ПЕНЗИОНЕР плус

СЗПМ **БЕСПЛАТЕН ВЕСНИК**
» за сегашни и за идни пензионери

Излегува еднаш месечно. Редакција тел. 02 3223 710 **e-mail: vesnik@szpm.org.mk www.szpm.org.mk**

Година X, број 105 ISSN 1857-7660 28 април 2017 година

NLB Banka

Договор и пораки за единствено делување

Средбите и седниците се убава можност да се сретнат луѓето, да си разменат мислења, да си помогнат едни на други во решавање на одредени проблеми, да се пофалат за сработеното.

Така беше и на 20 април 2017 на седницата на која присуствуваа претседателите на здруженијата – членки на Сојузот на здруженија на пензионери на Македонија, со дневен ред: Програмските задачи на Сојузот на здруженија на пензионерите на Македонија и на неговите членки во тековната година, со осврт на позначајните остварени задачи во јубилејната 2016 година кога сојузот одбележа голем јубилеј, 70 години од пензионерското организирање во Македонија.

Воведно излагање имаше претседателот на СЗПМ **Драги Аргировски**, кој меѓу другото истакна и порача:

Дозволете ми најпрвин срдечно да ве поздравам и да го искажам моето задоволство од оваа средба, но и од секоја поединечна со вас, бидејќи средбите секогаш се заемно драгоцени поради размена на мислења и информации, создавање и зацврстување на нашата меѓусебна доверба и реализирање на нашите заеднички договори за поставените програмски задачи.

Со поголем број од вас годишно имаме и по десетина средби на седниците на Собранието, на Извршниот одбор, на работните тела, на работилниците на сметководители и на дописниците, на промоциите на книги, на регионалните и републичките ревии на песни, музика и игри, на регионалните и републичките пензионерски спортски натпревари, на пикник–средбите, на седниците на собранијата на вашите здруженија, во клубовите на пензионерите...

Круна на сето тоа и на нашата соработка беше Свечената академија и одбележувањето на нашиот голем јубилеј 70 години пензионерско организирање во Македонија кога не случајно на сите здруженија на пензионери и на истакнати активисти свечено им беа врачени Признанија и Плакети за особен придонес во развојот на пензионерското организирање во Македонија.

Контактите со вас на раководството на СЗПМ и мене лично ни ја даваат потребната енергија и поткрепа успешно да се справуваме со сите проблеми и предизвици за што сме ви посебно благодарни.

Но, да се потсетиме на програмските задачи и да се договориме како ќе дејствуваме.

Според најновите податоци во Република Македонија има околу 300.000 пензионери, од кои 188 600 се корисници на староснa пензија или 62 отсто, 76.200 на семејна или 25 отсто и 12 отсто односно 37 600 се инвалидски пензионери. Во СЗПМ членуваат околу 253.000 членови, а околу 36.000 се во трите сојузи на инвалидски пензии. Над 12 000 корисници на пензија не се членови на ниеден сојуз, а меѓу нив се и неколку илјади деца на починати родители. Според најновото усогласување на пензиите јануарската пензија е зголемена за 0,8 отсто, така што на минималниот износ на пензија до 8.473 денари пензијата е зголемена за само 67 денари, а 290 денари на оние со максимален износ од 36.337 денари. Во Република Македонија просечната пензија достигна 13.811 денари или 224 евра, што го нема во ниту една земја од нашето опкружување.

Како што ви е познато, македонскиот пензиски систем се темели на генерациска солидарност, односно вработените плаќаат придонеси за исплата на пензии. Во просек 1,9 вработени покриваат еден пензионер, а за одржливост на целиот систем се цени дека овој соодност треба да изнесува 3:1. За нас пензионерите секако загрижува и податокот за зголемената смртност во минатата година, а посебно во првите три месеци од годинава, поради што се јавува недостиг на средства во Солидарниот фонд и исплатата на посмртната помош доцни по два–три месеци. Поради тоа Одборот на регистрираната организација според својата законска надлежност направи опстојна анализа во соработка со Министерството за труд и социјална политика и Фондот на ПИОМ и донесе заклучок да се преземат привремени мерки за наредните 6 месеци Солидарниот фонд за погребнина да се зголеми за 10 денари од 120 на 130 денари. За ова до крајот на овој месец треба да се изјаснат Извршни одбори на здруженија на сите четири Сојузи на пензионери во нашата земја. Воедно сите ќе мораме да применуваме мерки за штедење. Во овие заложби се вклучува и СЗПМ откажувајќи се од купување ново службено возило, иако сегашното е купено пред 12 години и е амортизирано, а ќе ги намалиме трошоците за дневниците и за репрезентација. Средствата што ќе се заштедат ќе ги намениме за активности на помалите здруженија. При крајот на годината СЗПМ во разговор со новата влада ќе настојува недостигот од средства за погребнина да се покрива од буџетот како што е во сите држави во нашето опкружување. И не само тоа. Сојузот од своја страна, како и здруженијата треба многу повеќе да учествуваат на огласи и конкурси за проекти од ЕУ и Владата на РМ наменети за финансиска поддршка на здруженија и фондации.

Нашите програмски задачи за летово веќе интензивно се остваруваат. На прагот сме на почетокот на фолклорните ревии и на спортските натпревари. Годинава домаќини на регионалните ревии се здруженијата на пензионерите ОВР, Кавадарци, Струга, Прилеп, Кратово, Тетово, Кочани и Пробиштип, каде што на 4 мај ќе ја одбележиме 15–годишнината од првата ревија. Во тек се и подготовките за Републичката ревија на песни, музика и игри што ќе се одржи на 6 јуни во концертната сала на Домот на АРМ, која министерот за одбрана одобри да се користи без надомест, а Министерството за култура и оваа година ревиите ги прогласи за манифестации од национален интерес на културата на нашата држава, и салите на домовите за култура за регионалните ревии ќе се користат без надомест. Добиена е и материјална помош за успешно остварување на оваа многу значајна задача.

Успешно се одвиваат и подготовките за регионалните спортски натпревари на кои домаќини ќе бидат здруженијата на Воените пензионери, Пехчево, Пробиштип, Сарај, Велес, Штип, Охрид и Ресен. На 22. републички пензионерски спортски натпревари на 2 септември, за првпат домаќин ќе биде ЗП Кочани. Според новата одлука на ИО на СЗПМ на здруженија домаќини на регионалните ревии и на спортските натпревари, до 3.000 членови ќе им се додели помош од 40.000 денари. Вкупно од буџетот на СЗПМ за овие две значајни манифестации, за нивниот квалитет и масовност, се планирани да се вложат 1.550.000 денари, односно рекордни 25.200 евра. СЗПМ посебни средства ќе одвои и за одржување на традиционалната мултиетничка средба во Тетово, на 22 април, за одржување на пикник–средбите во Дојран, Рамна Река – Пехчево, Ораовица, Пелинце, кочански Пантелеј, виничко Драгобраште, Лесново, како и за мултиетничките дружења во Сарај, Гостивар, Кичево, Струга и Ресен.

Со оглед на тоа што ние сме една целина, здруженијата кои досега не ги усогласиле статутите тоа треба да го направат поскоро, а се чувствува потреба и од зајакнување на интерактивното информирање со возвратни информации.

Во ова време–невреме, забележително е зголемување на грабежи и напади на осамени стари лица и семејни насилства поради што се планира СЗПМ и здруженијата да подготват заедничка стратегија за соработка со полицијата, за едукација на членството, но и за зајакнување на будноста на припадниците на ОВР и на други релевантни структури. Нема да изостане и прашањето на сопственоста на домовите на пензионерите, натамошно намалување на цените на лековите, ослободување од партиципација за болничко лекување од сегашната висина на пензија до 12.600 да се помести до висина на пензија од 15.000 денари. Време е да се размислува и за реформи во пензискиот систем во нашата земја и друго.

СЗПМ и досега и во иднина секогаш работи во согласност со законите на Република Македонија и со својата мисија придонесува за остварување подобар живот на сите корисници на пензија, а со тоа и за нивните семејства. Сегашната актуелност и политичката криза не треба да дозволиме негативно да влијаат во остварувањето на нашите активности и зацртаните задачи. Ние со своето искуство и мудрост со голема одговорност во работата треба заеднички да придонесеме програмските задачи да ги реализираме со нов квалитет, мир и масовност и воведување новитети во дејствувањето, со поттикнување на позитивната енергија и поголеми заложби за создавање натамошни достоинствени услови за живот во третата доба, за активно и здраво стареење.

Во овој актуелен момент на политичка криза во нашата земја како посебен фактор што не обединува се и неоснованите напади од ПОПГМ. Поради точното и навремено информирање на нашето членство и нивна добра едукација, се заштитивме од недоличните лаги и шпекулации изнесени во шаблонските и демагошки соопштенија на Партијата, како и во написите на новинари интриганти од Штип и Охрид. Тие беа отфрлени со индигнација, така што рејтингот на СЗПМ и на здруженијата и натаму расте и го достигна на највисокото ниво во јубилејната 2016 година, за време на одбележувањето на 70–годишнината од пензионерското организирање во Македонија, а ширењето лаги и шпекулации кои немаат допирни точки со фактите и вистината едногласно беа осудени и на декемвриската седница на Собранието на СЗПМ. Да се негираат докажаните вредности многу е тешко и неостварливо. Ние сме величина на која ваквите измислици не можат да ни наштетат посебно кога сме единствени, и кога работиме во интерес на сегашните и идните пензионери. Нашите постигнувања ги оствaруваме со голем труд и со нашата заложба за вистината. Нашето единство, треба да биде уште поголемо.

Моето излагање ќе го завршам со многу актуелното прашање на меѓугенерациската соработка и соживот. СЗПМ како најмасовна и најактивна невладина, неполитичка, мултиетничка граѓанска асоцијација постојано се ангажира за збогатување на соживотот на пензионерите. Деновиве на проширената седница на Комисијата за меѓугенерациска соработка и соживот беше истакната потребата од нови импулси во градењето и во негувањето на мултиетничко и мултикултурно живеење на пензионерите во нашата земја. Со ширење на пријателство, слога, меѓусебно почитување, уште подобро ќе може да се остварува нашата желба да живееме еден со друг, а не еден покрај друг.

Соживотот и мултиетничката и меѓугенерациската соработка успешно треба да се остваруваат на сите пикник–средби, фолклорни ревии, спортски натпревари, поетски ракувања и други манифестации кои заедно ги организира СЗПМ со своите членки – здруженијата на пензионери.

Оваа соработка треба да се остварува и на полето на хуманитарните активности, во содејство со Црвениот крст и нашите волонтери на сите нивоа. Особено треба да се помагаат ранливите групи пензионери без оглед на вера и нација и пензионерите со ниски пензии. Тоа се пораки за едногласна поддршка од сите нас. По дискусијата на: **Томе Илиоски, Нијази Џељиљи, Веле Алексоски, Марија Монева, Љупчо Готовски, Димитрија Богатиноски, Ѓорѓи Трпчески, Бесник Поцеста, Боривој Бојаџиев, Салтир Каровски, Методија Новковски, Павле Спасев, Јордан Костадинов и Ѓорге Андонов**, беше донесен следниот заклучок:

Износот за Солидарниот фонд од 120 да се зголеми на 130 денари и тоа само во наредните 6 месеци. Заклучокот да се достави до сите здруженија за да се изјаснат.

К.С. Андонова

ЧЕСТИТ 1-ви МАЈ
СЗПМ

ВО ОВОЈ БРОЈ...

НАЦИОНАЛНА СТРАТЕГИЈА ЗА ГРИЖА ЗА СТАРИТЕ ЛУЃЕ стр. 2

ПРОМОЦИЈА НА МОНОГРАФИЈА стр. 3

ОТЧЕТНИ СЕДНИЦИ НА ЗДРУЖЕНИЈАТА стр. 4 и 5

НЕГУВАЊЕ НА ДУХОТ НА МУЛТИКУЛТУРНО ЖИВЕЕЊЕ стр. 7

ИНТЕРВЈУ СО СТОЈАН СОКОЛОВСКИ стр. 8

ЕДУКАЦИЈА И ХУМАНИ АКТИВНОСТИ стр. 9

КУЛТУРА стр. 11

ИЗБОР НА АЛБАНСКИ стр. 12

ЗДРАВСТВО стр. 14

ЗАБАВА стр. 15

МУЛТИЕТНИЧКО ТРАДИЦИОНАЛНО ДРУЖЕЊЕ стр. 16

ЌЕ ИЗЛЕЗАТ
11. мај
во „Нова Македонија“
- Пензионерски видици
18. мај
- Прилог за пензионери во „Коха“
26. мај
„Пензионер плус“

Вашата пензија секогаш на први во месецот.
НЛБ Сребрен пакет
NLB Banka

Одбор на Регистрирана организација за солидарен фонд и членарина

Решавање на актуелни проблеми

На 18 април 2017 година во Скопје беше одржана 24–тата вонредна седница на Одборот на Регистрираната организација за солидарен фонд и членарина, во проширен состав, на која, покрај членовите, присуствуваа: претседателот на СЗПМ Драги Аргировски, претседателот на Собранието Бесник Поцеста, секретарот на ИО на СЗПМ Станка Трајкова и стручниот соработник во ОРО, Петар Андреевски, како и помошниците директори во ФПИОМ Ајрадин Амзаи и Трајко Премчески. Основна точка на дневниот ред беше проблемот настанат со исплатата на посмртната помош за членовите на семејствата на починатите пензионери. Поради зголемениот број починати пензионери има потреба од зголемување на износот за посмртна помош во рамките на солидарниот фонд од 120 на 130 денари.

Образложение за настанатиот проблем од повеќе аспекти и можности за надминување на истиот даде претседателот на СЗПМ **Драги Аргировски**, кој наедно е и член на Управниот одбор на ФПИОМ. Исто така, свое видување за настанатата состојба дадоа и присутните помошници директори од ФПИОМ, кои одговараа и на прашања од членовите на ОРО.

Во разрешувањето на проблемот, како што рече помошникот директор од ФПИОМ **Ајрадин Амзаи**, речиси целосно ќе се надмине истиот со зголемување на солидарниот фонд од 10 денари. Како најповолно решение што го истакна во заклучокот на седницата претседателот на ОРО, **Салтир Каровски**, беше донесувањето предлог одлука за зголемување на срествата за солидарен фонд за 10 денара по член, што беше едногласно прифатена, но со напомена дека за истата треба да се консултираат и да дадат согласност извршните одбори на здруженијата на пензионерите. Треба да се истакне дека и ова понудено решение би било од времен карактер, за околу шест месеци, се додека не се изнајде трајно решение со финансирање на ваквите потреби.

* * *

Одборот на Регистрираната организација за солидарен фонд и членарина, на 24–ти март 2017 година во Прилеп ја одржа 23–та редовна седница на која, покрај членовите, присуствуваа: секретарот на ИО на СЗПМ Станка Трајкова, членот на ИО од Прилеп, Илија Адамоски и стручниот соработник Петар Андреевски. Во фокусот на расправата беа актуелните прашања кои подолго време го оптоваруваат ОРО, како што се поднесоците од ЗП Карпош во врска со распределбата на членството во двете општински здруженија, решавањето на проблемите со судските предмети на здруженијата и сојузите на инвалидските пензионери, со исплатата на членарината на инвалидските пензионери, а значајно внимание му беше посветено и на принципот за запазување на демократското право на новопензионираните лица, на кои при зачленувањето во здруженијата треба да им се овозможи да даваат согласнот со писмена изјава.

Со седницата раководеше претседателот на ОРО **Салтир Каровски**, а сите присутни активно учествуваа во расправата. Притоа беше заклучено да се организира средба и соочување на претставници од ЗП Карпош и ЗП Тафталиџе ДДД за натамошно усогласување на евиденцијата и да се актуелизира иницијативата за здружување на двете здруженија.

Поради запазување на демократскиот принцип при зачленувањето во ЗП, ОРО се согласи да упати барање до Фондот на ПИОМ новопензионираните лица да даваат изјава за согласност во кое здружение сакаат да членуваат, што е особено значајно за подмладување на членството во ЗП ОВР и ЗП Воени пензионери.

На крајот, за да се надмине проблемот со исплатата на членарината за инвалидските пензионери, поради сè уште несредената евиденција во трите сојузи на инвалидски пензионери, ОРО донесе заклучок исплатата на членарината за инвалидските пензионери да се врши на посебна подсметка на еден од трите инвалидски сојузи.

М. Димовски

ЗП Солидарност – Аеродром

Свечено прославен Денот на Здружението

Во прекрасен амбиент и свечена и весела атмосфера, се одржа традиционална прослава по повод Денот на основањето на Здружението на пензионери Солидарност – Аеродром, 14 април. Овој ден, со Одлука на Собранието, е прогласен за празник на Здружението. Домаќинот Димитрија Богатиноски, како што е редодот, прв ги пречека поканетите: претседателот на СЗПМ, Драги Аргировски, потпретседателот на ИО на СЗПМ Салтир Каровски, секретарот на ИО на СЗПМ, Станка Трајкова, претседателот на ИО на СЗП на град Скопје, Методија Новковски, претседателот на Собранието на СЗП на град Скопје, Љупчо Димовски, претставниците на збратимените здруженија Кисела Вода и Охрид и Дебрца, претседателите и претставниците на другите здруженија и другите гости. Потоа пеачката група исполни неколку убави песни.

Пред присутните гости како и пред пензионерите членови на здружението кои постигнале важни резултати или ги предводеле активностите во комисиите за култура, спорт, здравство и секциите, воведна реч имаше претседателот на здружението, **Димитрија Богатиноски**. Во своето обраќање, тој меѓу другото зборуваше за активностите и постигнатите резултати на здружението во текот на 2016 година, која беше посветена на 70–годишнината на пензионерското организирање во Македонија. Притоа како значајна ја истакна и програмата за соработка со збратименото ЗП Охрид и Дебрца, која во целина е остварена на задоволство на двете здруженија. Што се однесува до финансиското работење на здружението, претседателот Богатиновски нагласи дека тоа било домаќинско и во рамките на финансискиот план, реализирани се сите планирани активности, а остварена е и заштеда. Усвоената Програма за 2017 е насочена собраната членарина да биде вратена преку разни активности во корист на пензионерите и нивните семејства. Интезивна е соработката со СЗПМ, СЗП на град Скопје, со други здруженија на пензионери во Републиката, ФПИОМ, Црвениот крст, Сојузот на борците и други организации.

На крајот од своето обраќање тој им се заблагодари на членовите на Собранието и Извршниот одбор, на претседателите на ограноците и на комисиите, на стручната служба, на секциите и клубовите и на сите поединци, за несебичниот ангажман.

Присутните ги поздрави и претседателот на СЗПМ, **Драги Аргировски**, кој зборуваше за успешното работење на целата пензионерска организација, за извршените планирани активности во сите области, за прашања кои пензионерите очекуваат да бидат решени на државно ниво, за сплотеноста, за информирањето на пензионерите и за натамошниот развој во работата.

Средбата заврши како и што започна: свечано и достоинствено.

Илија Глигоров

Акценти од годишниот Извештај за преземените активности во 2016 година во врска со спроведувањето на мерките и активностите на Националната стратегија за стари лица 2010–2020 година

Грижа за старите луѓе

Во Република Македонија донесена е **Националната стратегија за стари лица 2010-2020 година**. Во функција на спроведување на истата, претставници на Координативно тело, од владини и невладини организации кои што работат на полето на заштитата на старите лица секоја година подготвуваат извештај за спроведените активности. Во насока на континуитет во подобрувањето на состојбите со институционалната заштита на старите лица во Република Македонија, во текот на 2016 година, отворени се седум нови установи за заштита на стари лица, со што вкупниот број изнесува 24 приватни установи за сместување на старите лица од кои во Скопје 22, една во Неготино и една во Битола. Вкупниот капацитет е 777 легла. Изработен е стратешки план за делување на мрежа на невладини организации во рамките на проектот „Преземи акција за социјална инклузија на старите лица". Изработен е Извештај за третата ревизија за проценка на имплементацијата на Мадридскиот меѓународен акционен план за стареење и Регионалната стратегија за имплементација (MIPA-A/RIS) 2012–2017 година во Република Македонија кој што треба да биде основа за дискусија на Министерската конференција за стареење на UNECE што треба да се одржи во 2017 година во Португалија. Во рамките на програмските активности за обезбедување социјална заштита и социјална сигурност на старите лица реализирани се повеќе проекти меѓу кои проектот „Бањско климатска рекреација на корисници на пензија" која услуга ја искористиле 37.193 корисници на пензија, како и проектот „Бесплатен туристички викенд за корисници на пензија", кој го искористиле 4.740 корисници на пензија. Исто така, во 2016 година реновирани се следните пензионерски домови: Гостивар – постар дом, Ѓорче Петров и Свети Николе. Во насока на воспоставувањето систем за евиденција на корисници на социјални услуги направено е континуирано следење на промената на бројот на стари лица, корисници на услуги во центрите за социјална заштита.

Активности на министерствата и разни институции поврзани со старите луѓе и нивните потреби:

Министерството за култура, во рамките на Годишната Програма за финансирање проекти од национален карактер во културата, секоја година, а и во 2017, ќе поддржи проекти од повеќе здруженија на пензионери. Исто така, овозможува посета на културни настани со попусти на билети од 50% за пензионери.

Министерството за здравство во текот на 2016 година ги спроведе следните активности: Патронажни тимови веќе неколку години вршат посета на стари лица. Од крајот на 2015 година досега посетени се околу 31.000 стари лица. За време на посетите, освен здравствена грижа, се пружа и нега на старите лица. Проектот „Рурален доктор" се спроведува континуирано, со цел опфаќање на малите населени места–села во кои има мал број население, претежно старо. Во ЈЗУ Геронтолошки завод „13 Ноември" само 2016, ставени се во функција нови 40 болнички постели во Одделот за геријатрија, за пациентите со хронични болести. Од октомври 2015 година воспоставен е проектот „Домашна визита" со кој преку поливалентните патронажни сестри од здравствени домови реализирани се 110.000 посети во домовите на стари лица. Од 2013 година секоја година се донесува Програма за обезбедување средства за болничко лекување без наплата на партиципација за пензионери во Република Македонија со која Програма се обезбедува грижа во чување, следење и унапредувањето на здравјето на пензионерите и старите лица.

Министерството за транспорт и врски, за подобрување на достапноста до превоз за старите лица за рурални и урбани средини и намалување на трошоците за превоз, со кои значително ќе се подобри мобилноста на граѓаните и искористеноста на возните средства во железничкиот сообраќај, воведе бесплатно патување на стари лица (жени – 62 години и мажи – 64 години) секој втор викенд во месецот (петок, сабота и недела) со железнички патнички превоз, на повеќе релации низ Р.М., и продажба на билети за повеќе патувања (10 патувања) кои важат за еден календарски месец со попуст од 30% од редовната возна цена за релација и класа одредена од страна на патникот за патнички воз.

Сојузот на здруженијата на пензионери на Македонија, активно работеше и во 2016 година на Реализација на Националната стратегија**.** Сите активности главно беа поврзани со големиот пензионерски јубилеј 70 години од пензионерското организирање во Македонија. Беше одржана Свечана академија и беа доделени признанија и плакети и др. Сојузот секоја година одржува фолклорни ревии и издава Билтен на кој пензионерите го чуваат културното богатство на земјата, но и обичаите и идентитетот на сите кои живеат во земјата и со песна и игра си ги разубавуваат пензионерските денови. Исто така секоја година веќе 22 години се одржуваат спортски натпревари на кои пензионерите спортуваат и си го подобруваат здравјето и физичката кондиција. СЗПМ го поддржува и пензионерското издаваштво и творештво од секаков вид. Во рамките на активностите на СЗПМ се реализираат и други проекти како што е Проектот „Пензионерска социјална карта", проектот „Волонтерство во Здруженијата", Унапредување на работата на Одборот на Регистрираната организација за солидарен фонд и членарина; Отварање дневни центри и клубови за престој на пензионери во соработка со Црвениот Крст и локалните самоуправи; Се организираат работилници во соработка со ФЗОМ; Се организираат средби на зелено во: Ореовица, Еленец, Лесново, Дојран, Кочани и други места на кои присуствуваат голем број пензионери; Покренува интензивна соработка со владини и локални претставници за создавање услови за изградба на домови за стари лица, и домови за пензионери на државно и регионално ниво; Учествува веќе 16 години на меѓународниот фестивал за трето животно доба во Љубљана, Република Словенија; Поддржува организирање на разни културни манифестации, драмски претстави, литературни вечери и промоции, изложби и слично;

Црвениот крст на Република Македонија и во 2016 година како и неколку години наназад, континуирано врши имплементација на проектот „Грижа за стари лица во домашни услови". Целта на овој проект е подобрувањето на условите за живот на стари лица во вонинституционални форми на згрижување. Проектот е имплементиран во шест општини и тоа во Скопје, Крива Паланка, Велес, Дебар, Кичево и Струга. Со проектните активности се опфатени стари лица постари од 65 години, кои живеат сами и се изнемоштени. Од месец февруари 2016 година започна со имплементација регионалниот проект „Преземање на активности за социјална вклученост на старите лица", финансиран од Европската Унија.

Можеби некој ќе рече дека сето ова не е доволно и треба да се направи уште. Да, секогаш може и треба да биде подобро, но постигнувањата за соодветен животен стандард во староста е под директно влијание на степенот до кој се очекува да достигне стандардот на целокупното население на земјата. Така е и кај нас!

подготвила Калина С. Андонова

Промоција на Монографијата „Пензионерски активности за почит“ по повод 70 години пензионерско организирање во Македонија

Неизбришлива историска трага за пензионерското дејствување

На 20 април 2017 година се одржа промоција на Монографијата на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија по повод 70 години од пензионерското организирање во

земјата „Пензионерски активности за почит“ од авторите: Драги Аргировски, Станка Трајкова, Калина С. Андонова, Илија Глигоров и Мендо Димовски. Во преполната сала во која присуствуваа речиси сите претседатели на здруженијата членки на Сојузот, Издавачкиот

совет и други гости, главниот уредник и еден од авторите на Монографијата **Драги Аргировски** во кратки црти го образложи патот по кој се дојде до создавање на овој значаен документ, дело кое ќе остави трајна трага во историјата на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија за пензионерските активности и постигнувања во изминатите седумдесет години.

– Создавањето на ова дело е резултат на желбата и одлуката на сите органи и тела на СЗПМ, од Организациониот одбор за одбележување на големиот јубилеј, 70 години пензионерско организирање во Македонија, преку Извршниот одбор и Собранието на Сојузот. За реализација на Монографијата вложен е голем труд. Таа има 200 страници и преку 470 фотографии, многу документи, факсимили и друго. Користени се службени весници, 21 билтен за регионалните и републичките пензионерски спортски натпревари, 14 билтени за регионалните и републичките ревии на песни, музика и игри, 103 весници „Пензионер плус“, 60–тина примероци на прилогот „Пензионерски видици“ во весникот „Нова Македонија“, страници од весникот на албански јазик „КОХА“ други весници, документи, прилози и записници, информатори и разни архивски материјали. Работата беше макотрпна, истражувачка и комплексна. Тоа беше констатирано и на проширената седница на Издавачкиот совет на Монографијата при што во електронска форма беше презентирана компјутерската подготовка на целата монографија со коментар на содржината на сите 10 делови. По завршување на презентацијата имаше дискусија во која се вклучија сите присутни членови на Издавачкиот совет: Бесник Поцеста, Салтир Каровски, Илија Адамоски, Душан Ристоски, Спирко Николовски, Ѓорге Андонов, Веле Алексоски и Баки Бакиу. Од дискусиите општ заклучок беше дека Монографијата одлично е сработена и изобилува со голем број податоци. Текстовите обмислено се илустрирани со фотографии и документи. Дискутантите имаа само пофални зборови за содржината, за ликовното обликување и дизајнот. Дискусијата заврши со изреката: зборовите летаат, само напишаното останува, што е голема и точна вистина! Се донесе одлука да се печатат 300 примероци на македонски јазик за што се обезбедени средства од спонзори за таа намена. Планирано е печатење и на околу 100 примероци на албански јазик, за што се остварени разговори со Фондацијата „Албиз“ од Скопје и се очекуваат позитивни резултати, – истакна Аргировски.

На свечената промоција на Монографијата „Пензионерски активности за почит“ во големата сала на ССМ за значењето на ова историско публицистичко дело говореше рецензентот Александар Димковски, главен и одго-

ворен уредник на весникот „Нова Македонија“. Срдечно поздравен од присутните тој истакна:

– Со посебно задоволство и одговорност ја прифатив понудата да бидам рецензент на Монографијата „Пензионерски активности за почит”, што излегува по повод 70 години од пензионерското организирање во Република Македонија. Предизвикот е дотолку поголем што станува збор за оценка на дело на најголемата по бројност организација во државата и веројатно највлијателната непартиска, невладина и мултиетничка организација која во 2016 година го одбележа својот голем 7–децениски јубилеј.

Како главен и одговорен уредник на првиот македонски дневен весник „Нова Македонија“ кој директно повеќе од една деценија соработува со Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија преку издавање на месечниот прилог „Пензионерски видици“ но и професионално следејќи ги сите нивни активности, првично сметав дека рецензијата ќе биде главно рутинска задача. Но, по препрочитувањето на првите страници и запознавањето со поглавјата и содржината, сфатив дека пред мене е обемна, но благородна обврска – да се проникне во суштината на нешто што претставува неизбришлива историска трага и печат. Читајќи ги страниците на Монографијата пред вас се отвора хоризонт на непроценливо богатство од податоци. Како своевиден музеј на значајни артефакти, во ова дело се опфатени и подредени сите значајни настани од почетоците во 1946 година, кога биле регистрирани околу 2 600 пензионери, па до денес кога Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија брои над 250.000 членови.

Пред да се осврнам подетално на секое поглавје, би сакал да истакнам дека всушност станува збор за стручна монографија во која се остварени сите параметри за едно вакво дело. Тука мислам на користење релевантни, непристрасни извори на податоци и информации при обработка на содржините, а секоја тема се карактеризира со оригиналност, содржајност, исцрпност и вистинитост, додека пак квалитетот на насловите, рубриките, подрубриките, како и на фотографиите и илустрациите е на високо професионално ниво.

Голем број историски настани, подзаборавени и пожолтени страници од минатото, сега повторно оживуваат пред читателите преточени во оваа монографија. Затоа, со полно право може да се констатира дека со ова дело нејзините творци ја испишуваат не само својата животна историја, туку и генезата и историјата на пензионерското организирање во државата. На овој начин им се остава на идните генерации едно непроценливо дело – богатство и база на податоци и непобитни факти, собрани и систематизирани на едно место.

Структурално Монографијата „Пензионерски активности за почит” е поделена во 10 поглавја.

Во **првиот дел,** на почетокот, поместен е најголемиот настан – доделената награда на СЗПМ „Повелба на Република Македонија“ од страна на претседателот на државата проф. д–р Ѓорге Иванов. Сосема логично и оправдано е на почетокот од книгата да се најде највисокото државно одликување, кое на пензионерите им се доделува за нивниот придонес во развојот и изградбата на нашата земја, но и за активностите, за нивната сплотеност, заедништво кои можат да им служат за пример на сите во државата!

Во **вториот дел** се презентирани почетоците или првите две децении од развојот на пензионерското организирање, со детални хронолошки прегледи на законските акти и уредби со кои

започнало и се востановило правото на пензионерско и социјално осигурување.

Во **третиот дел** се набележани сите најзначајни активности и резултати, како и Правниот статус, организацијата и делокругот на задачите. Солидарноста на пензионерите секогаш била позитивна карактеристика.

Чтвртиот дел е посветен на меѓународната соработка на СЗПМ. И во овој дел како и низ другите поглавја ќе се наиде на уникатни, но истовремено и фасцинантни сознанија. Даден е и детален преглед на пензионерските асоцијации од други држави со кои СЗПМ има воспоставено соработка. Низ сите овие активности СЗПМ се реализира и во една сосема друга улога – како успешен промотор и амбасадор на Македонија во опкружувањето, во Европа и пошироко.

Петтиот дел е посветен на меѓугенерациското дружење. Она што треба да се истакне во овој дел е феноменот на генерациска сплотеност и обединетост што е карактеристично за сите манифестации кои ги организира СЗПМ. На многу од нивните настани се присутни припадници од сите генерации. Тие се на пикниците во природа, а на орото има и стари и средовечни и млади и дечиња. Кога оваа генерациска сплотеност ќе се поврзе со соживотот и мултиетничката толеранција, што е одлика на СЗПМ, добивате еден успешен концепт кој само треба да се преслика во поимањето на политиката и на живеењето воопшто.

Шестиот дел носи наслов: „Пензионерите верни чувари на културното богатство на Република Македонија“ И ова е една голема вистина. Во ера на глобализација и силен наплив на надворешни влијанија во сите сфери, како и во културата, музиката и уметноста, пензионерите не се само чувари на нашето културно богатство, туку и негови автентични пренесувачи на помладите. Ревиите на песни, музика и игри се традиционална и препознатлива манифестација. Пензионерите се активни и на многу други полиња. Низ сето тоа има една заедничка нишка – чувањето на изворот, патриотизмот, љубовта кон татковината, идентитетот и традицијата, за што не можеме, а да не им бидеме благодарни.

Седмиот дел е посветен на спортот и спортските активности во третата доба. Од одбраните текстови во ова поглавје може да се види дека и на овој план се постигнати високи резултати. Спортската пензионерска олимпијада во 2015 година, се одржа по 20–ти пат и прерасна во голем настан тргнувајќи од фактот дека спортувањето во поодминати години од животот овозможува да се одржува физичката и

интелектуалната функција на човековиот организам и да се создава во здраво тело, здрав дух.

Во **осмиот дел** е обработен сегментот за информирањето на пензионерите, како една од приоритетните активности на СЗПМ. Почетоците биле во далечната 1952 година, кога Здружението на пензионерите на Народна Република Македонија започнало да има своја страница во рамките на веќе постојниот весник на српските пензионери. Подоцна на 31 март 1967 македонските пензионери создале и свој весник „Наш ЗБОР“ Од историска гледна точка, кога е во прашање информирањето, многу значајно е што на 28 јануари 2005 година, во „Нова Македонија“ излегува првиот број на заедничкиот прилог „Пензионерски видици“ што претставува и прв светол зрак во разбивањето на дотогашниот информативен мрак на пензионерската проблематика во Македонија, прилог кој излегува и денес и постојано добива на популарност и читаност. Од 25 јули 2008 година, започнува да излегува и весникот на СЗПМ „Пензионер плус“ кој станува лидер и репер за пензионерско информирање на Балканот, на Југоисточна Европа и пошироко. Тука е и веб–страницата и електронското издание на весникот. Во 2011 година, е воведена страница за пензионерите во весникот на албански јазик „Коха“ што е уште еден придонес кон меѓуетничката толеранција, меѓусебното почитување и соживот – што е одлика на СЗПМ. Сојузот има и широко развиена дописничка мрежа каква што посакуваат многу медиуми и која заедно со секторот за информирање и уредувачкиот тим во СЗПМ се одликуваат со висока професионалност. Кога станува збор за информирањето би го издвоил клучното мото на СЗПМ кое гласи: **Само информиран пензионер е добар за себе, за општеството и за сојузот.** На ова нема што да се додаде или одземе.

Деветтиот дел на Монографијата е посветен на доделените награди и признанија по повод јубилејот 70 години од пензионерското организирање, а во последното **Десетто** поглавје се претставени 53–те здруженија, членки на Сојузот, кои пулсираат во ритамот на напредокот, успехот и многубројните активности на СЗПМ во целата држава.

Значи, Монографијата „Пензионерски активности за почит” е значајно дело богато со разновидни содржини кои даваат детален и објективен приказ за пензионерското организирање, дејствување и постигнати резултати во изминатите седум децении. Поглавјата се обработени аналитички и изобилуваат со факти и аргументи, задржувајќи го вниманието на читателот; притоа покрај информативност нудат и занимливост и едукативност. Иако делото во добар дел обработува историски и фактографски податоци за активностите на пензионерите и нивното организирање, тоа несомнено во себе носи и визија за иднината. Тоа е така, затоа што меморијата не е само бележење и присетување на одредени етапи и настани од историјата, туку таа претставува и основа за толкување и предвидување на иднината. Ваквиот квалитет би го именувал – додадена вредност на Монографијата. Истовремено во актуелните општествено–политички услови на опстојување се покажува дека токму концептот и моделот на разбирање и дејствување на СЗПМ има смисла и дава резултати. Монографијата е само уште еден показател за тоа.

Подготви К. С. Андонова

ЗП Куманово

Усвоени значајни документи за работа

На дневен ред на седницата на Собранието на ЗП Куманово, одржана во средината на март 2017 година, во фокусот на вниманието на членовите се најдоа: измените и дополнувањата на Статутот на Здружението, Годишната сметка, Солидарниот фонд за 2016 година, како и Проектот „Во посета со добра намера“.

На донесувањето на Статутот му претходеше широка расправа, почнувајќи од Одборот за статут и правни прашања, потоа во пензионерските ограноци и Извршниот одбор. Само на собирите на пензионерите беа дадени над 50 предлози за подобрување на одделни одредби, – беше речено во образложението на претседателот на Здружението **Спирко Николовски**. За деакумулација на раководните функции се утврдува посебна функција претседател на Собранието, а претседателот на Извршниот одбор ја задржува претставничката улога на претседател на Здружението.

Со измените се предвидува бројот на ограноците да се намали на 25, Собранието да го сочинуваат 35 наместо 51 член, Извршниот одбор од 15 да има 11 членови, одборите и комисиите да се состојат од по три члена. Овие измени ќе придонесат за поекономично и рационално работење. Според проценките, годишно се предвидува да се заштедат над 130.000 денари, што ќе бидат наменети за најфункционалните потреби на пензионерите.

Посебно внимание беше посветено на Годишната сметка за остварените приходи и извршените расходи на Здружението и на Солидарниот фонд за 2016 година. По образложението на **Снежана Андова**, претседател на Надзорниот одбор, беше укажано дека две третини од вкупно остварените приходи се искористени за најфункционалните потреби на пензионерите. Како резултат на економичното и домаќинско работење, на крајот на 2016 година е прикажан остатокот од 394.862 денари кај Здружението, односно 179.675 денари кај Солидарниот фонд.

Собранието го прифати и предлогот на Комисијата за здравство и социјални прашања, да се пристапи кон поголема грижа за старите болни и изнемоштени пензионери со реализирање на Проектот „Во посета со добра намера“. Во образложението претседателот на Комисијата **Никола Костовски**, специјалист по интерна медицина, истакна дека овој потфат има хуманитарен аспект во кој ќе се вклучат пензионери волонтери даватели на услуги. Главни носители ќе бидат ограноците на пензионерите, зошто со нивните претседатели се планира да се одржи посебна работна седница на која ќе бидат разработени активностите што треба да ги практикуваат во своите средини.

С.Н.

ЗП Гази Баба

Резултати над очекувањата

Собранието на ЗП Гази Баба, на 24 март 2017 година одржа отчетна седница во ресторанот „Ханибал“ на која присуствуваа и членовите на Извршниот одбор, претседателите на месните разгранoци, претседателот на Статутарната комисија и членот на Надзорниот одбор при СЗПМ. Вниманието беше насочено кон разгледување и усвојување на Одлуката за годишната сметка, Извештајот на Надзорниот одбор и Извештајот за работата на органите и телата на ИО за 2016 година како и информација за одржување на спортските игри и ревијата на песни, музика и игри за 2017 година. Седницата ја водеше **Ана Ѓеорѓиева**, претседател на Собранието, која најпрво ги поздрави присутните и по усвојувањето на дневниот ред, во своето обраќање потенцираше дека активностите во 2016 година се одвивале според Статутот и Програмата за работа. По опсежната расправа и изнесените незначителни забелешки по овие значајни документи, истите едногласно беа усвоени.

Како во материјалите, така и во воведното излагање на претседателот на ЗП Гази Баба **Ѓорге Андонов**, беше подвлечено дека оваа година ги очекува широка палета активности посветени на јубилејното четириесет и пет годишно постоење на Здружението. Ќе има зголемени активности во повеќе области на дејствувањето. Што се однесува до Извештајот за 2016 година, здружението во целост ги остварило програмските обврски, но реализирало и други активности кои ги наметнало времето и потребите.

– Здружението направи напори Програмата за 2016 година да ја спроведе успешно и во целост. Дури имавме и повеќе активности од планираните, а и немаме неизвршени задачи. Во 2017 година приоритет се даде на пензионерскиот стандард и на други бројни активности. Најголем акцент беше ставен на работите кои се од битен интерес за сите пензионери, како што се: подобрување на животниот стандард, социјално–хуманитарната активност, на културно–забавните и спортско–рекреативните активности и на здравствената заштита на пензионерите, – рече Андонов.

Според финансискиот извештај, кој го образложи **Стојна Тодоровска**, може да се види дека се работело прописно и одговорно, што кажува дека може со поголема динамика да се продолжи во тековната година. Седницата на Собранието заврши со заклучок дека Здружението работело домаќински и наменски ги трошело средствата во согласност со Статутот и позитивните законски прописи.

В. Пачемски

ЗП Илинден

Сработено повеќе од очекуваното

За работењето на Здружението Илинден во 2016 година, опширно и конструктивно се расправаше на седницата на Собранието, која се одржа на 4–ти април 2017 година во салата на Домот на културата во село Марино. На седницата, покрај членовите на Собранието, присуствуваа и членовите на Извршниот одбор, претседателите на разгранoците и претседателот на Надзорниот одбор. Позитивен биланс, постигнати добри резултати и реализирани, дури и натфрлени задачи, – беше констатирано на седницата со која раководеше претседателот **Васе Ѓорѓиевски**. Тој најпрво ги поздрави присутните и по усвојување на обемниот дневен ред, поднесе воведно излагање за работата во минатата година.

Извештајот за работата на органите и телата на здружението за 2016 година, оперативната програма за 2017 година, годишната завршна сметка, извештајот на Надзорниот одбор и извештајот за набавка на огревно дрво, беа главните точки за разгледување на седницата. Притоа, беше нагласено, дека завршната сметка, која ја образложи сметководителот, е изработена и усогласена според законските прописи, без финансиско–материјални неправилности, што се потврдува и од извештајот на Надзорниот одбор. Според Завршната сметка, трошењето на средствата е правилно и наменски, а билансот на расходите е во рамките на планираните средства од Финансискиот план. Расправата беше конструктивна и резултираше со усвојување на понудените документи.

– Програмските активности за минатата година целосно ги реализиравме, дури е сработено повеќе. Имавме бројни активности на социјален, културен и спортски план, а и посета на знчајни културно–историски знаменитости. За годинава, во програмата за работа главно место се дава на социјалата, на бањско–климатската и спортска рекреација, на ревиите и друго – истакна **Благоје Атанасовски**, претседател на ИО на Здружението.

Седницата помина во конструктивна расправа и едногласно беше заклучено дека Здружението во сите области покажува подем во квалитетот на работата и постигнува забележителни успеси.

Васил Пачемски

ЗП Тафталиџе ДДД – Скопје

Домаќинско работење

Извештајот за работа на органите и телата на Здружението, финансискиот извештај за остварување на финансискиот план за 2016 година и извештајот на Надзорниот одбор со одлуката за усвојување на Годишната сметка за 2016 година на Здружението на пензионери Тафталиџе ДДД – Скопје беа главни точки на дневниот ред на седмата отчетна седница на Собранието, што се одржа на 30.03.2017 година. Со седницата раководеше претседателот на Собранието **Слободанка Исијановска**.

По широката и конструктивна расправа и изнесените забелешки овие значајни документи едногласно беа усвоени.

Во своето воведно излагање претседателот на Здружението и на Извршниот одбор, **Димитрије Димовски** истакна дека во минатата година се остварени позитивни финансиски резултати, што придонесе за поуспешно реализирање на зацртаните програмски активности. Се заклучи дека за оваа цел треба да се отвори расправа на Извршниот одбор, пред комисиите и ограноците на Здружението, за и понатаму така да се продолжи со домаќинско и економично работење.

Во извештајниот период Собранието на Здружението како највисок орган, лани одржало четири седници. Извршниот одбор како колективен одбор во овој период одржал 16 седници. И покрај просторните услови ограноците во основа ги извршуваат поставените задачи и активности.

На седницата на Собранието покрај членовите на Здружението беа присутни гости од ЗП Гостивар, ЗП Тетово, ЗП Сарај, ЗП Ѓорче Петров, ЗП Солидност – Аеродром и ЗП Бутел, кои исто така учествуваа со свои дискусии, кои го нагласија позитивното финансиско работење на Здружението, како и ангажирањето на сите членови од Здружението кои му посакаа успеси во работењето на Здружението.

На крајот на седницата, Собранието ја усвои Одлуката за измена на Деловникот за работа на Собранието на пензионерите Тафталиџе ДДД – Скопје.

Симеон Билински

ЗП Дебар и Центар Жупа

Пример за соживот и толеранција

Во текот на минатата година Здружението на пензионерите Дебар и Центар Жупа имаше бројни активности во интерес на лицата од третото доба. Здружението беше учесник на сите локални, регионални и републички средби на пензионерите и притоа имаше мошне добри успеси. Преку бројните активности на ова здружение со над 2 илјади членови во општините Дебар и Центар Жупа, се придонесуваше во остварувањето на потребите на пензионерите и подобрувањето на здравјето и животот на сите припадници. Ова, покрај другото, беше посочено во Извештајот за работата во 2016 година, за кој се расправаше на неодамнешната седница на Собранието на ЗП Дебар и Центар Жупа.

Во својот поздравен збор претседателот на здружението **Џавит Карпузи** истакна дека здружението во минатата година постигнало мошне добри успеси на сите полиња. Според него членовите на здружението се мошне задоволни од активностите кои се во нивен интерес, како што се проектите за зголемување на пензиите, бесплатната бањска рекреација, бесплатни викенди и други благодати што им ги овозможува СЗПМ како најмасовна организација во Република Македонија.

Во својот поздравен збор претседателот на Собранието на СЗПМ **Бесник Поцеста** рече дека здружението на Дебар и Центар Жупа е едно од најактивните во земјава. Тој додаде дека бројни активности се остваруваат во интерес на лицата од третата доба. Особено потенцираше дека во ова здружение посебно се негува соживотот и меѓусебната толеранција, што може да служи за пример на другите здруженија. Имајќи предвид дека пензионерите од двете општини се од различни етнички заедници и луѓе од повеќе вери, документацијата и написите се на јазиците кои се говорат. Главните документи кои се усвојуваат на седниците на здружението се на македонски и на албански јазик и тоа не создава никакви проблеми.

Собрание едногласно ги усвои Извештајот за работата во 2016 година и Програмата за работа во 2017 година, во која се нагласува дека Здружението ќе продолжи со планираните активности и проекти кои се во интерес на членството.

Вјолца Садику

ЗП Свети Николе

Усвоена програмата и Финансовиот план за 2017 г.

Собрание на ЗП Свети Николе одржа седница и ја донесе Програмата за работа за 2017 година во која се предвидени голем број активности на телата и органите на здружението. Во своето излагање претседателот **Никола Атанасов** ги потенцираше приоритетите за работа на Здружението за 2017 година.

– Нашето здружение и Локалната самоуправа на чело со првиот човек на општината Зоран Тасев договори реализација на проект во 2017 година за кој се потребни околу 320.000 денари, од кои 30% е учество на здружението, а останатите средства ги обезбедува општината, сретства кои се веќе одобрени во буџетот. Со проектот е предвидено да се сменат старите прозорци во Клубот со нови ПВЦ, да се стават нови подни плочки од 170 м.квадратни и друго. Со овој заеднички проект ќе се подобрат условите за дневен престој на околу 60 пензионери кои секој ден своето слободно време го поминуваат во клубот дружејќи се, играјќи карти, шах, табла, домино со кафе и сок.

Вториот заеднички проект на здружението и локалната самоуправа за оваа година, се однесува на пензионерите во ограноци во селата Горобинци и Ерџелија. Предвидено е да се пуштат две автобуски линии до селата со бесплатен превоз кога е пазарниот ден во Свети Николе.

И оваа година, во соработка со Комисија за хуманитарна помош, ќе поделиме пакети на социјално загрозени пензионери. Со Црвениот крст е предвидено да се организираат прегледи, мерење на крвниот притисок и мерење на шеќер во крвта. Со финансовиот план се планирани средства за партиципација за бањско лекување на пензионерит во Негорски бањи. Направени се договори за набавка на 4.000 м3 огревно дрво за пензионерите на Здружението, со отплата на седум рати. Минатата година Здружението со свои средства од 250.000 денари реновираше: четири канцелари, мала сала, кујна и санитарен чвор Направена е нова настрешница, а терасата е поплочана со нови плочки. Во канцелариите е ставен ламинат, варосано е и поставени се нови светилки. Здружението и понатаму ќе се грижи за своите членови со цел да им биде обезбедено уште поактивно и посреќно стареење, истакна на седницата претседателот Атанасов.

Вукица Петрушева

ЗП Штип

Преименување на здружението

ЗП Штип и Карбинци на седницата на 02.03.2017 година расправаше по Извештајот за работата во 2016 година, при што претседателот **Александар Захариев** ги назначи активностите и резултати во областа на спортот, културата, хуманитарната активност и друго. Беше истакната и заложбата за квалитетно и навремено снабдување со дрва, за изнаоѓање решение за доградба на Пензионерскиот дом и активностите во клубовите. Потоа, Захариев се наврати и на успешната соработка со ФПИОМ, Црвениот крст, АРМ, МВР, медиумите, а посебно со СЗПМ и други ЗП.

Заменик претседателот на ИО **Коста Штериев** го истакна позитивното салдо на финансиското работење, додека претседателот на НО **Душан Јованов** кажа дека се работело според планот и програма. Потоа претседателот на Комисијата за стандард **Ленче Василева**, ги издвои одлуките за доделување средства, при што рече дека се удоволени 10 молби на болни, за социјална и помош, за бањски и други потреби на пензионерите. Претседателот на Комисијата за спорт **Димитар Папаров** ги нагласи активностите за претстојните регионални спортски игри во Штип, за кои се набавени потребните реквизити и опрема за учесниците. **Ѓорги Боризов**, претседател на Комисијата за култура го нагласи формирањето на Изворната група и нејзиниот настап на ТВ Сител, а информираше и за регионалните музички средби и многуте дружења и посети на културно–историски знаменитости. Претседателот на Комисијата за попис **Киро Маџунаров**, ја образложи работата на ова тело околу пописот. Комисијата за статутарни промени, како рече претседателот **Ване Денков,** изврши измени и дополнувања на Статутот кои ги усвои Собранието, според кои се донесе Одлука за преименување на Здружението – во ЗП Штип.

Цвета Спасикова

ЗП Македонски Брод

Планираното, реализирано

На седница на собранието на ЗП Македонски Брод беа усвоени Извештајот за работа за 2016 година, Извештајот на Надзорниот одбор, Завршната сметка за 2016 година, финансискиот план за 2017 година и Програмата за работа за 2017 година, како и измени и дополнувања на Статут.

По плодната дискусија се констатира дека планираното е реализирано и дека домаќински се работело. Извештаите едногласно беа усвоени. Програмата за работа на здружението ја образложи претседателот **Илија Лазески**. Во тековната 2017 година ќе се работи врз основа на донесената програма за периодот 2015 до 2018 година. Ќе се следи финансиската состојба на средствата: уплата на дневниот промет од работењето на Клубот на пензионери и исплатата од жиро–сметката, вирмански и готовински. Ќе се прати уплатата во Солидарниот фонд за брачните другари. Ќе се настојува да се подобри снабдувањето со лекови во ограноците. Се планира да се изврши реконструкција на дрвените скали во Клубот на пензионери во М. Брод, и нивна замена со бетонски, како и обнова на надворешната фасада. Ќе се организира еднодневна екскурзија во Република Македонија кон крајот на мај, со партиципација од 100 денари за превозот. ќе се учествува на регионалната ревија на песни, музика и игри и регионалните спортски натпревари во Југозападниот регион на РМ. Ќе се посетат ограноците за подобро информирање и поблиско запознавање со нивните проблеми. Продолжува добрата соработка со здруженијата и други важни институции во Републиката. По дискусијата Програмата за работа едногласно беше усвоена.

Д-р Милчо Тренкоски

ЗП Неготино

Усвоени важни документи

ЗП Неготино ја одржа својата редовна седница на Собранието на која беа разгледани следните материјали: Извештајот за работа на здружението за 2016 година, Завршната годишна сметка за 2016 година, Програмата за работа на Извршниот одбор, на Активот на пензионерки и на Комисиите за спорт и рекреација, на пејачката група „Распеани пензионери“, за 2017 година како и Финансискиот план за истата. Со седницата раководеше претседателот на ЗП Неготино **Петар Захарчев**. Во Програмата на Комисијата за спорт и рекреација беа наведени активностите предвидени за годината: учество на регионалните спортски натпревари, посета на повеќе знаменитости, цркви и манастири во земјата и во странство.

Во Програмата на групата „Распеани пензионери“ предвидени се повеќе гостувања во разни градови, учество на регионалната ревија на песни, музика и игри, и организирање на манифестацијата „Пензионерите пеат“ во Неготино.

Во Програмата на Активот на пензионерки предвидени се посети на стари и и изнемоштени лица, одбележување на верски празници, организирање на предавања и друго.

На седницата беше разгледана завршната сметка на здружението за 2016 година која ја елабориране претседателот Захарчев и кој меѓу другото рече дека годината завршила со позитивен резултат благодарение на мудрата и штедлива политика на раководството и на секој поединец, иако во 2016 година имало многу активности и инвестиции. Направени се зафати за уредување на пензионерскиот дом, адаптирани се подрумските простории во катче за вежбање и друго.

Сите документи едногласно беа усвоени.

И. Ешов

ЗП Ѓорче Петров

Резултатите очекувано позитивни

На 31 март 2017 година ЗП Ѓорче Петров, ја одржа својата петта седница на Собранието. На дневен ред на седницата беа три важни документи: Извештајот за работа на телата и органите на здружението и Финансовиот извештај за приходите и расходите во 2016, како и Финансискиот план за 2017 година во кој се содржани сите планирани активности во оваа година. Со седницата раководеше претседателот на Собранието на ЗП Ѓорче Петров, **Снежана Мирческа**.

Воведно излагање за активностите и резултатите во 2016 година имаше претседателот на Извршниот одбор и на здружението, **Методија Новковски**. Тој во своето излагање ги потенцираше резултатите од активностите кои биле преземени во изминатата година, а кои се поместени во Извештајот за работата на органите и телата на ЗП Ѓорче Петров во 2016 година. Ги истакна резултатите на хуманитарен план, учеството на здружението на ревиите на песни, музика и игри, спортските натпревари на регионално и државно ниво, работата на разграноците и клубовите, соработката со општината, СЗП на град Скопје, со СЗПМ, работата на Активот на пензионерките и друго, при што истакна дека истите се финансиски покриени според финансискиот извештај, а годишната сметка е со позитивен резултат. За финансискиот Извештај во 2016 година дискутираа и претседателот на НО **Јаким Блажевски** и претседателот на комисија за материјално – финансиско работење **Цветко Михајловски**. И двајцата во својата стручна и аналитична дискусија потенцираа дека во изминатата година се работело домаќински и според законите.

Во името на СЗПМ присутните ги поздрави **Калина С. Андонова** член на ИО на СЗПМ, при што истакна дека резултатите од активностите во 2016 година не се изненадување и не се случајни бидејќи ЗП Ѓорче Петров е едно од најактивните здруженија во градот, но и во рамките на СЗПМ со кој има одлична соработка и така треба да продолжи и во 2017 година. По дискусијата на повеќе членови на собранието сите три документи едногласно беа усвоени. На седницата присуствуваа и гости од ЗП Тетово, ЗП Тафталиџе и ЗП Сарај.

Љ. Ристов

ЗП Кичево

Усвоени новиот статут и годишната сметка

На годишната седница на Собранието на ЗП Кичево се распраше за работењето во минатата година и беше донесен нов статут, а беше усвоена завршната сметка за 2016 година. Седницата ја водеше претседателот **Мехмед Мехмети** кој ги поздрави учесниците и се заблагодари за досегашната успешна работа. Претседателот на Здружението **Лубомир Лукароски** меѓу другото истакна дека ова здружение веќе трета година по ред бележи позитивни резултати благодарение на успешната работа на сите членови и органи и тела, а истото во своето излагање го констатираше и книговодителката **Надица Анѓелеска**.

На седницата беше присутен и претседателот на СЗПМ **Драги Аргироски** кој ги поздрави присутните и со својата дискусија даде придонес кон успешната работа. Тој одговараше и на прашања, а зборуваше и за напорите што ги прави Сојузот за поголеми пензии, за целосна здравствена заштита и слично. Образложение по Предлог статутот даде секретарот на здружението **Добре Лазарески**, кој напомна дека истиот беше доставен до сите месни ограноици, од каде се добиени повеќе предлози за дополнувања. Претседателот на месниот огранок Чифлик **Слободан Богоески** го образложи предлогот за дополнување во врска со ограничувањето на мандатите во раководните тела – до два мандата и овој предлог беше прифатен и вграден во новиот статут. Конструктивна расправа се водеше и по Извештајот за работата во 2016 година и Програмата за работа во 2017 година, кои исто така, беа донесени и усвоени. Членот на ИО на СЗПМ **Душан Ристоски** накратко го запозна Собранието со работата и достигнувањата на Сојузот, во минатата јубилејна година. По истиот повод, во знак на признание за успешната работа на ЗП Кичево, СЗПМ на делегатот Душан Ристоски му додели плакета со гравура од каменот мост во Скопје.

А. Ристоска

ЗП Македонска Каменица

Позитивни програмски остварувања

На 23 март ЗП Македонска Каменица одржа отчетно-програмска седница на Собранието со која раководеше претседателот на здружението **Видан Коневски**. На седницата беа присутни и членови од комисиите на ЗП како и претставници на локалната самоуправа.

– Нашето здружение е меѓу најмалите во СЗПМ и броиме околу 1290 пензионери, но во остварувањето на програмите не заостанува зад другите. Финансиски сме сиромашни, но затоа сме богати со желба и љубов за работа. Креативноста на раководството и органите и телата на ЗП придонесоа да се реализираат сите планирани проекти, – истакна покрај другото претседателот Коневски.

Исто така, беше посочено дека ЗП Македонска Каменица е вклучено во сите проекти на СЗПМ и на истите членовите на здружението постигнуваат високи резултати.

Здружението е познато по проектот „Бабина баница“ во месноста Еленец – Цера, каде се дружат и над 7.000 пензионери.

На седницата позитивно беше оценета Одлуката за опремување посебен простор за шах во рамките на Клубот на пензионерите и Активот на пензионерки. За постигнатите резултати и добрата соработка со локалната самоуправа на ЗП Македонска Каменица и беше доделено признание од СЗПМ по повод минатогодишниот 70–годишен јубилеј, кое му беше врачено на претседателот Видан Коневски, како и на групата „Разиграни Пензионери“, а на градоначалникот Дарко Митевски му беше доделена Плакета. На крајот едногласно беа усвоени сите документи.

Павлина Ѓеорѓиева

ЗП Кратово

Донесени значајни документи и одлуки

На 30.03.2017 година се одржа редовна седница на Собранието на ЗП Кратово, на која беше разгледан и усвоен Извештајот за работа на здружението односно на Собранието, Надзорниот одбор и на работните тела и комисии за 2016 година, а беше разгледана и усвоена годишната завршната сметка на ЗП Кратово за 2016 година.

На истата седница се донесе и Програма за работа на здружението за 2017 година, како и финансиски план за 2017 година. Истовремено беше разгледан и календарот за спорт и рекреација и донесена одлука за реализација на активностите за 2017 година, а беа усвоени и сите одлуки на донесени меѓу двете седници на собранието на ЗП Кратово.

На седницата беше донесена одлука за реализација на регионалните ревија на песни, музика и игри која ќе се одржат во Кратово на 6 мај 2017 година, а на која ќе земат учество: ЗП Кратово, ЗП Центар, ЗП Солидарност – Аеродром, ЗП Чаир, ЗП Куманово и ЗП Крива Паланка. Истовремено беше избрана и комисија за реализација на овие активности во состав: Методија Мишевски, Манчо Апевски и Трифун Трајковски. На седницата на собранието се разгледа и записникот од комисијата за солидарност при ЗП Кратово и беше донесена соодветна одлука. Присутните членови на Собранието на ЗП Кратово беа запознаени и со активностите за склучување на договори и вршење на уплати за огревно дрво со шумско стопанство „Кратово“– Кратово.

Методија Мишевски

ЕКСКЛУЗИВНА ПОНУДА ЗА ПЕНЗИОНЕРИ
Безгрижно
чекориме кон иднината
Осигурување за целото семејство
Бидете носител на осигурувањето на било кој член од вашето потесно семејство.
Полиси на рати
10 еднакви рати без камата, со административна забрана на пензијата.
Голем број осигурителни продукти
Осигурување од автомобилска одговорност, зелен картон, каско-осигурување на моторни возила, домаќинско осигурување, како и останати имотни осигурувања според вашите потреби.
Продажна мрежа
Полисите можете да ги купите само во подружниците на Сава Осигурување и експозитурите на НЛБ Тутунска Банка.
Едноставна процедура
Дојдете во некоја од продажните локации, со себе носете чек од пензијата и лична карта, а потоа потпишете ја полисата со пропратната документација.
Сите останати процедури се обврска на Сава осигурување и Фондот на ПИОМ.
Партнери:
www.piom.com.mk
www.szpm.org.mk
SAVA OSIGURUVANJE

НЛБ Сребрен пакет
Вашата пензија
секогаш навреме
НЛБ Сребрен пакет
• Visa Electron дебитна картичка
• ПЕНЗИОНЕР+ Maestro картичка
• Зегин - НЛБ Банка картичка
• Кредитни картички
• Трајни налози
• Сребрен кредит за пензионери
• Депозити за пензионери
Поволности
• Пензија на првиот работен ден во месецот
• Плаќање на рати без камата во Зегин со НЛБ - Зегин кобрендираната картичка
• 3% Cash back во Веро маркетите за имателите на ПЕНЗИОНЕР+ картичката
• Осигурителни поволности за пензионери во соработка со Сава осигурување АД Скопје
NLB Banka
www.nlb.mk
Контакт центар: 02 / 15-600

ЗП Пробиштип

„Бабиниот зелник“ со нови содржини

Во предвечерјето на пролетта на 18–ти март 2017 година во Пробиштип се одржа манифестацијата „Зелникот на баба“ која стана препознатлив белег за градот и општината. Започна скромно пред повеќе години, како општинска хуманитарна манифестација, но истата предизвика многу интерес кај соседните општини и пошироко. Најчести учесници на истата беа преставнички од пензионерските здруженија и многу невладини организации. Така се одлучи, наредната година втората манифестација да поприми Републички карактер. Оттогаш секоја година бројот на учесниците растеше, а годинава достигна кулминација.

Скоро 200 учеснички со над 250 зелници и многу други производи од тесто се трудеа да имаат што побогата маса, да изложат што повеќе зелници, баници, мазници, тиганици и други специјалитети карактеристични за општината од која доаѓаат.

Годинава на „Зелникот на баба” учествуваа 18 општини од Македонија од кои 14 пензионерски здруженија и тоа Куманово, Крива Паланка, Кратово, Злетово, Штип, Радовиш, Македонска Каменица, Свети Николе, Ново село, Неготино, Велес, Кочани, Лозово, и ЗП од градот домаќин Пробиштип. Од зелниците подготевени од околу 200 учесници се засладуваа над илјада гости посетители и домаќини. Се воодушевуваа од вкусните традиционални специјалитети на нашите баби – пензионерки и желбата на помладите да ја совладаат вештината на сукање. Се воодушевуваа од богатиот колорит на старите изворни носии и од убаво аранжираните маси.

Имајќи го во предвид големиот интерес за учество на оваа единствена од ваков вид манифестација во Републиката, организаторот во случајов општината Пробиштип воведе нови содржини со цел настанот да биде што поинтересен не само за учесничките туку и за посетителите. Една од новините беше прогласувањето на најубаво аранжирана етно–маса со што ќе се поттикне креативноста во убаво аранжирање. Мошне интересна новина беше и натпреварот во брзо сукање за кое беа пријавени пензионерки од неколку општини.

И она што беше најинтересно годинава „Зелникот на баба“ доби и Меѓународен карактер со учество на пензионери од соседна Бугарија.

Инаку, зелник се сукаше на лице место и се печеше под вршник. Вредните пензионерки од КУД „Весели пензионери” при ЗП Пробиштип, Славица Петрова и Жана Панова за неполн час ги усукаа и испекоа под вршник зелниците за кои имаше голем интерес да се купат. Епитетот најубаво аранжирана етно маса го понесоа учесничките од Велес, а за најбрза учесничка во сукање беше прогласена Нада Анѓеловска, пензионерка од Пробиштип која за триесетина минути успеа да усука зелник од девет кори.

Собраните средства од продадените зелници и други изработки од тесто се наменети за хуманитарни цели. Додека траеше продажбата на зелниците сукањето на лице место и печење под вршник, натпреварот во брзо сукање и другите содржини паралелно течеше и културно забавниот дел во кој учествуваа членовите на КУД „Весели Пензионери“, КУД „Злетовски рудар” и фолклорната група од Злетово, а сето тоа зачинето со прекрасниот глас на фолк пејачката Блага Петреска. Дружењето продолжи во пријатниот амбиент во хотелот „Сан Нико” во Пробиштип со звуците на групата „Еуфорија“. Овде на сите учесници во манифестацијата од име на општина Пробиштип, **Радослав Илиевски**, раководител на одделението за јавни дејности им врачи благодарници за учество во манифестацијата „Зелникот на баба 2017“.

М. Здравковска

Комисија за меѓугенерациска соработка и соживот при СЗПМ

Негување на духот на мултикултурно живеење

За меѓугенерациска соработка и соживот низ активностите на СЗПМ неодамна расправаше Комисијата при Сојузот што го носи токму овој атрибут. По отворањето на седницата од претседателот на Комисијата **Шабан Азизи,** во своето излагање претседателот на СЗПМ **Драги Аргировски** ги назначи успесите од аспект на меѓугенерациската соработка и придонесот кон развивањето и негувањето на соживотот во рамките на Сојузот.

– Резултатите на СЗПМ токму во годината на јубилејното одбележување на 70 години од пензионерското организирање во Македонија, навистина беа забележителни и за почит, во што голем придонес имаше меѓугенерациската соработка и негувањето на духот на соживотот на сите нивоа и во сите области и активности. Тоа се потврди и на многуте средби и манифестасции, па и на меѓуетничките во Тетово, Пелинце, Липково и на другите, кога сите во еден глас заедно пееја, играа оро и се дружеа Македонци, Албанци, Роми, Власи, Срби и сите други припадници на етничките заедници кои живеат на овие простори, – со посебно чувство и задоволство нагласи Аргировски.

Потпретседателот на ИО на СЗПМ, **Салтир Каровски**, активностите на Комисијата ги доведе во корелација со остварувањето на целите и задачите на Сојузот на планот на меѓугенерациската, меѓуетничката и меѓурелигиската соработка и соживот. Во тој контекст дискутираше и **Хуљуси Салиу** од Куманово, кој рече дека воведувањето на оваа комисија е голема визија на раководството, а нејзиното значење се потврди со постигнувањето успеси во градењето и негувањето на мултиетничкото и мултикултурно живеење, чија интенција е живеење еден со друг, а не еден покрај друг.

Пртетседателот на Собранието на СЗПМ **Бесник Поцеста** постигнувањата во 2016 година ги оцени како мошне големи и поради успехот во организирањето и развивањето на мултикултурното и мултиетничко живеење, при што посочи дека на тој план минатата година не е регистриран ниту еден ексцес, ниту едно недоразбирање и спротивставување врз меѓуетничка основа.

Од аспект на негувањето и развивањето на меѓугенерациската соработка и соживотот, како компонента на мултикултурното живеење во нашата држава, дискутираше и секретарот на ИО на СЗПМ **Станка Трајкова,** а мошне конструктивни дискусии и предлози за унапредување на работата и зајакнување на соживотот во рамките на СЗПМ имаа и членовите на Комисијата: **Благоја Арсиќ, Лилјана Атанасовска, Лилјана Источка, Ариф Бекир** и **Петар Захарчев.**

Во завршните согледувања на Комисијата беше нагласена потребата за уште поинтензивна работа и иницијативност во реализацијата на содржините во областа на соживотот и мултиетничката и меѓугенерациска соработка првенствено низ програмските активности и другите манифестации кои се практикуваат во пензионерската организација.

Мендо Димовски

Велигденски празнувања

По повод Велигденските празници, членови од ИО на ЗП Лозово, посетија болни и немоќни пензионери во нивните домови и им го честитаа празникот со кошница велигденски јајца, што сами ги подготвија.

По повод Велигденските празници, преставници на раководството на ЗП Охрид и Дебрца, посетија стари и изнемоштени пензионери во нивните домови, од подрачјето на Горна, Средна и Долна Дебрца. Посетата беше на предлог на претседателот на Месниот огранок за подрачјето на Дебрца, Нове Тодороски од Лактиње, заменик претседателот Кире Попоски од село Лешани и членот на огранокот за ова подрачје Јонка Јоноска од село Велмеј. Целта на оваа активност беше да се посетат и да се поразговара со осамените пензионери од ова подрачје и да им се покаже дека не се сами, дека ЗП Охрид и Дебрца води грижа за нив во рамките на можностите.

Членки од Активот на пензионерки при ЗП Прилеп на Трет ден Велигден го посетија домот за стари лица „Киро Крстески – Платник“ при што на станарите им подарија велигденски јајца и колачиња. На свеченото дружење најпрво ги поздрави и им го честита празникот во име на Активот, Панде Ристеска. Велигденските празници им ги честиташе и директорката на Домот, Ирена Локвенец.

Со „Христос Воскресна“ претседателката Митра Ѓоргоска ги поздрави членките на Активот на пензионерки и другите присутни гости при ЗП Кисела Вода, огранок 11 Октомври – згради, на заедничкото прославување на големиот празник Христовото Воскресение – Велигден, на кое присуствуваше

и Станка Трајкова секретар на ИО на СЗПМ. На дружењето се избра и најубаво црвено велигденско јајце.

Активот на пензионерки при ЗП Кичево по повод Велигденските празници имаше заедничко дружење со жените од градот. По тој повод во црковниот храм Свети Петар и Павле се одржа традиционалната манифестација „Избираме најубаво велигденско јајце, најубава погача, торта и велигденски цртежи“, на која најмногубројни беа пензионерките со свои производи изложени под шифри. По прогласувањето на победничките во сите категории, сите експонати беа продадени, а собраните сретства ќе бидат наменети за изградба на новиот храм Свети Кирил и Методиј во Кичево.

М.М. К.С. К.Р. З.Т. А.Р.

Размислување

Клета да е

На релацијата возможност – способност – посветеност – омеѓен и неомеѓен оптимизам, по правило се испречува една дефинитивна, арогантна, непожелна, ретроградна појава што успева некогаш делумно, неретко и целосно да ги анулира светостите на умот и разумот до невиден очај, да нанесе пораз и изнудено повлекување од прагаматичната и визионерска мисија на надарената индивидуа што ја нема во изобилие за да можеме нечујно да ја прежалуваме.

Веднаш ќе ја разоткријам и ќе се обидам да ја разголам до гола кожа таа дефинитивност, да се види нејзината срамност и да биде анатемисана од секој добронамерник, од секој автентичен духовен читател во милионски број, што битисува на мајката Земја, И ќе речам – тоа е болеста, тоа е катилот што се окомил, што амбицирал да го има под себе патот на вредносното создавање. Таа е бесрамна, таа е нелогична и затоа сето лошо што го прави од нејзиниот аспект е оправдано. За неа ДА, за делото по кое посегнува со умисла да го оневозможи, НЕ. Затоа се промовира борба рамна, нерамна, моментална, трајна, секаква. Во крајна инстанца, отпор кон тоа најголемо зло со илјада АНТИ. Оружјето што се користи е разновидно. Медикаментите се само еден вид. Јачината на духот, хранет од значајноста на творбата, друг вид. Малку веројатна моќ на инаетењето со неа, трет вид.

Борбата продолжува. Да не се надева дека стравот од нејзините омрази ќе го надвладее творечкото сознание на човечкиот род, од најмало до најголемо достигнување. На тоа нејзино надевање се спротивставува со милениумски надмоќната човечка желба и потреба за опстојување и творење со сила, понекогаш посилна и од нејзината.

И така, неретко доаѓа радосна вест: со сила на волјата, со голем духовен имунитет, со животен мерак тој и тој, таа и таа, тоа и тоа, ја победиле болеста, продолжиле да живеат, продолжиле да творат, продолжиле да го продолжуваат родот. Само такви вести можат да ја изместат од универзалната лошотија со која вознемирува и кодира од искон севишниот род.

Клета да е!

Петар Шаламанов

ПЕНЗИОНЕР плус

Весник за сегашните и за идните пензионери

Издавач:
СЗПМ

Година X – број 105
април 2017 год.

БЕСПЛАТЕН МЕСЕЧЕН ВЕСНИК

Издавачки совет:

Драги Аргировски (претседател)
Бесник Поцеста
Салтир Каровски
Станка Трајкова
Гидо Бојчевски
Лена Семенакова
Павле Спасов
Д–р Веле Алексоски
Груица Манасиев
E-mail: argirovski@szpm.org.mk

Редакциски одбор:

Калина Сливовска - Андонова
главен и одговорен уредник;
Мендо Димовски,
заменик главен
и одговорен уредник;

Членови:
Цветанка Илиева
Баки Бакиу,
Спирко Николовски,
Вадије Зендељи
Димитар Чавдаров

Лектор:
Верица Тоциновска

Адреса:

СЗПМ Бул. „Кочо Рацин”
бр. 14 – Скопје
П.фах. 440

Телефон: 02 3223 710
тел–факс: 02 3128 390

Web: **www.szpm.org.mk**
E-mail: **vesnik@szpm.org.mk**

Компјутерска обработка:
Томе Ангеловски

Печати:
Графички центар Скопје

Ракописите и фотографиите не се враќаат.

Според Законот, за весникот се плаќа данок според посебна намалена даночна стапка.

Делегација на СЗПМ кај Министерот за одбрана

Плакета за Министерството за одбрана

Министерот за одбрана Зоран Јолевски по повод 70-годишниот јубилеј на пензионерската организација, на 5-ти април 2017 година прими делегација на Сојузот на здруженијата на пензионери на Македонија во состав: Драги Аргировски, претседател на СЗПМ, Салтир Каровски, потпретседател на ИО на СЗПМ и Мендо Димовски, претседател на Комисијата за културно-забавен живот. Притоа претседателот Аргировски го запозна министерот Јолевски со активностите и постигнувањата на најмасовната невладина, неполитичка и мултиетничка пензионерска организација, наедно заблагодарувајќи му се за досегашната успешна соработка и поддршката на Министерството за одбрана во остварувањето на програмските задачи на Сојузот, а во знак на признание и сеќавање на големиот јубилеј, му врачи Плакета на СЗПМ.

На средбата стана збор за збогатување и проширување на соработката во повеќе области и активности на пензионерската организација, што се во интерес на припадниците на третата животна доба. Посебно беше разгледана можноста за обезбедување простор за сместување на Здружението на воените пензионери во Домот на АРМ и давање помош на ова здружение, кое најнепосредно е поврзано со Министерството за одбрана и Армијата на Република Македонија.

Исто така, министерот за одбрана даде ветување дека позитивно ќе се решат барањата на СЗПМ во врска со бесплатното користење на конференциската сала во Домот на АРМ за Регионалната ревија на скопски здруженија на пензионери и Републичката ревија на песни, музика и игри, како и користење на Спортскиот центар на МО за одржување на регионалните спортски натпревари на пензионерите, на кои домаќин е Здружението на воените пензионери.

М.Д.

ЗП Охрид и Дебрца

Најдобра женска екипа во стрелаштво

На спортот и физичката култура во ЗП Охрид и Дебрца му се придава големо значење, од причини што активното стреење го продолжува животот на пензионерите. Познато е дека ЗП Охрид и Дебрца десетина години наназад е меѓу поуспешните спортски екипи на Републичките спортски натпревари, а последните шест години е најдобра спортска екипа која освои два пехари во трајна сопственост.

Во спортските екипни и поединечни дисциплини застапеноста на жените без малку е изедначена со мажите. Впрочем, тоа го потврдува и успешноста на жените во скоро сите спортски дисциплини, во кои настапуваат. Во некои дисциплини жените се дури подобри од мажите, а во некои пак, континуирано бележат одлични резултати.

Од екипните спортски дисциплини, женската екипа во стрелаштво, континуирано е најдобра и со најмногу освоени златни медали. Тие од трето место никогаш не биле во понизок ранг од постоењето на Републичките спортски натпревари, а на регионалните секогаш го освојувале првото место.

Одличниот успех на женската екипа во стрелаштво ја потврди својата репутација и минатата година на 21-те Републички спортски натпревари, кога екипата во состав Снежана Милошеска, Бојкица Димоска, Благуна Милошеска и Ружа Балеска го освои првото место. Оваа екипа од ЗП Орид и Дебрца досега пет пати го има освоено првото место на Републичките спортски натпревари и тоа, на 11-те натпревари во Крани, 16-те во Струга, 17-те во Скопје, 18-те во Штип и 21-те, минатата година во Радовиш. Снежана Милошеска на двапати е прогласена поединечно за најдобра во оваа дисциплина и има добиено посебен пехар.

К. Спасески

Интервју со Стојан Соколовски, претседател на Собранието на Здружението на пензионерите Тетово

Во реализација на потребите и желбите на пензионерите

Почитуван претседателе, Здружението на пензионерите Тетово своите активности ги остварува на широко подрачје кое опфаќа шест општини, една градска (Тетово) и пет рурални (Боговиње, Брвеница, Желино, Јегуновце и Теарце). Како успеавте да се организирате и да обезбедите активностите да се остваруваат рамномерно и на целиот простор?

– Точно е тоа дека дејствуваме на поширок простор што го опфаќа дел од Горни и целиот Долни Полог. Во селата кои значат центри на околините, оформени се ограноци, а во некои функционираат и клубови. На собирите и другите активности, не само во рамки на ограноците, туку и непосредно во селата, остваруваме посети, средби со пензионери и друг вид контакти, преку кои ги осознаваме потребите и желбите на пензионерите. Од сите ограноци добиваме записници, информации и други сознанија, кои потоа ги поставуваме пред органите и телата на Здружението, каде се гради заедничка програма за активности. Освен тоа, најмалку два пати во годината одржуваме седници на Собранието, а многу почесто и на Извршниот одбор. Овие органи ги сочинуваат делегати или членови кои потекнуваат од базата. Освен тоа, најмалку четири пати во годината имаме работни средби со сите претседатели на ограноци, кои исто така значајно придонесуваат во таа наша меѓусебна комуникација. Мислам дека тоа добро го работиме и ќе продолжиме овие активности уште повеќе да ги прошириме и организираме.

Споменавте ограноци, клубови и други видови непосредни контакти. Може ли да ни ја прикажете малата лична карта на Здружението?

- Нашето здружение опфаќа нешто повеќе од 12.000 членови и спаѓаме во редот на најголемите во Републиката. Имаме 21 огранок, од кои 13 во селските средини и 8 во градот Тетово. Наша одлика е мултиетнички состав во кои членуваат Македонци, Албанци, Турци, Роми, Бошњаци, Срби, Хрвати и други. Горди сме на меѓусебните односи што ги градиме, на меѓусебното разбирање и се друго што е квалитет на мултиетничноста. Независно од националната, верската и друга припадност, нашите членови се заедно во спортските екипи на пензионерите, во културно-уметничките групи, на екскурзиите, прошетките, средбите на „зелено поле", на разните манифестации што ги организира Здружението или СЗПМ, на меѓународните средби на пензионерите, на игрите и забавите во клубовите, во кафеаните и насекаде каде се чувствува животот на пензионерите. Повеќе години како сме организатори на мултиетничка средба на пензионерите од Македонија, која активност во последниве години заради нејзината важност и ширина, организационо ја презеде СЗПМ, а нашето здружение е домаќин.

Минатата година СЗПМ одбележа значаен јубилеј: 70 години постоење. Како ова здружение се вклучи во активностите за јубилејот?

- Уште на почетокот на минатата година Собранието усвои програма за одбележување на јубилејот. Практично, сите активности во 2016 година носеа белег на оваа голема годишнина. Инаку, нашето здружение е основано во далечната 1946 година. Вистина со минимален број членови и главно просветни работници и администратици, но и со први знаци на организирано дејствување. Во сиот овој период здружението одржува актуелна нормативна регулатива, почнувајќи од статут, па се до други акти што треба да се поседуваат. Во 2012 година, по повод 65 годишниот јубилеј, издадена е монографија, која како ретко на друго место нејзината целина ја сочинуваат содржини на два јазика – македонски и албански.

Направите кус осврт на учествата на пензионерите во културно-забавните и спортските активности?

- На сите досегашни ревии на песни, музика и игри што ги организира СЗПМ, забележително е нашето учество. Поседуваме солиден квалитет, што беше причина во 2013 година да учествуваме на Меѓународниот фестивалза трето животно доба во Љубљана (Словенија). Неколку пати сме биле домаќини на регионалните ревии, што е случај и оваа година. Што се однесува до спортските натпревари, постојано сме учесници од нивното востановување. На сите досегашни регионални спортски натпревари сме прогласувани за најуспешни, а за одржување републички, на ниво на СЗПМ, важиме како иницијатори. На досегашните републички спортски натпревари осум пати сме прогласувани за прваци, што досега не е случај со некое друго здружение.

Споменавте екскурзии, прошетки и други колективни активности на пензионерите. Што конкретно?

- Најмалку 700 пензионери годишно учествуваат на разни екскурзии и прошетки, не само во земјата, туку и во соседството. Најмасовна е екскурзијата во Охрид и Струга со учество на 200 до 300 пензионери. За пензионерите, трошоците за превоз на овие екскурзии се бесплатни. Како резултат на воспоставената соработка со соодветни асоцијации во Драч (Албанија), околу 500 пензионери годишно летуваат на море за пристоен надомест.

Здружението негува и форма на солидарна помош. Како е изразена?

- Најмасовна е еднократната парична помош. Годишно со финансискиот план издвојуваме 600 до 700 илјади денари за оваа намена, а помош користат околу 200 пензионери. Притекнуваме и со помош во случаи на болест, елементарни непогоди, доделуваме и таканаречени социјални пакети. Тоа се оние елементи наменети за категоријата пензионери со најниски примања.

За крај, кој е Стојан Соколовски во пензионерското здружение?

- Од март 2015 година сум на функцијата претседател на Собранието. Пензиониран сум во април 2001-та година, а веќе наредната, во огранокот од кој потекнувам бев избран за делегат. Во тој изминат период, бев член на стрелачката секција, а три мандати член на Извршниот одбор. Четири години бев и претседател на Комисијата за организациони, кадровски и статутарни прашања. Секогаш настојувам колку е можно поодговорно да одговарам на обврските, што сметам дека е една од причините за изборот на оваа функција во Здружението. Во моето дејствување потребите и желбите на пензионерите ми се во прв план.

Гојко Ефтоски

Започнаа ревиите и спортските натпревари

Комисиите за културно-забавен и спортско-рекреативен живот при СЗПМ ги презедоа сите мерки и активности регионалните ревии на песни, музика и игри и спортските натпревари навреме да почнат, според утврдениот распоред и термини за одржување. За поуспешен настап на учесниците и навремена подготовка за одржување на пензионерските ревии и спортските натпревари, домаќините на овие манифестации организираа подготвителни состаноци на кои беа регулирани задачите и обврските на организаторот и здруженијата учесници. Подготовките за одржување на ревиите на песни, музика и игри се завршени во сите осум региони, додека за спортските натпревари се уште се во тек, а треба да завршат до 19-ти мај, кога почнува првата регионална средба во Скопје.

Во оваа пригода уште еднаш потсетуваме на здруженијата домаќини и на термините за одржување на ревии и на спортските натпревари.

Ревии на песни, музика и игри: **ЗП ОВР** – 25 април, **ЗП Кавадарци** – 26-ти април, **ЗП Струга** – 29-ти април, **ЗП Прилеп** – 2-ри мај, **ЗП Пробиштип** – 4-ти мај, **ЗП Кратово** – 7-ми мај, **ЗП Тетово** - 12-ти мај и **ЗП Кочани** - 13-мај 2017. **Републичката ревија** на песни музика и игри ќе се одржи на 6-ти јуни 2017 година во Домот на АРМ во Скопје.

Спортски натпревари: **Здружение на воени пензионери** – 19-ти мај, **Пехчево** – 20-ти мај, **Пробиштип** - 23-ти мај, **Сарај** – 27-ми мај, **Велес** – 30-ти мај, **Штип** – 10-ти јуни, **Охрид и Дебрца** – 17-ти јуни, **Ресен** – 25-ти јуни. Републичката пензионерска спортска олимпијада ќе се одржи на 2-ри септември во Кочани.

М.Д.

Летот на птицата

Се спушти молчешкум
на гранката од старото дрво.
Ја проврте главата,
замафта со крилјата
и летна!
Се извиши до небото
во прекрасен лет.

Што ли гледа од горе?
Што ли пак чувствува?
За неа не знам!
Но за себе знам –
ја чувствувам СЛОБОДАТА!

Костадинка Бојкова
пензионерка од Скопје

ЗП Солидарност – Аеродром, Скопје – предавање:

„Мајчиниот јазик е татковина“

Јазикот е знак на идентификација на еден народ. Во него се содржани традицијата и континуитетот, идентитетот и непокорот на секоја национална заедница. На таа тема во Клубот на љубители на книгата при ЗП Солидарност – Аеродром, Скопје, на 28 март, проф. д–р Васил Тоциновски одржа предавање насловено „Мајчиниот јазик е татковина“. Сесловенските просветители солунските браќа св. Кирил и Методиј со глаголицата во 9 век, на словенските народи им подарија јазик и писмо со кои ги внесоа како рамноправни членови во големото семејство на европските културни народи. Преводот на комплетната книга над книгите „Библијата“ е само потврда повеќе на нивното епохално дело. Најдобриот и највeрен нивен ученик св. Климент Охридски меѓу другото, со познатата Охридска книжевна школа со над 3.500 ученици го создаде првиот словенски универзитет на Балканот и е втемелувач на средновековната македонска писменост и книжевност. Најзначајниот македонски печатар Теодосија Синаитски во првата половина на 19 век, во предговорот кон книгата „Утјеха грешнима“ на Кирил Пејчиновиќ (1840) точно ги одредува големината и значењето на народниот јазик. Чиј збор не е клуч од злато и сребро зашто тие се свиваат, туку е клуч од челик и железо што не се крши и ги отвора сите врати. Во животот нема случајности. Токму во епохата на Илинденското востание и на Крушевската Република, во 1903 година, излегува од печат и златната македонска книга „За македонцките работи“ на Крсте Петков Мисирков. Македонците порачува тој не се ни Бугари, ни Грци, ни Срби и дека мајчиниот македонски јазик треба да се сака како што се љубат народот и татковината. Таа мисла Блаже Конески ја проширува со аманетот оти јазикот се сака и се брани затоа што тој е нашата единствена и целокупна татковина, а ако го изгубиме јазикот ќе ја изгубиме и државата. Со еден збор татковината ја имаме додека го имаме и јазикот. Прекрасната вечер беше дополнета и со настапот на Рина Николова интерпретаторка на македонски народни изворни песни. **Т.**

ЗП Богданци

Годината 2016 богата со активности

Согласно член 24 од Статутот на ЗП Богданци беше поднесен Извештај пред членовите на Собранието за работата во 2016 година. Претседателот на ЗП Богданци **Димитар Чавдаров** во извештајот ги презентираше најкарактеристичните активности, како што следува хронолошки:

– Активностите започнаа на 14.02.2016 година со присуство на 20 наши членови во Кавадарци по повод празникот на лозарите Св. Трифун. На 17.02.2016 година пензионерките формираа играорна и пејачка група во присуство на Ристо Пеев, со која настапивме на Регионалната ревија на песни, музика и игри во Велес. Во март беше прославен 8 март и пензионерките учествуваа на информативна средба како дел од проектот „Поврзување на луѓето со природата“ организиран од „Полимат“ – Богданци, а 50 пензионери присуствуваа во Виница по повод „Томина недела“. На 26 мај зедовме учество на пензионерските спортски натпревари во Кавадарци каде беа присутни 35 пензионери. Повеќе од 460 пензионери беа на екскурзија во Кратово, Лесново, Дојран, Ореовица, Чашка, Колешино, Битола, Струга, Охрид, Вевчани и Скопје.

Во јули учествувавме на „Пензионерите пеат“ во Прилеп, а во август во Кавадарци и во септември во Гевгелија. На 03.09.2016 година зедовме учество на пензионерските Републичките спортски натпревари во Радовиш, а на 16. септември на свечената академија во Домот на АРМ во Скопје, по повод 70 години на пензионерското организирање и 25 години од самостојноста на РМ. На 24. декември годината ја завршивме со организирано предновогодишно дружење во Стар Дојран, го заврши своето излагање претседателот Чавдаров.

На седницата беше усвоен Извештајот за 2016 година со желба вака богата со активности да биде и 2017 година.

Д.Ч.

Историска секција при ЗП Солидарност – Аеродром

Предавање за хероините Караманди и Паликуќа

Историската секција при ЗП Солидарност – Аеродром својата редовна средба во март 2017 година ја посвети на две жени – народни херои на Македонија од НОВ 1941–1944 година. Претседателката **Лилјана Ѓеоргиева** ги поздрави присутните и ги истакна активностите на секцијата во рамките на Здружението и пошироко. Таа рече дека ова тело има блиската соработка со СБМ и согласно програмата за работа на ЗП Солидарност – Аеродром, многу активности заеднички одбележуваат.

На оваа средба актуелната претседателка на СБМ **Вера Бунтеска** зборуваше за животот и делата на хероините Елпида Караманди и Ибе Паликуќа, кои оставиле неизбришливи траги и загинале во борбите за слободата на Македонија.

По повод минатогодишниот јубилеј на СЗПМ – 70 години пензионерско организирање во Македонија, а во знак на признание за традиционалната соработка на двата сојузи, претседателот на Здружението **Димитрија Богатиноски**, како член на Извршниот одбор, во име на СЗПМ на Вера Бунтеска и врачи „Плакета“ доделена на Сојузот на борците. Притоа, тој апострофираше дека соработката помеѓу двата сојузи има повеќе деценска традиција, а поблиску е определена преку заеднички Меморандум за соработка во областите кои се одраз на заложбата и ангажираноста за зачувување на историските придобивки на нашиот народ. Потоа, Богатиноски искажа пофални зборови за работата на секцијата и членовите на СБМ од ова Здружение и рече дека ги поддржува и другите активности, како што се одбележувања на историски датуми и личности, посети на значајни места, екскурзии и друго.

Претседателката Бунтеска се заблагодари во името на СБМ за добиената „Плакета“ од СЗПМ и искажа задоволство од соработката со ЗП Солидарност – Аеродром, а на крајот напомена дека СБМ во 2017 година ќе го одбележи своето 70–годишно постоење.

Илија Глигоров

ЗП Радовиш и Конче

Едукација и хумани активности

По повод неделата на борба против кардио–васкуларни заболувања, а под мотото „Со позитивна мисла до повалитетен живот“ во клубот на пензионерите, пред шеесетина присутни беше одржано предавање од страна на д–р **Љупчо Захариев** од ПЗУ Интермедика.

Пензионерите внимателно го следеа ова интересно предавање и беа многу задоволни од квалитетното излагање и пријателскиот пристап на докторот. Потоа присутните поставуваа прашања во врска со нивните проблеми и добија исцрпни одговори.

Во врска со настанот за регионалната телевизија ТВ Кобра изјава дадоа **Трајанка Ѓоргиева**, претседател на Комисијата за здравство и хуманитарни активности и **Верица Беќарова**, секретар на општинската организација на Црвениот крст во Радовиш.

* * *

По повод големиот христијански празник Велигден, триесетина вредни и хумани пензионери од ЗП Радовиш и Конче на ден 12.04.2017 година, после извршените подготовки, се собраа за да одат во посета на пензионери во своите домови, да поразговараат со нив и да им дадат пакети со прехрамбени артикли.

Пред да тргнат организирано, претседателот **Јордан Костадинов** ги поздрави присутните и на сите им го честиташе големиот христијански празник Велигден. Потоа тој не го криеше своето задоволство и упати пофални зборови до членовите на Комисијата за здравство и хуманитарни активности, до претседателите на ограноците и до активот на пензионерките кои редовно учествуваат во сите акции и на дело ја докажуваат својата хуманост.

Пред присутните претседателката Трајанка Ѓоргиева зборуваше за значајот и потребите од организирање на повеќе хуманитерни акции, како и за волонтирањето од кое во иднина ќе имаат голема полза и пензионерите и пошироката општествена заедница. Исто така, таа истакна дека се подготвени 178 пакети и истите ќе им се однесат на 89 пензионери кои примаат нега од друго лице.

– Со овој гест ние ја покажуваме нашата грижа кон нив, а тие ја искажуваат својата благодарност со насмеано лице и со чувство дека не се заборавени од своите колеги.

Љ. Младеновска

ЗП Радовиш и Конче

13-ти меѓународен фолклорен фестивал „Велигденски средби“

Тринаесет години по ред на големиот верски празник Велигден, стотици играорци и пејачи од повеќе земји учествуваат на Меѓународниот фестивал „Велигденски средби“ во Радовиш. Оваа година поради неповолните временски услови, фестивалот се одржа во Спортската сала „25 Мај“. Покровители на фестивалот беа: Министерството за култура, ЕЛС општина Радовиш и Рудникот Бучим.

Добредојде на гостите им посака директорот на фестивалот **Димче Петров**, а веднаш потоа ги поздрави и генералниот покровител **Николајчо Николов** кој го прогласи фестивалот за отворен.

Веднаш на почетокот, по државната химна, настапи познатиот интерпретатор Јордан Митев со дувачки оркестар од Сандански – Бугарија, кој ја исполни химната на фестивалот „Земјо Македонска“, а заедно со него пееја сите присутни во салата.

Потоа се редеа песна до песна, оро до оро, сите облечени во разновидни носии презентирајќи го својот крај од каде што доаѓаат. На фестивалот пензионерите од здруженијата од Пробиштип, Куманово, Радовиш и Конче уште еднаш го покажаа својот нескршлив дух и како се сака својот крај и својата татковина, порачувајќи им на сите дека ништо не е тешко кога се сака. Иако во поодминати години тие ја покажаа својата желба да го пренесат онаа што во себе го носат, запееја и заиграа стари традиционални песни и ора. Како и секогаш и овој пат, пензионерите се претставија во најдобро светло.

Љиљана Младеновска

Македонијо, татковино наша

Македонијо мила
со убавини зрачиш.
Сончевина распослуваш
по полињата, реките
и планините
и ги плодородиш.
Твојот јазик и знаме
се наш код,
каде и да сме.
Ти си наша љубов,
наша утеха.
Со силен копнеж
те прегрнувам.
Се' што е во тебе
е и во мене.
Јас сум тоа што си ти,
Ти си тоа, што сум јас,
сплотени сме во една прегратка.
Македонијо, ти си
се' што имаме,
Ти си наш извор и наша утока.
ти си нашиот живот,
ти си нашето сонце!
Биди ни вечна!

Благоротка Стојчевска
Крива Паланка

Нов претседател на Сојузот на инвалиди

На 10 март, годинава во Штип се одржа годишната отчетна седница на Сојузот на здруженијата на инвалидските пензионери во Македонија. Делегатите од десетината здруженија на овој Сојуз го разгледаа и усвоија записникот од минатогодишното собрание, потоа финасискиот извештај за лани и планот за работа за оваа година, на што посебно се осврнаа на потребата од поголемо ангажирање на раководствата на здруженијата за добивање, односно враќање на одредени бенефиции што ги имаа членовите – пензионери на овој Сојуз. Беше подготвена и усвоена Програма за работа за оваа година и беше прифатена оставката на досегашниот претседател на Сојузот, Љубомир Јанев, а за нов претседател беше избран досегашниот потпретседател и претседател на ЗИП Прилеп, Томе Мазгалоски.

На седницата се посебно се расправаше и по прашањето за распределба на членарината преку ОРО на СЗПМ при што се истакна дека повеќе здруженија имаат проблеми со нерегулирањето на своето членство, а со тоа и нередовното и неправилно распределување на средствата што доведува до нарушување на планираните активности на здруженијата и на Сојузот воопшто. **К.Р.**

ЗП Пробиштип

Меѓугенерациска изложба

Неодамна, во Домот на културата во Пробиштип беше организирана изложба на рачни ракотворби „Злетовски рудар“ и литературно читање на тема „Жената мајка, домаќинка и општественик“, на која беа поканети претставнички од повеќе генерации меѓу кои и пензионерки од општинското здружение. Штандот на пензионерките со ракотворби изработени на платно, ткаенини везени и плетени, привлече најголемо внимание на посетителите.

Со учество на изложбата пензионерките уште еднаш сакаа да ги поттикнат младите и да им покажат дека она што некогаш се работело не ја изгубило својата вредност. Тие покажаа дека се уште не се вклопиле во новата технологија на комуницирање преку интернет, но многу убаво зборуваат преку своите ракотворби.

Помладите пак, исто така од повеќе генерации ги изложија своите модерни креации и покажаа повеќе техники во изработка на ракотворбите, модели од современото живеење, цртежи, резбани работи и слично.

Во секој случај, директорката на Домот на културата МаријаТрајчев со овој настан успеа на едно место да спои повеќе генерации и средбата да ја направи повеќекратно корисна. Инаку, Здружението на пезнизонери има многу убава и коректна соработка не само со Локалната самоуправа и градоначалникот на општината, туку и со институции од различни дејности.

М. Здравковска

Пензија на 1-ви!
Шпаркасе пакет за пензионери
Точно на 1-ви!
Станете корисник на услугата Пензија на 1-ви и очекувајте ја Вашата пензија порано од сите други.
Аплицирајте и за Шпаркасе пакетот за пензионери:
• Потрошувачки кредит со фиксна каматна стапка од 7% во првата година;
• Максимален износ до 300.000 МКД со вклучена Полиса за животно осигурување;
• БЕСПЛАТЕН траен налог;
• Трансакциска сметка и дебитна картичка;
• Дозволено пречекорување со ПРОМОТИВНА каматна стапка од 6% во првите 12 месеци;
• Без надоместок за користење Електронско банкарство.
За повеќе информации, посетете ја најблиската експозитура на Шпаркасе.
SPARKASSE BANK
Банка на вашето семејство.
* 14,18% СВТ за потрошувачки кредит на износ од 120.000 МКД, рок на отплата 3 години, фиксна каматна стапка од 7,0% п.а. за првата година и променлива каматна стапка од 8,75% п.а. за преостанатиот период, трошок за апликација 400,00 МКД, премија за животно осигурување за маж на 64 години од 8.950 МКД (во согласност со условите од осигурителната компанија) и без провизија за одобрување на кредитот. Врз висината на СВТ влијае рокот на отплата на кредитот, износот на кредитот, надоместоците за аплицирање и обработка на барањето за кредит, премијата за животно осигурување како и висината на номиналната каматна стапка.

ДО ЦЕЛ СВЕТ ПРЕКУ ЕДНО МЕСТО - ЦЕЛ СВЕТ НА ЕДНО МЕСТО
Користете туристички аранжмани
ПЛАТИ 100, А ДОБИЈТЕ 106 ЕВРА
ZEGIN TRAVEL
ПАТУВАЈТЕ СО ПРИВИЛЕГИИ
30 евра
45 евра
60 евра
Кај нас Вашите пари вредат повеќе.
Со купени авиобилети добивате 30, 45 и 60 ЕВРА ВРЕДНОСЕН ЧЕК
за бесплатно купување во сите ЗЕГИН аптеки.
Купувајќи авионски карти или уплаќајќи аранжман преку нашата агенција,
станувате лојален член на интернационалниот клуб на Зегин со низа поволности.
ВРЕДНОСЕН ЧЕК
Ова го има само во Zegin Travel
За секоја купена авионска карта во зависност од дестинацијата или за уплатен аранжман дома или во странство, добивате вредносен чек со кој бесплатно пазарувате во сите Зегин аптеки, и тоа од целиот асортиман освен лекови.
30 евра (за патување во Европа)
45 евра (за патување во земјите на Блискиот Исток)
60 евра (за интерконтинентални патувања, САД, Канада, Австралија)
Вредносниот чек добиен при уплата на аранжман изнесува 10 % од сумата платена за него.
НАСКОРО ЛОЈАЛНИ КАРТИЧКИ ЗА БРЕМЕНИ ЖЕНИ И ЗА ПЕНЗИОНЕРИ СО ПОГОЛЕМ БОНИТЕТ
+389 2 2341 690 +389 2 2341 691
+389 2 2341 692 +389 2 2341 693
travel@zegin.com.mk
ЛОЈАЛНА КАРТИЧКА
6% – 10% попуст
При купување на авионска карта добивате и Зегин лојална картичка со која добивате попуст во зависност од висината на сумата за платената карта.
За износ до 200 евра – 6% попуст
За износ до 600 евра – 8% попуст
За износ над 600 евра – 10% попуст
(Попустот важи до висина на сумата платена за авионската карта)
Зегин лојална картичка добивате и за уплатен аранжман, која ќе ви овозможи попуст од 10% за сите наредни купувања во аптеките на Зегин до сумата потрошена за патувањето.
Вредносните чекови и попустите на лојалната картичка може да ги користите во период од една година.

Историски роман на Михаил Белдедовски

„Македонски Малеења“

Романот „Македонски Малеења“ од авторот Михаил Белдедовски е сторија за страдањата на македонскиот народ во источниот дел на Македонија од новите завојувачи по Балканските војни. Книгата е сведоштво и за македонските предавства и убиства (меѓу двете светски војни), односно за братоубиствата и македонското самоуништување. Најголемиот дел се однесува на страдањата на комитата Илија Станоев, а централно место во романот заземаат борбите на четите и групите на ВМРО против српскиот режим во вардарскиот дел на Македонија како и борбите, убиствата и атентатите меѓу групите и фракциите на поделената ВМРО и пошироко на македонското ослободително движење. Таа, меѓу другото, со слика и збор сведочи и за ликовите на Александар Протуѓеров, Тодор Александров, Ванчо Михајлов, Димо Хаџи Димов, Петар Чаулев, Арсени Јовков и други личности од македонската историја.

Професорот д–р Никола Жежов нагласува дека овој историски роман е извонредно стилизирано дело, пишуван врз основа на релевантни извори и мемоарска литература, во која се разработува една мошне интересна тема од историјата на македонскиот народ – ВМРО меѓу двете светски војни. Со едноставни, разбирливи и јасни реченици, авторот Белдедовски пред читателот изнесува многу непобитни вистинити историски факти кои ги отсликуваат состојбите во ВМРО. Неговите констатации ќе забележи Жежов, на моменти наликуваат како да произлегле од перото на некој историчар. „Македонски малеења“ е потресно сведоштво за историјата на ВМРО (1918 – 1934 год.), сведоштво на непокорот и отпорот на македонскиот народ и неговите тежненија за создавање на независна македонска држава.

Македонската судбина не би била таква ако во редовите на ВМРО не се појавиле разни идејни и политички тенденции и разни групи, струи и фракции, нагласува во својата рецензија професорот д–р Стојан Киселиновски. За сево ова се говори во книгата, но најмногу за одделни човечки судбини, сведоци на тоа време и на тие собитија. А секоја човечка судбина е приказна за себе, но и дел од општеството, од судбината на едно село, на еден град, на една област, на еден народ во одреден временски период. Така сфатен овој ракопис претставува драгоцен придонес во научно–историската и во литературно–публицистичката продукција кај нас.

Инаку, авторот Михаил Белдедовски е роден во 1944 година во Берово. Основно и средно образование завршил во родниот град, а Филозовски факултет – група социологија во Белград. По дипломирањето една година работи како професор во гимназијата „Ѓупчо Сантов” во Кочани. Потоа доаѓа во Скопје каде што последователно работел во неколку институции.

Во 1999 год. Белдедовски ја објави прозно–документарната публикација „Македонски малеења“. Таа всушност е романизирана повест од нашата национална историја од времето на Разловечкото востание до крајот на Балканските војни. Авторот е пензионер, а делото е поддржано финансиски од СЗПМ.

Во 2003 година ги приреди сеќавањата на Михајло Апостолски, во 2007 година ја објави публикацијата „Никола Галевски – со виолината до светлината“.

Цветанка Илиева

ЗП Кочани

Промоција на книга за музичкото живеење

Во издание на Јавната општинска установа библиотеката „Искра“ од Кочани, а со финансиска подршка на Здружението на пензионери од Кочани, на 12 април 2017 година пред пошироката јавност беше претставен најновиот истражувачки труд на новинарот и публицист Киро Герасимов. Се работи за постоењето и работата на музичката група „Доминго росос“ како музичка легенда на Кочани од почетокот на шеесетите години на минатиот век.

– Во книгата се користени документи и сеќавања на членовите на групата, како и пишуван материјал од весници кои тогаш иако скромно, сепак го одбележале постоењето на оваа група. Со „Доминго росос“ е поврзан и значаен дел од музичката историја на Кочани, на бројни генерации тогаш млади луѓе кои низ гитарата и песната на оваа група живееле со децении на просторите на Кочани и пошироко во Македонија, – истакна во своето обраќање пред присутните авторот Киро Герасимов.

Рецензентот на книгата **Љупка Стојменова**, професор по македонски јазик и литература во својата рецензија ќе забележи:

– Во оваа книга Герасимов не ја бележи само историјата на групата „Доминго росос“, туку дава една значајна слика за музичкиот живот и случувањата во Кочани и Македонија, не потсетува на познатите матинеа, игранки, свечености кои го одбележаа тоа време, а воедно служи и за запознавање на младите генерации за една музичка група и нејзиниот придонес во развојот на музиката и музичкиот живот во Кочани, – истакнува Стојменова.

Публикацијата „Доминго росос“ музичка легенда на Кочани, побуди голем интерес кај јавност.

К.Г.

Интересни книги

Еден живот

Автор: Итало Звево

Итало Звево (1861-1928) е еден од најзначајните италијански писатели на XX век. Во своите романи дава потресна слика за декаденцијата, граѓанскиот човек и космополитскиот амбиент на родниот Трст. Во неговото творештво, од една страна, доминираат позитивизмот, дарвинизмот и марксизмот, а од друга страна негативизмот на Шопенхауер, Ниче и Фројд. Ги зафаќа длабоките слоеви на свеста и настапува како фројдовски интерпретатор.

Во романот „Еден живот“ карактеристично е чувството на пораз и неуспех на индивидуата во нејзините двосмислени односи со општеството. Во современото превртено време тоа општество е корумпирано и без идеали. Така човекот го носи товарот на општетството во кое истовремено е и жртва и угнетувач. Како да се побегне, може ли да излезе од сопствената кожа во која се чувствува крајно неудобно. Наместо да се соочи со реалноста, се одбира полесниот но во истовреме и болен пат за бегство во сонот. Овој роман востановува една форма на реализам или поточно превртен реализам што подразбира анализа на општеството од неговата внатрешна страна, преку кризата на вредности, преку свеста за личноста што таквото општество го претставува.

Перјаница

Автор: Маријан Пилот

Наградата претставува една можна мерка за нова тема и за естетските вредности на книжевното дело. Како препорака за прочитување на „Перјаница“ е информацијата оти романот е добитник на најпрестижната книжевна награда во Полска „Нике“, за 2011 година. Станува збор за книга која што бара ангажиран читател, зашто поставува непосреден дијалог со него за смислата и постоењето на човекот, времето и просторот. А според авторот тие се една целина која ја осмислува и одредува нивната егзистенција.

„Перјаница“ е прекрасен роман со необична приказна. Јунакот потекнува од семејство на селски сиромашни луѓе и крадци. Неписмениот татко е затворен поради кражба на таблата во училиштето. Неговиот син (јунакот во романот) и мајка му ја бараат правдата. Парадоксално, но неопходноста за пишување молби кај синот раѓа одреден култ спрема пишаниот збор. Симболичниот подарок од татко му – украдено перо со златно перце – ја одредува неговата подоцнежна судбина. „Перјаница“ е дело напишано со оригинален речник, гротескност и огромна стилска текстуална разновидност. Авторот умешно ги користи своите животни случувања и искуства да исплете автобиографска фабула поврзана со селото и селскиот живот во Полска по Втората светска војна.

Избор: Васил Тоциновски

Mbledhje raportuese e LShPM

Viti jubilar 2016 i shënuar me dinjitet

Në mbledhjen e pestë të Kuvendit të LShPM e cila u mbajt më 21 mars të vitit 2017, janë mbledhur rezultatet e aktiviteteve të cilat i kishte Lidhja në jubileun e madh, 70 vjet ekzistimi të organizimit pensionist në vend. Me mbledhjen ka udhëhequr kryetari i Kuvendit të LShPM **Besnik Pocesta**, i cili fillimisht ka përshëndetur të pranishmit dhe ka theksuar rëndësinë e mbledhjes.

Fjalën hyrëse të Raportit për punën e Lidhjes në vitin e kaluar ka dhënë nënkryetari i KE **Salltir Karovski**, i cili ka theksuar se viti 2016 ka shënuar numër të madh aktivitetesh dhe është shënuar me dinjitet me numër të madh rezultatesh. Në vazhdim, ai ka dhënë theksime më të rëndësishme në të cilat ishte fokusuar LShPM, me çka ka thënë se viti 2916, krahas shënimit të jubileut, aktivitet parësor ka drejtuar kah përmirësimi i standardit të pensionistëve dhe mbrojtjes në vazhdimësi të të drejtave të fituara me Ligj, e cila është realizuar me forma dhe projekte të ndryshme në bashkëpunim me ministritë përkatëse të lidhura me këtë problematikë, me Fondin për PIOM, FZOM dhe vetëqeverisjen lokale. Në arsyetimin e Raportit, ndër të tjerat, ai ka potencuar se LShPM, në aktivitetet e saja, në vazhdimësi ka qenë e orientuar në thellimin e bashkëpunimit me pushtetin lokal dhe BNJVL (ZELS), me krerët e komunave dhe institucionet tjera qeveritare dhe joqeveritare lidhur me popullatën e pensionistëve, siç janë hapja e klubeve për pensionistët, shtëpi për persona pleq, qendra ditore etj. Lidhja gjithnjë ka tentuar që në punën e saj të jetë prezentë transparenca dhe raportimi.

Sekretari i KE i LShPM **Stanka Trajkova**, në diskutimin e saj, ka vlerësuar Raportin për punë si gjithëpërfshirës dhe ka thënë se jo vetëm se janë konstatuar aktivitetet që janë realizuar, por në të ekziston edhe raport kritik i problemeve dhe nevojave të anëtarësisë. Në kontekst të kësaj, ajo ka theksuar edhe Projektin për vullnetarizëm, i cili shënon përdorim të suksesshëm në shoqatat, por ka theksuar edhe nevojën e mbindërtimit dhe zhvillimit të tij.

Pas raportit për punën e LShPM, organeve dhe trupave të saj, kanë diskutuar më tepër anëtarë. Që të gjithë, në diskutimet e tyre i kanë dhënë mbështetje të tërësishme Raportit për punën e LShPM, ndërkaq, ka pasur edhe pyetje të parashtruara të lidhura me probleme të caktuara.

Kryetari i LShPM **Dragi Argirovski**, në fjalën e tij, ka dhënë përgjigje dhe sqarime konkrete në pyetjet e parashtruara, ndërkaq, lidhur me rezultatet dhe sukseset e arritura ka potencuar:

- Rezultatet e arritura duhet të jenë nxitje për angazhime dhe aktivitete edhe më të mëdha në punën e të gjithëve në Lidhje, duhet të na çojnë deri në rezultate dhe bashkim edhe më të madh, sepse vetëm ajo rrugë çon kah përparimi i cili duhet ta shënoj edhe vitin 2017 - ka theksuar ndër të tjerat Argirovski.

Raportin e KE i LShPM dhe Raportin financiar vjetor për realizimin e të hyrave dhe të dalave në vitin 2016 i ka arsyetuar kryetari i KM Mitre Stojanovski, i cili ka theksuar se puna financiare në LShPM është realizuar në korniza të planifikimit, është punuar ekonomikisht dhe me nikoqirllëk, ndërkaq llogaria vjetore është me rezultat pozitiv. Të gjitha dokumentet dhe vendimet Kuvendi i LShPM i ka aprovuar njëzëri, që është edhe një dëshmi për punën e mirë të Lidhjes.

K.S.A.

Promovim i Monografisë të LShPM

Gjurmë e gjatë për organizimin pensionistë

Me rastin e 70 vjetorit të organizimit pensionist në Maqedoni, më 20 prill të vitit 2017 është mbajtur promovimi i Monografisë i Lidhjes së shoqatave pensioniste të Maqedonisë me titull "Aktivitete pensioniste për respekt" të autorëve: Dragi Argirovski, Stanka Trajkova, Kalina S. Andonova, Ilija Gligorov dhe Mendo Dimovski. Në sallën plot në të cilën kanë marrë pjesë pothuajse të gjithë kryetarët e shoqatave anëtare të Lidhjes, Këshillit botues dhe mysafirëve tjerë, redaktori kryesor dhe një nga autorët e Monografisë, Dragi Argirovski, në pika të shkurta ka arsyetuar rrugën nëpër të cilën është arritur në botimin e këtij dokumenti të rëndësishëm, vepër e cila do të lë gjurmë të gjatë në historinë e Lidhjes së shoqatave pensioniste të Maqedonisë, për aktivitetet pensioniste dhe të arriturat në shtatëdhjetë vitet e kaluara.

Monografia ka 200 faqe dhe më tepër se 470 fotografi, shumë dokumente, faksimile e të tjera. Janë shfrytëzuar fleta zyrtare, 21 biltene të garave sportive regjionale dhe republikane pensioniste, 14 biltene për Revyalin regjional dhe republikan të këngës muzikës dhe valleve, 103 gazeta "Penzioner plus", rreth 60 kopje të shtojcës "Penzionerski vidici" në gazetën Nova Makedonija, faqet e gazetës në gjuhën shqipe "KOHA", gazeta të tjera, dokumente, shtesa dhe procesverbale, informatorë dhe materiale të ndryshme arkivore. Në mbledhjen e zgjeruar të Këshillit botues të Monografisë, nga të gjithë të pranishmit është konstatuar se Monografia është punuar shkëlqyeshëm e cila përmban shumë dokumente. Tekstet janë të ilustruara shumë mirë me fotografi dhe dokumente. Të gjithë diskutuesit: Besnik Pocesta, kryetari i Këshillit ekzekutiv Salltir Karovski, Ilija Adamovski, Dushan Ristoski, Spirko Nikollovski, Gjorge Andonov, Vele Aleksoski dhe Baki Bakiu, kanë dhënë vetëm fjalë miradije për përmbajtjen dhe formatizimin figurativ dhe dizajnin e Monografisë. Ajo është shtypur në 300 kopje në gjuhën maqedonase për çka janë siguruar mjete nga sponsorë, është planifikuar edhe shtypja edhe e rreth 100 kopjeve në gjuhën shqipe, për çka janë realizuar takime dhe është biseduar me Fondacionin "Albiz" nga Saraji i Shkupit, për çka priten rezultate pozitive. Në promovimin solemn të Monografisë "Aktivitete pensioniste për respekt", në sallën e madhe të LSM për rëndësinë e kësaj vepre publicistike, ka folur edhe recensenti Aleksandar Dimkovski, redaktor kryesorë dhe përgjegjës i gazetës "Nova Makedonija", i cili ndër të tjera ka theksuar se bëhet fjalë për vepër për organizatë më të madhe për nga numri në shtet dhe eventualisht organizatë më me ndikim jopartiak, jo qeveritare dhe multietnike e cila në vitin 2016 ka shënuar jubileun e vet 7 dekadash. Aleksandar Dimkovski direkt më se një dekadë bashkëpunon me Lidhjen e shoqatave pensioniste të Maqedonisë, përmes botimit të shtojcës mujore "Penzionerski vidici" por duke përcjellë edhe në mënyrë profesionale të gjitha aktivitetet e Lidhjes.

Kalina S. Andonova

Mbledhje me kryetarët e shoqatave

Marrëveshje për veprim të mëtejmë

Më 20 prill 2017, në mbledhjen në të cilën kanë marrë pjesë kryetarët e shoqatave - anëtare të Lidhjes së shoqatave të pensionistëve të Maqedonisë, me rendin e ditës: Detyrat programore e Lidhjes së shoqatave të pensionistëve të Maqedonisë dhe të anëtarëve të sajë në këtë vit, me theks në detyrat e realizuara më të rëndësishme në vitin jubilar 2016 kur Lidhja shënoj jubile të madh 70 vite të organizimit pensionist. Fjalën hyrëse e pati kryetari i LShPM Dragi Argirovski, i cili ndër të tjera ka theksuar dhe porosit:

- Më lejoni që fillimisht t'ju përshëndes përzemërsisht dhe të tregoj kënaqësinë time nga ky takim, por edhe në secilën me ju, sepse takimet kanë rëndësi të madhe për arsye të shkëmbimit të mendimeve dhe informatave, për forcimin e ndërsjellë të besimit tonë dhe për realizimin e marrëveshjeve tona të përbashkëta në detyrat tona të parashtruara. Me numrin më të madh nga ju brenda vitit, kemi me dhjeta takime me raste të ndryshme dhe në manifestime të ndryshme.

- Kontaktet me ju, me udhëheqjen e LShPM edhe mua personalisht më japin energjinë e duhur për punë të suksesshme me të gjitha problemet për çka ju jemi falënderues. Siç u është e njohur, sistemi pensionist maqedonas themelohet në solidaritetin e gjeneratave, respektivisht, të punësuarit paguajnë kontribute për pagimin e pensioneve. Mesatarisht 1,9 e të punësuarve mbulojnë një pensionist, ndërkaq për mbajtjen e tërë sistemit vlerësohet se ky raport duhet të jetë 3:1. Për na pensionistët gjithsesi se brengos e dhëna se për rritjen e vdekshmërisë në vitin e kaluar, e sidomos në tre muajt e parë të vitit, për çka paraqitet edhe mungesë e mjeteve nga Fondi solidar dhe pagesën e ndihmës pas vdekjes e cila vonohet për 2-3 muaj. Për këtë arsye, Këshilli i organizatës së regjistruar sipas kompetencave të saj ligjore ka bërë analizë të thuktë në bashkëpunim me Ministrinë për punë dhe politikë sociale dhe Fondin PIOM dhe ka sjellë konkluzion që të merren masa të parakohshme për 6 muajt e ardhshëm. Për këtë qëllim, propozohet që anëtarësia të zvogëlohet nga 30 në 20 denarë. Me këtë, më të goditura do të ishin shoqatat më të vogla, por të gjithë duhet të aplikojmë masa për kursim. Në këto përpjekje është angazhuar edhe LShPM duke anuluar blerjen e makinës së re zyrtare, edhe pse aktualja është blerë para 12 viteve dhe është amortizuar, ndërkaq, do t'i zvogëlojmë shpenzimet për mëditjet dhe reprezentacion. Mjetet që do t'i kursejmë do t'i përdorim për aktivitetet e shoqatave më të vogla. Problemi do të përcillet në tërësi dhe që me mëkëmbjen e pare të Fondit solidarë, anëtarësia do të kthehet në 30 denarë. Kah fundi i vitit, LShPM në bisedë me qeverinë e re, do të bëj përpjekje që mungesa e mjeteve për varrosje të mbulohet nga buxheti, ashtu siç është në të gjitha shtetet që na rrethojnë. Dhe jo vetëm ajo. Lidhja, nga ana e vet, si dhe shoqatat duhet shumë më tepër të marrin pjesë në shpallje dhe konkurse për projekte nga UE dhe Qeveria e RM, të adresuara për përkrahje financiare të shoqatave dhe fondacioneve. Gjithashtu, bashkëjetesa, bashkëpunimi ndëretnik dhe ndër gjenerata, duhet të realizohen me sukses në të gjitha piknik - takimet, revyalet folklorike, garat sportive dhe manifestimet tjera të cilat bashkërisht i organizon LShPM me anëtarët e vet - shoqata të pensionistëve.

K. S. Andonova

ShP Saraj

Ekskursion njëditësh në Prishtinë

Në kuadër të Programit për punë, Shoqata e pensionistëve komuna Saraj, më datë 13.04.2017, ka realizuar një ekskursion njëditor në Prishtinë, në të cilën kanë marrë pjesë 169 pensionistë.

Sipas programit të ekskursionit, me të arritur në Prishtinë, fillimisht kanë vizituar dhe qëndruar rreth tri orë në Parkun e bukur të Gërmisë, vend i rekreacionit dhe pushimit që gjendet në periferi të Prishtinës.

Rreth orës 13, pensionistët janë kthyer në Prishtinë, ku në grupe sipas dëshirës kanë vizituar qytetin dhe disa monumente kulturore.

Edhe kësaj here udhëtimi dhe qëndrimi ishte i këndshëm. Në orët e mbrëmjes, pensionistët u kthyen në shtëpitë e tyre të kënaqur me udhëtimin shoqërimin dhe vizitat.

B.B.

Bashkëpunimi ndër gjenerata dhe bashkëjetesa

Të jetuarit njëri me tjetrin, jo njëri pranë tjetrit

Komisioni për bashkëpunim ndër gjenerata dhe bashkëjetesë pranë LShPM, më 31 mars 2017, ka mbajtur mbledhjen raportuese për punën në vitin 2016 me ç'rast ka sjellë edhe Program për punën në vitin 2017. Shqyrtimin për punën e Raportit për punën e ka hapur kryetari i Komisionit Shaban Azizi dhe kryetari i LShPM Dragi Argirovski i cili në fjalën hyrëse ka elaboruar sukseset në aspekt të bashkëpunimit ndër gjenerata dhje kontributin në zhvillimin dhe kultivimin e bashkëjetesës në korniza të Lidhjes.

- Rezultatet e LShPM në këtë vit të jubileut, shënimit të 70 vjetorit të organizimit pensionistë në Maqedoni, vërtet ishin të suksesshme dhe për respekt, për çka kontribut të madh ka pasur bashkëpunimi ndër gjenerata dhe kultivimi në frymën e bashkëjetesës të cilën sidomos kjo gjeneratë e Lidhjes e ka pranuar dhe e zhvillon si ndjenjë dhe nevojë e afërsisë dhe bashkëjetesës. Ajo është vërtetuar në shumë takimet dhe manifestimet dhe në ato ndër etniket në Tetovë, Pelince, Lipkovë dhe të tjera, kur të gjithë në një zë bashkërisht është kënduar, kanë luajtur valle dhe janë shoqëruar Maqedonas, Shqiptarë, Romë, Serbë, Vllehë dhe të gjithë përkatësitë tjera të etniteteve të cilët jetojnë në këto hapësira - me ndjenjë dhe kënaqësi të veçantë, - ka theksuar Argirovski.

Kryetari i Kuvendit të LShPM Beasnik Pocesta, Raportin për punën e Komisionit në vitin 2016 e ka vlerësuar si shumë konciz, dhe si sukses më të madh ai ka theksuar faktin se gjatë realizimit të Programit dhe veprimit në të gjitha sferat, nuk është regjistruar asnjë ekses e asnjë mosmarrëveshje dhe kundërshtim në baza ndëretnike. Nënkryetari i KE të LShPM, Salltir Karovski, ka theksuar të arriturat e LShPM përmes aktiviteteve të Komisionit si realizimin e qëllimeve dhe detyrave e Lidhjes në planin e bashkëpunimit ndër gjenerata, ndëretnike dhe ndër fetare dhe bashkëjetesës. Në këtë kontekst, ka diskutuar edhe Hulusi Saliu nga Kumanova, i cili ka theksuar se formimi i këtij Komisioni është një vizion i madh e udhëheqjes, ndërkaq, rëndësia e tij është vërtetuar edhe me arritjen e sukseseve në ndërtimin dhe kultivimin e jetës shumë etnike dhe shumë kulturore intencë e të cilës është jeta me njëri tjetrin e jo njëri pranë tjetrit. Shumë diskutime dhe propozime konstruktive për përparimin e punës dhe forcimin e bashkëjetesës në korniza të LShPM kanë dhënë Stanka Trajkova sekretar i KLED i LShPM, anëtarët e Komisionit: Bllagoja Arsiq, Liljana Atanasovska, Liljana Istoçka, Arif Bekir dhe Petar Zaharçev. Pas aprovimit njëzëri të Raportit për punën në vitin 2016 dhe Programit për punë për vitin 2017, është theksuar nevoja për punë dhe nisma edhe më intensive në këtë fushë.

Mendo Dimovski

ShP Gostivar

Fjalë lavdëruese për punën e suksesshme

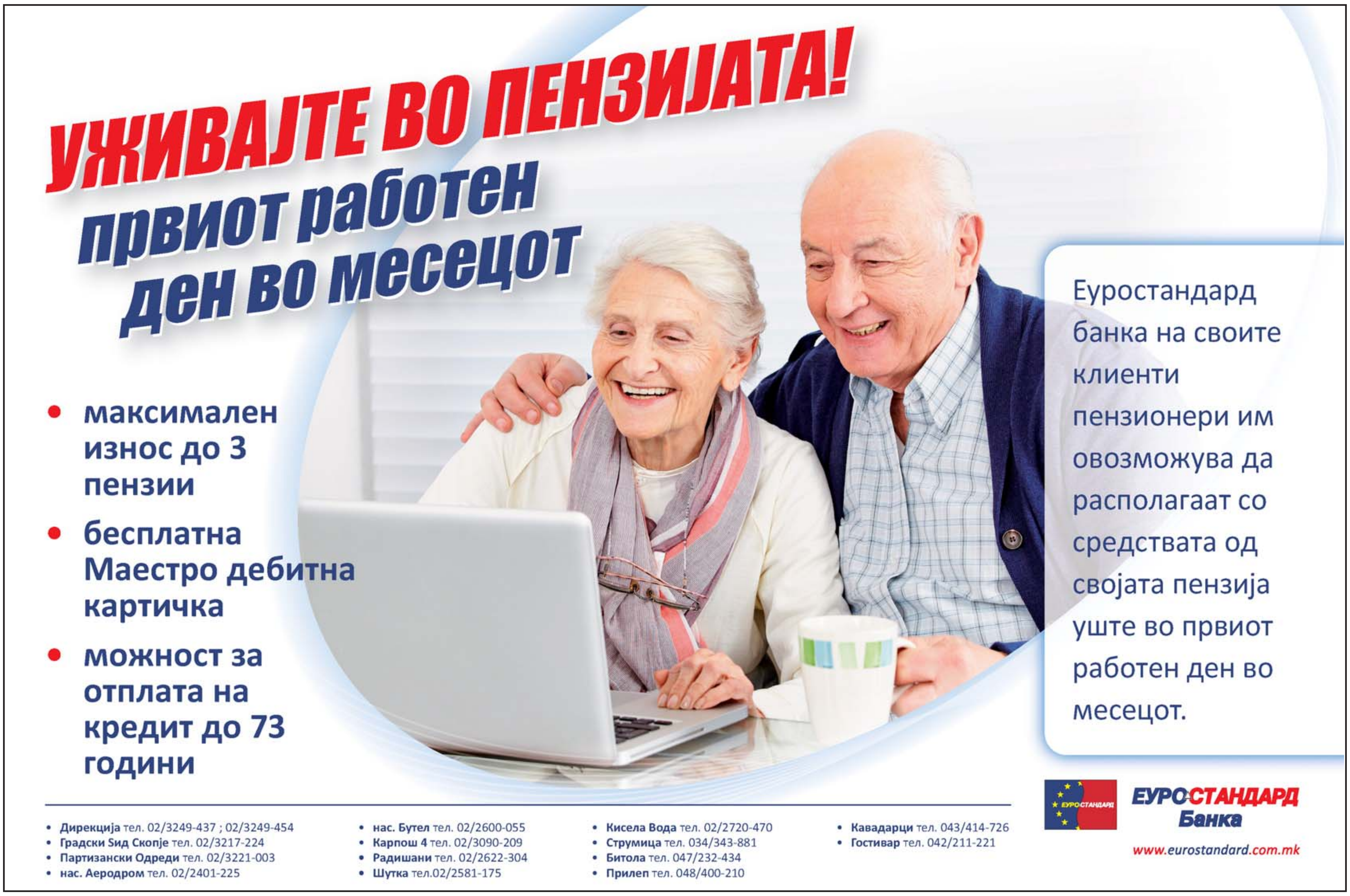
Më 16 mars të vitit 2017, në restorantin "Albis", ShP Gostivar, ka mbajtur seancën e Kuvendit, në të cilën është aprovuar Llogaria vjetore për vitin 2016. Të gjitha materialet

për këtë seancë ishin dërguar me kohë anëtarëve të Kuvendit, ndërkaq, me seancën ka udhëhequr kryetari Nijazi Xhelili. Ai, fillimisht ka përshëndetur delegatët, kryetarët e degëve, anëtarët e Këshillit mbikëqyrës të tri komunave: Mavrovë - Rostushe, Vrapçishtë dhe Gostivar, si dhe mysafirët: kryetarin e Kuvendit të LShPM Besnik Pocesta dhe përfaqësuesit e ShP Tetovë, ShP Saraj dhe ShP Taftalixhe.

Në fjalën e tij, kryetari Xhelili, ka folur për rezultatet dhe aktivitetet e shoqatës në vitin e kaluar 2016. Pas fjalës së tij, kanë diskutuar disa nga të pranishmit të cilët kanë lavdëruar punën e shoqatës dhe kanë dëshiruar që ajo ashtu të vazhdoj edhe në të ardhshmen. Punën e suksesshme të shoqatës e ka përshëndetur edhe kryetari i Kuvendit të LShPM Besnik Pocesta.

Të gjitha dokumentet janë shqyrtuar sipas rendit të ditës dhe të gjitha një nga një janë aprovuar njëzëri.

Vadie Zendeli


УЖИВАЈТЕ ВО ПЕНЗИЈАТА!
првиот работен ден во месецот
• максимален износ до 3 пензии
• бесплатна Маестро дебитна картичка
• можност за отплата на кредит до 73 години
Еуростандард банка на своите клиенти пензионери им овозможува да располагаат со средствата од својата пензија уште во првиот работен ден во месецот.
• Дирекција тел. 02/3249-437 ; 02/3249-454
• Градски Ѕид Скопје тел. 02/3217-224
• Партизански Одреди тел. 02/3221-003
• нас. Аеродром тел. 02/2401-225
• нас. Бутел тел. 02/2600-055
• Карпош 4 тел. 02/3090-209
• Радишани тел. 02/2622-304
• Шутка тел.02/2581-175
• Кисела Вода тел. 02/2720-470
• Струмица тел. 034/343-881
• Битола тел. 047/232-434
• Прилеп тел. 048/400-210
• Кавадарци тел. 043/414-726
• Гостивар тел. 042/211-221
ЕУРОСТАНДАРД Банка
www.eurostandard.com.mk

Рекреативни активности
Здравствена заштита
Физикална терапија
24/7 часовна нега
Домашна кујна
Помош и нега
П.З.У. Сончев дом
Тодоровски
www.soncevdom.mk
тел.078 265 814
078 265 815
info@soncevdom.mk

Претераното седење е поштетно дури и од пушењето!

Кога ќе се погледнете во огледало мислите дека изгледате постаро отколку што навистина сте? Ако е така, размислете за тоа колку време поминувате седејќи. Еден, два, пет или десет часа дневно? Освен исхраната, квалитетот на спиењето и лошите навики, на вашата биолошка доба многу влијае и колку се движите. Новите истражувања откриваат дека претераното седење е една од најопасните навики на современото време кое значително го загрозува здравјето и квалитетот на живот.

Еве некои резултати од истражувањата за седењето:

Го скратува животниот век – Научниците од Калифорнискиот универзитет го тестирале влијанието на седењето на женски лица на возраст од 64 до 95 години. Истражувањето изведено на 1 500 припаднички на поубавиот пол покажало дека жените кои многу седат во просек се 8 години постари од оние кои повеќе се движат. Тие кои седат повеќе од 10 часа дневно, но 40 минути дневно се бават со некоја физичка активност имаат подобри шанси. Значи дека и покрај седењето тие нема да стареат побрзо, благодарение на тоа што во својата секојдневна рутина вклопиле получасовно телесно вежбање.

Го зголемува ризикот од тешки болести – Се поголем број истражувања одново потврдуваат колку долготрајното седење е штетно за здравјето. Освен што го забрзува стареењето на ниво на клетките и го зголемува ризикот од предвремена смрт, седењето придонесува кон настанување на: дијабетес, срцеви заболувања, тумори, дебелина. Истражувањето открило тесна врска помеѓу долготрајното седење и зголемениот ризик од тешки болести. Повеќечасовното седење зголемува:

- ризик од рак на белите дробови за 54%;
- ризик од рак на дебелото црево за 30%.

Доколку го редуцирате седењето, значително ќе си го продолжите животниот век.

Штетно е како и пушењето – Кога станува збор за влијанието на здравјето, седењето денес се нарекува „ново пушење". Додека секоја испушена цигара го намалува животниот век за 11 минути, секој час седење според д-р Џејмс Левин, одзема дури два часа од животот! Тоа е поштетно дури и од пушењето. Студијата покажала дека оние кои на секој пола саат ги протегаат нозете се значително поздрави од оние кои цело време го минуваат седејќи.

Како да се намали штетното влијание од седењето – Ако многу време поминувате седејќи додека извршувате работа низ дома, работите на компјутер или гледате телевизија станувајте почесто. Не само што ќе се чувствувате подобро, туку ќе имате и повеќе енергија. Секогаш кога седите, имајте на ум да седите правилно – со исправен жрбет, отворен граден кош и со активни мускули на нозете. Секои 20 минути станете од столицата и дозволете си себе си две минути прошетка.

Имајте на ум дека колку повеќе се движите, толку ќе бидете посилни, пофлексибилни и полесно ќе можете да ги извршувате вашите дневни задачи.

Направете тест од седење и станување – Со цел да ја проверите вашата здравствена состојба и виталност, тестирајте се со седење на под и станување. Направете го тоа така што помалку ќе си помагате со рацете, со колената и со другите делови на телото.

Ако при седење или станување од под како помош не употребувате ниту еден дел од телото, остварувате максимални 10 бодови. Секој пат кога ќе си помогнете потпирајќи се на рака или на колено, одземете си по еден бод од максималните 10. На пример, ако при седењето на под употребувате рака, а при станувањето се служите со рака или со колено, одземете 3 бода и оценете се со 7. Како ќе го изведете овој тест, многу зависи од силата на вашите мускули, флексибилноста, балансот и моторичката координација, а тоа е, секако, поврзано и со бројот на часовите кои ги поминувате седејќи.

Резултати:

- Ако сте оствариле 3 бодови, вашиот ризик од болести во следните 6 години е поголем за 6,5 пати од оние кои забележале од 8 до 10 бодови.
- Ако сте оствариле од 3 до 6 бодови, ризикот се зголемува за 3,8 пати.
- Ако сте оствариле од 6 до 8 бодови, имате 1,8 пати поголем ризик.

И да не е баш така, трудете се што помалку да седите и што повеќе да сте активни. Ако не ви се вежба, шетајте! **Т.Г.**

Намалување на високиот крвен притисок на природен начин

Нормален притисок е оној кој е помеѓу 120/80 и 140/90. Според најновите истражувања лекарите сметаат дека 140/90 сеуште не е висок притисок особено кога станува збор за постари луѓе. За зголемен крвен притисок придонесуваат бројни фактори, вклучувајќи го стресот, солената исхрана, пушењето, недостаток на вежбање и возраста. Последиците од зголемениот притисок можат да се запрат на време, користејќи лекови, разни чаеви и намирници, како и со промена на начинот на живот и исхраната. Многу од овие намирници се познати, но можеби за некои сте заборавиле, па ќе се потсетите.

Лук – Лукот може да го намали крвниот притисок бидејќи **поттикнува опуштање** и проширување на крвните садови. Овој познат зачин, кој се наоѓа во речиси секоја кујна, ги штити крвните клетки и крвните садови од воспалителни и оксидациони процеси кои предизвикуваат атеросклероза и срцев удар. Во борбата против хипертензија изедете едно или две чешниња дневно, по можност сурови или варени. Ако не сакате да го јадете лукот директно, додадете го како зачин во храната. Можете да го најдете и во форма на капсули.

Глог – Глогот е растителен лек за висок крвен притисок, кој се користи веќе илјадници години во традиционалната кинеска медицина, а неговата лековитост ја потврдуваат и современите студии. Глогот го намалува крвниот притисок, **ја подобрува циркулацијата** на крвта и спречува создавање тромбови (згрутчувања). Во многу земји се користи за лекување на разни болести на срцето, ангина пекторис, аритмија, тахикардија, за чистење на холестеролот во крвта и нивото на триглицеридите, како и за зајакнување на срцевиот мускул.

Цимет – Цејлонскиот цимет е уште еден вкусен зачин кој можете да го вклучите во вашата исхрана и да го намалите вашиот крвен притисок. Истражувањето во Центарот за применети медицински науки во Охајо покажува дека со секојдневното консумирање на одредена доза цимет се намалува притисокот кај луѓето кои имаат дијабетес. Циметот помага во лекувањe на воспаление, ја **чисти крвта** и ја стимулира циркулацијата, а спречува болести на срцето и на крвните садови. Може да се консумира со житарки, со овесни снегулки, јогурт, во кафе...

Маслинки – Медитеранскиот начин на исхрана, многу нутриционисти и лекари го сметаат за најздрав во светот. Против хипертензија силно делува и екстра ладно цеденото маслиново масло, благодарение на полифенолите кои ги содржи. Италијанскиот лекар Алдо Ферара открил дека давањето на 2 лажици ладно цедено маслиново масло дневно им овозможува на пациентите да ги намалат за половина лековите против висок крвен притисок. Маслиновото масло може да се користи на разни начини во исхраната.

Босилек – Босилекот е билка, која добро се сложува со различни видови храна, а може да помогне во намалување на крвниот притисок. Во Азија, се користи илјадници години како зачин и природен лек. Се покажало дека сировиот екстракт од босилок предизвикува краткотраен пад на притисокот. Босилекот штити од воспаленија, оксидативен стрес и ја поттикнува циркулацијата. Додавање на свеж босилек во вашата исхрана е едноставно и безбедно, а носи бројни здравствени придобивки.

Целер – Целерот е билка која се користи за ароматизирање на супи, чорби, варива, како и за други солени јадења. Во Кина долго време се користи за лекување на висок крвен притисок, а и истражувањата ја потврдиле неговата ефикасност бидејќи е **силен диуретик**. Целерот помага во ублажување на хормоните на стрес кои влијаат на притисокот, а помага и во ширење на крвните садови и подобрување на циркулацијата.

Чоколадо – Има сè повеќе докази дека темното или млечното чоколадо, поточно неговата основна состојка какаото, делува антихипертензивно. Флавоноидите во чоколадото поттикнуваат **проширување на крвните садови** и го намалуваат притисокот местата на стеснување во крвните садови. Меѓународни студии потврдиле дека за поволни резултати, доволно е да се внесат 30 калории темно чоколадо во телото, секој ден, во период од неколку недели.

Стевија – И екстракт од растението стевија го намалува притисокот. Се користи како алтернативен засладувач, но и како сретство против хипертензија, бидејќи е и природен диуретик, кој има многу здравствени придобивки за целиот организам. Покрај тоа што има антивоспалително и антиканцерогено делување, стевијата **го намалува и нивото на шеќер во крвта.** Докажано е дека по три месеци користење на стевиа, се намалува процентот на севкупниот и на штетниот холестерол. Со стевијата може да ги замените вообичаетите засладувачи и да ја додавате на пијалоци, десерти и други јадења.

Мачја канџа – Мачјата канџа е растителен лек кој се користи во традиционалната кинеска практика во лекување на хипертензија и невролошки здравствени проблеми. Оваа билка ја **прочистува крвта,** ја подобрува циркулацијата и ефикасна е против воспалителни процеси во телото.

Оригано – Уште еден лековит зачин што, секако, треба да се најде во вашата градина или како зачин во вашата кујна. Ова растение, **го забавува и ритамот на чукањето на срцето,** и ги штити срцето и крвните садови. Користете го во подготовка на тестенини, ориз, разни сосови и салати. Истражувањата му припишуваат уште едно значајно делување – **ја намалува количината на канцерогени супстанции** кои се ослободуваат кога пржиме храна.

И за намалувањето на крвниот притисок на природен начин со билки консултирај те се со лекар. **Б.А.**

Лекарите предупредуваат

Внимателно со лекови и земање одредена храна

Сите знаеме дека лековите треба да се земаат строго како што е пропишано, како во однос на дозата и времето, така и исхраната за време на третманот. Ова се некои комбинации на храна и лекови кои не треба да бидат земени заедно.

1. Лекови за астма, бронхитис и други болести на белите дробови (teofilin, albuterol)

Забрането е: храна и пијалаци кои содржат кофеин.

Двата лека го стимулираат нервниот систем, па се избегнува кофеинот поради анксиозност и вишок нервоза. Бидете особено внимателни со теофилин, бидејќи кофеинот ги зголемува неговите токсични својства. Намалете ја масната храна, бидејќи ја зголемува биолошката расположивост на теофилинот, што предизвикува предозирање.

2. Лекови кои го намалуваат нивото на „лошиот" холестерол (atorvastatin, fluvastatin, lovastatin, simvastatin, rosuvastatin, pravastatin)

Забрането е: грејпфрут

Грејпфрутот предизвикува нагло зголемување на апсорпцијата на лекот кој го зголемува ризикот од предозирање и несакани ефекти. Затоа, една таблета со грејпфрут е еднаква на 20 таблети со вода. Истото важи и за друго кисело овошје како зелен лимон или портокал.

3. Лекови за проблеми со срцето и бубрезите (kaptopril, enalapril, ramipril)

Забрането е: храна богата со калиум.

Лековите од оваа група го зголемуваат нивото на калиум во крвта, што може да доведе до аритмија и диспнеја. Затоа треба да се избегнуваат банани, компири, соја и спанаќ во периодот на лекување.

4. Антиаритмички лекови за срце (dogoksin)

Забрането е: вештачки засладувачи

Засладувачите содржат глицирхизична киселина кои со овој лек може да предизвика пореметување на срцевиот ритам, па дури и срцев удар. Оваа супстанца е присутна во слатки, кола-чи и пиво. Диеталните влакна (трици, на пример) ја намалуваат ефикасноста на лекот, па затоа треба да се земаат 2 часа пред или после јадење. Билки како кантарион, исто така, ја намалуваат ефикасноста на дигоксин.

5. Лекови за разредување на крвта и згрутчување на крвта (варфарин)

Забрането е: храна за разредување на крвта и храна богата со витамин К

При употребата на овие лекови, треба да се намали внесот на брусница, лук, ѓумбир и некои зачини (бибер, цимет и куркума). Овие намирници предизвикуваат крвта да биде поретка и во комбинација со варфарин може да дојде до крварење. Витаминот К, од друга страна, ја намалува ефикасноста на лекот. Овој витамин се наоѓа во спанаќот, цвеклото, зелката, брокулата и слично.

6. Хормони на тироидната жлезда (levotiroksin)

Забрането е: соја, костен, влакна.

Луѓе кои употребуваат лекови како eutiroksa, bagotiroksa и L-tiroksin) треба да избегнуваат соја и храна од ова растение, бидејќи ја блокираат ефикасноста на лекот. Костен и храна богата со растителни влакна, исто така, имаат сличен ефект.

7. Антибиотици за бактериска инфекција (tetraciklin, ciprofloksacin, penicilin)

Забрането е: млечни производи.

Овие антибактериски лекови формираат соединенија на калциумот кои тешко се лачат и се наоѓаат во изобилство во млечните производи што доведува до нагло намалување на ефикасноста на лекот.

8. Лекови против болки, болки во мускулите и главоболка (ibuprofen)

Забрането е: безалкохолни пијалаци Ибупрофен (исто така познат како Advil, genpril, proprinal) не е во корелација со безалкохолните пијалаци. Овие пијалоци содржат јаглерод диоксид и киселини кои ја зголемуваат апсорпцијата на лекот и го подигнуваат нивото на концентрација во крвта. Како резултат на тоа, дозата не може да се контролира и ризикот од зголемување на нивото на токсини во бубрезите може да се зголеми.

9. Антидепресиви и лекови за продолжена депресија (tranilcipromin, fenelzin, nialamide).

Забрането е: храна богата со тирамин.

Антидепресивите вклучуваат МАО-инхибитори, кои заедно со тираминот, може да предизвикаат критично зголемување на крвниот притисок. Тирамин е амино–киселина која се формира во текот на стареење на храната богата со протеини. Може да се најде во старо сирење, месо или риба, суви колбаси или конзервирано месо.

10. Комбинирање - Одредени лекови го губат или имаат зголемени дејство во доколку се комбинираат со одредени намирници. Поради овие причини, многу важно е да се консултирате со вашиот лекар или фармацевт, како и внимателно да го прочитате упатството, за да се избегнат било какви несакани последици. **М.Д.**

Храна за добро здравје

Со доаѓањето на пролета нашиот имунитет ослабнува, а честите промени во температурата влијаат врз нашиот организам поради што сме склони на настинки и грип.

Еве со што можете да го зајакнете:

Кељ за прочистување на црниот дроб

Јакнењето на имунолошкиот систем започнува со чистење на црниот дроб кој е задолжен за детоксикација. Најдобра храна за црн дроб е кељ, брокула, зелка и зелена салата. Тие ја поттикнуваат работата на црниот дроб и го забрзуваат чистењето токсини од организмот.

Авокадо за настинка

Авокадото позитивно влијае врз надбубрежните жлезди и го зајакнува имунитетот. Богато е со аминокиселини и здрави масти кои го врамнотежуваат нивото на хормони во организмот, го намалува ризикот од инфаркт и помага во регулација на крвниот притисок, а се препорачува и за луѓе кои се склони кон настинки.

Ѓумбир за плуќа

Ѓумбирот е одлично средство за чистење на плуќата. Помага во прочистување на дишните патишта и синусите, на тој начин што го спречува дејството на токсините кои предизвикуваат инфекции. Може да се консумира како чај или да се користи како додаток во исхраната.

Овесна каша за намалување на лошиот холестерол

Оваа каша е богата со витамин Е и бета–каротен, а тие влијаат врз зајакнување на имунолошкиот систем. Таа го зголемува дејството на антиоксидантите, а изобилува со влакна кои го намалуваат нивото на лошиот холестерол во крвта.

Црна рибизла за вид

Освен морковите и боровинките, и црната рибизла е одлична за вид. Богата е со антиоксиданси кои го подобруваат видот во темни услови, а содржи и пет пати повеќе витамин Ц отколку портокалот, што ја прави совршен сојузник на имунитетот.

Јајца за сјајна коса

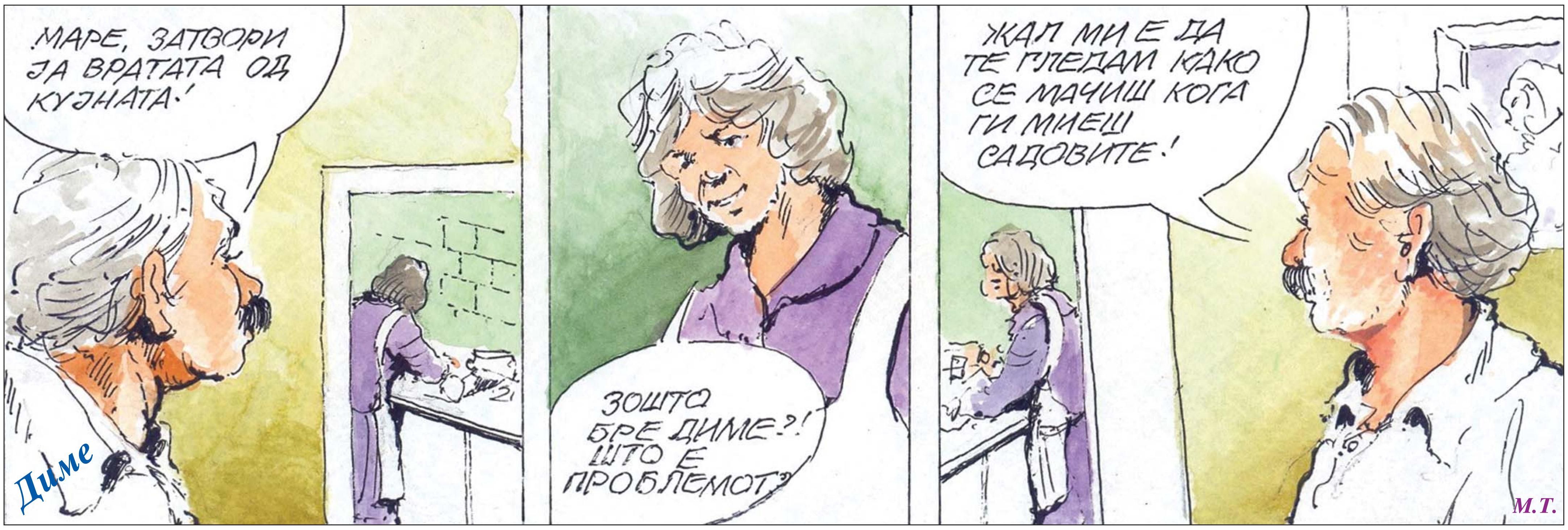
Јајцата изобилуваат со железо и витамин Б12 кој го зајакнува влакното. Железото помага во борба со анемија, која најчесто предизвикува опаѓање на косата. Освен во исхраната, јајцата се одлични и во маска за коса бидејќи жолчката хидратизира, а белката ги отстранува вишокот маснотии.

Калинка за убава кожа

Витаминот Ц го содржи во големи количини, а тој го зајакнува имунитетот и има анти–воспалително дејство, па токму затоа им се препорачува на астматичари. Освен тоа, калинката ја чува кожата од прерано стареење и ја подобрува циркулацијата.

Семки од тиква за здраво срце

Овие семки се богати со магнезиум кој го намалува крвниот приситок и ризикот од мозочен и срцев удар. Освен тоа, богати се со антиоксиданси, витамин Е и Б. **Б. Арсов**



АФОРИЗМИ

Цивилизацијата на една земја не ја создаваат неколку генијални луѓе туку милиони осредни и образовани луѓе.

Кога таткото му дава на синот и двајцата се среќни, кога синот му дава на таткото двајцата се несреќни.

Какви ни се децата, таква ќе ни биде староста.

Во животот жалиме повеќе за нештата што не сме ги направиле, отколку за нештата што сме ги направиле.

Колку малку ни треба за да бидеме среќни, а чудно колку често токму тоа малку ни недостасува.

Подобро е да молчиш и да мислат дека си глуп, отколку да зборуваш и да го потврдиш тоа.

Стравот, желбите и надежта не тераат да размислуваме за иднината, лишувајќи не да уживаме во сегашноста.

Стареејќи човек станува помудар.

Човекот никогаш не е толку среќен ни толку несреќен колку што самиот мисли дека е.

Од страв луѓето се лоши, подли и сурови, но од страв можат да бидат дарежливи и добри.

Секој ден без насмевка е изгубен ден.

Слободен е оној кој ништо не бара и од ништо не се плаши.

Од сиромаштија не треба да се срами, туку од богатство добиено на нечесен начин.

Трпението, љубезноста, љубовта, радоста, добрата волја, среќата, мудроста и разбирањето се особини кои не стареат. Негувајте ги и ќе останете млади со душата и телото.

Стареењето не е минување на годините, туку раѓање на зората на мудроста.

Умот постои но не може да се види. Духот не може да се види, но и тој постои. Ни животот не може да се види, но секој знае дека е жив.

Човекот е среќен ако е здрав, има добро срце и образован дух.

Човекот ги брои годините кога веќе немашто друго да прави.

Вербата никогаш не старее.

Човекот остарува кога ќе престане да сонуваи кога ќе го загуби интересот за животот.

Тајната на младоста е љубовта, радоста, внатрешниот мир и насмевката.

Човек е силен колку што мисли дека е силен.

Човек е корисен колку што мисли дека е корисен.

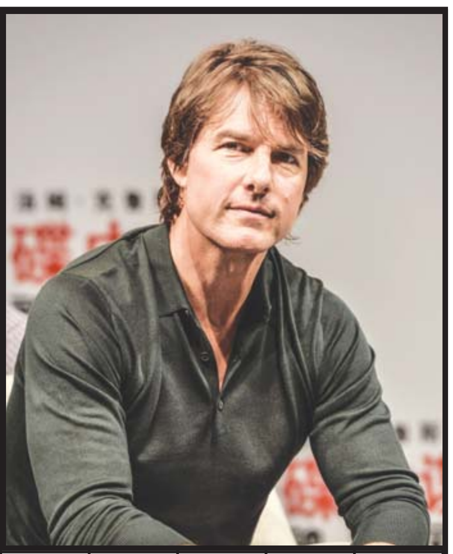
Човек е млад колку што му се млади мислите и духот.

Единствена среќа во животот е секојдневниот стремеж за напред.

Родителите секогаш ги сакаат своите деца многу повеќе отколку децата нив.

КРСТОЗБОР

"пензионер плус" | целокупност (лат.) | "метар тон секунда" | дар на сиромав | треска-ње (мн.) | шведска | "пензионер плус" | критичари | ономатопеја на глас од крава | артистката аулин | американски артист (фото)



константа | контакт | помен на умрен | селски старешина | женско име | облека | еквадор. поет, хорхе андраде | наш писател. владо | америциум | првата самогласка | машка жлезда | константа | пропаганден леток | некогашни индијски војници | франциум | жител на естонија | лутециум | млада на свадба | народни танци | "пензионер плус" | константа | напеви | основачи на манастири | богатство (арх.) | стопен шеќер | "кило ампер" | меана | мусли-манско женско име | рачка на виолина | дипломат. тело | долг временски период | старост | рентген | стар музички нструм. | старото име на островот вис | крал во шахот | наш револуционер, цветан | планин. венец во словенија | фр. филозоф, симон | јод | германско женско име | фудбал. шукер | песочен рид | една нота | женско име | името на шведската скијачка, роднинг | инге илин | одѕив, ек | пејач на јуначки песни во стара грција (мн.) | старогрч. математичар | две согласки | река во шпанија | безбојна течност во лимфните садови | силициум | вид гума | турција | црковен собор | завештатели | температура | милост (разг.) | кошара за овци (мн) | старо египетски владетел

решение: К, мтс, кмет, допир, рубо, малески, ам, простата, к, ласкари, фр, естонец, лу, ктитори, азно, ка, санија, ке, ера, р, иса, к, караванки, ј, давор, ре, ии, аеди, ератостен, лимфа, мастикос, синод, тестатори, исав, трла, ити

Хумор

Трпана го кара својот син – единичар:
– Ти си глуп и ограничен како татко ти!
Во тој момент Трпе се појавува на вратата и вели:
– Значи јас сум глуп и ограничен?
– Ти молчи, никој не зборува за тебе!

*****

Чекала баба автобус, а тој никако да стигне.
Најпосле, кога стигнал, влегла и на кондуктерот му покажала ученичка карта.
– Извинете, бабо, ама ова е ученичка карта!
А бабата му одговорила:
– Е, мој синко, сега знаеш колку долго го чекав твојот автобус!!!

*****

Влегува старец во автобус и го замолува еден дечко да му го отстапи местото затоа што го болат нозете. Момчето не го послушало, туку го прашало:
– Дали ти стануваше на постари додека беше млад како мене?
– Станував и тоа како, – му одговорил старшот.
– Е, па затоа те болат наозете дедо, – му рекло момчето.

*****

Снаата ја одвела свекрвата на лекар и кога завршил прегледот, влегла да праша од што боледува старицата.
– Многу лоша работа, и рекол лекарот!
– Како тоа, лоша работа, кажете, ве молам што и е?
– Ништо не и е, уште долго ќе живее!

*****

Жената лута на сопругот што не и помага му рекла:
– Бирај помеѓу мене и фудбалот и веднаш ми одговори!
Ладнокрвно мажот и одговорил:
– Остави ме сега, ќе размислам после 90 минути.

*****

Една жена бара нешто во дневната соба. По половина саат, видно нервозна му се обраќа на мажот:
– Дали си ја видел негде мојата книга?
– А кој е насловот на книгата?
– Како да ја доживеам стоттата!
– Ја фрлив зашто видов дека и мајка ти почна да ја чита, и одговорил мажот.

*****

Едниот близнак му вика на другиот:
Бате каде си мама два пати ме бања.

*****

Отишла баба во продавница за очила и вели:
– Имате очила?
А продавачот и вели:
– За Сонце?!
– Не, бе за Сонце, за мене!

Старецот и смртта

Еден старец насекол дрва во планината и ги кренал на плеќи да ги носи. Кога веќе натоварен поминал долг пат, изморен ги симнал дрвата и почнал да ја довикува смртта. Бидејќи смртта веднаш дошла и го прашала за причината зошто ја вика, старецот рекол:
– Да ми го поткренеш малку товарот, за да го качам на плеќи.

Седма мултиетничка средба на пензионерите од Македонија во Тетово

Мултиетничко традиционално дружење

Пензионерите од Македонија на вистински начин покажаа убав пример за мултиетничко дружење. Во големата сала „Арена" во Тетово, над 350 пензионери од дваесетина здруженија, се дружеа, се разонодуваа, го проширува пријателствата и нови познанства, докажувајќи дека и во вакви времиња, можат и знаат да бидат еден со друг, да ги остават настрана националните и сите други бариери и заедно и сложно да играат ора на „Девојче бело црвено...", штипски „Чочек", „Пролетта доаѓа" (песна на албански јазик), „Јовано, Јованке", „Болна е легнала", на познатите и популарни „Рока мандолина", „Шота" и уште многу други. Вистинска забава која ги оттргнува овие луѓе од третото доба од сите грижи, враќајќи им го еланот и здравјето, радоста заради виденото и доживеното, за да се разделат со „догледање на наредната осма по ред мултиетничка средба", што веќе традиционално се одржува во мултиетничкото Тетово.

– Нашиот сојуз е најмасовна невладина организација во Македонија, која дејствува како непартиска и непрофитна. Продолжуваме да го шириме меѓусебното пријателство, соживот и сè друго што е одлика на нашата хомогеност и меѓусебно разбирање. Во тој дух на домаќинот – ЗП Тетово, му подарувам примерок од тукушто излезената монографија за 70 годишниот јубилеј на Сојузот на пензионерите на Македонија. Со овие зборови им се обрати **Драги Аргировски**, претседателот на СЗПМ на присутните, прогласувајќи ја средбата за отворена.

На оваа другарска средба со пензионерите се дружеше и **Теута Арифи**, градоначалник на Општина Тетово, која им се обрати на присутните со:

– Драги мои родители, ние имаме целосно разбирање за вашите активности, соработуваме со ЗП Тетово и секогаш даваме поддршка во границите на нашите можности. Со ваквиот начин на дружење вие им ја пренесувате традицијата на младите, на вашите внуци, што претставува вистинска племенита работа, – при што како поддршка на ЗП Тетово вети од буџетот на општината 30.000 денари.

Инаку, на почетокот на средбата, **Стојан Соколовски** и **Шабан Азизи**, во својство на домаќини, ги поздравија присутните на македонски и албански јазик, истакнувајќи дека „**поради карактерот и важноста, организатор на оваа средба е и СЗПМ**", посакувајќи традицијата на заедничкото дружење да продолжи и во наредните години.

Љубомир Божиновски од ЗП Тафталиџе, веќе 15 години пензионер, не го криеше задоволството што бил присутен на сите досегашни средби:

– Ваквото дружење ни го продолжува животот, а дружењето го потврдуваме и на разните екскурзии и други собирања на пензионерите, а гостиварката **Вадие Зендели** искрено ја манифестираше својата радост за присуството, порачувајќи им на присутните „да го чуваат заедништвото, зашто мултиетничноста е богатство на животот и разумот". На средбата присуствуваа претседателот на собранието на СЗПМ Бесник Поцеста, потпретседателот на ИО на СЗПМ Салтир Каровски и секретарот на ИО на СЗПМ Станка Трајкова.

Гојко Ефтоски

ЗП Виница

За „Томина недела" се дружеа пензионерите од цела Македонија

Секоја прва недела по Велигден, главна дестинација на 600 пензионерите од цела Македонија им е Виница, малото гратче со широко срце, кое традиционално празникот Св. Тома го слави како ден на луѓето од третото доба.

– Почитувањето на традицијата и негувањето на овие големи празници е она што ја буди нашата колективна духовна свест и она што не обединува како луѓе. Со задоволство можам да констатирам дека пензионерите, иако се луѓе од третото доба се докажаа и покажаа како движечка сила во нашето општество, сила која иницираше и реализираше многу проекти од кои директен бенефит имавте токму вие. Ние како општина секогаш сме биле отворени за соработка и поддршка на сите идеи, потреби, сугестии кои доаѓаат од страна на Здружението во Виница и првиот човек Драги Петров, и се надеваме тој континуитет ќе продолжи и во иднина, – истакна во писмено доставената порака градоначалникот на Виница, Емил Дончев. Истото мислење го сподели и претседателот на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија **Драги Аргировски** кој рече:

– Со сите овие манифестации во кои бројката на присутни пензионери се движи од 500, па до 9.000 присутни, како на пример во Ораовица и Лесново, се јакне соживотот, колективноста, пензионерите ја надминуваат осаменоста и депресијата, и сме пример за младите генерации како треба да живеат, не еден покрај друг, туку еден со друг, бидејќи без тоа нема иднина.

Во рамките на Манифестацијата Томина недела се спроведе и избор на најатрактивното Велигденско јајце, а во тесна конкуренција првите три места ги поделија пензионерките од Велес и Штип, а за нив Општинското Здружение од Виница обезбеди и пригодни награди.

Македонка Мирева

ЗП Штип

Дружење со песна и оро

Пензионерите и пензионерките од ЗП Штип, по разни поводи и за време на празници организираат средби и незаборавни дружења. Така беше и на 05.03. 2017 година во хотелот „Оаза" каде по повод Осми март, Меѓународниот ден – посветен на жената, мајка, баба, се дружеа над 300 пензионерки и пензионери главно од ЗП Штип, меѓу кои имаше и помлади припаднички на понежниот пол. Претседателот на ЗП Штип **Александар Захариев** на сите присутни им посака добредојде и им го честиташе празникот. На средбата присуствуваше и градоначалникот на Штип, примариус м-р **Илчо Захариев**, кој упати честитки и убави желби до славениците, при што ја нагласи нивната заслуга за успесите на здружението и додаде дека во соработка со Локалната самоуправа останува заложбата за реализација на изградба на Пензионерскиот дом. На прославата со изворни песни и ора се претставиле и групата „Распеани пензионери" од Штипското здружение. По истиот повод раководството организираше прием во Здружението, а имаше и предавање за здрава храна и положување свежо цвеќе пред бистата на народниот херој Вера Циривири – Трена. По сличен повод, на 18.04 2017 година, третиот ден на Велигден, членови на ЗП Штип со претседателот Александар Захариев, ги посетија лицата со интелектуална попреченост на Здружението „Порака" во Штип. Претседателот Захариев, изрази задоволство, што пензионерите им ја возвраќаат посетата за „Денот на жената", кога нивните членови ги израдуваа со рачно изработено цвеќе за славеничките пензионерки. За оваа пригода пензионерите подготвија корпи со црвени јајца и други подароци.

Претседателката на „Порака" **Лилјана Крстева**, ја нагласи добрата соработка со пензионерите, која ја воспостави Здружението „Цивитас" и од Нова година, за позначајните празници речиси редовно се организираат средби и дружења. Стојка Гапева, како волонтер ги води работилниците, на кои со радост доаѓаат овие лица со пречки во развојот – цртаат, подготваат подароци, одат во Зоо парк, во посета на музејот, библиотеката. Тука се чувствуваат прифатени и среќни, вели Гапева. И родителите изразија свое мислење за тоа и главно се задоволни што децата уште од градинка се прифатени во редовните паралелки, со нагласена грижа од наставниците.

Ц. Спасикова

ЗП Куманово

„Шегата ми е во душата"

Манифестацијата „Шегобијна разгледница", што се одржува по повод први април Денот на шегата, а во организација на КУС при ЗП Куманово годинава го доживеа 16–то издание. Во нов градски амбиент, со позитивни вибрации што го прават животот смеа и поубав, на сцената продефилираа повеќе автори и музички дејци, кои оваа културно забавна приредба ја направија посебна, атрактивна и интересна за следење. На литературниот конкурс што го распиша Здружението, на тема: „Шегата ми е во душата", учествуваа шест добро познати литературни творци, пензионери од Куманово, кои главно твореа на кумановски дијалект, кој по непишано правило секогаш е поен плус за публиката. Конкурсот е од ревијален карактер, што само по себе

Манифестацијата беше збогатена и со музички нумери во изведба на солисти, дуети и хорот „Гоко Симоновски", под диригентска палка на музичкиот педагог Ивана Пешевска. Публиката во Куманово имаше можност да ги проследи нумерите интерпретирани од Калина Бошковска, Богољуб Манојловски, Стана Кипријановска, Вера Маневска, Влајко Петковски, Љубица Кузмановска, кои и овојпат наидоа на добар прием, за што беа наградени со долги аплаузи. Сите вокални солисти и дуетите беа проследени со музичка придружба од оркестарот на народни песни, при Здружението. И водителката на програмата, Мирјана Илиевска со својата специфична доза на хумор и смеа ја направи Манифестацијата уште позабавна и похумористична. Претсе-

значи дека сите творби заслужуваат награди, за што од страна КУС беа наградени со признанија за учеството. Меѓу учесниците и годинава се најдоа: Кире Илиевски, Киро Соларски, Гордана Поповска, Живка Милошовска, Зора Ивановска и Наум Јовановски.

дателот на ЗП Куманово **Спирко Николовски**, потсети дека ова е успешен пример за сите пензионерски здруженија во државата како да се исполни времето и активно да се твори, забавува и живее.

Јасмина Тодоровска

ЗП Демир Хисар

Активен и на 88 години

Дедо Науме Тренчевски е единствен пензионер кој со своите 88 години се уште е активен во ЗП Демир Хисар. Повеќе од 20 години ги организира речиси сите екскурзии на пензионерите, хуманитарни настани, состаноци, предавања и други активности во кои е вклучен најголемиот огранок на демирхисарското здружение на пензионери, на кој долги години е организациски секретар.

Роден е во далечната 1929 година во преубавото живописно село Растојца, Демирхисарско, во патриотска фамилија. Како квалификуван столар 10 години работел во тогашниот гигант од тутунската индустрија – Југотутун, а потоа се до неговото пензионирање во 1989 година во Управата за јавни приходи. Живее сам, во центарот на градот, во скромна куќа со преубаво среден двор. Скоро секој викенд го посетуваат ќерката и синот кои со своите фамилии живеат во Битола.

Го сретнавме кај градскиот плоштад, каде што најчесто се дружи и си муабети со своите колеги – пензионери.

– Сопругата ме напушти одамна. На овие години тешка е самотијата, но благодарение на мојата активност во Здружението, полесно се поднесуваат годините. Еве баш деновиве организираме една екскурзија во Струмица, па денес сакам да ги известам сите пензионери од мојот огранок, – ни рече Науме.

Неговиот придонес во афирмацијата на ЗП Демир Хисар и за пензионерите е голем, за што зборува и бројката од 40 организирани екскурзии, како во нашава држава така и во странство. Науме има организирано и неколку хуманитарни акции за помош во храна, лекови и облека на пензионери со ниски

примања и инвалидски пензионери. Како почесен член на здружението, поканет е на секоја седница на Собранието и на Извршниот одбор.

Во знак на благодарност за активно учество во пензионерскиот живот, претседателот на ЗП Демир Хисар Пере Петрески, од името на сите 1.600 пензионери, на пригодна церемонија му додели благодарница.

Зоран Стевановски

ЗП Сарај

Еднодневна екскурзија во Приштина

Во рамките на Програмата за работа, Здружението на пензионерите од општина Сарај, на 13 април 2017 година на реализираше еднодневна екскурзија во Приштина, на кое учествуваа 169 пензионери.

Спрема програмата на екскурзијата, со пристигнувањето во Приштина, најпрвин беше посетен убаво уредениот парк Грмија, место на рекреација и одмор кој се наоѓа на периферија на Приштина. Во него пензионерите престојуваа околу три часа.

Околу 13 часот, екскурзијантите се вратија во градот Приштина, каде индивидуално и групно го разгледаа градот, како и некои негови културни спомениции.

И овој пат патувањето и престојот беа полни со импресии.

Во вечерните часови, пензионерите се вратија во своите куќи задоволни со патувањето и дружењето.

Б.Б.