

UVODNA RIJEČ

Daleko od 13. mirovine

Piše: Igor Knežević

Novi Zakon o mirovinskom osiguranju koji je na snagu stupio 1. srpnja 2025. sa sobom je donio i novost u hrvatski mirovinski sustav, jer će se po prvi put isplatiti trajni godišnji dodatak na mirovinu koji će se vezati isključivo uz godine staža. Kolika će biti vrijednost jedne godine staža to još nitko ne zna, pa ni u ministarstvu rada i mirovinskog sustava, već svi čekaju kraj turističke sezone i kakav će konačni „pravorijek“ dati iz ministarstva financija, odnosno koliko će se novca moći osigurati za taj dodatak. Točna brojka znat će se u listopadu, a isplate će krenuti u prosincu ove godine pred Božić.

Godišnji dodatak samo je zamijenio sada već bivše jednokratne isplate umirovljenicima, samo po drugačijim uvjetima. Novost je da će njega dobiti svi umirovljenici bez postavljenih cenzusa na iznos mirovine, pa će mnogi biti sretni, no ukupna količina novca koja će se dijeliti umirovljenicima ostat će vjerojatno približno ista kao i kod jednokratnih dodataka, pa će oni koji su dobivali više jednokratnih dodataka sada dobiti jedan, s ukupno manjim iznosom, pa će biti još više nesretnih.

Stoga je SUH zahtijevao da se za one umirovljenike s nižim primanjima nastavi s isplatama jednokratnih dodataka. A nije isto i kad netko s mirovinom od 500 eura i 32 godine staža dobije jednak iznos dodatka kao i npr. bivši saborski zastupnik sa 2.300 eura mirovine i 32 godine staža. Dogodilo se zapravo da je jedna socijalna mjera postala zapravo socijalno neosjetljiva u prebacivanju u mirovinski sustav, pa su profitirali, tko bi rekao, i bivši zaslužni političari i ostali s visokim mirovinama.

Sistem kako ovog tako i prijašnjih jednokratnih dodataka ostao je isti, ako ostane novca u proračunu ili se bude punio bolje od očekivanog, dio će se iskoristiti za isplate dodatka umirovljenicima. Riječ je o vezi bez (puno) obaveza. Ako turistička sezona uspije, dodatak će biti veći, ako ne, žao nam je. A takva bez-veza sa sobom donosi i licitiranje s vrijednošću jedne godine staža, pa se ne zna do samog kraja hoće li biti 5, 8, 10 ili (nadajmo se) 15 eura. Sve to sa sobom vuče i dozu neozbiljnosti pa čak i hazarderstva, jer je propušteno zakonski odrediti vrijednost jedne godine staža za dodatak na mirovine, a za što je SUH tražio da se fiksno veže uz aktualnu vrijednost mirovine koja sada iznosi 14,45 eura. Jer ovako ispada da Vlada jest svjesna lošeg standarda umirovljenika i želi im pomoći, ali samo ako se stvori dodana vrijednost, pa je ta pomoć zapravo uvjetovana. Rješenje je pravilnija raspodjela novca u društvu pa da Hrvatska pobjegne sa samog dna EU u pitanju udjela prosječne mirovine u prosječnoj plaći, a prvi korak je isplata većeg iznosa dodatka.

Krajem kolovoza ministar financija Marko Primorac najavio je da će dodatak biti „daleko od nekakvog iznosa koji bi bio izjednačen s iznosom mjesečne mirovine“. I dok mnoge EU zemlje imaju 13., a neke poput Austrije, Španjolske i Portugala isplaćuju čak 14. mirovina u punom iznosu, mi ćemo imati dodatak na mirovine, koji će, zapravo, biti daleko od iznosa koliko bi minimalno trebao biti.

U OVOM BROJU:

USKLAĐIVANJE MIROVINA 6,48 %

Dovoljno za litru mlijeka i jedan jogurt

UKIDA SE POREZ NA MIROVINE?

Car je konačno gol

INTERVJU

PROF.DR.SC. ZORAN ŠUĆUR,
PROFESOR NA PRAVNOM
FAKULTETU U ZAGREBU



Kako doista žive starije osobe u Hrvatskoj

NESAVRŠENOSTI NOVOG ZOMO-a

Zbog čega bi umirovljenici radili puno radno vrijeme

U ŠETNJI S NORDIJCIMA

Hodanje je najbolji lijek

KAD ĆE DODATAK ZA SAMCE?

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

USKLAĐIVANJE MIROVINA 6,48 %

Dovoljno za litru
mlijeka i jedan jogurt

Nakon nekoliko mjeseci iščekivanja napokon smo saznali koliko će rasti mirovine s 1. srpnja 2025. godine. Za 6,48%. Mnogi su rekli SUPER. Na prvi pogled čini se da se radi o solidnom povećanju koje će nam pomoći prebroditi jesenske i zimske dane, dane kada počinje sezona grijanja. Ali da li je sve baš tako. Nažalost, drugi pogled nije više tako optimističan.

Što zapravo znači povećanje od 6,48 %. Za umirovljenika koji ima mirovinu od 350 eura to znači da će mu mirovina rasti za 22,68 eura mjesečno. Ako taj iznos podijelimo na dane u mjesecu dobijemo 0,76 centi što nije dovoljno ni za litru mlijeka dnevno. Iako ne volim kada se barata s prosječnim iznosima, prema statističkim podacima prosječna mirovina u RH u srpnju 2025. iznosila je 648 eura, i s usklađivanjem će se povećati za 42 eura, što po danu iznosi 1,26 eura. Sada već možemo svaki dan kupiti litru mlijeka i jedan jogurt. Prosječna mirovina za 40 i više godina staža iznosi 945 eura i bit će veća za 61,24 eura, što znači da ćemo po danu biti bogatiji za 2,04 eura. Moći ćemo si priuštiti dnevno litru mlijeka i eventualno pola kilograma kruha.

Prosječna mirovina saborskih zastupnika, oni su nam svima trn u oku što zbog visine mirovine, što zbog uvjeta po kojim ostvaruju pravo na mirovinu, iznosi 2.200 eura što povećava mirovinu za 142,60 eura ili po danu za 4,75 eura. Za taj iznos se već može kupiti solidan gablec, a ako dodamo 1,50 eura moći će se dobro najesti u saborskoj kantini.

Ovo su povećanja na visinu prosječnih mirovina, a o kojima većina umirovljenika može samo sanjati. I zato se postavlja pitanje: Kakav nas život očekuje nakon ovog povećanja?

Čitam neki dan izjave nekolicine umirovljenika koji su zadovoljni sa svojim mirovinama iako su vrlo male. Za sebe kažu da su skromni, nisu nikad putovali dalje od svog rodnog mjesta, imaju za hranu, redovno plaćaju režije, a ponekad popiju i kavu u kafiću. Kada im se pokvari neki od kućanskih



aparata pomognu im djeca da kupe novi na rate. Cijeli su život bili skromni pa su takvi i u mirovini. Nema odlaska u kazalište, nema odlaska na koncerte, nema posjeta muzejima, nema putovanja, nema automobila kojeg treba održavati i svake godine registrirati. Kulturni život nula.

Premeću euro iz ruke u ruku i računaju što mogu kupiti, a što ne. Da li je to život kakav želimo. Ako želite takav život, to je vaš odabir, ali takvim izjavama kočite one koji se žele boriti jer misle da zaslužuju više, koji smatraju da nakon 30, 35, ili 40 godina rada imaju pravo na mirovinu od koje mogu normalno živjeti i bar si ponekad priuštiti nešto što ih veseli i čini ispunjenima. Ako smo u mirovini nismo mrtvi.

Zato je teško odgovoriti na pitanje kakav nas život očekuje nakon ovog povećanja mirovine. Kada primimo mirovinu u rujnu bit ćemo zadovoljni, budući da smo uz povećanu mirovinu za kolovoz, primili i razliku za srpanj. Nažalost, već u listopadu nam slijedi otriženjenje kada primimo golu mirovinu i kada shvatimo da s ovim povećanjem možemo kupiti manje nego što smo mogli prije povećanja, jer su cijene skočile za 10 %, 20 %. A dolazi i sezona grijanja, i upitno je kakva će biti cijena energenata.

Da li želimo i dalje životariti i zadovoljavati se s mrvicama ili ipak želimo više. Prema zadnjim podacima u Hrvatskoj nas ima 1.230.000, što je cca 1/3 od ukupnog broja stanovništva. Pitanje za milijun eura. Kad nas je toliko, zašto nas se ne čuje i ne uvažava?

Višnja Stanišić, predsjednica SUH-a

POBOLJŠANJE FORMULE

Novi AVM 14,45 eura

Na 12. sjednici Upravnog vijeća Hrvatskog zavoda za mirovinsko osiguranje održanoj 26. kolovoza 2025. donesena je Odluka o aktualnoj vrijednosti mirovine (AVM) od 1. srpnja 2025. koja sada iznosi 14,45 eura. Podsjetimo, od 1. siječnja 2025. AVM je iznosio 13,57 eura, a s obzirom da je stopa povećanja AVM-a od 1. srpnja 6,48 % došlo se do izračuna nove vrijednosti. Riječ je o dosad trećoj najvećoj stopi usklađivanja mirovina od kad se primjenjuje usklađivanje mirovina od 1. siječnja 1999. godine, no i dalje neće bitnije utjecati na poboljšanje umirovljeničkog standarda.

Najveće usklađivanje dogodilo se u srpnju 2023. kada je iznosilo 8,42 %, a drugo najveće u srpnju 2024. kada je iznosilo 7,42 %.

Ovo je i prvo usklađivanje u skladu s novim Zakonom o mirovinskom osiguranju, koji je stupio na snagu 1. srpnja 2025., a kojim je promijenjena formula usklađi-

vanja mirovina s poboljšanim omjerom 85:15 umjesto dosadašnjih 70:30 (rast cijena i plaća).

Da je ostala stara formula, mirovine bi rasle 5,65 % što bi za umirovljenika s prosječnom mirovinom od 648 eura značilo da bi dobio 5,40 eura manje, odnosno umjesto 42 eura dobio bi „povišicu“ od 36,60 eura.

No, da je Vlada prihvatila SUH-ov prijedlog o 100-postotnom usklađivanju u skladu s rastom ili plaća ili cijena, tada bi prosječna mirovina rasla 7,3 % koliko su rasle bruto plaće, odnosno za 47,30 eura, dakle još pet eura više.

Narasla je i vrijednost najniže mirovine za jednu godinu mirovinskog staža od 1. srpnja 2025., koja sada iznosi 15,32 eura, kao i osnovica za određivanje naknade zbog tjelesnog oštećenja, nastalog zbog ozljede na radu ili profesionalne bolesti, koja sada iznosi 331,23 EUR.

I.K.

Car je konačno gol

Trideset devet godina i 2 mjeseca, toliko iznosi granica staža umirovljenika koji prima najnižu starosnu mirovinu, a čija mirovina neće ući u porezne „škare“. Naime, nakon što je posljednjim srpanjskim usklađivanjem vrijednost najniže mirovine za jednu godinu mirovinskog staža narasla na 15,32 eura, kad se taj broj pomnoži s godinama staža dolazimo do iznosa od 600 eura koliko iznosi osobni odbitak. Primijetili su to i novinari koji su prvog čovjeka Vlade odgovornog za financije, ministra Marka Primorca, 27. kolovoza 2025. upozorili da bi čak i oni s najnižom zajamčenom starosnom mirovinom mogli plaćati porez, na što je odgovorio da su u Vladi potpuno svjesni toga, a onda izrekao i nešto što svih ovih godina u kojima se SUH bori za ukidanje poreza umirovljenicima nikada u povijesti nismo čuli od nijednog ministra financija ili bilo kojeg drugog predstavnika Vlade RH:

„S obzirom da se kontinuirano trudimo povećavati neto iznose mirovina, onda se postavlja pitanje ima li smisla da, nakon što se mirovina isplati 'de facto' u bruto iznosu, da jedan dio te mirovine odlazi jedinicama lokalne samouprave u smislu prikupljanja poreza na dohodak. Tu nekakve pretjerane logike nema“, izjavio je ministar.

Država da, država uzme

Car je konačno gol. Da, nema logike da umirovljenici sa 650, 700, 800 pa i oni koji imaju i više od 1.000 eura mirovine ako su samci ili bolesni moraju plaćati

porez na dohodak, s obzirom na visoke troškove prehrane, režija i zdravstvene skrbi.

Ministar Primorac u istom obraćanju javnosti je kazao kako ukidanje oporezivanja mirovina ne bi koštalo ništa državni proračun, no da ipak treba gledati da bi to ukidanje imalo nepovoljan utjecaj na jedinice lokalne samouprave kojima ide taj novac od oporezivanja, i da bi nepovoljno utjecalo na deficit opće države i pridržavanje kriterija iz Maastrichta.

Ministroke riječi i zaključci mogu se svesti na to da je oporezivanje mirovina nelogično, ali ako se izbjie taj prihod jedinicama lokalne samouprave na kraju će država morati odnekud drugo namaknuti novac kako bi izgubljeni prihod vratila lokalnoj samoupravi.

Umirovljenicima nije samo nelogično što moraju plaćati porez već ih porez udara i po ionako siromašnom džepu, pa ih svakako ne zanimaju glavobolje Vlade kako da u slučaju ukidanja poreza na mirovine riješi problem financiranja županija, općina i gradova, a pogotovo što dio novca završi u džepovima gradonačelnika, načelnika i uhljeba koji su sami sebi svrha postojanja.

Promjena na pomolu

Prije ovog posljednjeg usklađivanja mirovina, u poreznim škarama bilo je oko 400.000 umirovljenika koji su u prosjeku plaćali 30 eura poreza, a poslije usklađivanja njihov broj je porastao za 30-ak tisuća. Jedinicama lokalne samouprave

tako se od poreza u prvom dijelu godine slijevalo oko 12 milijuna eura mjesečno.

Ono što je pozitivno je to da je ministar javno kazao da oporezivanje mirovina nije logično, čime je svakako ostavio dojam da bi se nešto u skoro vrijeme moglo promijeniti nabolje. U prilog tome ide i najava preko ljeta koja je stigla vodstvu SUH-a od predstavnika Ministarstva rada, mirovinskog sustava, obitelji i socijalne politike da će na prvoj jesenskoj sjednici Nacionalnog vijeća za umirovljenike i starije osobe jedna od tema biti rasprava o mogućnostima ukidanja poreza na mirovine.

SUH već godinama predlaže ili potpuno ukidanje poreza na dohodak za umirovljenike, po uzoru na neke EU zemlje, poput Slovenije, Slovačke, Irske, Malte, ili da se osjetno podigne osobni odbitak, i takvog stava je SUH i dalje te će njegovi predstavnici tražiti da se ili ukine porez na mirovine, ili da se osobni odbitak za umirovljenike podigne na 1.500 eura, koliko će do kraja ove godine otprilike iznositi prosječna neto plaća u Hrvatskoj.

U potonjem scenariju bi 98,9 posto umirovljenika bilo oslobođeno poreza, a preostalih 1,1 posto „bogatijih“ umirovljenika, odnosno njih oko 13.500 bi i dalje plaćalo porez na dohodak, ali bi ga plaćali puno manje nego dosad zbog osjetnog povećanja osobnog odbitka. S obzirom da bi se od preostalih 13.500 godišnje od poreza uprihodilo tek par milijuna eura logična opcija je i da se porez na dohodak ukine svim umirovljenicima.

Igor Knežević

Kako se računa porez

Evo i malog kalkulatora kako se računa porez na dohodak na primjeru umirovljenika koji živi u Zagrebu i prima mirovinu u iznosu od 1.100 eura bruto. Od toga iznosa odbije se osobni odbitak (-600) i dobije 500 eura koji se oporezuju po stopi od 11,5 % (polovica propisane stope Grada Zagreba od 23 % jer je umirovljenik). Svaki mjesec taj umirovljenik mora platiti 57,50 eura poreza na dohodak, čime mu neto mirovina iznosi 1.042,50 eura. Ako je pak riječ o umirovljeniku koji prima 800 eura bruto, onda on plaća 23 eura poreza mjesečno i neto mirovina mu iznosi 777 eura. Na godišnjoj razini potonji će umirovljenik za porez izdvojiti čak oko 300 eura (jer mirovine rastu usklađivanjem svakih šest mjeseci pa time i iznos plaćenog poreza). Zamislmo da isti taj umirovljenik ima 35 godina staža i da Vlada krajem ove godine odredi da iznos godišnjeg dodatka na mirovine bude 10 eura po godini staža. Taj umirovljenik će dobiti dodatak u iznosu od 350 eura, samo 50 eura više nego što će platiti porez. Država dala, država gotovo sve uzela. A ako Vlada

bude uske ruke i odredi da godina staža vrijedi npr. samo 8,5 eura, onda će to taman pokriti troškove poreza, jer će taj umirovljenik primiti 300 eura dodatka i platiti 300 eura poreza što je, malo je reći, apsurdno.



Kako doista žive starije osobe u Hrvatskoj

➤ Prema podacima Eurostata za 2024. godinu Hrvatska je sa 35 % bila na samome dnu Europske unije po pitanju tzv. zamjenske stope, a koja pokazuje da na svakih 100 eura koje osoba zaradi u dobi od 50-59 godina će primiti tek 35 eura mirovine u dobi od 65-74 godine, dok je prosjek EU bio 58 %. Blizu su nam tek Litva sa 36 % i Irska sa 40 %, a na drugom kraju spektra su Grčka sa 84 %, Španjolska sa 81 % i Italija sa 79 %. Već iz ovih podataka da se „naslutiti“ kakav je odnos države prema umirovljenicima i da nešto ne valja u sustavu. Koji su glavni razlozi da tavorimo na samom europskom dnu?

Nezadovoljavajuće stanje u mirovinskom sustavu traje dugo, već od 1990-ih i posljedica je više čimbenika. Prva dva i pol desetljeća nezavisnosti obilježilo je nekoliko nepovoljnih događaja: ratne i poslijeratne prilike (problemi povratka i obnove), dugotrajni oporavak od ekonomske krize koja je počela 2008., negativne stope ekonomskog rasta, visoke stope nezaposlenosti, niska razina plaća i sl. U ovom razdoblju se događaju reforme mirovinskog sustava koje su trebale ograničiti rast mirovinskih troškova i dugoročnije stabilizirati sustav, a ne kratkoročno poboljšati mirovinska primanja. Osim toga, prioritet vladinih mjera nije bio na umirovljenicima, već na drugim skupinama. Tek u zadnjih desetak godina stvorene su pretpostavke za značajnije poboljšanje socioekonomskog položaja starije i umirovljeničke populacije. Rast mirovina jedan je od ciljeva koji su naglašavale i vlade u zadnjih nekoliko mandata. Povećanja mirovina su se dogodila, ali ona su bila skromna poglavito u usporedbi s rastom plaća i dohoda drugih socijalnih skupina. Drugim riječima, dohodovni jaz između umirovljeničke i radno aktivne populacije, koji je inače bio velik, sada se dodatno produbio zbog izraženijeg rasta plaća većine zaposlenih u javnom i privatnom sektoru. Jednostavno, mirovine nisu pratile rast zarada u okolnostima dosadašnjeg određivanja i načina usklađivanja mirovina, iako je vlada pokušavala smanjiti spomenuti dohodovni jaz kroz isplate jednokratnih naknada.

Razlozi nezavidnog ekonomskog položaja velikog broja umirovljenika nalaze se i u objektivnim obilježjima našeg mirovinskog sustava. Niske mirovine rezultat su niskih plaća i zarada iz kojih se plaćaju doprinosi, ali i relativno kraćeg prosječnog radnog vijeka (prije reformi, dobne granice za ulazak u mirovinu bile su niže za muškarce i žene nego u mnogim zapadnim zemljama). Možemo ovdje spomenuti i uobičajenu praksu da poslodavci nezakonito isplaćuju dio plaće zaposlenima na ruke, što također rezultira manjom ukupnom sumom plaćenih doprinosa i manjim mirovinama.

Siromaštvo starijih u padu

➤ Prema podacima Državnog zavoda za statistiku, stope rizika od siromaštva rastu iz godine u godinu, pa je tako u 2024. godini ta stopa za starije od 65 godina na rekordnih 40 %, a za samca u starijoj dobi je već na 61,4 %. Istovremeno, pokazatelji materijalne deprivacije stanovništva su u stalnom padu pa je u 2024. godini ona pala samo na 2 %, no činjenica je da umirovljenici i starije osobe čine najveći dio tih koji su u materijalnoj deprivaciji. Kako objašnjavate te podatke, te može li se izvući zaključak, da li prosječna starija osoba i umirovljenik u Hrvatskoj žive lošije ili bolje nego prije recimo pet godina?

Prvo, ovdje treba ukazati na razliku u pristupu materijalnom blagostanju između koncepta relativnog siromaštva i koncepta materijalne deprivacije. Pokazatelji relativnog siromaštva se izvode iz prikupljenih podataka o kućanskom dohotku, dok se pokazatelji materijalne deprivacije ne odnose direktno na kućanski dohodak, već na posjedovanje kućanskih i drugih dobara ili sudjelovanje u određenim aktivnostima koje su uobičajene u



društvenoj zajednici. To znači da pristup materijalne deprivacije uključuje u nekoj mjeri i subjektivne prosudbe o zadovoljstvu participacijom u određenim aktivnostima, poput slobodnog vremena i godišnjih odmora, druženja s prijateljima i sl. Te prosudbe mogu biti pod utjecajem percepcija o minimalno pristojnom životnom standardu, a percepcije su građana u Hrvatskoj često skromnije nego kod građana drugih zemalja EU. Pristupu materijalne deprivacije mogu se uputiti različite kritike (npr. zašto se stopa materijalne i socijalne deprivacije mjeri preko 13 pokazatelja, a ne možda 11 ili 15 pokazatelja, zašto je prag deprivacije 5 od 13, a teške deprivacije 7 od 13 pokazatelja, zašto se svi indikatori uzimaju kao jednako važni, itd.). Hrvatska dobro prolazi kada se radi o materijalnoj i socijalnoj deprivaciji bilo svih stanovnika ili starijih osoba. Ipak, pokazatelji materijalne i socijalne deprivacije se odnose na pristup osnovnim potrebštinama ili aktivnostima koje su važne za nekakav minimalno pristojni životni standard, ali niska razina materijalne deprivacije ne znači nužno visoku kvalitetu života. Mislim da ipak većina građana u Hrvatskoj ima pristup najosnovnijim dobrima, iako uz naprezanje kućnog budžeta. Osim toga, pokazatelji subjektivnog siromaštva ukazuju na značajan pad stope siromaštva u Hrvatskoj u zadnjih 10 godina. Npr. udio stanovnika koji su izjavili da teško ili vrlo teško spajaju kraj s krajem pao je sa 54,4 % u 2015. na 19,8 % u 2024. Stopa teške materijalne i socijalne deprivacije starijih osoba u Hrvatskoj u 2024. iznosila je 3,8 % i bila je niža od prosjeka EU (5,1 %) i nešto viša od stope za ukupno stanovništvo Hrvatske (2 %). Uz to, stopa teške materijalne deprivacije za starije osobe smanjila se sa 7,6 % u 2019. na 3,8 % u 2024.

Stopa rizika od siromaštva govori nam koliki je udio ili postotak pripadnika neke skupine čiji je dohodak manji od 60 % medijalnog dohotka, ali nam ne govori o tome kako stvarno siromašni žive. Moguće je da u isto vrijeme raste stopa rizika od siromaštva i dohodak starijih osoba ili umirovljenika (povećanje stope rizika od siromaštva starijih osoba nužno ne znači da starije osobe žive gore ili raspolažu nižim prosječnim dohotkom). Stopa rizika od siromaštva više ukazuje na to kakve su nejednakosti u dohotku između socijalnih skupina, odnosno koliko je dohodak neke skupine udaljen od prosječnog ili medijalnog dohotka. Prema pokazateljima Eurostata, stope rizika od siromaštva ukupnog stanovništva i starije populacije rasle su tijekom 2023. i 2024. (npr. stopa rizika od siromaštva starijih osoba porasla je s 32,4 % u 2022. na 37 % u 2024.). Međutim, moguće je da je rast stopa rizika od siromaštva jednim dijelom posljedica metodoloških promjena u izračunu ovog pokazatelja. Naime, došlo je do prekida u načinu prikupljanja podataka o dohotku u 2023. i 2024. Za te dvije godine djelomično su ili u potpunosti korišteni administrativni izvori podataka (podaci porezne uprave), dok su ranije podaci prikupljeni isključivo anketiranjem kućanstava. To znači da nije

metodološki prihvatljivo uspoređivati stope rizika od siromaštva u 2023. i 2024. sa onima iz 2022. i 2021. Ipak, bez obzira na spomenute metodološke promjene, možemo konstatirati da su stope rizika od siromaštva starijih osoba (65+) u Hrvatskoj među najvećima u zemljama EU (veće imaju samo baltičke zemlje) i značajno veće od hrvatskog prosjeka (20,3 % u 2024.).

S druge strane, podaci o dohotku pokazuju da je prosječni ili medijalni dohodak starijih osoba stalno rastao u zadnjem desetljeću. Na primjer, sve su dobne skupine zabilježile kontinuirani rast medijalnog dohotka od 2015. do 2023., ali je medijalni dohodak najstarije dobne skupine rastao znatno sporije (u 2023. u odnosu na 2015. medijalni dohodak osoba starijih od 65 godina porastao je za 53 %, dok je medijan dohotka ostalih dobni skupina mlađih od 65 godina u istom razdoblju porastao od 83 % do 95 %). To znači da je nominalni i realni dohodak starijih osoba veći u 2023. i 2024. nego ranijih godina. Međutim, u istom je razdoblju više porastao medijan ukupne dohodovne distribucije, a time i relativna linija siromaštva definirana kao 60 % medijana nacionalnog dohotka, nego medijalni dohodak starije dobne skupine. Stoga, možemo konstatirati da se u zadnjih desetak godina u apsolutnom pogledu poboljšao materijalni položaj umirovljenika u Hrvatskoj, ali se istovremeno pogoršao njihov relativni položaj u dohodovnoj distribuciji zbog bržeg rasta dohodaka drugih dobni i socijalnih skupina (ili drugim riječima, zbog sporijeg i nedovoljnog rasta mirovina).

Fiksirane linije siromaštva

O tome nam svjedoče i stope rizika od siromaštva temeljem tzv. fiksirane linije siromaštva. Za razliku od uobičajenih stopa rizika od siromaštva koje se dobiju na način da se linija siromaštva određuje u svakoj godini, stope rizika od siromaštva temeljem fiksirane linije siromaštva se dobiju tako da se linija siromaštva definira samo u početnoj točki promatranog razdoblja, a u kasnijim godinama se samo korigira sukladno stopi inflacije. Linija siromaštva fiksirana u vremenskoj točki odražava životni standard na početku praćenog razdoblja, uzima u obzir promjene u troškovima života, ali ne prati promjene u općem (prosječnom) životnom standardu. Ovaj pristup omogućuje praćenje trendova siromaštva i olakšava analizu utjecaja mjera socijalne politike na siromaštvo.

Ako želimo pratiti trend siromaštva među starijom i umirovljeničkom populacijom u razdoblju od 2019. do 2024., definira se prag siromaštva prema liniji siromaštva od 60 % medijana nacionalnog dohotka samo u početnoj 2019. godini, a zatim se tako određena linija siromaštva u kasnijim godinama samo usklađuje sa stopom inflacije (umjesto da se izračunava u svakoj godini razdoblja). Prema podacima Eurostata, stope siromaštva starijih osoba prema liniji siromaštva fiksiranoj u 2019. pale su sa 30,1 % u 2019. na 18,1 % u 2024. (u isto je vrijeme stopa siromaštva ukupnog stanovništva smanjena sa 18,3 % na 10,2 %).

Kako povećati mirovine

➤ **Kada govorite o nejednakosti u dohotku između socijalnih skupina podaci pokazuju da je on izrazito izražen u Hrvatskoj. Primjerice, hrvatski radnici sve se više približavaju neto plaći slovenskih radnika, razlika je oko 10 %, no razlika u visini mirovina se kreće oko 50 %! Zaposleni Slovenci, a pogotovo Talijani izdvajaju i više doprinosa od svojih bruto plaća. Je li povećanje doprinosa put kojim bi i Hrvatska ubuduće trebala rješavati loš materijalni položaj umirovljenika?**

Povećanje mirovinskih doprinosa jest jedan od mogućih načina za povećanje mirovina. Poznato je da su stope doprinosa tijekom 1990-ih u Hrvatskoj bile više od 25 % bruto plaće. Međutim, istina je da danas znatan broj zemalja ima veće stope doprinosa za mirovine od Hrvatske (među te zemlje spadaju i spomenute Slo-

venija i Italija), ali je također istina da postoji niz zemalja s manjim stopama doprinosa od Hrvatske. Sa sadašnjom stopom od 20 % Hrvatska se nalazi oko prosjeka zemalja EU. Za pretpostaviti je da prijedlog za rastom mirovinskih doprinosa ne bi bio prihvaćen od strane poslodavaca koji stalno zagovaraju potrebu za poreznim i drugim rasterećenjem rada kako bi se povećala konkurentnost i plaće. Osim toga, pitanje je bi li teret povećanih stopa mirovinskih doprinosa poslodavci nastojali prebaciti na zaposlenike kroz niže neto plaće te bi li takvo rješenje doprinijelo većoj evaziji doprinosa.

U takvoj situaciji osobno bi prednost dao produljenju radnog vijeka i podizanju dobi ulaska u starosnu mirovinu. Dok je Hrvatska po visini doprinosa oko europskog prosjeka, korisnici mirovina u Hrvatskoj imaju značajno kraći radni staž (u prosjeku, 31 godinu). Prema podacima Eurostata, prosječno očekivano trajanje radnoga vijeka u 2024. iznosilo je 37,2 godine u EU (najduže imaju Nizozemska, Danska, Švedska, Estonija, Irska i Njemačka sa 40 i više godina). S druge strane, očekivani radni vijek u Hrvatskoj u 2024. iznosio je 34,8 godina (kraći očekivani radni vijek nalazimo samo u Rumunjskoj i Italiji). Drugim riječima, očekuje se da će osoba stara 15 godina u 2024. imati radni vijek od 34,8 godina. Susjedna Slovenija imala je očekivani radni vijek 37,1 godina (2,3 godine duži od onoga u Hrvatskoj). Podaci o visini mirovina pokazuju da umirovljenici s preko 40 godina radnog staža primaju prosječnu mirovinu od oko 940 eura, što iznosi oko 66 % prosječne plaće. Prema tome, mišljenja sam da zbog demografskih i niza drugih razloga nužno će biti postupno podizati dob ulaska u starosnu mirovinu na 67 godina. Ovo je rješenje već bilo prihvaćeno u Zakonu o mirovinskom osiguranju iz 2013. (kada je bilo propisano podizanje dobi starosnog umirovljenja sa 65 na 67 u razdoblju od 2030. do 2038.), ali je rezolutno odbačeno od strane umirovljeničkih udruga i sindikata tijekom pokušaja nove mirovinske reforme u 2019. koja je predviđala dob starosnog umirovljenja sa 67 godina već od 2033. Smatram da ova reforma nije pripremljena na primjeren način od strane više vlada jer je, među ostalim, izostao potrebiti dijalog između socijalnih partnera.

➤ **Od srpnja je na snagu stupio novi Zakon o mirovinskom osiguranju, koji će rezultirati tek malim poboljšanjem u visini mirovina za pojedine kategorije umirovljenika (penalizirane prijevremene umirovljenike kada napune 70 godina života i invalidske umirovljenike). S obzirom da žene imaju osjetno niže mirovine od muškaraca, te su uglavnom one te koje žive u samačkim domaćinstvima i u puno većem su riziku od siromaštva, smatrate li diskriminatornim što pravo na 12 mjeseci dodanog staža po rođenom djetetu imaju samo novoumirovljene majke, jer one koje su u mirovinu otišle prije 2019. godine neće dobiti ništa, a one od 2019. do donošenja ovog zakona će dobiti šest mjeseci po djetetu?**

Propisi o dodatnom radnom stažu za svako rođeno ili posvojeno dijete su posebice važni za starije žene zato što u prosjeku imaju niže mirovine od starijih muškaraca, veći je udio starijih žena nego muškaraca koje ostvaruju obiteljske mirovine te što starije žene znatno češće nego muškarci žive u samačkim kućanstvima (jer u prosjeku žive duže nego muškarci). Zato su i njihove stope siromaštva veće od starijih muškaraca. Zakonske promjene koje se odnose na mogućnost da starosni umirovljenici mogu koristiti do 27 % obiteljske mirovine preminulog supružnika te povećanje dodatnog staža za novorođenu i usvojenu djecu išle su prvenstveno u prilog povećanja mirovina i ekonomskog položaja starijih žena (iako će povećanje dodatnog staža sa 6 na 12 mjeseci značajnije povećati mirovine onih roditelja koji su imali visoke plaće i veći broj djece). Međutim, sadašnjim zakonskim rješenjem roditelji (najčešće majke) podijeljeni su u tri kategorije s različitim pravima u pogledu dodatnog staža za novorođenu ili posvojenu djecu, s tim da su jednoj kategoriji, umirovljenima prije 2019. potpuno uskraćena prava na dodatni staž. Doista je

intervju

opravdano postaviti pitanje o pravednosti ovakvog rješenja. Bilo sa pravnog ili socijalno-političkog stajališta, smatram da je ovakvo rješenje nepravedno.

Zakonodavac se katkad poziva na načelo retroaktivnosti (da pravni akti djeluju samo ubuduće), a katkad na moguće fiskalne učinke ako bi pravo na dodatni staž bilo dostupno svim roditeljima. Očito je ovdje načelo retroaktivnosti primijenjeno samo na dio roditelja, što znači nedosljednost u njegovoj primjeni. Prema tome, ako se zakoni donose pro futuro, pravo na dodatni radni staž trebalo bi biti dostupno samo novim umirovljenim roditeljima. Neki se pozivaju na fiskalne učinke i velike izdatke za mirovinski sustav i proračun, ali je posve neprihvatljivo u modernom društvu pravdati uskraćivanje prava jednima manjkom finansijskih sredstava. Pravednim smatram rješenje prema kojem je pravo na dodatni staž temeljem rođenja i posvajanja djeteta dostupno samo novoumirovljenim roditeljima ili svim roditeljima bez obzira na vrijeme umirovljenja. Legitimno je da vlada razmatra učinke određenog rješenja na fiskalna sredstva, ali nije prihvatljivo diskriminirati jednu kategoriju, a privilegirati drugu.

Utjecaj stranih radnika

➤ **Ekonomska kriza u Hrvatskoj od 2008. do 2014. godine sa sobom je donijela veliku nezaposlenost i masovno iseljavanje. Njezine posljedice vidljive su i danas kada uvozimo velik broj stranih radnika zbog nedostatka domaće radne snage, a na to se nadovezuje i sve manji prirodni priraštaj stanovništva. S jedne strane ti radnici popunjavaju rupe i pune proračun pa tako i doprinose za mirovine, no s druge strane riječ je često o radnoj snazi za koju se uplaćuju minimalni doprinosi. Smatrate li ovakav sustav održivim i dobrim za sadašnje i buduće umirovljenike?**

Očito je da hrvatska ekonomija ne može funkcionirati bez strane radne snage i da će potreba za stranim radnicima postojati i u budućnosti, u većem ili manjem opsegu. Za pretpostaviti je da strani radnici čine manje od 10 % osiguranika, ako uzmemo u obzir podatak da je krajem 2024. bilo oko 1,7 milijuna osiguranika te je u toj godini izdano oko 200 tisuća dozvola za rad i boravak. Istina je da strani radnici čine jednu od slabije plaćenih skupina zaposlenika, iako su zarade zaposlenih u uslužnom (turističkom) sektoru veće nego u nekim drugim sektorima. S obzirom na niske zarade, oni plaćaju niže doprinose u prvi stup mirovinskog osiguranja. Osim toga, država plaća dio mirovinskog doprinosa radnicima kojima je bruto plaća manja od 1.300 eura. Kako ti doprinosi ne bi bili još manji, propisano je da strani radnici ne smiju imati plaću manju od one koju primaju zaposleni u Hrvatskoj na usporedivim radnim mjestima.

Održivost mirovinskog sustava ne ovisi primarno o uplatama stranih radnika, ali te uplate zasada pridonose povećanju ukupnih sredstava u mirovinskom fondu. Teško je dugoročno procijeniti dobitke i troškove od spomenutih uplata jer nije jasno koliki će broj stranih radnika eventualno koristiti prava iz mirovinskog osiguranja i na koji način (s nekim zemljama nisu ni potpisani međusobni ugovori o socijalnom osiguranju). U Hrvatsku dolazi uglavnom nekvalificirana ili slabije kvalificirana strana radna snaga i to je naša realnost koju se ne može promijeniti preko noći. Sigurno da je cilj naše migracijske politike privući kvalificiranu i obrazovanu radnu snagu od koje bi više profitirao i mirovinski sustav, ali taj cilj neće biti lako i brzo ostvariti.

Težak život na selu

➤ **Iseljavanje mladih i sve manje rođene djece, a zatim i seljenje u gradove znači i još brže starenje ruralnog stanovništva, zbog čega su starije osobe osuđene na još teže životne uvjete. Mnogi umirovljenici u ruralnim područjima primaju niske mirovine ili su pak korisnici socijalnih nakna-**

da. Jesu li visine tih naknada dovoljne za njihove potrebe? Kako im pomoći?

Starije osobe i umirovljenici u ruralnim područjima i manjim gradovima imaju duplo više stope rizika od siromaštva od stanovništva u većim gradovima. To je povezano s činjenicom da se dio stanovništva na selu bavi poljoprivredom, što utječe na njihov ekonomski status tijekom radno aktivnog razdoblja i starosti. Na selu je i veći broj starijih osoba (poglavito žena) koje nikada nisu radile ili su radile prekratko da steknu pravo na mirovinu, ili pak primaju obiteljske mirovine nakon smrti supružnika, koje su opet niže od starosnih mirovina. Također, u seoskim područjima živi većina onih koji su ostvarili poljoprivredne mirovine, koje su vrlo niske.



Starijim osobama bez prava na mirovinu ostaje mogućnost da ostvare nacionalnu naknadu za starije osobe, koja iznosi 154,50 eura i teško da njome mogu podmiriti najosnovnije potrebe. S druge strane, kada starije osobe primaju niske mirovine mogu zatražiti zajamčenu minimalnu naknadu (ZMN), ali to rade vrlo rijetko jer je dohodovni cenzus za ostvarenje naknade vrlo nizak, za starije osobe i osobe potpuno nesposobne za rad u 2025. godini iznosio je 208 eura. Krajem 2023. godine ZMN je primalo tek 514 umirovljenika i 1.363 starije osobe koje ne primaju mirovine. O niskoj razini ZMN govore usporedbe iznosa ZMN s pripadajućim linijama siromaštva. Neto dohodak starije osobe ili osobe potpuno nesposobne za rad koja je korisnik ZMN iznosio je u 2024. samo 31,6 % linije siromaštva za samačko kućanstvo. Osim toga, adekvatnost ZMN se kontinuirano smanjuje zbog arbitrarnog načina određivanja osnovice. Zatim, umirovljenici i starije osobe rijetko traže ZMN jer moraju proći ne samo provjeru dohotka već i imovine. Kako su starije osobe u pravilu tijekom života akumulirale određenu imovinu (kuće/stanovi, poljoprivredna, građevinska i druga zemljišta), prije ostvarenja prava na ZMN obvezne su prodati imovinu ako to neće ugroziti njihove osnovne životne potrebe. Dio starijih osoba to ne želi ako će se time dovesti u pitanje pravo nasljeđivanja imovine od strane njihovih potomaka.

Naposljetku, starije osobe ili umirovljenici ne mogu ostvariti pravo na druge naknade u sustavu socijalne skrbi, kao što su pomoć za stanovanje ili naknada za ugroženog kupca energenata, jer je uvjet za ostvarenje ovih prava da su već korisnici ZMN, što bi svakako trebalo promijeniti i to im omogućiti. Dio starijih osoba i umirovljenika koji imaju invaliditet ili trebaju pomoć druge osobe u svakodnevnom funkcioniranju mogu ostvariti pravo na inkluzivni dodatak koji je obuhvatio nekadašnja prava na osobnu invalidninu i doplatak za tuđu pomoć. Uvođenjem inkluzivnog dodatka povećane su naknade, i za većinu je korisnika ukinuta provjera dohotka i imovine kao uvjet za ostvarenje prava.

Općenito, siromašni stariji ljudi i umirovljenici u Hrvatskoj imaju manje šansi ostvariti pravo na različite socijalne naknade u odnosu na iste skupine u EU. Razlog su niske razine naknada i niski dohodovni i imovinski cenzusi.

Igor Knežević

Zašto bi umirovljenici radili puno radno vrijeme

Krajem srpnja 2025. godine u Hrvatskoj je bilo zaposleno milijun i 788 tisuća radnika, što je za oko 40 tisuća više nego u srpnju prošle godine. Sve veća zaposlenost dovela je i do poboljšanja omjera umirovljenika i osiguranika koji sada iznosi 1:1,45, što znači da na jednog umirovljenika dolazi 1,45 zaposlenih. Usporedbe radi, prošlogodišnji srpanj završen je s odnosom 1:1,42. Nastavak je to poboljšanja omjera, jer je u 2023. iznosio 1:1,38, a u kriznoj 2020. godini iznosio je 1:1,25.

Veća zaposlenost znači i da se u mirovinski sustav uplaćuje više doprinosa, a osim stranih radnika za ove rekordne brojke svoj „obol“ dali su i umirovljenici. Naime, njih je u srpnju na pola radnog vremena bilo zaposleno 37.955, što je za oko 5.500 više nego na početku ove godine, što je dijelom rezultat i pojačane zaposlenosti tijekom ljetnih mjeseci, ali ih je svejedno za oko 10.000 više nego što ih je bilo zaposlenih prije dvije godine.

Rade jer moraju

Već smo puno puta pisali o istraživanju koje je prenijela i Pučka pravobraniteljica u svom godišnjem izvještaju za 2021. da 74 posto umirovljenika u Hrvatskoj radi jer su primorani zbog teške financijske situacije, a ne zato jer to stvarno žele, pa u skladu s tim i donošenje novog ZOMO-a kojim se od 1. siječnja 2026. godine omogućuje rad svih umirovljenika (i umirovljenih obrtnika) na puno radno vrijeme uz zadržavanje pola mirovine za ovaj veći dio umirovljenika ima problematične postavke, jer oni zapravo ne žele raditi u mirovini jer su stari, iscrpljeni ili ne mogu obavljati teže fizičke poslove.

Zbog toga Sindikat umirovljenika ističe da je prvo potrebno osigurati dostojne mirovine, a onda ostaviti pojedincu da po osobnim preferencijama odluči hoće li i koliko sati dnevno ili tjedno raditi.

Prema procjeni Ministarstva rada i mirovinskog sustava već u 2026. godini oko 8.800 umirovljenika će iskoristiti mogućnost rada u trajanju duljem od polovice radnog vremena uz isplatu pola mirovine, a najavljuju i da će broj ukupno zaposlenih umirovljenika u 2028. godini narasti na 53.000.

No, u pozadini nove zakonske odredbe postoji dojam da se išlo na ruku umirovljenicima s višim mirovinama koji rade u javnim ustanovama na manje zahtjevnim poslovima, a problematično može biti i što je za razliku od privatnih tvrtki u javnim ustanovama češći slučaj osobnih preferencija pa i raznoraznih veza u kojima će

poslodavac odlučiti zadržati osobu koja je manje kvalitetan radnik od nekog drugog radnika koji onda prisilno odlazi u mirovinu. Stoga ovdje moramo jasno istaknuti da rad i zapošljavanje umirovljenika ne ovisi samo o želji pojedinca, već je poslodavac



taj koji odlučuje koga će zadržati, što, vidimo, može biti problematično u javnim ustanovama, i što u suštini smanjuje kvalitetu rada i produktivnost.

Dupla diskriminacija žena

Ono što je prošlo ispod radara u novom ZOMO-u je da će se pravo na rad umirovljenika na puno radno vrijeme uz zadržavanje pola mirovine moći ostvariti tek nakon što umirovljenik napuni 65 godina života. Pa tako npr. oni koji su otišli u starosnu mirovinu za dugogodišnjeg osiguranika sa 60 godina života i 41 godinom staža moraju čekati 5 godina da bi ostvarili navedeno pravo. Problematično je što se ovdje nije pazilo na umirovljenice, koje su u prijelaznom razdoblju (do 2030. godine) izjednačavanja uvjeta s muškarcima za ostvarivanje starosne mirovine, te u 2026. godini starosnu mirovinu ostvaruju sa 64 godine života (i 15 godina staža). Ta pogreška provlači se i kod ukidanja penalizacije isključivo sa 70 godina života, jer žene ranije ostvaruju pravo na prijevremenu mirovinu od muškaraca, pa je definitivno u novom zakonu trebalo ukalkulirati i njihovo prijelazno razdoblje.

Ocjena ustavnosti zakona

U nedostatku radne snage Vlada je očito izračunala da joj se isplati podnijeti trošak isplate pola mirovine, ali ne i cijele, znajući da će zapošljavanjem umirovljenika poslodavci za te umirovljenike svejedno uplaćivati doprinose koji će ponekad biti

i veći od njihovog iznosa pola mirovine, a dodatni plus za gospodarstvo bit će i više zaposlenih što u konačnici povećava BDP. Kao i uvijek kod zapošljavanja, tako i u ovom slučaju zapošljavanja umirovljenika veća dodana vrijednost su oni koji su zaposle-

ni u privatnom sektoru, jer onima koji su zaposleni u javnom sektoru država je poslodavac i uplaćuje za njih i doprinose pa će se, ovisno o broju zaposlenih umirovljenika na puno radno vrijeme u javnom sektoru, i tu vagati kolika je stvarna korisnost za gospodarstvo nove zakonske odredbe.

Preko ljetnih praznika na odredbe o zapošljavanju umirovljenika uz isplatu pola mirovine je reagirala Stranka umirovljenika, koja je podnijela Ustavnom sudu zahtjev za ocjenu ustavnosti, smatrajući da je riječ o diskriminaciji i oduzimanju već stečenog prava, odnosno da umirovljenici moraju imati pravo na isplatu cijele mirovine i u slučaju zaposlenja na puno radno vrijeme.

Ta stranka između ostalog je Ustavnom sudu u prijedlogu napisala „da je ova odredba, koja u stvari financijski kažnjava one koji žele ili moraju raditi, protuustavna i protivna načelu vladavine prava i praksi Europskog suda za ljudska prava (ESLJP), jer je zakonodavac ‘prekoračio granice dopuštenog u normativnoj intervenciji’. Umjesto da se potiče radna aktivnost i samoodrživost starijih osoba, njih će HZMO za rad svakog mjeseca financijski kazniti sa po nekoliko stotina eura, polovicom mirovine, a što je retroaktivno miješanje u već stečena prava“, piše u prijedlogu. Pa će svakako biti zanimljivo vidjeti „pravorijek“ Ustavnog suda.

Slovinci kao primjer

I dok hrvatska Vlada na ovakav način pokušava zadržati što veći broj starijih osoba u svijetu rada, u Sloveniji potpuno drugačija slika, gdje tamošnja Vlada pokušava rasteretiti radnike pred mirovinu. Naime, od 1. siječnja 2026. novi zakon omogućit će starijim osobama koje se bliže mirovini smanjenje radne obveze. Tako će radnici stariji od 58 godina ili oni s najmanje 35 godina radnog staža moći birati između slobodnih petaka, produženog vikenda ili skraćenog radnog dana u trajanju od šest sati, ovisno što od toga dogovore s poslodavcem. Tako će prema modelu kojeg su nazvali 80-90-100, što se odnosi na 80 % radnog vremena, 90 % plaće i 100 % uplaćenih doprinosa, Slovenci u svoje zakonodavstvo djelomično uvrstili

slična iskustva zemalja poput Njemačke, Irske i Islanda.

U navedenim zemljama takvi zakoni su doveli do niza pozitivnih posljedica poput povećane produktivnosti i smanjenih izostanaka s posla, a baš kao i u tim zemljama Slovenci su proveli nekoliko pilot-projekata, uglavnom u tehnološkim tvrtkama, koji su se pokazali uspješnim te su odlučili krenuti s ovim izmjenama. Iz slovenskog Ministarstva za rad, obitelj, socijalna pitanja i jednake mogućnosti najavili su i da će, u slučaju da se izmjene zakona pokažu uspješnim, ići u pravcu dodatne liberalizacije propisa.

Hrvati s 35 godina staža penalizirani

Tako se do kraja 2028. očekuju i dodatne novine, poput povećanja dodatka za rad subotom, obavezne božićnice za sve zaposlene, ali i tridesetosatnog radnog tjedna. Slovenci su tako pokazali puno realniji pristup od hrvatskog, jer su shvatili ili htjeli shvatiti kako osobe pri kraju radnog vijeka treba rasteretiti od rada, pritom da se ne gubi produktivnost. Ponovimo, Slovenci su shvatili da dob od 58 godina je granica kada radniku treba olakšati rad, a u slučaju da imaju 35 godina staža ta dob još pada, jer npr. osoba koja se zaposli sa 18 godina može iskoristiti navedene pogodnosti već sa 53 godine života, s obzirom da je odradila već ogroman staž.

Kod nas pak „izraubani“ radnici kalkuliraju pa odu par godina ranije u prijevremenu mirovinu jer više ne mogu pratiti tempo posla, te su dosad bili doživotno penalizirani, a od 2026. će biti penalizirani do 70. godine života, sve unatoč tome što su odradili 35 i više godina odrađenog staža! Slovenci su prepoznali prakse zapadnoeuropskih zemalja i krenuli ka olakšavanju radnih uvjeta u starijoj dobi čime će u suštini produžiti radni vijek zaposlenih, što će im u konačnici donijeti i veće mirovine, ali i manje stresan i zdraviji život. I to je jedini ispravan put kojim bi i Hrvatska trebala krenuti, a ne vabiti umirovljenike na što duži rad, koji sa sobom donosi i brojne upitnike uopće o korisnosti i isplativosti takvih politika...

Igor Knežević

ŠETNJA S NORDIJCIMA IZ DUBRAVE Hodanje je najbolji lijek



Briga o vlastitom zdravlju jedan je od cjeloživotnih zadataka svakog pojedinca. Takva je briga odraz samopoštovanja, svjesnog življenja, savjesnog i odgovornog pristupa svom tijelu i umu. Zdrava prehrana, kretanje, kvalitetan san, dobro su poznati i često ponavljani savjeti. Sretni su oni koji ih se pridržavaju jer dobro znaju koje sve dobrobiti donose, općenito poboljšavaju kvalitetu života te nerijetko utječu na produljenje životnog vijeka. Kad kažemo kretanje, mislimo na različite oblike rekreacije i rekreativnog bavljenja sportom. Jedan od njih je i nordijsko hodanje (nordic walking), fizička aktivnost koja potiče aktiviranje mišića cijelog tijela. Ako bi netko možda pomislio da je nordijsko hodanje rezervirano za mlađe ljude, grdno bi se prevario.

Ništa bez štapova

Junaci naše priče su umirovljenici iz zagrebačke Dubrave, osobe treće životne dobi, nordijski hodači iz Novog Retkovca, ali i ostalih dijelova Dubrave, odnosno članovi Društva športske rekreacije „Sport

za sve“ Novi Retkovec. Društvo je dio Zagrebačkog saveza sportske rekreacije „Sport za sve“. Zagrebački savez pozdravlja njihova nastojanja i zdušno ih podupire. Nordijske hodače iz Novog Retkovca već petu godinu zaredom predvodi Jelena Salopek, iskusna licencirana instruktorica nordijskog hodanja. Da ne bismo samo slušali o njihovim stazama i rutama koje



su dosad pokorili, dogovorili smo s njima hodanje Maksimirom. Zašto baš Maksimir? Pa zato što nisu predugo uzbrdice, kazali bi hodači.

„Dobar dan, ja sam Jelena Salopek i danas ćemo hodati Maksimirom. Krećemo od glavnog ulaza u park, proći ćemo i pokraj Petog jezera, najvećeg od svih maksimirskih jezera, a završit ćemo u blizini tvornice Kraš“, rekla nam je jasno i odlučno voditeljica grupe.

Uslijedilo je grupno slikanje, obavezno

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@zg.t-com.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.

zagrijavanje, a onda štapove u ruke i put pod noge. Instruktorica Salopek nam je u hodu definirala nordijsko hodanje. „Nordijsko hodanje je sportska aktivnost, tj. hodanje pomoću posebno dizajniranih štapova, čija je svrha aktiviranje gornjeg dijela tijela. Nordijskim sam se hodanjem počela baviti zbog zdravstvenih razloga. Kad sam osjetila koliko mi dobro čini, poželjela sam postati instruktorica. Osjećala sam jaku želju da se usavršavam u tehnici nordijskog hodanja kako bih bila u stanju pomoći sebi i drugima“, pojasnila nam je Jelena Salopek.

Niži rizik od ozljeda

Svima onima koji su zainteresirani i razmišljaju da se počnu baviti nordijskim hodanjem, preporuka je da se kao početnici priključe grupi koju vodi licencirani instruktor kako bi pod stručnim okom usvojili vještinu hodanja sa štapovima. To je preduvjet da bi kasnije mogli spajati ugodno s korisnim.

Društvo športske rekreacije „Šport za sve“ Novi Retkovec osnovano je 2004. godine. Kad su tek kretali bila su svega tri, četiri hodača, a danas ih je osamdesetak, pedeset umirovljenika i trideset ljudi koji su još uvijek u radnom odnosu. Žena s najdužim hodačkim stažom u Društvu ili prva hodačica je Nadica Štetner. Kao



jedan od članova Zagrebačkog saveza sportske rekreacije „Sport za sve“, sportsko društvo iz Novog Retkovca je dio Ljetnog programa (15.6.-15.9.2025.). Program omogućuje da se Društvu iz Novog Retkovca mogu pridružiti svi umirovljenici, a što znači pravo na besplatne poduke, uz napomenu da ne trebaju biti učlanjeni niti u jedno sportsko društvo. Nadalje, sudjelovali su na više Festivala iz nordijskog hodanja poput onih u u Goričanu, Lepoglavi, Novom Marofu, Samoboru, Trakošćanu, Malinskoj na Krku, Jelsi na Hvaru, Konavlima, Kninu, Baranji, ali i mnogim drugim mjestima. Želja im je prohodati Kopačkim ritom gdje bi tim činom doživljaj ovog iznimnog parka prirode podigli na jednu višu razinu. Dosad su hodali i neki težim stazama kao što su Gorščica i Dotrščina. Ne preskaču sudjelovanje na obilježavanju Svjetskog dana zdravlja u Opatiji

i Svjetskog dana sporta u Zagrebu, te na Ožujskim susretima žena u Malom Lošinj.

Rekreacija i socijalna interakcija

Osim stanovnika Dubrave, u njihovim hodačkim pohodima pridružuju im se i umirovljenici iz drugih zagrebačkih četvrti. Ljubica Budrović dolazi s Jaruna, umirovljenica, aktivna sportašica i planinarka, a Jadranka Šeledić iz Markuševca. Pridružuju im se i umirovljenice s Trešnjevke i iz Novog Zagreba. Hodaju tijekom sva četiri godišnja doba, po lijepom i ružnijem vremenu, zaustavlja ih tek izrazito loše vrijeme, a jedinu pauzu imaju krajem prosinca do polovice siječnja. Tad se prepuštaju blagdanskim radostima i druženjima sa svojim najmilijima. Svim je članovima osim rekreacije bitna i dragocjena socijalna interakcija. „Hodamo, družimo se, svi smo presretni. Što se zdravlja tiče, pokretnija sam i osjećam se lagano. Prezadovoljna sam i nastaviti ću hodati“, kazala je za Glas umirovljenika Đurđa Klarić. Inače, ova grupa hoda dva puta u tjednu, ponedjeljkom i četvrtkom – ponedjeljkom hodaju oni brži, a sporiji četvrtkom. Svatko u skladu sa svojim mogućnostima i zdravstvenim stanjem.“

S umirovljenicima se družim, evo, već tri desetljeća pa i duže, a pet godina hodam s Jeleninom grupom. Ako hodam bez štapova, uglavnom me boli kičma. Zadovoljna sam. Ovo mi hodanje pomoću štapova mi pomaže. Volim hodati i izvan grada. Sve pohvale za našu voditeljicu i instruktoricu“, prokomentirala je Bernarda iz Novog Retkovca.

Žene i pokoji muškarac

Sa strane smo mogli čuti i komentare da je nordijsko hodanje svojevrsan antidepresiv. Katica Sesvečan stanovnica je Dubrave, točnije Klake, a vježba od svoje 30-e godine. „Vježbam dva, tri puta u tjednu. Imamo stručnu voditeljicu koja vodi grupu za gimnastiku za osobe starije



Jelena Salopek (u sredini) i bračni par Hendija

dobi. Posjećenost je vrlo dobra. Uz vježbanje, bavim se i nordijskim hodanjem. Hodam trinaest godina, zbog kondicije i zdravlja. Veseli me svako kretanje i rekreacija na otvorenom, pogotovo u ovako lijepoj grupi i uz ovako krasnu voditeljicu“, kazala je Sesvečan. Ono što nas je posebno obradovalo je što neizostavni dio ekipe ovih nordijskih hodača čini i dugogodišnja izvršna tajnica Sindikata umirovljenika Mira Hendija (81), zajedno sa svojim suprugom Zvonkom (83).

„Počeo sam hodati u ožujku 2021. dok je još bio raširen koronavirus. To mi je bio izlazak iz izolacije. U to je vrijeme bilo tek nekoliko muškaraca koji su hodali. Većinom su to bile žene, ali i dalje je tako, a to bi se trebalo promijeniti, i ne samo u ovoj grupi, već na nivou cijele zemlje. Plesom i nordijskim hodanjem održavam kondiciju i uspješno se borim protiv bolova u leđima“, izjavio je Zvonko, a Mira se nadovezala i rekla kako je hodanje izvrstan razlog da izađete iz kuće van, da ne sjedite ispred TV-a, nego da budete aktivni i družite se s ljudima.

Uglavnom, nemoguće je bilo ne primijetiti da pozitive, vedrine i optimizma ovim hodačima ne manjka. Nedavno su uživali hodajući oko dvanaest jezera Savica, Savica-Šanci. Uskoro se spremaju u Karlovac, grad na četiri rijeke. Hodat će, naravno, ali i voziti se Žitnom lađom. Na kraju maksimirske rute istezanje pa pjesma i zdravica. Zdravica životu, do broj starosti i hodanju novim stazama i novim rutama.

Melita Funda

Prednosti nordijskog hodanja: uključuje 90 posto više mišića od normalnog hodanja, poboljšava stanje kardiovaskularnog sustava, povećava potrošnju kalorija, smanjuje stres, pozitivno utječe na mentalno zdravlje te smanjuje opterećenje zglobova.

Nepravilno nordijsko hodanje može dovesti do upale tetiva, ozljede zglobova, bolova u leđima, ramenima i mišićima.

Prije hodanja obavezno je zagrijavanje, a nakon hodanja istezanje.

Porast korisnika dijela obiteljske mirovine

Jedna od pozitivnih promjena koje su se tijekom godina događale s izmjenama Zakona o mirovinskom osiguranju definitivno je uvođenje prava na dio obiteljske mirovine prema kojem osoba uz vlastitu mirovinu može dobivati i dio mirovine preminulog supružnika. Te izmjene stupile su na snagu sa 1. siječnja 2023. godine, što je omogućilo umirovljenicima da biraju što im je povoljnije, 77 posto obiteljske mirovine koja je tada ujedno porasla za 10 posto, ili zadržavanje vlastite mirovine uz dobivanje dijela obiteljske mirovine (27 posto od obiteljske mirovine preminulog partnera).

Pravo na dio obiteljske mirovine danas koristi 113.359 umirovljenika koje im u prosjeku donose 115 eura dodatnih prihoda. Prije dvije godine, u kolovozu 2023. godine bilo je 68.762 korisnika, što znači da je u dvije godine broj korisnika ovog prava porastao za 44.597. No, bilo bi ih i puno više da nije postavljeno ograničenje na najviši iznos, prema kojem zbroj osobne i dijela obiteljske mirovine ne smije prelaziti 80 AVM-a (aktualnih vrijednosti mirovina). S novim usklađivanjem mirovina AVM je porastao na 14,45 eura, što znači da je granica maksimalnog primitka porasla na 1.156 eura, što je ipak iznos koji je pristojan za život u mirovini.

Najvažniji izostavljeni

Dakako, tako visok zbroj imaju rijetki. Npr., ako uzmemo dvoje supružnika s prosječnim mirovinama od 650 eura i u slučaju smrti jednog, drugi bi dobio 27 posto od obiteljske mirovine (77 posto od 650 = 500,50 eura), odnosno dobio bi 135 eura dijela obiteljske mirovine. Mogućnost izbora između obiteljske mirovine (77 posto) i dijela obiteljske mirovine jedna je od rijetkih pozitivnih mjera u mirovinskom sustavu koja je osjetnije podigla mirovinska primanja i olakšala život za 113 tisuća umirovljenika.

No, jedna druga kategorija umirovljenika ostala je neobuhvaćena ovim pozitivnim zakonskim izmjenama, a to su umirovljeni samci koji nikad nisu imali partnera ili su se razveli tijekom života i nemaju prava ni na obiteljsku mirovinu ni dio obiteljske mirovine. Za njih se može reći ne samo da su izostavljeni, već i zapostavljeni. Jer ako su cijeli ili dio života živjeli sami, već su tada snosili teži teret, npr. podmirivanja režijskih troškova, stjecanja nekretnina, a u starosti kada su im mirovine upola manje od plaća i dalje su osuđeni na socijalnu neosjetljivost prema njima. Iako bi riječ „kažnjeni“ možda bila malo pregruba, nije daleko od istine da ih je samački život stajao puno kvalitetnijeg financijskog života u mladosti i starosti, a pogotovo u starosti, s obzirom da su neki od njih ako su imali djecu ipak primali dio alimentacije od supružnika. No, u starosti za njih ne postoji nikakva alimentacija, nikakav dodatak koji bi im pomogao u podmirivanju osnovnih životnih troškova poput plaćanja režija i hrane.

Olakšice u EU zemljama

Stoga je Sindikat umirovljenika Hrvatske, upravo kada su pripremane izmjene zakona (ZOMO-a) za 2023. godinu kada se uvodilo povećanje iznosa obiteljske mirovine i pravo na obiteljski dodatak, u svoje zahtjeve uvrstio i da se uvede dodatak za samce koji bi se kretao u postotku iznosa mirovine, s tim da bi za one s nižim mirovinama postotak bio viši.

Zbog toga je i na Nacionalnom vijeću za umirovljenike i starije osobe SUH zatražio da se provede analiza u drugim EU zemljama i istraži kako druge države pomažu toj kategoriji samaca. I doista,



analiza je provedena i prezentirana na Nacionalnom vijeću u ožujku 2023. godine, te se došlo do vrlo zanimljivih podataka. Analizirano je 17 EU zemalja, od čega 11 je imalo neki oblik pomoći za samce. Tako je primjerica Italija imala dodatak na samce s nižim mirovinama, a Litva dodatak bez obzira na primanja.

U Nizozemskoj starije osobe koje žive same imaju pravo na/primaju 70 % minimalne plaće, dok osobe u izvanbračnoj/bračnoj zajednici primaju 50 % minimalne plaće.

Naši susjedi Mađari nemaju dodatak za samce, ali zato kod socijalnih davanja na samce se primjenjuju povoljniji uvjeti, država isplaćuje tzv. starosnu naknadu s postavljenim cenzusima, pa ako je osoba samac dobiva više iznose naknade, a iznosi rastu za one starije od 75 godina, što je i logično s obzirom da starije osobe imaju i veće troškove života.

Kad misli Hrvatska?

Nimalo ne iznenađuje i da Švedska misli na svoje starije sugrađane, pa u okviru mirovinskog sustava, uz institut obiteljske mirovine postoji i zajamčena mirovina za one s niskim ili nikakvim prihodima od mirovine, a ako je osoba neudana/neoženjena dobiva veći iznos. To nije sve, jer Švedska isplaćuje i stambeni dodatak za starije osobe koji je neoporeziva naknada i temelji se na zajedničkim prihodima u kućanstvu te je stoga veća za samce. Postoji i potpora za uzdržavanje starijih osoba, pa ako osoba ima nisku mirovinu ili je uopće nema, može dobiti pomoć za uzdržavanje za starije osobe, a za samce se potpora obračunava na povoljniji način. E, to se zove socijalna osjetljivost i pravednost, i što je također zanimljivo, sve navedene mjere su u okviru švedskog mirovinskog sustava, a ne socijale.

Hrvatska je upravo modelom isplate dijela obiteljske mirovine počela prihvaćati pozitivne prakse iz EU zemalja, a uvođenje samačkog dodatka za one koji ne primaju obiteljsku ili dio obiteljske mirovine bio bi samo logičan slijed zaokruživanja ovog poglavlja u kojem se pokušava pomoći starijim samcima koji su nakon beskućnika siromaštvom najugroženija skupina stanovništva.

Igor Knežević



Vodič obveznog zdravstvenog osiguranja

PRILOG GLASILU SINDIKATA UMIROVLJENIKA HRVATSKE U RUJNU 2025.

NOVINE U OBVEZNOM ZDRAVSTVENOM OSIGURANJU OD 1. KOLOVOZA 2025.

Hrvatski sabor je na sjednici održanoj 15. srpnja 2025. godine donio Zakon o izmjenama i dopuni Zakona o obveznom zdravstvenom osiguranju, (u daljnjem tekstu: Zakon) koji je objavljen u Narodnim novinama broj 105 od 23. srpnja 2025. godine i stupio je na snagu **1. kolovoza 2025. godine.**

Stupanjem na snagu Zakona uvedene su u sustav obveznoga zdravstvenog osiguranja novine koje su povoljnije za osigurane osobe HZZO-a. Koje skupine osiguranika se ne moraju više javljati osobnim dolaskom HZZO-u zbog obnove statusa u obveznom zdravstvenom osiguranju, koje su novčane naknade povećane te ostale novosti navodimo u nastavku.

Iznimke od obveze osobnog pristupa HZZO-u

Posljednjim izmjenama Zakona 2023. godine propisana je obveza osobnog pristupa za osiguranike koji su obvezno zdravstveno osigurani po osnovi nezaposlenosti, a ne vode se u evidenciji nezaposlenih osoba Hrvatskog zavoda za zapošljavanje. Ovim zakonskim izmjenama se propisuju iznimke od obveze osobnog pristupa i to za osiguranike koji:

- koriste roditeljne i roditeljske potpore
- imaju status osobe s invaliditetom kojima je utvrđen treći ili četvrti stupanj težine invaliditeta
- zbog svoga zdravstvenog stanja ili drugog opravdanog razloga nisu u mogućnosti osobno pristupiti HZZO-u
- su samohrani roditelji djeteta do sedme godine života u svom kućanstvu skrbe o teško bolesnom članu obitelji su prekinuli redovno školovanje, ali su u postupku ponovnog upisa radi nastavka redovitog školovanja.

Korisnici roditeljnih i roditeljskih potpora o svojem statusu ne moraju obavještavati HZZO, dok ostale kategorije osiguranika moraju dostaviti dokaz o ispućnjavanju uvjeta zbog kojeg se više ne moraju javljati

osobnim pristupom. Detaljnije o svim kategorijama i potrebnoj dokumentaciji nalazi se na mrežnoj stranici HZZO-a na poveznici [OBAVIJEST O IZNIMKAMA OD OBVEZE OSOBNOG PRISTUPA HZZO-u RADI PROVJERE STATUSA OSIGURANIKA | HZZO](#)

Propisuje se obveza osobnog pristupa HZZO-u za osiguranike koji su taj status stekli jer su se na HZZO-u prijavili u roku od 30 dana od dana gubitka statusa redovitog učenika ili studenta.

Od 1. kolovoza 2025. godine navedeni osiguranici obvezni su osobno pristupiti HZZO-u u roku od 90 dana od dana stupanja na snagu Zakona, tj. zaključno s 30. listopada 2025. godine te potom jednom u tri mjeseca. Ako se ne jave osobno do 30. listopada, bit će odjavljeni iz obveznoga zdravstvenog osiguranja po službenoj dužnosti.

Detaljnije se o ovoj obvezi možete doznati na mrežnoj stranici HZZO-a na poveznici

[OBVEZA OSOBNOG JAVLJANJA HZZO-u OSIGURANIKAMA KOJI SU OSIGURANI NAKON GUBITKA STATUSA REDOVITOG UČENIKA ODNOSNO REDOVITOG STUDENTA | HZZO](#)

Povećanje najnižeg i najvišeg iznosa naknade plaće

Povećava se najniži i najviši iznos naknade plaće (limit) koja se ostvaruje na teret sredstava HZZO-a za vrijeme privremene nesposobnosti odnosno spriječenosti za rad.

Radi se o naknadi plaće zbog ozljede ili bolesti čije je trajanje preko 42 dana te naknadi plaće zbog izolacije, pratnje, njege člana obitelji i komplikacija u vezi trudnoće i poroda, koja se isplaćuju na teret HZZO-a od prvog dana korištenja.

Najniži iznos naknade plaće za puno radno vrijeme i cijeli mjesec u tom slučaju sa 25 % proračunske osnovice (110,36 eura) povećava se na 80 % proračunske osnovice (353,15 eura), a najviši iznos koji je

IZ SADRŽAJA:

- Iznimke od obveze osobnog pristupa HZZO-u
- Povećanje najnižeg i najvišeg iznosa naknade plaće



- Drugačiji obračun naknada za troškove prijevoza
- Izvješće o poslovanju HZZO-a za 2024. godinu (3. dio)

bio utvrđen u iznosu proračunske osnovice uvećane za 28 % (565,04 eura) iznosit će 225,5 % proračunske osnovice (995,45 eura).

Prve uvećane isplate se mogu očekivati u rujnu za naknade plaće ostvarene za mjesec kolovoz, a HZZO će ih obračunati po službenoj dužnosti, odnosno osiguranici nisu dužni podnositi zahtjeve za obračun novih, uvećanih naknada.

Također, propisuje se da naknada plaće iznosi 100 % od osnovice za naknadu plaće do propisanog najvišeg iznosa naknade plaće (995,45 eura) tijekom njege oboljelog djeteta mlađeg od sedam godina, što se do sada odnosilo na djecu mlađu od tri godine.

Drugačiji obračun naknada za troškove prijevoza

Mijenjaju se odredbe koje se odnose na naknade za troškove prijevoza osiguranih osoba koje su radi korištenja zdravstvene zaštite upućene iz mjesta prebivališta/boravišta u ugovornu zdravstvenu ustanovu koja se nalazi u drugom mjestu.

Naknada za troškove prijevoza obračunava se 0,11 eura po kilometru za najkraću relaciju cestovnog prometa između adrese prebivališta odnosno boravišta osigurane osobe i adrese ugovornog pružatelja zdravstvene zaštite HZZO-a, zdravstvene ustanove u

inozemstvu kamo je upućena na liječenje odnosno područnog ureda HZZO-a kamo je pozvana.

Ovakvim zakonskim rješenjem sve osigurane osobe ostvaruju pravo na istovjetan način, u istom iznosu, ovisno o udaljenosti, a ne ovisno o cjeniku javnog prijevoznika koji prometuje na određenoj relaciji. Troškove prijevoza ostvaruju i osigurane osobe bez obzira na to što im, na primjer, poslodavac plaća troškove prijevoza za vrijeme rada ili imaju pravo na besplatan prijevoz vlakom ili drugim javnim prijevozom.

Uvjeti za ostvarivanje prava na naknadu za troškove prijevoza ostaju isti, a to su da je osigurana osoba upućena najbližem ugovornom pružatelju zdravstvene zaštite koji joj, sukladno njezinom zdravstvenom stanju može pružiti traženu zdravstvenu zaštitu, da je ista u drugom mjestu i udaljena 50 i više kilometara od adrese prebivališta odnosno boravišta osigurane osobe i da osigurana osoba ne ostvaruje pravo na sanitetski prijevoz.

Zakon se primjenjuje na podnesene zahtjeve (osobni zahtjev ili putni nalog) koji se odnose na zdravstvenu zaštitu realiziranu nakon njegova stupanja na snagu.

Osigurane osobe koje se žele detaljnije informirati mogu informacije potražiti na mrežnoj stranici HZZO-a, u najbližem područnom uredu HZZO-a ili na besplatni telefon obveznoga zdravstvenog osiguranja 0800 7979.

(Opširnije u sljedećim brojevima)

IZVJEŠĆE O POSLOVANJU HRVATSKOG ZAVODA ZA ZDRAVSTVENO OSIGURANJE ZA 2024. GODINU (3. dio)

(Nastavak iz prethodnog broja.)

Prihodi od inozemnih osiguravatelja temeljem sklopljenih međunarodnih ugovora o socijalnom osiguranju u 2024. godini ostvareni su u iznosu od 83.760.837,75 eura dok su prihodi od premije obveznoga osiguranja od automobilske odgovornosti koje izdvajaju društva za osiguranje na ime naplaćene funkcionalne premije obveznoga osiguranja od automobilske odgovornosti i koji se obračunavaju po stopi od 5 %, ostvareni u iznosu od 11.821.107,78 eura.

Prihodi od imovine čine 0,22 % ukupnih prihoda te su ostvareni u iznosu od 12.754.319,94 eura ili 74,57 % više nego prethodne godine kada su iznosili 7.306.112,76 eura.

Glavnina ovih prihoda odnosi se na prihode od financijske imovine u iznosu od 12.716.292,62 eura, a čine ih kamate na oročena sredstva na računu Hrvatske narodne banke prema Odluci o kamatnim stopama na novčana sredstva subjekta javnog sektora kod Hrvatske narodne banke („Narodne novine“, broj 154/22.) i koja su u 2024. godini ostvarena u iznosu od 6.791.837,46 eura, zatim prihodi od zateznih kamata u iznosu od 5.899.944,68 eura koje su višestruko veći zbog zasebnog iskazivanja podataka o kamatama na doprinose prema preporuci Državnog ureda za reviziju te prihodi od pozitivnih tečajnih razlika u iznosu od 24.510,48 eura.

Prihodi od nefinancijske imovine u iznosu od 38.027,32 eura ostvareni su od zakupa i iznajmljivanje imovine.

Pomoći iz inozemstva i od subjekata unutar op-

ćeg proračuna za projekte Europske unije ostvareni su u iznosu od 4.722.531,32 eura, a odnose se na prihode po projektima eHZZO, eLijekovi, CHDC-Croatian Health Data Centre, Extended EHR@EU Data Space for Primary Use i Cjelovita obnova poslovne zgrade HZZO-a u Sisku kao i na refundacije Europske komisije.

Prihodi od prodaje proizvoda i roba te pruženih usluga ostvareni su u iznosu od 334.126,87 eura, 6,31 % više u odnosu na prošlu godinu dok su prihodi od naknada štete, upravnih mjera i ostalih prihoda ostvareni u iznosu od 45.499,21 eura, 22,15 % manje nego 2023. godine.

Prihodi od prodaje nefinancijske imovine ostvareni su u iznosu od 195.027,45 eura, a odnose se na prihode od obročne otplate otkupljenih stanova te od prodaje stanova i automobila.

RASHODI – IZDACI

Ukupni rashodi i izdaci, prema knjigovodstvenoj evidenciji zaprimljenih računa i otplate primljenih zajmova, u 2024. godini iznosili su 5.881.285.113,30 eura, što je 14,84 % ili u nominalnom iznosu 760.129.105,50 eura više od rashoda u prethodnoj godini kada su iznosili 5.121.156.007,80 eura.

Napominjemo da se rashodi, u skladu s Pravilnikom o proračunskom računovodstvu i Računskom planu, priznaju u momentu nastanka poslovnog događaja (obveze) u izvještajnom razdoblju neovisno o tome jesu li plaćeni ili ne. Zbog toga iznosi unaprijed do-

značenih limita bolničkim zdravstvenim ustanovama od strane HZZO-a nisu u cijelosti uključeni u troškove promatranog razdoblja ako HZZO nije zaprimio račune za izvršene zdravstvene usluge za cijeli iznos doznačenih limita bolnicama.

Glavne djelatnosti HZZO-a, koje čine 98,40 % ukupnih rashoda, su rashodi za zdravstvenu zaštitu temeljem obveznoga i dopunskoga zdravstvenog osiguranja te isplate naknada zbog privremene nesposobnosti odnosno spriječenosti za rad, kao i ostalih novčanih naknada koje se osiguravaju u okviru obveznoga zdravstvenog osiguranja

U strukturi ukupnih rashoda i izdataka najveći dio čine rashodi za zdravstvenu zaštitu s udjelom od 90,28 %, novčane naknade čine 8,12 %, ostali rashodi 1,44 %, a izdaci za otplatu zajma 0,16 % iskazanih ukupnih rashoda.

Sredstva za ukupnu zdravstvenu zaštitu iskazana su u iznosu od 5.309.655.951,35 eura što je 15,61 % više u odnosu na prethodnu godinu kada su iznosili 4.592.797.475,20 eura. U okviru ovih rashoda, na zdravstvenu zaštitu u obveznom zdravstvenom osiguranju odnosi se 5.030.598.237,78 eura što je 14,57 % ili u nominalnom iznosu 639.707.203,29 eura više u odnosu na isto razdoblje prethodne godine, najvećim dijelom zbog povećanja bolničkih limita i cijena zdravstvenih usluga te isplate namjenske pomoći bolnicama tijekom godine. U dopunskom zdravstvenom osiguranju troškovi zdravstvene zaštite iznose 279.057.713,57 eura, 38,21 % ili nominalno 77.151.272,86 eura više nego u istom razdoblju prethodne godine. Ukupne naknade izvršene su u iznosu od 477.593.226,07 eura, što je 9,64 % više od izvršenja u 2023. godini.

Ostali rashodi u 2024. godini evidentirani su u iznosu od 84.767.561,88 eura i veći su 9,02 % od istih u prethodnoj godini. Ovdje ubrajamo rashode za zaposlene, materijalne rashode, financijske rashode, rashode za nabavu nefinancijske imovine, rashode po EU projektima te naknade štete (odštetni zahtjevi-azbestoza).

Rashodi za zaposlene, koji imaju najveći udio u ostalim rashodima (73,05 %), izvršeni su u iznosu od 61.918.850,14 eura (bez rashoda za zaposlene po projektima EU), povećani su 27,14 % u odnosu na prethodnu godinu, a čine ih bruto plaće s doprinosima na plaće, jubilarne nagrade, regres, božićnica, nagrada za uskrasne blagdane, dar za djecu radnika, otpremnine radi odlaska u mirovinu i novčane pomoći. Iako se osnovica za obračun plaće nije mijenjala od listopada 2023. godine (947,18), rast rashoda za zaposlene rezultat je provedene reforme sustava plaća u državnim i javnim službama u kojoj je donesen Zakon o plaćama u državnoj službi i javnim službama („Narodne novine“, broj 155/23.) te uredbe kojima se reguliraju radna mjesta i koeficijenti za plaće u držav-

nim i javnim službama. Uz to, sklopljen je i Temeljni kolektivni ugovor za zaposlenike u javnim službama („Narodne novine“, broj 29/24.).

Prosječan broj zaposlenih na osnovi sati rada u 2024. godini je 2.327 zaposlenika za koje su isplaćena sredstva za bruto plaću na godišnjoj razini u iznosu od 51.556.738,78 eura, iz čega proizlazi da prosječna mjesečna bruto plaća po zaposlenom iznosi 1.846 eura. Prema kadrovskoj evidenciji, broj zaposlenih u HZZO-u na dan 31. prosinca 2024. godine iznosio je 2.554 osobe.

Materijalni rashodi izvršeni su u iznosu od 14.986.639,63 eura (bez materijalnih rashoda po projektima EU, uz uračunate rashode po kontu 372) i veći su za 11,14 % u odnosu na izvršenje u prethodnoj godini kada su iznosili 13.484.081,20 eura. Porast ovih kao i svih drugih rashoda je očekivan s obzirom na inflatorna kretanja tijekom godine koja su potencirana energetsom krizom i nepovoljnim globalnim okolnostima.

Financijski rashodi iznose 2.594.822,20 eura (umanjeno za zatezne kamate evidentirane u primarnoj zdravstvenoj zaštiti), 1,12 % su veći nego u 2023. godini, a čine ih izdaci platnog prometa i bankarske usluge, negativne tečajne razlike i zatezne kamate.

Rashodi po projektima EU izvršeni su u iznosu od 607.705,02 eura i odnose se na troškove po projektima e-HZZO, e-Lijekovi, Cjelovita obnova poslovnog zgrade HZZO-a u Sisku, XT-EHR i AI4Health.Cro. Od ukupnog iznosa za EU projekte, na rashode za zaposlene odnosi se 209.080,84 eura, na materijalne rashode iznos od 8.728,18 EUR, na tekuće pomoći temeljem prijenosa EU sredstva iznos od 25.547,78 eura, dok se 364.348,22 eura odnosi na rashode za nabavu nefinancijske imovine. Navedeni iznosi za EU projekte umanjeni su na odgovarajućim stavkama u tabelarnom pregledu financijskog poslovanja HZZO-a.

Ostali rashodi izvršeni u ukupnom iznosu od 439.556,24 eura uglavnom se odnose na odštetne zahtjeve temeljem rješenja Povjerenstva za rješavanje odštetnih zahtjeva radnika profesionalno izloženih azbestu imenovanog od strane Vlade Republike Hrvatske koji iznose 425.107,08 eura.

Rashodi za nabavu nefinancijske imovine (umanjeno za rashode po EU projektima) iskazani su u iznosu od 4.219.988,65 eura i 70,18 % su veći od istih izdataka iskazanih u prethodnoj godini, a odnose se na troškove radova na sanaciji i uređenju poslovnih prostora HZZO-a (u Splitu, Zapešiću, Dubrovniku, Šibeniku, Požegi i Petrinji), na naknade za licence, nabavu uredskog namještaja, osobnih računala te usluga korektivnog i adaptivnog održavanja.

Otplata beskamatnog zajma izvršena je u iznosu od 9.268.374 eura, koliko je i planom predviđeno za 2024. godinu.

(Nastavak u idućem broju)



• Ukupni rashodi i izdaci

• 98,40 % ukupnih rashoda su rashodi za zdravstvenu zaštitu

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

Treća najveća stopa usklađivanja mirovina od 1. siječnja 1999. - AVM od 1. srpnja 2025. povećan za 6,48 %

Na 12. sjednici Upravnog vijeća Hrvatskog zavoda za mirovinsko osiguranje održanoj 26. kolovoza 2025. donesena je **Odluka o aktualnoj vrijednosti mirovine (AVM) od 1. srpnja 2025. koja iznosi 14,45 EUR**, a izračunana je na temelju objavljenih službenih podataka Državnog zavoda za statistiku. Budući da je AVM od 1. siječnja 2025. iznosio 13,57 EUR, a **stopa povećanja AVM-a od 1. srpnja 2025. iznosi 6,48 %, novi AVM iznosi 14,45 EUR**. Riječ je o dosad trećoj najvećoj stopi usklađivanja mirovina od 1. siječnja 1999., od kada se primjenjuje usklađivanje mirovina dva puta godišnje, odnosno od **1. siječnja i 1. srpnja** prema odluci o aktualnoj vrijednosti mirovine (stopa povećanja 1. srpnja 2023. iznosila je 8,42 %, a od 1. srpnja 2024. 7,42 %).

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 stope promjene prosječnog indeksa potrošačkih cijena i stope promjene prosječne bruto plaće svih zaposlenih u Republici Hrvatskoj u prethodnom polugodištu u odnosu na polugodište koje mu prethodi. Napominjemo da je u skladu s novim Zakonom o mirovinskom osiguranju, koji je stupio na snagu 1. srpnja 2025., promijenjena formula usklađivanja mirovina na način da se stopa usklađivanja mirovina utvrdi kao zbroj stope promjene indeksa potrošačkih cijena i indeksa rasta plaća u prethodnom polugodištu u odnosu na polugodište koje mu prethodi u omjeru 85:15, ovisno o tome što je povoljnije. 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 15 % stope promjene prosječnog indeksa potrošačkih cijena i 85 % 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 85 % stope promjene prosječnog indeksa potrošačkih cijena i 15 % stope promjene prosječne bruto plaće.

Udio 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 15 % stope promjene prosječnog indeksa potrošačkih cijena i 85 % stope promjene prosječne bruto plaće, tako da stopa usklađivanja od 1. srpnja 2025. iznosi 6,48 %.

Mirovine povećane prema novoj aktualnoj vrijednosti isplaćene su u rujnu (s mirovinom za kolovoz), zajedno s razlikom za srpanj 2025.

Na sjednici su donesene i **Odluka o najnižoj mirovini za jednu godinu mirovinskog staža od 1. srpnja 2025.**, prema kojoj najniža mirovina za jednu godinu mirovinskog staža od 1. srpnja 2025. iznosi 15,32 EUR, te **Odluka o osnovici za određivanje naknade zbog tjelesnog oštećenja i o usklađivanju novčanih naknada zbog tjelesnog oštećenja od 1. srpnja 2025.**, prema kojoj osnovica za određivanje naknade zbog tjelesnog oštećenja, nastalog zbog ozljede na radu ili profesionalne bolesti iznosi 331,23 EUR.



Pravo na dio 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 dio 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 6,48 % i od 1. srpnja 2025. iznosi 14,45 EUR te je novi iznos najviše mirovine, uz koji je omogućeno korištenje dijela obiteljske mirovine, 1.156,00 EUR.

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

- navršениh 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).

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.



Međunarodni savjetodavni dani i Dani otvorenih vrata u HZMO-u

HZMO u suradnji s nositeljem mirovinskog osiguranja iz R Austrije organizira Međunarodne savjetodavne dane koji će se održati **u Čakovcu 19. rujna 2025., u prostorijama Vijećnice Grada Čakovca, ulica kralja Tomislava 15, od 9 do 13 sati.**

Pozivamo sve zainteresirane osiguranike koji su zaposleni, samozaposleni ili su bili zaposleni u R Austriji, da dođu na međunarodne savjetodavne dane te saznaju sve o pravima iz mirovinskog osiguranja, trajanju postupka i načinu ostvarivanja prava.

Molimo da prethodno dogovorite svoj termin za sudjelovanje telefonom na broj **040 313 601** ili e-poštom **iva.najman@mirovinsko.hr**.

Nadalje, HZMO i *Familienkasse*, njemačka ustanova nadležna za obiteljska davanja, pozivaju korisnike na Dane otvorenih vrata koji će se održati **30. rujna i 1. listopada 2025. u Zagrebu, u Središnjoj službi (prizemlje), ulica A. Mihanovića 3, od 10 do 16 sati**, na kojima će zainteresiranim strankama biti omogućeno pružanje pravnih savjeta vezano uz ostvarivanje prava na doplatak za djecu. Molimo korisnike da rezerviraju termin do 26. rujna 2025. telefonom na broj **01 4595 164** ili e-poštom **veselka.barisic@mirovinsko.hr**.

Napominjemo da je na savjetovanje potrebno donijeti svoju dokumentaciju o mirovinskom osiguranju ili dokaze o radu te osobnu iskaznicu ili putovnicu.

HZMO i BiH Federalni zavod za MIO/PIO i Fond PIO RS održali su u Zagrebu 2. rujna i u Splitu 4. rujna 2025. Međunarodne savjetodavne dane na kojima su predstavnici triju zavoda zainteresiranim strankama odgovarali na pitanja o uvjetima ostvarivanja prava na mirovinu, pravnom postupku nasljednika nakon smrti korisnika mirovine, utvrđivanju nadležnosti između nositelja mirovinskog osiguranja unutar BiH, utvrđivanju staža u redovnom postupku, kao i o stanju provedbe upravnog postupka u već ranije zaprimljenim zahtjevima.



KORISNICI MIROVINA - statistika za srpanj (isplata u kolovozu 2025.)

Vrsta mirovine	Broj korisnika	Prosječna neto mirovina
Prema Zakonu o mirovinskom osiguranju - ZOMO*		
Starosna mirovina	407 414	659,25 EUR
Starosna mirovina za dugogodišnjeg osiguranika - čl. 35. ZOMO-a	54 987	739,55 EUR
Starosna mirovina prevedena iz invalidske - čl. 58. ZOMO-a	62 977	550,56 EUR
Prijevremena starosna mirovina	177 275	595,68 EUR
Prijevremena starosna mirovina zbog stečaja poslodavca - čl. 36. ZOMO-a	383	588,82 EUR
Invalidska mirovina	82 913	437,25 EUR
Obiteljska mirovina	155 219	500,11 EUR
I. UKUPNO - ZOMO	941 168	598,86 EUR
II. Djelatne vojne osobe - DVO	16 186	836,57 EUR
III. Hrvatski branitelji iz Domovinskog rata - ZOHBDR	72 228	1.245,46 EUR
IV. Pripadnici Hrvatskog vijeća obrane - HVO	7 606	693,61 EUR
SVEUKUPNO I.+II.+III.+IV.	1 037 188	648,30 EUR
Prosječna starosna ZOMO mirovina s mirovinskim stažem od 40 i više godina	97 057	946,86 EUR
Korisnici osnovnih mirovina	24 514	798,15 EUR
Korisnici najniže mirovine kojima je mirovina određena prema ZOMO-u	275 068	421,96 EUR
Korisnici kojima je isplaćena osobna i dio obiteljske mirovine (DOM)	109 226	667,09 EUR

* bez međunarodnih ugovora

Ukupan broj osiguranika	1 788 240
Ukupan broj korisnika mirovine	1 229 228
Odnos broja korisnika mirovina i osiguranika	1:1,45
Prosječna neto plaća u Republici Hrvatskoj za lipanj 2025.	1.444 EUR
Prosječna sveukupna starosna mirovina ZOMO korisnika koji su pravo na mirovinu ostvarili u 2025. godini (bez međunarodnih ugovora)	654,63 EUR
Korisnici mirovina - muškarci (46,42%)	570 574
Korisnici mirovina - žene (53,58 %)	658 654
Prosječan mirovinski staž ukupnog broja korisnika mirovina - ZOMO	31 godina
Prosječna dob ukupnog broja korisnika mirovina - ZOMO	73 godine
Prosječan mirovinski staž korisnika starosne mirovine ostvarene u 2025. godini - ZOMO	36 godine
Prosječna dob korisnika starosne mirovine ostvarene u 2025. godini - ZOMO	64 godine



PULA - POLA

aktivnosti

Penjanje na utvrdu

uključujući Medulin i Fažanu. Utvrda je izgrađena krajem 19. stoljeća na šumovitom Štinjanskom poluotoku. Prostire se na više od deset tisuća četvornih metara, s čak 270 prostora, a svojim položajem na uzvisini dominira pogledom na ulaz u pulski zaljev, lukobran, Muzil, Brijune i Učku. Unatoč oštećenjima u 2. svjetskom ratu, 2014. godine provedena je obnova i zaštita, a danas je kulturno središte u kojem se održavaju koncerti, izložbe i različite manifestacije.

Članove podružnice posebno je impresionirala monumentalnost i povijesni značaj ove utvrde, ali i zanimljive priče koje su s njima podijelili vodiči. Nakon obilaska, ispunjeni dojmovima i ponešto umorni od ljetnog sunca, okrijepili su se vodom i krenuli natrag svojim kućama – bogatiji za još jedno iskustvo i nova saznanja o povijesti Pule i njezine okolice.

Silvano Jelenić

Članovi Ogranka Sindikata Opće bolnice i Istarskih domova zdravlja i podružnica USUH-a Pula – Pola krajem lipnja uputili su se u pohod znamenitoj austrougarskoj utvrdi Fort Punta Christo, najvećoj fortifikaciji na području Pule,

DONJI MIHOLJAC Tradicionalno okupljanje

Dana 1. srpnja 2025. održana je redovna izborna skupština Udruge SUH-a Donji Miholjac na kojoj je izabrano novo vodstvo. Nakon dugo godina uspješnog vođenja od strane Zlatka Riseka koji će sada biti član Predsjedništva, kormilo udruge preuzela je Snežana Terzić, a dopredsjednica u novom mandatu će biti Ana Ronta. Članovi udruge izrazili su želju da novo vodstvo nastavi uspješno razvijati aktivnosti i programe za dobrobit svih umirovljenika.

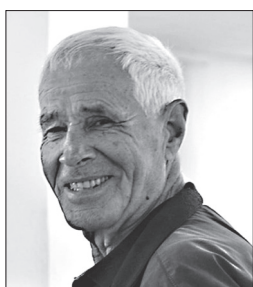
Nakon izborne skupštine, članovi nisu dugo čekali na priliku za zajedničko druženje. Na poziv Udruge umirovljenih obrtnika Osijek, njih dvadesetak sudjelovalo je 30. kolovoza na tradicionalnom okupljanju u Aljmašu. Lijepo vrijeme dodatno je doprinijelo vedrom raspoloženju, a domaćini su se pobrinuli za bogatu ponudu hrane i pića. Okupljanje je bilo ispunjeno raznolikim sadržajima – od sportskih igara i natjecanja u kojima su svi rado sudjelovali, do pjesme i plesa koji su potrajali do kasnih sati. Posebnu draž druženju



dala je razmjena iskustava i razgovori među članovima dviju udruga, uz naglasak na jačanje prijateljstva i suradnje.

M.Š.F.

IN MEMORIAM Posljednje zbogom Đildu



Utorak 26. kolovoza 2025. u Trogiru je umro dugogodišnji predsjednik i osnivač Podružnice SUH-a u Trogiru Ivan Bakica – Đildo. Pogreb je održan dva dana kasnije u Trogiru. Od pokojnika u ime svih članova SUH-a i prijatelja oprostio se potpredsjednik Podružnice SUH-a Trogir i član predsjedništva SUH-a i predsjednik Županijskog po-

vjereništva SDŽ Tonći Barada koji je za Đilda, kako su ga svi prijatelji zvali, kazao kako je bio čovjek neizmjerne energije i volje.

„Veliki dio svog života posvetio je radu za bolje društvo. Njegova prisutnost u našim životima nikada neće biti zaboravljena, a mi ćemo nastaviti s istom strašću i odanošću“, kazao je Barada.

Bakica je osnovao SUH-ovu podružnicu u Trogiru

1998. godine, ali je za dobrobit SUH-a radio i na nacionalnoj razini. Bio je dugogodišnji član Predsjedništva SUH-a i predsjednik Županijskog povjereništva SUH-a Splitsko-dalmatinske županije. Cijeli radni vijek bio je aktivan sindikalist, te je svoju borbu za prava radnika pri umirovljenju pretočio u borbu za prava umirovljenika.

Dobitnik je povelje Srce sindikalne solidarnosti koje daje SSSH, kao i nagrade Grada Trogira. Ivan je uspješno surađivao i razvijao bratimljenja s predstavnicima talijanskih sindikata umirovljenika SPI CGIL iz gradova Fermo, Effida, Porto San El Pidija i Porto San Giorgio, a zbog uspješne dugogodišnje suradnje SPI CGIL Fermo proglasio ga je svojim počasnim članom. Vijest o njegovoj smrti došla je i do njih te su poslali pismo sućuti Ivanovoj obitelji i kolegama.

Od kolege Bakice opraštamo se i mi kolege iz SUH-a u kojem je ostavio dubok trag te smo u mislima s njegovom obitelji. Počivao u miru.

I.K./T.B.

Ljetovanje u Dramlju

Udruga SUH-a Samobor organizirala je u kolovozu ljetovanje za svoje članove u Dramlju, u hotelu Rivijera. Boravak na moru protekao je u odličnom raspoloženju, uz lijepo i sunčano vrijeme koje je svima omogućilo pravi odmor i opuštanje. Tijekom ljetovanja članovi su se družili i s umirovljenicima iz Ivanić Grada, Darde i Dubrave, s kojima su zajedno proveli nezaboravan izlet na otok Krk, gdje su posjetili Šilo. Druženja su se nastavila i na plesnim večerima, uz puno smijeha, pjesme i veselja.



U takvom ozračju sklopljena su nova poznanstva i prijateljstva, a dogovorena je i buduća suradnja među udrugama. S mora su se članovi vratili odmorni, puni dojmova i s novom energijom za nadolazeće zimske dane.

Vlatka Novosel

ĐAKOVO Zabavno druženje i ples

Dana 26. kolovoza 2025. godine članovi Podružnice SUH-a Đakovo, zajedno s drugim umirovljenicima, okupili su se u restoranu Croatia turist u Đakovu na veseloj večeri druženja. Program je započeo pićem dobrodošlice, a nakon toga uslijedila je ukusna ve-

čera i slatki desert. Za dobru atmosferu pobrinula se glazbena grupa Valentino, koja je pjesmom i vedrim ritmovima rasplešala mnoge sudionike.

Uz ples, smijeh i prijateljske razgovore, večer je protekla u znaku zajedništva i dobrog raspoloženja. Druženja ovakve

vrste posebno su važna jer unose radost, stvaraju nova poznanstva i učvršćuju prijateljske veze među umirovljenicima. Članovi su se složili da ovakvih susreta treba biti što češće, jer oni donose vedrinu i optimizam koji svima dobro dođu u svakodnevnom životu.

DUGO SELO Nezaboravni odmor

Udruga SUH-a Dugo Selo i ovo je ljetovanje provela dva nezaboravna odmora na moru. Prva grupa članova od 29. lipnja do 6. srpnja 2025. godine putovala je zajedno s Udrugom SUH-a Samobor u Mediteransko selo San Antonio u Biogradu na Moru. Zajedničko druženje dviju podružnica dodatno je obogatilo ljetovanje, a sunčano vrijeme omogućilo je uživanje u kupanju, šetnjama i večernjim okupljanjima.

Druga grupa od 26 članova iz Dugog Sela uputila se na isto odredište 1. rujna 2025. godine, gdje su boravili šest dana. Posebno veseli što je u drugoj grupi bilo i 16 članova koji nisu sudjelovali u prvoj turi, pa su i oni dobili priliku upoznati čari ovog turističkog naselja. Ambijent Mediteranskog sela San Antonio ocijenjen je čistom peticom – savršeno okruženje za odmor, opuštanje i druženje.

Lijepo i stabilno vrijeme pratilo je obje grupe, a članovi su se vratili kućama zadovoljni, ispunjeni novom energijom i s



lijepim uspomenama. Ovakva putovanja pokazala su se kao najbolji način da se ojača zajedništvo i provede kvalitetno vrijeme u veselom društvu.

M.Š.F.

OSIJEK Kupanje na jezeru



Članovi Podružnice SUH-a Osijek i ovoga su ljeta nastavili s bogatim društvenim aktivnostima. Dana 29. srpnja 2025., u organizaciji Branimir prijevoza, otputovali su na jednodnevni izlet s kupanjem na jezeru kod Orahovice. Dan su proveli u opuštenoj atmosferi, uživajući u kupanju, zajedničkom druženju i ukusnom roštilju. Posebna poslastica bila je zabavni program koji su im priredile djevojčice Malia i Lana – pjesmom i zagonatkama dodatno su uljepšale dan i nasmijale sve prisutne. Članovi su se u večernjim satima vratili u Osijek, puni dojmova i željni novih putovanja.

Osim toga, tradicionalno ljetno druženje održano je i u termama Laktaši, gdje su članovi boravili od 10. do 20. lipnja 2025. godine. Taj desetodnevni boravak ostao je u sjećanju kao nezaboravno iskustvo ispunjeno terapijama, rekreacijom i prijateljskim druženjima.



BJELOVAR

aktivnosti

ni sadržaji, edukativna predavanja o izazovima starije životne dobi te različiti informativni programi. Posebno su odjeknuli višednevni boravci u Novom Vinodolskom i Thalassoterapiji Crikvenica, kao i jednodnevni izleti i druženja. Veliki naglasak stavljen je na humanitarni i socijalni rad.

U suradnji s Crvenim križem Bjelovar pružana je pomoć slijepim osobama, osigurani su aparati i potrošni materijal za mjerenje šećera u krvi te podijeljeni paketi pomoći najpotrebitijima. Podružnica se uključila i u aktivnosti na nacionalnoj razini kroz rad Sindikata umirovljenika Hrvatske i Saveza samostalnih sindikata. Na skupštini su jednoglasno prihvaćeni izvješće o radu i financijski plan za sljedeće razdoblje. Članovi su podržali inicijativu za jače zalaganje oko usklađivanja mirovina te izrazili spremnost da aktivno sudjeluju u svim budućim akcijama usmjerenima na poboljšanje položaja umirovljenika.

Nakon službenog dijela uslijedilo je druženje uz večeru, glazbu i ples koje je potrajalo do kasnih večernjih sati. U opuštenoj atmosferi članovi su još jednom potvrdili važnost zajedništva i solidarnosti koje podružnica godinama njeguje.

Javorka Grgić

Druženje na Skupštini

Dana 26. srpnja 2025. u restoranu "Srce Bilogore" održana je redovna godišnja izvještajna skupština Podružnice SUH-a Bjelovar, kojoj je prisustvovalo oko 130 članova i gostiju. U ugodnom ozračju predstavljen je pregled aktivnosti u protekloj godini te planovi za naredno razdoblje. Podružnica je tijekom godine provela niz programa usmjerenih na poboljšanje kvalitete života svojih članova. Organizirani su rekreativni i zdravstve-

LABIN

Radionica digitalne pismenosti

Digitalna pismenost postaje sve važnija vještina u suvremenom društvu, a posebnu vrijednost ima za starije osobe jer im olakšava svakodnevni život, komunikaciju i pristup informacijama. Upravo iz tog razloga 15 članova labinske podružnice Sindikata umirovljenika Hrvatske u srpnju 2025. je uspješno završilo novi ciklus radionica u sklopu projekta EDUCA 60+. Radionice su bile usmjerene na stjecanje dodatnih znanja i vještina korištenja digitalnih i komunikacijsko-informatičkih alata.

Ovaj projekt labinska podružnica SUH-a provodi već treću godinu zaredom, u suradnji s Gradskom knjižnicom Labin i uz financijsku podršku Grada Labina. Program se realizira dva puta godišnje, a do sada je kroz njega prošlo čak 90 polaznika. Radionice vodi knjižničarka Adriana Batelić, koja svojim znanjem i pristupačnim načinom rada uspješno približava digitalne alate starijoj populaciji. Projekt je prepoznat kao primjer dobre



prakse uključivanja starijih u cjeloživotno učenje, a interes za sudjelovanjem raste iz godine u godinu. Zahvaljujući ovakvim inicijativama, umirovljenici u Labinu ne samo da stječu nove vještine, već i aktivno sudjeluju u društvenom životu zajednice.

Eni Modrušan

SLAVONSKI BROD

Ljeto za pamćenje



Članovi Podružnice SUH-a Slavonski Brod proveli su nezaboravno ljetovanje u Sv. Filipu i Jakovu od 25. lipnja do 4. srpnja 2025. godine. Na put je krenulo oko 60 članova koji su tijekom deset dana uživali u morskim radostima, druženju i zajedničkim aktivnostima. Vrijeme je bilo idealno za odmor – sunčano i toplo, baš kako se za ljetovanje priželjkuje. Najzanimljivije su bile večeri, kada su organizirani umirovljenički tulum i na kojima se uživalo u pjesmi i plesu.

Zbog velikog interesa, organizirana je i druga grupa, koja je na more putovala u Rogoznicu. Ondje su članovi boravili desetak dana te se, puni dojmova, vratili 3. rujna 2025. godine. U prekrasnom morskom ambijentu nastavili su s kupanjima, šetnjama, pjesma i vesela druženja, koja su dodatno učvrstila prijateljstva i zajedništvo među članovima.

Ovakva putovanja potvrđuju koliko su ljetovanja omiljena u podružnici, a mnogi se već s nestrpljenjem raduju novim susretima i putovanjima koja će donijeti jednako lijepa sjećanja.

M.Š.F.

Uživanje u Hvaru i Milni

Članovi splitske podružnice SUH-a 19. srpnja 2025. godine uživali su u jednodnevnom izletu brodom Kairos, koji ih je odveo do sunčanog Hvara i slikovite Milne na otoku Braču. Od ranog jutra vladalo je veselo raspoloženje – razgovor, pjesma i smijeh pratili su putovanje morem. Dolaskom u Hvar sudionici su imali priliku prošetati povijesnom jezgrom grada, uživati u njegovim znamenitostima i mediteranskom ugođaju. Nakon toga, put je nastavljen prema Milni, poznatoj po svojoj dugoj pomorskoj tradiciji i šarmantnoj rivi.

Na brodu je organiziran ukusan ručak, a posebnu notu druženju dali su sladoled i čaša šampanjca za kraj izleta. Uz obilje smijeha i dobre volje, atmosfera je bila prava ljetna i nezaboravna. Članovi podružnice istaknuli su veliko zadovoljstvo izle-



tom i zahvalili se mladom vlasniku broda Kairos na srdačnom gostoprimstvu i besprijekornoj organizaciji, kao i Gordani Gogi Lepšanović koja je kao pratiteljica puta dodatno pridonijela da sve protekne u najboljem redu.

A.T.

PEŠĆENICA Čarobni svijet austrijskih jezera



Članovi podružnice SUH-a Peščenica 19. srpnja 2025. godine zaputili su se na nezaboravan izlet u Austriju, gdje su obišli neka od najljepših alpskih jezera – Gmunden, Hallstatt, St. Wolfgang i St. Gilgen. Dan je bio ispunjen šetnjama uz tirkizne obale, razgledavanjem slikovitih gradića i uživanjem u pogledu na veličanstvene Alpe koje se ogledaju u vodi. Posebno oduševljenje izazvala je vožnja panoramskim brodom, tijekom koje su se sudionici mogli prepustiti miru i ljepoti krajolika koji oduzimaju dah.

Osim prirodnih ljepota, izlet je obilovao i druženjem, zajedničkim smijehom i stvaranjem uspomena koje će dugo ostati u sjećanju. Udoban prijevoz, briga pratitelja i odlična organizacija agencije osigurali su da cijeli dan protekne bezbrižno i ugodno. Sudionici su se vratili puni dojmova i zahvalnosti, bogatiji za jedno lijepo iskustvo koje je još jednom pokazalo koliko zajednički trenuci i putovanja obogaćuju svakodnevnicu.

M.N.

RUGVICA Srpanj i kolovoz u znaku izleta

Podružnica Sindikata umirovljenika Hrvatske Rugvica i ovog je ljeta svojim članovima priredila niz zanimljivih i razolikih izleta, koji su donijeli mnogo radosti, opuštanja i lijepih uspomena.

Prvo putovanje organizirano je 1. srpnja 2025. u Karlovac i slikovite Rastoke. U suradnji s jednom tvrtkom članovi su u restoranu Kristal u Karlovcu poslušali korisnu prezentaciju o zdravom spavanju, a potom uživali u obilnom ručku. Poslijepodne je bilo rezervirano za obilazak bajkovitih Rastoka, mjesta poznatog po starim mlinicama i prekrasnim slapovima, gdje je druženje nastavljeno u opuštenom ozračju.

Drugi izlet održan je 24. srpnja 2025., kada se tridesetak članova zaputilo u Njivice. Sunčani dan i toplo more pružili su im savršene uvjete za kupanje, šetnju i zajedničko uživanje u morskim radostima. Bio je to još jedan nezaboravan izlet u kojem su se prijateljstvo, smijeh i veselje stapali s ljetnim ugođajem.

Ljetni program zaključen je izletom u Medveju pored Lovrana 13. kolovoza 2025., gdje je pedesetak članova uživalo na predivnoj plaži, u kupanju, sunčanju i laganom opuštanju uz more. Odlično vrijeme i vesela atmosfera doprinijeli su da i ovaj izlet ostane u lijepom sjećanju svima koji su sudjelovali.

SUH-ovci iz Rugvice složni su da ovakvi izleti, ispunjeni

druženjem i dobrom voljom, djeluju istinski relaksirajuće i obogaćuju svakodnevni život, što je i glavni cilj njihovih zajedničkih putovanja.

Zoran Ivančević



Kako znati kad se treba obratiti liječniku?

Opasna praksa da se pokušava biti sam svoj liječnik postaje sve češća. Gutati tablete koje su ostale nakon izlječenja susjedu ili prijatelju postala je svakodnevna praksa pogrešnog liječenja. Valja držati na umu da se ispravno doziranje često određuje na osnovi mnogo faktora, kao što su dob, tjelesna težina, čak i spol bolesnika. Lijekovi koje nalazimo u kućnim ormarićima i ladicama često su s prošlim rokom valjanosti. Medicinski izvještaji zadnjih godina govore i o brojnim slučajevima gdje su osobe oslijepile, oglušile ili umrle nakon lijekova koje su sami sebi propisali. Bilo je i slučajeva bolesti krvi, čira na želucu, doživotnih alergija, oštećenja mozga, jetre itd.

Veoma opasan učinak samoliječenja je odgođeno prepoznavanje ozbiljnog oboljenja. Čovjek može misliti da se osjeća loše zbog poremećene probave i počne uzimati, dan za danom, sodu bikarbonu ili sredstvo protiv povećane želučane kiseline. Međutim, ta osoba može imati čir na želucu i s vremenom krvarenje ili perforaciju. Ili, recimo, druga osoba osloni se na običan sirup protiv kašlja, kako bi olakšala kronični suhi kašalj. Međutim, ona možda odlaže dijagnozu raka pluća, koji, ako ga se na vrijeme uoči, može biti operabilan i izlječiv. Ili, čovjek može imati tzv. „idiosinkrazijski“ odgovor na lijek, to jest neuobičajenu reakciju na lijek, što je inače neškodljivo za prosječnu osobu. Poznat je slučaj da je žena „posudila“ tablete za spavanje od svog susjeda kako bi izliječila svoju nesanicu. Slijedećih nekoliko noći je dobro spavala. Međutim, nekoliko dana kasnije, nakon što je ozlijedila šaku, pojavila se infekcija koja se proširila uzduž ruke. Kad je liječnik pregledao ženu utvrdio je da krvna slika pokazuje daje broj bijelih krvnih stanica opasno nizak tako da je žena morala biti hospitalizirana. Krivac su bile tablete za spavanje - bezazlene za njezinog susjeda, ali skoro smrtonosne za osobu sa idiosinkrazijskom reakcijom.

Dok se neka pretjerano odvažna samoliječenja sastoje od uzimanja lijekova koji se izdaju na recept, mnogo više ljudi posegne za lako dostupnim preparatima koji se prodaju bez recepta. I na takvim sredstvima proizvođač mora, i na pakiranju i na uputi, naznačiti način primjene, uključujući preporučenu dozu. Međutim,

usprkos svim tim mjerama opreza, prevelik je broj ljudi koji ili ne pročitaju to upozorenje ili ih se ne pridržavaju.

Ipak, pored svih očitih rizika, nepraktično je odjuriti liječniku za svako kihanje ili bol u trbuhu.

Ovdje je nekoliko smjernica koje savjetuju medicinski autoriteti:

- Teoretski, samoliječenje je dopušteno ako simptom nije od neke ozbiljne bolesti i ako je malo vjerojatno da će sredstvo koje uzimate imati neku neugodnu nuspojavu. Međutim, nema simptoma, bez obzira je li to glavobolja, bol u trbuhu ili proljev, koji katkad ne ukazuje na ozbiljno oboljenje. Stoga, kad simptom ne reagira odmah na samoliječenje, razumno je posavjetovati se s liječnikom.

- Ako je glavobolja jaka, nemojte ju sami liječiti. Ona može biti znak meningitisa ili neke druge bolesti. Isto tako, kašalj koji ne prestaje može biti znak tuberkuloze ili karcinoma pluća.

- Osoba koja je već doživjela alergijsku reakciju na neki lijek treba pažljivo pročitati uputu svakog lijeka, kako bi provjerila da taj preparat ne sadrži tvar na koju je alergična.

- Izbjegavajte uzimati više od jednog bezreceptnog preparata. Možda uzimanje iste tvari dva puta rezultira time da prekoračite dopuštene doze.

- Slično, ako vam je liječnik već propisao neki lijek, nemojte se istovremeno liječiti još i s nekim kupljenim preparatom. Može izazvati ozbiljnu međureakciju zbog kombiniranog liječenja.

- Nitko se ne bi smio samoliječiti duže od tjedan do deset dana, a da ne posjeti svog doktora. Odlaganje može učiniti da se jedno ustvari bezopasno stanje razvije u ozbiljno oboljenje.

I na kraju, oni koji pokušavaju sami liječiti sebe i druge trebaju držati na umu da su današnji lijekovi rezultat opsežnih i savjesnih istraživanja i da ti lijekovi mogu obaviti čudesna izlječenja. Međutim, ako se ne uzimaju točno prema uputama, mogu izazvati i velike nevolje, stoga s lijekovima treba postupak uvijek pažljivo. To je poruka koja vas može spasiti nepotrebnog strahovanja - a možda vam i spasiti život.

dr. Ivo Belan

CRTANJE I RUKOTVORINE

Kreativnošću do zdravlja mozga

Kako starimo, naš mozak prolazi kroz prirodne promjene – pažnja, pamćenje i brzina obrade informacija s vremenom mogu slabjeti. Ipak, istraživanja pokazuju da životne navike mogu znatno utjecati na to koliko će se ti procesi usporiti. Među navikama koje se izdvajaju po svom pozitivnom učinku su upravo kreativne aktivnosti i hobiji. Studija objavljena u časopisu *Neurology* pratila je starije osobe u dobi od 85 do 89 godina tijekom nekoliko godina, a cilj je bio otkriti koje životne navike mogu pridonijeti očuvanju kognitivnih sposobnosti. Rezultati su pokazali da oni koji su se bavili kreativnim aktivnostima – slikanjem, šivanjem, izradom rukotvorina ili obradom drva – imaju znatno manju vjerojatnost razvoja blagih kognitivnih poteškoća, koje često prethode demenciji. Konkretno, osobe uključene u umjetničke hobije imale su i do 70% manji rizik od problema s pamćenjem. Rukotvorine, poput šivanja ili drvodjelstva, smanjile su rizik gotovo upola, a čak je i redovita uporaba računala imala zaštitni učinak. Posebno se istaknula i važnost društvenih aktivnosti: druženja, putovanja i sudjelovanje u klubovima povezani su s boljim očuvanjem mentalne svježine.

Važno je naglasiti da postoje i drugi čimbenici rizika za ko-

gnitivni pad – primjerice, visoki krvni tlak ili depresija u srednjoj dobi. Ipak, rezultati pokazuju da svakodnevne aktivnosti koje uključuju kreativnost, znatiželju i društvenu povezanost mogu ojačati moždane funkcije, potaknuti stvaranje novih neuronskih veza i pridonijeti osjećaju svrhe i zadovoljstva u kasnijem životu. Ono što je važno jest redovitost i uživanje u procesu. Uz to, kombinacija kreativnosti i društvenog kontakta – primjerice radionice, tečajevi ili zajednička druženja – dodatno pojačava pozitivan učinak. Zato, osim čitanja Glasa umirovljenika, uputite se pravac u najbližu SUH-ovu podružnicu koja vam nudi sve navedeno.



Mirna Šverko Fluksi

Što je stvarno potrebno za sretan život

Iza nas su topli ljetni dani u kojima smo bili svjedoci kako promjenjivom vremenu od visokih vanjskih temperatura do kišnih dana, tako i raznim burnim događanjima kod nas i u inozemstvu. Živjeti punim plućima i srcem ne znači da ćemo stići na neko odredište niti do zvijezda, ali je to značajna spoznaja da smo se uputili u pravom smjeru. Darovi kao što su hrabrost, suosjećajnost i povezanost djeluju samo kad se primjenjuju. Život je kratak, zato živite u svakom trenutku! Ne shvaćajte čišćenje kuće tako ozbiljno. Ne dopustite da vam lonci i tave sjaje jače od vas samih! Usisavajte stan kada je potrebno, ali također pronađite vrijeme za odlazak u šetnju, čitanje knjiga, druženje s prijateljima. Borite se protiv prašine, ako baš morate, ali zapamtite da starite i mnoge stvari koje sada možete činiti nećete ih tako lako moći obaviti kada dođete u visoku starost. Kada vas ne bude, nitko se neće sjećati vašeg stana ili kuće već prijateljstva s vama i vremena koje ste proveli zajedno. Nažalost, neki život troše u nepotrebnim svađama, ljutnji i zavisti, previše mrze, a premalo praštaju.

Život ide brzo, prebrzo, ne zaustavlja se, ne čeka! Često nam ne daje drugu priliku. Ne smijemo zaboraviti da je svaki dan nova prilika. Zato se ne treba osvrnati, žaliti se, biti ljubomoran, svađati se.

„Živa sam, jer sam borac... jaka sam, jer sam svjesna svojih slabosti... Nepovjerljiva, jer su me neki ljudi razočarali... i smijem se, jer vrlo dobro poznajem tugu,” rekla je nedavno jedna umirovljenica. Sreća je želja koju svi ljudi imaju, ali ponekad je teško uživati u trenucima koji nam donose radost. Tijekom života svaka osoba doživljava trenutke radosti, tuge, uspjeha i neuspjeha. Kada su u anketi za jedno znanstveno istraživanje pitali osobe treće životne dobi o njihovom životu i savjetima za mlade odgovorili su da je u životu bitan razvoj duha, društvene veze i prihvaćanje negativnih iskustava s pozitivnim pristupom. Također naglašavaju važnost tjelesne aktivnosti i čitanja, odbacivanje usporedbe s drugima i prepoznavanje da materijalne stvari dugoročno nemaju smisla.

Većina ispitanika rekla je da ključ sreće nisu bogatstvo i slava, već smisleni međuljudski odnosi kao i briga o svom tijelu. Prema ovom istraživanju usamljenost je povezana s povećanim rizikom od prerane smrtnosti i štetna je kao pušenje ili alkoholizam. Savjetuju da se starije osobe trebaju više međusobno družiti jer to štiti od mentalnih i fizičkih bolesti, proširuju život i povećavaju ukupno zadovoljstvo. Topli i stabilni odnosi mogu



donijeti emocionalnu sigurnost čak i u starijoj dobi, dok sukobljeno okruženje ima zloćudne posljedice. Također kažu kako društvene mreže čuvaju mentalno zdravlje starijih osoba.

Društvene mreže danas su sastavni dio naše svakodnevice, a skoro da ne postoji osoba koja nema otvoren profil na jednoj od društvenih mreža. Osim što nam služe za osobnu komunikaciju s prijateljima i rodbinom danas društvene mreže predstavljaju moderan pristup prema svemu. Ako odlučite postati njihov korisnik morate ih naučiti poštivati. Pritom je važno da se držite nekih pravila. Pa tako iskoristite pozitivne strane društvenih mreža za objavu korisnih, zanimljivih i važnih događaja.

„Ne dopustite da vam lonci i tave sjaje jače od vas samih! Usisavajte stan kada je potrebno, ali također pronađite vrijeme za odlazak u šetnju, čitanje knjiga, druženje s prijateljima“

Nažalost, mlađe osobe često imaju krivu percepciju o starijim osobama. Primjerice prije par dana u jednoj poznatoj inozemnoj drogeriji, koja posluje na našem tržištu već nekoliko godina i koja za sebe kaže da im je kupac na prvom mjestu, nakon što sam potpisala pristupnicu za njihovu karticu i upitala koje su prednosti njezina korištenja, mlada blagajnica mi je u odgovoru između ostalog rekla: „Imate na Internetu pa možete zamoliti nekog mlađeg da vam pokaže!“ Koliko god me je taj njezin odgovor povrijedio, ipak sam joj uz osmijeh rekla da se ja s računalom služim vjerojatno još od prije njezinog rođenja, a također s internetom i svim društvenim mrežama.

Kažu da sreću čine male stvari! Pa ipak smo svi mi s godinama naše kuće i stanove napunili raznim stvarima i uspomenama koje samo nama nešto znače. Na kraju, imali potomke ili ne, sve te stvari drugima ništa ne znače. Kada ostanete sami pitate se: „Što sada? Što sa svim ovim knjigama, slikama, raznim suvenirima, osobnim dokumentima, fotografijama...“ U proteklom ljetnim mjesecima svjedoci smo i odlaska dva člana jedne talentirane glazbene obitelji. Pokojna Gabi, koja je još prije dvije godine nastupala na raznim pozornicama, prošle godine je rekla: „Kad je Arsen zaspao zauvijek, često sam u tom prostoru razmišljala kako se to sve iscijedilo, kako sve to skupa nestaje, kako ljudi s kojima smo se družili odlaze. Ne bih mogla uopće reći da je to stan, nego bih prije rekla da je to jedan muzej, puno slika, puno lijepih stvari i uspomena, važnih nagrada. Pravi jedan mali muzej u kojem, i da se ništa ne događa, dovoljno ti je samo da gledaš pa onda nešto od toga izdvojiš što je sve bilo u vezi s time, pa već napuniš cijelu jednu stranicu života.“

Ljudi nerijetko pokušavaju živjeti svoj život naopako, pokušavaju imati više stvari ili više novca kako bi mogli raditi ono što žele da bi bili sretniji. A život zapravo funkcionira obrnuto – najprije morate biti onaj tko uistinu jeste, zatim raditi ono što uistinu želite raditi, kako biste imali ono što želite. Živjeti punim plućima i srcem nije odluka koju donesemo samo jednom. To je proces koji se sastoji od toga da živimo iz osjećaja vlastite vrijednosti. Iako se umirovljenici s mirovinom od 300 eura ne mogu radovati zadnjem povećanju mirovine od 19,39 eura, a niti najavljenim umirovljeničkim karticama, ipak odlazeći navečer u krevet mogu reći da su unatoč ranjivosti i poniženosti hrabri u nastojanju preživljavanja i s minimalnom mirovinom.

Drenka Gaković

Beneficirani radni staž

Pitanje: Imam 32 godine mirovinskog staža koji sam navršila kao osoba s pravom na staž osiguranja s uvećanim trajanjem 12/15, kao osoba s invaliditetom od rođenja. Također imam pravo na sniženje dobne granice po godinu dana za svakih 5 godina efektivno navršenog staža. Na taj način ispunjavam uvjet za starosnu mirovinu za žene sa 57 godina i 9 mjeseci (6 godina ranije), što sam navršila u siječnju ove godine. Moje je pitanje - može li umirovljenica, koja je ostvarila pravo na starosnu mirovinu uz primjenu beneficiranog staža i sniženja dobne granice (dakle, prije navršenih 65 godina života), nastaviti raditi s punim radnim vremenom uz isplatu dijela mirovine, sukladno novim zakonskim izmjenama koje stupaju na snagu 1.1.2026.? U mojem slučaju to bi bilo od moje 59. godine nadalje. S obzirom da pravo na punu starosnu mirovinu uz umanjenje dobne granice ostvarujem već sa 30 godina mirovinskog staža, molim za informaciju da li od 1.7.2025. godine imam pravo na bonifikaciju za 2 godine duljeg rada jer je novim zakonskim izmjenama ukinut uvjet najmanje 35 godina staža? Iz službenih institucija ljudi dobivaju različite odgovore. **(M.R., Osijek)**

Odgovor: Na temelju novog Zakona o mirovinskom osiguranju (na snazi od 01.07.2025.) nema ograničenja rada do polovice punog radnog vremena u starosnoj mirovini, uz isplatu pune mirovine, za korisnike koji su pravo ostvarili prije pune dobi za starosnu mirovinu, tako ni za one koji su pravo ostvarili na temelju beneficiranog staža osiguranja. S druge strane, zaposlenje korisnika starosne mirovine predviđeno je samo za korisnike s navršenih 65 godina života (primjena od 1.1.2026.). U novom Zakonu o mirovinskom osiguranju ne spominju se osobe izjednačene s korisnicima koji su starosnu mirovinu ostvarili na temelju beneficiranog radnog staža. Moguće je da je to nenamjerni propust zakonodavca i da će Hrvatski zavod za mirovinsko osiguranje (HZMO) to ispraviti nekim internim uputama, ali za sada nam to nije poznato pa bi bilo dobro da se obratite u HZMO s tim pitanjem.

Što se tiče bonifikacije dužeg rada, određena je člankom 83. stavak 4. važećeg Zakona o mirovinskom osiguranju. Navedenu odredbu tumačimo na način da se bonificira i ona starosna mirovina stečena na temelju beneficiranog radnog staža uz umanjenje dobne granice, ako je osiguranik nastavio raditi bez prekida radnog odnosa i bez primanja mirovine uz rad nakon ispunjenja uvjeta za starosnu mirovinu uz umanjenje dobne granice. Ako Vam to u HZMO iz bilo kojeg razloga ne uzmu u obzir, savjetujemo da se žalite u žalbenom roku kad primite rješenje o pravu na mirovinu.

Naknadna bonifikacija staža

Pitanje: U mirovinu sam otišla prije dvije godine, a u radnom odnosu sam ostala još 10 godina nakon što sam ispunila uvjete za odlazak u starosnu mirovinu, te sam tada dobila i maksimalnu bonifikaciju od 27 % na mirovinu, ali samo za pet godina dužeg ostanka u svijetu rada, jer je tada postojalo to ograničenje. S obzirom na izmjene zakona kojim se ukida ograničenje od 5 godina bonifikacije ili 27 %, hoću li sad dobiti bonifikaciju mirovine za dodatnih 5 godina? **(I.R., Požega)**

Odgovor: Nećete, zato što ukidanje ograničenja razdoblja bonifikacije vrijedi samo za osobe koje će ostvariti pravo po novom Zakonu o mirovinskom osiguranju koji vrijedi od 1. srpnja 2025. i ne primjenjuje se retroaktivno. Za novoumirovljene to znači da se neograničeno produžuje razdoblje bonifikacije za duži rad. Tako će za nekoga koji je otišao 5 godina kasnije u starosnu mirovinu ona i dalje iznositi 27 %, ali za više od 5 godina će uvećanje biti veće, i to 0,45 % po mjesecu dužeg rada. Npr. za 7 godina dužeg rada bonifikacija će iznositi 37,8 %.

Usklađivanje osnovice za inkluzivni dodatak

Pitanje: Osnovica za inkluzivni dodatak trenutno iznosi 120 eura. Zanima me da li se ta osnovica usklađuje dva puta godišnje u skladu s inflacijom i rastom plaća poput mirovina? **(N.L., Pula)**

Odgovor: Važećim Zakonom o inkluzivnom dodatku, koji je na snazi od 01.01.2024., određeno je u članku 6. da osnovicu na temelju koje se izračunava iznos inkluzivnog dodatka odlukom određuje Vlada Republike Hrvatske te se tim Zakonom ne određuju pravila usklađivanja. Navedenu Odluku Vlada nije mijenjala do danas. Iako su postojala neka obećanja da će se osnovica povećati na 160 eura, navedeno se nažalost nije ostvarilo. Važećim Zakonom o inkluzivnom dodatku nije predviđeno usklađivanje inkluzivnog dodatka s troškovima života ili rastom plaća, kao što je to slučaj s mirovinama.

Socijala je i za umirovljenike

Pitanje: Imam iznimno malu obiteljsku mirovinu od koje ne mogu živjeti i plaćati račune, živim sama u nekretnini koja se urušava, doslovno sam gladna, ali još uvijek sam pokretna i mogu se sama brinuti za sebe. Imaju li takvi umirovljenici još neki dodatni oblik financijske pomoći, kome da se obratim? **(A.K., Gospić)**

Odgovor: Savjetujemo da se obratite Centru za socijalni rad nadležnom prema mjestu Vašeg prebivališta. Ako ispunjavate uvjete cenzusa prihoda i imovine, možete ostvariti zajamčenu minimalnu naknadu koja iznosi 95 % od osnovice za stariju osobu ili osobu nesposobnu za rad, što je trenutačno 197,60 eura (osnovica iznosi 208 eura). Možete ostvariti i naknadu za ugroženog kupca energenata - za električnu energiju - pravo ima samac do iznosa od 70 eura. Također, možete ostvariti pravo na jednokratnu novčanu pomoć do najvećeg godišnjeg iznosa od 1.327,23 EUR za izvanredne životne okolnosti, npr. to mogu biti hitni i nužni popravci u stambenom prostoru u kojem živite, troškovi selidbe ili slično. Također, lokalne zajednice predviđaju razne oblike pomoći za umirovljenike pa savjetujemo da se raspitate u vašoj sredini o mogućnostima.



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. pravnik

Besplatno
pravno
savjetovalište
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;
e-mail:
suhsavjetovaliste
@gmail.com
ili
<https://www.suh.hr/savjeti/pitaj-pravnika/>

Snežana Terzić, predsjednica podružnice SUH-a Donji Miholjac

Druženjem protiv usamljenosti u starijoj dobi



„Priateljice su mi predložile da se učlanim u Sindikat umirovljenika Hrvatske i to je bila jedna od najboljih odluka u životu koje sam donijela“

Na isti dan kad je na snagu stupio novi Zakon o mirovinskom osiguranju, 1. srpnja 2025., održana je i Redovna izborna skupština Udruge SUH-a Donji Miholjac na kojoj je izabrano novo vodstvo. Za predsjednicu udruge izabrana je Snežana Terzić. Ono što je pomalo neobično, ali definitivno pozitivno je što je Snežana najmlađa predsjednica neke SUH-ove podružnice/udruge. Naime, tek joj je 57 godina. Stoga nas je još više zaintrigirao njezin životni put.

Snežana je završila srednju tekstilnu školu u Osijeku, ali se nikad nije zaposlila u struci. Najviše radnog staža provela je u mesnici u Donjem Miholjcu, gdje je radila kao prodavačica i poslovođa. No, zbog smanjenog prometa mesnica je zatvorena, a Snežana se našla u godinama kada je bilo teško pronaći novi posao. Brinula je o bolesnoj majci i unucima, a nakon prerane i iznenadne suprugove smrti odlučila je prihvatiti obiteljsku mirovinu.

Veliki životni preokret doživjela je upravo tada, kada je, kako kaže, osjetila koliko je teško ostati sam.

„Bilo je to u jesen, dani su postajali sve kraći, a meni je nedostajala podrška. Priateljice su mi predložile da se učlanim u Sindikat umirovljenika Hrvatske i to je bila jedna od najboljih odluka u životu koje sam donijela“, prisjeća se.

Od tada je prošlo sedam godina, a Snežana je u tom razdoblju postala jedno od najaktivnijih lica podružnice u Donjem Miholjcu. Zbog posvećenosti radu udruge ovo ljeto članovi su joj ukazali veliko povjerenje i izabrali je za predsjednicu. Stoga nas je zanimalo kako se snašla i kakve

sve planove ima u budućnosti na čelu udruge.

„Nastavljamo uobičajeno s našim aktivnostima koje su raznolike i svatko može pronaći nešto za sebe. Organiziramo gimnastiku za žene, stolni tenis za muškarce, belot, pikado i nordijsko hodanje. Svake godine odlazimo na more, putujemo na jednodnevne i višednevne izlete, posjećujemo kazalište u Osijeku, a druženja uz glazbu i ples posebno su omiljena među članovima“, objašnjava.

Naglašava i da u novoj ulozi nije sama.

„Veliku pomoć pruža mi bivši predsjednik Zlatko Risek, kao i cijelo Predsjedništvo naše podružnice. Svi zajedno radimo kako bismo našim članovima omogućili što bogatiji i ispunjeniji društveni život.“

U svom radu stavlja naglasak na zajedništvo i borbu protiv usamljenosti, što prepoznaje kao jedan od najvećih problema starijih ljudi, jer je, kaže, i sama osjetila veliku samoću u jednom razdoblju svog života, a prepoznaje je i kod drugih starijih osoba i umirovljenika. Dakako, velik problem su i niska primanja umirovljenika.

„Većina umirovljenika živi s malim mirovinama koje ne prate rast troškova života, pa je nezadovoljstvo općeprisutno. Mi nastojimo barem donekle uljepšati svakodnevicu kroz druženja i aktivnosti, jer svatko tko nam dođe kod nas pronađe društvo i toplinu“, ističe.

Pohvalila je i odnos grada Donjeg Miholjca prema udruzi koji traje godinama, kazavši da je vrlo bitno da umirovljenici na lokalnoj razini imaju potporu i razumijevanje. Tako je novo rukovodstvo udruge 25. srpnja 2025. primljeno kod gradonačelnika, gdje su obavili

ugodne, ali i korisne razgovore.

Što se tiče nacionalne razine i položaja umirovljenika u društvu, Snežana je pohvalila rad Sindikata umirovljenika Hrvatske i dugogodišnju borbu za prava umirovljenika i starijih osoba, pa tako i posljednje zahtjeve prije donošenja novog Zakona o mirovinskom osiguranju da se omogući svim umirovljenim majkama 12 mjeseci dodanog staža po rođenom djetetu, da se godišnji dodatak veže uz AVM fiksno, a i da se mirovine usklađuju u omjeru 100:0, ovisno koji indeks, rast cijena ili plaća, je povoljniji. Time bi se, kaže, smanjile razlike u društvu, jer nije samo dojam, već i podaci pokazuju da standard umirovljenika godinama opada u odnosu na standard drugih kategorija.

Za kraj smo ostavili lakše teme i upitali Snežanu kako provodi vrijeme kad nema obveza u udruzi. S pokojnim suprugom Milom dobila je dvije kćeri, koje su joj podarile četvero unučadi, a njezina njezina radost bit će još veća jer uskoro očekuje i peto unuće. Najstarija kći ima trojicu sinova i uskoro će roditi djevojčicu, dok mlađa kći radi u vrtiću i majka je jednog sina.

Unuci joj, kaže, predstavljaju veliku radost, stariji već osvajaju medalje na nogometnim turnirima i vole prirodu i ribolov, a mlađi pohađaju vrtić.

„Slobodno vrijeme najradije provodim s unucima, a veseli me i svako putovanje, pa makar i kraće. Što se tiče Udruge SUH-a Donji Miholjac, želim mi je potaknuti starije da budu aktivni i uključeni, pa poručujem svim našim članovima, ali i svim starijim osobama – izađite iz kuće, družite se, šetajte, uživajte u životu. Zajedno smo jači.“

M. Šverko Fluksi/I. Knežević