



7. седница на Собранието на СЗПМ

Многубројни активности и респектабилни постигнувања и во 2017 година

Седмата седница на Собранието на СЗПМ беше одржана на 16 март 2018 година. Покрај делегатите присуствуваа и претседателот СЗП на град Скопје Методија Новковски, претседателот на Надзорниот одбор



Митре Стојановски и сметководителот на СЗПМ Петар Андреевски. Честа да раководи со седницата му беше доверена на највоздрасниот член на Собранието на СЗПМ, Шабан Сабриу, поради оправданото отсуство на претседател на Собранието на Сојузот, Бесник Пощеста.

По усвоениот дневен ред најнапред беше разгледан Извештајот за работата на СЗПМ и на неговите органи и тела, за претходната 2017 година. Пред да се развие дискусија за Извештајот воведно излагање имаше Салтир Каровски, потпретседател на ИО на СЗПМ, кој беше и изготвуваач на истиот. Тој ги акцентираше најважните активности во изминатата година потенцирајќи ја работата на телата, органите и комисиите на Сојузот. Тој нагласи дека многубројните активности и постигнатите забележителни резултати се должат на ангажираноста на Сојузот, но и на сите 53 здруженијата, негови членки.

По Извештајот дискутираше Станка Трајкова, секретар на ИО на СЗПМ, која главно се осврна на проблемите поврзани со здравствената заштита на најстаратата популација, за Проектот Инклузија, според кој 2018 година од страна на Сојузот е прогласена за година на вклученост на старите луѓе во општеството, како и за други активности кои ги имаше СЗПМ во 2017 година.

Во својата дискусија, која беше и обраќање и оценка на Извештајот, претседателот на СЗПМ Драги Аргировски меѓу другото рече:

– Извештајот за работата на Сојузот и неговите органи и тела за 2017 година е реална слика на активностите и резултатите постигнати во изминатата година. Извештајот е сеопфатен и во него систематски се подредени сите активности. Во изминатата година имаше многу активности на кои можеме да видиме горди. Резултатите се одраз на нашата сплотеност и заедништво. Се надевам дека така ќе продолжиме и во 2018 година, а потврда за тоа се активностите во овие три месеци на почетокот од годинава. Се надевам дека сè што е зацртано во нашата Програма ќе биде реализирано, но и повеќе од тоа, благодарение на секој пензионер член на СЗПМ.

според законските одредби. По излагањето единогласно беше усвоен Извештајот, како и Одлуката за годишната сметка на СЗПМ за 2017 година, која ќе биде објавена во весникот „Пензионер плус“ и на веб-страницата на Сојузот.

На седницата беа донесени Препораки за постапување на изборите во Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија и здруженијата на пензионерите негови членки во 2018/2019 година. Насоките имаат цел да бидат избрани способни, стручни и искисни кандидати кои ќе раководат во наредниот четири години.



Калина С. Андонова во својата дискусија ги потенцираше одличните резултати на полето на информирањето, со оценка дека секогаш можело да биде подобро.

Извештајот за работа на СЗПМ за 2017 беше единогласно усвоен.

Финансискиот извештај за работата на Сојузот во 2017 година, го елаборираше претседателот на Надзорниот одбор Митре Стојановски. Откако детално ги објасни приходите и расходите во изминатата година тој го изнесе мислењето на НО со заклучок дека Сојузот во 2017 година работел домакински, рационално и

На седницата за нов член на ИО на СЗПМ беше избран Вељан Стојковски, а за член на Собранието на СЗПМ Благоје Арсиќ.

Придонес по одредени точки од дневниот ред со свои дискусији имаа: Крум Стаменков, Мендо Димовски, Мирко Макрешански, Веле Алексоски, Ристо Ангушев и други.

Можеме да констатираме дека и оваа Седница на Собранието на СЗПМ, која е со предзнак извештајна, уште еднаш потврди дека Сојузот во континуитет чекори по зацртаните пат во позитивна насока.

К.С.А.

Акценти од Извештајот за работата на СЗПМ во 2017

Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија програмските цели и задачи поставени во 2017 година во целост ги реализира. Со постигнатите резултати во сите области од работата и дејствувањето даде значителен придонес во унапредувањето и развојот на организираниот живот на пензионерите. Активноста на пензионерите на полето на културните и спортските дејности, на средбите и дружежњата по разни поводи, екскурзиите, и друго, беа главната содржина на пензионерското живеење, кои значително се проширија и добија поквалитетна димензија.

Остварување на програмските цели и задачи

1. Социјалната положба на корисниците на пензии се одржува и подобрува преку заштита на стекнатите материјални права со прописите и преку унапредување и проширување на тие права на постојните и идните пензионери. Ова прашање и во 2017 година остана главна преокупација на раководството на Сојузот и на здруженијата во односите со претставниците на државните органи и институции поврзани со

пензионерската проблематика. Во текот на 2017 година, раководството ги продолжи контактите со МТСП и ФПИОМ за остварување на политиката утврдена со програмите и договорените проекти. Се испочитува пропишаното законско усогласување на пензиите со порастот на трошоците на живот и порастот на цените на мало. Сојузот укажуваше на потребата за усогласување и зголемување на пензиите во 2017 година да се врши согласно со постојниот закон, како и за потребата од вонредно и понагласено зголемување заради одржување на реалната вредност на пензиите наспроти порастот на трошоците на живот и порастот на плаќатите.

2. СЗПМ во соработка со МТСП, врз основа на иницијативата за донесување Закон за пензионерско организирања, во 2012 година изработи нацрт-работна верзија за истиот која службено беше доставена до надлежниот орган, но поради некои причини Законот не влезе во процедура пред Законодавниот дом.

3. Практиката за остварување редовни непосредни контакти со здруженијата, за помагање

во организациониот живот на членството на здруженијата, како и унапредување на работата на евиденцијата, работата на одборите во организациите, пензионерските клубови, организираните манифестиции и други активности во 2017 година, се покажа како корисна. Заедничката работа на СЗПМ и здруженијата стана потранспарентна за поширокото членство. Останува и натаму да се унапредува непосредната интерактивност меѓу Сојузот и здруженијата, да се интензивираат непосредни информации со редовна достава на комплетните годишни извештаи од здруженијата, записници, програми за работа, информации по разни прашања и други материјали.

4. Одборот на Регистрираната организација работеше на регулирање на висината на членарината (одредување на висината на посмртната помош и структурата на членарината, следење на реализацијата на овие права и обврски, како и навремено носење на потребните акти со кои се уредуваат односите за извршување на овие овластувања и функции на Одборот).

ВО ОВОЈ БРОЈ...

СЕДНИЦА НА СОЈУЗОТ И СЕДНИЦИ НА ЗДРУЖЕНИЈАТА

стр. 4, 5 И 6

РЕФОРМИ НА ПЕНЗИСКИОТ СИСТЕМ



стр. 7

ТРИБИНА

стр. 8

ХРОНИКА

стр. 10



НЕ СТРУГЕ ПЕР ДИТС Е МЕСУЕСИТ

стр. 12

ЗДРАВСТВО

стр. 13

ЗАБАВА

стр. 15



ДОСТОИНСТВЕНО ОДБЕЛЕЖАНО

8. МАРТ - ДЕНОТ НА ЖЕНАТА

стр. 16

ЌЕ ИЗЛЕЗАТ

12. април

во „Нова Македонија“

- Пензионерски видици

19. април

- Прилог за пензионери

во „Коха“

27. април

„Пензионер плус“

Вашата пензија секогаш на први месецот.
НЛБ Сребрен пакет

NLB Banka

Работата на одборот во 2017 година исфрли на површина многу неразрешени прашања кои без потреба стануваат предмет на расправа на Одборот затоа што раководствотва на другите сојузи со нивната инертност не ги решаваат самостојно своите исклучителни прашања, туку ги префралат одговорностите на Одборот. Евиденцијата на членството во тие сојузи не е ажурирана, односите меѓу нивните членки ни оддалеку не се расчистени и проблемите што се однесуваат на распоредот на членарината која по спогодбата ја врши службата на СЗПМ се префралат на Одборот и создаваат тензии меѓу членовите на Одборот.

5. Раководството на СЗПМ, Комисијата за здравство и социјална политика и претставникот на пензионерите во Управниот одбор на Фондот за здравство, придонеса со својата активност да се донесат повеќе законски и нормативни акти кои се однесуваат на проширувањето на листите на лекови за кои не се плаќа партиципација, или истата се намалува, за третманот на болничкото лекување на пензионерите со ниски пензии и сл. Организацијата на руралната здравствена заштита на старите лица, и воопшто на населението, постојано се унапредуваше. Тоа придонесе за подобрување на здравствениот стандард особено кога станува збор за организирање на домашни здравствени услуги и нега.

6. Размената на податоци сврзани со прашањата на пензионерите, правото на пензия, правото на посмртна помош, задршка и уплата на членарината од пензиските примиња, ажурирање на многубројноста на пензионерите и други прашања од интерес за нив, се активности на кои им беше посветено внимание, како од СЗПМ, така и од Фондот на ПИОМ.

7. И во 2017 година продолжи реализацијата на Меморандумот за соработка меѓу СЗПМ и ЗЕЛС со што се унапредува општествената и материјалната поддршка од страна на локалната самоуправа на здруженијата на пензионери. За подобро согледување на состојбите во оваа сфера, СЗПМ заедно со здруженијата беше се поприсутен во активностите на локалната самоуправа.

8. Освен во рамките на масовните средби на отворено, во 2017 година беа реализирани повеќе регионални состаноци за разгледување на прашањата што произлегуваа од потребата за усогласување на активностите во здруженијата, статутите и другите акти, за разгледување и усогласување на Програмата за организирање на манифестиации од здруженијата на пензионерите каде што се дружат пензионери од повеќе здруженија од Републиката. Се врвше и ажурирање на евиденцијата како и реализација на Одлука за регулирање на единствените критериуми за финансиското работење на здруженијата и Сојузот. Редовно се одржуваат состаноци сврзани со организацијата на регионалните пензионерски спортски натпревари и состаноци на регионалните комисии за организирање на регионалните ревии на песни, музика и игри. На овие средби се разгледуваат прашања од заеднички интерес на здруженијата на пензионерите за остварување права и интереси во сферата на спортот, рекреацијата и културата. Остварена е поблиска интерактивност на здруженијата и Сојузот во дефинирањето на правилата, критериумите и односите во креирањето и реализацијето на заедничките активности, како и за поквалитетно изведување на подготовките и реализацијата на планирани манифестиации.

9. Здруженијата посебно внимание посветуваа на активите на пензионерите и работата на дневните центри и клубови за престој на пензионерите. Нивната активност опфаќаше помош во доделување парична помош, посета на стари лица, бесплатни лабораториски прегледи, вакцини, различни тематски состаноци за актуелни здравствени прашања и лекување болести, совети за семејно насилиство, соработка со Црвениот крст и центрите за социјална работа за помош во овие домени.

10. Сојузот настојуваше да продолжи активноста за из-

градба на пензионерски домови и други форми на сместување на пензионерите во државата, да им се обезбеди подстојинствен живот, да се спречи маргинализацијата на старате лица во нивните основни егзистенцијални услови за живеење и друго.

Сојузот, активно учествуваше во подготвување на Програмата на Владата на Република Македонија за изградба на пензионерски домови и домови за стари лица и центри за дневен престој на пензионерите, според Националната стратегија за стари лица 2010 – 2020. Во насока на унапредување на работите во врска со пензионерските домови, Сојузот иницираше потреба за донесување на регулатива, унифицирана, за користење на сите домови при здруженијата заради остварување на еднаква правна положба на пензионерите.

11. Во делот на спортот и рекреацијата во 2017 година, активностите се одвиваат во рамките на Програмата за организирање и одржување на регионалните и Републичката ревија на песни, музика и игри. Успешни домаќини на регионалните натпревари беа здруженијата на пензионерите: Вените пензионери на РМ, Сарај, Ресен, Охрид и Дебрца, Велес, Пробиштип и Пехчево. Финалната спортска манифестија успешно се одржа во Кочани.

12. Во делот на културата во 2017 година, активностите се одвиваат во рамките на Програмата за организирање и одржување на регионалните и Републичката ревија на песни, музика и игри. Успешни домаќини на регионалните ревии беа здруженијата на пензионери: Пехчево, Бутел, ОВР на РМ, Кратово, Штип, Кавадарци, Прилеп и Струга. Републичката ревија на песни, музика и игри се одржа во Домот на АРМ во Скопје. СЗПМ и здруженијата во својата активност поттикнаа и дадоа поддршка за организирање заеднички концерти надвор од програмата на ревиите како и на други културни манифестиации. Повеќе здруженија во својата рекреативна активност и дружење поттикнаа и организираа посети на значајни историски, културни и туристички места, како и одржување пикник–средби.

13. Информирањето на членството и остварување јавен отчет за работата и резултатите во целина посебно на органите и телата на здруженијата и Сојузот, беше приоритетна задача и обврска во спектарот на работните обврски на раководствотва на здруженијата и на Сојузот. Редовното излегување на весникот „Пензионер плус“, како и на прилогот во „Нова Македонија“ – Пензионерски видиди и страницата на пензионери во весникот „КОХА“ го збогати фондот на информации за активноста на членството во организацијата, а актуелните содржини од животот и прашањата кои се поврзани со пензионерите значајно го зголеми интересот за нивно разрешување. СЗПМ посветуваше посебна грижа за јавно презентирање на својата активност и преку ВЕБ – страницата на Сојузот, како и со континуирани изјави и интервјуа на членови од раководствотва на здруженијата и од СЗПМ во електронските медиуми (радио, ТВ, интернет), и во пишаните медиуми (весници и списанија), билтени и слично.

Врз основа на согледувањата и расправата по Извештајот за работа на СЗПМ во 2017 година и од страна на Извршниот одбор на Сојузот, може да се констатира дека:

1) Програмата за работа на СЗПМ за 2017 година е успешно реализирана;

2) Остварена е проширен општествена афирмација на пензионерските активности на здруженијата и на Сојузот преку омасовување на учеството на пензионерите во вкупната активност на здруженијата.

3) Остварен е значаен напредок во разрешување на организационите прашања сврзани со ажурирањето на евиденцијата во здруженијата, за подобрување на финансиското работење, во начинот на организацијата и работата на пензионерските клубови, во отворањето нови клубови и сл.

4) Остварено е поквалитетно и објективно информирање на членството и јавноста.

5) Остварена е натамошна проширенна соработка со надлежните државни органи по прашањата на пензионерските интереси.

6) Пројавени се одредени слабости со пасивизирање на работата во некои здруженија.

Имајќи ги предвид наведените констатации, Собранието заклучи:

1) Собранието го прифаќа Извештајот за работа на СЗПМ за 2017 година, и дава позитивно мислење за работата на органите на СЗПМ и на раководството;

2) ИО и раководството на СЗПМ со поголема грижа да се посвети на внатрешната организација и консолидација во пензионерските здруженија по завршување на изборите во 2018– 2019 година и на едукацијата на новите раководства;

3) Собранието заклучи ИО и раководството на СЗПМ да ги интензивираат контактите и да ја прошират соработката со надлежните државни органи и Владата на РМ заради неодложно и поинтензивно остварување на проектите опфатени со Националната стратегија на Република Македонија за старите лица до 2020 година.

4) Собранието препорачува, ИО и раководството на СЗПМ да ги забрзаат активностите за процесирање на предложенот Закон за пензионерско организирање во Македонија, којшто подолго време не се разгледува во Министерството за труд и социјална политика.

5) Собранието на СЗПМ им препорачува на органите на здруженијата во рамките на Програмата за работа во 2018 година, да ја прошират, продлабочат и интензивираат соработката со органите на локалната самоуправа.

Собрание на СЗПМ

СОЈУЗ НА ЗДРУЖЕНИЈА НА ПЕНЗИОНЕРИ НА МАКЕДОНИЈА
СЗПМ
Бр. 02-01-78-3
46-3 20 год.
Собранието на Сојузот на редовна седница, одржана на ден 16.03.2018 година, донесе

ОДЛУКА
за усвојување на Годишната сметка и распоредување на нето вишокот на приходи за 2017 година

Член 1

Се усвојува Годишната сметка за 2017 година на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија по претходно добиеното Извештај од Надзорниот одбор за контрола на материјално-финансиското работење со следните остварени финансиски резултати од работењето:

1. Вкупни приходи	10.231.681,00 денари
Приходи од работењето	
2. Вкупни расходи	8.056.535,00 денари
Расходи од работењето	
3. Вишок на приходи (Добивка) пред оданочување	2.175.146,00 денари
4. Данок на непризнаени расходи	37.832,00 денари
5. Нето вишок на приходи (добривка)	2.137.314,00 денари

Член 2

Остварениот нето вишок на приходи (добривка) за деловната 2017 година во износ од 2.137.314,00 денари се распоредува за:

- 825 - Дел од нето вишокот – добивката за други намени - 1.200.000,00 денари

- 829 - Дел од нето вишокот – добивката - нераспределен дел - 937.314,00 денари

Член 3

Оваа одлука влегува во сила со нејзино донесување.



Пратеседател на Собрание на СЗПМ

Бесник Пощеста

2019 година заради предлагање и избор на членови за Собрание на СЗПМ чии мандати на Конститутивната седница треба да бидат верификувани.

2. Со верификација на мандатот, членот на Собранието се стекнува со права и должноста да бира и да биде избран во органите и телата на Сојузот и активно учествува во нив, да ги извршува одлуките на Сојузот, да дава иницијативи, предлози и сугестији за решавање на одредени прашања и проблеми.

3. Сојузот на здруженија на пензионерите на Македонија и нејзините членки како невладини и непартички и независни асоцијации изборните активности треба да ги извршуваат без партички и друг вид притисоци и влијанија.

4. При наредните избори во здруженијата и во Сојузот освено внимание и сметка би требало да се води за половата и националната застапеност.

5. Избраните претставници во органите на здружението односно СЗПМ извршуваат само една функција во едно здружение односно сојуз, со цел да се одбегне кумулирање на функциите.

6. За изборната седница на Собранието се води записник кој ги содржи сите податоци за текот на седницата, за усвоените извештаи, заклучоци и резултати од изборите во здруженијата и Сојузот.

7. Записникот со материјалите од дневниот ред се чуваат во архивата и имаат траен карактер од аспект на прописите за архивирање.

8. За извршените избори на органите на управување потребно е здруженијата по писмен пат да го известат СЗПМ преку доставување на соодветни материјали и акти потребни за континуирано работење и информирање на СЗПМ.

Скопје, 16.03.2018 година

Собрание на СЗПМ

СОЈУЗ НА ЗДРУЖЕНИЈА НА ПЕНЗИОНЕРИТЕ НА МАКЕДОНИЈА

Собранието на Сојузот на здруженија на пензионерите на Македонија, на седницата одржана на 16 март 2018 година донесе ПРЕПОРАКИ за постапување на изборите во Сојузот на здруженија на пензионерите на Македонија и Здруженијата на пензионери на пензионери 2018/2019 година.

ПРЕПОРАКИ

ЗА ПОСТАПУВАЊЕ НА ИЗБОРТЕ ВО СОЈУЗОТ НА ЗДРУЖЕНИЈА НА ПЕНЗИОНЕРИТЕ НА МАКЕДОНИЈА И ЗДРУЖЕНИЈАТА НА ПЕНЗИОНЕРИ 2018/2019 ГОДИНА

Според одредбите на членот 30 од Статутот на Сојузот на здруженија на пензионерите на Македонија и статутите на здруженијата на пензионери, изборите на органите на управување се спроведуваат на секои четири години. Со СЗПМ и ЗП управуваат членовите преку избраните претставни

СЕДНИЦИ

ЗП Битола

Транспарентно и отчетно работење

Здружението на пензионери од Битола, остана доследно во своето ветување за транспарентно и отчетно работење. Имено, на 26 февруари 2018, во големата сала на здружението на пензионери се одржа првото Собрание на здружението за оваа година.



Собранието го отвори и го водеше претседателот, **Стево Бајчиев** со потпретседателот **Пеце Гаштаров**.

Откако беше усвоен дневниот ред и записникот од последната седница, се премина на усвојување на Извештајот за

работка на здружението за минатата година, како и Извештајот на пописната комисија за која образложение дадоа претседателот на Здружението **Томе Илиовски** и претседателот на пописната комисија **Радослав Брајановски**.

Присутните делегати, оние кои зеда учество на собраниската седница, се интересираа и бараа појаснување за нејасни прашања, односно поединечни ставки презентирани во материјалите.

На седницата беше разгледувана и усвоена Предлог – одлуката за завршната сметка и распределбата на добивката. Од страна на делегатите, по исказите на дискусији, разгледан е и одобрен Извештајот за солидарен фонд, како и Извештајот на Надзорниот одбор за финансиско – материјално и статутарно – право работење на Здружението за минатата година, за кој претседателот на Надзорниот одбор **Станко Сипковски** истакна дека се работело домаќински и транспарентно и во рамките на Статутот на Здружението.

Овде би спомнале и тоа дека, за севкупното работење на Здружението, пред одржување на Собранието, претседателот Томе Илиовски ги покани, а за работењето ги извести и претседателите на пензионери на урбантите заедници.

Д. Тодоровски

ЗП Центар

Правилно материјално-финансиското работење

На 26 февруари се одржа еднаесеттата седница на Собранието на ЗП Центар со која раководеше претседателот на собранието Вељан Стојковски. Собранието најпрво расправаше и го усвои Извештајот за работа во 2017 година. Притоа констатира дека планирите активности во целост се реализирани и се постигнати забележливи резултати.

На седницата се разви богата дискусија и по Извештајот на Надзорниот одбор за материјално-финансиското работење во 2017 година, Годишната завршна сметка и Програмата за работа во 2018 година. **Зорица Димовска** – претставник на Надзорниот одбор го информираше Собранието дека по извршениот надзор е констатирано дека не се најдени никакви неправилности и дека Здружението работело согласно важечките прописи. Потоа беше усвоен Извештајот на Надзорниот одбор и Годишната сметка, по што расправата се насочи кон Програмата за работа во оваа година.



Во дискусијата свој придонес дадоа претседателот на Здружението и на ИО **Павле Спасески**, **Салтир Каровски**, **Ристо Камчев**, **Василка Цветковска**, **Елена Мојсовска**, **Спиро Николовски** и други.

Донесувајќи ја Програмата за едногодишна работа на Здружението, членовите на Собранието нагласија дека бројни активности се внесени за оваа година и сите се во насока на збогатување на животот на пензионерите и подобрување на нивниот стандард.

По повод патрониот празник на здружението, Извршниот одбор на 22 јануари, одржа свечена седница. Претседателот на ИО **Павле Спасески** на



оваа седница им врачи пехари на најдобрите пензионери – спортсти во минатата година и на најактивните спортски работници.

За спортсти на годината беа прогласени: **Ангелина Темелкова**, **Лубомир Хаџиманов** и **Јанко Донев**. Пехари им беа дodelени и на истакнатите спортски активисти **Трајко Трајановски** за петнаесетгодишното ангажирање во спорту и на **Спиро Николовски** за дваесетгодишната континуирана активност во областа на спорту и рекреацијата во Здружението.

Ц. Илиева

ЗП Солидарност – Аеродром

Продолжуваат успешните активности

Собранието на ЗП Солидарност–Аеродром деноноќие одржа отчетна седница со која раководеше претседателот **Тодор Тодоровски**. Тој ги поздрави присутните членови, како и гостите од збратименото здружение на пензионери Охрид и Дебрца. Според дневниот ред најпрво беше извршена верификација на троица новоизбрани членови на Собранието.

На седницата се разгледуваа: Извештај за работата за 2017 година и Преглед на планирите и остварените средства за период од 1 јануари до 31 декември 2017 година. Вовед во дискусијата по Извештајот за работата даде претседателот на Здружението и на Извршниот одбор, **Димитрија Богатиновски**. Тој ја истакна работата на органите и телата во изминатата година и констатира дека во истата продолжило успешното реализација на планирите активности, а зборувајќи и за некои задачи кои се послабо изврши како што се на пример послаите резултати на спортските напред-



вари и сеуште неостварената соработка со локалната самоуправа. Членот на ова Собрание и претседател на СЗПМ, **Драги Аргировски** исказа поизвечно согледување за минатогодишните активности кои во рамките на планирите финансиски средства се реализирани домаќински и со успех. **Илија Глигоров** зборувајќи за активностите на Комисијата за здравство и социјала која имаше значајни активности во својата област. Тој исто така зборувајќи и за соработката на Здружението со други здруженија, со Сојузот на борците на Македонија и со Црвениот крст со кои здружението има долгогодишна успешна соработка. За финансиските извештаи зборува прет-

седателот на Здружението и на ИО, **Димитрија Богатиновски** и претседателот на Надзорниот одбор **Зоран Течев**, кој истакна дека Здружението работело домаќински, ги реализирало планирите приходи, ги оставило планирите расходи и успеало да оствари и мала заштеда. Здружението располага со значајна актива и пасива што е гаранција за неговата стабилност. Исто така, нагласи Течев дека ИО утврдил дека е работено според законските прописи, а при тоа постигнати се големи успехи. По оваа точка дискутираше **Манојло Дамески** кој рече дека во работата се испочитувани сите финансиски прописи. .

И. Глигоров

ЗП Крива Паланка

Одговорно и домаќинско работење

Собранието на ЗП Крива Паланка ја подржа својата четврта седница. Со неа раководеше претседателот Славко Стојановски. Најпрвин тој ги поздрави сите присутни членови на Собранието како гости; претседателот и секретарот на ЗИП Сердим Стојановски и Богданчо Илиевски. На седницата беше разгледан и усвоен Извештајот за работата во 2017 година и завршната сметка за 2017 година.

Имаше расправа и по Програмата за работа во 2018 година како и за одлуката и финансискиот план за 2018 година, кој потоа едногласно беше усвоен.

Благоја Николовски истакна дека

треба да водиме сметка за финансиските средства наменети за Регионалните спортски пензионерски игри Ревиите на песни, музика и игри за 2018 година. На регионалните спортски игри ако се пласираме ќе учествуваме и на РПСИ, а за ревите сметам дека фолклорната група високо користи со резултати и оваа година посакувам да го претставуваме здружението и СЗПМ и вон земјата.

Б. Стојчевска

ЗП Охрид и Дебрца

Задоволни од постигнатото

На почетокот на овој месец Собранието на ЗП Охрид и Дебрца ја одржа седмата редовна седница. На седницата покрај членовите на Собранието присуствува и членовите на ИО, НО, Комисијата за статут и членови на неколку комисии. Присутните на Седницата ги поздравија **Мирко Трпески** од ЗП Струга, **Киро Блајески** од

седателот **Ѓорѓи Трпески**, при што рече дека ова прашање, е во фаза на конечно решавање.

Секретарот на здружението **Стефан Владимиров** даде посебно објаснување околу новиот проект на СЗПМ „2018-та Година на инклузија на старатите луѓе“, во кој охридското здружение активно ќе се вклучи по добива-



ЗП Демир Хисар и Гоце Бутески од ЗП Ресен.

На дневен ред на седницата беа Извештајот за работа на органите и телата и Годишната сметка за материјално финансиското работење во 2017 година, како и извештај за работата на Клубот на пензионерите. Документите беа едногласно прифатени и од повеќето дискутантни беа пофалени за нивната сеопфатност, стручност и транспарентност. Оценка беше дека програмските цели се реализирани во сите области.

По барање на членовите на Собранието, на седницата посебно стана збор околу судскиот спор со Здружението на инвалидите пензионери, за што хронолошки елаборираше прет-

К. Спасески

ЗП Кисела Вода

ПОСТИГНАТИ ПОЗИТИВНИ РЕЗУЛТАТИ

Собранието на ЗП Кисела Вода – Скопје на 27.02.2018 година одржа седница на која присуствуваат претседателите на сите 12 огранци на здружението. Со седницата раководеше **Јован Кирковиќ**, претседател на Собранието на ЗП Кисела Вода. На седницата беше разгледана Годишната завршна сметка за 2017 година. За истата свое мислење даде и Надзорниот Одбор на здружението во кое беше констатирано дека здружението работело домаќински и покажало позитивни резултати. По разгледувањето на Извештајот и на Годишната завршна сметка за 2017 година истите беа усвоени од страна на членовите на Собранието на ЗП Кисела Вода.

По повод успешното работење, по завршувањето на работниот дел на седницата на Собранието, се одржа мала свеченост на која присуствуваат: градоначалникот на општина Кисела Вода, **Филип Темелковски** кој изрази задоволство што е присутен на седницата и порача дека во секое време е подготвен да соработува со Здружението по било кој основ, а секретарот на ИО на СЗПМ **Станка Трајкова**, од името на Сојузот ги поздрави присутните и ги исказа можностите за соработка со СЗПМ.

К. Велинов



на Извршниот Одбор на СЗПМ **Станка Трајкова**, како и претседателите на ЗП Гази Баба, ЗП Солидарност – Аеродром, ЗП Бутел, ЗП Чайр, ЗП Тафталиче и ЗП Воени пензионери, како и пензионери добитници на благодарници и други.

На присутните им се обрати градоначалникот на општина Кисела Вода, **Филип Темелковски** кој изрази задоволство што е присутен на седницата и порача дека во секое време е подготвен да соработува со Здружението по било кој основ, а секретарот на ИО на СЗПМ **Станка Трајкова**, од името на Сојузот ги поздрави присутните и ги исказа можностите за соработка со СЗПМ.

ЗП Радовиш и Конче

Се работело домаќински

На 28.02.2018 год. Собранието на ЗПОРК Радовиш, ја одржа деветата седница на која членовите на Собранието и претседателот на огранците расправаат по Извештајот за работа на органите и телата, Извештајот за финансиското работење и завршната годишна сметка за 2017 година.



пошироко. Меѓу другото тој вети дека во рамките на своите можности, барањата од пензионерите ќе бидат поддржани од локалната самоуправа и од градоначалникот Герасим Конзулов.

Според Финансиското извештај кој го образложи претседателот на Надзорниот одбор **Васил Газепов** се гледа дека средствата се трошеле наменети, домаќински и во согласност со финансиската програма, статутот и законските прописи.

Седницата успешно ја водеше претседавачот **Славчо Ристов**.

Љ. Младеновска

ЗП Кочани

Реализирани програмските активности

Здружението на пензионери на Кочани на 9 март година ја одржа својата редовна годишна седница на која во присуство на делегати од ограните од општините Кочани, Зрновци и Чешиново Облешево беше разгледан извештај и финансиското работење во 2017 година и донесена програмата и финансискиот план за работа во оваа година.

– Програмата ја реализираме во целост, со сите предвидени активности, а посебно внимание посветивме на стандардот, на здравственото, бањско-климатското лекување како и на одморот и рекреацијата. Минатата година успешно реализирали поголем број активности со посета на пензионери од повеќе рурални средини, одржавме предавања од областа на здравствената заштита, а направивме посета и на болни и изнемоштени лица преку Комисијата за здравство и Активот на



пензионерки, – истакна во своето излагање **Горги Серафимов**, претстадател на ЗП Кочани.

Серафимов се осврна и на активностите во делот на културата и го нагласи учеството на фолклористите од здружението на регионалната ревија во Пехчево како и на Републичката ревија на песни, музика и игри во Скопје.

На годишната седница на Собранието присуствуваше и **Салтир Каровски**,

потопредседател на ИО на СЗПМ која истакна големата улога на кочанското здружение во севкупните активности на Сојузот.

Инаку, на оваа седница Собранието на ЗП Кочани беше донесе и Програма за работа со финансиски план за оваа година во која посебно место се дава и на меѓународната соработка со пензионерски здруженија од Србија и Бугарија. **К. Герасимов**

ЗП Кавадарци

Извештајна седница на Собранието

Во Клубот 2 при ЗП Кавадарци се одржа шестата редовна седница на Собранието на Здружението.

Со седницата раководеше претседателката **Виолета Андо-ва**, а прв беше усвоен предлог извештајот за работата на организите и телата на Здружението за 2017 година. Со неколку кратки дискусији и главно без забелешки во работењето, Собранието го усвои и предлог извештајот за материјално – финансиското работење на Здружението во изминатата 2017-та година, а членовите на Собранието го разгледуваат и извештајот на Надзорниот одбор на Здружението, за извр-



шената контрола врз материјално – финансиското работење, по што и овој извештај беше едногласно усвоен.

На шестата седница пред Собранието на пензионери беше ставена на усвојување и Предлог – програма за работа на ЗП Кавадарци за тековната 2018 година. Од страна на пензионерите беше констатирано дека се работи домаќински и дека секогаш Програмата пред сè, ги запазува приоритетите, но ги содржи и развојните цели преку кои Здружението бележи и успеси и напредок. Во Програмата се содржани речиси сите активности, во делот на сите комисии, па токму од таа причина Соб-



ранието не ја ни критикуваше, туку на против за истата даде зелено светло.

Едногласно на седницата, здружението ја доби поддршката од членовите на Собранието да работи и функционира според предлог финансискиот план за 2018 година.

М. Младенова

ЗП Тетово

Заштеди со домаќинско работење

Во минатата година во ЗП Тетово благодарејќи на домаќинското работење и внимателното однесување кон финансиските средства, остварена е заштеда од над 600.000 денари. Овие средства, заедно со оние од 2016 година, изнесуваат некаде околу 1,4 милиони денари. Овие заштеди се пренесуваат во тековната година, а за нивната намена ќе спретнат организите и телата на здружението.

Ова се констатации од седницата на Собранието на ЗП Тетово, што се одржа на 21 февруари оваа година, а на која беа разгледани завршната сметка

и другите финансиски показатели за приходите и расходите. Дека се работело крајно внимателно со расположливите финансии беше потврдено и од извештајот на Надзорниот одбор, што исто така беше предмет на разгледување.

Во своето воведно кажување, претседателот на Собранието **Стојан Соколовски** констатира дека приходите во Здружението биле остварени со 99,74 отсто, што е одраз на реалните предвидувања на приливот на средства, додека расходите биле реализирани со 85,20 проценти што ја илустри-

раат слиската за финансирањето.

– На овој начин, подобрена е материјалната основа на здружението и подобрени се условите за натамошна работа. Апелирам да продолжи ваквиот тренд на материјално-финансиското работење, но во никој случај на штедење на програмските активности, – подвлече Соколовски.

Пренесувајќи ги содржините од расправата по финансиските материјали во ограноците, повеќемина дискутираат на нагласија дека реакциите биле позитивни и дека е дадена полна доверба во раководството на здружението. **Г.Е.**

ЗП Свети Николе

2017 - Година за паметење

Според постигнатите резултати и активностите во 2017 година за ЗП Свети Николе ќе биде година за паметење. Тоа е потврдено и на седницата на собранието со која раководеше **Никола Атанасов**. Беше изразено задоволство од постигнатите резултати и од преземените бројни активности. Претседателот нагласи дека во однос на 2016 година им намалување на расходите за 17% и дека ќе се настоји да тренд да се продолжи со намалување на средствата за дневници и презентации.

Во 2017 година Здружението тради-

ционално, како и многу години наназад, организираше прослава во чест на верскиот празник Свети Николај, кој е патрон на градот. На друженето кое се одржа во с. Црнилиште во ресторант „Илинден“, присуствуваат пензионери од тринаесет здруженија од Републиката, членки на СЗПМ. Прославата со своето присуство ја увеличила и на пензионерите им напрвично чест и градоначалникот на општина Свети Николе, Сашо Велковски и претседателот на Советот на општината Кире Алексов. Пријатните мигови со пензионерите ги сподели и потпретседателот на ИО на

СЗПМ **Салтир Каровски** кој ги поздрави присутните. И гостите и домаќините беа задоволни од оваа свечена средба и дружење.

По повод новогодишните и бошкините празници ЗП Свети Николе повторно ја покажа својата хумана страна. Организираше посета на четириесет пензионери кои се во тешка материјална и здравствена состојба, членови на здружението, а кои живеат во Свети Николе и околните селски населби. Нив ги посети Бошка Глигорова, претседател на Комисијата за здравство и социјална политика, со уште неколку членови од комисијата, и им врачија скромни подароци, пакети со прехрамбени производи и средства за хигиена.

В. Петрушева

ОЗП – Богданци

Програма и финансиски план за 2018

На 18.12.2017 година Собранието на ОЗП – Богданци ја одржа својата редовна седница. Освен членовите на Собранието, на седницата беа присутни и претседателите на ограните од Гавото, Стојаково и Селемлија, како и претседателката на Надзорниот одбор Јордана Србова.

Претседавачот **Илија Бојков** ја отвори седницата, поздравувајќи ги присутните и посакувајќи им добро здравје.

Претседателот на здружението **Димитар Чавдаров** најкусо ја образложи Програмата и приоритетите на активностите во 2018 година. Истата беше прифатена со предлози за надополнување.

Финансискиот план за 2018 година го образложи книгодворителот кој истакна дека истиот ја отсликува финансис-

ката состојба на здружението и приходите и расходите во 2018 година. За извештајот од Надзорниот одбор образложение поднесе претседателката **Јордана Србова** која нагласи дека здружението во изминатата година работело домаќински и сите раходи се покриени исклучиво со фактури и фискални сметки. Претседателот на Чавдаров го образложи и Извештајот за работа на здружението во кој се поместени сите активности на здружението во 2017 година со нагласка и желба активностите во 2018 да бидат помасовни.

По исцрпната расправа сите документи беа прифатени.

Д. М.

ЗП Бутел

Поддршка и од Градоначалникот

На отчетно-програмската седница на ЗП Бутел, покрај членовите на Собранието и Извршниот одбор, присуствува градоначалникот на општина Велимир Смилевски и потпретседателот на ИО на СЗПМ Салтир Каровски. По поздравното обраќање претседателот на Здружението **Љупчо Димовски** го образложи Извештајот за работата и ги истакна најзначајните активности и резултатите во 2017 година.

До Собранието се обрати и градоначалникот **Велимир Смилевски** при што изрази задоволство што присуствува на оваа седница и даде ветуваче дека и во иднина ќе ги поддржува активностите на пензионерите.

Мошне позитивно за работата на Здружението се изрази и потпретседателот на ИО на СЗПМ **Салтир Каровски** кој истакна придонесот во рамките на СЗПМ во повеќе области, а посебно го апострофираше значењето на соработката и поддршката на ло-

калната самоуправа. Каровски одговараше и на прашања од интерес на пензионерското организирање.

Потоа беше разгледана реализацијата на Финансискиот план, а завршната годишна сметка ја образложи



сметководителот **Петре Игњатовски** и овие документи беа едногласно усвоени со заклучок дека во 2017 година Здружението постигнало позитивни резултати во сите области и рационално и домаќински работело.

Собранието, исто така, ги разгледа и едногласно ги усвои Програмата за работа и Финансискиот план за 2018 година, а донесе и усвои други одлуки и документи за поспешно работење и дејствување во наредниот период. **М.Д.**

Здружение на воени пензионери на РМ

Заложба за решавање на проблемите

Здружението на воени пензионери на РМ на 16-ти февруари 2018 година ја одржа својата отчетно-програмска седница на Собранието при што ги верификува постигнатите резултати и најави низа активности и мерки за решавање на проблемите поврзани со просторното сместување и за



новување на членството. Седницата ја отвори и ги поздрави присутните и гостите претседавачот на Собранието **Добре Ефремовски** а извештај за работата и активностите во 2017 година поднесе претседателот на здружението **Горѓи Зарински**. Тој ги апострофираше резултатите постигнати во сите области на дејствувањето и ги нагласи проблемите со немањето простор за работа и активност на Здружението, а посебно со приливот на нови членови.

Седницата на собранието ја следеа

ЗП Струга

Со работа се стекнува доверба

Здружението на пензионери од Струга ја одржа првата редовна седница на Собранието за 2018 година, на која покрај членовите присуствува и гости од општината, Општинскиот одбор на Црвен Крст Струга и здруженијата на пензионери од Крушево, Охрид и Дебарца, Вевчани, Лабуништа и Македонски Брод. По поздравите зборови што ги уплати претседателот на ЗП Струга **Милорад Трпоски**, кој раководеше со седницата, членот на Извршниот одбор на СЗПМ, **Ристо Трајкоски**, при своето обраќање истакна дека задоволство е да се присуствува на вакво Собрание, бидејќи резултатите што се постигнати во сите области се на завидно ниво и ова здружение со добри чекори оди напред.

Во дискусијата по точките на дневниот ред се вклучија претседателката на Активот на пензионерки од Струга, **Елисавета Лазароска**, делегатот во Собранието на СЗПМ од Лабуништа



Рамиз Ќазимоски, претседателот на ЗП Крушево, **Глигор Ангелески** и претседателот на ЗП Охрид и Дебарца, **Горѓи Трпески** и **Димитар Спасеки**, член на Комисијата за здравство при СЗПМ.

На седницата беа усвоена и Програмата за работа и Финансискиот план на ЗП за 2018 година. Претседателот на Собранието Милорад Трпоски во своето обраќање рече дека годината што измина за здружението беше мошне успешна и заврши со позитива.

Струшките пензионери како проблем и како приоритет секоја година им е враќањето на двета пензионерски објекти кои се изградени во минатото со намена за пензионерите.

С. Кукунешоски

СЕДНИЦИ

ЗП Сарај

Мошне успешна 2017 година

На 20.03.2018 година, Собранието на ЗП Сарај, одржа седница со која раководеше претседателот **Баки Бакиу**, а на која присуствуваа и членовите на ИО, членовите на НО, претседателите на ограноците, на комисите, претседателката на Активот на пензионерки, како и гости, меѓу кои и дип-



ректорот на УО на Фондацијата „Албиз“.

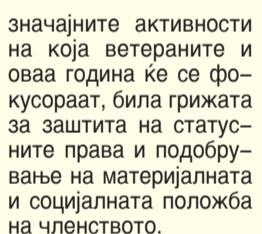
На седницата беа разгледани Извештај за работа и Финансискиот извештај за 2017 година со извештај од НО, Одлука за усвојување на Завршната годишна сметка, како и Финансискиот план и Програмата за работа во 2018 година.

Акценти по сите документи даде претседателот на Собранието **Баки Бакиу** при што меѓу другото, а кратко ображение даде и претседателот на НО **Хамит Бакиу**, како и претседателите на комисите: **Бедри Таири**, **Гани Исмаили** и **Др. Јован Дечков**.

Здружение на ветерани и резервисти од одбраната и безбедноста

Отчет и нова програма за работа

Здружението на ветерани и резервисти од одбраната и безбедноста на 9 –ти февруари 2018 година ја одржа својата редовна годишна седница на Собранието и даде отчет за работата и постигнувањата во 2017 година. Присутните и гостите ги поздравија претседателот на здружението **Филип Котели**, при што поднесе извештај за работата и активностите во 2017 година. Тој нагласи дека здружението ги реализирало своите програмски цели и задачи и со својата активност се афирмирало и станало препознатливо во македонскиот невладин сектор и пошироко. Акцентирајќи ги областите на ангажирање, Котели истакна дека една од по-



значајните активности на која ветераните и оваа година ќе се фокусираат, била грижата за заштита на статусните права и подобрување на материјалната и социјалната положба на членството.

Седницата на Собранието ја следеше и заменикот министер за одбрана Беким Шексути и претставникот на ГШ на АРМ Благоја Мильаковски. Со пригодни зборови и во име на своите здруженија се обратија: **Благоја Марковски**, претседател на Балканскиот форум за безбедност, **Мирослав Стојановски**, претседател на Клубот на генерали, **Горѓи Зарински**, претседател на Здружението на воените пензионери и **Вера Бунтеска** во име на Сојузот на борците на Македонија. Во расправата по извештајот учествуваа: **Богослав Лескаровски**, **Зоран Димов**, **Илија Николовски**, **Туши Зехедин**, **Спасе Симјановски**, **Велин Стојановски** и **Добре Вељановски**.

Извештај на Надзорниот одбор за финансиското работење и предлог Финансиски план за 2018 година поднесе **Благојче Крстановски**, додека Предлог програма за работа со акценти даде секретарот на Здружението, **Стојан Дракалски**. По конструктивната расправа сите документи Собранието ја едногласно ги усвои.

М.Д.

ЗП Демир Капија

Започна реализацијата на годишната програма

Како што е вообичаено и оваа година на ЗП Демир Капија донесе Програма за работа на здружението за 2018 година. Според програмата, прва активност оваа година беше организирање прослава по повод Стара нова година – Василица, на која пензионерите другаруваа и се веселеа. По традиција беше избран и кум за наредната година со кршење на погача.

Во чест на празникот Свети Трифун пензионерите зедоа учество во голем број активности кои ги организираше општина Демир Капија, а од страна на здружението беа поканети гости од здруженијата на пензионери од Радовиш и Конче, Гевгелија, Дојран и Валандово кои присуствуваа на оваа прослава.

По повод празникот 8 март, Денот на

ЗП Неготино

Усвоена завршната годишна сметка за 2017

Здружението на пензионери „Неготино“ на 23.02.2018 год. ја одржа својата редовна седница со дневен ред: Разгледување и усвојување на завршната сметка за 2017 год. Седницата ја отвори и ја водеше претседателот на здружението Петар Захарчев.

Тој пред членовите на Собранието ја образложи завршната сметка и ги запозна со активностите на здружението и со финансиските резултати. Тој истакна да како и предходните години и оваа е завршена со позитивен резултат а тоа се должи на домаќинското работење на раководството кое иако според бројот на пензионери спаѓа помеѓу помалите здруженија, а со тоа и располага со посокрмни финансиски средства, успеа да ги одржи сите активности предвидени во програмата како што се спортските активности, организирање екскурзии, културно забавниот живот, помагање на пензионери со ниски пензии, давање помош за лекување и други активности, а како врв на делувањето на здружението е што се зафати со голем проект односно со изградба на дом за пензионери со ниски примања кој треба да биде завршен околу месец мај.



По дискусијата на претседателот се отвори дискусија на која одделни членови на Собранието се интересираа за некои ставки од завршната сметка, а за кои одговори даде секретарот на здружението Симеон Христовски. После дискусијата и поставените прашања завршната сметка се стави на гласање и истата беше једногласно прифатена. По завршувањето на седницата на Собранието беше одржана мала свеченост.

И. Емшов

ЗП Делчево

Одржано третото редовно собрание

На 17 март годинава, во хотелот „Македонија“ се одржа третото редовно собрание на Здружението на пензионерите од Општина Делчево. Покрај делегатите, на Собранието присуствуваа градоначалникот Горан

На седницата беше усвоен Извештајот за работата во 2017 и е донесена Програма за работа за тековната 2018 година. Делегатите на Собранието ја разгледаа и усвојаа завршната сметка за редовното работење во минатата и



Трајковски и претседателот на Советот на општината Драган Маневски. Присутните делегати и гости ги поздравија претседателот на делчевските пензионери **Моне Георгиевски**.

донесоа Финансиски план за оваа година. Според спецификацијата презентирана пред делегатите минатата година од солидарниот фонд за реновирање и опремување на Клубот на пензионерите во Делчево се вложени 1.135.000 денари.

Во извештајот се потенцирани сите реализирани активности на Здружението и неговите органи и тела за минатогодишниот период. Посебно се потенцирани учеството и постигнатите резултати на регионалните и републички спортски натпревари.

Истакната е и активноста на секциите и Активот на пензионерки во културно-забавните и рекреативните приредби и зголемениот број на учесниците на еднодневните пензионерски екскурзии за посета на културно-историските знаменитости во Република Македонија.

За оваа година се предвидени 13 екскурзии и викенд средби на пензионерите од Делчево, меѓу кои и посета на манастирските комплекси во Берово, во Крива Паланка, во Кратово, во Охрид и други места.

В. Маневски

ЗП Чайар

Плодно и успешно работење

Изминатата 2017 година работата на ЗП Чайар ја карактеризирало разумност и одмереност во трошењето на средствата, при што се успеало да се постигне масовност во активностите. Како барометар на таквата политика се заштедените средства кои се пренесуваат за извршување на активностите во тековната година и го отсликува домаќинското работење без краткото на планирани активности. Тоа беа главните обележја изнесени на Собранието на ЗП Чайар што се одржа на 5 март 2018 година. На седницата присуствуваше **Методија Новковски**, претседател на СЗП на град Скопје. Тој упати пофални зборови за одговорот и домаќинско работење на Здружението при што ги акцентираше постигнатите успехи и залагања и на СЗП на Скопје.

На седницата, со која раководеше

Исен Зекири, претседател на Собранието на ЗП Чайар, беа разгледани: завршната сметка за 2017, Финансискиот план за 2018 година, Извештајот за работата на Здружението за 2017, Програмата за работа за 2018 година и Извештајот на Надзорната комисија, кои беа једногласно прифатени и усвоени. За програмските задачи, уводно излагаче имаше **Мантор Коку**, претседател на ЗП Чайар.

– Скоро во сите активности, изминатата година, имавме постигнато забележителни резултати. На некои активности треба да им дадеме посебен акцент, како што се фолклорните ревии, а годинава сме домаќини на регионалната ревија на музика, песна и ора, како и на спортските натпревари, активирање на музичката група, организирање екскурзии, предавања со едукативен карактер и друго. Овие

активности се битен елемент за активирање и сплотување на пензионерите – рече Мантор Коку.

Со конструктивни дискусији и предлози за подобри резултати во 2018 година учествуваа: **Мане Манев**, **Перо Миленковски**, **Тодор Илиев**, **Рауф Хамиди** и други. Заклучок на седницата беше дека постигнатите резултати се дело на сите пензионери членови на Здружението.

Васил Пачемски

ЗП Гевгелија

Позитивни показатели од работата

На 22.2.2018 година ЗП Гевгелија ја одржа својата прва седница оваа година. Најпрво со едноминутно молчење се даде почит на почнатиот по-претседател Иван Каракајанов. Потоа за нов потпретседател беше избран Ангел Трајков. Дневниот ред започна со Извештајот за работата на здружението во 2017 год. и неговите органи. Во извештајот беа содржани сите активности кои во целост беа остварени. Потоа членовите на ИО беа информирани за финансиското работење на здружението кое беше образложено од

книговодителот Мирјана Каракајанова. Тој извештај за финансиско работење го потврди и претседателот на НО Г. Икономова. Беа прикажани приходите и расходите кои отсликуваат позитивни показатели и домаќинско работење. На седницата по предлог на претседателот на културно-забавните и рекреативните приредби и зголемениот број на учесниците на еднодневните пензионерски екскурзии, предавања со едукативен карактер и друго. Овие

ЗП Прилеп

Половина милион денари еднократна помош за членовите

Според програмата на Комисијата за Здравство и социјала при Здружението на пензионерите од Прилеп за оваа, 2018 година, планирано е да се доделат околу 1,5 милион денари на

име еднократна помош на членовите.

За таа цел деновиве Комисијата ги разгледа првите барања од 110-те членови на кои зависно од висината на пензијата и дијагнозите на болеста им

беше доделени по 3, 4 и 5 илјади денари. Во оваа прва фаза на доделување на средства на пензионерите им беа доделени околу половина милион денари. Во текот на оваа година во наредните месеци, уште на два наврати ќе им бидат доделени уште милион денари. Ваквата активност во ЗП Прилеп се реализира со години напред и е пример и за други здруженија како се води прија за своето членство.

К. Ристески



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 кобрендираниата картичка
 - **3% Cash back** во **Веро** маркетите за имателите на ПЕНЗИОНЕР+ картичката
 - **Осигурителни поволности** за пензионери во соработка со Сава осигурување АД Скопје

 NLB Banka

www.nlb.mk

Контакт центар: 02 / 15-600

ZEGIN ВАША СЕМЕЈНА АПТЕКА
ЕВРОБАЛКАНСКИ ЛИДЕР ВО ПРОМОЦИЈА НА НОВИ МОЛЕКУЛИ

ЕВРОБАЛКАНСКИ ЛИДЕР ВО ПРОМОЦИЈА НА НОВИ МОЛЕКУЛИ



SUPER DIET

Ginseng Protect Bio

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 кафтарична киселина, ехинакозиди, вербаскозиди, арабиногалактани, есенцијални масла, алкалоидите туслигатин и изотуслигатен, кои придонесуваат за одржување на имунитетот систем.



ВИТАЛНОСТЬ

Елеутерокојус или сибирски женшен е карактеристичен по присуство на над 35 активни компоненти: карактеристичните за него елеутерозиди, кумарини, полисахариди, стероли и есенцијални масла, поради што уште од давнина се користи 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 алапблумин 1, а од липидите карактеристична само за него 10-хидрокисицеденонична 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.

АНТИОКСИДАНТИ

Екстракт от семките от грейпфрут содржи особено високи концентрации на биофлавоноиди кои имат свойство да ги неутрализират щетните свободни радикали. Покрај тоа содржи и витамин Ц, токофероли, 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**



Од наш агол

Реформи на пензискиот систем да, но не на штета на сегашните и идните пензионери

Проблематиката на пензискиот систем во нашата земја од ден на ден станува се поактивна поради зголемување на буџетските средства за редовна исплата на пензите за што една од главните причини е трансформацијата на пензискиот систем во три столбови. Во првиот државен пензиски фонд наместо 18 се вложуваат 12 проценти од пензискиот придонес. Во овој фонд се регистрирани над 310 000 корисници на пензи-



ја. Во вториот столб задолжително членуваат сите кои се вработиле од 2003 година и во него се вложуваат 6 проценти од пензискиот придонес. Третиот столб сè уште не функционира.

Оваа проблематика стана посебно нагласена актуелна тема во медиумите поради предлогот на Меѓународниот монетарен фонд за зголемување на старосната граница за пензионирање од 62 до 65 години за жени и од 64 на 67 години за мажи. Притоа се предлага и усогласувањето на пензите да се врши според инфлацијата, а не и со просекот од покачувањето на платите. Се смета дека на тој начин ФИОМ ќе се стабилизира и оти тоа е согласно со земјите на Европската унија.

Сублимирајќи ги досегашните јавни искажувања може да се констатира дека главно предложените на ММФ и на Светската банка се неприфатливи и во јавноста се изнесуваат голем број за-белешки.

Сојузот на синдикатите на Македонија (ССМ) категорично е против зголемувањето на старосната граница за пензионирање и се залага основа за пензионирање покрај возраста да биде и работниот стаж.

Синдикатот на управата на правосудните

органи и здруженија на граѓани (УПОЗ) предлага дури три можности за одење во пензија: жени со остварен работен стаж од 35 години, а мажи од 40 години, без разлика на возраста и за двете категории; со 59 години и жени и мажи под услов да имаат над 30 односно 35 години работен стаж и да има можност за откуп на стаж 5 години пред одење во пензија.

Конференцијата на слободни синдикати на Македонија (КСС) укажува дека зголемувањето на старосната граница за пензионирање негативно ќе влијае не само врз работниците туку и врз компаниите и економијата. Тие негативно се изјаснија и за зголемувањето на придонесот од 2 отсто за што според нив треба да постои консензус меѓу работодавачите. Овој синдикат се залага да се воведе и бенефицијар стаж за трудоинтензивни нископлатени работни места и да се воведе можност за предвремено пензионирање.

Против продолжување на годините за пензионирање јавно се изјаснија и независните синдикати на градежните работници, на камиониците и други.

Различни ставови во врска со ова имаат и експертите за оваа област во нашата земја.

Има аналитичари што се залагаат за постепено зголемување на старосната граница но и на придонесите, а исто така и експерти кои со право укажуваат дека во наредните години како резултат на природните процеси проблемот на недостигот на средства во ПИОМ ќе се намалува.

Во Министерството за труд и социјална политика и во Владата на Република Македонија за оваа проблематика се прави анализа, но предлог-решенија досега нема. Во врска со ова министерката Мила Царовска потенцираше дека пензите и пензискиот систем се стабилни и дека средства за пензите се обезбедени и тие ќе бидат редовно исплакани без исклучок.

Она на што работиме заедно со Министерството за финансии е да се изгради пензиски фонд што е независен од буџетски средства. За тоа ќе излеземе со пакет мерки што ќе дават ефекти на среден и долг рок. Мерките ќе ги предложиме ќе бидат отворени за јавна и експертска дебата. Дупката во ПИОМ почнала да расте од 2009 година кога изнесувала 9 милијарди денари, додека денеска е 30 милијарди. Ова, пред сè се должи на тоа што се намалува стапката на придонеси, без притоа да имаме зголемување на бројот на вработени, како би се надоместила разликата којшто се создала. Ова е целосно промашена мерка. Незаконски се зголемуваат пензите, паушално, и се креираат активни политики за вработува-

ње што ги празнат фондовите бидејќи се ослободени од плаќањето придонеси. Затоа и Фондот е во ваква ситуација. На сите идеи кои се зборуваат во јавноста, се можни многу варијации, на пример на една група да им се дозволи да одат подоцна во пензија, а на друга да одат порано. Но најдобро е да се подготви целиот пакет, па потоа да се дискутира. Комплицирано е и наеднаш да се врати назад стапката на придонеси. Едно нешто не дава резултати. Мора да се договори пакет којшто ќе направи пензискиот систем да не зависи од политичка волја", – истакна министерката Царовска.

Според наше согледување Владата треба да се грижи за достоинствена пензија на сегашните и на идните пензионери. Зголемувањето на старосната граница за одење во пензија најмногу ќе ги погоди работниците од трудоинтензивните граници како и стечајците, кои сегашните услови за пензионирање ги чекаат со нетрпение. Решение за одржлив пензиски фонд треба да се бара во зголемување на бројот на вработените во нашата земја и во зголемување на платите на осигурениците, како и во зајакнувањето на економијата. Со тоа ќе се зголеми и приливот на потребните средства во Фондот. Сега 1,9 осигуреници обезбедуваат средства за пензија на 1 пензионер, што не е доволно и поради тоа за редовна исплата на пензите се користат и буџетски средства, што е редовна практика во речиси сите држави од поранешниот ЈУ-простор. Тоа го применуваат повеќе земји со далеку повисоко ниво на економска продуктивност и социјален стандард. Таков е примерот во Словенија – членка на ЕУ каде што бројот на пензионерите е околу 25 отсто од вкупното население, додека кај нас е 15 отсто. Треба да се има предвид и податокот дека досега речиси ниту една земја од нашиот регион нема зголемување на староста за пензионирање од 67 години. Зголемувањето на возраста во Хрватска се планира дури од 2030 година, во Црна Гора за мажите од 2025, а за жените од 2041 година. Слични се согледувањата и во Србија и во други земји. Еве и некои други споредбени факти. Додека во Европа должината на животниот век е 80,6 години во Република Македонија е пет години помалку, европскиот просечен век на користење пензија е околу 22, а кај нас е околу 16,5 години.

Треба да се има предвид и фактот дека продолжувањето на старосната граница за пензионирање кај нас ќе биде нова почница за вработувања, особено за млади кадри што и без тоа е голем проблем. Посебно ќе бидат погодени и огромниот број работници кои за ниски и нередовни

примања работат на тешки работни места и имаат потреба што посекоро да се пензионираат. Воедно, во работата со стареењето се губи продуктивноста и финансиската ефикасност. На тоа укажуваат и светските искуства. Бидејќи е продолжен животниот век, а деца има се помалку, повеќе земји демографски се постари и тој тренд ќе продолжи во наредните десетици. Денес во светот има околу 750 милиони луѓе постари од 60 години, што е над 10 отсто од вкупната популација, а до 2050 година се очекува тој број да се зголеми на над 2 милијарди што ќе биде над 20 отсто од популацијата.

Во социјална држава како што е Република Македонија треба да се води сметка да не се зголемува и јазот помеѓу најниската и највисоката пензија. Според законот за усогласување на пензите од 1 јануари 2018 година тие се зголемуваат за 1,69 отсто, бидејќи од утврдените податоци на Државниот завод за статистика процентот за зголемување на животните трошоци споредено на првото со второто полугодие од минатата година изнесува 0,77, додека за исплатените плати 0,92 отсто. Зголемувањето на сите пензии од 1,69 отсто ќе се исплати со мартовската пензија на почетокот на месец април. При тоа еднократно ќе се добие и разликата за јануари и февруари.

Во 2018 година СЗПМ својата активност и најтака ќе ја фокусира за подобрување на стандардот и условите за живот на пензионерите, за подобра здравствена заштита, за соживот, за успешно организирање на традиционалните 23 по ред спортски пензионерски натпревари и 16-ти ревии на песна, музика и игри, за пикник-срдби, за ширење на меѓународната соработка и други програмски задачи. Секако, нема да изостане и зголемувањето на хуманитарните активности. Не случајно СЗПМ, 2018 ја прогласи за Година на инклузија за стари лица, бидејќи нивната вклученост во сите нивоа во општеството е многу значајна.

Во здруженијата на пензионерите – членки на СЗПМ и во Сојузот, при крајот на оваа и почеток на идната година ќе се одржат избори за нови раководства, за што нашето Собрание усвои препораки. Се очекуваат фер и демократски избори со кадровски проветрувања и освежувања, но без партиски влијања и други притисоци.

Залагањата на сите во СЗПМ е да бидат избрани најдобрите, најспособните и најискусните кадри во интерес на 260.000 пензионери на шејчен членови.

Драги Аргировски,
претседател на СЗПМ

ЗП Свети Николе

Потпишана Спогодба за зратимување

На 21 февруари оваа година во салата за состаноци на ЗП Св. Николе се одржа свечена седница на ИО на ЗП општина Илинден и ЗП општина Свети Николе, по повод потпишувањето на Спогодбата за соработка. Идејата за потпишување на Спогодбата за соработка и зратимување беше донесена минатата година на 18 август кога беше одржана заедничка седница на двете здруженија.

Спогодбата во свечена атмосфера ја потпишаа, од страна на ЗП Илинден претседавачот на Собранието Васе Ѓорѓиевски, а од ЗП Свети Николе претседателот на ИО Никола Атанасов. На седницата беше присутни членови на ИО од двете здруженија, како и градоначалникот на општина Свети Николе, Сашо Велковски и потпретседателот на ИО на СЗПМ Салтир Каровски. По срдечно добро дојде упатено до гостите, претседателот Атанасов ја прочита Спогодбата и изрази желба за успешна и плодна соработка. Градонач-

никот на општината Сашо Велковски срдечно ги поздрави присутните, и со видно задоволство истакна дека го поддржува потпишувањето на Спогодбата за соработка и дека локалната самоуправа секогаш и за сите проблеми, ќе излезе во пресрет и ќе го подржува ЗП Св. Николе. Потпретседателот Салтир Каровски, исто така, ги поздрави присутните и рече дека соработката помеѓу здруженијата е корисна за размена на искуства и решавање на заеднички проблеми. Поздрав, добри желби, среќа и успех во понатамошната соработка, со одбрана зборови, до присутните упатија и претседателот на ИО на ЗП Илинден Благоја Атанасовски и претседавачот на Собранието Васе Ѓорѓиевски.

Во знак на досегашното разбирање и успешна соработка и желба

за уште поуспешна, претседателот Никола Атанасов им додели

благодарници на градоначалникот Сашо Велковски, на потпретседателот Салтир Каровски и на претседателот Благоја Атанасовски.

Целта на двете здруженија е размена на искуства во работата, соработка во повеќе активности, воспоставување на пријателски односи и друго. В. Петрушева

Датуми на одржување на ревиите на песни, музика и игри и спортски натпревари

ПЛАН на одржување на ревиите на песни, музика и игри за 2018

Ред. број	ЗП учесници во Ревијата по региони	Датум и домаќин
1.	ЗП: Куманово, Солидарност – Аеродром, Крива Паланка, Чайр, Центар – Скопје и Кратово.	20-ти април, Чайр
2.	ЗП: Охрид и Дебрца, Гостивар, Кичево, Македон. Брод, Вевчани, Струга, Дебар и Центар Жупа и Лабуништа.	28-ми април, Македонски Брод
3.	ЗП: Гевгелија, Велес, Неготино, Кавадарци, Богданци, Дојран, Валандово и Демир Капија.	5-ти мај, Гевгелија
4.	ЗП: Воени пензионери, Кисела Вода, Гази Баба, Сарај, ОВР и Илинден.	8-ми мај, Кисела Вода
5.	ЗП: Карпош, Ѓорче Петров, Тетово, Шуто Оризари, Бутел и Тафтичице.	10-ти мај, Ѓорче Петров
6.	ЗП: Виница, Кочани, Македонска Каменица, Делчево, Берово и Пехчево.	12-ти мај, Македон. Каменица
7.	ЗП: Струмица, Пробиштип, Штип, Св. Николе, Злетово, Радовиш и Конче, Ново Село и Лозово.	15-ти мај, Радовиш и Конче
8.	ЗП: Демир Хисар, Битола, Прилеп, Ресен и Крушево	17-ти мај, Крушево
9.	8-та Републичка ревија на песни, музика и игри	5-ти јуни, Скопје

ПЛАН на одржување на спортските игри по региони

Ред. број	ЗП учесници на спортските игри по региони	Датум и домаќин
1.	Гостивар, Тетово, Сарај, Ѓорче Петров, Карпош, Тафтичице и ОВР	19-ти мај, Тафтичице
2.	Центар, Кисела Вода, Чайр, Солидарност – Аеродром, Илинден, Гази Баба, Бутел, Шуто Оризари и Воени пензионери	22

Од активности на СЗПМ

Подготовка на иницијален текст за Закон за пензионерско организирање во РМ

На девети март 2018 работната група за работа на иницијалниот текст на Законот за пензионерско организирање, одржа работен состанок. Тоа е активност што како задача е дадена од Извршиот одбор на СЗПМ. Во работната група се вклучени високо стручни икуски кадри и тоа: Станка Трајкова, Фиданчо Стоев, Светолик Николов, Илија Адамоски и Ментор Коку. Посебно внимание се посвети на потребата од донесување на посебен Закон за пензионерско организирање во однос на општата правна рамка на Законот за здруженија и фондации, оценувајќи дека таков Закон е потребен бидејќи пензионерската област

има многу специфичности. Тие специфичности се: над 300.000 пензионери како целна група; потреба од воведување по правило – територијален принцип во организирање на здруженијата; услови за нивно формирање; економичност и рационалност; решавање на прашањето на Регистрираната организација за солидарен фонд и други прашања кои ќе го унапредат пензионерското организирање.

Подготвениот текст ќе биде разгледан од Правно – економскиот форум, а потоа и од Извршиот одбор на СЗПМ, кој ќе определи и јавна расправа пред здруженијата на пензионери.

С.Т.

ЗИП Битола

65-годишен јубилеј

На 24 февруари 2018 година во салата за состаноци при ЗП Битола се одржа свечена седница со која се одбележа 65 годишното постоење на



Здружението на пензионери инвалиди од Битола. Здружението на инвалиди од Битола како свој ден на основање го одбележува 31 март. Свечената седница ја отвори и со пригоден говор се обрати претседателката на Здружението, **Виолета Наставска**. Во понатамошниот тек на седницата даден е и отчет за работењето во минатата година.

– Постоењето на организациите на инвалиди широк светот, а и кај нас, датира уште од 1953 година. Имено, на 4 октомври во Белгија беше основана Меѓународна заедница на инвалиди под името „ФИМИТИК“, со што се отвори патот за заштита на инвалидите на трудот во општеството. Оттогаш, и по завршувањето на работниот век инвалидите на трудот организирале делуваат со своите здруженија, со цел по-добрување на нивниот социјален статус. Имаме соработка со сите сродни здруженија од нашата земја, како што е примерот со ЗП Битола, со кое имаме не само исклучителна соработка, тука и многу заеднички активности, – истакна претседателката Наставска.

На крајот од седницата, на истакнати и активни членови, делегати на Собранието, им беа доделени благодарности. За досегашната успешна соработка

Добре Тодоровски

ЗП Кавадарци

Се реновира зградата на здружението

Целосно ќе биде сменета кровната конструкција, ќе се реновираат простирите на здружението, клупот на пензионерите, а целиот објект ќе добие и термофасада.

– Целиот проект за реконструкција на зградата ќе биде финансисан од Фондацијата Saint - Gobain Initiatives и спроведен од фондацијата „Хабитат“, а активен учесник со 25 % е и општина Кавадарци. Ова е прва реконструк-

ција по 70 години. Објектот во кој најголемиот дел е станбен простор, го поседува здружението на пензионери и истиот ќе добие сосема нов лик. Деновите стартуваат работите за внатрешна реконструкција и реновирање на простирите. Ќе следува и замена на старите со нови пвц прозорци, а во следниот чекор ќе се реновира кровната конструкција, по што зградата ќе добие и термофасада, со што ќе се за-

штедат до 30% од потрошувачката на енергија. Реализацијата на Проектот ќе трае една година, – информира претседателот на ЗП Кавадарци **Ристо Анѓушев**.

Според Анѓушев со реконструкцијата на објектот ќе биде опфатен и Клубот на пензионери кој се наоѓа во



Комисија за здравство при СЗПМ

Нови активности за подобро здравје

Неодамна Комисијата за здравство и социјална политика при СЗПМ на седмата седница расправаше за активностите и мерките за подобрување на здравјето на пензионерите назначени како приоритетни задачи и во Програмата за работа на СЗПМ во 2018 година. Беше истакнато дека СЗПМ покренува барања, јавни презентации и дискусији и дава предпости до Министерството за здравје, Фондот за здравјето на Македонија, Министерството за труд и социјална политика, институциите од областа на социјалната политика и други организации, со цел да се подобруваат условите во кои живеат пензионерите вклучително за зачувување на здравјето и за лекување. На седницата беше усогласена и усвоена Програма за реализација на активности кои ќе придонесат пензионерите многу повеќе да бидат вклучени во сите позитивни случајувања во општеството. Нагласка беше ставена врз соработката со организацијата на Црвенот крст како и со локалната самоуправа како прво ниво на интервенција, а се истакна дека оваа година уште поголемо внимание ќе се посвети и врз волонтерското ангажирање „Од нас – за вас“. Во тек е и проектот „Инклузива – М“ посветен на превентивата на здравјето на пензионерите, а воспоставена е соработка и со организацијата „Ајде Македонија“ чија главна активност е нахранување

на гладните.

За конкретно вклучување на пензионерите во социјални и хуманитарни активности дадени се насоки волонтерите



ограноците на здруженијата во разни форми да привлекуваат пензионери во своите културно-уметнички друштва, пејачки групи, хорови, во разните спортски активности и натпревари и слично. За афирмација на овој проект подготвен е

Илија Глигоров

Изменување и дополнување на Законот за ПИО

Во Службен весник на Р. Македонија број 35 од 23 февруари 2018 година објавен е Законот за изменување и дополнување на Законот за пензиско и инвалидско осигурување.

Во членот 1 од измените во кругот на осигурениците се враќа поранешната дефиниција на осигуреник индивидуален земјоделец и во задолжително ПИО се опфатени индивидуалните земјоделци – обврзници на данок од доход од земјоделска дејност на кои земјоделската дејност им е единствено занемање.

Со членот 4 од измените се утврдуваат иземни и дополнување во однос на семејната пензија кои гласат:

„Право на семејна пензија по смртта на родителот има и дете со статус на лице со инвалидност утврден според прописите за социјална заштита и прописите за вработување на лица со инвалидност, без оглед дали било издржувано лице од осигуреник или кори-сник на пензија.“

По ставот 5 се додаваат два нови става кои гласат:

„На дете со статус на лице со инвалидност утврден според прописите за социјална заштита и прописите за вработување на деца со инвалидност кое пред смртта на родителот засновал работен однос или зпочнал да врши самостојна дејност со задолжително социјално осигурување, има право на семејна пензија по смртта на родителот и престанокот на работниот однос или вршењето на самостојната дејност.“

Во однос на бенефицијарите стаж се врши допрецизирање на законските решенија во утврдување на работни места кои не биле опфатени со Правилникот, тоа да го врши Комисијата за ревизија на работни места на кои стажот се смета со зголемено траење.

Се уредува дека ревизијата на работните места се врши врз основа на подготвен елаборат изработен по Методологија која ја донесува министерот за труд и социјална политика.

Станка Трајкова

Бабите и дедовците се најдобрите воспитувачи

Во некој земји бабите и дедовците примијат надомест од државата доколку ги чуваат своите внуци, додека родители се на работа, бидејќи се смета за голема драгоценост некој да ги згрижи со голема љубов деците, намето да бидат носени во градинки или други институции. Бабите и дедовците се многу потребни за правилен и хармоничен развој на внуците. Тие додека се со своите дедо и баба учат многу од нив, па дури и ако ретко ги гледаат.

Докажано е дека користа од ваквото меѓугенерацијско дружење е двострана. Всушност, малите деца се терапија за повозрасните, а и повозрасните им се многу потребни на децата. Со дружењето со своите баби и дедовци тие се изградуваат и потврдуваат, а и ќе научат многу нешта од нив. Возрасните луѓе имаат изградено авторитет, кој колку и да се избегнува е потребен за да се изгради цврста и стабилна личност. Ако љубовта нè врзува меѓусебно, тогаш и мислењето и воспитувањето на нашите деца од повозрасните ќе ни биде од особена важност.

Современиот живот донесе многу предности, но во исто време им одзеде многу нешта на лутето од сите генерации. Дружењето на различните генерации, кое порано се сметало како нешто природно, денес го нема во некоја мера. И немањето блиски роднини во местото на живеење негативно се одразува на психиката кај секој



човек. Затоа со радост покажете им ги на вашите деца и внуци местата каде што сте се родиле, зборувајте им за роднините кои немале можност да ги запознаат, покажувајте им слики од вашето минато, од вашето семејство. Зборувајте, не ја премолчувајте својата младост и темелите на кои сте се граделе! Вие сте оние кои во најголема мера ги создавате вредностите на кои се градат следните генерации! Не премолчувајте ги омилената приспивна песна и приказна со кои сте го создавале својот позитивен однос кон светот. Вие сте чудото и тајната која ги поврзува вековите и годините со своето паметење и љубов. Децата сакаат да откриваат тајни. Создадете ја пролетта со таинствениот и волшебен, со ништо заменлив, допир меѓу своето детство и детството на вашиите внуци. Љубовта се состои првенствено од сеbedање и никој не може да љуби и да се чувствува исполнет и реализиран ка-

ко комплетен човек, ако не се дарува. Покажете им го тоа на вашите внуци. Еден ден тие за тоа ќе ви бидат многу благодарни.

Тоа што ќе се доживее во младоста и детството се носи цел живот во срцето. Деновите наескаде низ социјалните мрежи се рашири дел од емисијата за една стара жена, пензионерка од Русија, која по пензионирањето се вратила во родното место. Сега таа живее едноставен селски живот полн со спокојство и веселост. Но, тоа по што таа станала позната во цел свет е што кога езрето добро ќе замрзе, си ги става на нозете многу одамна купените лизгалки и се лизга по површината на замрзнатото езеро, како некогаш во детството.

На интернет исто така можете да ја прочитате и приказната за еден пензионер – волонтер од САД кој волонтира во болница на неонатологија. Тој ги зема во прегратка, ги милува и им пее на бебињата која од некоја причина имаат пречки во развојот. Ги лекува со својата љубов и внимание. Постои и клип за една стогодишна бабичка, која е добра шивачка и времето го поминува во шиенje облека која ја дарува на сромашните, а додека шие, ги пее песните кои ги научила уште кога била дете. Се разбира дека постојат и други вакви поучни примери за љубовта меѓу младите и возрасните и врските меѓу младоста и староста.

М. Белева

нафа во кругот на Здравствениот дом, во кој здружението последните реконструкции ги правеше пред десетина години, но тогаш не беше реконструиран покривот. Сега се разгледуваат понудите, па наскоро очекуваме и таму да почнат работите, со што и овој објект ќе биде обновен и заштитен од прокисување, – вели Анѓушев.

М. Младенова

ПАТУВАЈТЕ ПО НАЈПОВОЛНИ ЦЕНИ, СО ТУРИСТИЧКАТА АГЕНЦИЈА САВАНА И САМО ЗА ВАС - ЕДИНСТВЕНАТА ПРОГРАМА ВО МАКЕДОНИЈА



**ПРОМОТИВНО !!!
ОДМОР НА ХАЛКИДИКИ
од 20. до 27. мај
СЕДУМДНЕВЕН ПРЕСТОЈ СО ВКЛУЧЕН ПРЕВОЗ
ЗА САМО 59€ по лице**



Напомени:
 - Сместување во студија и апартмани од редовната програма "Лето 2018"
 - Превоз со туристички автобус и прилукник на патувањето
 - Резервација во агенција, со приложување на означенот купон од весникот
 - Можности за уплатка на рати
 - Бројот на местата е ограничен
 - Посебни поволности за организирани групни резервации и патувања



КУПОН ЗА ПОПУСТ

Исечи и приложи при резервација!

TOURIST
ENTERPRISES



ПОБАРАЈТЕ ГИ НАШИТЕ СПЕЦИЈАЛНИ ПОНУДИ ЗА СЕНИОРИ

ЕДНОДНЕВНИ ЕКСКУРЗИИ СО



- Охрид и Свети Наум
- Преспа и Ресен
- Прилеп и Битола
- Крушево и Мечкин Камен
- Кавадарци и Неготино
- Велес и Стоби
- Демир Капија и Гевгелија
- Дојран и Струмица
- Берово и Виница
- Кратово и Куклица
- Куманово и Кокино
- Тетово и Гостивар

ПОСЕТИ НА МАНАСИРИ СО



- Св.Јован Бигорски - Маврово
- Св.Ѓорѓи Победоносец - Рајчица
- Св.Преображение - Зрзе
- Св.Богородица Елеуса - Вельуса
- Св.Леонтиј - Водоча
- Св.Архангел Михаил - Берово
- Св.Гаврил Лесновски - Лесново
- Св.Јоаким Осоговски - К.Паланка
- Св.Ѓорѓи - Старо Нагоричане
- Св.Атанасиј - Лешок
- Св.Димитрија - Марков манастир
- Св.Никита - Скопска Црна Гора

БАЊСКИ АРАНЖМАНИ ВО РЕГИОНОТ СО



во СРБИЈА:

- Врњачка бања
- Соко бања
- Пролом бања
- Луковска бања
- Сијаринска бања
- Нишка бања

во БУГАРИЈА:

- Сандански
- Велинград
- Римска бања
- Сливенска бања

ВИКЕНД АРАНЖМНИ ВО РЕГИОНОТ СО



во СРБИЈА:

- Белград
- Нови Сад и Фрушка Гора
- Златибор и Дрвенград

во БУГАРИЈА:

- Софија
- Банско и Рилски Манастир

во ГРЦИЈА:

- Античка Македонија
- Пиерија и Метеори
- Халкидики и Света Гора
- Кавала и Филипи

Активности на Живко Поповски - Цветин

Активноста и хуманоста на уметници – пензионер Живко Поповски – Цветин му стана повеќе од живот. Неговата активност е толку голема што веќе не е возможно да се следи и прикажува. Тој цвекето го зема како основен мотив на своето сликарство, за



да даде свој прилог кон општата борба на човештвото за мир и културен напредок меѓу народите. Неговото цвеке е синоним на најблагородните човечки емоции какви што се лубовта, радоста и приятелството. Нашето македонско цвеке пресоздадено низ ликовната визура на Поповски ќе се наоѓа во рацете

С.Ц. Сотировска

ЗП Карпош

Континуирани активности во сите области

Здружението на пензионери Карпош новата 2018 година ја започна со засилено темпо и разновидни активности во сите области на дејствувањето. Комисијата за културно-забавен живот за поуспешен настап на ревиите изготвила програма и уште во јануари ги започна подготвките. Со голема посветеност и ангажираност работат и комисиите за спортско-рекреативни активности и здравствена заштита, како и Активот на пензионерите.

Претседателот на Собранието Јован Гиновски истакнува дека во сите клубови на пензионери по ограночите, а особено во „Владо Тасевски“ секојдневно врие од активности. Најпоседтен е од лубителите на древната игра, а нашиот фото-објектив го привлече шаховскиот двобој помеѓу претседателот на Огранокот Трифун Донев и 13-годишниот „шаховски мајстор“ Крсте Лазаров. Ова младо момче во придружба на неговата една година повозрасна сестричка Јована, речиси секојдневно при враќањето од училиште го посетуваат клубот и одгруваат по некоја партија со дедовите шахисти.

– И во други активности и области ја негуваме меѓугенерациската соработка и взајемното помагање меѓу старате и младите на кои им ги пренесуваме и позитивно влијајме врз



нивното изградување – вели претседателот Гиновски.

Во посебно катче од просторијата затекнавме и неколку пензионерки од Активот, кои по повод Денот на жената изработуваа ракотворби, правеа мартинки и разни украси.

– Двапати неделно тутка се собираате и разговарате, разменувате мислења, нешто изработувате, а често собираме облека, играчки и други нешта за децата со посебни потреби во ДСУ за рехабилитација и образование и така корисно и хумано го исполнуваме времето – вели Лила Андоновска, истакнувајќи ги имињата на најактивните пензионерки: Маријана Цветковска, Мијалка Спирова, Доцка Жечевска, Олга Пискачева и Марица Стевкова.

Клубот работи од 10 до 14 часот, а навечер во ги отвора вратите и за Фолклорната група која интензивно се подготвува за настап на регионалната ревија и најавува пријатно изненадување.

М. Д.

IN MEMORIAM



ТРАЈКО САВЕСКИ

претседател на Извршниот одбор на Здружението на пензионери Карпош – Скопје

Почина Трајко Савески, претседател на Извршниот одбор на Здружението на пензионери Карпош – Скопје. Савески беше еден од поистакнатите претседатели од здружението на пензионери при СЗПМ, кој со своето ангажирање, посветеност и одговорност во извршувањето на својата должност, оставил траен белег во историјата на Здружението на пензионери Карпош. Како претседател на Извршниот одбор, како искусен активист и борец за статусот и правата на пензионерите, тој го одбележа времето што го помина во оваа здружение. Ќе остане запаметен и по својата решителност и придонесот за ширењето на соработката со другите здруженија на пензионери во нашата земја.

СЗПМ

ПЕНЗИОНЕР йлус

Весник за сегашните и за идните пензионери

Издавач:
СЗПМ

Година XI – број 116
март 2018 год.

БЕСПЛАТЕН МЕСЕЧЕН ВЕСНИК

Издавачки совет:

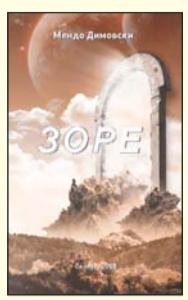
Драги Аргировски (претседател)
Бесник Попчеста
Салтир Каровски
Станка Трајкова
Гидо Бојчевски
Лена Семенакова
Павле Спасов
Д-р Веле Алексоски
Грицица Манасиев
E-mail: argirovski@szpm.org.mk

Романот „Зоре“ на Мендо Димовски

Меѓу светлината и темнината во животот

На 27-ми февруари во Домот на АРМ во Скопје беше промовирана третата книга, романот „Зоре“ на Мендо Димовски. Промоторите Лилјана Пандева, Васил Тоциновски и Љупчо Тодоровски – Упа, за авторот и за романот заборуваа мошне инспиративно што предизвика посебно внимание и интерес кај многубројните лубители на пишаниот збор.

Иако авторот Мендо Димовски за себе вели дека не е писател туку пишувач, сепак мора да му се признае познавањето на пишувачкиот занает. Сигурно, не случајно тој главниот лик во романот „Зоре“ токму така го нарекол. Чиста метафора за животот. Но тој Зоре се презива, ни по малку ни повеќе, Робевски. Всушност, може да го носи кое и да е презиме, но авторот ја проширува метафората од неговото име. Оди од една крајност во друга. Зора и ропство. Главниот лик го растргнува токму меѓу светлината и темнината во животот. Меѓу убавото и лошото. Меѓу лубовта и смртта. Така и почнува романот. Со жив закопан во темна гробница на гробиштата во Белград. Оттука реминисцентно авторот не запознава со животот на Зоре до тој миг и со неговата животна цел: да го пронајде гробот на својот татко. Таа потрага ќе го води животниот пат на Зоре. Благодарение на таа потрага, авторот не води низ времето. Станува сведок на едно време. Со еден извонредно жив, свеж и разигран јазик, весно или не го запознава читателот со политичкото, економското и социјалното милје на речиси еден век. Оти тука не е само приказната на Зоре, тука е и приказната за однењето во туфа војска на неговиот татко, за неговата чудна веќе станата легенда – смрт, за борбата на неговата самохрана мајка да ги одгледа своите два сина, за самоодржувањето и пробивањето во животот не само на



Зоре, туку и на неговото семејство.

Со еден збор, Мендо Димовски низ приказната за Зоре, го опишува Балканот со сите негови знајни и незнајни војни и борби. Ги опишува и сите негови жени, една богата палета од различна провинција. Авторот на моменти дури и со известна доза на хумор, иако на Зоре сигурно во тие моменти не било до смеене, ни го опишува и лубовниот живот, а низ него и односот кон девојката, жената, бракот, децата. Очигледно е дека Димовски напишал краток биографски роман. Значи, нема истражувања по пишани документи, нема приказната на историјата и меморијата. Се е така како што кажува Зоре во фабулата.

Но, нарацијата, јазикот, ритамот, интонацијата, тоа веќе не е Зоре, тоа е Мендо Димовски. Тој од „Чекорења низ животот“ и „Јас“, односно од публицистика и меморија односно влегува во уметничката литература.

Стилот му е својствен, слободен, без робување на јазичните норми, со испревртени места на зборовите, мошне редок и својствен за неговиот израз.

Л.П.

Пензионерките правеа мартинкиза Хуманитарен базар

Традиционално во месец март познат кај народот како „БАБА МАРТА“ постојат разни обичаи. Кај источните народи во месец март се одбележува и почетокот на новата година, бидејќи во тој месец се буди природата, се сее, се сади. Еден од обичаите е изработка и носење на мартинки, украси направени од црвен и бел конец кои се носат за среќа, здравје и лубов во повеќе земји, меѓу кои е нашата земја, Република Македонија.

Пензионерки – волонтерки се вклучија во изработка на мартинки во Дневниот центар на Црвениот крст на град Скопје кој беа изложени на Хуманитарниот базар „СРЕЌНА БАБА МАРТА“, кој се одржа на 1-ви март 2018 година во објектот „Веро Џамбо“. На базарот мартинките се продаваа по симболична цена, а собраниите средства се наменети социјално загрозени лица од третата добра. Вклучувањето на пензионерките во оваа убава традиција на изработка на мартинки е придонес во одржување и пренесување на традицијата со промоција на нематеријалното културно наследство, која во изминатите години како обичај беше подзaborавена. Денес мартинките што ги прават пензионерките се разновидни, во

различни форми и облици. Ги има како машнички, цветови, топчиња, алки, смешни фигурички и друго.

Кога станува збор за мартинките интересен е податокот дека тие постоеле уште пред појавата на христијанството. Црвената боја означувала лубов, а белата почеток, чесност, чистота, радост и искреност. Пензионерките знаат да направат мартинки бидејќи едно од големите доживувања во нивното детство биле и мартинките, кои им го подарувале пред многу години нивните мајки и баби, а тие во нивно време им се радувале и гордо ги носеле. Мартинките традиционално се носат на раката, на вратот и на други делови од телото или на облеката. Тие придонесувале да има берикет и плодна година, па затоа лутето ги закачувале на дрвјата и тие таму останувале се до расцепување на дрвото. Имало и друг обичај: мартинката се носела се додека децата немало да видат ластовичка. Тогаш ја ставале под некој камен во дворот со надеж дека ластовичката ќе им остави во замена подарок. Така и било. Под каменот наоѓале скромни подароци: шнолки, тантелки, моличиња, боички кои ги оставале најчесто нивните баби. Таква била тогаш „меѓугенерациската соработка“ која носела радост на сите, за разлика од денес кога за жал како да заборавиме да се радуваме на малите нешта.

Б.М.

ење и другите пријужни изворни елементи се составен од програмите што ги подготвуваат.

Покрај настапите по разни поводи, честопати си одржуваат и приватни седенки и дружења кои најчесто доаѓаат спонтано. Во пресет на новогодишните празници, во својот клуб си организира предновогодишно дружење. Се развеселија и со гајди и кавали се испеја изворни мелодии од средините од кои доаѓаат. Веднаш потоа ја одбележаа и Стара Нова година, повеќе позната како Василица. Овој пат се беше во знак на старите обичаи. Се дешеше Василичарско лепче со паричка и се избра новиот кум Стево Ефремов. Се пееше се играше и со многу смеи се сплотија новодојдените членови кои се приклучија на друштвото и со воодушевување изразија задоволство што во иднина ќе бидат дел од оваа весела дружина, која и по други поводи знае да организира и реализира пријатни забави и дружења.

М. Здравковска

ЗП Пробиштип Верни на традициите

Членовите на КУД „Весели пензионери“ при ЗП Пробиштип целосно се посветени на нашите традиции и обичаи. Љубовта кон извршното творештво им стана опсесија па дури и приватните дружења ги посветуваат на традиционалното пеене, играње и свирење.

Подготовките за годинашниве настапи ги започнаа уште во декември, минатата година. Оттогаш континуирано работата на два проекта за настапите на пензионерските фолклорни ревии, фестивалите во нашата држава и надвор од неа, како и учеството на општинските манифестиации организирани од општината или домот на културата. Обичаите, изворните инструменти и носии, женското викоичко пе-

ене и другите пријужни изворни елементи се составен од програмите што ги подготвуваат.

Покрај настапите по разни поводи, честопати си одржуваат и приватни седенки и дружења кои најчесто доаѓаат спонтано. Во пресет на новогодишните празници, во својот клуб си организира предновогодишно дружење. Се развеселија и со гајди и кавали се испеја изворни мелодии од средините од кои доаѓаат. Веднаш потоа ја одбележаа и Стара Нова година, повеќе позната како Василица. Овој пат се беше во знак на старите обичаи. Се дешеше Василичарско лепче со паричка и се избра новиот кум Стево Ефремов. Се пееше се играше и со многу смеи се сплотија новодојдените членови кои се приклучија на друштвото и со воодушевување изразија задоволство што во иднина ќе бидат дел од оваа весела дружина, која и по други поводи знае да организира и реализира пријатни забави и дружења.

Верица Мишкова, претседател на Активот на пензионерки при ЗП Пробиштип и Дафина Димишковска, исто така упати благодарност кон сите пензионерки кои дадоа свој придонес во благатување на манифестијата.

Верица Мишкова, претседател на Активот на пензионерки при ЗП Пробиштип и Дафина Димишковска, исто така упати благодарност кон сите пензионерки што донираа свои домашни специјалитети на бели пецива, домашни пити, баклави и разни други прехранбени производи. Манифестијата беше проследена со игра, песна и музика.

В.М.

ческа, претседател на Собранието која ги поздрави присутните, а посебно гостите од другите здруженија. Исто така, Мирческа упати



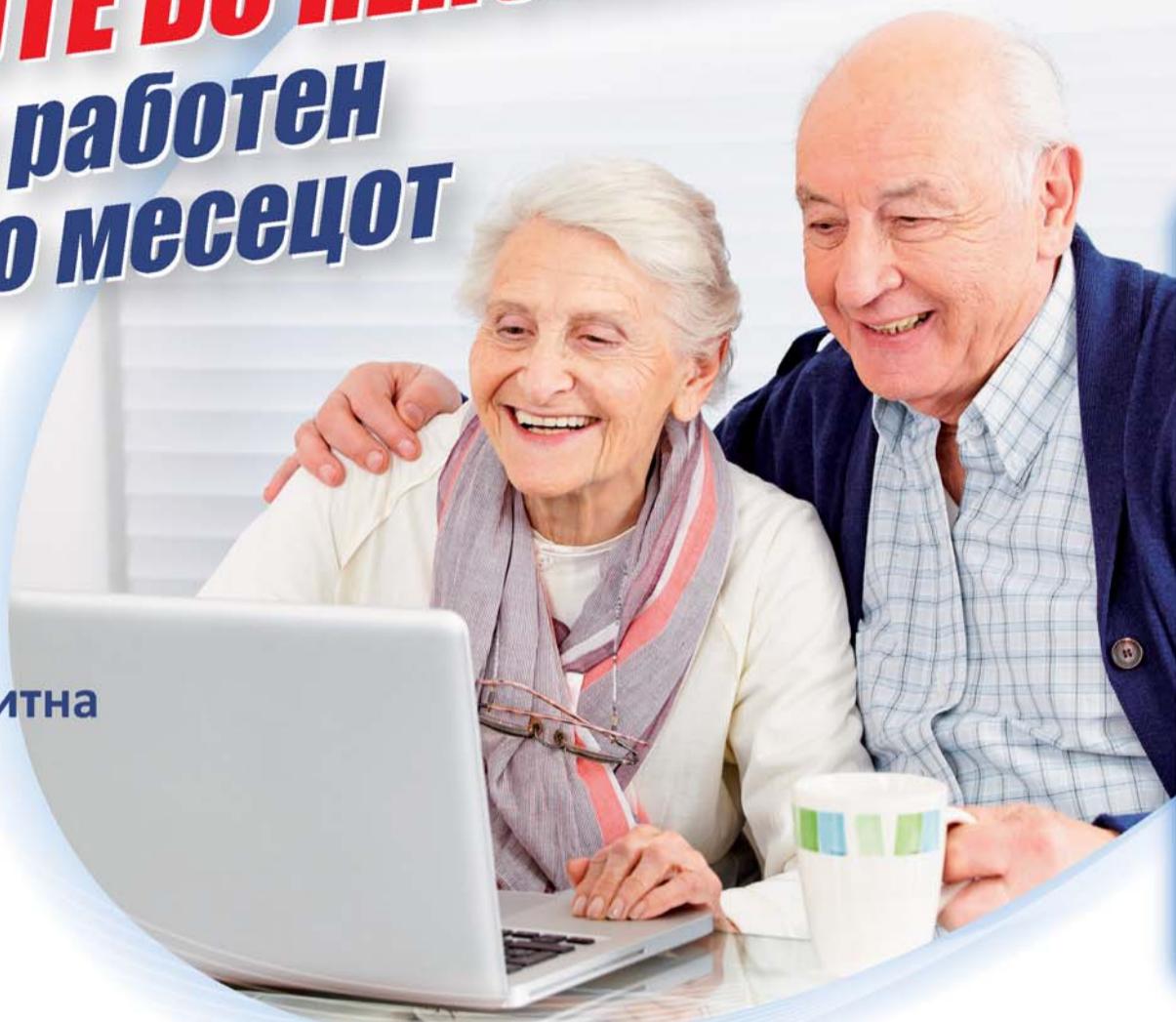
благодарност кон сите пензионерки кои дадоа свој придонес во благатување на манифестијата.

Верица Мишкова, претседател на Активот на пензионерки при ЗП Пробиштип и Дафина Димишковска, исто така упати благодарност кон сите пензионерки што донираа свои домашни специјалитети на бели пецива, домашни пити, б

УЖИВАЈТЕ ВО ПЕНЗИЈАТА!

првиот работен ден во месецот

- максимален износ до 3 пензии
- бесплатна Маестро дебитна картичка
- можност за отплата на кредит до 73 години



Еуростандард банка на своите клиенти пензионери им овозможува да располагаат со средствата од својата пензија уште во првиот работен ден во месецот.

• Дирекција тел. 02/3249-437 ; 02/3249-454
• Градски 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

7.900 **денари** **ПОПУСТ** 6.700 **денари**

Контактирајте не 070 215 994

НАЈСОВРЕМЕНА ТЕРАПЕВТСКА МАСАЖА НА СТАПАЛАТА!

Масажерот за нозе наоѓа широка употреба овозможувајќи Ви постојан третман на Вашите стапала, заштеда на време и пари и што е најбитно безбеден и ефикасен пристап во грижата за своето здравје. Масажата што ја нуди е неодолива!

Mbledhja e 7 e Kuvendit të LSHPM

Eshtë realizuar më tepër se e parapara

Më 16 mars 2018, eshtë mbajtur mbledhja e shtatë e Kuvendit të LSHPM. Në mbledhje pos delegatëve kanë marrë pjesë edhe kryetari i Këshillit mbikëqyrës Mitre Stojanovski dhe kontabilisti i LSHPM Petar Andreevski. Në mungesë të arsyeshme të Besnik Pocestës, kryetar i Kuvendit të Lidhjes, me mbledhjen ka drejtuar delegati më i moshuar i Kuvendit të LSHPM **Shaban Sabriu**. Pas aprovimit të rendit të ditës, së pari eshtë shqyrtuar Raporti për punën e LSHPM dhe organet dhe trupat, për vitin e kaluar 2017. Fjalën hyrëse e

dhënë sqarime edhe Këshilli mbikëqyrës i LSHPM. Për konstatimet dhe vlerësimet e KM ka folur kryetari i KM **Mitre Stojanovski** i cili ka potencuar se në vitin 2017 Lidhja ka punuar në mënyrë racionale dhe me nikoqirlik. Pas sqarimeve të tij, Vendimi për Llogarinë përfundimtare për vitin 2017 i LSHPM eshtë aprovuar njëzëri. Ky vendim do të shpallet edhe në "Penzioner plus" dhe në ueb faqen e LSHPM.

Para të pranishmëve janë sqaruar edhe Rekomandimet për qëndrimet në zgjedhjet në Lidhje dhe Shoqatat e pen-



ka dhënë **Salltir Karovski**, nënkyetar i KE të LSHPM, si përgatitës, në të cilin ai ka dhënë theksime nga raporti, respektivisht i ka theksuar aktivitetet më të rëndësishme në vitin 2017. Gjatë diskutimit eshtë konstatuar se Raporti eshtë gjithëpërfshirës dhe si i tillë eshtë aprovuar.

Më pastaj, eshtë zhvilluar diskutim rreth Propozim - Raportit financiar për të hyrat dhe të dalat sipas Planit financiar për vitin 2017. Për këtë Raport ka

sionistëve në vitin 2018/2019. Këto rekomandime kanë për qëllim që të zgjidhen kuadro të afta profesionale dhe me përvjoje të cilët do të drejtojnë në vitet e ardhshme katërvejce.

Në mbledhje për anëtarë të rinj të Kuvendit janë zgjedhur Velan Stojanovski dhe Blagoja Arsiq. Me diskutimet e tyre kanë kontribuar: Krum Stamenov, Stanka Trajkova, Dragi Argirovski, Kalina S. Andonova, Mendo Dimovski, Risto Angushev etj.

K. S. Andonova

Nga aktivitete të LSHPM

Përgatitje e tekstit nismëtar të Ligjit për organizimin pensionist në RM

Më nëntë mars 2018, grupi punues përpunim e tekstit nismëtar të Ligjit për organizimin pensionist, ka mbajtur takim pune. Ai eshtë aktivitet që si detyrë i eshtë dhënë nga Këshilli ekzekutiv i LSHPM. Në grupin e punës janë përfshirë kuadra të larta profesionale edhe atë: Stanka Trajkova, Fidanço Stoev, Sfetolik Nikoll, Ilja Adamovski dhe Mentor Qoku. Kujdes i veçantë i eshtë dhënë nevojës për sjelljen e Ligjit të veçantë për organizimin pensionist në rapport me kornizat e përgjithshme juridike të Ligjit për shoqata dhe fundacione, duke vlerësuar se Ligji i tillë eshtë i nevojshëm nga se lëmi i pensionistëve ka

S.T.

Në Strugë për Ditës e Mësuesit

Më rastin e 7 Marsit - Ditës së Mësuesit, me ftesën e Këshillit nismëtar të Shoqatës të pensionistëve të Strugës, Shoqata e pensionistëve e Kumanovës, nëndegët Komunës së Likovës, organizuan shëtitje njëdore në këtë qytet.

Në këtë shëtitje kanë marrë pjesë të gjitha nëndegët e Komunës së Likovës. Shumica e pjesëmarrësve ishin veterani të arsimit. Fillimisht në ora 8 e

shumë specifika. Specifika të tillë janë: mbi 300.000 pensionistë si grup qëllimor; nevoja për sjelljen në të vërtetë në rregull - parimin territorial të organizimit të shoqatave; kushtet përfundimtare e tyre; ekonomizimi dhe racionalizimi; zgjidhja e çështjes Organizatës së regjistruar përfundimtare dëgjueshme e tyre do të cilat do ta përpalojnë organizimin pensionist.

Teksti i përgatitur do të shqyrtohet nga Forumi juridik ekonomik, ndërkaq, më pas edhe në Këshillin ekzekutiv të LSHPM, i cili do të organizoj edhe diskutim publik në Shoqatat e pensionistëve.



15 minuta u nisëm përrrugë për në qytetin e buruk të Strugës.

Në ora 10 e 30 minuta pensionistët arritën afér hotelit Drin në Strugë, dhe pas takimit të pensionistëve të gjitha degëve shqiptare në republikën e Maqedonisë, në ora 11 e 15 minuta karvanin i të ftuarve vizitoi objektin e parë të

pensionistëve që ishin të pranishme në këtë takim. Në emër të shoqatës të pensionistëve të Kumanovës, tubimin e përshtëndëti Hulusi Saliu, dhe nga ora 16-të filluan rrugëtimin e kthimit përmes Kumanovës, ku u arrit në ora 20 e 30 minuta.

Hulusi Saliu

SHP Saraj

Vit shumë i suksesshëm 2017

Shoqata e pensionistëve Komuna Saraj, më 20.03.2018, nën drejtimin e kryetarit të Kuvendit BakıBakiu, ka mbajtur mbledhjen në të cilën kanë marrë pjesë edhe anëtarët e KE, anëtarët e KM, kryetarët e degëve, të Komisioneve, kryetarja e Aktivit të grave si dhe myafisit të tjera ndër të cilët edhe drejtori i KD i Fondacionit "Albiz".

Në mbledhje janë shqyrtuar Raporti për punë dhe Raporti financiar për vitin 2017, me raportin nga KM, Vendimi për aprovimin e llogarisë përfundimtare, Plani financiar si dhe Programi për punë në vitin 2018.

Theksime për të gjitha dokumentet ka dhënë kryetari i Kuvendit Bakı Bakiu, i cili, ndër të tjera ka kërkuar dhe kanë dhënë arsyetim edhe kryetari i KM Hamit Bakiu dhe kryetarët e komisioneve Bedri Tairi, Gani Ismaili dhe Dr. Jovan Deckov.

Prezencën në mbledhje e pasuruan dhe me diskutimet e tyre kanë kontribuar edhe myafisit: Stanka Trajkovska, sek-

retar e KE në LSHPM, Metodija Novkovski, kryetar i LSHPM të qytetit të Shkupit, Nijazi Xhelili, kryetar i SHP Gostivar,

Shoqatës ka dhënë edhe kryetari i Këshillit ekzekutiv Mahir Duraku.

Sipas dokumenteve të shqyrtuara dhe diskutimeve, eshtë sjellë konkluzion se SHP Komuna Saraj, me shumë sukses ka realizuar përcaktimet programore në vitin 2017.



Shaban Azizi, kryetar i KE i SHP Tetovë, Snezhana Mirčevska, kryetare e Kuvendit të SHP Gj. Petrov si dhe përfaqësuesja nga Kryqi i Kur Aleksandra Trendevska.

Theksime dhe arsyetim për punën e

Të gjitha dokumentet të cilat ka shqyrtuar Kuvendi janë vlerësuar shumë pozitive dhe njëzëri janë aprovuar ndër të cilat edhe Programi dhe Plani financiar për punë në vitin 2018.

B.B.

SHP Tetovë

Kursimi me punë nikoqirillëku

Në vitin e kaluar, në SHP Tetovë, duke i falënderuar punës me nikoqirillëk dhe të sjelljes me kujdes me mjetet financiare, eshtë realizuar kursim mbi 600.000 denarë. Këto mjetet, bashkë me ata të vitit 2016, janë diku rrëth 1.4 milion denarë. Këto mjetet mbarten në vitin vijues, ndërkaq përdorimin e tyre do të vendosin organet dhe trupat e shoqatës.

Ishin këto konstatime nga mbledhja e Kuvendit të SHP Tetovë, që eshtë mbajtur më 21 shkurt të këtij viti, në të cilën janë shqyrtuar edhe tregues të tjerë financiare, që të hyrave dhe të dalave. Se eshtë punuar shumë me kujdes me mjetet disponuese financiare eshtë vërtetuar edhe nga Raporti i Këshillit mbikëqyrës, që gjithashtu ishte objekt i shqyrtimit. Në fjalën e tij hyrëse, kryetari i Kuvendit **Stojan Sokolovski**, ka konstatuar se të ardhurat e Shoqatës janë realizuar me 99,74 për qind, që eshtë ndikim i parashikimeve reale të mjetet

tur më 21 shkurt të këtij viti, në të cilën janë shqyrtuar edhe tregues të tjerë financiare, që të hyrave dhe të dalave. Se eshtë punuar shumë me kujdes me mjetet disponuese financiare eshtë vërtetuar edhe nga Raporti i Këshillit mbikëqyrës, që gjithashtu ishte objekt i shqyrtimit. Në fjalën e tij hyrëse, kryetari i Kuvendit **Stojan Sokolovski**, ka konstatuar se të ardhurat e Shoqatës janë realizuar me 99,74 për qind, që eshtë ndikim i parashikimeve reale të mjetet

ve, ndërkaq, harxhimet kanë qenë të realizuara me 85,20 për qind çka e ilustron një fotografinë e financimit.

- Në këtë mënyrë, eshtë përmirësuar baza materiale e shoqatës dhe janë përmirësuar kushtet për punë të mëtejme. Apeloj që të mbahet një trend i tillë i punës materiale - financiare, por nëasnje mënyrë në kursimin e mjeteve për aktivitetet programore, - ka nënizuar Sokolovski.

Duke i mbartur përbajtjet nga shqyrtimi për materialet financiare në degët, disa diskutimet kanë theksuar se reaksiot kanë qenë të arsyeshme dhe se eshtë krijuar besim i plotë në drejtuesit e shoqatës.

Gojko Eftovski

SHP Çair

Punë e pasur dhe me sukses

Vitin e kaluar 2017, punën e SHP Çair e ka karakterizuar vetëdija dhe maturia në harxhimin e mjeteve, me çka eshtë arritur që të ketë masivitet në aktivitetet. Si barometri i një



politike tillë janë mjetet e kursyerë të cilat mbarten përfundimtare e aktivitetet e një vitit. Në vitin e kaluar, punën e SHP Çair, që eshtë mbajtur më 5 mars 2018. Në mbledhje ka marrë pjesë **Metodija Novkovski**, kryetar i LSHPM të qytetit të Shkupit. Ai ka drejtuar fjalë lavdëruese për punën me sukses

dhe me nikoqirillët të Shoqatës me c'rasht ka theksuar sukseset e arritura dhe angazhimet edhe të LSHPM të Shkupit.

Në mbledhje me të cilën ka udhëhequr **Isen Zeqiri**, kryetar i Kuvendit të SHP Çair, janë shqyrtuar: Llogaria përfundimtare për vitin 2017, Plani financiar për vitin 2018, Raporti për punën e SHP Çair, Programi për punë për vitin 2018 dhe Raporti i Komisionit mbikëqyrës të cilat njëzëri janë pranur dhe aprovuar. Për detrat programore, fjalën hyrëse e bëri **Mentor Qoku**, kryetar i SHP Çair.

- Pothuajse në të gjitha aktivitetet, vitin e kaluar, kemi arritur rezultate të lakkimeshme. Disa aktivitetet e duhet t'u jepin theks të veçantë, siç janë, reviali folklorik, ndërkaq, këtë vit jemi nikoqir i Revyalit regional të muzikës, këngëve dhe valleve, si dhe i garave sportive, aktivizmit i grupit muzikor, organizim të ekskursioneve, ligjëratë me karakter edukativ e të tjera. Këto aktivitete janë element i rëndësishëm për aktivimin e pensionistëve - ka thënë Mentor Qoku. Me diskutime dhe propozime konstruktive përfundimtare përfundimtare e një vitit 2018 kanë marrë pjesë: **Mane Manev, Pero Milenkovski, Todorovliev, Rauf Hamidi** e të tjera. Konkluzion në këtë mbledhje ishte ajo që rezultatet e arritura janë veprë e të gjithë pensionistëve të Shoqatës.

Vasil Paçemski

SHP Strugë

Punkt për të pastrehuarit dhe shëndetlig

Ministria për punë dhe politikë sociale Mila Carovska, që para tre muajve kishte paralajmëruar hapjen e punktit në Strugë për personat e pa strehuar dha atë shëndetlig. Punktii eshtë në funksionin e një dhetorit, ndërkaq, do të punojë deri në fund të marsit të këtij viti dhe siguron shërbim 24 orësh. Për këtë janë angazhuar voluntarë nga Kryqi i Kuq të cilët kujdesen përfundimtare e interesuarve, - së qarognë kryetari **Novica Shuminovs-**

ki dhe sekretarja **Adhurime Dauti** të cilët i takuan para punktit në pushimoren e Kryqit të Kuq "Solferino" në Strugë.

- Gjatë qëndrimit në punkt të pastrehuarit dhe shëndetlig persona pleq, marrin veshje të pastër, haje të ngrrota, e mbajnë higjienën e tyre dhe marrin mbrojtje komplete të ndihmës së medicinës të cilën e siguron pushimorja e Kryqit të Kuq "Solferino", - ka thënë drejtoresha **Natasha Hiohi**.

Ekipet mobile të Kryqit të Kuq janë të përgatitur përfundimtare përfundimtare. Ashtu ishte pranuar edhe një person nga fshati Burinec i cili kishte ngelur në fshatin e tij ku bora kishte arritur lartësinë mbi 75 cm. Numri i personave të tillë në Strugë eshtë i ndryshueshëm, por paramendohet se nuk eshtë më i madh se dhjetëra.

Stojan Kukuneshovski

Në shoqatët - anëtarë të LSHPM Shënim me dinjitet i Ditës së gruas

Sikurse është vit më parë, ashtu edhe tanë, pothuajse në të gjitha shoqatat - anëtarë të LSHPM, shënim me dinjitet e Ditës së gruas. Në emër të shoqatës të pensionistëve të Kumanovës, tubimin e përshtëndëti Resul Bekteshi, pastaj vijuan paraqitjet e përfqaqësuesve nga të gjitha degët e shoqatave të gjitha, që ishin të pranishme në këtë takim. Në emër të shoqatës të pensionistëve të Kumanovës, tubimin e përshtëndëti Hulusi Saliu, dhe nga ora 16-të filluan rrugëtimin e kthimit përmes Kumanovës, ku u arrit në ora 20 e 30 minuta. Hulusi Saliu

Dhelpra dhe rosat

Rosat po lahesin në një lumë të madh. Dhelpra po sillej bregut herë më lartë e herë më poshtë. Nuk guxonte të hyjë në ujë. Dikur u tha:

- Lum ju që dini not. Sikur të më mësoni edhe tua, do të më kishit bërë ndër të madh.

Rosat i thanë:

- Besa ne jemi të lumtura që ti nuk di të notosh. Sikur të dije not, dhet se çka do të ka shkëputur. Pra, më mirë që nuk di not. Ti shih punën tënë e na tonën.



ЗДРАВСТВО

Бадемот и витаминот B17

Бадемот отсекогаш бил многу ценет поради своите големи благодати по здравјето, затоа неговото одгледување се проширило и по Средоземјето. Во 18 век шпанските мисионери го донеле во Калифорнија, која во меѓувреме станала една од најголемите производители на бадем во светот. Постојат два вида бадем: сладок бадем – тоа е оној кој речиси секојдневно го консумираме, и горчлив кој по изгледот е нешто малку поширок и пократок од слаткиот, но е горчлив и затоа не се јаде. Меѓутога горчливиот бадем е одличен извор на витаминот B17. Кон средината на минатото столетие американскиот биохемичар Ернст Т. Кребс извршил супстанција за која се покажа дека може да ја униши келијата на ракот. Станува збор за витаминот B17 кој се нарекува амугдалин или лајтрил. Иако Кребс низ своите истражувања успеал да ја докаже ефикасноста на лајтрилот, целиот концепт на лекување на ракот со помош на некаква витаминска подготвотка, некои го третираат како неточен. Според вообичаениот образец, набрзо е подигната масовна кампања против тој евтин и лесно достапен лек, втемелена на тврдението дека витаминот B17 е исклучително опасен бидејќи содржи цијанди.

Притоа, некако заборавиле да споменат дека храната која секојдневно ја консумираме исто така содржи многубројни природни отрови, па сè уште сме живи и здрави, благодарение на голиот факт дека количините на токсини кои ги внесуваме во организмот не се штетни за здравјето. Забраните и застрашувањата врзани со употребата на витаминот B17 и не се за чудење, имајќи предвид колку луѓе добро живеат врз основа на приходите од производство и продажба на фармацевтски лекови за рак.

За среќа, меѓу лекарите сè уште има ентузијасти кои во текот на изминатите години во практиката успеа да го потврдат Кребсовиот концепт и така да излекуваат многу заболени од оваа болест. Занимливо е да се напомне и дека врз основа на повеќе истражувања е востановено дека Ескимите, припадниците на племето Хунза, како и припадниците на некои изолирани заеднички широк светот кои консумираат

храна богата со витамин B17, никогаш не заболуваат од рак.

Витаминот B17 (лајтрил, амугдалин) е природна состојка која се наоѓа во многу продукти. Амугдалинот прв пат е откриен 1830 година во горчливиот бадем. Ернст Т. Кребс. Jr (1912–1996) бил хемичар кој прв го промовирал амугдалинот како лек против ракот во почетокот на 1950 година.

Како витаминот B17 влијае на канцерогените клетки?

Принципот на дејствување е едноставен: канцерогените клетки за својот раст имаат потреба од огромни количини на енергија, односно од гликоза – шеќер. Кога го внесувате во организмот витаминот B17, клетките на ракот ги апсорбираат молекулите на гликоза од витаминот B17, а со ензимот бета-глукозидаз го отклучуваат бензандехидот и цијанидот од витаминот B17, предизвикувајќи сопствена смрт! Благодарение на големата концентрација на ензимот бета-глукозидаз витаминот B17 е изразито смртоносен за канцерогените клетки, додека за останатите здрави клетки не е токсичен. Принципот на работата на витаминот B17 потсетува на тројанскиот кон: канцерогените клетки се полакомуваат за гликозата, а кога ја апсорбираат биваат терминирани.

Како се употребува витамин B17 – За превентива, доволно е редовно да се конумира храна богата со витамини B17. На пример, ако изедете дневно три јаболка со семките, ќе го снабдите организмот со доволна количина B17 за дневна потреба. Што се однесува до семките од кајсији, здравиот разум налага дека одреднаш не се јадат повеќе од што би изеле свежи кајсији во текот на денот. Од Кребсовото откритие во 1952 година до денес, се бележат над илјада излекувања на малгни болести во терминална фаза, со помош на лајтрил. Повеќето од нив описаните се во 30-тина публикувани трудови потпишани од угледни лекари. Во терапевтски цели лајтрил може да се внесе во организмот со консумирање семки или масло од кајсија, или преку таблети и инјекции со лајтрил. B17 навистина би можеле да го наречеме витаминска бомба која има способност да ги униши канцерогените

келии, но не смееме да го испуштиме од вид дека терапијата со тој витамин сама по себе нема да го излечи ракот. Често здравствените проблеми не тераат во потрага за природни решенија. И така, на сопствено чудење често откриваме дека најдобрите решенија по правило се најдноставните! Бадемите се корисни и здрави и содржат голем дел од дневно препорачаните количини на витамини, минерали, влакна и аминокиселини. 100 грама бадеми содржат 22 грама јаглеродни хидрати од кои 12 грама диетални влакна, што е 49% од потребни влакна дневно. Во 100 грама бадеми има 21 грам белковини, што е 42% од дневно препорачаните количини за власно лице. Во 100 грама бадеми има: 140% од препорачаните дневни количини на мangan, 75% магнезиум, 60% бакар, 50% фосфор, 130% витамин E, 51% рибофлавин (B2).

Превенција од срцев удар – Бадемите се богати со мононезаситени масни киселини. Тоа е тип на киселини кои ги има во маслиновото масло и кои се важни во превенција од срцев удар. Повеќе студии утврдиле дека секојдневното консумирање бадеми го намалува ризикот од срцев удар од 30 до 45%. Исто така, докажано е дека најдената комбинација масни киселини, витамини и минерали во бадемите, помогва во намалувањето на лошите ЛДЛ маснотии за 8 до 12 %.

Контрола на шеќерот во крвта – Неколку истражувања се направени со цел да се утврди влијанието на бадемите врз нивото на шеќерот во крвта. Истражувањата покажаат дека консумирањето на 60 до 90 грама бадеми дневно заедно со храна со висок гликемиски индекс го намалува гликемскиот индекс на оброкот и нивото на шеќерот во крвта.

Антиоксидантите во бадемот – Денешниот нездрав начин на живот создава во организмот слободни радикали. Во последно време тие се препознаваат како причините на се повеќе болести па и оние најтешките – малгните болести. За да ја намалите количината на слободните радикали и штетата кои тие ја нанесуваат, потребни се антиоксиданти. Витаминот E е еден од антиоксидантите кои ќе ви помогнат во тоа. 100 грама бадеми донесува дури 131% од дневните потреби од витаминот E. Т.Г.

Дали знаете колку е мокен темјанот?

Иако поседува бројни лековити својства, повеќето луѓе за темјанот не знаат скоро ништо.

Во ајурведската медицина, со години е во употреба за третман за лечење на артритис, застрашување на раните, регулирање на хормоналниот статус кај жените и за заштита од патогени микробиорганизми. Според верувањето на Ајурведа, секојдневното зачадување на домот со темјан носи добро здравје на домаќините, пишува „Нов светски поредок“...

Во земјите од Блискиот Исток, долго време се користи за одржување на здравјето на усната шуплина. Луѓето од ова подрачје чвакаат смола од темјан и на тој начин го подобруваат здравјето на забите и непцата. Неговите антими-

кробни својства ги спречуваат инфекциите.

На Запад, темјанот е најдобро познат по своите антибактеријални својства, а најважна состојка му се босвелиските киселини. Темјанот ефикасно ја ублажува болката предизвикана од артритис без да предизвика несакани ефекти. Ја подобрува циркулацијата, како и протокот на крв преку крвните садови оштетени од воспалителните процеси.

Истражувањата потврдиле дека екстрактот, темјанов ацетат, ги намалува невролошките оштетувања, делува против депресија и напнатост, ги намалува нивото на холестерол и ги спречува болестите на крвните садови. Во ароматерапијата се користи за осло-

бодување од стрес, напнатост, хистерија и депресија, бања со масло од темјан помага кај менструалната болка и инфекции на уринарниот тракт. Терапијата со масло, исто така, добро делува и на дишните патишта. Тоа помага при бронхитис, астма, синузитис, чести настинки и алергии.

Добро информирани тврдат дека маслоот од темјан може да помогне во лекување или ублажување на рччењето, така што се мачкаат вратот, градите и делот околу носот. Маслото не се нанесува концентрирано, туку разредено со база на масло или вода.

Иако не постојат познати контраптикации, темјанот и неговите подготвени третији треба да го избегнуваат хипертоничарите.

Б.А.



во лечење на акни, чиреви, егземи и инфекции на очите. Во случај на кожни заболувања белиот темјан слез се меле и се меша со вода со цел да се добие паста која се користи како облога на инфицираните места, рани, исекотини, чиреви, па дури и на места кои се заболени од споријаза.

Коренот од бел слез може да се употребува и при проблеми со мочниот меур, грчеви во желудникот и проблеми со варењето и дигестивни системи.

М. Дамјаноска

Белиот слез е ефикасен лек

Белиот слез е еден од главните борци против настинка и грип. Со веќови најдени, тој важи за едно од најлековитите растенија на планетата, а тоа ни малку не е чудно затоа што тој изобилува со многу супстанции кои се многу корисни за човековото здравје и тоа: бетаин, аспаргин, етерични масла, растителни влакна, масти, пектини, сахароза, фосфати, јаглени хидрати и друго.

Во природната медицина најчесто се користи коренот од бел слез кој се вади во пролет или во рана есен, веднаш по самото цветање. Коренот добро се

чисти, се сече на половина, а потоа се суши во рерна на 40 степени. Вака подготвениот корен од бел слез може да се користи за повеќе заболувања. Еве некои од нив:

Помага против болести на дишните патишта

Коренот од бел слез најчесто се користи за лечење на болести на дишните патишта, астма, воспаление на грлото и полесни воспаленија на белите дробови. Тој има неверојатна способност во потполност да го растрои слузот и го поттикнува и олеснува неговото искачување. Белиот слез може да го користи за лекување на вакцините и тој е ефикасен против настинка и грип.

Помага против кожни и очни инфекции

Иако белиот слез е најпознат по својата лековита моќ против респираторни проблеми, тој исто така помага и

Зошто се чувствуваат уморни

Постојано се чувствуваат уморни иа-ко според вас не постои некоја одредена причина. Ваквата состојба особено е присутна на пролет кога организмот е изморен од студот, потешката исхрана без многу овошје и зеленчук како и подолг престој во затворени простории. Но, постојат и други причини кои не ги знаеме. Еве некои:

Ненаспансост – Причина број еден заради која најчесто се чувствуваат уморни е малку спиење или ненаспансост. Недостатокот од сон може да има негативни последици врз концентрацијата и здравјето. Возразните треба да спијат 7 до 8 часа, а помладите 8 до 10 часа во зависност од возраста. За добар сон одете на спиење во приближно исто време и исфрлете ги од собата компјутерот, мобилниот телефон и телевизорот и друго.

Апнеа – Апнеа се кратки прекини во дишењето најчесто во ноќното спиење. Иако тие прекини во дишењето не ги сметат сериозни заради кусото траење, тие сепак спиењето го прават неквалитетни. Апнеата се јавува кај луѓе кои имаат голема телесна тежина, како и кај постарата популација. За да ја елиминирате апнеата ослабнете, престанете да пушите и спијте во пољожба во која дишните патишта се слободни.

Анемија – Анемијата е една од водечките причини за да се чувствуваат постојано уморни. Ако во организмот има недостаток на железо, уморот е тутка. Најнапред направете анализа на крвта и ако е таа причина што се чувствуваат уморни јадете храна богата со железо како што се месо, риба, гравеш, кајсији, како или земете додаточни во вид на сируп, таблети или инекции (во потешките случаи и состојби).

Многу испиени кафиња – Кофеинот може да ја зголеми концентрацијата, но премногу кафеин го зголемува пулсот на срцето, крвниот притисок и вознемиреноста. Истражуваите утврдиле дека сето тоа придонесува да се чувствуваат уморни. Затоа не претерувајте со консумирање, кафе, чај, чоколадо, кола напитоци и друго.

Скриена уринарна инфекција – Ако имате уринарна инфекција треба да имате и некои симптоми. Но често овие симптоми имаат само еден симптом: умор. Затоа ако се чувствуваат уморни направете анализа на урината и ако има бактерии пијте доволно течност, земете антибиотици и ќе ги снема и

М.Д.

Опасни собни растенија

Растенијата во затворен простор го зголемуваат просторот, но многу малку е познато дека некој од нив можат да бидат многу опасни по здравјето на луѓето, особено по децата. Соковите на одредени растенија, кои се популарни кај нас, можат да предизвикаат слепило, губење на косата или се-риозни оштетувања на бубрезите.

Она што е алармантно е дека најзагрозени се децата, за кои и малите количини отров може да бидат многу катастрофални.

Експерти предупредуваат дека од три до десет отсто од труењата во практика се предизвикани од голтање на цветовите или плодовите на отровни растенија. Кај децата оваа бројка изнесува и до 50 проценти и се наоѓа веднаш зад труењата со лекови и хемикалии кои се користат во домовите.

1. Дифенбахија (Difenbachia) – украсна билка која е многу застапена во нашите домови, станови, канцеларији. Таа е омилена собна билка, но е многу опасна. Ако се излиже само едно парче од листот настапува јака бол

ЧАЊ - ЦРНА ГОРА

“ВОЗДУШНА БАЊА” ИДЕАЛНА ЗА ЛЕЧЕЊЕ НА ХРОНИЧНИ РЕСПИРАТОРНИ БОЛЕСТИ



СПЕЦИЈАЛНА ЦЕНА ЗА ПЕНЗИОНЕРИ - 7 НОЌЕВАЊА / 8 ДЕНА

ЦЕНА ВО МАЈ / 7 ПОЛНИ ПАНСИОНИ ЗА САМО.....124 ЕУР

ПРЕВОЗ СЕКОЈА НЕДЕЛА 40,00 ЕУР по лице / повратен билет

МОЖНОСТ ЗА ЕДНОДНЕВНА ЕКСКУРЗИЈА ДО ОСТРОШКИ МАНАСТИР



ОРФЕЈ ТУРИСТИЧКА АГЕНЦИЈА
Димитрије Чуповски бр. 22 Скопје
тел. 02/ 3118 602 / 075 409 409

**Можност за организирани групни патувања по Ваш избор
(манастири, бањи, еднодневни и викенд аранжмани)**

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 **Шпаркасе**.

**Точно на
1-ви!**

SPARKASSE BANK
Банка на вашето семејство.

* 14,18% СВТ за потрошувачки кредит на износ од 120.000 МКД, рок на отплата 3 години, фиксна каматна стапка од 7,0% п.а. за првата година и променлива каматна стапка од 8,75% п.а. за преостанатиот период, трошок за апликација 400,00 МКД, премија за животно осигурување за маж на 64 години од 8.950 МКД (во согласност со условите од осигурителната компанија) и без провизија за одобрување на кредитот. Врз висината на СВТ влијае рокот на отплата на кредитот, износот на кредитот, надоместоците за аплицирање и обработка на барањето за кредит, премијата за животно осигурување како и висината на номиналната каматна стапка.



СОЛЗИТЕ СЕ ЛЕКОВИТИ

• Плачеме кога сме тажни. Плачеме од радост, но плачеме и кога чувствуваат голяма болка. Но, сте знаеле ли дека плачењето е особено здраво и помага при воспоставувања на емоционална рамнотежа во разни ситуации? Според научните истражувања, честото плачење е една од важните причини заради која жените живеат подолго од мажите, кои пак, поради предрасуди ја избегнуваат оваа навика. Следниот пат кога ќе се обидете да се воздржите од плачење, имајте ги предвид следните факти кога ќе почувствуваате солзи во очите:

• Солзите ги убиваат бактериите. Благодарение на солзите, не ни се потребни никакви средства за дезинфекција на очите. Бактериите кои секојдневно доаѓаат во допир со очите успешно се отстрануваат со солзите, кои заради својата структура имаат антибактериско дејство. Во себе содржат лизозим, точност која во рок од 5 до 10 минути убива 95% од бактериите.

• Солзите ги отстрануваат токсините. Во најновите научни студии е откриено дека солзите предизвикани од негативни чувства содржат повеќе токсини отколку оните предизвикани од различни иритации. Солзите дејствуваат многу позитивно бидејќи ги отстрануваат насобраните токсини предизвикани од стрес.

• Солзите ги помагаат да гледаме. Најосновната функција на солзите е да ни овозможат да гледаме. Не само што ни ги навлажнуваат очите, туку и ја спречуваат дехидрацијата. Доколку не би плачејте, очите би не болеле, а видот бы бил многу послаб.

• Солзите ги ослободуваат чувствата. Дури и ако не сме доживеале ништо трауматично, ние секојдневно акумулираме мала доza на нездадоволство. Тоа предизвикува хемиски промени во мозокот и во срцето. Плачењето има прочистувачки ефекти бидејќи ги исфрла внатрешните негативни чувства од нас пред да предизвикаат поголеми проблеми.

• Солзите градат заедништво. Солзите не само што придонесуваат за подобра здравствена состојба, туку и ги зајакнуваат врските меѓу луѓето. Низ заедничко плачење луѓето сеближуваат и стануваат многу потолерантни един кон други.

• Солзите помагаат за побрзо воспоставување на комуникација, а со тоа и за создавање заедништво.

• Плачењето може да го поправи расположението. Плачењето кај луѓето е поврзано со намалување на концентрацијата на хемиски соединенија кои инаку се поврзуваат со нервоза, агресивност, емоционална вознемиреност и загриженост.

• Емоционалните солзи исфрлаат посебни протеини кои служат за пренос на токсичните молекули.

• Плачењето го намалува стресот. Сите досегашни истражувања и тестирања потврдуваат дека негативните ефекти од стресот се намалуваат кај луѓето кои плачат. Докажано е и спротивното, воздржувањето од плачење го зголемува нивото на стрес и ја поттикнува појавата на разни здравствени проблеми, како срцеви заболувања и чир на желудникот.

Хумор

Отишол некој на доктор и му се покалил:

– Докторе, имам клаустрофобија, се плашам од затворен простор.

– А кога прв пат забележавте дека ја имате болеста?

– Синоќа. Тргнав накај кафана и се уплашив дека е затворена.

* * *

– Ало, Радио Куманово?

– Да, повелете, во програма сте.

– Слушав ли ме сви с'г?

– Да, да...

– И у продавницу куде што купујемо млеко?

– Да, ако слушав Радио Куманово!

– Перо, сине, не купуј млеко и сирење, баба ти купила!

* * *

– Ја познавате ли мојата свекрва?

– Да, задоволство ми беше да ја запознаам. Многу фина госпоѓа.

– Ох, тогаш тоа не е мојата свекрва.

* * *

Епитаф на надгробна плоча:

„Овде лежи мојата сопруга... А јас дома почивам во мир...“

* * *

Се сретнале двајца пријатели после долго време.

– Кај си бе човек, те нема, што правиш?

– Еве, одам да платам сметка за струја.

– А инаку?

– Инаку ќе ми ја исклучат.

* * *

Трпе видно нервозен влегува во кафана со пушка и вика:

– Кој имал нешто со жена ми, нека се јави!“

сз пм	1	2	3	4	5	6	сз пм	7	8	9	сз пм	10	11	12	13	14	15
16							17				18						
19					20							21					
22				23				24				25					
сз пм	26					27			28			29					
30		31					32		33			34					
35			36				37				38						
39				40							41						
42						43					44						

Хоризонтално: 16. Место кај Белград; 17. Жител на Аонија; 18. Најголемата река во Република Македонија; 19. Вулански остров во Тихиот Океан; 20. Остојување во воздух, „ни на небо ни на земја“; 21. Името на словенечкиот писател Селишкар (1900 – 1969); 22. Планински врв во Казахстан (1064м); 23. Авар; 24. Место во Словенија, близу Птуј; 25. Кратенка за „кonto“; 26. Група животни (мн.); 27. Хемиски знак за иридум; 28. Град во Црна Гора; 29. Хемиски знак за азот; 30. Првата буква; 31. Престолнина на Грција; 32. Територијална одбрана (крат.); 33. Вишна обвиткана со чоколадо; 35. Јапонска пара; 36. Ораница; 37. Прашално зборче; 38. Тешка болест, канцер; 39. Место на полуостровот Пелешац; 40. Вид овошје (дем.); 41. Првиот митски летач, син на Дедал; 42. Престолнина на Турција; 43. Спогодбен сврзник; 44. Вид револвер.

Вертикално: 1. Неубав; 2. Хрватски писател, Иван (1921–1987); 3. Првото еколошко друштво во Македонија (основано во 1988 година); 4. Хемиски знак за калциум; 5. Ознака за кралот во шахот; 6. Држава на Балканот; 7. Место во Судан на реката Нил; 8. Одење, движење; 9. Безгласен; 10. Големиот христијански празник; 11. Ознака за ангстрем; 12. Издаденост на копното во море; 13. Лекарка; 14. Стар Словен; 15. Кварт;

17. Втората и првата самогласка; 18. Не (рус.); 20. Врховен бог во германската митологија; 21. Река во Франција; 23. Коњ; 24. Радио телевизија (крат.); 25. Првата и третата самогласка; 26. Српско машко име; 27. Името на американската артистка Гарднер (1922 – 1990); 28. Осум (грч.); 29. Густа течност која што се добива со преработка на сусамовото семе; 31. И така натаму (крат.); 32. Турска титула; 33. Иницијали на рускиот писател Антон Чехов (1860 – 1904); 34. Подземно животно; 36. Хемиски знак за натриум; 37. Единица за електричен отпор; 38. Самогласка и согласка; 40. Ознака за „радиус“; 41. Автознак за Австрија.

Лик и состав: Георги Хаци-Васков

Племене: Xопнотарни: Lpohka, soh, Bap4ap, Pana, ne6Aehe, Tohe, floc, o6ap, Mere, kro, cta4a, Np, Tnabt; H, a,

А од страна некој му дофрлил:

– Не се сили, немаш доволно куршуми.

* * *

Бабата го буди дедото околу полноќ:

– Нешто тропа. Изгледа влегол крадец?

– Не се секирај, спи си! Ќе си оди кога ќе види дека пари немаме, злато немаме, а и фрижидерот нема којзнае што.

* * *

– Знаеш ли Трпе како се вика човек кој молчи и не се расправа кога не е во право?

– Не знам

– Мудрец, Трпе, мудрец!

– А знаеш ли како се вика човек кој молчи иако знае дека е во право?

– Е, тоа знам: оженет човек!

* * *

Отишол Муjo на театар, па кога се вратил Фата го прашува како поминал:

– Море остав жено, досадно беше што да ти кажувам.

Само на крајот беше интересно, кога делеша капути. Јас три си земав.

* * *

Трпе ограбил банка. Полицијата го фатила и го однела на суд.

Судијата:

– Ако ги вратиш парите, ќе ти ја намалам казната.

Трпе:

– Да сакав да враќам пари, ќе си земев кредит!

Петелот и скапоцениот камен

Петелот, чепкајќи, најде скапоцен камен. Сака да го изеде, но не може, не е за јадење. Тогаш почна да зборува: „Штета, толку убава работа, а ишто не чини! Повеќе би сакал да најдам едно зрно јачмен, од колку илјада вакви блескави камења. Сега гледам дека луѓето се без памет што толку се грижат за една работа што ниту може да се изеде, ниту да се испи.“



Достоинствено одбележан Денот на жената

Како и секоја година, така и оваа, речиси во сите здруженија – членки на СЗПМ беше одбележан 8-ми март, Меѓународниот ден на жената. По тој повод беа организирани предавања за улогата на жената кај нас и во светот, хуманитарни акции, предавања за здрава исхрана, за болести кои главно ја напаѓаат женската популација и друго. Беа организирани дружења со песна и оро на кои учествуваат голем број пензионерки, како и екскурзии во земјата и во соседството. Во одбележувањето на овој празник беа вклучени и други организации, Црвениот крст 360,248 т и локалната самоуправа. Организатори на овие активности беа активите на пензионерки во рамките на нивните програми за работа во 2018 година. Одбележувањето на празникот секаде беше достоинствено со желби жената од сите генерации да биде вклучена во сите порти на животот како еден од најбитните столбови во семејството и општеството во целина.

Меѓународниот ден на жената во **Дневниот центар за стари лица** во Домот „**Даре Џамбаз**“ во Скопје се одбележа со трибина на тема: „Како да се сакаме себеси и која е нашата улога како жена



ЗП Струга



ЗП Штип



ЗП Радовиш Конче



ЗП Крива Паланка



ЗП Охрид и Дебрца



ЗП Демир Капија

во семејството и општеството?“. Предавач и медијатор беше афирмирована активистка во пензионерската организација, **Севастија Цветковска Сотировска**, која е пример за жена што секогаш инспирира со својата хуманост и проактивност во сите активности на Црвениот крст. Поради големиот интерес за темата, такви трибини ќе се организираат и во наредниот период во дневните центри за стари лица на Црвениот крст на град Скопје, во Центар, Чайк и Сарај.

Во **Штип**, во хотелот „Оаза“ се одржа забава и дружење на околу 350 пензионери од шест ЗП од Македонија: Прилеп, Радовиш, Берово, Лозово, Каменица и домаќинот Штип.

Присутните ги поздрави и на дамите им го честиташе празникот претседателот на ЗП Штип **Александар Захариев**. Пензионерите членови на СБ Штип, на 8-ми март положија свежо цвеќе на спомениците на жените хероини, Вита Попјорданова Цена и Вера Цривири Трена, каде поетесата **Цвета Спасикова** говореше за значењето на Денот на жената, а децата од градинката која го носи името на хероината, рецитираа и пејеат песнички за мајката.

На свеченот прием на пензионерките активистки и децата со посебни потреби од Здружението „Порака“, присуствуваше и градоначалникот на Штип **Благој Бочварски**.

На пригоден и свечен начин во **Битола**, во организација на Здружението и Активот на пензионери достоинствено беше одбележан 8. март, Денот на жената. Во поздравното обраќање потпретседателката на ЗПБ **Цветанка Ангелковска** покрај другото истакна дека пензионерките мора да дадат пример како и зошто се празнува овој ден посветен на жената. Присутните ги поздрави и претседателката на Активот на пензионери **Марика Илиевска**. На средбата беа доделени скромни подароци и каранфили на славеничките при што во преубава атмосфера со песна и музика сите заедно се дружеа.

Во организација на **ЗП Гази Баба** и Активот на пензионерки во убав амбиент во ресторант „Далија“, со културно – уметничка програма, се дружија околу 260 пензионери на кои на почетокот со честитки за празникот им се обрати **Стойна Тодоровска**, потпретседател на Активот на пензионери. Во добро расположение, пријдружени со музика во живо, присутните на средбата поминаа уште еден незаборавен ден.

Активот на пензионерки при **ЗП Охрид и Дебрца** традиционално и годинава го одбележа Осми март – Меѓународниот ден на жената. Празнувањето се одржа во хотелот „Нова Ривиера“ во добро расположение исполнето со музика и песна. И овој пат, како и во изминатите години, празникот на 200 присути пензионери со пригодни зборови и каранфили им го честиташе градоначалникот на Охрид професорот **д-р Јован Стојаноски**. Од името на Здружението, славеничките ги поздрави претседателката на Активот на пензионерки **Ружка Балеска**.

Пензионерките од **ЗП Центар**, во Меѓународниот ден на жените 8-ми март видоа можност за уште една весела дружба. Имено, деведесет жени, по десет од секој огранок на Здружението, на осми март, одржаа свечена средба во познатиот скопски ресторант „Национал“. За сите, без исклучок, ова беше средба за паметнење. Богата празнична трпеза, убава музика, песни и ора, сето тоа направи пензионерките и оваа година да го одбележат празникот на жената на посебен начин. Трошоците за оваа традиционална средба беа на товар на ЗП Центар.

Во **ЗП Прилеп**, на самиот ден на одбележувањето, на почетокот на средбата во ресторант „Каза гранде“ на околу 300 пензионери пригодно им се обрати претседателката на Активот на пензионери, **Снежана Димеска**, а потоа со желиб за убав, долготраен и среќен живот со многу радост, им посака и претседателот **Кирил Ѓорѓиоски**. Присутните ги поздрави и честитки за празникот им упати градоначалникот на Прилеп, **д-р Илија Јованоски** истакнувајќи ја ангажираноста на локалната самоуправа за подобар и поинтересен пензионерски живот на сите жени во општината.

Во **ЗП Радовиш Конче** средбата на над 500 славенички, ја отвори претседателот на Здружението **Јордан Костадинов** и честитал им го празникот на сите им подари свежо цвеќе. За значењето на празникот говореше претседателката на Активот на пензионери **Павлина Чабукова**. Прославата беше увеличена и со присуство на градоначалникот на општината Радовиш **Герасим Конзулов** кој во своето пригодно обраќање им упати честитки на пензионерките и изрази подготвеност во рамките на можностите на општината да ги поддржува активностите на Здружението.

Во **ЗП Струга**, на 8-ми март организираше средба на припадничките на понежниот пол во хотелот „Амбасадор“ во Охрид, кои со оро и песна, традиционално го одбележаа својот празник. Во пријатна атмосфера по повод празникот се побратија претседателот на Здружението **Милорад Трпоски**, кој на сите присути пензионери со каранфили им го честиташе празникот, при што додаде дека жените залужуваат секој ден во годината да им биде ваков со посебен респект и почит.

Во **Крива Паланка** осмомартовското дружење го отвори претседателката на Активот на пензионери **Анка Стојановска** при што говореше за правата на жената во семејството како и во општеството, а со пригодни зборови се обрати и претседателот на ЗП **Славко Стојановски**. Празникот на пензионерките им го честиташе и градоначалникот **Борјанчо Мицевски** кој во знак на внимание на секоја пензионерка и подари каранфил.

Меѓународниот ден на жената во **Пробиштип** беше одбележан на убав и незаборавен начин во режија на КУД „Весели пензионери“ со извorna музика и вкусни традиционални јадења подгответи од членките на друштвото. Со убави желби и честитки до сите пензионери на присуствите им се обрати и претседателот на Здружението **Грица Манасијев** кој на жените во знак на внимание им врачи по еден каранфил.

Пензионерките при **ЗП Кичево** за Денот на жената

најпрво организирало ја посетија спомен бистата на борецот жена Олга Софеска – Мицеска во дворот на детската градинка што го носи нејзиното име при што положија свежо цвеќе. На децата од градинката им доделија скромни подароци, а тие ги поздравија со песнички за мајката. Потоа прославата продолжи во ресторантот „Кичево“ каде драгарува над 50 пензионерки заедно со повеќе жени од разни установи од градот, како и пензионерки од други градови од Македонија.

Одбележување на Денот на жената и заедничко дружење на пензионерките од здруженијата на **ОВР на РМ и Воените пензионери** беше организирано на 9-ти март во Домот на АРМ во Скопје, каде со честитки за празникот пригодно се обратија претседателите на овие здруженија **Спирко Николовски** и **Горѓи Зарински**.

ЗП Гевгелија и **ЗП Богданци** и оваа година не отстапија од традицијата Денот на жената да го одбележат во пријатни мигови и заедничко дружење со песни, музика и игри, што ќе им остане долго во сеќавање.

Вакви средби, дружења и пригодни одбележувања на Меѓународниот ден на жената имаше и во многу други здруженија членки на СЗПМ, меѓу кои ги спомнуваме: ЗП Куманово, ЗП Свети Николе, ЗП Тафталице, ЗП Кисеала Вода, ЗП Кавадарци, ЗП Крушево, ЗП Демир Капија и други.

Од дописниците на СЗПМ



ЗП Богданци и ЗП Гевгелија



Дневен центар „Даре Џамбаз“



ЗП Кичево



ЗП Центар



ЗП Гази Баба



ЗП Битола



ЗП Прилеп