.

LABIN U ritmu Broadwaya – Karneval u Zajcu

Labinski umirovljenici doživjeli su pravu glazbenu čaroliju u riječkom kazalištu HNK Ivana pl. Zajca, gdje su uživali u izvedbama poznatih brodvejskih hitova. Na repertoaru su se našle uspješnice iz legendarnih mjuzikala poput *Cabaret*, *Sunset Boulevard*, *Poljubi me Kato*, *Jalta, Jalta*, *New York, New York* i mnogih drugih.

Poseban trenutak večeri bio je kada je s pozornice labinske goste srdačno pozdravila poznata glazbena umjetnica i prvakinja riječkog HNK-a, Leonora Surian Popov. Nakon koncerta druženje je nastavljeno na kazališnom afterpartyju, gdje su umirovljenici razmijenili dojmove i uživali u ugodnoj atmosferi.

M.Š.F.



Dvodnevni izlet u Oroslavlje i Samobor

Članovi Sindikata umirovljenika Hrvatske – podružnica Split, uputili su se 15. veljače 2025. na još jedno nezaboravno putovanje. Ovoga puta odredišta su bila prekrasni gradovi Oroslavlje i Samobor, koji su ih dočekali sa svojom bogatom poviješću, gostoljubivim domaćinima i izvrsnom gastronomskom ponudom.

U ranim jutarnjim satima vesela skupina umirovljenika ukrcala se u autobus i krenula prema svom prvom odredištu. Iako su vremenske neprilike prouzročile zatvaranje nekih cesta, iskusni vozač Nikša Vidošević osigurao je da putnici sigurno i udobno stignu na svoje odredište, uz maksimalnu sigurnost i profesionalnost. Po dolasku u hotel Zagi, srdačno ih je dočekao vlasnik Petar Čmarec sa svojom obitelji, čime su se svi osjećali iznimno ugodno i dobrodošlo. Nakon smještaja u hotelu, sudionici izleta imali su slobodno vrijeme za istraživanje Oroslavlja. Ovaj pitoreskni gradić, smješten u srcu Hrvatskog zagorja, oduševio je putnike svojim šarmom, prirodnim ljepotama i mirnom atmosferom.

U večernjim satima organizirana je svečana večera u hotelu, uz bogatu gastronomsku ponudu, glazbu i ples. Druželjubiva atmosfera i smijeh obilježili su ovu ugodnu večer, pružajući sudionicima priliku za opuštanje i zabavu.

Nakon noćenja i doručka u hotelu, putovanje je nastavljeno prema Samoboru. Ovaj prekrasan gradić, poznat po svojoj bogatoj povijesti, tradicionalnoj arhitekturi i gastronomskoj



ponudi, dočekao je umirovljenike s vedrim vremenom i odličnim vodičem. Sudionici su obišli sve glavne znamenitosti grada, istražujući njegovu povijest i kulturu, a nezaobilazan dio posjeta bila je degustacija slavni samoborskih kremšnita. Oduševljeni njihovim okusom, mnogi su ponijeli slatke suvenire sa sobom.

Navečer je vesela skupina ponovno zauzela svoja mjesta u autobusu i sretno se vratila u Split, ispunjena lijepim uspomena i dojmovima. Pratiteljica izleta, Gordana Lepšanović, dodatno je doprinijela odličnoj atmosferi, brinući se da sve protekne u najboljem redu.

Ovaj dvodnevni izlet još jednom je potvrdio koliko su ova putovanja važna za umirovljenike – ne samo kao prilika za upoznavanje novih mjesta, već i kao način za druženje, razmjenu iskustava i stvaranje novih prijateljstava. SUH Split nastavit će organizirati slična putovanja, a članovi već s nestrpljenjem iščekuju iduću avanturu.

Mirna Šverko Fluksi

BJELOVAR Valentinovski izlet u Đurđevac



Podružnica SUH-a Bjelovar organizirala je 13. veljače 2025. Valentinovski izlet u Đurđevac, pružajući svojim članovima priliku za opuštanje, edukaciju i zabavu. Destinacija je bio poznati hotel Picok, smješten u srcu prirode, koji je pružio savršeno okruženje za bogat program događanja.

Program je uključivao edukativno predavanje o zdravom spavanju, koje je održala riječka tvornica GREX, zatim ukusan ručak u hotelskom restoranu te druženje uz glazbu i ples. Vesela atmosfera, smijeh i dobro raspoloženje bili su neizostavni dio dana, a sve je proteklo u pravom valentinovskom duhu. Uz dobru glazbu, ukusnu hranu i odlično društvo, dan je bio ispunjen radošću, a članovi su s osmijehom zaključili: "Vidimo se na sljedećem izletu!"

M.Š.F.

HRVATSKA KOSTAJNICA Volontiranje u knjižnici

Članovi SUH-ove obnovljene podružnice iz Hrvatske Kostajnice završili su prošlu godinu veselo božićnim domjenkom, a novu godinu započeli radno, volontirajući. Kostajnička Gradska knjižnica „Milivoja Cvetnića“, u čijim prostorijama se umirovljenici redovito sastaju, katalogizirala je nove slikovnice za najmlađe članove. U pomoć su priskočili naši umirovljenici i u dva prijedpodneva pomogli da se na slikovnice polijepu zaštitne folije.

Vrijeme dok su lijepili folije umirovljenici su iskoristili i da se prisjete lijepih trenutaka iz mladosti, i svojih prvih slikovnica koje su živo opisivali kao i prvih pročitanih knjiga i lektira. Djelatnice Knjižnice bile su vrlo zahvalne na pomoći, a umirovljenici sretni da su im se mogli odužiti za gostoprimstvo koje im već dvije godine ukazuju.

Stanislava Račić



Cvijeće za Vesnin oproštaj, Mirjana za kormilom



Dana 10. veljače 2025. godine u Radničkom domu u Zagrebu održana je izborno-izvještajna sjednica Vijeća Povjereništva SUH Zagreb na kojoj su sudjelovali predstavnici 13 od 15 zagrebačkih podružnica SUH-a. Predsjednica POV SUH Zagreb, Vesna Bečić, u uvodu je pozdravila sve prisutne članove Vijeća te kasnije i pročitala Izvještaj o radu u razdoblju od 2021. do 2024. godine., posebno se osvrnuvši na vrijeme tijekom pandemije COVIDA i nakon potresa koji je pogodio Grad Zagreb. Osvrnula se na aktivnosti koje su se provodile u zagrebačkim podružnicama, sve održane sportske susrete tijekom navedenog razdoblja, Gerontološke tulumbe, prigodna predavanja i slične aktivnosti.

Također je informirala o prijavljenim projektima, aktivnostima i suradnji u lokalnoj zajednici te o prisutnosti u medijskom prostoru, provođenju aktivnosti SUH-a poput prikupljanja potpisa za Peticiju „Veće mirovine odmah“ te ostale aktivnosti koje su se

događale tijekom ovog mandata. Njezin izvještaj o radu, kao i financijski izvještaj jednoglasno su usvojeni.

Na sjednici je sudjelovao i glavni tajnik SUH-a Igor Knežević, koji je pohvalio Bečić na odličnoj suradnji sa Središnjim uredom SUH-a, ali i njezinim odličnim poznavanjem problematike mirovinskog sustava kao i uspješnim vođenjem Povjereništva. Zamjenica predsjednice Ljubica Radović zahvalila se Bečić u svoje osobno ime, kao i u ime podružnica Novi Zagreb i INA na odličnom radu u protekle četiri godine, te joj je u znak zahvalnosti uručila buket ruža.

Nakon toga predsjednica, zamjenica i svi članovi Predsjedništva Povjereništva razriješeni su s dužnosti, te je za predsjednicu jednoglasno izabrana Mirjana Novačić iz podružnice Peščenica, a za njezinu zamjenicu Asmirka Belošević iz Donje Dubrave. Novoizabrana predsjednica zahvalila se na izboru i iznijela plan budućeg rada Povjereništva. Bivša predsjednica Povjereništva Bečić nastavila je pomagati novoj predsjednici Novačić kako bi se što lakše uključila u sve obveze koje ta dužnost donosi, a tjedan dana nakon sjednice završena je i kompletna primopredaja. **I.K.**



TREŠNJEVKA SJEVER

Kreativna radionica

Na predivnom druženju u subotu 22. veljače 2025. u MO Horvati Srednjaci u sklopu projekta „Baku i djeda svako dijete treba“, Hrvatske udruge za ravnopravno roditeljstvo, članice SUH – Trešnjevka sjever uz voditeljicu gospođu Višnju Havelku, organizirale su kreativnu radionicu izrade ukrasnih cvjetova od kartona.

Bavljenje ručnim radom savršen je način za poboljšanje koncentracije i bijeg od svakodnevnih briga. Osim što potiče razvoj koordinacije i psiho-motoričkih sposobnosti, dokazano smanjuje stres i pridonosi općem osjećaju veselja i radosti. Kažu da se ništa ne može usporediti s osjećajem zadovoljstva kao kad nekome pokloniš nešto što si izradio vlastitim rukama.

Sve je bilo jako šareno i veselo, a događanje je popratila i divna ekipa iz Dobro jutro, Hrvatska. Radnu atmosferu u radionici, predavanje psihologa kao i ostala događanja toga dana zabilježila je i televizijska ekipa HTV-a.

Vesna Bečić



DUGO SELO Havajke na fašničkoj povorci

Udruga Sindikata umirovljenika Hrvatske (SUH) Dugo Selo organizirala je dvodnevni izlet u Terme Topusko od 18. i 19. veljače 2025. godine. Članovi su uživali u opuštajućem ambijentu termalnih izvora, rekreaciji i zajedničkom druženju. Odlična atmosfera i zadovoljstvo sudionika potaknuli su članove predsjedništva da razmotre organizaciju novog izleta, na radost svih onih koji uživaju u ovakvim putovanjima.

Članice Aktiva žena Sindikata umirovljenika Hrvatske Dugo Selo ožujak su započele s vrlo aktivnim radom. Na sastancima koji se redovno održavaju svaki petak osmislile su i organizirale pripremu za fašničku povorku na koju su pozvane od strane Grada Dugo Selo i Turističke zajednice tog grada. Dana 2. ožujka 2025. članovi SUH Dugo Selo sudjelovali su u fašničkoj povorci i veselo prošetali svoje odlične maske pod nazivom „Havajke“. Za svoj izniman trud i angažman, članice su nagrađene i zahvalnicom.

Ljerka Vešligaj



Ples pa toplice

Dana 20. veljače 2025. godine, samoborski SUH-ovci okupili su se na tradicionalnom plesnjaku u Gradni koji se održava jednom mjesečno. Uz zvuke žive glazbe, ples i veselu atmosferu, proveli su nezaboravnu večer ispunjenu smijehom, druženjem i zajedništvom. Plesnjak je bio prilika da se stariji sugrađani opuste, prisjete mladenačkih dana i uživaju u glazbi koja ne poznaje godine. Organizatori su se pobrinuli da sve protекne u najboljem redu, a zadovoljna lica prisutnih svjedočila su uspjehu još jedne prekrasne večeri.

Početak ožujka 2025. godine članovi Udruge SUH Samobor obilježili su zajedničkim izletom u Banju Vrućicu. Tijekom neko-



liko dana boravka, sudionici su imali priliku uživati u ljekovitim termalnim kupkama te iskoristiti priliku za obavljanje različitih zdravstvenih pregleda. Ovaj izlet bio je spoj opuštanja i brige o zdravlju, a sudionici su istaknuli zadovoljstvo smještajem i uslugama koje su im bile na raspolaganju. Osim raznih zdravstvenih prednosti, boravak u Banji Vrućici pružio im je priliku za druženje i razmjenu iskustava, što je dodatno doprinijelo ugodnoj atmosferi.

M.Š.F.



RUGVICA

Izlet u Krapinske toplice

Članovi Sindikata umirovljenika podružnica Rugvica 4. ožujka 2025. godine zaputili su se u poznato lječilište – Krapinske toplice. Ovaj jednodnevni izlet bio je prilika za relaksaciju, odmor, uživanje u blagotvornim termalnim vodama i ugodno druženje. Osim kupanja i rekreacije, sudionici su iskoristili priliku i zajedničke razgovore, razmjenjujući iskustva i prisjećajući se lijepih trenutaka.

Povratak kući protekao je u dobrom raspoloženju, a zadovoljni umirovljenici već su počeli planirati i sljedeći izlet. Naime, u planu je odlazak u Toplice Sv. Martin na Muri, a na ručak i ples u obližnji restoran „Štefovku Klet“.

M.Š.F.

DONJI MIHOLJAC

Zabava za Valentinovo

Dana 14. veljače 2025., u prekrasnom ambijentu restorana Mailath, Udruga SUH-a Donji Miholjac organizirala je veselu zabavu povodom Valentinova. Na ovom svečanom događanju okupio se veliki broj članova, koji su uživali u večeri ispunjenoj glazbom, plesom i ugodnim društvom.

Uz ritmove omiljenih hitova, plesni podij bio je ispunjen raspjevanim i razigranim umirovljenicima koji su pokazali da su godine samo broj kada je riječ o dobroj zabavi. Osim plesa, gosti su uživali u ukusnoj večeri i veselom druženju, dijeleći smijeh i lijepe trenutke.

Z.R.



TROGIR Proslavljen Dan žena u Trilju



Organizaciji Podružnice SUH-a Trogir, Županijsko povjereništvo SUH-a Splitsko-dalmatinske županije i ove je godine obilježilo Međunarodni dan žena. Tako se 8. ožujak obilježio ovaj put jednodnevni izletom u Trilj. Umirovljenici iz Trogira, Splita i Omiša okupili su se u restoranu Premijer Gaz, poznatom mjestu bogate tradicionalne gastronomske ponude. U ugodnom ambijentu družilo se, pjevalo i plesalo. Prisutnima se obratio Tonči Barada predsjednik županijskog povjereništva SDŽ riječima da je Dan žena međunarodni praznik kojim se odaje počast svim pripadnicima ženskog spola.

Prisutnim članicama poželio je da i dalje budu hrabre i odlučne i žive život na koji će biti ponosne. Potpredsjednica SUH-a za regiju jug Asja Tomić čestitala je svima dan žena u ime središnjice SUH-a. Nakon čestitki i govora uručene su ruže umirovljenicama kako bi im one uz ovaj dan donijele puno ljubavi, radosti i smijeha.

Predsjednik županijskog povjereništva SDŽ poželio im je da budu sretni i voljene ne samo danas, već i cijelog života.

Tonči Barada

Kako izgubiti višak kilograma?

Kako mogu izgubiti višak tjelesne težine kad se svaki put kad krenem s nekom dijetom osjećam toliko iscrpljen da jedva izdržim da prođe dan? Tako izgleda pritužba mnogih muškaraca i žena koji su zabrinuti zbog svoje debljine. Za mnoge one koji su na dijeti, tipičan je „sve ili ništa“ stav: uzimati sve salate, ali ne meso. Ili sve meso, ali ne žitarice. I u tome leži problem. Ljudi koji imaju osjećaj umora, obično su na nekoj drastičnoj dijeti koja je u modi. Preskaču obroke, konzumiraju premalo kalorija ili jedu pogrešnu vrstu hrane. Nadodajte tomu i nedostatak redovne tjelovježbe i imate recept za iscrpljenost.

Ono što mnogi ljudi uočavaju je činjenica da zdrav, dobar plan za smanjenje prekomjerne tjelesne težine, može ustvari pospješiti vašu tjelesnu energiju. Ključ toga nije u tome da se samo jede manje, nego da se jede pametno. I, jasno, kombinirajte tu zdravu dijetu s nešto fizičke aktivnosti. Evo par savjeta za početak:

Osigurajte si dovoljno kalorija. Konzumirajte premalo kalorija i imat ćete manje energije i smanjit ćete količinu sagorjelih kalorija. To je zato što je jedan od načina na koji tijelo zaštićuje sebe od izgladnjivanja da usporuje svoj metabolizam. Dakle, koliko kalorija trebate da bi osjećali da imate dovoljno energije, a da u isto vrijeme mršavite? Zdrav, medicinski dopušten gubitak tjelesne težine je otprilike 50 do 70 dekagrama tjedno. Količina unesenih kalorija da bi to postigli ovisi o dobi čovjeka, njegovoj težini i nivou fizičke aktivnosti.

Imajte raznovrsnu i uravnoteženu prehranu. Ključna je stvar da dok ste na dijeti da održavate svoju energiju na poželjnoj razini, konzumirajući uravnoteženu hranu, koja pruža sve potrebne hranjive tvari. Vitamini i minerali djeluju poput svjećica u motoru. Oni pomažu da se oslobodi energija iz hrane bogate hranjivim tvarima. Neki stručnjaci za prehranu preporučuju 6 do 11 obroka dnevno, u kojima će biti kruh, žitne pahuljice, riža, razne tjestenine; 3 do 5 obroka povrća; 2 do 4 od voća; 2 do 3 mlijeko ili sir; 2 do 3 mesa, ribe ili jaja. Izbjegavajte pržene i kremaste obroke, a konzumiranje slatkiša i deserta svedite na minimum.

Raspodijelite uzete kalorije na cijeli dan. Kada ste pet do šest sati bez hrane, količina „goriva“ u vašem sustavu počinje se smanjivati i počinjete se osjećati umornim. Zbog toga je važno jesti u regularnim intervalima, kako bi održavali svoju energiju. Ako obavljate tjelesno vježbanje, važno je biti siguran da imate „goriva u rezervoaru“, prije nego krenete na vježbanje. Izbjegavajte uzeti puno kalorija odjednom, jer teže je kontrolirati ukupan unos kalorija, a tada je vjerojatnije da ćete dobiti na težini.

Primajte dovoljnu količinu željeza. Željezo je osnovni pre-

duvjet za energiju i izdržljivost, zato jer je on vitalna komponenta crvenih krvnih tjelešaca, koja nose kisik mišićima, potreban za njegov rad. Umor i mlitavost može biti u direktnoj vezi s manjkom željeza u organizmu. Najbolji izvori željeza su meso, perad i neke ribe. Drugi izvori su obogaćene žitne pahuljice, grah, suho voće i grašak.

Održavajte svoj organizam hidriranim. Dehidracija, nedostatak tekućine u organizmu, često je uzrok umora. Nutricionisti preporučuju popiti osam do dvanaest čaša vode kroz dan (u tu se količinu može uključiti i mlijeko s niskom količinom masti, kao i sokovi s malo kalorija). Pijte prije, za vrijeme i nakon tjelesnog vježbanja. Vodite brigu o tome da alkoholna pića sadrže mnogo kalorija i malo hranjivih tvari i da u većim količinama mogu dovesti do dehidracije.

S umjerenom tjelovježbom daleko ćete stići. Mnogi od onih koji su na dijeti kažu: „Nemam energije da vježbam.“ Zaista, ispitivanje obavljeno u Centru za sportsku medicinu (Sveučilište Pensilvanija), pokazalo je da je više od 70 posto anketiranih odgovorilo „preumorni“ ili „nemam energije“ – kao ključne razloge da se izbjegne, izostavi tjelovježba. A ustvari, baš je tjelesno vježbanje ono što ti ljudi trebaju.

Kada čovjek vježba, srce počinje brže raditi, a to onda pojačava i cirkulaciju krvi. Zbog toga kisik dolazi brže u mišićne stanice i osoba se osjeća energičnije. Međutim, zašto se ljudi tako često osjećaju preumorni da bi vježbali? Katkada je krivac prekomjerno užurban ritam svakodnevnog životnog stila. Također, uzrok može biti nedovoljna količina konzumiranih kalorija. Osigurajte u svojoj prehrani hranjive lake obroke (banana, jogurt) prije nego krenete na svoje tjelesno vježbanje.

I na kraju, nemojte pokušavati učiniti previše u prekratkome vremenu. Razmotrite da svoju tjelovježbu podijelite u nekoliko manjih dijelova. Umjesto da pokušavate obaviti 30 minuta treninga u jednom komadu, akumulirajte vježbanje s kratkim svakodnevnim aktivnostima, recimo košenjem trave, hodajući do radnog mjesta, penjući se stepenicama umjesto lifta itd.

Ako povećate potrošnju svoje energije, sagorijevajući dodatnih 250 kalorija dnevno, možda uz pomoć žustrog hoda – i ako smanjite količinu konzumirane hrane za 250 kalorija dnevno, tih 500 kalorija dnevno rezultirat će gubitkom pola kilograma prekomjerne tjelesne težine svakog tjedna. Neće proći dugo kad ćete početi brati plodove svog rada. Zamislite svoj višak težine kao da nosite torbu sa sedam kilograma špeceraja čitav dan. Tada zamislite koliko mnogo više energije bi imali kad bi tu torbu spustili na tlo!

dr. Ivo Belan

Volonteri prijatelji za starije osobe

"Redcar and Cleveland Befriending Service" je program usluga koji provodi organizacija Age UK iz Ujedinjenog Kraljevstva. Oni pružaju podršku usamljenim starijim osobama kroz obučavanje volontera za posjete izoliranim osobama, pomažući im tako u ponovnom uspostavljanju društvenih veza. Program je napravljen kako bi osigurao i promicao emocionalnu dobrobit i neovisnost starijih osoba, kao i za prevenciju društvene izolacije. Istraživanja pokazuju kako usamljenost i društvena izolacija mogu imati ozbiljne posljedice po fizičko zdravlje, usporedive s rizicima pretilosti i pušenja. Također, nedostatak društvenih interakcija može negativno utjecati na mentalno zdravlje.

Svjetska zdravstvena organizacija procjenjuje da otprilike jedna od četiri starije osobe spada u ovu kategoriju.

Mirna Šverko Fluksi



Kako živjeti smisleno u starosti

„Jedna ljubazna riječ može grijati tri zimska mjeseca“, japanska je poslovice koje se često trebamo prisjetiti. Nedavno u čekaonici Doma zdravlja kada se sredovječni bračni par požalio da već dugo čekaju na prijem kod liječnice, obratila im se gospođa koja je sjedila u njihovoj blizini. Rekla im je da mogu ući prije nje jer se njoj nigdje ne žuri. Bilo je očito da joj nedostaje ljudska komunikacija jer je nastavila pričati o sebi. Rekla je da je nedavno preživjela lakši moždani udar, da je udovica bez djece i bliže rodbine. Zbog bolesti se slabije kreće i manje izlazi iz kuće. Nitko je ne posjećuje. Prijateljice su ili umrle ili su bolesne i vezane za kuću, kao i ona. Ponekad ju uhvati tjeskoba i nemoć. Povremeno odlazi do liječnika i razgovara u čekaonici s drugim bolesnicima, ali kako kaže ne može svoje društvene potrebe svaki dan zadovoljavati hodajući u Dom zdravlja i kod liječnika.

Požalila se kako danima ne vidi nikoga, nema s kime razmijeniti misli, kome se požaliti, s kime se našaliti. Nakon što je bračni par ušao u liječničku ordinaciju gospođa se obratila meni i nastavila svoju priču. Iako, kako mi je rekla, ima preko 80 godina i usprkos bolesti, misli su joj bistre i jasno uočava sve probleme svoje životne dobi. Kaže da se uz televiziju i radio osjeća manje usamljeno i dobro je informirana o svemu.

Ovaj primjer nije usamljen slučaj. Usamljenih, nesretnih, često i depresivnih osoba je mnogo. Živimo sve dulje, ali želimo i da to bude i kvalitetnije. Ernest Hemingway je jednom napisao: „Najteža lekcija koju sam morao naučiti kao odrasla osoba je neumorna potreba da nastavim dalje, bez obzira koliko se slomljeno osjećam iznutra. Život neće stati kada smo iscrpljeni, kada su nam srca razbijena. Ne postoji gumb za pauzu od tuge. Tako je! Moramo nastaviti živjeti. Moramo ići dalje.“

Starost, zapravo osjećaj starosti, duboko je subjektivan osjećaj. Nasljedni faktor, zdravi stil života i odgovarajuća prehrana u mnogome utječu na to da se „impulsi“ mladosti znatno sporije troše. Kineska poslovice kaže: „Čovjek stari onako kako je živio.“ Starost sama po sebi nije bolest! Starost je prirodan proces kroz koji svi prolazimo još od rođenja, a mnogi ljudi ostaju zdravi i aktivni čak i u starijoj dobi. Činjenica je da se s godinama mnogo toga neminovno gubi. No, postoje i kvalitete koje ne opadaju, već rastu, do vrlo visoke starosti kao primjerice mudrost, iskustvo i razboritost. Iako su promjene individualne i značajno ovise o nasljeđu i načinu dosadašnjeg života. Svjedoci smo

velikog demografskog pomaka prema starijem stanovništvu, pa se tako mijenja i sama definicija starosti. Često možemo čuti izraze poput „30-e su nove 20-e, a 60-e nove 40-e godine!“ Postoje 90-godišnjaci koji se osjećaju mlađima od 60-godišnjaka, iako je biologija utabala cestu na način da je najčešće suprotno. Trebamo razlikovati kronološku od fiziološke starosti. Starenje je kontinuirani proces trošenja organizma koji se ne može izbjeći.

„Starost, zapravo osjećaj starosti, duboko je subjektivan osjećaj. U svakoj životnoj dobi može se jednako uživati, a u starijoj možda još i više“

Starost je izazov današnjice. Danas osobe treće životne dobi još voze automobile, odlaze planinariti, skijati, plivati. U svakoj životnoj dobi može se jednako uživati, a u starijoj možda još i više. Sretni ljudi starije dobi znaju reći: „Moja svijeća gori sasvim lijepim, velikim plamenom.“ To su ljudi koji misle pozitivno i ne žele se predati starenju i depresivnoj misli: „Moja se svijeća polako gasi!“ Zato imaju više šanse doživjeti poznu starost. Starost je praćena raznim bolestima i starenje povećava rizik od određenih bolesti i zdravstvenih problema. Ali mora li biti depresivna? Kada pročitamo ili čujemo da je u nekoj prometnoj nesreći nastradao „starac“ ili „starica“ od 65 godina osjećamo se povrijeđeno jer do jučer su to bile radno aktivne osobe, a mnogi i danas rade i nakon 65 godine.

Svi su oni hodajuće enciklopedije znanja i životnog iskustva. Njihove sposobnosti umirovljenjem nisu netragom nestale. To što se sada predstavljaju kao bake i djedovi, a ne direktori, učitelji, liječnici ili trgovci, znači samo da su svoja znanja i svoj višak slobodnog vremena stavili na raspolaganje svojim unucima. Iako se život živi u trenucima sadašnjosti, naši su osjećaji i misli uglavnom vezani za prošlost i budućnost. Zato je važno održavati zdrav način života i redovito pratiti svoje zdravlje.



Prema jednom istraživanju dvije trećine umirovljenika u slobodno vrijeme rješava križaljke, čita, bavi se nekim sportom ili nekim kreativnim hobbijem jer vjeruju da im takve aktivnosti pomlađuju mozak ili barem odgađaju starenje. Bivša uspješna poslovna žena i njezin suprug nakon odlaska u mirovinu učlanili su se u glazbeno društvo i sada pjevaju u zboru i plešu jednom tjedno. Poznajem gospođu koja se nakon prijevremenog odlaska u mirovinu posvetila organiziranju putovanja. Preko društvenih mreža motivira umirovljenike na jednostavna ili višednevna putovanja u razne turističke destinacije po povoljnoj cijeni. Najmanje jednom mjesečno okupe se i s jednim ili dva autobusa otputuju i svaki se put vrate zadovoljni i dobro raspoloženi nakon druženja nekoliko generacija. Kada su ih pitali što im je motiv većina je na prvom mjestu navela želju da si ispune slobodno vrijeme i upoznaju druge ljude.

Nažalost, problem starijih osoba izraženiji je u velikim gradovima, zbog izoliranosti i urbanog otuđenja. Na selu još postoji običaj života u široj obitelji, postoje i bliski susjedi. Gradski način života može činiti život usamljene starije osobe još više sumornim i depresivnim. Kada ostanu udovci ili udovice ta se usamljenost često pojačava. Za sretniju starost nije potrebno mnogo, samo malo više razumijevanja, više osjećaja za njihove posebne potrebe i uvažavanje njih kao osoba. Često je kriva predrasuda da sve starije osobe gube vitalnost i da je većina senilna. Oni koji žive sami, koji nemaju nikoga i oni koji misle da život više nema smisla trebaju se povezati s drugim ljudima u raznim udrugama, ili sa susjedima ili u krajnjem slučaju trebaju potražiti pomoć psihologa. Netko je jednom rekao da nema slučajnosti u životu i da bismo svi bili, na neki način, važni jedni drugima kada bismo otvorili naša srca i osjećaje ne plašeći se posljedica.

Drenka Gaković

Bake i djedovi

Pitanje: Ima li kakvih naznaka u novom Zakonu o privremenom uzdržavanju o ukidanju obveza da bake i djedovi plaćaju alimentaciju za unuke? **D.P. iz Osijeka**

Odgovor: Bake i djedovi po roditelju koji ne stanuje s djetetom određeni su kao uzdržavatelji Obiteljskim zakonom (Narodne novine, broj: 103/15, 98/19, 47/20, 49/23 - Odluka Ustavnog suda i 156/23), a koji se u tom dijelu nije izmijenio. Obveza uzdržavanja određuje se sudskom odlukom koja je ovršna. Novi Zakon o pravu na privremeno uzdržavanje ("Narodne novine" 145/2024) stupio je na snagu 1. siječnja 2025. godine i nije izmijenio definiciju uzdržavatelja, a uređuje potrebu privremenog uzdržavanja djeteta za koje uzdržavatelj određeni sudskom odlukom ne plaća ili djelomično plaća uzdržavanje. Ako su sudskom odlukom kao uzdržavatelji određeni bake i djedovi, novi Zakon o privremenom uzdržavanju primjenjuje se samo u slučaju ako uzdržavatelji ne plaćaju uzdržavanje jer nemaju prihoda ili su korisnici nacionalne naknade za starije osobe, ili ako ga plaćaju djelomično. Djelomično plaćanje se događa kada djedovi i bake imaju male mirovine a ovrha na ime uzdržavanja ograničena je na do $\frac{3}{4}$ mirovine ovisno o visini mirovine u odnosu na prosječnu neto plaću po zaposlenome u RH. Ako djedovi i bake ne plaćaju uzdržavanje ili je ovršena svota mirovine manja od svote uzdržavanja, puno uzdržavanje ili razliku do punog uzdržavanja isplaćuje nadležno tijelo - Agencija za osiguranje radničkih tražbina - na temelju zahtjeva roditelja s kojim djeca žive. Pravo na privremeno uzdržavanje može se ostvariti samo za djecu koja su hrvatski državljani i imaju prebivalište u Hrvatskoj. SUH će se i nadalje zalagati za ukidanje propisa prema kojem su djedovi i bake određeni kao uzdržavatelji.

Prvi ili drugi stup

Pitanje: Nakon zahtjeva za mirovinu primio sam odgovor sa ponudama i trebao bih odlučiti da li prihvaćam samo mirovinu iz prvog stupa ili dvostupačnu mirovinu. Najpovoljnija ponuda je mirovina iz prvog stupa (oko 10 eura veća) ali u tom slučaju gubim sredstva iz drugog stupa. Ne mogu vjerovati da štedim cijeli radni vijek za mirovinu i onda kad bi trebao to iskoristiti gubim sve. **S.Š. iz Splita**

Odgovor: Ako odaberete mirovinu samo iz prvog stupa, sredstva s osobnog računa iz drugog stupa prebacuju se u sredstva državnog proračuna na stavku doprinosa za mirovinsko osiguranje, a mirovina se određuje kao da ste čitavog života plaćali doprinose samo u prvi stup. U drugom stupu štedite samo dio radnog vijeka jer je sustav individualne kapitalizacije – tzv. drugi stup, uveden 2002. godine. Kada odlučujete koju ćete mirovinu izabrati, uzmite u obzir da su redovna usklađivanja mirovine iz prvog stupa veća nego ona iz drugog stupa. Primjerice, u 2024. godini mirovine su u prvom stupu usklađene za 4,19 % (01.01.) i 7,46 % (1.7.), i to u odnosu 70:30 porasta potrošačkih cijena i rasta plaća, a mirovine iz drugog stupa 3 % (01.01.) i 0,6 % (01.07.) samo prema porastu potrošačkih cijena. S druge strane, ako Vam treba dio novca odmah, možete se odlučiti za dvostupačnu mirovinu jer se iz drugog stupa nudi mogućnost povlačenja 20 % sredstava, ali se time posljedično umanjuje i mjesečni iznos mirovine. Nažalost, mnogi se odlučuju za mirovinu iz oba stupa iako im je povoljnija ona iz prvog stupa, a sve kako bi odmah dobili dio novca, a onda dugoročno primaju nižu mirovinu. Morate sami odlučiti što smatrate boljim za sebe. SUH se već dugi niz godina zalaže za ukidanje drugog stupa kao obveznog i za njegovu pretvorbu u dobrovoljno osiguranje.

Za duži staž manja bonifikacija

Pitanje: Sljedeće godine namjeravam ići u mirovinu za dugogodišnjeg osiguranika. Ne razumijem propis Zakona o mirovinskom osiguranju koji se odnosi na uvećanje mirovine za 0,15 % i 0,45 % po mjesecu kasnijeg odlaska u mirovinu i povezanost s navršenim stažem. Smatram da je ta razlika u uvećanju odgođenog odlaska

u mirovinu diskriminatorsna jer je za starosnu mirovinu za dugogodišnjeg osiguranika potrebno navršiti duži staž (u efektivnom trajanju 41 godinu), od staža za odgođenu starosnu mirovinu (mirovinski staž 35 godina). Bila bih vam zahvalna ako ste u mogućnosti skrenuti pažnju na tu činjenicu sada kada se priprema novi Zakon o mirovinskom osiguranju. **L.J.K. iz Samobora**

Odgovor: Uvećanje od 0,15 % pripada dugogodišnjim osiguranicima koji ostvare mirovinu u dobi između 60 i 65 godina života, a imaju najmanje 41 godinu efektivnog staža osiguranja. Za takvu mirovinu nema prijelaznog razdoblja za žene. Korisnici koji su prvi puta ostvarili pravo na starosnu mirovinu sa 65 godina života (žene dob 63 i 9 mjeseci u 2025.) i najmanje 15 godina mirovinskog staža (gornje granice staža nema) ostvaruju pravo na starosnu mirovinu bez uvećanja. Korisnici koji su prvi puta ostvarili pravo na starosnu mirovinu poslije 65 godina života (žene poslije 63 i 9 mjeseci u 2025.), s najmanje 35 godina mirovinskog staža (žene 33 godine i 9 mjeseci), imaju pravo na uvećanje mirovine za 0,45 % po mjesecu kasnijeg odlaska u mirovinu, a najduže za 5 godina. Navedeno povećanje od 0,45 % po mjesecu, dakle, nemaju korisnici starosne mirovine za dugogodišnjeg osiguranika. Ipak, korisnicima koji su ispunili uvjet navršenog staža od 41 godinu prije navršenja 60 godina života, povećava se za 0,15 % po mjesecu za svaki mjesec nakon navršenih 60 godina života, a nakon navršenih godina života propisanih za stjecanje prava na starosnu mirovinu povećava se za 0,45 % po mjesecu i može iznositi najviše 27 %. S druge strane, umirovljenici koji su nastavili raditi uz mirovinu na pola radnog vremena nakon što su ostvarili pravo na starosnu mirovinu za dugogodišnjeg osiguranika, u eventualnom preračunu mirovine zadržavaju polazni faktor iz prvog rješenja o mirovini, naime uvećanje od samo 0,15 %. U sklopu priprema za donošenje novog Zakona o mirovinskom osiguranju, SUH traži da se uvećanje mirovine za kasniji odlazak u mirovinu, tzv. bonifikacija, izjednači za dugogodišnje osiguranike sa osiguranicima koji su ostvarili pravo na starosnu mirovinu poslije 65 (žene 63 god i 9 mj) godina života. Rezultat naših nastojanja znat ćemo tek poslije sredine ove godine.

S mirovinom iz 2. stupa u gubitku

Pitanje: Nedavno sam ostvarila pravo na mirovinu, izabrala sam kombinaciju s mirovinom iz drugog stupa. Mislim sam da ću primiti punu mirovinu iz prvog stupa i dodatno mirovinu iz drugog stupa ali sad vidim da je moja mirovina iz prvog stupa prilično manja nego što bi bila kad bih ostvarivala pravo samo iz prvog stupa. Zbog čega dolazi do takve razlike? **A.M. iz Siska**

Odgovor: Navedena razlika nastaje zbog drugačijeg obračuna mirovine iz prvog stupa u slučaju kada korisnik izabere dvostupovnu mirovinu. Tada se mirovina iz prvog stupa izračunava iz dva dijela, za staž do 2002. godine prema redovnoj mirovinskoj formuli, a za staž poslije 2002. godine mirovina iznosi 75 % mirovine po redovnoj mirovinskoj formuli. Razlog za navedeno umanjeno je dioba doprinosa za mirovinsko osiguranje od uvođenja drugog stupa mirovinskog osiguranja (2002. god), koji je ukupno 20 % iz plaće, na 15 % u prvi stup i 5 % u drugi stup. Ovih 15 % doprinosa koji se uplaćuje u prvi stup je 75 % u odnosu na ukupni doprinos za mirovinsko osiguranje od 20 % ($15:20=0,75$).



REPUBLIKA HRVATSKA
Ministarstvo pravosuđa, uprave i
digitalne transformacije

Projekt „Pravni savjeti za starije osobe –
pomicanje granica“ financiran je sredstvima
Ministarstva pravosuđa, uprave i digitalne
transformacije

pravni
savjeti



Odgovara:
Vanda Crnjac Pauković
dipl. pravica

Besplatno
pravno
savjetovanje
za članove
Sindikata
umirovljenika
radno vrijeme:
ponedjeljak,
srijeda, četvrtak,
petak od
10 do 14 sati;
utorak: od
10 do 16 sati.
Telefon:
01/4615-797;
01/4655-111/
kućni 244;
e-mail:
suhsavjetovaliste
@gmail.com
ili
[https://www.suh.hr/
savjeti/pitaj-pravnika/](https://www.suh.hr/savjeti/pitaj-pravnika/)

PORUKE NAŠIH UMIROVLJENIKA

Facebook stranica

„Pokret protiv siromaštva starijih osoba“

„Bojkotiramo trgovine jer nemamo novca“

Na tematskoj Facebook stranici Sindikata umirovljenika Hrvatske „Pokret protiv siromaštva starijih osoba“ u petak 28. veljače 2025. na dan bojkota svih trgovačkih lanaca postavili smo članak/reportažu iz broja iz veljače Glasa umirovljenika pod nazivom: „I umirovljenici krenuli u masovni bojkot“, gdje je naša novinarka pitala umirovljenike pred trgovinama da li i na koji način podržavaju bojkot. U Facebook objavi smo upitali naših 23.800 pratitelja podržavaju li i oni bojkot, i očekivano dobili brojne zanimljive reakcije, od čega 45 komentara, od kojih smo izdvojili neke od najzanimljivijih.

Danica Lastavec, Zagreb: „Mi već odavno bojkotiramo trgovine da ju svi tako bajkotiraju cijene bi davno pale ovako vuk pojeo magare“.

Davorka Burmaz, Split: „Radije nas zovite na prosvjed protiv ovog povećanja mirovina od 3 %. Sramota! A troškovi su porasli u posljednjih pola godine za 50 %. Trgovine i onako bojkotiramo i bez bojkota jer nemamo novca!“

Barbara Davidović, Split: „Zaobilaze zato što je kraj mjeseca i zato što nemamo novca, a ne radi bojkota, u čemu ne vidim konkretnog rezultata, niti će oštetiti trgovce, jedino mi možemo od ništa, potrošiti manje. A da bojkotiramo plaćanje računa?“

Zlatica Kraljić, Zadar: „Bojkotiram, ovaj put namjerno, ali najčešće zbog nedostatka novca. Jednostavno se nema dovoljno, kupuje se najnužnije, ide se na najjeftinija mjesta, malo se toga može priuštiti“.

Mario Horvat: „Bilo bi bolje da se organizira bojkot po županijama isti datum u isto vrijeme svi na ulice, valjda bi nas netko vidio i nešto riješio. Umirovljenici sa ovakvim jednim mirovinama ionako bojkotiraju“.

Mira Šimunović, Požega: „Od kada sam otišla u mirovinu bojkotiram cijelo vrijeme. Jedva četiri puta u mjesecu imam za kupovinu“.

Rada Polić: „Protiv svega se moramo dići ,jer su penzioneri u teškom položaju“.

Josip Žilić, Osijek: „Može se pisati o bojkotu šta god tko želi ,ali on je počeo i nastavit će se zauvijek. Kao na zapadu, neće više biti stihijske kupovine već samo onoga što je neophodno, ne tolike količine hrane, na akcijama zbog blizine isteka roka trajanja i prejedanja takvim namirnicama. Svijest potrošača se mijenja. Bojkot je postao potrošačka kultura“.

Romana Bišćan: „Nisam bojkotirala, a i sve trgovine su pune“.

Olivia Cordazzo: „Ni'ko da objasni s kim ili čim se to usklađujemo. Sebi su povećali plaće za cca 80 %, zašto nas ne usklađuju s tim povećanjem, jer im zarađujemo za plaće, oni žive na našoj grbači, a ne mi na njihovoj“.

Ljerkica Belavić, Karlovac: „Mislim 3,03 % usklađivanje, sram neka ih bude“.

Vera Lenac Mamula: „Bojkotiram? Ne bojkotiram. Sve što



mi najosnovnije treba za cijeli mjesec kupujem u Sloveniji i Italiji. Tjedno kupujem voće i povrće koje ne traje dugo, kruh u minimalnim količinama. Da će nam se taj bojkot obiti o glavu hoće“.

Anita Domazet, Sinj: „Radim u dva centra, jadni umirovljenici čekaju ujutro kad će se otvoriti da mogu ući jer im djeca ne daju u kući da žive po svom, i oni bježe iz kuće u centre. Tu ih nitko ne maltretira, ne govori da smrde, da su dosadni i što ne umiru. Imaju wc, a i toplo im je. Nalete na koje poznato lice s kojim pričaju“.

Ništa manje zanimljivi nisu bili komentari naših Facebook pratitelja i na članak o preporukama koje je Europska komisija uputila Hrvatskoj, gdje je uočila probleme hrvatskog mirovinskog sustava. Jedna od preporuka je da se povećá dobna granica za odlazak u mirovinu, što je očekivano izazvalo revolt naših umirovljenika. Komisija je predložila i neke promjene koje će se svidjeti umirovljenicima, a to je da se izmijeni model indeksacije, odnosno način usklađivanja mirovina i da se umirovljenike s niskim primanjima zaštiti od siromaštva raznim dodacima i naknadama.

Vesna Huljev, Zagreb: „Ne muljajte nego obavijestite Europsku komisiju da je u Hrvatskoj mirovina za preko 30 godina staža 300-tinjak eura i da Hrvati ne trebaju dodatke i milostinje za sirotinju nego poštene mirovine. Obavijestite ih i koliko iznose „povlaštene“ mirovine za koliko staža. I prestanite baratati nekakvim prosječnim mirovinama jer to je potpuno lažna slika“.

Vlatka Momić, Zagreb: „Najbolje dati svakom penzioneru metar drva i poslati ih na spaljivanje“.

Dragica Dizdarević, Petrinja: „Sa svojim krivim odlukama vlada je još 1999. godine pokrala umirovljenike, smanjili koeficijent za obračun i otjerala umirovljenike u prijevremenu mirovinu. Nek obračunaju po starom koeficijentu prije 1999., i nek vrate oduzeto“.

Silvana Čandrlić: „Raditi dok ne umreš“.

Đurdica Vignjević: „Neće uopće biti mirovina, alo, a sve sadašnje umirovljenike utamaniti, to je preporuka Eurobije!“.