

MOZAIK

AKTIVNA U MIROVINI

Bajkerica Sonja Kezerić: ‘Nakon tri dana u mirovini, već sam prihvatila novi posao’

S otpremninom koju je dobila kad je iz lne otišla u mirovinu, gospođa Sonja Kezerić (66) iz Zagreba kupila si je motor. Nije samo osvajala ceste, već se ubrzo zaposlila kao voditeljica u jednoj međunarodnoj organizaciji. Kad se podružnica zatvorila, radila je kao dostavljačica hrane, a potom i u Ikea. Uz sve to, otvorila je paušalni obrt te iznajmljuje dva apartmana na moru. Pleše na šipki, ljuljački i stolcu, čita, kuha te brine o 94-godišnjoj majci. Neumorno radi na sebi i uvijek je otvorena za nove izazove.



Objavljeno prije 1 mjesec | 31. 10. 2024.
Autor: **Gordana Arh**



Sonja Kezerić (foto: Gordana Arh)



Kad su joj se sve četiri kćeri osamostalile i otišle od kuće, gospođa **Sonja Kezerić** bila je u svojim srednjim pedesetima i uvidjela je da je došlo vrijeme kad se mora posvetiti sebi. Hormonalne promjene uslijed menopauze nisu je zaobišle, natjeralo ju je to da se okrene svom zdravlju, kako fizičkom, tako i duhovnom.

“Kada sam dobila upalu tetiva, zapitala sam se s čime se krivo hranim kad mi tijelo javlja upalu, pa sam napravila test intolerancije na hranu iz krvi. Krenula sam s prehranom koristeći dozvoljene namirnice i bez ijedne tablete riješila problem. To me kasnije odvelo do nutricionistice i nutrigenetskog testa. Uz plan prehrane koristim i predložene suplemente potrebne za moju dob. Od tada se osjećam jako dobro u svom tijelu”, govori nam ova poletna 66-godišnjakinja.

S faktor

S 55 godina je na jednom poslovnom seminaru dobila probni sat senzualnog plesa na šipki, poznat kao *fitness* samo za žene ‘S faktor’. “O tome sam već ranije ponešto pročitala i to me privlačilo, ali sam si govorila: Eh, da sam barem mlađa, otišla bih. Kako je to razmišljanje pogrešno! Srećom me voditeljica uspjela nagovoriti, rekavši mi da dođem barem probati jer se to ionako radi u polumraku, svatko vježbe izvodi za sebe, na svojoj stručnjaci, i još u zatvorenom gdje nas nitko ne vidi.”

TEKST SE NASTAVLJA ISPOD OGLASA

“Odradila sam taj prvi sat i izašla s ogromnim osmijehom te do danas nisam prestala ići na ‘S faktor’. Kasnije sam otkrila i ples na stolcu i *lulji*, pa sam sada na ovim treninzima tri puta tjedno. Ovo je zahtjevan sport, najprije se na strunjači vježba po sat vremena i tek potom plešemo. Kroz muziku se opuštam u svakoj vježbi i to je ujedno i predivna emocionalna meditacija”, otkriva nam.

Crvena Honda

Na intervju je došla na ulaštenom crvenom motoru marke Honda, u motorističkom odijelu, s kacigom na glavi – osvojila nas je na prvu! “Vozački za motor položila sam s 58 godina, kao iznenađenje suprugu za rođendan. On je počeo voziti prije mene pa kad smo negdje putovali, susretali smo mnoge *bajkerice*, na koje mi je uvijek ukazivao. Kad sam vidjela da mu je zbilja važno da se i ja okušam u vožnji, odvažila sam se i nisam požalila”, ispričala nam je i naglasila da suprug radi u Njemačkoj pa se ne vide po pet tjedana, no tada se trude provesti što kvalitetnije vrijeme udvoje.



ŽIVOT POČINJE S 50!

Mi smo medij zajednice. Razbijamo predrasude o starenju i starosti – živimo. Pratimo teme zdravlja, zdravstvene, obiteljske i mirovinske politike, politike, kulture, zabave, znanosti i životnog stila. Želimo vas ohrabriti, povezati i inspirirati kako biste zdravije i aktivnije uživali u životu. Poštujemo različitosti, promoviramo toleranciju i potičemo argumentiranu raspravu. Naš moto je: Živite brzo, umrite stari. Jako stari.

“Upisala sam i školu sigurne vožnje Motogymkhana Hrvatska, gdje sam naučila sve što mi je trebalo da postanem *bajkerica* koja je na motoru sigurna za sebe i sve sudionike u prometu. K tome, zadaci koje dobijemo na poligonu i koje vježbamo iznimno su dobri za motoriku i kognitivne funkcije. Četiri puta godišnje imamo i natjecanja na koja se volim prijaviti. Jednom godišnje idem i na međunarodni susret žena *bajkerica* na Rabu, gdje u izvrsnom društvu provedem cijeli vikend. Vesele me svi ti mladi ljudi s kojima sam kao *bajkerica* okružena, uz njih sam u tijeku s novim vremenom i tehnologijama, a ne nedostaje nam ni smijeha, zezancije i dobrih vibracija”, naglasila je ova dobitnica zavidnog broja pehara i diploma iz majstorske vožnje.

Majka četiriju kćeri

Ponosna je majka četiriju kćeri s kojima njeguje dobar odnos. “Kći Cornelia već osam godina s mužem živi u Švedskoj, završila je računarstvo na FER-u, a on je medicinski tehničar i radi u bolnici. Odlično su se snašli gore. Ostale tri kćeri žive u Zagrebu, Corrina je završila Fakultet političkih znanosti i radi u odnosima s javnošću, udana je i suprug joj je na doktoratu na Strojarskom fakultetu. Kristina je pak završila Fakultet kemijskog inženjerstva te s dečkom planira vjenčanje. Natalia nije udana i bavi se cvjećarstvom. Sve u svemu, mogu reći da smo jedna vesela, šarolika obitelj”, govori ova ponosna majka.

Djetinjstvo u Njemačkoj

Mnoge životne vrijednosti je, kaže, naučila tijekom odrastanja u Njemačkoj. Krasi je red, rad, disciplina, upornost, prihvaćanje i staloženo rješavanje svake poteškoće koja joj dođe na put. “Velik dio djetinjstva, od svoje druge do 12 godine, živjela sam s roditeljima i bratom u Njemačkoj. Bavili su se ugostiteljskim poslom i naporno su radili, a majka je cijelo vrijeme žudjela za domovinom i kućicom u cvijeću u Zagrebu pa smo se nakon deset godina vratili. Stariji brat je ostao, a ja sam se nevoljko vratila i tu završila gimnaziju. Upisala sam Filozofski fakultet, njemački i talijanski jezik, ali sam zazirala pred tolikim knjigama koje me nisu zanimale jer sam samo žarko željela usavršiti jezike i postati prevoditeljica”, rekla je.



Sonja Kezerić (foto: Gordana Arh)

“Napustivši fakultet, rano sam počela sam raditi, najprije kratko u Zabi, a potom u Ini gdje sam provela najveći dio radnog vijeka na random mjestu planerice i organizatorice autocisterni i benzinskih pumpi. Bio je to zahtjevan, stresan posao koji mi nije dopuštao radno vrijeme, tako da sam u tom razdoblju života bila isključivo posvećena poslu i obitelji”, doznajemo od gospode Sonje.

Prosječna mirovina

Punih 38 godina radnog staža ostvarila je s 58 godina života. Krivo joj je, govori nam, što država ne priznaje staž majkama koje koriste neplaćeni porodiljni dopust. Za četvero djece iskoristila je dvije godine neplaćenog dopusta. Nakon 38 godina rada na odgovornom poslu, otkriva da prima prosječnu hrvatsku mirovinu, nešto više od petsto eura.

“To je malo jer je sve u Hrvatskoj postalo skupo, ali uz dobru organizaciju trudim se živjeti na način da se osjećam zadovoljno. **Dobro je što se u mirovini može raditi, pomoći mladima na radnom mjestu, biti u tijeku s promjenama, dodatno zaraditi i, naposljetku, prikupiti još malo staža kako bi se ostvarila mogućnost reprogramiranja mirovine**”, ističe.

Hrabro u nove poslove

Odmah nakon umirovljenja počela je, na nagovor kćeri Corrine, raditi kao voditeljica u neprofitnoj organizaciji koja se bavi međukulturalnim razmjenama mladih i obrazovnim programima, AFS international. “Bio je to idealan posao za mene jer volim raditi s mladima, dobra sam organizatorica te govorim tri strana jezika. U te četiri godine sam proputovala Europu, bila sam u Portugalu, Danskoj, Švedskoj, Belgiji, Francuskoj, na Islandu, u Njemačkoj, Italiji, Bugarskoj, Srbiji, Češkoj. U svakoj od tih zemalja sam sudjelovala na stručnim seminarima, upoznala kulturu zemlje, gastronomiju, običaje i krajolike”, govori nam naša sugovornica.

“Svi su mi troškovi bili pokriveni, ali nisam dobivala formalnu plaću jer je organizacija neprofitna. Svakome mogu reći da je volonterstvo na neki način uvijek plaćeno jer se vraća kroz poznanstva, obnovu znanja stranih jezika i stjecanje znanja o područjima o kojima čovjek pojma nema. To vam uvijek otvara put za dalje, radila sam tada s ministarstvom prosvjete, s roditeljima koji su primali učenike u dom svoj, s ravnateljima i učiteljima i ukratko, bogatstvo koje sam stekla na tom poslu je neprocjenjivo”, napominje.

Vesela dostavljačica

Nakon što se hrvatska podružnica te organizacije zatvorila, radila je dvije godine kao dostavljačica hrane za jedan restoran, baš onaj u koji je, preko organizacije, učenike dovođila na druženje uz dobru hranu. “I to je bio lijep posao, ne sramim se raditi bilo što. Onda je došla korona pa sam to prekinula, no kad je nakon *lockdowna* Ikea raspisala natječaj da traži umirovljenike za rad na četiri sata, predala sam zamolbu i bila primljena. Radila sam to samo preko jeseni i zime, jer sam na proljeće morala ići raditi na sezonu u kuću na moru. Sada ponovo tražim posao koji bi radila do proljeća. Latila bih se svega, osim teških fizičkih poslova za koje smatram da žene u ovim godinama ipak nemaju snage kao mlade”, govori.

Rad u turizmu

U turizam je ušla prije pet godina, nakon što je naslijedila je kuću u Karlobagu koju je trebalo renovirati. “Kako sam bila u mirovini, preuređenje stare kuće mi je zbog niskih primanja bilo neizvedivo pa sam je najprije krenula prodavati. No, tko god je došao u razgled, kombinirao si je kako će napraviti tri apartmana i pomislila sam, možda bi mi se ipak isplatilo pronaći način i urediti te apartmane za sebe. Ubrzo sam shvatila da umirovljenicima niti jedna banka ne daje kredit, što je strašno nepravedno prema

onima koji žele pokrenuti nekakav posao. Odlučno sam se krenula snalaziti sama.”



foto: privatni album

“Uložila sam sve što sam imala i žonglirala s karticama i minusima kako bi kuću dovela u prihvatljivo stanje. Otvorila sam paušalni obrt i sada već pet godina iznajmljujem dva apartmana. Naradim se, ali i uživam s ljudima, opet koristim znanje triju stranih jezika, upoznajem nove ljude i to me veseli. I dalje u kuću i okućnicu ulažem gotovo sve što zaradim, ali je užitak gledati napredak”, kazala je gospođa Sonja.

‘Budite pozitivni i svoji’

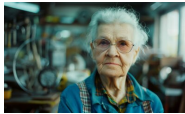
Za kraj prenosimo i misli gospođe Sonje o sretnom življenju: “Mičite se od ljudi koji samo kukaju, pričaju o politici i kritiziraju sve i svakoga. Nema smisla uspoređivati svoj život s tuđim niti podcjenjivati druge, jer svi prolazimo kroz različite stvari. Kukanje i negativnost mogu samo narušiti naše zdravlje i sreću. Ono što možete, priuštite si i uživajte u svakom danu. Cijenite lekcije koje vam život donosi i učite iz njih. Život je nepredvidiv i zato birajte samo ono što vas ispunjava i donosi vam mir i radost.”

Ovaj prilog je objavljen u sklopu projekta poticanja novinarske izvrsnosti Agencije za elektroničke medije.

TEKST SE NASTAVLJA ISPOD OGLASA

SVE O TEMI: #BAJKERI #RAD UZ MIROVINU #SONJA KEZERIĆ

PROČITAJTE I OVO



Rad u mirovini: Najstarija zaposlena umirovljenica ima 96 godina



Jasna Petrović: ‘Umirovljenici ne mogu preživjeti s 458 eura. Zato rade uz mirovinu’



Raditi ili mirovati u mirovini? Savjeti psihologinje za donošenje ispravne odluke

VIŠE S WEBA



BRŽE, VIŠE, OTPgo! – Novi, digitalni svijet OTP banke, olimpijski snažan
Oglas



Ninčević: Dijelili smo slatka iznenađenja, a zauzvrat dobili mnogo više – osmijehe i sreću





APSOLUTNI ŠOK ZA DINAMO: Jedan čovjek im upravo srušio sve snove! 'Zavladao je opći muk...'

Oglas



Grad Novi Marof svojim će umirovljenicima uljepšati nadolazeće blagdane – uskoro im stižu božićnice



KONOBAR IZ ZAGREBA: 'Radio sam po kafićima, restoranima i klubovima, ali kad sam ovo vidio - dao sam otkaz!'

Oglas



Anitu i Marietu invaliditet nije spriječio u ostvarenju snova: Jedna je uspješna sportašica, druga je završila fakultet



SPREMITE NOVCE, TREBAT ĆE VAM VEĆ OVAJ TJEDAN: Jeste li čuli vijest koju su upravo objavili?

Oglas



LEPTIR – savršena vježba za zdravlje žene





Plenković odlučio: 'Svim umirovljenicima isplatit ćemo dodatak uoči Božića'

Sponsored by Midas 

MOJE VRIJEME
ŽIVOT POČINJE S 50



[IMPRESUM I KONTAKT](#) [UVJETI KORIŠTENJA](#) [RSS](#)

© 2014 - 2024 Moje Vrijeme®