

ПЕНЗИОНЕР

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 110



NLB Banka

20 септември 2017 година

22. Републички пензионерски спортски натпревари

Олимпијада на спорот и соживотот

И оваа 2017 година, пензионерите по 22 пат, на 2 септември во Кочани, покажаја дека годините не претставуваат граница и дека го знаат значењето на спортувањето и физичката активност особено за луѓето од третата добра.

Дваесет и втората републичка пензионерска спорурска олимпијада на спорот и другарувањето, најста-

поздрави присутните на стадионот и им посака добредојде, а на спортистите добри резултати.

На гостите и на натпреварувачите им се обрати и градоначалникот на Кочани **Ратко Димитровски**, кој е еден од најангажираните „татковци на градот“ и е пример во соработката со пензионерите за градоначалниците во другите градови.

ното прашање не е доволно високо на политичката агенда, што укажува од потребата од ангажирање на националните и локалните власти во обезбедување повеќе ресурси и решенија, во насока на подобрување не само на условите, туку и на општествениот статус на пензионерската организација во целина.

На крајот, посебно изразувам голема благодарност кон домаќинот на спортските натпревари ЗП Кочани и претседателот **Ѓорѓи Серафимов** со тимот, за досега спроведените успешни подготовки и обезбедени услови за фер спортски натпревари.



рата и најмасовна пензионерска програмска активност во Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија, се одржа во чест на 8 септември, Денот на независноста на Република Македонија и 20 септември, Денот на пензионерите во нашата земја.



Двата големи празника на пензионерите им ги честиташе министерката за труд и социјална политика во Владата на Република Македонија **Мила Царовска**, која во обраќањето пред почетокот на натпреварите на стадионот во Кочани меѓу другото рече:

– Навистина ми е чест што имам можност да се обратам на една ваква свечена манифестија на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија. Возрасните лица во Македонија и пензионерите ја носат мудроста на нашето општество, која ние младите луѓе треба да ја искористиме и секако да вложиме дополнително нашето општество коешто вие сте го градете да биде уште подобро за сите.

Ние како Влада на Република Македонија и како Министерство за труд и социјална политика ќе го почитуваме сето она коешто СЗПМ и сите здруженија на пензионери во Република Македонија ќе го постават до нас како прашање и како барање. Заедно со вас ќе продолжиме да работиме и ќе утврдиме каква е потребата на пензионерите и старите лица и тоа ќе го имплементираме со одредена динамика. Започнатите проекти ќе продолжат и во 2018 година, бидејќи за нив има обезбедено средства од буџетот. Дополнителното сметаме дека како Министерство за труд и социјална политика можеме да ги поттикнеме и другите институции, како Фондот за ПИОМ, Фондот за ЗОМ и Министерството за здравство, заеднички со Советот за социјална сигурност да донесеме одлуки и во другите сфери на живеење, што ќе значи целосно унапредување на квалитетот на живеење на пензионерите.

Како покровител на оваа манифестија, ви го честитам почнувањето на натпреварите и ви посакувам успешни игри, одлични успехи и подобри резултати од минатата година. Секако, ви го честитам и 8 септември – Денот на независноста на Република Македонија, и 20 септември, Денот на пензионерите во Македонија. Да се грижиме за нашата татковина Македонија зашто само таа ја имаме.

Обраќањето на министерката беше проследено со аплауз од присутните почетени од нејзиното пријдојно обраќање и убавите зборови.

Ѓорѓи Серафимов, претседател на ЗП Кочани, домаќин и соорганизатор на оваа манифестија, ги

од името на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија на околу 1 300 пензионери од 40 здруженија, членки на СЗПМ, кои се стекнаа на право за учество на овие републички спортски пензионерски натпревари преку претходно одржаните осум регионални, на гостите и на натпреварувачите им се обрати **Салтир Каровски**, потпретседател на ИО на СЗПМ, кој обраќајќи им се на пензионерите истакна:

– Ми причинува особена чест и задоволство што можам во името на СЗПМ да зборувам пред овој аудиториум. Денес во Кочани реализираме спортски акти-

На сите пензионери спортисти во сите спортски дисциплини им посакувам врвни спортски резултати. Нека победат најподготвените и најдобрите.

Со ова Републичките спортски натпревари за 2017 година ги прогласувам за отворени.

По неговото обраќање, претседателот на Комисијата за спорт и рекреација во СЗПМ **Здравко Петковски** им ги објасни на учесниците најбитните правила околу натпреварувањето, со цел тие да се одвиваат според Правилникот за оваа намена.

Потоа отпочна натпреварувањето кое и оваа година беше во 11 дисциплини, а учествуваа 500 натпреварувачи од кои 264 во машка и 236 во женска конкуренција. На 22. републички пензионерски спортски натпревари најдобри беа натпреварувачите од ЗП Прилеп и го освојиа победничкиот пехар. Пехарот на ЗП Прилеп им го врачи претседателот на СЗПМ **Драги Аргировски** кој најнапред на пензионерите од муслиманска вероисповед им го честиташе Курбан-байрам, и меѓу другото истакна:

– Почитувани пензионери, и оваа година успешно завршила 22. републички пензионерски спортски на-

тревари кои се едни од најмасовните досега. И овој пат докажавме дека спорот е многу битен за луѓето од трета добра и дека со негово практикување го јакнеме нашето физичко и психичко здравје. Заврши 22. олимпијада, која беше олимпијада на спорот, дружењето и соживотот. Така сплотени и здружени да продолжиме и во иднина на наредните олимпијади за кои се надеваме ќе прераснат во балкански и меѓународни. На прилепчани им го честитам успешот и им посакувам освојување на уште пехари. Овој им е прв и да не им биде последен.

Пехарот го прими **Кирил Ѓорѓиоски**, претседател на ЗП Прилеп, едно од најголемите и најактивни здруженија, членки на Сојузот.

Се славеше победата која сите ја чувствуваа како своја и како поттик за нови успеси и постигања на сите полиња, а не само



вности и натпревари на пензионерите во Македонија, со цел унапредување, збогатување и проширување на интересот на пензионерите за практикување на спортските активности за одржување на психофизичката активност на пензионерите. Здравото и активно стареење веќе е вградено како мото на Сојузот и дефинитивно е животен квалитет кој влијае не само на поединецот туку и на семејството и пошироката заедница.

Промовирањето на доброто здравје кај по-взрасната популација има централна улога во глобалниот одговор на стареенето на населението во нашата земја. Инвестирањето во здравјето на луѓето, особено на повозрасното население, го намалува товарот од болестите, има позитивно влијание на нивната социоекономска положба, им ја поттикнува независноста и продуктивноста, и на тој начин посредно овозможува огромни бенифиции за општеството во целост.

Пензионерите претставуваат повеќе од 15% од вкупното население во Република Македонија. Тие се генерално задоволни, но сепак сметаат дека нив-



на спортски план.

На дружењето во ресторантот „Амор“ во Кочани, присуствуваа и градоначалниците Блаже Станков на Општина Зрновце, Костадин Личков на Општина Чешиново – Облешево и градоначалникот на Кочани Ратко Димитровски на кој во знак на благодарност за соработката претседателот Аргировски му подари слика направена од ориз со грбот на градот на оризот.

Калина С. Андонова

ВО ОВОЈ БРОЈ...

АНАЛИЗА ЗА
УСОГЛАСУВАЊЕ
И ЛИНЕАРНО
ЗГОЛЕМУВАЊЕ
НА ПЕНЗИИТЕ

стр. 2

22-ри РПСН
ВО
КОЧАНИ

стр. 3, 8 и 9

ИНТЕРВЈУ
СО БЕСНИК
ПОЦЕСТА

стр. 4

АКТИВНОСТИ

стр. 5

ПАНОРАМА

стр. 7

ИНФО

стр. 10

PROMOVOHET
LIBRI
"FABULA"

стр. 12

ЗДРАВСТВО

стр. 13

ЗАБАВА

стр. 15

ВИДИЦИ

стр. 16

20-ти СЕПТЕМВРИ
ДЕНОТ НА
ПЕНЗИОНЕРИТЕ
НА МАКЕДОНИЈА
ИМ ГО ЧЕСТИТА

СЗПМ

ЌЕ ИЗЛЕЗАТ

- 12. октомври во „Нова Македонија“
- Пензионерски видици
- 19. октомври - Прилог за пензионери во „Коха“
- 27. октомври „Пензионер плус“

Вашата пензија
секогаш на први
во месецот.

НЛБ Сребрен пакет

NLB Banka

Анализа за усогласување и линеарно зголемување на пензиите



Драги Аргировски,
претседател на
С3ПМ

Во врска со најновото усогласување на пензиите во јавноста беа изнесени повеќе информации и мислења кои кај пензионерите во нашата земја создадоа дилеми.

Аналитички најпрвин треба да се ценат неколку факти:

- Точно е дека за ноември во 2016 година пензите линеарно се зголемија за **654** денари, кои се влезени и во основицата на пензиите за 2017 година.

Табела: Преглед на зголемувањето на пензиите врз основа на Одлука на Собранието на Република Македонија, коешто е влезено во основицата за 2017

Јан	654	Јул	654
Фев	654	Авг	654
Мар	654	Сеп	654
Апр	654	Окт	654
Мај	654	Ное	654
Јун	654	Дек	654

- Од 1 јануари 2017 година, по три години, повторно почнаа пензиите да се усогласуваат според Законот за пензиското и инвалидското осигурување, во кој во член 37 се пречизира:

(1) Усогласувањето на пензиите се врши според движењето на индексот на трошоците на животот во висина од 50 отсто и порастот на просечно исплатената плата на сите вработени во РМ во висина од 50 отсто.

(2) Пензиите се усогласуваат од 1 јануари и од 1 јули секоја година според процентот кој се добива како збир на порастот на индексот на трошоците на живот во предходното полуодие и процентот на порастот на просечно исплатената плата на сите вработени во предходното полуодие во однос на полуодието кое му предходи.

- Според оваа законска одредба усогласувањето на пензиите за периодот јануари–јуни 2017 година изнесуваше 0,82 отсто, а за периодот јули–декември тој процент изнесува 0,85 отсто.

- Врз основа на овие законски одредби износот што се добива со таквото усогласување зависи од висината на пензиите.

Групи на пензии	МЕСЕЦ		МЕСЕЦ		Вкупно за 2017 година	
	Јануари – Јуни -2017		Јули – Декември -2017			
	% на усогласување - 0,82	% на усогласување -0,85				
8500	70	8570	73	8643	143	
10000	82	10082	86	10168	168	
13755	113	13868	118	13986	231	
17000	139	17139	146	17285	285	
22000	180	22180	189	22369	369	
26000	213	26213	223	26436	436	
30000	246	30246	257	30503	503	
35700	293	35993	306	36299	599	
38400	315	38715	329	39044	644	
48000	393	48393	408	48801	801	

Очигледно е дека најмал износ на усогласување на пензијата од јули 2017 година ќе имаат пензионерите со најниска пензија од 8.570 денари и тоа само 73 денари или вкупно со првото усогласување 143 денари. Просечните пензии од 13.868 ќе бидат покачени за 118 денари, на пензите од 22.180 денари 189 денари, на групите на пензионери со над 30.000 денари усогласувањето ќе изнесува 257 денари, а на највисоката пензија од 48.393 денари тоа ќе изнесува 408 денари или вкупно со јануарското усогласување 801 денар. Значи најмногу ќе се „офајдат“ токму тие.

Според досегашната практика на почетокот на месец октомври ќе почне да се исплатува јулското усогласување на пензиите од 0,85 отсто и тоа со разлика за јули и август. При тоа пензионерите со најниска пензија ќе добијат покачување на септемвриското износ од 73 денари и разлика за јули и август 146 денари. Пензионерите на кои пензиите се во висина на просечната пензија покрај покачување од 118 денари ќе добијат разлика од 236 денари. Пензионерите со највисока пензија ќе добијат покачување за септември за 408 денари и разлика за јули и август од 816 денари. Октомвриските пензии што ќе се исплатат во ноември ќе бидат како септемвриските, но без разлика.

Во Република Македонија во јуни имаше над 300 илјади пензионери од кои над 250.000 се членови на С3ПМ, а над 40.000 се разделени во три Сојуз на инвалидски пензионери. Највисоки пензии од 35 до 48 илјади денари примијат само околу 2.000 пензионери, од кои над 200 се таканаречени пензионери богаташи со месечна висина на пензија од над 48.300 денари, односно околу 787 евра.

Најниска пензија од 8.570 денари или 139 евра имаат 54.400 пензионери, а 82.400 корисници на пензија се со 10.000 денари итн. Или вкупно над 170.000 пензионери имаат примања под просечната пензија која изнесува 13.868 денари или околу 226 евра. Интересен е и податокот дека по 17.000 денари месечно примијат 64.800 пензионери, потоа по 22.000 денари имаат 35.000 пензионери, а по 26.000 денари 10.800

пензионери. Бројката натаму значително се намалува, така што до 30.000 денари месечна пензија имаат околу 6.000 пензионери, а околу 35.000 денари само 3.700 пензионери.

Со проучувањето на оваа проблематика за зголемувањето на најниските, просечните и највисоките пензии, како и на движењето на усогласувањата за изминатите две децении се согледуваат значајни и релеватни факти.

Во далечната 1997 година усогласувањето изнесувало само 1.10 отсто така што најниската пензија изнесувала 3.238 денари, просечната 5.760 и највисоката 20.570 денари, додека во **1998 година немало усогласување**. Во 2002 и 2003 година усогласувањето на пензите изнесувало околу 6 отсто. Во тие две години најниските пензии се покачени за 425 денари, просечните за 815 денари, а највисоките за 2.880 денари. **Меѓутоа, во 2005 година усогласувањето изнесувало само 0,40 отсто, со што ниските пензии се покачиле за само 16 денари, просечната за 35, а највисоката за 320 денари.** Таа година најниската пензија изнесувала 3.919 денари, просечната 7.684 и највисок износ на пензија бил 26.887 денари. Највисокото вкупно усогласување на пензите од 21,66 отсто имало во 2008 година кога соодносот помеѓу најниска и највисока пензија достигнал загрижувачки над 6 пати што е за еден пат повеќе од стандардите на Европската унија. Секако во Р.М., која според уставот е социјална држава, овој јаз помеѓу најниската и највисоката пензија трбва да биде и помал. Во 2013 година покрај 2 отсто од усогласувањето, пензите се зголемени и за 5 отсто или вкупно 7 отсто. За да не се зголемува соодносот помеѓу најниската и највисоката пензија во 2014, 2015 и 2016 година воведено е само линеарно зголемување на пензите со фиксен износ од 600, 621 и 654 денари.

Истражувањето за оваа анализа покажа и тоа, дека според податоците на Заводот за статистика во 2014 година од 01-01-2014 година усогласувањето би изнесувало 0,125%, порастот на плати изнесувал 0,25% од тоа 50% е 0,125% и од пораст на трошоци за живот 0,0% или по двета основа вкупно 0,125%. Од 01-07-2014 година не би имало усогласување бидејќи порастот на плати е негативен - 0,11% и порастот на трошоци за живот е негативен и изнесува -1,10%. Според тоа во 2014 година најниската пензија од 7.162 денари била усогласена само со 9 денари, а највисоките пензии од 37.773 денари би добиле само 47 денари усогласување, а со линеарно зголемувањето на пензите од буџетски средства добиле 600 денари и за толку им се зголемила основицата на пензијата.

И во 2015 година од 01-01-2015 година усогласувањето би изнесувало 0,955% и тоа порастот на плати изнесува 1,91% од тоа 50% е 0,955% и од пораст на трошоци за живот кој е негативен и изнесувал - 0,2% или по двета основа вкупно 0,955%.

Сето ова покажува дека најпозитивно решение за сите пензионери во годината е да има покрај редовното усогласување на пензите и линеарно зголемување, со што би се ублажувале и надминувале социјалните разлики меѓу пензионерите во нашата земја. Во спротивно само со усогласување на пензите во незавидна положба во 2018 година ќе бидат околу 170.000 пензионери со ниски примања или повеќе од половината од вкупниот број на пензионери во Р.М.

ЗП Охрид и Дебрца

Демант објавен во дневниот весник „НОВА МАКЕДОНИЈА“, Скопје

Во врска со: **Објавен текст под наслов „ОДГОВОР НА ТЕКСТОТ- МЕГА ЛАГИ И КЛЕВЕТИ“, објавен на 28.07.2017 год. од страна на Партијата на обединети пензионери и граѓани на Македонија потписан од претседателот Илија Николовски, а по повод објавениот текст под наслов „МЕГА ЛАГИ И КЛЕВЕТИ“, од 25.07. 2017 од страна на Извршниот одбор на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија кој нашето здружение го поддржува и ги прифаќа сите изнесени наводи кои се поткрепени со аргументи, докази и факти.**

Извршниот одбор на ЗП Охрид и Дебрца кое постои од 20.06.1950 год. и е меѓу првите основани самостојни здруженија во РМ и во моментот брои околу 10.000 членови и своите надлежности, цели и задачи ги претпостави од Законот за здруженија и фондации и Статутот на ЗП и е непартишка и невладина организација доброволно здружена во Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија согласно законот и статутите. На одржаната 15 седница од 05.08.2017 година. Со сите членови на ИО дојнесе едногласно заклучок со кој се дава целосен ДЕМАНТ на сите изнесени наводи во одговорот на текстот „Мега лаги и клевети“, од ПОПГМ објавени во вашиот весник „Нова Македонија“ а се однесуваат на нашето здружение и неговиот претседател Ѓорѓи Трпчески и на С3ПМ и на неговиот претседател Драги Аргировски.

ИО на ЗП Охрид и Дебрца ги демантира сите изнесени наводи кои се целосно НЕ ВИСТИНИ во објавениот одговор на текст потписан од страна на претседателот Илија Николовски од Партијата на обединети пензионери и граѓани во Македонија која е основана само

од неколку години, а сега е дел од актуелната власт на РМ и кој сака да ги прикаже состоите на свој необичен начин со што сака да ја изманипулира и дефокусира јавноста со изнесување на бројни дезинформации, инсинуации, клевети, лаги и друго без постоење на валидни аргументи и докази со што сака да му наштети на нашето здружение и да го омаловажи нашето раководство и членовите на органите и телата во нашето ЗП преку конструктивна и најтранспарентна и демократска расправа и постапка донеска одлука да се поднесе тужба против РМ за утврдување на сопственоста на овој пензионерски дом и како втора тужена страна Здружението на инвалидските пензионери од Охрид кое претендира да биде сопственик на домот. По одржаните расправи во основниот суд во Охрид на 08.06.2017 година е донесена првостепена судска пресуда со која нашето тужбено барање е УСВОЕНО со што нашето здружение се стекнува со сопственичко право да го запише Домот на пензионерите во Охрид во Агенцијата за катастар на недвижности на РМ. Со ова судска пресуда даваме одговор на сите досегашни изнесени манипулации, измислици и невистинити докази со кои се служат поединци и ПОПГМ на чело со нивниот претседател, а со цел нашето здружение и С3ПМ и нивните претседатели да ги прикажат и оправнат. Тенденциозна е и манипулацијата дека се водела кривично постапка од 2014 година за сторено кривично дело „не постапување по пресуда и налог на извршник“ за што ги демантираме овие наводи кои се целосно НЕ ВИСТИНИ и сакаме да укажеме на одредба од член 13 од Уставот на РМ во која стои: „Секое лице ќе се смета за невино се додека неговата вина не биде утврдена со правосилна судска пресуда (право на презумпција). Исто така сакаме да укажеме на уште една ГОЛЕМА ЛАГА со која авторот во одговорот на текстот

побитен факт и не било можно да учествува во градбата на домот на пензионери во Охрид и да бара сопственички или други права по тој основа.

ТОЧНО е дека поради таквата наводна и нецелосно дефинирана состојба со Домот на пен

22-ри РЕПУБЛИЧКИ ПЕНЗИОНЕРСКИ СПОРТСКИ НАТПРЕВАРИ ВО КОЧАНИ

Обраќање на министерот за труд и социјална политика Мила Царовска



Сето она којшто СЗПМ и сите здруженија на пензионери во Република Македонија ќе го постават до нас како прашање и како барање. Заедно со претседателот на Сојузот на здруженијата на пензионери на Македонија имавме средба и ќе продолжиме да работиме заедно. Токму во таа насока и со Советот за социјална сигурност, во којшто здруженијата учествуваат, договоривме динамика на соработка. Тој совет во претходните две години не носел одлуки, но ние договоривме дека кога ќе имаме регуларни средби ќе утврдиме што е потребата на пензионерите и старите лица и така ќе имплементираме. Токму на последниот состанок утврдивме дека бањската рекреација и лекување треба да продолжат во Македонија и ние си го земавме тоа како обврска во иднина, во 2018 година и тоа така да го развишаме. Со Светска банка договоривме проценка на сите пензионерски домови за да се согледа состојбата и потребата за финансиска инвестиција.

Исто така, се обврзуваат согласно Законот да ги почитуваме правата на пензионерите и растот на платите и трошоците на животот да се усогласуваат со пензииште двапати годишно. Владата секогаша на крајот на годината, согласно кондицијата и растот на буџетот, ќе решава за дополнително покачување на пензииште за сите пензионери. Со тоа сметаме дека никој нема да биде доведен во незавидна положба.

Почитуван претседател и потпретседател на СЗПМ, почитуван градоначалник на Зрновци, почитуван градоначалник на градот Кочани, почитувани гости и почитувани пензионери.

Мене навистина ми е чест што имам можност да се обратам на една ваква свечена манифестија на Сојузот на здруженијата на пензионери на Македонија. Возрасните лица во Македонија и пензионерите ја носат мудроста на нашето општество. Јас навистина би сакала ние како млади луѓе да можеме да слушнеме, да искористиме се она што вие сте научиле и секако да вложиме дополнително во нашето општество којшто вие сите сте го градете и сте го донеле на ова ниво какво што е.

Ние како Влада на Република Македонија и како Министерство за труд и социјална политика ќе го почитуваме

Дополнително сметаме дека како Министерство за труд и социјална политика можеме да ги поттикнеме и другите институции, како Фондот за пензиско, Фондот за здравствено осигурување и Министерството за здравство, заеднички со Советот да донесеме одлуки и во другите сфери на живеење, што ќе значи целосно унапредување на квалитетот на живеење на пензионерите. Да не заборавиме само за материјалните права на пензионерите, поради тоа што знаеме во Македонија дека пензионерските домови се во многу лоши услови, дополнително, патронажна служба или палијативна грижа во домашни услови, се уште немаме развиено во Македонија, а ние си го земаме како обврска во иднина, во 2018 година и тоа така да го развишаме. Со Светска банка договоривме проценка на сите пензионерски домови за да се согледа состојбата и потребата за финансиска инвестиција.

Како покровител на оваа манифестија, јас на крајот би сакала да ви го честитам почнувањето, да ви посакам успешни игри, да имаме одлични успеси на оваа манифестија и подобри од минатата година. Секако, ви го честитам Осми септември – Денот на независноста на Република Македонија, но е важно да го одбележиме овој ден и да се грижиме за нашата Македонија, зашто само таа ја имаме.

Да ги поздравам моите колеги и другари – претседатели на здруженијата на пензионери, коишто како Сојузот на здруженијата на пензионери на Македонија, вложија голем труд и дадоа посебен придонес во подготвувањето на екипите за учество во натпреварувањето. Тоа е придонес на луѓето од третата добра кој се занимавале и го сакале спортуот од помладите години, а и сега продолжуваат со активност и се чувствуваат како во младоста.

На крајот, дозволете ми од името на ЗП Кочани да изразам голема благодарност до Сојузот на здруженијата на пензионери на Македонија што ни даде таква доверба да бидеме домакини на оваа манифестија. Тоа е големо признание за нашето здружение, а ние се ќе направиме да го оправдаме.

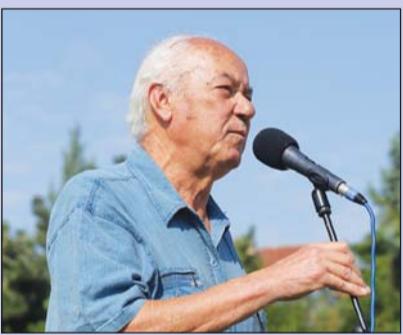
На крајот, на сите спортисти кои беа најдобри на осумте регионални спортски игри, со голема желба им посакувам уште еднаш тоа да го потврдат.

за прашања на борците и воените инвалиди, почитуван претседател на Собрание на СЗПМ, Бесник Поечта, почитувани гости и учесници на 22-рото Републичко пензионерско спортско натпреварување, почитувани пензионери и пензионери, добредојдовте во Кочани, градот домаќин на овој голем настан.

Ве поздравувам и во името на сите наши членови од општините Кочани, Зрновци и Облешево – Чешиново, коишто се организирани и здружени во едно здружение на Општина Кочани и ние сплотено работиме и сесердно придонесуваме, не само во развојот на спорот, туку и воопшто на се што е предвидено со нашата програма.

Посебно задоволство ми причинува

Обраќање на претседателот на ЗП Кочани Горѓи Серафимов



за прашања на борците и воените инвалиди, почитуван претседател на Собрание на СЗПМ, Бесник Поечта, почитувани гости и учесници на 22-рото Републичко пензионерско спортско натпреварување, почитувани пензионери и пензионери, добредојдовте во Кочани, градот домаќин на овој голем настан.

Ве поздравувам и во името на сите наши членови од општините Кочани, Зрновци и Облешево – Чешиново, коишто се организирани и здружени во едно здружение на Општина Кочани и ние сплотено работиме и сесердно придонесуваме, не само во развојот на спорот, туку и воопшто на се што е предвидено со нашата програма.

Посебно задоволство ми причинува

Почитувана г-ѓа Мила Царовска, министерка за труд и социјална политика во Владата на Република Македонија, почитуван претседател на СЗПМ Драги Аргировски, почитуван Вангел Димов, директор на Управата

Обраќање на градоначалникот на општина Кочани Ратко Димитровски



Почитувана г-ѓа министерка на Владата на Република Македонија, почитуван претседател на СЗПМ, почитувани гости и присутни, дами и господи.

Добредојдовте во Кочани, добредојдовте во градот на оризот, градот којшто повеќе години е најчист град во Република Македонија, град којшто се гордеј со своите постигнувања во делот на спорот, во делот на културата, во делот на сето она што значи презентација на градот Кочани.

Обраќање на претседателот на комисијата за спорт Здравко Петковски



да се истакне дека по 22-ри пат не прекинато ги одржуваат овие пензионерски натпревари за кои во последно време милуваме да кажеме „пензионерски олимписки игри“, кои ги почнавме пред две децении во градот на бисерот – Охрид, за кои се надеваме во доделно време ќе прераснат во меѓународни балкански пензионерски игри.

Секоја година пензионерските натпревари се помасовни, а оваа година на овие републички натпревари учествуваат 500 натпреварувачи во двете категории и тоа 264 во машка и 236 во женска конкуренција во сите 11 спортски дисциплини. Организациското од-

Почитувани присутни!
Навистина е големо задоволството

бор, Комисијата за спорт и рекреација при СЗПМ како и Здружението – домаќин, се потрудија да создадат услови за успешно реализирање на игрите.

Натпреварите по дисциплини ќе се одвиваат на стадионот и на терените како што беше регулирано при подготовките и ги молам одговорните лица да ги поведат натпреварувачите на определените места.

Прогласувањето на победниците и доделувањето на медалите за сите спортски дисциплини ќе се врши веднаш пред трибините каде што ќе биде поставен пиедесталот.

Ги молам одговорните лица за врачување на признанијата да ги следат своите дисциплини и по завршувањето на истите да им ги доделат медалите на победниците. На сите учесници им посакувам спортска среќа, а нека победат најдобриот.

Обраќање на потпретседателот на ИО на СЗПМ Салтир Каровски



рани во своите здруженија и вклучени во СЗПМ креираат свои мислења жељби и ставови со кои се подготвени да ги споделат со цел подобрување на квалитетот на својот заслужен пензионерски живот.

Активното старење е потврден модел за одржување на здравјето, виталноста и долговечноста. За таа цел неопходно е да се создаат дополнителни поволноти и бенефити со кои ќе се олесни и подобри животот на оваа возрасна категорија од населението како резултат на активностите на СЗПМ за активно и здраво старење.

Пензионерите генерално се задоволни, но сепак сметаат дека оваа прашање не е доволно високо на политичката агенда, што укажува на потребата од ангажирање на националните и локалните власти во обезбедување на повеќе ресурси и решенија, во насока на подобрување не само на условите, туку и на општествениот статус на пензионерите и пензионерската асоцијација во целина.

СЗПМ во своето досегашно работење од година во година ја збогатува соработката со Министерството за труд и социјална политика, со Министерството за култура, со Заедницата на единиците на локална самоуправа, а во тие рамки со Градоначалниците, со Фондот за здравствено осигурување и со Црвеното крст на Македонија.

Во тие рамки во целост се почитуваат НАЦИОНАЛНАТА СТРАТЕГИЈА на Владата на РМ за стари лица 2010-2020 година, Меморандумот за соработка со единиците на локалната самоуправа на Македонија и градоначалниците на општините во Македонија.

Договорите за соработка со Фондот за ПИОМ и Фондот за здравствено осигурување се со цел заштита и унапредување на правата на пензионерите. Чувствуваам како потребно да истакнам дека првата спортска олимпијада на пензионерите во Македонија се одржа во 1996 година во Охрид со учество на десетина здруженија на пензионери и околу 150 учесници.

Здравјето и активното старење веќе вградено како мото на пензионерската граѓанска асоцијација дефинитивно е животен квалитет кој влијае не само на поединецот туку и на семејството и пошироката заедница.

Промовирањето на добро здравје кај повозрасното население има централна улога во глобалниот одговор на старењето на населението во нашата држава. Инвестирањето во здравјето на луѓето и особено на повозрасното население го намалува товорот од болестите, има позитивно влијание на нивната социо-економска положба, ја поттикнува нивната независност и продуктивност, и на тој начин посредно овозможува огромни бенифиции за општеството во целост.

Сето ова досега кажано претпоставува соопштата ангажирањост во сите нивоа на здравствена заштита на пензионерските фондови и на социјалните бенифиции од соодветните органи на државната управа, а сето тоа заедно во глобала возрасното население. Во таа смисла пензионерот е важна општествена алка и значаен социјален и економски ресурс, кој придонесува во општеството како член на семејството и како активен волонтер во заедницата.

Пензионерите претставуваат повеќе од 15% од вкупното население во Република Македонија. Тие организираат посебно изразувам голема благодарност кон домаќинот на спортските натпревари ЗП Кочани и претседателот Горѓи Серафимов со тимот за досега спроведените успешни подготовки и обезбедени услови за фер спортски натпревари.

На сите пензионери спортисти во сите спортски дисциплини им посакувам врвни спортски резултати. А на екипите на ЗП им посакувам добри спортски резултати нека победи најдобрите.

Со ова спортските натпревари за 2017 година ги прогласувам за отворени.



Интервју со Бесник Потеца, претседател на Собранието на СЗПМ

Видни постигања и на мултиетничко поле

● Долги години Вие сте активен во пензионерскиот живот во ЗП Дебар и Центар Жупа, но и во Сојузот на здруженија на пензионери на Македонија. Кажете ни нешто за тоа.

– Најпрво благодарам за иницијативата на Редакцискиот одбор на нашиот информативен пензионерски весник „Пензионер плус“ за можността која ми се дава преку ова интервју да одговарам на одредени прашања како претседател на Собранието на СЗПМ.

Точно е дека долги години сум активен во пензионерскиот живот на ЗП Дебар и Центар Жупа, како и во органите и телата на СЗПМ. Поточно, од 1995 до 14.03.2015 сум бил на функцијата претседател на Собранието и на Здружението на пензионери на Дебар и Центар Жупа, при што заедно со органите и телата на Здружението и неговото членство, сум постигнале завидни резултати, согласно предвидените програмски активности и цели, кординирани и усогласени со програмите на СЗПМ. Се работеше според Статутот за освртување и заштита на интересите на нашето членство, за единствено и препрезентативно претставување на нашите пензионерски интереси и заложби пред надлежните државни органи и институции. Целата наша работа, сите наши активности, заложби, напори и постигнати резултати, нашето членство знаело да ги ценит и слободно и искрено можам да кажам дека ова Здружение се вбројуваше меѓу поуспешните во СЗПМ!

Од здружението на пензионери Дебар и Центар Жупа, за првпат бев избран за член на Собранието на СЗПМ, од каде бев избран и за член на Извршниот одбор на СЗПМ од 1998 до 2011 година, од 2011 година станав потпретседател на Собранието на СЗПМ, а во март 2015 година бев избран за претседател на Собранието на СЗПМ, со мандат од четири години, односно до 2019 година.

Да резимирам, согласно досега кажаното, активен сум во пензионерскиот живот на ЗП Дебар и Центар Жупа, како и во органите и телата на СЗПМ од 1995 година до ден денес, односно веќе 22 години, а тоа верувајте се постигнува единствено како резултат на чесна и континуирана работа, активност и заложба како и перцепција на мојата животна цел, односно моите активности за постигнување на добра од сите видови за нашите пензионери. Горд сум и среќен кога се наоѓам меѓу моите колеги – пензионери.

● Како резултат на Вашето залагање за реализација на правата на сите пензионери без разлика на нација и вера, Вие сте првиот претседател Албанец на Собранието на СЗПМ, мултиетничка асоцијација во која членуваат 250 000 пензионери. Како се справувате со оваа функција?

– Во ова прилика имам чест и задоволство да им се заблагодарам на сите мои колеги пензионери, на органите на здруженијата, членки на СЗПМ, посебно на колегите-членови на Собранието и на претседателот на СЗПМ, кои ми овозможија 22 години непрекено да бидам активен меѓу пензионерите на Република Македонија и да бидам избран за прв претседател Албанец на Собранието на СЗПМ, мултиетничка асоцијација со членство од 250.000 пензионери.

Факт е дека во СЗПМ имаме завидни резултати во реализација на правата на сите пензионери, без разлика на нивната националност и вера, при што за истакнување е и залагањето на органите и телата на СЗПМ на чело со претседателот Драги Аргировски. Се разбира дека во сето тоа има и мој личен придонес, заради моето лично искуство и



континуирана заложба. Во статутарните одредби, СЗПМ е дефинирана како невладина, непартиска и мултиетничка асоцијација на пензионерите на Република Македонија. На



оваа одговорна функција, претседател на Собранието на СЗПМ, односно прв меѓу еднаквите членови на највисокиот орган, добро сум прифа-

јавува работата на Сојузот, особено од 2011 година, со доаѓањето на претседателот Драги Аргировски на чело на СЗПМ, од кога што информирањето се подобри и прошири. Посебно сум благодарен што како претседател на Собранието секогаш сум присутен и покануван на сите седници на органите и телата на Сојузот, што резултира со мојата информирањост за сè.

Со мое залагање во голема мера се подобри и информирањето на пензионерите – Албанци. Поврзано со оваа ќе напоменам дека весникот „Пензионер плус“ има цела страница на албански јазик. Исто така, еднаш месечно во дневниот весник на албански јазик „КОХА“ има посебна страница за пензионерите, со избор на написи за активностите на пензионерите од нашата држава. И не само тоа. Редно е да истакнам дека во

контакти и меѓусебна соработка, со цел да бидат разменети искуства, најнапред со Конфедерацијата на синдикатите и пензионерите од Поградец – Република Албанија, при што се приклучи и ЗП Охрид и Дебрца. Оваа соработка трае и ден денес на задоволство на двете страни. Да напоменам дека сум прогласен и за почесен член на таа Конфедерација, а тоа признание го доби и претседателот на ЗП Охрид и Дебрца, Гоѓи Трпчески. Потоа, оваа соработка се прошири и на ниво на СЗПМ и Конфедерацијата на синдикати и пензионери на Р. Албанија, со размена на гостувања и средби на делегации од двете асоцијации, на кои секогаш лично сум присуствувај, првично како престедател на ЗП Дебар и Центар Жупа, па потоа како член на Извршниот одбор и потпретседател и претседател на Собранието на

шето делување на тој план.

– По предлог на СЗПМ јас сум член на Советот за социјална сигурност во рамките на Министерство за труд и социјална политика на Р. Македонија, заедно со Станка Трајкова, секретар на ИО на СЗПМ. На 15 јуни 2017 година, на одржаната седница, на која присуствуваше и министерот Мила Царовска, се разгледаа и усвоија повеќе проекти како програмски задачи за 2018 година, кои ќе значат унапредување на социјалната положба, интеграција и подобрување на животниот стандард на корисниците на пензија. На седницата од сите претставници на Советот беше побарано да достават проекти со основна цел промоција на социјалните права и интереси на корисниците на пензија со предлози за мерки и активности за подобрување на стандардот на пензионерите, како значајна целна група на граѓани во нашата држава. Проектите кои беа предложени од страна на СЗПМ беа прифатени речиси сите, бидејќи се битни и значајни за унапредување на социјалната положба на корисниците на пензија. Останува и понатака активно да учествувам и делувам во овој совет, заедно со моите колеги од СЗПМ и пошироко.

● Вашите активности се многубројни, а вие сте во поодминати години од животот. Како го постигнувате сето тоа? Од каде црпите енергија? Кажете им го рецептот на сегашните идните пензионери.

– Да, јас сум во третата животна добра, а активностите се многубројни. Мислам и верувам дека истото го постигнувам само и исклучиво со работа и љубов кон средината која ме опкружува, каде секогаш се чувствуваат скрежен и исполнет и сето тоа ми дава енергија да продолжам со реализација на обврските и активностите што сме ги поставиле за добро на пензионерите и скрежниот живот на моите колеги пензионери како секогаш сум наоѓал разбирање и од кој имам голема почт.

За постигнатото во овие 62 активни работни години, од кои 22 години се исполнети со активности во СЗПМ, вечно сум благодарен на мојата сега покојна сопруга и семејството, додека за здравјето и животот до третата добра фала му на Господ.

На крајот, во име на Собранието на СЗПМ на сите пензионери им го честитам 20. септември Денот на пензионерите во Република Македонија со желба за добро здравје, и долг и скрежен живот, а воедно користам прилика на Редакцискиот одбор да



здруженијата во Тетово, Гостивар, Струга и Дебар, материјалите на нивните органи и тела се подготвуваат и пишуваат на македонски и албан-

СЗПМ.

Редно е да напоменам дека во 2013 година ја предводев делегацијата на СЗПМ на Фестивалот за трета животна добра во Љубљана, кога мешне успешно учествувајќи ЗП Тетово, со два ансамбли, со македонски и албански песни и обичаи. На возвратната посета во СЗПМ на делегацијата на Сојузот на пензионери на Република Словенија, во 2015 година во Скопје, учествувајќи во разговорите, при што посебно беше истакната потребата од натамошно збогатување на оваа меѓународна соработка. И на крај, врз основа на одлуката на Извршниот одбор на СЗПМ, од 15.08.2017 година, ангажиран сум и задолжен за воспоставување на соработка на СЗПМ со Сојузот на пензионерите и инвалидите на Р. Косово, која активност е во тек. Понудата



тен и морам да ја истакнам големата поддршка од сите мои колеги пензионери, како и од страна на потесното раководство на нашата асоцијација. Јас како Албанец се трудам да бидам претседател на Собранието во интерес на сите пензионери. Со мое залагање и заложба заедно со сите членови на раководството на Сојузот, се трудам да се почувствува и создаде мултиетничко живеење и соживот на пензионерите во Република Македонија. Во таа насока се организираат мултиетнички средби во Гостивар, Тетово и Куманово со Липково на кои присуствуваат голем број пензионери речиси од сите здруженија и од сите националности.

● За време на Вашето учество во органите и телата на СЗПМ во голема мера се подобри информирањето на пензионерите - Албанци. Кажете ни нешто за проектите поврзани со оваа проблематика.

– За меѓународната соработка на СЗПМ, најшироко е напишано во споменатата монографија. Во развијањето на меѓународната соработка, секако има мој удел. Уште кога бев престедател на ЗП Дебар и Центар Жупа, воспоставени се првичните

ки јазик, а исто така, во овие здруженија се употребува и се зборува македонски и албански јазик. Во ЗП Куманово се изготвува информатор на македонски и албански јазик.

По повод одбележувањето на 70

години пензионерско организирање во Македонија (1946-2016), СЗПМ изготви многу содржавна монографија „Пензионерски активности за почит“, на македонски јазик. Многу е значајно, што деновиве по повод Денот на пензионерите 20 септември, оваа монографија е објавена и на албански јазик. Беше предложено истата да биде испечатена и на други јазици, ако се обезбедат средства.

● Почитуван претседателе Потеца! Вие имате голем удел и во меѓународната соработка на СЗПМ, особено со пензионерите од Албанија. Како дојде до оваа соработка?

– За меѓународната соработка на СЗПМ, најшироко е напишано во споменатата монографија. Во развијањето на меѓународната соработка, секако има мој удел. Уште кога бев престедател на ЗП Дебар и Центар Жупа, воспоставени се првичните

за соработка со воодушевување е прифатена од овој Сојуз и истата се очекува да се реализира на највисоко ниво до крајот на годината.

● Вие сте член и на Советот за социјална сигурност во Министерството за труд и социјална политика на РМ. Кажете ни нешто за Ва-

им ја честитам десет годишнината од излегувањето на весникот „Пензионер плус“, гласило на СЗПМ за сегашните и идни пензионери со желба и понатаму да продолжи со успех да ги информира пензионерите.

Разговорот го водеше Калина Сливовска - Андонова

14. седница на ИО на СЗПМ

Успешно реализирано полугодие

На 15.08.2017 година се одржа XIV седница на Извршниот одбор на СЗПМ. Со седницата раководеше претседателот на ИО и претседател на СЗПМ, Драги Аргировски. Присусти беа и: претседателот на Собранието на СЗПМ, Бесник Постешта, претседателот на Надзорниот одбор, Митре Стојановски, претседателот на Комисијата за спорт и рекреација, Здравко Петковски, и главниот сметководител Пере Андреевски.

Најнапред беше усвоен записникот од 13. седница на Извршниот одбор на СЗПМ, одржана на 18.07.2017 година. По



првата точка информираше претседателот на СЗПМ, Драги Аргировски, за средбата со министерката за труд и социјална политика, Мила Џаровска, при што истакна дека оваа прва средба е оценета од двете страни како многу позитивна и корисна. На средбата биле разгледани повеќе прашања од интерес за пензионерите и постигнати се заеднички ставови за натамошните активности. Договорена е соработка да продолжи и да се интензивира, а започнатите про-

ЗП Охрид и Дебрца

Заедничка седница со ЗП Солидарност - Аеродром

Извршните одбори на збратимените ЗП Охрид и Дебрца и ЗП Солидарност – Аеродром од Скопје, неодамна во конакот „Завој“ во истоименото охридско село, ја одржаа 6. заедничка седница од збратимувањето во 2014 година. На седницата беа разгледани



досегашните искуства од неколкугодишната соработка и дадени насоки за проширување на соработката со нови содржини.

По срдечното добредојде до гости, претседателот на ЗП Охрид и Дебрца Ѓорѓи Трпчески ја истакна успешната соработката, при што рече дека таа функционира согласно со заедничката програма. Претседателот на ЗП Солидарност – Аеродром Скопје Димитрија Богатински изрази задоволство од амбиентот и организацијата на седницата којшто се одржа во Завој,

уплати поздрави до сите присусти, а ги пренесе и поздравите од претседателот на СЗПМ Драги Аргировски. Богатински истакна дека негова заложба е да се дадат нови идеи, сугестији и препораки на заедничкото Координативно тело, и предложи во декември



да се изработи заедничка програма за наредната 2018 година со финансиска конструкција. Говореше за остварените успеси во повеќе области и изнесе свои видувања и позитивни оценки во областа на соработката со фондовите ПИОМ и ЗОМ.

На заедничката седница на двата извршни одбора посебно беше направено и се изгради заеднички став за неоснованите напади од ПОПГМ врз СЗПМ и претседателот Драги Аргировски и ЗП Охрид и Дебрца, изнесени во весникот Нова Македонија,

Беб-порталот Исток прес и локалната охридска телевизија О2. Во поширока дискусија на Богатиновски, Трпчески, Стефан Владимиров, Пиринка Рупева и други, од двата извршни одбора беше дадена едногласна поддршка на заклучоците на СЗПМ, со кои отворено и явно се демантарише сите исказани невистини, клевети и највредни против СЗПМ. Заклучоците на ИО на СЗПМ беа едногласно прифатени и на посебна седница ИО на ЗП Охрид и Дебрца усвои и испрати деманти до трите медиуми кои пишуваа неар-



гументирани и тенденциозни напади и врз охридското здружение.

Членовите на извршните одбори по завршувањето на работниот дел на заедничката седница направија куса прошетка со посета на селската црква „Успение на Пресвета Богородица“, а во црковниот двор беше направена заедничка фотографија со спомен од престојот во ова живописно планинско село, каде што во непосредна близина минувал патот Вла Егнација.

К. Спасески

на раст на позитивните резултати во работењето на Здружението. На тој начин, се зголемени активностите, а позитивните резултати даваат гаранција за натамошна збогатена активност, во интерес на што поголем број пензионери, во областа на одморот, рекреацијата, културно-забавниот живот и спортските активности, каде, оваа година, на регионалните натпревари, спортските имаат освоено пет први места.

– Реализираните активности во изминатите месеци и организација на одредени настани или манифестиации, се произлезени од предлози и идеи на пензионерите од нашето здружение. Участници сме на речиси сите локални, општински, регионални и републички среќи од областа на културно-забавниот и спортски живот. Се грижиме и за пензионерите со мали пензии и сојузно загрозените, на кои им се доделува еднократна помош, испраќање на ба-

њеско-климатска рекреација и друго. Нивниот број од година во година е се поголем. Но не застануваме тука, имаме уште многу активности заштитни во програмата, кои ќе ги реализираме во следните шест месеци – рече **Ѓорѓе Андонов**, претседател на Здружението.

Репрезентант на културните збирдувања е КУД „Пензионер“, кое во овој период имаше повеќе настапи по разни поводи и учество на ревиите на песни, игри и музика, што ја организира СЗПМ, каде има забележителен успех во претставувањето на изворниот фолклор. Од поголемиот дел активности на здружението, кои имаат придонес во подобрувањето на здравјето и квалитетот на животот на членството, посебно заслужува да се истакне, организирање и реализација на повеќедневни екскурзии и посета на културно-историски знаменитости во републиката и странство. Од досегашното функционирање се покажува дека, но-сител на повеќе активности во здружението е Активитот на пензионерки.

Васил Пачемски

ЗП Гази Баба

АКТИВНОСТИ ВО ИНТЕРЕС НА ЧЛЕНСТВОТО

На почетокот од месец август 2017 година, во ЗП Гази Баба се изврши сумирање на резултатите и активностите, кои произлегуваат од Статутот, програмата и другите акти на здружението, за првите шест месеци од годината, како и тековните активности.



Беше усвоен заклучок, дека програмските и другите активности, во полугодишната работа, се реализирани во рамките на предвидувањата, а во некои области, дури и надминати. Рационалните иницијативи и нивната реализација, во изминатиот временски период, придонесоа за перманентен тренд

на раст на позитивните резултати во работењето на Здружението. На тој начин, се зголемени активностите, а позитивните резултати даваат гаранција за натамошна збогатена активност, во интерес на што поголем број пензионери, во областа на одморот, рекреацијата, културно-забавниот живот и спортските активности, каде, оваа година, на регионалните натпревари, спортските имаат освоено пет први места.

– Реализираните активности во изминатите месеци и организација на одредени настани или манифестиации, се произлезени од предлози и идеи на пензионерите од нашето здружение. Участници сме на речиси сите локални, општински, регионални и републички среќи од областа на културно-забавниот и спортски живот. Се грижиме и за пензионерите со мали пензии и сојузно загрозените, на кои им се доделува еднократна помош, испраќање на ба-

ЗП Свети Николе

Позитивни резултати во првото полугодие

На 1.8.2017 година се одржа проширената седница на ИО на ЗП Свети Николе. На седницата присуствуваше и членот на Собранието на СЗПМ Светолик Николов.

Претседателот **Никола Атанасов** предложи обимен дневен ред, кој беше едногласно усвоен. Според дневниот ред по усвојувањето на записникот од минатата седница, претседателот Атанасов поднесе финансиски извештај за работење во првите шест месеци, од кој беше заклучено дека во назначениот период се работело домаќински, според планот. Потоа претседателот информираше дека снабдување со огревно дрво е веќе 70% остварено и е задоволително, а подмирените се и обврските во врска со плаќањето во голема мера. До крајот на септември се надева дека сите пензионери ќе бидат снабдени со дрва.

– Со учеството на спортисти на Регионалните спортски натпревари одржани во Штип, можеме да бидеме задоволни. Имаме освоено едно прво место, со што стекнавме право за учество на Републичките спортски натпревари, а освоени се и неколку втори места. Во иднина треба да по-

нудиме и судиски кадар за натпреварите. Со формирањето на ансамблот „Пензионер“ и пеачката група нашето учество на Регионалната и на Републиканската ревија на песни, музика и игри беше мошне забележително, – истакна претседателот Атанасов.

Во врска со Ревијата излагање имаше и **Вукица Петрушева**. На седницата беше предложено клубот во село Горобинци да му се даде да го управува друго лице во траење од една година и во секое време да се користи за потребите на пензионерите. По дискусијата од многу членови предлогот беше усвоен. Потоа **Светолик Николов** информираше за активностите во врска со соработка на ЗП Свети Николе и изготвување на Програмата во која ќе се предвидат сите форми на соработка. Со свои предлози учествуваа и другите членови.

Беа донесени и уште неколку важни одлуки за понатамошно непречено работење на здружението. Основна карактеристика на оваа седница беше едногласност на континуитет за решавање на сите проблеми и усвојување на одлуките. **В.П.**

ЗП Прилеп

Милион и пол денари за помош на членството

ЗП Прилеп, како едно од поактивните здруженија во СЗПМ за оваа година планираше и веќе извршил планот на годинава од една половина денари, средства за помош на своето членство. Така неодамна преку посебно формираната комисија за таа намена на осумдесетина свои членови по вторпат годинава им доделија околу триста илјади денари. На 152 свои членови на двата во месец февруари и сега во јуни им доделија скоро 700 000 денари на име еднократна парична помош. Зависно од висината на пензијата, а посебно од дијагнозата на лекарите се доделуваат по 3, 4, или 5000 денари на член. До крајот на годинава планирано е во месец ок-

томври да се доделат уште 300 илјади денари. Или, според финансискиот план за годинава ќе се доделат милион денари. Уште на стотина свои членови кои беа испратени на бањско лекување Здружението им партиципираше по 20%, 30% или 50% зависно од висината на пензијата. Само за помош од непогоди, пожар, поплава и слично, како и за хуманитарни пакети, ова здружение ќе додели околу 300 илјади денари. Или, според усвоениот финансиски план за годинава здружението за своето членство ќе додели еден милион и петстотини илјади денари.

К.Р.

ЗП Велес

Пуштен во употреба новиот дом на пензионери во Чашка

На 27 август 2017 година, во очи на големиот празник Успение на Пресвета Богородица во населбата Чашка, беше пуштен во употреба реновираното Домот на пензионери во Чашка. На овој свечен чин беа присути членовите на Извршниот одбор на Здружението, пензионерите од Општина Чашка, претседателот на ЗП Штип Александар Захарiev со двајца членови, како и претставниците на Општината и медиумите.



Домот е комплетно реновиран и располага со неколку простории на менети за дневен престој не само на пензионерите, тука и на сите граѓани од овој регион. Здружението постави и ТВ приемник, а гостите од ЗП Штип го закитија со икона на Пресвета Богородица. Домот е опкружен со широк двор каде се засадени големи дрвја под чија ладовина е поставен и летниковец.

Во своето обраќање пред присуствите претседателот на ЗП Велес, **Венце Алексоски** меѓу другото рече:

– Целта на нашето здружение е да

се грижи подеднакво за сите свои членови. За таа цел јас заедно со Извршниот одбор и Собранието се трудиме да овозможиме услови за добро функционирање на домовите во сите наши огранци. Пред две години беше реновиран домот во Велес, а во 1916 година се отвори Рекреативниот дом во Богомила и Домот на пензионери и младинци во населба Отовица. Оваа година на 2 Август беше пуштен во употреба домот во



Градско, а еве сега на овој голем празник присуствуваат на свеченото отворање на Домот во Чашка. Им посакувам на сите наши членови да се дружат, да се чувствуваат пријатно во Домот и да имаат добро здравје.

Домот во употреба беше пуштен од претседателот Алексоски и членот на Извршниот одбор на СЗПМ, **Олга Новачева**.

Потоа на веселбата и немаше крај, а за тоа заслужни беа музичарите и пејачите од пензионерскиот хор.

Н. Алексоска

ЕКСКЛУЗИВНА ПОНУДА ЗА ПЕНЗИОНЕРИ

Безгрижно

чекориме кон иднина

- 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

ПОН	ВТО	СРЕ	ЧЕТ	ПЕТ	САБ	НЕД
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

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



100 години од раѓањето на Киро Глигоров

„Македонија е сè што имаме“

Вековната борба на македонскиот народ беше крунисана со прогласувањето на самостојна и независна Република Македонија. Во нејзините темели и градба вградени се револуционерната борба, визијата и трудот на многу вредни македонски синови низ вековите и годините зад нас. Првиот претседател на Република Македонија Киро Глигоров (1917 – 2012) е еден од најзначајните меѓу нив. Тој беше свидок и актер на обата судбоносни настани од македонската историја на ХХ-от век: АСНОМ и осамостојувањето на Република Македонија. Зад себе оставил длагобоки бразди како државник и човек со огромна љубов кон татковината, опкружен со големо почитување не само во својата земја туку и ширум светот. Година кога навршија пет години од неговото тивко заминување се одбележуваат 100 години од неговото раѓање. За неговата личност и дело ис-

кажани се велелепни зборови од многу достоинственици, како што се:

Џорџ Буш, претседател на САД (1992): „Соединетите Американски Држави високо ги ценат Вашите упорни усилија за промоција на едно мирно политичко разрешување на југословенската криза, за трасирање мирољубив приод кон независноста и консолидирањето на демократијата, целосно почитување на човековите права и пазарните реформи во Вашата Република“.

Елизабета Втора, британската кралица: „Македонија, а навистина и целиот регион, мора многу да му заблагодарат на Глигоров“.

Жак Ширак, претседател на Франција: „Г-динот Глигоров ќе остане забележан како човек кој стратегиски мисли и делува, како човек кој успеа својата земја на мирољубив начин да ја доведе до независност; оствареното од него е пример за сите оние кои сака-



ат Балканот да го направат насочен кон мир и развој“.

Сулејман Демирел, претседател на Турска: „Би сакал да ја изразам нашата благодарност за Вашот непроченлив придонес за зачувување на нашите билатерални односи и утврдувањето на Република Македонија во острот на стабилност во еден од најбулгарите региони во светот“.

Г.Х.В.

ЗП Демир Хисар

Средба со пензионерот Славе Крстевски, писател, новинар и публицист

Чувството на вистинска душевна размножка се издига до врвот уште по симболичното кревање на завесата и првите ноти испеани од македонската оперска дива Серафина Фантаузо на Културната хицена на Демирхисарското културно лето 2017. Годинишната прва „хицена“ му беше посветена на роднокрајниот писател, поет, новинар, пензионер, хроничар и публицист, слепчанецот Славе Крстевски – Бутка.

– Концептот „Културна хицена“ како дел од Демирхисарското лето, во својата суштина и замисла, покрај другото има за цел презентирање и афирмирање на современото творештво, урбаната култура и јавната уметност, како и развој и унапредување на дејноста на поединците од областа на културата, односно во нашиот случај и своевидна верификација, афирмација и признание за долгогодишниот личен односно општествен придонес во заедницата во најразлични области од страна на нашите граѓани, а особено во културата како најширок контекст на општествена надградба – рече покрај

другото во своето обраќање градоначалникот Љупчо Блажевски кој додаде со својот значаен влог во модерната поезија и проза, Славко Крстевски ги вознесе Демир Хисар и Македонија на врвен пиедестал, а себе си се воздигна во марканта творечка фигура.

Пред голем број присутни гости од повеќе градови на земјата, писатели поети, сценаристи, режисери, актери, ликовни уметници, хуманисти и лични пријатели, на пригоден начин, на Славко Крстевски му беше врчено високото општинско признание плакета „Златна обетка“. Оваа награда општината ја доделува првпат од нејзиното востанување со новиот концепт на Демирхисарското културно лето, а за посебни заслуги во развојот и афирмација на културата во Општина Демир Хисар.

– Ова е прво општинско признание што воопшто сум го добил од мојата општина и заради тоа се чувствувам неизмерно исполнето и благодарно – рече во дел од своето кусо обраќање на



благодарност лауреатот Славко Крстевски. На овој настан Крстевски прочита стихови од неговите стихозбирки Крикови и Битисување.

Кога се говори за овој поет неминовно е да се спомене дека од 1976 год. е постојан дописник на Македонската телевизија. Целиот настан се одржа во организација на Општина Демир Хисар и монашката обител на манастирот Свети Јован Крстител, а во реновираната сала за културни настани во стариот конак на манастирот. Во целокупната организација на настанот голем придонес даде и семејството Крстевски коешто на најзаслужните поддржувачи и помагатели им врачи признание на генералите.

Зоран Стевановски



Павле Босилковски, пензионер од ЗП Карпош

Неуморен активист и хуманист

Кога стана збор за подобрите активисти во ЗП Карпош, без двоумје раководните луѓе на здружението го посочија пензионерот Павле Босилковски, актуелен претседател на огранокот „Влае“. Тој е човекот кому не треба да се одредуваат задачи и да се потсетува на планот и обврските предвидени со Програмата за работа. И кога нема планско ангажирање, сам ќе го пронајде и ќе организира полезна активност за сите пензионери во Огранокот.

Таквиот темперамент и навики ги задржал уште од времето кога работел во Скопската железара, каде бил и сменски раководител во погонот „Топилица“. Уште тогаш неумирниот дух го поттикнал да прави иновации за подобрување на работата кои биле патентирани и применувани во практика. За време на транзицијата Павле го изгубил работното место, но знаењето никој не можел да му го одземе. Тогаш почнал приватно да работи и добриот мајстор сите го барале нешто да им поправи или ново да им направи. Потрагата по ново ангажирање го одвела во Њујорк (САД), каде речиси четири години живеел и работел во Менхетен. Инаку, потекнува од демирхисарскиот рударски предел и со задоволство го нагласува неговото славно Смилево, за кое со носталгија раскажува.

По пензионирањето 2004 година, веднаш се вклучил во Здружението и се афирмировал како иницијатор и реализатор на многу активности. Особено кога станал претседател на Огранокот „Влае“ 2016 година, внесол динамика и во целост се посветил на барањата и потребите на пензионерите. Поради грижата што ја исказувал и подготвеноста во секое

време да помогне, членовите во огранокот почнале татко да го викаат и сега по тој прекар станал препознатлив.

– Со помош на членовите од Одборот и другите поактивни пензионери ја согледавме социјалната структура на огранокот и дознавме на кои пензионери каква помош им е потребна. Така се роди иницијативата за собирање облека и други потреби за членовите со ниски пензии и за социјално загрозени и изнемоштени лица. Оваа акција се одвива не прекинато и како ќе насобереме определени количини нова и делумно употребувана облека, покривки и обувки, организирано го доставуваме до оние на кои таква помош им е најпотребна. Покрај тоа организирано посетуваме болни и изнемоштени лица, кои со задоволство не дочекуваат и се радуваат на миговите поминоти со нас скреќни што не се заборавени, – вели неуморниот хуманист „татко“ Павле, истакнувајќи дел од активностите на Огранокот.

Среќен што ќе се пишува за нивните активности во весникот на пензионерите, кој со нетрпение го чекаат и го читаат во нивниот клуб во месната заедница „Пеце Божиновски – Кочо“, Павле со своите активисти отиде во посета и пријатно изненадување кај членовите кои за тој ден беа предвидени во списокот што секојдневно го ажурира.

М. Димовски

ПЕНЗИОНЕР йлус

Весник за сегашните и за идните пензионери

Издавач:
СЗПМ

Година X – број 110
септември 2017 год.

БЕСПЛАТЕН МЕСЕЧЕН ВЕСНИК

Издавачки совет:

Драги Аргировски (претседател)
Бесник Постеца
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 Зенделчи
Димитар Чавдаров

По повод 25 години од формирањето на АРМ

Промовирана монографија за воените генерали

Во одбележувањето на 25-годишнината од формирањето на АРМ, Клубот на генералите на РМ се вклучи со конкретен проект – изготви монографија за воените генерали во Македонија (1943–2017) и ја промовираше

директор на Воениот музеј на Република Македонија.

– Монографијата ги опфаќа сите лица по текото од Македонија кои имаат генералски и адмиралски чинови од нивното поведување, уште од времето



во Домот на АРМ на 15 август 2017 година, 3 дена пред Денот на Армијата на Република Македонија.

На промоцијата присуствува: министерката за одбрана на РМ, Радмила Шекеринска, началникот на ГШ на АРМ, генерал-потполковник Методија Величковски, екселенции – претставници на воените аташе, пензионирани и активни генерали, значителен број пензионери и почитувачи на пишаниот збор. Автори на Монографијата се генералите во пензија Мирослав Стојановски и Борис Стојановски.

При отворањето на промоцијата претседателот на Здружението „Клуб на генералите на Република Македонија“, пензионираниот генерал **Драган Андриески**, рече дека монографијата е прво значајно дело, од кое историски понатаму би се собириле податоци за генералите.

За значењето на овој строго војнички научен труд од повеќе аспекти говореа промоторите, проф. д-р **Марјан Димитријевски**, научен советник во ЈНУИИ и проф. д-р **Александар Стојчев**,

ЗП Пробиштип

Започна случајно, а прerasна во традиција

Се започна во 2013 година кога ЗП Пробиштип се обиде за своите членови, по крај еднодневните пикник-срби на зелено за коишто имаше голем интерес, да им приреди уште едно пријатно изненадување и да види каков ќе биде интересот за четиридневно друштво покрај брегот на Охридското Езеро за стотина пензионери. Резултатот беше повеќе од очекуваниот. Интересот голем, но можностите на Здружението не така големи, па во благодаттите на Охридското Езеро може да уживаат само стотина членови.

Годинава, ЗП Пробиштип по петти пат го организираше овој колективен летен одмор покрај брегот на Охридското Езеро. Од 20 до 23 јули, 100 пензионери и пензионери заминаваат на четиридневен одмор. Пред тргнувањето им беше соопштена агендана на патувањето, престојот и посетата на значајните локалитети кои во Охрид ги има многу. Веднаш по пристигнувањето, летувалците прво го посетија надалеку прочиленот манастирски комплекс „Свети Наум“. Притоа беа запознаени за значењето на манастирот во делот на културата, а особено за просветителството на светите Климент и Наум, најдобриите ученици и следбеници на дедото на сесловенските просветители светите Кирил и Методиј. Некои од нив, со кајче ги посетија изворите на Црни Дрим. Остатокот од денот го поминаа на убавите плахи во автокампот Љубаништи, а привечерта следуваше сместување на летувалците во бараките на некогашниот „Трудбеник“, во близина на Билјанините Извори. Следуваше и неизбежното раскажување за впечатоците и убавините кои најмногу ги воодушевиле и кои ќе им останат во долго сеќавање. Наредните три дена беа користени за капење во бистрите води на езерото, а во прилог беа и високите дневни температури. Оние похрабрите, пак, деење ги посетуваа позначајните локалитети како што се Самоиловата тврдина, Плаошник, црквите Света Софија и Свети Канео, Старата чаршија со Чинарот и многубројните продавници на филигрански накит, како и случајната на манифестијата „Охридско културно лето 2017“. Во вечерните седенки во кругот на бараките, со звукот на гайдата и познатите рефери од македонските незaborавни песни, самите организираат интересни вечерни седенки. По преубаво поминатите денови тие се вратија задоволни и со несекирана радост го прераскажуваат она што го доживеале во прекрасниот македонски бисер, градот Охрид. Летувалците за 4-дневниот одмор платија само по 2.100 денари и тоа на 2 рати, а здружението партиципираше по 20% во цената, која беше поголема. Драгица, Добрица, Милена, Нада и други велат дека за ваков одмор може само да се сонува. Сите имаат желба, традицијата која трае 5 години никогаш да не престане, за секој да добие можност базирана еднаш да биде учесник на ваков одмор.

М. Здравковска

Лектор:

Верица Тоциновска

Адреса:

СЗПМ Бул. „Кочо

22-ри РЕПУБЛИЧКИ ПЕНЗИОНЕРСКИ СПОРТСКИ НАТПРЕВАРИ ВО КОЧАНИ

Прилепчани првпат најдобри



Годинашните 22-ри Републички пензионерски натпревари се одржаа на втори септември на Градскиот стадион „Никола Мантов“ во Кочани. Пред голем број љубители на спорот и навивачи, во 11 дисциплини во машка и во женска конкуренција, во 23 категории се натпреваруваа 500 спортисти од 40 здруженија на пензионери, кои со своите резултати на регионалните спортски натпревари се изборија за учество на оваа најмасовна спортска манифестија во Република Македонија. Во машне изедначена поединечна и екипна конкуренција, натпреварувачите од ЗП Прилеп првпат го презедеа победничкиот пехар од охридани, кои неколку години по ред го држеа приматот. Во однос на претходното првенство, редоследот на екипниот пласман само малку се измени. Зад прилепчани, на второто место се најдоа учесниците од ЗП Охрид и Дебрца, третото им припадна на претставниците од ЗП Куманово, а четвртото на ЗП Тетово. Незначителни промени настапаа и во редоследот на освоените места и кај другите учесници, кои со поголема спортска среќа можеа и подобро да се пласираат.

Така, во стрелаштво со воздушна пушка во женска конкуренција најдобра беше екипата од ЗП Прилеп, пред ЗП Охрид и Дебрца и ЗП Центар – Скопје, а во машка конкуренција, првото место го освои екипата од ЗП ОВР на РМ, втори беа спортистите од ЗП Гази Баба, а домаќините



од Кочани го освоја третото место. Медалите на победниците во женска конкуренција им ги врачи Бесник Поеџеста, претседател на Собранието на СЗПМ, а во машка конкуренција, Ѓорѓе Андонов, член на ИО на СЗПМ.

Во дисциплината шах во женска конкуренција првото место го освои екипата на ЗП Македонска Каменица, пред ЗП Струга и ЗП Карпош. Во машка конкуренција златото им припадна на шахистите од ЗП Штип, среброто, како и лани, го освоја тетовчани, а бронзата им припадна на стружани. Медалите ги врачија Душан Ристески, член на ИО на СЗПМ и Салтир Каровски, потпретседател на ИО на СЗПМ.

Во пикадо во женска конкуренција, најдобра беше екипата од ЗП Кратово, пред ЗП Велес и ЗП ОВР на РМ, а во машка конкуренција победниците од ЗП Кавадарци зад себе ги оставија натпреварувачите од ЗП Илинден и ЗП Струга. Медалите ги врачија на најдобирите учесници им ги врачија Ѓорѓи Серафимов член на ИО на СЗПМ.

Во дисциплината тегнење јаже во женска конкуренција припадничките на ЗП Прилеп го освоја првото место, на ЗП Илинден им припадна второто место, а третото на ЗП Кавадарци. Во машка конкуренција ЗП Гази Баба од второто место лани, се искачи на првото, ЗП Кочани се задоволи со второто место, додека третото го освои ЗП Неготино. Медалите ги врачија Ристо Трајкоски, член на ИО на СЗПМ и Салтир Каровски, потпретседател на ИО на СЗПМ.

Во дисциплината фудбал во женска конкуренција првото место го освоја фудбалерките од Куманово, второто прилепчанки и третото струмичанки. Во машка конкуренција најдобри шутери беа пробиштипјани, пред фудбалерите од ЗП Лозово и ЗП Гази Баба. Медалите ги врачија Данче Даскаловска и Илија Адамоски, членови на ИО на СЗПМ.

Во натпреварувањето во кошарка, најпрецизни фрлања во кош имаше женската екипа од ЗП Гевгелија, второ место освои екипата на ЗП Прилеп и трето натпреварувачите од ЗП Штип. Во машка конкуренција во кошарка првото место од лани го задржа ЗП Кочани, второто го освои ЗП Штип и третото ЗП Пробиштип. Медалите ги врачија Димитрија Богатиноски и Мирко Макрешански, членови на



22-ри РЕПУБЛИЧКИ ПЕНЗИОНЕРСКИ СПОРТСКИ НАТПРЕВАРИ ВО КОЧАНИ



ИО на СЗПМ.

Во фрлање гуле во женска конкуренција првото место го освои Миријана Андоновиќ од ЗП Куманово. Второпласирана беше Милица Андревска од ЗП Солидарност – Аеродром и трето место освои Митра Стојанова од ЗП Кавадарци. Во машка конкуренција најдобар беше Насте Ивановски од ЗП Охрид, второто место го освои Блажо Станојков од ЗП Куманово и третопласиран беше Живко Милев од ЗП Радовиш. Медалите им ги врачи Ментор Коку, член на ИО на СЗПМ.

Во дисциплината **трчање жени до 60 години**, првото место и припадна на Габриела Геровска од Тетово, второто на Јасмина Тодоровска од Куманово, а третото на Стојанка Наумова од Кавадарци. Во истата дисциплина, но во категоријата над 60 години, најдобра беше Катица Христова од ЗП Гази Баба, пред Благица Маркулева од Охрид и Гајта Андова од Велес. Во машка конкуренција во трчање до 60 години најбрз беше минатогодишниот победник Ќојсо Велевски од ЗП Битола, пред Зоран Петковски од ЗП Велес, кој го задржа второто место од лани, а третото место го освои Нијази Тахири од ЗП Тетово. Во категоријата над 60 години првото место му припадна на Мицо Мицовски од ЗП Прилеп, втор беше Благоја Цветановски од ЗП Кратово, а трет Кире Димов од Велес. Медалите на победниците им ги врачија Калина Сливовска Андонова и Александар Захариев, членови на ИО на СЗПМ.

Во поединечната дисциплина **скок од место** се натпреварува само мажи и најдалеку од сите скокна минатогодишниот победник Ѓорѓи Николов од ЗП Кочани. Втор беше Симе Цветановски од ЗП Прилеп и трет Јонче Apostолов од ЗП Кавадарци. Медалите им ги врачија Јован Кирковиќ, член на ИО на СЗПМ.

Во дисциплината **домино** во женска конкуренција најдобра беше Становитка Стојановска од ЗП Кратово, пред Добрица Алчева од ЗП Велес и Дарinka Стојкова од ЗП Радовиш. Во машка конкуренција за првото место се избори Фејзи Рустеми од ЗП Тетово, за второто Спасе Гацовски од ЗП Бутел и за третото, Кирил Митревски од ЗП Пехчево. Медалите им ги врачија Олга Новачева, член на ИО на СЗПМ.

Првото место во дисциплината **табла** – жени го освои

Наташа Мишева од ЗП Чайр, второто Миланка Панделеска од ЗП Охрид и Дебрца и третото Данка Михајлова од ЗП Делчево. Во машка конкуренција најдобар беше Владимир Георгиевски од ЗП ОВР на РМ, втор беше Владимир Трајановски од Пробиштип и трет Борче Мартиновски од ЗП Кисела Вода. Медалите им ги врачи Олга Новачева, член на ИО на СЗПМ.

На крајот на првенството беа прогласени и **најдобрите поединци** во трите дисциплини: стрелаштво, шах и пикац во женска и во машка конкуренција, на кои претседателот на Комисијата за спорт и рекреација Здравко Петковски им врачи посебни пехари. Епитетот најдобри меѓу најдобрите го заслужија: **во стрелаштво** - Снежана Милешеска од ЗП Охрид и Дебрца и Костадин Стојановски од ЗП Кочани; **во шах** - Шенка Балтовска од ЗП Струга и Панче Захариев од ЗП Штип; **во пикац** - Елица Антевска од ЗП Кратово и Костадин Михов од ЗП Кавадарци.

Натпреварите завршија со предавање на преодниот пехар на победниците од ЗП Прилеп на заедничката прослава. Со честитки за постигнатиот успех, пехарот им го врачи претседателот на СЗПМ **Драги Аргировски**. Воодушевен од попбедата претседателот на ИО на прилепското здружение **Кирил Ѓеоргиоски** со најубави зборови им се заблагодари на натпреварувачите кои со овации го поздравија големиот успех.

Мендо Димовски
Фотографии: Трио маркетинг



ЗП Струга На излет во Скребатно

ЗП Струга на 13 август во излетничкото место Скребатно – охридско организираше заедничко пензионерско дружение со цел подобро меѓусебно запознавање и размена на мислења и идеи, а истовремено и да се поразговара за тековните активности на здружението. Иницијативата за ваков излет и дружење на раководството на ЗП Струга ја поздрави и со задоволство ја прифати претседателот на здружението Милорад Трпоски.



Струшките пензионери го посетија селото Скребатно и беа воодушевени од местоположбата во долината на Скребатска река, во западните полиња на планината Петрино, под ридот Самарница, на надморска височина од 1000 метри. За првпат во пишаните документи се споменува во еден попис во 1583 година како населба со триесет семејства. Селото Скребатно најнап-

ред било во месноста Лешница, а потоа се преместило на денешната локација. Во 1953 година било најголемо и тогаш се регистрирани 110 домаќинства и 530 жители. Со пописот од 2002 година во селото живеат 6 домаќинства со 12 жители, а останатите се иселени.

Името го добило по растението „скребат“ еден вид повит кој е карактеристичен за овој дел од Петринската пла- нина. Покрај природните убавини, мотив да се посети ова село е црквата

Стојан Кукунешоски

Градоначалникот меѓу прилепските пензионери

Во текот на минатиот месец градоначалникот на Општина Прилеп, Марјан Ристески, посети неколку пензионерски клубови во градот и оставили средба со пензионерите. Ристески прво посети централниот пензионерски клуб на Здружението на пензионерите



при што беше потенцирана одличната соработка која веќе 12 години постои помеѓу локалната самоуправа и Здружението на пензионери од Прилеп.

На средбата беше истакнато, дека од таа заедничка соработка за Здру-

жението, односно за пензионерите од овој град беа реализирани повеќе заеднички проекти, кои биле пред се жеља и барање на постаратите лица, како што се: воведување за прв пат во историјата на Прилеп јавен градски превоз, отворање на голем број пензионерски клубови во повеќе населби, изградба на голем број паркови кои служат како одморалишта за пензионерите, изградба на капели, потоа реализирани се и голем број патувања, екскурзии, како и изградба на повеќе цркви. Пензионерите на овие средби на кои градоначалникот Ристески поднесе еден вид отчет за сработеното од локалната самоуправа во изминатите три мандати, му поставува и конкретни прашања за одредени заеднички идни проекти од интерес на прилепските пензионери.

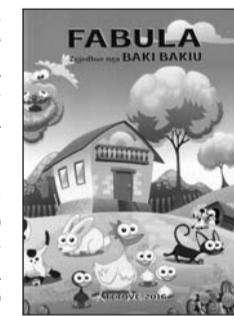
К.Р.

ЗП Сарај

Од промоцијата на книгата „Басни“

Неодамна, во ЗП Сарај, беше промо- вирана книгата „Басни“ од авторот Баки Бакиу, кој има издадено до сега неколку книги. На промоцијата учествуваа раководни структури и членови на Здружението. По овој повод, Баки Бакиу, покрај другото истакна:

– Познато е дека басните се кратки раскази во проза или поезија кои како главни личности имаат животни, растенија или предмети. Басните со својата содржина даваат пораки од животното искуство битни за однесувањето на луѓето. Дијалозите во басните имаат значаен акцент на хумор, зад кој обично се крие нездадовството од неправедност и нездадовството од општествени односи, а често пати и протест. Во басните зборуваат животните со цел да ги потсетат луѓето да би-



ралот.

На крајот од промоцијата авторот на сите присуствуваа им подари по една книга. Издавањето на книга е поддржано од Министерството за култура на Р. Македонија и СЗПМ.

ЗП Солидарност – Аеродром – Скопје
Посета на Ботун и Струга

Секое патување носи нови пријателства, дружби, соработка и спомени. Така беше и на 18-ти август 2017 година при екскурзијата во Струга што ја организираше ЗП Солидарност – Аеродром за членовите на Историската секција, по повод 25 години од формирањето на Армијата на Република Македонија. Групата пензионери најпрво го посети споменикот во село Ботун на па-

тот кон Охрид, каде по-ложија свежо цвеќе и им оддадоа почит на паднатите борци од НОБ 1941-1944 година.

Потоа посетителите се упатија и најдолго се задржаа во Струга, градот на поезијата, кој ги дочека со сите свои убавини. Шетањето покрај Дрим и низ чаршијата остави големи впечатоци кај пензионери-



те, кои на враќање со воодушевување раскажуваа за доживувањата и значењето на оваа екскурзија која долго ќе ја паметат.

Сандра Игновска

Питијадата во село Јанче, Долна Река

Манифестијата „Питијада“, која се организира во општина Маврово – Ростуша, од година во година е се попосетена. На изборот на најдобрата пита оваа година учествуваа над 50 домаќинки меѓу кои и повеќе пензионери, што придонесе „Питијада 2017“ да биде една од најуспешните во изминатите десет години. Инаку, манифестијата е дел од Проектот „Летен туристички бран“, на општина Маврово – Ростуша, а оваа година покрај мештаниите од околните места, ја посетија и група пензионери од општина Гоце Петров, кои благодарение на љубезните домаќини имаат можност да ги проследат активностите околу подготвоката на реканската пита, но воедно и да ги вкусат 50-те пити подготвени од домаќините од реканските села: Велес-



брдо, Ростуша, Јанче, Скудриње и други населени места во Долна Река.

Претседателот на ЗП Гоце Петров, Методија Новковски вели дека оваа е добар начин пензионерите да ги видат овие убави места на нашата држава, но воедно и да се дружат со пензионерите

од овој регион.

„Питијада 2017“, високо ја оценија и другите присуствни пензионери:

– Вкусот на питата од овој регион, е вкус на традицијата – ни изјави Азиза Асаноска лидер на невладината организација на жените „Радика“, која е родена во овој крај.

Според градоначалникот на општината Маврово – Ростуша, Мукрем Мехмеди целта на оваа манифестијата е промовирање на регионот и побрз развој на руралниот туризам.

Тој воедно ги повика присутните да дојдат во уште поголем број и во идните лета.

Гостите кои ја следеа оваа интересна манифестија во селото Јанче ги посетија и убавите водопади кај Дуф и женскиот манастир „Свети Гргор Победоносец“ кај село Рајчица. В. Садику

Домот за стари „Зафир Сајто“ во Куманово, катче за достоинствено стареење

Во прегратките на градот Куманово кај долниот парк и во непосредна близина на автобуската станица со својата убаво уредена дворна површина и сочувана градба внимание ќе је тој го привлече Домот за стари лица „Зафир Сајто“, во кој мирно и достоинствено ја живеат својата старост 155 корисници – стари лица од повеќе градови од државата. Топлината на оваа установа постојано ја надополнуваат активностите, иновациите и вложувањата во разбавувањето на условите за живеење, со цел подобрување и подигање на повисоко ниво на едно активно и квалитетено стареење на згрижените лица. Во изминатиот период многу внимание се посвети на доопремување на собите и купатилата, на обезбедување нов мебел како во собите, така и во салите за дневен престој, каде станарите како со меѓусебното дружество, така и со активностите кои се превземаат со програмата за обогатување на културно-забавниот живот го минуваа своето секојдневие. Менаџирањето на директорот Џемаље-

дин Неџипи бележи чекори напред кон обезбедување на се подобри услови и гримка на сите корисници кои престојуваат во Домот. Пред неколку недели започна реновирање на најдворешната фасада на Домот, што во голема мера ќе даде



освежен и пристоен изглед на оваа институција, која во секој поглед се труди Домот скогаш да биде пријатно и достоинствено место за живеење на старатите лица, оплеменето и вредно за почит која старите лица ја заслужуваат.

Р. Митик

Тетово

И пензионери на покривот на Шара

Меѓу стотина планинари што неодамна се искачуваја на Титов врв (2.747 метри), имаше и десетина пензионери. Организаторите на планинарскиот марш, планинарските друштва „Тетекс“ и „Јелак“ од Тетово не ја ограничуваат возрасната граница на учесниците. Едноставно побараа од учесниците да го почитуваат редот, а со тоа и ќе одговораат на обврските. Од истиот извор ни беше речено дека на овогодишното августовско искачување на Титов врв учествувале планинари и други љубители на планината не само од Тетово, туку и од Скопје, Гостивар, Велес, Прилеп и некои други места.

Планинарот и пензионерот Зоран Јовановски ни рече дека искачувањето на Титов врв воедно значи и искачување на покривот на Шар Планина, зашто овој врв е највисоката кота на најубавата и најдолга (76 километри) планина во нашата земја. Според извршените мерења, Титов врв е најви-

сок, а Љуботен (2.510 метри) најмаркантен врв на оваа планинска убавица. Шара има повеќе врвови високи над 2.000 метри, 38 планински езера, реки, суводолци, висорамнини и непрегледни пасишта.

Во знак на сеќавање „за освоениот“ врв на сите учесници на маршот организаторите им поделија по еден беџ. Меѓу пензионерите што се искачуваја имаше и такви кои поседуваат по десетина и повеќе вакви беџови, што е потврда за нивните претходни искачувања. Учесниците на маршот имаат можност на лице место да видат дека привршуваат работите на реконструкција на познатата кула на Титов врв, изградена пред повеќе од 70 години.

Гојко Ефоски



Тринаесетти интернационален фолклорен фестивал во Крива Паланка

Забележителен настап на пензионерите

По повод празникот Гоце Делчев и патронот на манастирот Св. Јоаким Осоговски под покровителство на Општина Крива Паланка и НУЦ за култура Крива Паланка се одржа 13-от по ред Интернационален фолклорен фестивал. На сцената продефирираа фолклорни групи од седум држави.

Градот Крива Паланка беше обеен во колоритни боди на носии на фолклорните групи од каде доаѓат. Продефирираа фолклорните групи од: Романија, Измир – Турција, Златоград – Бугарија, Србија, Кустендил и Дупница – Бугарија, Трајко Прокопиев и Карпош – Куманово, како и домаќините „8-ми Октомври“, „Карпош“ и новоформираната фолклорна група „Сонце“. Но имаше настап и пензионерската група при ЗП Крива Паланка. Честа да го отворат овогодишниот фестивал ја имаа КУЗ „8-ми октомври“ кое опстојува при НУЦ за култура – Крива Паланка. А не можеше поубаво да се случи да се презентира традиционалниот обичај кривопаланечка свадба од страна на пензионерската фолклорна група со што имаа чест да го затворат тринаесеттото издание на Интернационалниот фолклорен фестивал. Останатите фолклорни групи презентираа песни, игри и обичаи од поднебјето од каде

доаѓат. Така Крива Паланка три дена живеше во духот на фолклорот.

Градоначалникот Арсенчо Алексовски на затворањето на фестивалот додели плакети и признанија за успешните настапи на сите фолклорни групи кои учествуваа на фестивалот. Тој посебно истакна дека е горд на пензионерите и дека тие се пример како треба да се негува традиционалната песна, како и традиционалните обичаи од поднебјето на Крива Паланка.

Од име на фолклорните групи за убавите зборови на градоначалникот и на плакетата и признанието се заглагодари пензионерот и кореограф Драган Ѓорѓиевски. А видно возбудени Милевка Јосифовска и Данка Илиевска изјавија дека тоа е постигнато со вложување на труд од страна на сите учесници.

Б. Стојчевска



Пензија на 1-ви!

Шпаркасе пакет за пензионери

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 Шпаркас.



* 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.

**Точно на
1-ви!**



ZZEGIN ВАША СЕМЕЈНА АПТЕКА
ЕВРОБАЛКАНСКИ ЛИДЕР ВО ПРОМОЦИЈА НА НОВИ МОЛЕКУЛИ

ЕВРОБАЛКАНСКИ ЛИДЕР ВО ПРОМОЦИЈА НА НОВИ МОЛЕКУЛИ



Ginseng *Bio*
Protect

Премиум производ за двојно дејство:

ТОНУС + ИМУНИТЕТ

- Сибирскиот женшен придонесува за одржување на **ТОНУСОТ**
- Ехинацеата придонесува за одржување на **ИМУНИОТ СИСТЕМ**

ИМУНИТЕТ

Ехинацеата е вистински дар од природата кој во својот состав содржи: хлорогена и кафтичарична киселина, ехинакозиди, вербаскозиди, арабигонолактани, есенцијални масла, алкалоидите тусилагин и изотусилаген, кој придонесуваат за одржување на имунитетот.



ВИТАЛНОСТЬ

Елеутерококус или сибирски женшен е карактеристичен по присъството на над 35 активни компоненти: карактеристичните за него елеутерозиди, кумарини, полисахариди, стероли и есенциални масла, поради што уште од давнини се користят во традиционалната медицина за одржување на виталноста.

ЗАШТИТА

Матичниот млеч како пчелин производ во својот комплексен состав содржи: протеини, слободни аминокиселини, феноли, стероли, шекери, минерали, елементи во траги. Од протеините го содржи автентичниот алаплумин 1, а од липидите карактеристична само за него 10-хидроксидециеноична киселина. Значајна храна за матицата која благодарение на него има поголема заштита-отпорност од разни влијанија и подолг век на живеење во однос на другите пчели.

Естрактот од семките од грейпфрут содржи особено високи концентрации на биофлавоноиди кои имаат својство да неутрализираат штетните слободни радикали. Покрај тоа содржи и витамин Ц, токоферол, лимонска киселина, лимоноиди, стероли и минерали.

Лукот е познат уште од античко време како високо ценето медицинско растение.

PHARMALIN капсулите
содржат 350 mg високо
квалитетен лук кој содржи
специфична состојка
АЛИЦИН

**АЛИЦИНОТ се ослобудува
во стомакот со што се
избегнува непријатниот
вкус на лукот**



Garat e 22-ta republike sportive pensioniste

U bë sport duke u shoqëruar - fitues ishin të gjithë

Më 2 shtator 2017, në Koçan janë mbajtur aktivitetet më të vjetra dhe më masive pensioniste në Lidhjen e shoqatave pensioniste të Maqedonisë, olimpiada republike pensioniste, në të cilën pensionistët për të 22-tën herë treguan se e dinë rëndësinë e sportit dhe aktivitetave fizike për njerëzit e moshës së tretë.

Olimpiada e 22-të republike sportiste pensioniste është mbajtur në shenjë të Dites së pavarësisë së Republikës Maqedonisë dhe 20 shtatorit, Dites së pensionistëve në shëtitin tonë. Që të dy festat e mëdha të pensionistëve u ka uruar ministrja për punë dhe politikë sociale Mila Carovska e cila në fjalën e saj para fillimit të garave në stadiumin në Koçan, ndër të tjerat ka thënë:

- Mua vërtet më bën nder që kam mundësinë që t'i drejtohen më një manifestim të këtij lloji të Lidhjes së pensionistëve të Maqedonisë. Njerëzit e moshuar në Maqedoni dhe pensionistët e mbartin urtësinë, të cilën na të rinjtë duhet ta shfrytëzojmë. Na, Qeveria e RM dhe Ministria e punës dhe politikës sociale, do ta respektojmë gjithë atë që LSHPM dhe të gjithë shoqatat në RM, do ta parashtrojnë deri tek ne si pyjet ose kërkësit. Bashkërisht me ju do të vazhdojmë të punojmë dhe t'i vërtetojmë nevojat e pensionistëve dhe personave të moshuar dhe ti zbatojmë me një dinamikë të caktuar. Projekti e filluar do të vazhdojnë edhe në vitin 2018 sepse për ato janë siguruar mijte nga buxheti. Gjithashtu, obligohemi në pajtim me Ligjin, që t'i respektojmë të drejtat e pensionistëve dhe në pajtim me rritjen e rrugave dhe shpenzimeve të jetës, që t'i harmonizojmë pensionet dy herë në vit, ndërkaq, sipas mundësive, në pajtim me kondicionin dhe rritjen e buxhetit, do të ketë edhe rritje plotësuese të puneve. Si Ministri e punës dhe politikës sociale mund që t'i nxismë edhe institucionet tjera si Fondin për sigurim pensionist invalidorët Maqedonisë, Fondin për sigurim shëndetësorë dhe Ministrinë për shëndetësi, bashkërisht me Këshillin për siguri sociale të sjellim vendime edhe në sfera tjera që do të thotë përparim në tërësishëm të kualitetit të jetës së pensionistëve.

Si patronazh i këtij manifestimi, ju uroj fillimin e garave dhe ju dëshiroj lojëra të sukseshme, suksese të shkëlqyeshme dhe më të mira nga ato të titit të kaluar. Ju uroj edhe Ditën e pensionistëve në Maqedoni. Të respektuar pensionistë, të kujdesemi për Maqedoninë tonë, sepse vetëm atë e kemi. Fjalimi i ministres pensionistëve u prit me duartrokët nga të pranishmit të nderasur për pjesëmarrjen e saj dhe fjalët e bukurë. Më pastaj, të pranishmit i ka përshtendet Gjorgji Serafimov, kryetari i SHP Koçan, nikqir dhe bashkë organizator i këtij manifestimi i cili të gjithë të pranishmëve në stadium ju dëshiroj mirëseardhje, ndërkaq, sportistëve rezultate të mira.

Mysafirëve dhe garuesve iu drejtua edhe kreu i komunës Koçan, Ratko Dimitrovski i cili është shembull në bashkëpunim me pensionistët dhe kërret e komunave në qytete tjera.

Në emër të LSHPM, rreth 1500 pensionistët nga 40 shoqata anëtarë të LSHPM të cilat kanë fituar të drejtën për pjesëmarrje në këto gara sportive pensioniste republike përmes më parë të mbajturat 8 regionale, iu është drejtuar Saltir Karovski, nënqyretar i KE i LSHPM. Ai, fillimisht ka përshtendet përanishmit, e më pastaj ka theksuar:

- Më bënë posaçërisht nderë dhe kënaqësi që unë kam



mundësi, në emër të LSHPM të flas para këtij auditoriumi. Sot, në Koçan realizojmë aktivitete sportive dhe gara të pensionistëve në Maqedoni, me qëllim të përparimit, pasurimin dhe zgjerimin të interesit të pensionistëve për të praktikuar sportin përmajtjen e kondicionit psikofizik të pensionistëve. Plakja e shëndoshë dhe aktive tanimë e ndërtuar si moto e asociacionit pensionist qytetar, përfundimisht është kualitet jetësore i cili ndikon jo vetëm në individin por edhe në familje dhe bashkësinë më të gjër. Pensionistët përfaqësojnë më tepër se 15% nga e gjithë popullata në RM. Ato përgjithësisht janë të kënaqur, por megjithatë konsiderojnë se çështja e tyre nuk është e mjaftueshme në agjendën politike, gjë që tregon për nevojën për angazhimin e qeverive nationale dhe lokale për sigurimin e më tepër resurseve dhe vendimeve. Në fund, shpreh falënderim të veçantë ndaj nikqirit të garave sportive SHP Koçan dhe kryetarit Gjorgji Serafimov me ekipin, përgatitjet e realizuara dhe sigurimin e kushteve për garat sportive. Të gjithë pensionistët sportistëtë në të gjithë disiplinat sportive ju dëshiroj rezultate të larta sportive. Le të fitojnë më të përgatiturit dhe më të mirët. Garat sportive republike 2017, i shpall të hapura. Më pastaj ka filluar garimi të cilat edhe këtë vit ishin në 11 disiplina, ku kanë marrë pjesë 500 garues. Pas fjalimit të Karovskit, kryetari i Komisionit për sport dhe rekreacion në LSHPM Zdravko Petkovski, ju ka sqaruar disa çështje më të rëndësishme që kishin të bëjnë me garat.

Në këto gara të 22-ta sportive pensioniste, më të mirët ishin ato të SHP Prilep, me që ka kanë fituar peharin fitues. Peharin për SHP Prilep e ka ndarë kryetari i LSHPM Dragi Argirovski, i cili fillimisht pensionistëtë të fesë myslimanë ju ka uruar Kurban Bajramin dhe më pastaj ka shtuar:

- Të nderasur pensionistë, edhe këtë vit mbaruan me sukses garat e 22-ta pensioniste sportive republike të cilat janë ndër më masivet deri më tanë. Edhe kësaj here treguan se sporti është shumë i rëndësishëm për njerëzit e moshës së tretë dhe se me zbatimin e tij forcojmë shëndetin tonë fizik dhe psikik. Mbaroj 22. Olimpiada 2017, e cila ishte olimpiadë e sportit, shqyrimit dëshiroj të rriten në ballkanike dhe ndërkombe. Prilepçanasve ju uroj suksesin dhe ju dëshiroj fitore edhe të shumë pehareve tjera. Këtë e kanë të parin dhe të mos jetë i vërtë! Peħarin e ka pranuar Kiril Gjorgjioski, kryetari i SHP Prilep, një nga shoqatat më të mëdha dhe më aktive anëtarë e Lidhjes.

Kalina S. Andonova

Shoqata e pensionistëve komuna Saraj

Promovohet libri "Fabula"

Kohë më parë, edhe në Shoqatën e pensionistëve komuna Saraj, u promovua libri me titull Fabula, i autorit Baki Bakiu. Në promovim morën pjesë drejtues dhe anëtarë të Shoqatës.

Me këtë rast, Baki Bakiu, ndër të tjerat ka theksuar:

- Është e njohur se fabulat janë tregime të shkurtës në vargje a në prozë që kanë si personazhe kafshë, bimë ose sende e që janë mësim nga përvaja e jetës. Dialogat në fabulat kanë një tonë të theksuar humor, prapa të cilave fshi-



het pakënaqësia ndaj marrëdhënieve të padrejtë shoqërore dhe proteste e masave demokratike kundër shfrytëzuesve. Në fabulat, kafshët flasin që të dégjojnë njerëzit duke kërkuar që ata të bëhen më njerëzor e që njerëzit të kenë sa më pak instinkte "kafshësh". Fabulat e vëna në këtë libër, janë të ilustruara me mbi 400 fotografi kafshësh. Autori ka theksuar se këto fabula, janë

zgjedhje nga fabulistët më të famshëm botërorë si: Ezopi i Greqisë, La Fonteni i Francës, Krillovi i Rusisë, më vonë Naimi, Çajupi, Negovani, ndërkaq, pas LDB, Gjikë Kurtiqi, Ferit Lamaj, Janaq Pani etj. E veçantë në fabulat në këtë libër është: nga 300 fabula, rreth 50% janë në prozë ndërkatë të tjerat në poezi, janë të shkurtër dhe shumë shpejtë dhe kuptueshëm arrihet morali i tyre.

Pasi të pranishmit kanë përshtendet autorin dhe librin, ai, të gjithëve që ishin prezent, ju ka falur nga një libër. Botimin e librit e kanë ndihmuar Ministria e kulturës e R. Maqedonisë dhe LSHPM.

S.B.

Pitijadë në fshatin Jançe, Reka e Poshtme

Manifestimi "Pitijada", e cila organizohet në komunën Mavrovë - Rostushe, prej viti në vit është gjithnjë e më e vizituar. Në zgjedhjen e pites më të mirë këtë vit kanë marrë pjet-



së mbi 50 amvise ndër të cilat shumica pensioniste që ka kontribuar "Pitijada 2017" të bëhet një ndër më të sukseshmet në dhjetë vitet e kaluara. Ndryshtë, manifestimi është pjesë e Projektit "Vala verore turistike", e komunës Mavrovë - Rostushe,

këtë vit, përvëç vendasve nga rrethina, e kanë vizituar edhe grup pensionistësh nga komuna Gjorce Petrov, të cilët, duke i falenderuar nikqirët, patën mundësi që t'i përcjellin aktivitetet rreth përgatitjes së pites rekiante si dhe të shijojnë 50 pitet të përgatitura nga amviset e fshatrave të Rekës: Velebërdi, Rostushe, Jançe, Skudrinje dhe vendbanime të tjera në Rekët e Poshtme.

Kryetari i SHP Gjorge Petrov, Metodija Novkovski ka thënë se kjo është mënyrë e mirë pensionistët t'i shohin vendet e bukurë të shtetit tonë dhe njëherësh të shoqërohen me pensionistët e këtij regjioni.

"Pitijadë 2017" e kanë vlerësuar lartë edhe pensionistët tjerë të pranishëm:

- Shija e pites nga ky region, është shije e traditës - na tha Aziza Asanoska, lidere e organizatës joqeveritare të grave "Radika", e cila është e lindur në këtë anë.

Sipas kryetarit të komunës Mavrovë - Rostushe, Mukrem Mehmedi, qëllimi i këtij manifestimi është promovimi i regjionit dhe zhvillimi më i shpejt i turizmit rural. Ai, njëherësh i ka ftuar të pranishmit që të vijnë në numër edhe më të madh edhe në verat e ardhshme.

Mysafirët të cilët e kanë përcjellë këtë manifestim interesant në fshatin Jonçe, i kanë vizituar edhe ujëvarat e bukurë në Duf dhe manastirin e femrave "Sveti Gjorgji Pobedonosec" në fshatin Rajçica.

V. Sadiku

Faqen e redaktoj Baki Bakiu

Mbledhje e 14-të e KE i LSHPM

Në gjysmë vjetorin e parë është punuar me sukses

Më 15.08.2017, është mbajtur mbledhja e XIV e KE i LSHPM. Me mbledhjen ka drejtuar kryetari i LSHPM, Dragi Argirovski, ku ishin të pranishëm: kryetari i Kuvendit të LSHPM, Besnik Pocesta, kryetari i KM, Mitre Stojanovski, kryetari i Komisionit për sport dhe rekreacion Zdravko Petkovski dhe kontabilisti kryesorë Pero Andreescu.

Lidhur me pikën e parë të rendit të ditës e që kishte të bëj me takimin me ministren e punës dhe politikës sociale, Mila Carovska, ka informuar kryetari i LSHPM, Dragi Argirovski, për çka ka theksuar se takimi nga të dy palët është vlerësuar si shumë pozitiv dhe i dobishëm. Në këtë takim ishin shqyrtuar më shumë çështje në interes të pensionistëve përmës përbashkëtë përkrahura me konstruktin financiar. Nga materialet mundjej qartë të shiheshin shumë tregues të punës me shumë nikqirillëk dhe realizim të planeve në korniza të planifikimeve, ndërkaq, është realizuar edhe dallim pozitiv me zvogëlim të harxhimeve.

Më pastaj, kryetari Argirovski, ka informuar për aktivitetin ndërkombëtar të LSHPM. Është lëshuar ftesë deri tek LSHPM të Slovenisë, që delegacion i tyre të vizitoj LSHPM, ndërkaq, delegacioni nga Lidhja e pensionistëve të Bullgarisë, ishte një vizitë të LSHPM.

Raport për garat e 22-ta sportive regionale dhe përgatitjet për Lojërat sportive republike më 02.09.2017 në Koçan, ka dhënë Zdravko Petkovski, i cili ka theksuar se ato regionale janë realizuar takim edhe me ish kryetarin e LSHPM, Dushko Shurbarovski. Edhe ky takim ishte shumë i përzemërt me ndjenjë të respektit të ndërsjellës.

Më pastaj, në mbledhje anëtarët janë informuar për punën financiare të LSHPM për gjashtë mujorin e parë të vi-

tit 2017. Sqarim për materialin e shpërndarë më parë ka dhënë kryetari i KM, Mitre Stojanovski. Analiza e të hyrave dëde të dalave ka dhënë pasqyrë të situatës si dhe sugjerime për organizimin e mëtejshmë të aktivitetave të përkrahura me konstruktin financiar. Nga materialet mundjej qartë të shiheshin shumë tregues të punës me shumë nikqirillëk dhe realizim të planeve në korniza të planifikimeve, ndërkaq, është realizuar edhe dallim pozitiv me zvogëlim të harxhimeve.

Më pastaj, kryetari Argirovski, ka informuar për aktivitetin ndërkombëtar të LSHPM. Është lëshuar ftesë deri tek LSHPM të Slovenisë, që delegacion i tyre të vizitoj LSHPM, ndërkaq, delegacioni nga Lidhja e pensionistëve të Bullgarisë, ishte një vizitë të LSHPM.

Raport për garat e 22-ta sportive regionale dhe përgatitjet për Lojërat sportive republike më 02.09.2017 në Koçan, ka dhënë Zdravko Petkovski, i cili ka theksuar se ato regionale janë realizuar takim edhe me ish kryetarin e LSHPM, Dushko Shurbarovski. Edhe ky takim ishte shumë i përzemërt me ndjenjë të respektit të ndërsjellës.

Më mbledhje, gjithashtu, është vendosur që të shqipon monografian e LSHPM në gjuhën shqipe në 100 kopje, si dhe të jepen kopje edhe në gjuhët tjera, nëse sigurohen mjete.

K.S.A.

Shtëpia për pleq "Zafir Sajto" në Kumanovë, kënd për plakje me dinjitet



Në qytetin e Kumanovës, tek parku i poshtëm dhe në afersi të stacionit të autobusëve, me oborrit e tij të rregulluar bukur dhe ndërtimin e ruajtur, do ju tërheq vëmendjen tuaj Shtëpia për persona pleq "Zafir Sajto", në të cilën qëtë dhe me dinjitet e jetojnë plakjet e tyre 155 shfrytëzues - persona pleq nga më shumë qytetë të shtetit. Ngrohtësinë e këtij institucioni në vazhdimësi e plotësojnë aktivitetet, inovacionet përmirësimin e kushteve për jetë, me qëllim të përmirësimit dhe të ngritjes në nivel më të lartë në një plakje aktive dhe kualitative për personat në përkujdesje. Në periudhën e kaluar shumë kujdes i është kushtuar pajisjes së dhomave dhe banjave, sigurimit të mobileve të reja si më dhomat, ashtu edhe në sallat për qëndrim ditor, ku personat që qëndrojnë si me shoqërim të ndërsjellë, ashtu edhe me aktivitetë të cilat bëhen me programin për pasurimin e jetës kulturore zbavitëse, e kalojnë përdit-

shmërinë e tyre.

Menaxhimi nga drejtori Xhemaledin Nexhipi, shënon hapa para më sigurimin e kushteve gjithnjë më të mira dëshirës së këtij shtëpi. Para pak javësh, ka filluar rinovimi i fasadës së jashtme së Shtëpisë, që në masë të madhe do të jep një pamje freskuese e këtij institucioni, e cila në çdo pikkampje përpinqet që Shtëpia gjithnjë të jetë vend i këndshëm dëshirës së dinjitet për jetën e personave pleq, e fisnikëruar dhe me vlerë për respekt të cilën personat pleq e meritojnë.

R. Mitiq

Shëtitje në Skrebatno

</

Навики на среќните луѓе В

Љубезни се кон другите – Научно е доказано дека сте посреќни ако сте љубезни кон другите. Ако се однесувате кон другите со љубов, почитувајќи ги нив и нивното достоинство, ќе можете да изградите посилни меѓучовечки односи.

На проблемите гледаат како на предизвици – Зборот „проблем“ никогаш не е дел од речникот на среќната личност, бидејќи проблемот се доживува како нешто што не врка неколку чекори наназад, додека предизвикот е нешто позитивно; можност, задача или потстрек.

Изразуваат благодарност за она што веќе го имаат – Чувството на задоволство ќе биде многу подлабоко ако се-когаш сте свесни и благодарни за она што го имате заместо да копнеете за нешто што немате.

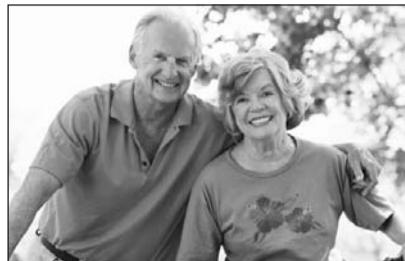
Мечтаат – Луѓето кои имаат големи мечти, своите цели ќе ги остварат пред оние кои ги немаат.

Не се оптоваруваат со ситници – Среќните луѓе знаат дека животот е премногу краток за да се троши на не-важни животни ситуации.

Говорат добро за другите – Човек подобро се чувствува кога е љубезен отколку кога е злобен. Истакнувајќи на убавите нешта кај другите ќе ве отвори да размислувате позитивно и да не осудувате.

Никогаш не се оправдуваат – Среќните луѓе не се оправдуваат и не ги обвинуваат другите за своите грешки. Наместо тоа, ги признаваат своите грешки и настојуваат да се подобрят.

Не се луѓе кои го паметат злото – Среќните луѓе знаат да заборават. Не треба да му допуштите на оној кој ве повредил и понатаму да има мок над вас! Ако се ослободите од лошите емоции поради навреди кои ви ги нанесат.



ле, ќе имате доволно енергија да ужivate во добрите нешта во животот.

Живеат во сегашност – Среќните луѓе не жалат за минатото и не се загрижени за иднината. Тие уживаат во сегашноста и целосно се посветени на она што моментално го работат.

Секое утро стануваат во исто време – Станувањето наутро во исто време ќе го стабилизира вашиот биолошки ритам, ќе ја зголеми вашата продуктивност и ќе ве направи посмирени и концентрирани.

Избегнуваат да се споредуваат со други – Ако размислувате дека сте по-добар од некого, во вас ќе се појави нездраво чувство на супериорност. Ако пак мислите дека некој е подобар од вас, ќе се чувствуваате лошо. Ќе бидете посреќни ако се фокусирате на сопствениот прогрес, а түгите го уважувате.

Мудро ги избираат пријателите – Татата бара друштво. Затоа важно е да се опкружите со оптимисти кои ќе ве поттикнат да ги остварувате своите цели. Колку повеќе со дружите со такви луѓе подобро ќе се чувствуваате.

Не бараат одобрувања – Среќните луѓе не се грижат што другите мислат за нив и не дозволуваат другите да ги обесхрабрат. Знаат дека е невозможно да им се доволи на сите. Послушајте ги што имаат да ви кажат, но никогаш не барајте одобрување.

Внимателно слушаат – Не зборувајте

многу, а повеќе слушајте. Слушањето го прави вашиот ум отворен за мудроста на другите и ви овозможува да слушнете различни мислења.

Ги негуваат меѓучовечките односи – Осамената личност е тажна личност. Среќните се свесни колку е важно да се развиваат јаки, здрави односи. Секогаш имаат време за своето семејство, пријателите и саканите.

Медитираат – Медитацијата го смирува умот и помага во пронаоѓањето внатрешен мир. Среќните луѓе знаат да го смират умот и лутината кога и да било и каде било.

Се хранат здраво – Поради брзата исхрана луѓето се чувствуваат мрзливо, а во таква состојба тешко е да се биде среќен. Потрудете се да јадете храна која вашиот ум и тело ќе ги одржат во добра форма.

Вежбаат – Истражувањата покажале дека телесните вежби многу високо го подигнуваат нивото на хормонот на среќата. Тие исто така ќе ја зголемат вашата самодоверба и после вежбите ќе се чувствуваате корисно.

Живеат единствено – Среќните луѓе не собираат купишта непотребни работи во својот дом оти знаат дека тие можат да ги оптоварат и да ги направат нервозни.

Ја говорат вистина – Лажењето предизвика стрес; поради лажење се губи самодоверба. Искреноста го поддрuga ментално здравје.

Имаат развиена самоконтрола – Среќните луѓе имаат можност да „избираат“ каков ќе им биде животот. Не дозволуваат други да им говорат како треба да живеат.

Го прифаќаат она што не можат да го сменат – Кога еднаш ќе го прифаќате фактот дека животот не е фер ќе бидете посмирени. Наместо да се оптоварувате со тоа како животот не е фер, фокусирајте се на она на кое можете да влијате и изменете го на подобро!

Т.Г.

Дали провевот е голем непријател или балкански мит?

Иако на прв поглед се чини дека само Балканците веруваат во моќта на провевот, вистината не е баш едноставна. Кинеската медицина од дамнината смета дека провевот може да биде причина за многу болести. Во народот особено се врежани голем број изреки поврзани со провевот, речиси толку многу што ќе почнете да се прашувате дали ова чудовиште е пошто од чума, од тоа да стоењето на провев носи настинка, преку она кое предвидува воспаление на увото, белите дробови, воспаление на забите и забоболка, до вкочанетост на грбот или вратот.

Во некои медицински учебници за инфективни болести во поглавјето за настинки стои дека „и покрај вообичаените верувања и забелешки, нема сигури докази дека студот, провевот, заморот, ненаспансоста и слични состојби се поврзани со зачестеноста на настинка“, додека во бројни статии за причините за воспаление на увото се наведува дека провевот не е поврзан со инфекции на ушите и дека носењето капа и кога таа не е потребна, нема да ја намали зачестеноста на воспаленија. Оториноларинголозите проблемите со ушите ги поврзуваат пред се со состојбата на слузницата во носот, но сепак, факт е дека провевот може да предизвика еден вид шок на имунолошкиот систем, поради што организмот е изложен на развој на разни инфекции. На кратко, можеме да кажеме дека верувањето дека провевот може да наштети, сепак не е без основа и треба да се препише на фактот дека луѓето некогаш не оделе често на доктор, тука верувањата ги стекнале на основа на искуства. Слично е и за сите оние изреки во кои болеста може да ја поврзме со фактот дека лицето се испотило, па било на провев, како и онаа дека оној кој навечер ќе се напие ладна вода од фрижидер во утринските часови ќе се разбуди со болки во грлото. Најчести причини за ангината се бактерии, потоа вируси и габи, но ладната вода како шок за слузница-

та на грлото може да придонесе да стане погодна за наслување на бактерии или вируси.

Традиционалната кинеска медицина верува дека премногу провев или ветер е една од главните причини за многу болести. Го сметаат и за водечко зло на шесте зли болести (ветер, студ, топлина, влажност, суши и провев). Ветрот го напаѓа човечкото тело во разни облици, како студен ветер, топол ветер, влажен ветер. И провевот е еден вид ветер помеѓу прозорците, вратите, две згради, два сида или два поголеми објекти.

„Колку е градата повисока, толку е ветерот посилен, а колку е ветерот потенок, толку е поостар“, пишува докторот на кинеска медицина Angela Tian Zhu.

Кинезите сметаат дека провевот е опасен бидејќи е поостар од обичниот ветар. Тој може да навлезе во нашата кожа, органите и телото, особено ако сме болни и со ослабен имунитет.

„Децата и старите се најподложни на неговото влијание. Провевот се-когаш го напаѓа послабиот дел од телото, останува таму и прави некоја штета“, додава доктор Zhu.

Таа исто така описала како провевот влијае на одредени делови од телото:

- Ако ги нападне зглобовите, луѓето ќе чувствуваат болка во нив, што ќе резултира со артритис, ако ветрот е ладен или топол и удира во главата (или луѓето излегуваат надвор со влажна коса), тоа може да доведе до главоболка, болка во увото, забите или грлото.

- Ако топол или ладен ветер на-влезе во белите дробови и градите, тоа ќе резултира со кашлица, болки во грлото или настинка. Ако ладен или топол ветер го нападне вратот или половината, тоа ќе резултира со болка во вратот или долниот дел од грбот. Овие случаи често се јавуваат при возење или при спиење.

- Ако провевот ги нападне мускулите, луѓето ќе почувствуваат сла-

бост и мускулна болка.

- Ако провевот ја нападне кожата, тоа ќе резултира со чешање и кожни болести.

Провевот особено е опасен за децата. Докторот Angela Tian Zhu истакнува дека изложеноста на провев може да доведе до воспаление и болки во увото кај децата. Исто така, се зголемува и ризикот од настинки, кашлица, астма или бронхитис. На бебињата и малите деца не им се со-ветува да излегуваат надвор ако имајат ветар. Ветарот и провевот ги прави децата да се чувствуваат не-мирни и уморни.

Фобија од провев или ветер – Понекогаш стравот од лошото влијание на провевот и ветерот може да прерасне во фобија. Тоа се вика Anergophobia или Anemophobia и подразбира екстремен страв од ветер или провев. Од провев не се плашат и не страдаат само Балканците, тука и пошироко во Европа – Германци, Австројци, Италијанци, Романци и Полјаци, бегаат од него секогаш кога можат. Ги затвораат прозорците во подземната железница, не дозволуваат во ресторани отворање на прозорци од повеќе страни и попрво би се исптоли отколку да бидат на провев. Се чини дека ова народно верување се базирало на искуството на постарите лица. Иако истражувањата покажуваат дека настинките најчесто се предизвикани од вируси, проблемот е што тие се најчести во зима, на ниски температури каде вирусите преживуваат. Студениот ветер или провевот тоа може само да го влоши. Изложеноста на било кој дел од телото на провев ќе влијае на грчеви на мускулите на тој дел, и во зависност од здравствената состојба, организмот реагира. Кај некој провевот или прошетката по јак ветар ќе донесат главоболки што може да се превенира со носење капа, додека други може да добијат болки во зглобовите.

Како и да е, не стојте на провев и не шетајте кога дува силен ветар!

М. Дамјаноска

Пластичните шишиња не ги користете повторно

е со бела боја.

Избегнувајте ја пластичната амбалажа

Тоа е пластика со ознаките PVC (понекогаш и ознака 3V), PS и PC (често и без ознаки) или по бројчињата во триаголникот – 3, 6 и 7.

	PET
	HDPE
	PVC
	LDPE
	PP
	PS
	Other

PVC испушта две опасни хемикалии, кои го попречуваат работењето на хормоните во организмот. И покрај тоа, оваа пластика се користи за производство на шишиња.

PS во водата испушта канцерогена материја – СТИРЕН. Најчесто се користи за пластични чаши за кафе, за еднократна употреба или за амбалажа на брза храна.

PC (или без ознака – бр. 7) е најлоша пластика за амбалажа за прехранени продукти бидејќи ја испушта опасната хемикалија ВРА (Бисфенол А).

Б. Арсов

10 продукти за добра крвна слика

Сигурно сте слушнале за хемоглобин, но дали знаете која е неговата функција во телото?

Станува збор за протеин кој им дава боја на црвените крвни зрнца и го разнесува кислород од белите дробови до сите клетки во организмот. Главна состојка на хемоглобинот е железото. Хемоглобинот може да биде низок кај луѓе кои пошто се хранат, кај оние кои страдаат од болести на бubreзите и рак, кај бременни жени и за време на менопауза. Токму затоа за оваа група на луѓе, многу е важно да консумираат храна богата со железо. Долготрајно ниско ниво на хемоглобин доведува до состојба на анемија, која се манифестира како: замор, бледило на лицето, поспаност, вртоглавица, главоболка, биене на срцето, тешкотии при концептација, краток здив, несоница и друго.

Еве 10 продукти за одлична крвна слика

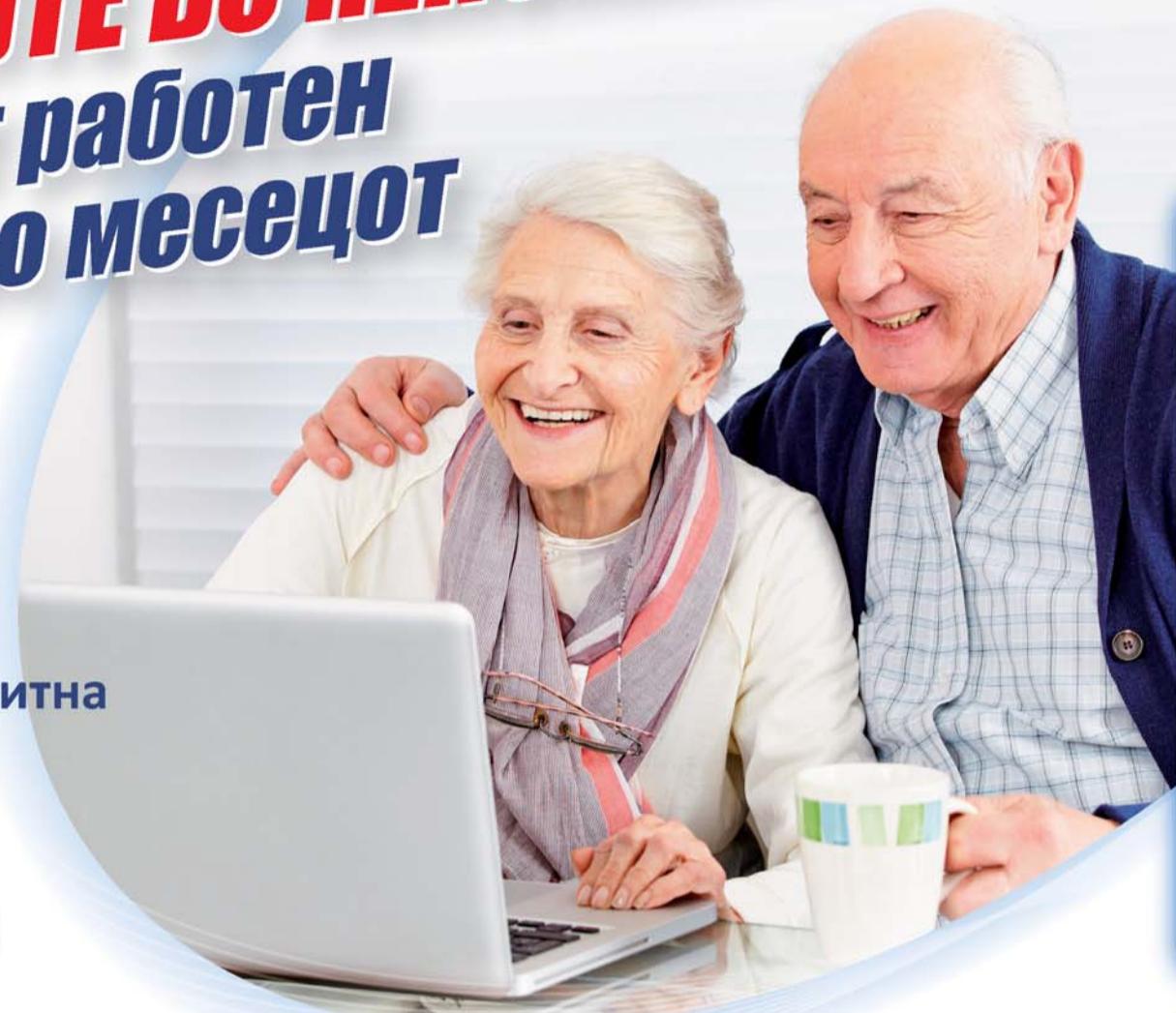
1. Калинка - Калинката е едно од најздравите овошја во светот, која изобилува со витамин Ц и железо. Со консумирањето калинка ја поттикнуваат циркулацијата на крвта и ги намалуваат симптомите на анемија. Можете да јајдете посебно, да ја додавате во салати или од неа да исчедите свеж сок. Оваа суперовошје има многу антиоксидантни, антивирусни и антиканцерогени свойства.

2. Лубеница - Дали сте знаеле дека лубеницата, како и динјата, всушност не се овоштие туку се зеленчуки? Оваа омилена летна храна содржи многу

УЖИВАЈТЕ ВО ПЕНЗИЈАТА!

прајвот 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 Сид 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

ТУРИСТИЧКА АГЕНЦИЈА И ПРЕВОЗ НА ПАТНИЦИ

НАК BUS



**ПОНУДА ЗА ПЕНЗИОНЕРИ
ВРШИМЕ ПРЕВОЗ НА ОРГАНИЗИРАНИ
ИЗЛЕТИ И ЕКСКУРЗИИ
ВО ЗЕМЈАТА И ВО СТРАНСТВО**

**Во договор со Агенцијата можни се и збирни тури
од неколку здруженија на пензионери**

**АГЕНЦИЈАТА *НАК BUS* ВРШИ И ТРАНСПОРТ НА ПАТНИЦИ
ДО ПОВЕЌЕ ДЕСТИНАЦИИ ВО ЗЕМЈАТА И ВО ЦРНА ГОРА**

контакт телефон: 044 330 400; 070 348 349



ЗАНИМЛИВОСТИ

ЖИВОТНИ ЛЕКЦИИ

Животот не е фер, но е убав.
Животот е премногу краток да не уживаш во него.
Не купуваш работи, кои не ти се потребни.
Не мора да победиш во секоја кавга, остани верен на себе.
Плачи со некого, споделувањето на тагата има исцелителна моќ.
Во ред е да му се налуштиш на Господ, тој ќе издржи.
Штеди за работи кои вреди да ги имаш.
Не вреди да даваш отпор пред парче чоколадо.
Склучи мир со минатото за да не ти ја уништи иднината.
Во ред е децата да те видат како плачеш.
Не го споредуваш својот живот со животот на другите. Ти немаш
коима каков е нивниот пат.
Ако една врска мора да биде тајна, нема зошто да се бориш за неа.
Диши длабоко, тоа го смирува умот.
Ослободи се од се што не ти е потребно.
Се што нема да те убие, навистина ќе те направи посилен.
Никогаш не е доцна да бидеш скрекен, но се зависи само од тебе.
Кога станува збор за постигнување на твоите цели, никогаш не
прифаќај „не“ за одговор.
Дувни ги свеќите, спиј на сатенски чаршави, носи луксузна
долга облека.
Немој ништо да чуваш за специјални прилики. Денес е специјален ден.
Биди екцентричен сега, не чекај да останеш за да носиш лилјаково.
Најважен орган во секост е мозокот.
Никој, освен ти не е одговорен за твојата среќа.
За секоја т.н. катастрофа запрашай се дали по пет години ќе
биде важна?
Секогаш избери живот.
Прости, но не заборавјај.
Не е твоја работа што мислат другите за тебе.
Времето лечи скоро се. Дај му време на времето.
Без разлика колку добра или лоша е ситуацијата таа секогаш
ќе се промени.
Верувај во чуда.
Не го анализирај животот. Живеј го најдобро што можеш секој
момент.
Стареенето ја убива алтернативата да умреш млад.
Твоите деца имаат само едно детство.
Се што е навистина важно, вреди за напорот.
Секој ден излегувај. Чудата се настекаде.
Кога би ги фрлиле нашите проблеми на еден куп и би ги
погледнале туѓите, веднаш би посакале да си ги вратиме своите.
Зависта е губење време. Прифати го она што веќе го имаш,
а не она што мислиш дека ти е потребно.
Најдоброто допрва треба да се случи.
Без разлика како се чувствуваш, стани, облечи се и соочи се
со светот.
Животот не доаѓа спакуван во кутија со панделка, но сепак е
подарок.

М. Дамјаноска

„пензионер плус“	хрватска пејачка, елвира	„сканди“	„исламска арапска република“	сателит на сатурн	електрон	град во тајланд	првата самогласка	попик на оца од минијаре	лазар ристовски	индиска новинска агенција	муслиманско женско име	vasil ильоски	фотограф	вид цвеќе	артистот гинис
волт		наша артистка (фотос) соглас. и самог.													
село во кумановско				алт област во ирак и сирија		кривично дело такса за дрва									
дел од покрив									струмица множина (скр.)			машко име на галено лимена кутија			
австралија		четврти дел од целина	река во босна	електрон второ дете		меѓунар. знак за мали опера од верди				групак (разг.) дел од лицето					
емотивно, осетливо															
рентген															
уред на ректор										катего-рија во боксот петар кочич					
„пензионер плус“	песна во скопје на некој светител							украс на прстите (ми)							
„сканди“	бара (ми.) уруниум								список на прославиди извик						
руина										запир артист-вали					
град во јапонија				уметност (лат.)	мери астор										
сојуз меѓу држави					пејачот џеѓер										
лудол-фобијот број								машки пејачки глас							
стари жители на виетнам								артист. рина							
столбови во облик на женски фигури										иридиум ибидем					
температура		нов правец во музиката				сметалка (лат.)									



Премене: Б, Нђеха Нинеbecka, отре, а, Криминал, Криминал, 3, Тракијама, ми, ма, арт, армантин, нп, капнјантин, т, кра, а6ак-9

Хумор

Оди млад човек во матично:
– Може да закажам венчавка за во вторник?
– Може бе дечко, ама сите бараат во сабота или недела, ти
зошто во вторник?

– Е па за да не си го расипам викендот.

* * *

– Добар ден...
– Добар ден, извинете, дали сте близнаци?
– Не, зошто прашувате?
– Па, мајка ви во исто ве облекла!

– Господине, ве молам излезете од автомобилиот и дувајте, а
потоа дайте ја возачката и сообраќајната дозвола!

* * *

– Зошто не може во сите денови да се возиме бесплатно со автобусите? – го прашува пензионерот Новко службеникот на билетарницата на ЈСР.
– Тоа е за да си го вежбате помнењето и да не ги заборавите дневните во неделата! – духовито му одговара службеникот.

* * *

Си разговараат двајца пријатели:

– Најмногу сакам кога си ја пуштам лентата од свадбата најзад.
– Зошто?
– Си одат роднините, музиката ми ги враќа парите, а жена ми
среќна си оди кај мајка ѝ.

* * *

Го прашува пензионерот Миле својот „колега“ Трпе:
– Каде толку си се затрчал?
– Одам во балетско училиште! – му одговара Трпе.
– Па зарем сега на овие години учиш да играш балет? – се чуди
Миле.

– Ама, не бре! Одам да ја земам внуката од часовите по балет! –
подготвен одговара Трпе.

* * *

Црногорец и се додворува на некоја девојка:
– Мила, дали сакаш цвеќе?
– Да драги, сакам.
– Па ене онде има градина, ајде оди набери си!

* * *

Стојан не се вратил дома, па утредента и се правда на жената
дека престапил кај некој пријател.

По половина час поминати на телефон жената му вика:

– Се јавив кај 10 твои пријатели. Од нив седумина ми потврдија
дека си спиел кај нив, а другите тројца тврдат дека се уште си таму.

Песот со месо во уста



Еден пес со парче месо во уста го преминувал потокот.
Одненадеж во водата ја здогледал својата сенка и си
помислил дека таму е некој друг пес, кој има поголемо
парче месо. Затоа го испуштил своето парче и се фрлил
во водата за да му го одземе на другиот неговото месо.

И песот така останал без ниедно: едното не го дофатил
бидејќи воопшто не постоело, а другото, неговото, затоа
што водата го однела.

M.T.

ЗП Велес

Реновиран клубот на пензионери во огранокот „Богдан Каракостев“

На 5 септември 2017 година свечено беа пуштени во употреба реновираниот просторија на Пензионерскиот клуб на Огранокот на ЗП Велес „Богдан Каракостев“. Што беше повод за реновирањето на овие простории ни кажа претседателот на Здружението, Веле Алексоски:

– Последните две години реновираме повеќе објекти кои служат за рекреација и престој во регионот на општините Велес, Чашка и Градско, чии пензионери се членови на нашето Здружение. Така беше реновиран рекреативниот дом во Богомила, домот на пензионери во Чашка и во Градско, населба Отовица, Домот на пензионери во Велес, а сега еве го пуштаме во употреба Клубот на пензионери во нашиот огранок „Богдан Каракостев“. Пензионерите заслужуваат да имаат катиче каде ќе ги минуваат слободните часови. Во овие простории



ти ќе можат да се дружат, да играат салонски игри, да гледаат телевизија, да се послужат со сок, кафе или чај. Всушност тоа се нивни средства и треба тие да ги користат додека се живи. Нека бидат здрави и долговечни, нека се креативни, активно нека го минуваат времето, не го криеше задоволството од постигањата претседателот Алексоски.

На оваа прослава беа присутни и членовите на Извршниот одбор на Здружението како и членови од другите ограноци. Сите беа горди на своите залагања и ветија дека и понатаму ќе се ангажираат и во други активности на Здружението, со цел животот на пензионерите да им биде и содржан и активен. Н.А.

ЗП Штип и ЗП Ѓорче Петров

Подготовка за Фестивалот за трета животна доба во Љубљана 2017

На средбата по повод подготовката за учество на Фестивалот за трета животна доба во Љубљана 2017, во Штип на 06.09.2017 година на претст



вниците на СЗПМ од ЗП Ѓорче Петров и ЗП Штип им се обрати менаџерот на проектот Илија Глигоров и ги запозна со активностите и програмата на фестивалот.

На состанокот беа разгледани деталите за присуство на овој меѓународен пензионерски фестивал на песни, ора и обичаи. Од ЗП Ѓорче Петров ќе учествуваат 25 пензионери фолклористи, а од ЗП Штип 17 учесници. Беше разгледан и утврден план за настап и посета на дом за стари лица, а предвидени се средби на раководителите со делегации во Љубљана.

ЗП Кумано

Чувари на традицијата

Во организација на КУД „Гоце Делчев“ од Делчево, а под покровителство на Министерството за култура и Општина Делчево, на втори септември годинава по 11-ти пат се одржа Пијанечко-Малешевска свадба. Својата љубов на традиционален начин, со над 30 свадбарски адети ја круниса Тања Димитрова од Симитли (Р. Бугарија) и Јуличо Петровски од Делчево. Тие облечени во народни носии, без дел од убавата традиција, која со години се негува и чува од заборав на овие простории. На свадбата беа спроведени адети кои гратија Делчево во минатото време и потсетија на старите традиционални обичаи карактеристични за правење свадба.

Во рамките на свадбата се одржа и 41-тиот Меѓународен фолкорен фес-

тивал, на кој настапија 10 фолклорни друштва од Македонија и пет од странство.



За првпат годинава меѓу гостите на свадбата, а како дел од Фестивалот се најдоа и играорците од КУД „Гоце Симоновски“ од ЗП Куманово. Тие богослужбите на фолкор и носиите пред

публичките фолклорни средби во Скопје и затоа се квалификува за учество на Пензионерскиот фестивал во Љубљана.

Захаринка Милосавлевиќ, позната појачка и стручен соработник, го истакна дружењето во Штип, како заинтересованоста на учесниците и усогласувањето на програмите за настап, а **Стојка Ордева** го посочи репертоарот на домаќините, каде се застапени изворни и народни песни. Ова дружење на групите со голем интерес ги проследија и регионалните ТВ „Ирис“ и ТВ „Стар“ од Штип.

Ц. Спасикова

присутните на летната сцена во Делчево го прикажаа преку сплетот Жетварка. Како долгогодишни негувачи и чувари на традицијата преку играта, песната и фолкорот, кумановските пензионери се претставија во најдобро светло. Тие и покрај годините, дока-

што повеќе од 25 години, собрал око

лу 2.000 вакви предмети, од кои некои стари и од 5.000 до 8.000 години. Својата етно колекција Моне ја има сместено во сопствената кука во тетовско Цепчиште, разместена во 7,2 метри квадратни како најмал етно музеј во светот. Пензионирањето во 2006-та година уште повеќе го насочува во творечка и истражувачка работа, создавајќи дело за кое има добиено повеќе признанија и награди. Со завршен архитектонски факултет, но со голема склоност кон литературното творештво, по успехот со првата збирка „Етно бројаница“ во 2005-та година, за која инспирација му биле етно експонатите, со пензионирањето подготвува и издава уште четири други книги „Монографија“, „У катакомбите на Тето“, „Етноризница“ и „365 аманети“, сите издадени по 2009-та година. Сега е пред издавањето на нова, веќе подготвена со работен наслов „Исповед“, во која се „поместени“ 1.700 предмети, сврстени во 28 групи поддржани со лична поезија.

– Пензионирањето уште повеќе ме доближи до мојата „занесеност“ да продолжам да собираам стари предмети и да направам сè да се сочува нивната оригиналност, вракајќи им го сјајот. Во досегашните посети на музејот, некаде над 30.000, голем број беа групни посети на пензионери, кои гледајќи ги експонатите, се присетуваат на своето минато, на младоста. Со моите експонати сум учествувал на разни изложби, некои од нив во организација на пензионерите, а веќе 11 години (сите како пензионер) сум поддржувач

метија. За одбележување е и поводот за текстот посветен на пензионерите и токму на саканиот и обожуван Вујко Ристо со ваква честитка од внукиот Иван да замине во пензија.



Години ќе минеш, ти во работа Староста без перде сама доаѓа Младоста ја гледаш ко побелена Снагата ти вели, ајде во пензија.

Живи и здрави да се пензионерите Топли да им бидат зимите Нека им се множат еј годините Долго да им траат пензите.

Пензија секој си посакува Години бар стотка да си дочека, Младоста ја гледаш ко побелена, снагата ти вели, ајде во пензија.

С. Ц. Сотировска

ЗП Тетово

Симеон Златев, сопственик на најмалиот етно музеј во светот

Пензионерот од Тетово, Симеон Златев – Моне, е сопственик на најмалиот етно музеј во светот. Тој вљубеност во етнологијата ја реализира како вистински чувар на минатото, собирајќи, груирајќи, проучувајќи и презентирајќи реликви од македонското етнолошко, културно и историско наследство. За период од не-



на „Европските денови на културното наследство, што ме прават посебно горд. Најмалиот етно-музей во светот посебно место зазема и во Туристичката мапа, издадена во 2005-та година на тетовската туристичка експедиција на Беловишките водопади, кога беше организирана изложба на 1.300 метри надморска височина, со задо-



волство раскажува Моне.

Во неговата грижливо запишана хронологија од 26 години, стои дека со музејот се запознале милиони луѓе, преку телевизиите во Јапонија, Австралија, Хрватска, Кина, Франција... Меѓу посетителите, имало со најразлични професии, а за Моне посебно доживување е посетата на Дервик Ворвик од Англија, како најмал артист во светот, и посетител на најмалиот етно музеј во светот. Ворвик е познат по улогата на „Хари Потер“, „Господ на прстените“ и друго.

Посетата на Музејот и разговорот со сопственикот Моне во Цепчиште, неизбежно е да се искаже според на предметите според нивната припадност. Во накит и украси наредни се појаси, пафти, невестински коланки, прстени, петлици, кустеци, склопец... Во групата книги има молитвеници, мистилци, остракон. Меѓу казанџиски предмети се сместени бокали, софири, ибрици, гумови, грниња, мангали, а во група мерници среќаваме часовници, кантери, рабуш, шиници, ралиници, рог... Има и религиозни експонати – свеќици, бухурдар, бројници, крстови. Посебни делови се карти и пагурчиња, делови од порти, предмети од текстил и оружје, изработки од дрво, грнчарија, носии и разни предмети од сточарството.

Моне е и нумизматичар, филателист, собирач на грамофонски плочи..., ретка исклучителна личност самовграден во темелите на културата, историјата, минатото во својата како што вели, мајковина – Македонија.

Гојко Ефоски

ЗП Кумано

Генерација учители 1961/62 - денес пензионери

Дојдовме од многу краеви, дојдовме на местото од каде почнавме да ја одиме врвницата на животите наши. По 55 години се собрале во градот на нашата младост. А сејањата навираат како планински врвот, се никакат како бисери на момински ѕердан. Бевме и останавме генерација за паметење. 6 паралелки и 206 ученици како пчели во кошница.

Бевме добри ученици, и беспрекорни учители. Ја одбележавме Златната средба 50 години од матурата на претпоследната генерација учители но средбите и дружењето продолжија секоја година. Во Пробиштип, покрај бистрата Злетовица, во Струмица под кулите, во Делчево во недопрената убавина, во Неготино, наздравуваме со Тиквешко вино.

а денес? Повторно сме во градот од каде почнавме и вака да остане. Пријателството и другарството вечно да ни траат. И, кога само двајца ќе останат нека се сретнат нека се сетат на сите нас, на генерацијата 1961/62 зашто бевме и останавме, генерација за паметење. М. Здравковска