



PTUJSKI PERUTNINAR

informacije

Številka 7 — november 1992

DOKUP ZAVAROVALNE DOBE

V zadnjem času je kar precej polemik v zvezi z dokupom zavarovalne dobe delavcem v Perutnini Ptuj. Razprave in diskusije pa čestokrat temeljijo bolj na ugibanjih oziroma željah in zahtevah posameznih delavcev zakaj Perutnina ni izvedla aktivnosti, ki se nanašajo na dokup zavarovalne dobe, saj so nekatera podjetja "kar radodarno" dokupovala tudi do 10 let in več. In če so to napravili drugod, zakaj ne v Perutnini, se sprašujejo zainteresirani? Kdo je za to kriv, kdo zavira, kdo nasprotuje dokupu in podobne diskusije so poznane. V odgovor na takšna vprašanja je le potrebno nekaj tolmačenj.

Dokup zavarovalne dobe je moč reševati le v okviru določb Zakona o delovnih razmerjih in Pravilnika o ugotavljanju presežnih delavcev v podjetju. Ne gre prezreti dejstva, da Perutnina Ptuj še v začetku leta 1992 ni imela presežnih delavcev, nasprotno, takrat smo za določen čas zaposlovali celo nove delavce. Priznati pa je potrebno, da je bilo na vidiku zmanjševanje trga in s tem presežek delavcev.

Potrebno pa je tudi poudariti, da je dokup zavarovalne dobe le eden izmed elementov razreševanja problematike v programu presežnih delavcev. Presežek delavcev v Perutnini je bil definiran šele na zadnji seji delavskega sveta s sprejemom ugotovitvenega sklepa o obstoju presežnih delavcev. Na podlagi tega sklepa pa se za reševanje trajnega presežka delavcev uporabljajo različne oblike, kot so: predčasne upokojitve, invalidske upokojitve, prerazporeditve na druga dela v podjetju, sporazumno prenehanje delavnega razmerja, prekvalifikacija ali dokvalifikacije in dokup zavarovalne dobe.

Zakon o pokojninskem in invalidskem zavarovanju daje možnost, da se do 31. 12. 1992 dokupi zavarovalna doba tistim delavcem, ki jim manjka

do 5 let zavarovalne dobe. Takšnih delavcev je bilo v Perutnini Ptuj na dan 9. 11. 1992 60. Pri razreševanju problematike dokupa zavarovalne dobe pomaga s sofinanciranjem do 50 % tudi Ministrstvo za delo Republike Slovenije. Če bi plačali zavarovalno dobo za vseh 60 delavcev, bi Perutnina Ptuj morala plačati Zavodu za pokojninsko in invalidsko zavarovanje cca. 103.000.000,00 SIT, kar predstavlja celotno plačo PP. Ministrstvo za delo pa sofinancira pri razreševanju problematike presežnih delavcev dokup zavarovalne dobe samo do 3 let zavarovalne dobe. Takšnih delavcev pa je bilo na dan 9. 11. 1992 v Perutnini le 16. Za te znaša vrednost dokupa zavarovalne dobe cca. 16.420.000,00 SIT. Ministrstvo za delo nam je obljubilo sofinanciranje v višini 8 milijonov SIT, ostalo pa mora plačati Perutnina Ptuj v 15 dneh Zavodu za pokojninsko in invalidsko zavarovanje.

Takšen dokup zavarovalne dobe se seveda lahko izvede le s soglasjem delavca. Od 16 delavcev, ki izpolnjujejo ta pogoji, soglasja niso dali 4 delavci. Zato smo seznam dopolnili s 4 delavci, ki presegajo limit 3 leta zavarovalne dobe za dokup od 7 dni do 2 mesecev. Ali bomo za te štiri delavce dobili sredstva ali ne, je v odločitvi Republiškega Ministrstva za delo.

Da so nekatera podjetja dokupovala celo več zavarovalne dobe, je bilo pač odvisno od njihove finančne in likvidnostne sposobnosti. Ne gre torej za kakršnokoli zaviranje, da ne bi hoteli tega vprašanja rešiti, temveč je to področje odvisno od programa reševanja presežnih delavcev in finančnega stanja v podjetju.

Če Perutnina Ptuj ne bo dobila od ministrstva za delo obljubljenе pomoči, ne bomo mogli dokupiti zavarovalne dobe niti navedenim delavcem.

Uredništvo

PODARIM – DOBIM, KAJ JE TO?

V eni izmed številčk Perutninarja sem zapisal, da smo premalo ali pa prav nič prisotni v medijih. Ne na televiziji, ne v časopisih, ne na radiu. To pa bi bilo nujno, zlasti še danes, ko se nam je prodajni prostor zožil in ga hočemo osvojiti. Na vsak način moramo pridobiti slovenskega kupca — potrošnika. Res je, da tečejo na vseh ravneh številne aktivnosti, toda mediji imajo svojo magično moč.

Sam smatram, da je skopa informacija z delavskega sveta podjetja o sodelovanju v akciji PODARIM – DOBIM dvignila preveč prahu. Pa ne po krivdi delavcev, temveč predvsem zaradi preslišanih prednostih takšne predstavitve podjetja širši slovenski javnosti.

Kadarkoli se tudi privatno o čem odločamo, vedno damo na tehtnico, kaj z nakupom pridobimo in koliko nas to stane.

V podjetju je prav tako — tehtanje — predvsem pa cilj, ki je pripeljal do takšne ali drugačne poslovne odločitve. Upam, da nam je cilj znan — večja prodaja. Tudi sami bolj pospešeno kupujemo, če smo o izdelku bolj seznanjeni. In tudi v trgovini povprašamo po nečem, kar smo zasledili na televiziji, radiu, časopisu ali reviji.

Pa dovolj tega modrovanja. Pridobil sem si predlog pogodbe, da ne bi pisal "na pamet".

Res, pogodbeni znesek, ki ga bomo prispevali v nagradni sklad na oko ni majhen, ta je 127.500 DEM. In kaj dobimo za to? Precej, mnogo več, kot bi dobili s samostojnim reklamiranjem, saj je Smučarska zveza dobila popuste v vseh medijih. Samo podatek, da TV zaračunava eno sekundo reklamnega spota od 2.700 — 3.500 SIT (v akciji PODARIM – DOBIM le 2.300 SIT ob najbolj gledanih in poslušanih terminih) je zgovoren dokaz smotne odločitve. Pri tem nas moralno in materialno podpira tudi Izvršni svet SO Ptuj, saj gre pri tem tako za promocijo podjetja kot mesta Ptuja.

Kot sponzor imamo pravico do koriščenja imena in znaka PODARIM – DOBIM v času akcije, ki bo trajala od decembra do 9. maja 1993. Z našim prispevkom bomo uvrščeni v temeljno propagando za predstavitev akcije — najmanj 30 celostranskih objav v petih slovenskih dnevnikih, še posebej pa je pomembno, da bomo predstavljeni kot sponzor v reviji PODARIM – DOBIM s celostranskim barvnim oglasom v nakladi 350.000 izvodov, ki bo dostavljena malodane vsaki slovenski družini.

Prav tako bo naša izžrebana nagrada predstavljena kar 6 krat (po vsakem žrebanju) na ponedeljkovih straneh v Delu, Dnevniku, Večeru, Slovincu in Slovenskih novicah. Tudi propagandni letaki na 1.500 prodajnih mestih in predstavitve nagrade in sponzorja na najmanj 1.500.000 darilnih razglednicah niso zanemarljivi.

In kaj nam je zagotovljeno na televiziji in radiu?

Več kot 3200 sekund predvajanja temeljnega TV spota sponzorjev oziroma nagrad, več kot 790 sekund samostojnega TV spota po 30 sekund ob najbolj gledanih oddajah na TV Slovenija. Prav tako smo vključeni v 4800 sekund predvajanja temeljnega radijskega spota in 1.500 sekundno predvajanje samostojnega ekskluzivnega spota v najbolj poslušanih terminih na Radiu Slovenija.

Opozoriti velja, da bo predstavitev nagrade in sponzorja tudi na vseh petih vmesnih javnih žrebanjih in v velikem finalu - zaključnem žrebanju s televizijskimi prenosi.

Vedno bolj bo prisotno spoznanje, da je propaganda nujno potrebna. Zanj je potrebno tudi nekaj prispevati, tudi z marketinškim pristopom.

Marketing pa je preveč pomemben za organizacijo, da bi ga prepustili le marketinškim oddelkom, kot je zapisal znani ameriški strokovnjak Kotler. Torej vsi, od prvega do zadnjega delavca. Prepričan sem, da bomo to zmogli, saj predstavlja podarjeni znesek le 0,12% celotnega planiranega prihodka in še to v šestih obrokih. Ne samo, da bomo nekaj podarili — pač pa bomo tudi dobili. Seveda, ob razumevanju in podpori vseh.

Skratka, želimo predstaviti podjetje in dvigniti image na višji nivo in skozi to pridobiti potrošnika. Gre za novo prodajno strategijo in slovenski trg postavljamo na prvo mesto. In prav zato je potrebno poudariti, da gre za dolgoročne cilje.

Trg pa je neusmiljen.

Stanko LEPEJ

~~~~~

## Aforizmi

Stara oblast mi je v roke potiskala partijsko, nova pa mi potiska delavsko — knjižico.

— ✱ —

Ko bo za delavce zmanjkalo prostora na cesti, bodo šli na ulice.

— ✱ —

Sladke besede je najlažje snesti.

— ✱ —

Tudi na okrogli mizi te lahko potisnejo v kot.

— ✱ —

Zmagovalci pišejo, še raje pa brišejo zgodovino.

— ✱ —

Šele neumni do konca spametujejo pametne.

fredi

## OHRANIMO ZDRAVO SRCE IN ŽILE

*O skrbi za ohranjanje zdravja smo že pisali. Tokrat vas seznanjamo z enim od dejavnikov tveganja. Povzeto po razlagi Rdečega križa Slovenije.*

# NEPRAVILNA, "BOGATA" PREHRANA

Nepravilnosti v sodobni prehrani je veliko. Začno se že pri neustrezni izbiri živil, nadaljujejo pri pripravi hrane in končajo pri posamičnih obrokih. Še več, zaradi pomanjkanja časa celo otrokom dovolimo malice, ki zdravju niso prav nič koristne. V mislih imamo ocvrt krompirček mesnat in masten sendvič, sladice itn.

Živalske beljakovine v obliki zrezkov, pripravljanih na različne načine, so skoraj vsakdanja hrana. Strokovnjaki odsvetujejo veliko mesa, zlasti svinjskega in govejega, ker je v njem skritih veliko škodljivih maščob. Bolj priporočljivo je meso perutnine brez kože in divjačina. V zadnjem času pa zlasti priporočajo več ribjega mesa. Včasih smo svetovali samo belo ribo, zdaj so odkrili koristne omega-3 maščobne kisline v mesu globokomorskih rib. Nekatere živijo tudi pri nas: sardele, skuše, tune. Na najboljšem glasu je razmeroma mastna riba losos. Odsvetovati pa je treba možgane, jetra in drobovino nasploh, ker vsebuje veliko holesterola. Enako velja za mnoge mesne izdelke (klobase, salame, paštete itd). Ker vsi vsebujejo veliko skrite maščobe. Nekaj besed o jajcih. O beljaku ne vemo nič slabega, pač pa vsebuje rumenjaki toliko holesterola kot ga smemo pojesti ves dan. Zato pretiravanje z jajčnimi jedmi ni pametno.

Rastlinske beljakovine so zdrave, žal jih uživamo veliko premalo. Najdemo jih v žitaricah in stročnicah, največ v soji. Večina ljudi se še ni privadila na nekoliko poseben okus soje. Z nekoliko kuharske spretnosti lahko pripravimo sojine jedi kot iz fižola, graha, boba ali leče.

Čistega, belega, kristalnega sladkorja človeško telo ne potrebuje. Nekatere raziskave kažejo, da pospešuje razvoj ateroskleroze. Organizmu potrebni so samo sestavjeni sladkorji, ki jih je veliko v izdelkih iz moke, v krompirju in sadju. Za sladilo je pametneje uporabljati med, neočiščen sladkor in nadomestke (saharin, natren in sorbitol, ki niso pokazali nobenih prepričljivo slabih učinkov).

V skupini sladkorjev moramo omeniti rastlinska vlakna, ki so jih nekoč uvrščali med balastne snovi, ker se ne vsrkajo iz črevesa. Rastlinska vlakna so v vodi netopna (celuloza, hemiceluloza) in topna (pektin). Za dobro prebavo in presnovo so nujno potrebna. Nekoliko celo znižujejo maščobe v krvi. Zaradi vseh dobrih lastnosti svetujejo hrano bogato z rastlinskimi vlakni. Najdemo jih v polno-

zrnatih izdelkih (črni kruh, graham in ržen kruh, otrobi) in lupine sadja.

Na najslabšem glasu so maščobe. Na splošno odsvetujejo uporabo živalskih maščob (mast, loj, polnomastno mleko in mlečne izdelke, surovo maslo), ker vsebujejo veliko nasičenih maščobnih kislin. V zdravni, varovalni prehrani pa je prav, da uporabljamo maščobe, ki imajo dovolj enkrat in večkrat nenasičenih maščobnih kislin. Le-te najdemo zlasti v kvalitetnih oljih, kot so: sončnično, iz koruznih kalčkov, olivno in sojino. Čeprav uporabljamo takšna olja, moramo biti z njimi varčni, ne razsipni!

Zelenjave in sadja ni nikoli dovolj. Razen vode, vitaminov in rudninskih snovi so v sadju še rastlinska vlakna, ki povečajo občutek sitosti. Zelenjave, kuhane in surove je v vsakdanjih jedilnikih veliko premalo, verjetno na račun naglice pri pripravljanju hrane.

Kaj pa tekočine? Organizem potrebuje več kot dva litra tekočine dnevno. Nekaj je dobi s hrano, nekaj s pitjem pijač. Najbolj zdrave so dobra pitna voda in mineralna voda. Nič nimamo proti sadnim sokovom, če nimajo dodanega sladkorja. Alkohola pa človeško telo ne potrebuje. V varovalni prehrani dopuščajo samo kozarec vina ob glavnem obroku.

Med začimbami omenimo samo sol. Uporaba kuhinjske soli je previlika. Znano je, da sol zadržuje vodo v organizmu, razen tega prispeva tudi k nastajanju visokega krvnega tlaka. Za zdrave ljudi je 5 g soli dnevno povsem dovolj. Ostale začimbe v zmerni količini niso škodljive.

Strokovnjaki za prehrano še vedno priporočajo pet obrokov dnevno. Od teh naj bosta zajtrk in kosilo energijsko (hranilno) bolj izdatna, manj večerja in najmanj obe malici. Grizljanje najrazličnejših jedil kar ves dan tudi ni koristno, ker vodi v debelost.

Debelost je največkrat posledica nepravilne, energijsko (hranilno) prebogatane hrane. Številne raziskave so potrdile, da debelost skrajšuje življenje. Zakaj? Nekaj časa je bila v ospredju razlaga, da maščobne obloge na srcu otežujejo njegovo delo. Vsak debeluh ima namreč zamaščeno srce. Ker pa imajo debeluh tudi okvarjene odvodnice v smislu ateroskleroze, se vsiljuje vprašanje, ali je debelost tudi nevarnostni dejavnik? Seveda je, sicer ne neposredni, temveč posredni. Debe-

*(Nadaljevanje na 4. strani)*

lost namreč skoraj vedno spremljajo ali zvišajo maščobe v krvi ali visok krvni tlak ali sladkorna bolezen ali druge motnje presnove. Upoštevjoč naštetе školjivosti debelosti, si moramo prizadevati ohraniti normalno telesno težo. Kdor je debel, lušen, mora shujšati.

**Recept za hujšanje je preprost:**

- znižaj obroke hrane na polovico in
- povečaj dnevno telesno aktivnost!

Ker so nepravilne prehranske navade nedvomno izredno pomemben nevarnostni dejavnik za nastanek ateroskleroze, bomo smernice za varovalno prehrano strnili v pregledno obliko:

- 1. Jej samo toliko, da ohraniš normalno telesno težo**
  - nikoli se ne najej do sitega
  - upoštevaj, da v zrelih in starejših letih potrebuješ manj hrane
- 2. Zmanjšaj količino svinjskega in govejega mesa**
  - bolj priporočljivo je meso perutnine, domačega zajca in divjačine
  - povečaj uporabo ribjega mesa
- 3. Povečaj uporabo rastlinskih beljakovin**
  - najbolj priporočajo jedi iz soje, stročnic in žitaric
- 4. Zmanjšaj porabo belega, kristalnega sladkorja**
  - koristni so naravni in sestavljeni sladkorji
- 5. Povečaj porabo rastlinskih vlaken**
  - polnozrnat kruh, stročnice, sadje z lupino in dodatek otrobov
- 6. Uporabljalj samo kvalitetna olja**
  - sončnično, iz korunih kalčkov, olivno in sojino
  - popolnoma opusti živalske maščobe
  - bodi varčen tudi pri porabi olja
- 7. Povečaj uporabo zelenjave in sadja**
  - glavni obrok naj ima kuhano in surovo zelenjavo
- 8. Pij zadosti tekočin**
  - navadna pitna ali mineralna voda, sadni sokovi brez sladkorja
  - dnevno popij pol litra posnetega mleka
  - samo pri glavnem obroku kozarec vina
- 9. Znižaj porabo kuhinjske soli**
  - zadošča izravnana kavna žlička za ves dan
- 10. Po možnosti imej pet obrokov hrane dnevno**
  - hranilno izdatna naj bosta zajtrk in kosilo, manj večerja in najmanj malici.

(Se nadaljuje)

**PTUJ**



**771-635**

**SOS-TELEFON**

**ponedeljek, četrtek  
od 17. do 21. ure**

**ZA OTROKE IN ODRASLE  
V STISKI!**

**Kaj pomeni  
SOS telefon  
771-635**

*SOS telefon je namenjen otrokom, mladostnikom in odraslim ljudem, ki imajo probleme, vprašanja, dileme in podobno, skratka ljudem, ki so v duševni stiski. Izkušnje namreč kažejo, da se ljudje o svojih težavah velikokrat lažje pogovarjajo preko telefona, ker imajo na ta način možnost ostati anonimni (nepoznani).*

*O svojih težavah se boste lahko pogovarjali po telefonu številka 771-635 vsak ponedeljek in četrtek med 17.00 in 21.00 uro. Po telefonu vam bo na vaša vprašanja odgovarjalo izmenično 15 strokovnjakov, ki se tudi poklicno ukvarjajo s tem, da pomagajo mladim in odraslim v težavah.*