СЗПМ БЕСПЛАТЕН ВЕСНИК ЗА СЕГАШНИ И ЗА ИДНИ ПЕНЗИОНЕРИ

ПЕНЗИОНЕР плус

29 март 2019 година број 128

Година XII Излегува еднаш месечно
www.szpm.org.mk e-mail: vesnik@szpm.org.mk СЗПМ тел. 02 3223 710

ISSN 1857-7660

NLB Banka

Деветта седница на Собранието на СЗПМ

Постигнати резултати за почит

„ЗЛАТНА ПЛАКЕТА“ на претседателот Драги Аргировски за неговиот придонес во развојот на пензионерското организирање

Собранието на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија на 19 март 2019 година одржа седница со отчетен, но и свечен карактер затоа што му беше доделена „ЗЛАТНА ПЛАКЕТА“ на претседателот на СЗПМ Драги Аргировски за придонес во развојот на пензионерското организирање.

Пред да го врачи ова престижно и највисоко пензионерско признание претседателот на Собранието на СЗПМ Бесник Поцеста рече:

– Почитувани присутни, Извршниот одбор на СЗПМ на својата 22 седница одржана на 5 март 2019 година донесе одлука на претседателот на СЗПМ Драги Аргировски да му се додели признание „ЗЛАТНА ПЛАКЕТА“ за целокупниот негов придонес во развојот на пензионерското организирање во Македонија и активностите на Сојузот.

Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија, во изминатата деценија врвејќи по патот на успехот ги постигна своите најдобри резултати во 72–годишната историја. За тоа посебен придонес има претседателот на СЗПМ Драги Аргировски кој од 2003 година се вклучи во активностите на СЗПМ како уредник на билтените за спорт и ревии, а во 2005 година беше иницијатор и прв уредник на прилогот „Пензионерски видици“ во весникот „Нова Македонија“. Пред 10 години како секретар на ИО на СЗПМ Аргировски го иницираше и го осмисли и бесплатниот весник „Пензионер плус“, во кој денес има една страница на албански јазик. Во двата мандата како претседател на СЗПМ целосно се ангажираше за значаен подем на Сојузот и здруженијата на културен и спортски план. Воведени се Републички ревии на песна, музика и игри при што е постигнат завиден квалитет поради што Министерството за култура ги прогласи за манифестации од национален културен интерес. Ревиите дадоа и своевиден нов придонес во домашното и меѓународното афирмирање на културното богатство и творештво на пензионерите во нашата земја и пошироко, со учество на престижниот Меѓународен фестивал за трета животна доба во Љубљана – Република Словенија. Во овој период со негов ангажман посебно обележје добија пикник–средбите на пензионерите, благодарение на финансиската помош на СЗПМ. На масовните дружења на кои Аргировски присуствуваше го поттикнуваше соживотот. Аргировски беше успешен творец, осмислувач и организатор на свеченото одбележување на 65 и 70–годишнината на пензионерското организирање во нашата земја, а по негова иницијатива и коавторство се издаде и се промовираше Монографијата на Сојузот „Пензионерски постигања за почит“ на македонски и на албански јазик. Во овој период СЗПМ предводен од Аргировски воспостави меѓународна соработка со сојузите на пензионерите од Словенија, Србија, Хрватска, Албанија, Бугарија и Косово. Со негово посебно ангажирање како член на Управниот одбор на Фондот на ПИОМ пред три години СЗПМ доби нови современи простории без надомест, со што значително се намалени трошоците на работењето. Во изминатите години под негово успешно раководење, со домаќинско и економично работење годишните сметки на СЗПМ секогаш се позитивни, а од година на година и остатокот од доход е сè поголем. Зголемениот прилив на средства е и благодарение на донации, спонзорства и реклами добиени главно со негови заложби. „ЗЛАТНАТА ПЛАКЕТА“ е благодарност и почит за сето она што Аргировски го направи за СЗПМ и целокупното членство.

Чест ми е и задоволство на почитуваниот претседател Аргировски да му го врачам признанието и воедно да му го честитам 80–тиот роденден и 60 години активно новинарство.

Заблагодарувајќи се претседателот на СЗПМ **Драги Аргировски** видно возбуден истакна:

– Ова највисоко признание кое ми го доделува Сојузот претставува за мене потврда дека сè што сум правел за Сојузот и за сите пензионери во Македонија добило своја верификација. Низ годините моите залагања имаа само една цел: подобар, посодржаен и поорганизиран живот на луѓето од третата животна доба кај нас и пошироко. Се разбира дека моите постигања се и ваши, заеднички се. Горд сум што вградувајќи се себе во работата и активностите на Сојузот сум изградил солидна платформа и материјална подлога за полесно работење на новите раководства и на новите генерации пензионери. Ќе има нови проекти особено со напредокот на нашата земја кон Европа. Се надевам дека проектите Балканска фолклорна ревија и Балканска спортска олимпијата ќе се реализираат. Патот по кој чекоревме сите заедно треба да биде продолжен со достоинство кое го заслужува неговото височество пензионерот. Заедништвото, соживотот и нашата меѓусебна почит треба да бидат патокази за сите без разлика на верска, национална или партиско определување. Ви благодарам на почитта и соработката на сите, драги соработници и пријатели.

Посебна благодарност и до мојот прв и добар соработник Бесник Поцеста, претседателот на Собранието на СЗПМ. Долги години соработувавме и како резултат на тоа станавме и пријатели, а пријателството е нешто што се чува, што ни ја полни душата со позитивна енергија и тешко се создава, а лесно се губи.

Бесник Поцеста е еден од оние луѓе кој е верен и лојален и како соработник, но и како пријател, а таквите луѓе се ретки. Посебно ми е драго што ова високо признание во ваше име ми го врачува токму тој, човекот кој 25 години дава придонес за подобар живот на сите пензионери.

Потоа обраќање имаше претседателот на Собранието на СЗПМ **Бесник Поцеста** и притоа се заблагодари на присутните за одличната четиригодишна соработка:

– Во изминатите години во кои јас бев прв Албанец претседател на Собранието на СЗПМ, можам со задоволство да истакнам дека соработката со вас беше на завидно ниво. Сите програмски цели и задачи беа успешно извршени. Посебно сакам да го истакнам нашиот соживот и меѓународната соработка. Како мои проекти сакам да ги потенцирам страницата на албански јазик во „Пензионер плус“ и написите за пензионери во весникот „КОХА“, како и соработката со пензионерите во Албанија и Косово, на што сум посебно горд. Работевме сите заедно и затоа имаме резултати за почит. Се надевам така ќе биде и понатаму и тоа најискрено и од срце го посакувам.

Во вториот, работниот дел од седницата, по усвојување на Записникот од 8 седница на Собранието на СЗПМ одржана на 18.12.2018 година, Предлог– извештајот на Сојузот за 2018 година го образложи **Салтир Каровски,** потпретседател на ИО на СЗПМ. Тој во своето излагање потенцираше:

– Сите активности поместени во Програмата за работа на телата и органите на СЗПМ за 2018 година успешно се реализирани благодарение на залагањето на раководствата на сите нивоа, но и на секој поединец пензионер. Можеме да бидеме задоволни и од матријалните финансиски постигања бидејќи, оваа како и сите претходни години ја завршуваме со позитивни резултати. Извештајот е разгледан и одобрен од Извршниот и Надзорниот одбор и истиот ви е доставен. Постигањата се добри и во таа насока треба Сојузот да продолжи во интерес на сите пензионери, се разбира со воведување и на нови содржини.

За Предлог–годишниот извештај за остварените приходи и извршените расходи, со Предлог–одлука за усвојување на Годишната сметка, за деловната 2018 година со Извештај на Надзорниот одбор на СЗПМ воведно излагање имаше **Митре Стојановски** претседател на Надзорниот одбор на СЗПМ:

– Според приложениот Финансиски извештајот кој го разгледа Надзорниот одбор, анализата на систематски прикажаните приходи и расходи покажува дека СЗПМ работел според законите и усвоената Програма и Финансискиот план за 2018 година. Од Финансискиот извештај за работата на СЗПМ во 2018 година, видливи се многу позитивни показатели за домаќинско работење. Финансискиот извештај е насока и за натамошно организирање на традиционалните активности, но и на воведување нови, – потенцираше Стојановски.

По дискусиите кои следеа по овие важни документи истите беа усвоени заедно со дадените забелешки. На седницата беше усвоена и Предлог–одлуката за завршна сметка на Сојузот за 2018 година, со заклучок истата да биде објавена во весникот „Пензионер плус“ и на веб–страницата на СЗПМ. На седницата дискутираа: **Станка Трајкова, Ристо Анѓушев, Данче Даскаловскаа, Марија Моневска, Ристо Франгов и Крум Стаменков.**

Оваа седница беше последна со овој состав на членови. Новото Собрание на СЗПМ ќе биде избрано на 29 март 2019 година, кога ќе му биде доделена сребрена плакета на претседателот на Собрание на СЗПМ Бесник Поцеста за неговиот придонес во пензионерското организирање во Македонија.

Калина С. Андонова

ВО ОВОЈ БРОЈ...

ОД ИЗВЕШТАЈОТ ЗА РАБОТАТА НА СЗПМ ВО 2018 ГОДИНА стр. 2

МЕЃУНАРОДНА СОРАБОТКА стр. 3

СЕДНИЦИ стр. 4, 5 и 6

МИНИСТЕРКАТА ЦАРОВСКА НА ПРВИОТ СОВЕТ ЗА СТАРЕЕЊЕ ВО АНКАРА стр. 8

ХРОНИКА стр. 9

ПАНОРАМА стр. 10

СПОРТ стр. 11

ИЗБОР НА АЛБАНСКИ стр. 12

ЗДРАВСТВО стр. 13

КУЛТУРА стр. 14

ЗАБАВА стр. 15

ОСМОМАРТОВСКИ ПРАЗНУВАЊА стр. 16

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

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

Од извештајот за работата на СЗПМ во 2018 година

I РАБОТА НА ОРГАНИТЕ И ТЕЛАТА НА СЗПМ ВО 2018 ГОДИНА

Седниците на органите и телата на СЗПМ во 2018 година беа планирани врз основа на Програмата за работа на Сојузот, актуелните потреби и прашањата кои ги покренуваат здруженијата и членовите на соодветните органи и тела.

Собрание и Извршен одбор

Собранието на СЗПМ во 2018 година одржа 2 седници, седмата и осмата.

Извршниот одбор (ИО) на СЗПМ во 2018 година одржа севкупно шест седници.

Прешањата разгледувани седниците на Собранието и Извршниот беа претходно разгледувани и подготвувани од соодветните органи и телана комисиите и другите работни тела се одржуваа според нивната Програма, по потреба или на барање на претседателите на тие тела. Активноста на комисиите и нивната посветена работа беше поддржана со планирани финансиски средства.

Надзорен одбор

Надзорниот одбор (НО) на Собранието на СЗПМ покрај разгледувањето на основните финансиски документи, расправаше за реализација на Финансискиот план и Годишната сметка за 2018 година, од аспект на законитоста во финасиското работење и наменското користење на средствата, за методологијата во финансиките постапки, прашања поврзани со донациите кои ги плаќаат здруженијата и СЗПМ, а кои по својата функција не треба двојно да се оданочуваат. Надзорниот одбор учествува и во осмислување на едукативната функција на СЗПМ за дообразување на финансиско–книговодствените работници со Програма за организирање на наменска работилница за подготовка на Годишна сметка за 2018 година.

Правно-економски форум (ПЕФ)

Правно–економскиот форум како работно тело на Извршниот одбор во својата работа е посветен на прашања од правно–економска природа кои се од големо значење на пензионерската организација. Важно е да се истакне редовното третирање на прашањата за редовната исплата на пензиите и можноста истите да обезбедат што е можно подобар стандард на пензионерите, особено грижата за стабилната ликвидност на пензискиот фонд, и по можност садржајна и квалитетна реформа на ФПИОМ. Во 2018 година ПЕФ одржа три седници на кои во фокусот беа активности и целосна посветеност на иницијалниот и конечниот текст на Законот за пензионерско организирање. За демократска постапка на носење на ваков посебен Закон за пензионерското организирање беше спроведена јавна расправа по сите здруженија на пензионери, што резултираше со изготвување на квалитетен текст на Законот. По квалитетната анализа на 27.10.2018 година беше подготвен Предлог на Законот за пензионерско организирање усвоен од Извршниот одбор на СЗПМ и доставен до МТСП за натамошна процедура.

Комисија за меѓугенерациска соработка и соживот

Во 2018 година Комисијата за меѓугенерациска соработка и соживот на СЗПМ на полето на кое програмски дејствува беше целосно посветена на активности со кои нагласено ги поттикнуваше и негуваше мултиетничките содржини, со потенцирање на дружењето и соработката помеѓу пензионерите, особено од срединитe со структура на населението од различна националност, вера и религија. Резултат на таквата меѓуетничка соработка беше одржување на повеќе мултиетнички средби со традиционална содржина во Тетово, Гостивар и Куманово – Липково. ЗП Тетово мултиетничката средба ја организираше со учество на повеќе здруженија на пензионери од Републиката. Средбитеa поминуваа во пријатна атмосфера со мултиетничко дружење и соработка помеѓу пензионерите од Македонија. Во огранокот на ЗП Куманово во село Липково и оваа година се организираше средба со мултиетничка содржина. Тематски расправи и дебати за мултиетничкиот соживот се расправаше на разни собири во ЗП Сарај, ЗП Кичево, ЗП Струга, како и на традиционалните средби во Оравовица – Радовиш, Пелинце – Куманово, Лесновски Манастир – Пробиштип, Еленец – Македонска Каменица, Манастир Пантелејмон – Кочани, ЗП Дојран и други.

Комисија за културно-забавен живот

Комисијата за КЗЖ во текот на 2018 година се фокусираше на подготовките за одржување на Регионалните и Републичката ревија на песни, музика и игри на СЗПМ. Во согласност со Статутот на СЗПМ како и Правилникот за песни, музика и игри се обезбедија услови за подобрување на квалитетот на ревиите преку одржаниот советодавен состанок на кој се донесени заклучоци и насоки со нагласена потреба на Регионалните ревии. Секој регион да се претстави со хорски напеви, изворен фолклор, староградски игри, кореографии и традиционални елементи како обележја на регионот, посебно кога се подготвува и прикажува сценското презентирање. Грижата за сценографското уредување на сцената да се настојува истото да биде скромно и автентично согласно со можностите на здружението. СЗПМ по објавениот Конкурс на Министерството за култура, аплицираше со Проектот за поддршка на Ревиите на песни, музика и игри, истиот беше прифатен и финансиски подржан со 100.000,00 денари а ревиите беа прогласени за манифестации од посебен државен интерес во областа на културата. Министерството за култура обезбеди бесплатно користење на домовите за култура во градовите каде што се одржуваа ревии (Македонска Каменица, Македонски Брод, Радовиш и Гевгелија) а преку Министерството за одбрана се обезбеди бесплатно користење на салата во Домот на АРМ во Скопје за две регионални ревии и Републичката ревија на песни, музика и игри. Во регионалните ревии од 53 здруженија на пензионери учествуваа вкупно 49 здруженија од Републиката со 1 200 непосредни учесници и околу 5 000 други учесници и гости пензионери.

На Републичката ревија одржана на 6.6.2018 година во Домот на АРМ во Скопје настапија 600 учесници и 800 други гости.

На Меѓународниот фестивал за „Трета животна доба“ што се одржа во Љубљана – Словенија учествуваа со свои учесници ЗП „Солидарност – Аеродром“ Скопје и ЗП „Охрид и Дебрца“.

Комисија за здравство и социјална политика

Комисијата за здравство и социјална политика во текот на 2018 година во континуитет се грижеше за реализирање на планираните мерки и активности со цел да се оствари поквалитетен и подостоен живот на корисниците на пензија. Предлозите за унапредување на здравствената заштита од Комисијата за здравство и социјална политика беа насочувани до Советот за социјална сигурност на стари лица и тоа за:

- Обезбедување на лекови за цел месец и проширување на позитивната листа за лекови
- Изградба на геронтолошки одделенија во рамките на општите болници
- Зголемен надзор на работата на приватните старски домови
- Барање за покачување на границата на пензијата до која нема да се плаќа партиципација за болничко лекување.

Во текот на 2018 година како резултат на залагањето на СЗПбеа реализирани дел од наведените барања, а особено значајна е изградбата на геронтолошките одделенија (Македон. Каменица, Пробиштип и Берово). Значаен успех на СЗПМ е померувањето на границата за ослободување од партиципација за болничко лекување за пензии до 14 500 денари.

Комисија за меѓународна соработка

Комисијата за меѓународна соработка остварувајќи ги програмските задачи се фокусираше на остварување на потреба комуникација со сојузите на пензионери од Словенија, Србија, Бугарија, Црна Гора, Албанија и Косово. Во текот на минатата година СЗПМ и здруженијата на пензионерите во Републиката воспоставија соработка и размениja протоколарни писма со сојузите на пензионери во Бугарија, Србија, Албанија и Црна Гора. Интензивирана е соработката со пензионерите од Косово. Заслужува посебно да се истакне ангажирањето и постојаната комуникација на претседателот на Собранието на СЗПМ Бесник Поцеста со колегите од Сојузот на пензионери од Приштина. Имајќи ги предвид досега воспоставените соработки со пензионерите од државите во опкружувањето се наметнува потребата за воспоставување соработка со пензионерите на нашиот јужен сосед Грција. На крајот заслужува да се истакне и активноста на СЗП на град Скопје на воспоставување меѓусебна соработка со организациите на пензионерите во главните градови на државите од нашето непосредно соседство.

Комисија за информирање и издавачка дејност

Во 2018 година Комисијата за информирање и издавачка дејност беше ангажирана на афирмација на резултатите и постигнувањата на СЗПМ и здруженијата на пензионерите. На соодветен начин беа одбележани сите поголеми и позначајни активности на Сојузот и 53–те здруженија на пензионери во Републиката. Соодветно беа покриени 8 регионални ревии на песни, музика и игри, како и исто толку регионални спортски натпревари, како и „Републичката ревија“ и „Републичките спортски натпревари“. Се информираше и преку сопствените весници за пикниците, хуманите активности, екскурзии и друго, организирани од здруженијата на пензионерите. Во јуни 2018 година весникот „Пензионер плус“ одбележа 10 години јубилеј од излегувањето на првиот број на весникот, за што се одржа свечена седница на ИО и на сите дописници пензионери од Републиката. Информирањето на пензионерите и јавноста во земјата, но и надвор од границите на државата, беше и преку WEB–страницата на СЗПМ. На WEB–страницата редовно се објавуваше во секој број на весникот „Пензионер плус“, Билтенот за спортските натпревари и Билтенот за ревии на песна, музика и игри на регионално и републичко ниво, како и повеќе написи во рубриката „Инфо“. На WEB–страницата редовно се ажурираа во електронска форма и додатокот во Нова Македонија „Пензионерски видици“ и страницата за пензионери на албански јазик, која излегува во „КОХА“. Соработката со неделната телевизиска емисија на МТВ „Трето доба“ и со утринската програма во текот на оваа година не се оствари. Во текот на оваа година иако беше планирана не се одржа работилницата со дописниците. Резултат на постигнувањата во информирањето и издавачката дејност, претставува зголемениот рејтинг на СЗПМ како граѓанска асоцијација во 2018 година.

Комисија за спорт и рекреација

Дваесет и третите регионални спортски натпревари се одржаа во периодот од 15. мај до 16. јуни 2018 година. Успешни домаќини на регионалните спортски натпревари беа здруженијата на пензионери: ЗП Центар, ЗП Тафталиџе, ЗП Битола, ЗП Вевчани, ЗП Демир Капија, ЗП Кратово, ЗП Струмица и ЗП Кочани. На овие натпревари во сите 8 региони непосредно учествуваа 51 здружение на пензионери (освен ЗП Дебар и Центар Жупа и ЗП Шуто Оризари) членки на СЗПМ со рекорден број натпреварувачи вкупно 1 969 од кои машки 1 220 и женски 749. Овој број натпреварувачи беше сличен на претходната година. Спортската пензионерска олимпијада се одржа на 2.9.2018 година во Радовиш во добро уредените спортски терени на локација ресторанот „Шампион“. На натпреварите учествуваа 43 здруженија на пензионери со вкупно 503 натпреварувачи, од кои 264 во машка и 239 во женска конкуренција. Натпреварите поминаа во мошне добра организација и со забележителни резултати, во сите 11 спортски дисциплини. Поединечно и екипно најдобар успех постигнаа учесниците натпреварувачи од ЗП Тетово кои беа севкупни победници и добитници на преодниот пехар. Оваа убава спортска манифестација на пензионерите од Македонија беше збогатена со личното присуство на г. Зоран Заев, претседател на Владата на Република Македонија и г–ѓа Мила Царовска, министерка за труд и социјална политика. Исто така, за одбележување беше и присуството на градоначалниците на општините домаќини Радовиш и Конче, како и претставниците раководни личности од ФПИОМ.

II ОДБОР НА РЕГИСТРИРАНАТА ОРГАНИЗАЦИЈА (ОРО) ЗА СОЛИДАРЕН ФОНД И ЧЛЕНАРИНА

Одбор на регистрираната организација (ОРО) иако не е конститутивен дел од СЗПМ, истиот претставува законска договорна форма на организација за решавање на две многу значајни прашања за живот на пензионерите, солидарниот фонд од кој се обезбедуваат финансиските средства за посмртнина и пензионерската членарина со која се обезбедуваат средства за финансирање на дејностите на здруженијата и Сојузот. Одбор на Регистрираната организација (ОРО) во текот на 2018 година одржа 3 седници и тоа во: Тетово, Свети Николе и Прилеп. Главна тема по која се водеше расправата на овие седници беше реализацијата на Проектот за ажурирање на евиденцијата на членството, особено во трите сојузи на инвалидските пензионери. Предмет на расправата беа и проблемите на миграција на членството, распоредот и исплатата на членарината кон сојузите и здруженијата на пензионерите, како и прашањето на обезбедување редовно и во континуитет исплата на посмртна помош на пензионерите. Во текот на 2018 година се организираа три средби за соочување и споредување на евиденцијата на здруженијата на инвалидските пензионери од СИПМ, ЗИТ и КИТ. ОРО во својата активност редовно најмалку двапати во годината за проблемите за редовна исплата на посмртнина дебатира по информации на ФПИОМ. Дебатата се води и заклучоци се носат на Управниот одбор на Фондот на ПИОМ. И оваа година Фондот и неговиот Управен одбор каде што членува и делегиран претставник од СЗПМ расправаше по информацијата за доставените и исплатените средства од Солидарниот фонд за починатите корисници на пензија и информацијата за членарина за членување во здруженијата на пензионерите. Истите овие информации се составен дел на Извештајот за работа на СЗПМ и органите и телата во 2018 година.

III КОНСТАТАЦИИ И ПРЕПОРАКИ

1. Програмата за работа на СЗПМ за 2018 година е успешно реализирана остварувајќи ги основните цели и задачи утврдени со Статутот на СЗПМ
2. Главен акцент е даден на: здравствената заштита, правата од ПИО, културните, спортските, хуманитарните активности, како и на волонтерството, инклузивните активности и натамошно воведување на социјалната карта во здруженијата;
3. Остварена е проширена општествена афирмација на здруженијата на пензионерите и СЗПМ преку омасовување на учеството на пензионерите во вкупната активност на ЛС и државните органи невладини организации;
4. Остварено е поквалитетно и објективно информирање на членството и јавноста;
5. Подобрена е меѓусебната комуникација на здруженијата на пензионери и СЗПМ преку доставување на Програми, Извештаи и друг вид на материјали.како членки на сојузот, со цел зголемување на трендот на омасовување на активностите на пензионерските активности во пензионерската организација.

IV ЗАКЛУЧОЦИ

1. Собранието го прифаќа Извештајот за работа на СЗПМ во 2018 година и дава позитивно мислење за работата на органите и телата на СЗПМ;
2. Собранието препорачува, новиот Извршен одбор и раководството на СЗПМ целосно да се посветат на активностите за процесуирање на Предлогот за донесување на Закон за пензионерско организирање;
3. Собранието заклучи Извршниот одбор на СЗПМ да ја интензивира соработката со надлежните државни органи и Владата на Р Македонија, особено во ангажирање на остварување на проектите планирани со Националната стратегија на Владата на РМ за старите лица 2010 – 2020 година;
4. Собранието на Сојузот препорачува на здруженијата на пензионерите да ја прошират, продлабочат и интензивираат соработката со органите на локалната самоуправа, особено со градоначалниците на општините, како и остварување на соработка со други граѓански организации кои во својата дејност имаат и заштита на популацијата од трето доба.

19 март 2019 год.
Скопје

Претседател на Собрание
Бесник Поцеста

СОЈУЗ НА ЗДРУЖЕНИЈА НА ПЕНЗИОНЕРИ НА МАКЕДОНИЈА
СЗПМ
Бр. 02-01/186-3
19.3 2019 год.
СКОПЈЕ

Врз основа на член 53 став 2 од Законот за здруженија и фондации ("Службен весник на РМ" бр.52/10 и 135/11) и член 15 алинеја 3 од Статутот на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија на предлог на Извршниот одбор, Собранието на Сојузот на редовна седница, одржана на ден 19.03.2019 година, донесе

ОДЛУКА

за усвојување на Годишната сметка и распоредување на нето вишокот на приходи за 2018 година

Член 1

Се усвојува Годишната сметка за 2018 година на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија по претходно добиениот Извештај од Надзорниот одбор за контрола на материјално-финансиското работење со следните остварени финансиски резултати од работењето:

1. Вкупни приходи	
Приходи од работењето	11.125.478,оо денари
2. Вкупни расходи	
Расходи од работењето	8.553.710,оо денари
3. Вишок на приходи (Добивка)	
Пред оданочување	2.571.768,оо денари
4. Данок на непризнаени расходи	37.068,оо денари
5. Нето вишок на приходи (добивка)	2.534.700,оо денари

Член 2

Остварениот нето вишок на приходи (добивка) за деловната 2018 година во износ од **2.534.700,оо** денари се распоредува за:

- 826 – дел од вишокот на приходи – добивката
  – за пренос во наредната година ....534.700,оо денари
- 829 - нераспределен дел од вишокот на приходи – добивката .... 2.000.000,оо денари

Член 3

Оваа одлука влегува во сила со нејзино донесување.

Претседател на Собрание на СЗПМ

Бесник Поцеста

СОЈУЗ НА ЗДРУЖЕНИЈА НА ПЕНЗИОНЕРИ НА МАКЕДОНИЈА СЗПМ СКОПЈЕ

СЗПМ

Интензивирање на меѓународната соработка

Драги Аргировски

На Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија и на 53 здруженија, нејзини членки, соработката со меѓународни и други странски организации и институции е планска активност која од година на година сè повеќе се збогатува. Белег на досегашната меѓународна соработка беше заемната кореспонденција, размена на протоколарни посети и делегации, на документи и информации со соседните држави и пограничните градови, на екскурзијанти, но не изостанаа ни потпишувања на меморандуми и билатерални договори за заеднички активности во корист на пензионерите.

Очекуваниот почеток на преговорите на нашата држава со Европската унија ќе придонесе СЗПМ да ја интензивира меѓународната соработка дотолку повеќе што оваа најмасовна невладина граѓанска организација со успешниот развој и постигањата може на многу полиња од своите активности да биде во фокусот на вниманието на развиените земји. Истовремено, има и голема потреба европските стандарди за грижата за пензионерите и старите лица да најдат примена во секојдневјето на нашата земја. Особено треба да се анализираат и применат европските постигања и стандарди во вклучувањето на луѓето од третата животна доба во општествените текови поради нивната мудрост и искуство со акцент на побрза градба на пензионерски и старски домови особено за оние со пониски примања, подобрување на здравствената, социјалната и правната заштита и создавање услови за достоинствено здраво и активно стареење.

Овие сознанија произлегоа и од минатогодишната меѓународна соработка што СЗПМ ја оствари со сојузите на пензионерите од Словенија, Бугарија, Србија, Црна Гора, Албанија и Косово. Со Сојузот на здруженијата на пензионерите од Словенија (ЗДУС) продолжи традиционалната соработка, поддршка и помош за учество на Фестивалот на трета животна доба кој се одржа по 18–ти пат. Со одлука на Извршниот одбор на СЗПМ во 2018 година на овој фестивал учествуваше делегација од Сојузот и културно–уметничките друштва на ЗП „Солидарност – Аеродром“ и ЗП „Охрид и Дебрца“, кои постигнаа посебен успех и афирмација и на Република Македонија, на Сојузот и на Скопје и Охрид, но и на нашето културно богатство и традиција.

Минатата година, по четврти пат СЗПМ ја поттикна и ја помогна меѓународната соработка на Сојузот на здруженија на пензионерите на Град Скопје со организациите на пензионерите во главните градови на повеќе држави. Така беше планирана, договорена и остварена посетата на Сојузот на пензионерите на Софија, Република Бугарија. Во делегацијата учествуваа претставници од здруженијата на пензионери од Скопје и остварија разговори со раководството на пензионери на здруженија во Софија. Во Куманово со поддршка на СЗПМ се одржа Меѓународна фолклорна средба со учество на пензионерски здруженија од Македонија, Србија и Бугарија. Се остварија повеќе самостојни традиционални соработки и посети на здруженија во повеќе држави. Покрај соработката тие остваруваат и туристички екскурзии надвор од нашата држава коешто исто така, придонесува за размена на искуства и создавање пријателства.

Оваа значајна активност Сојузот на здруженијата на пензионери на Македонија ја продолжи и во првите месеци од 2019 година. На 28 февруари беше потпишан Меморандум за соработка помеѓу СЗПМ и Сојузот на пензионерите и инвалидите на трудот на Косово. За време на посетата во СЗПМ се водеа разговори и меѓусебно информираа за организациските, програмските и финансиските прашања во двата сојуза. Со потпишувањето на Меморандумот се очекува соработката меѓу сојузите и здруженијата да се интензивира.

Оваа година значително ќе се збогати соработката со Република Словенија. Како потврда на тоа од 11 до 14 март гости на СЗПМ беа членови на делегацијата на Фестивалот Трета животна доба од Љубљана во знак на традиционалната многу успешна сорботка. Се говореше за новитетите на оваа меѓународна манифестација и за десеттото јубилејно учество на СЗПМ на 19 фестивал што се одржува во чест на 1 октомври – Меѓународниот ден на стари лица. Стана збор и за проширување на соработката за одржување на Балканска ревија на песни, музика и игри во Скопје со материјална помош од наменските средства за стари лица на Европската унија.

Посебно од Сојузот на здруженијата на пензионерите на Словенија деновиве е добиена и покана за учество на Деновите на меѓугенерацискиот соживот што ќе се одржи на 14 мај во Љубљана. Во рамките на тоа ќе се одржи средба на преставници на сојузите на пензионерите од Словенија, Хрватска, Србија, Македонија, Босна и Херцеговина и други. При тоа покрај размена на искуства од пензионерското организирање ќе биде разгледана и интенцијата за подобрување на положбата на сите генерации преку меѓусебно поврзување.

Во Програмата за работа на Комисијата за меѓународна активност за 2019 година се потенцира дека се создадени услови да се воспостави заемна соработка и со Грција и други земји од Европската унија. Во оваа година се планира делегација на СЗПМ да го посети Сојузот на пензионерите на Бугарија и да се потпише Меморандум за сорботка.

Повеќе здруженија на пензионери членки на СЗПМ ќе ја продолжат традицијата на соработка со здруженијата од пограничните општини и тоа со Србија, Бугарија, Грција, Албанија и Косово, како и организирање екскурзии во земјите од Балканот и пошироко.

Со интензивирањето на меѓународната соработка ќе се придонесе за размена на искуства во интерес на пензионерите во регионот и изнаоѓање нови форми и содржини.

Потпишан Меморандум за соработка со Сојузот на пензионерите од Р Косово

Делегација на Сојузот на здруженијата на пензионерите и инвалиди на трудот на Република Косово на 28 февруари 2019 година оствари официјална посета на Сојузот на зруженија на пензионери на Македонија. Во делегацијата на Сојузот од Косово беше претседателот Шабан Кајтази, секретарот Хасан Бериша и претседателката на Активот на жени – пензионерки на Приштина, Сувела Касими. Делегацијата ја прими претседателот на СЗПМ Драги Аргировски заедно со Бесник Поцеста, претседател на Собранието на Сојузот, Салтир Каровски, потпретседател на Извршниот одбор и Станка Трајкова секретар на Извршниот одбор на СЗПМ. Притоа претседателите на двата сојуза во просториите на СЗПМ официјално потпишаа Меморандум за соработка што беше срдечно поздравено од од сите присутни на средбата.

Истовремено беа разменети Монографии на двата сојуза и други материјали за подобро меѓусебно запознавање. На средбата беше истакнато дека меѓународната соработка на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија е значајна програмска активност за остварување на целите за унапредување на достоинственото живеење на пензионерите. Соработката на здруженијата на пензионери од двете држави се одвива повеќе години со заемна комуникација, посети и другарувања. Со потпишувањето на Меморандумот се очекува соработката меѓу Сојузите и здруженијата да се интензивира.

За време на посетата во СЗПМ се водеа разговори за организациските, програмските и финансиските прашања во двата сојуза. Гостите истакнаа дека во Сојузот на пензионери и инвалиди на трудот во Косово од вкупно 165.000 само 61.000 се старосни пензионери и дека пензиите зависно од образованието на пензионерот се движат од 180 до 265 евра, во категории според ниво на образование. За сите пензионери и инвалиди на трудот членарината е две евра. На крајот гостите упатија покана за возвратна посета во Приштина за утврдување на нови конкретни активности.

М-р Илија Глигоров

Долгогодишната соработка и пријателството со Словенија се интензивира

На 13 март 2019 година делегација на Фестивалот за трета животна доба во Љубљана (ФТЖД) во состав: Марјан Шифтар и Андреј Јус, потпретседатели на Програмскиот совет на ФТЖД, Јанез Левец, Тихомир Ковачич и Мелита Ремшкар директори во „ПРОЕВЕНТ“ и Вања Ситар програмски раководител во ФТЖД, во посета на Сојузот на здруженија на пензионери на Македонија. На официјалниот состанок во просториите на Сојузот делегацијата ја прими претседателот на СЗПМ Драги Аргировски, а присуствуваа и: Бесник Поцеста претседател на Собранието на СЗПМ, Салтир Каровски потпретседател на Извршниот одбор на СЗПМ, Станка Трајкова секретар на Извршниот одбор на СЗПМ и Калина С. Андонова претседател на Комисијата за информирање во Сојузот. На присутните прв им се обрати и им посака топло добредојде претседателот на СЗПМ **Драги Аргировски** кој меѓу другото истакна:

– Со Сојузот на пензионери на Словенија соработуваме веќе 10 години. Тоа е јубилеј на вистинско и искрено пријателство. Во изминатите години раководствата на двата Сојуза работеа за интересите на пензионерите во двете земји. Интензивна соработката континуирано се одвива од двете страни на највисоко ниво на раководствата со размена на искуства и на културен план со учеството на здруженија на пензионери членки на СЗПМ и на ФТЖД. Благодарение на тоа здруженијата и пензионерите од нашата земја го афирмираа нашето културно богатство и традициите во Словенија и пошироко. Се надеваме на поинтензивна соработка и во иднина, а особено очекуваме ваша поддршка и помош за реализирање на нашата идеја за одржување Балканска фолклорна ревија во Скопје. – Потоа, претседателот Аргировски подетално ги образложи најактуелните активности на Сојузот.

Заблагодарувајќи се на топлото добредојде и прием амбасадорот **Марјан Шифтар** рече:

– На почетокот сакам да ви ги пренесам поздравите на сите оние

кои сакаа да дојдат во Македонија, а од оправдани и објективни причини не дојдоа. Посебен поздрав испрати почесниот претседател на Сојузот на здруженија на пензионери на Словенија Антон Донко. Покрај поздравите сакам да го истакнам нашето задоволство што се среќаваме со вас, наши долгогодишни соработници и пријатели. 10 години не е мал период. Вашето учество на Фестивалот за трета животна доба во Љубљана секогаш беше забележително и убаво. И во иднина ќе го помагаме вашето учество на границите на нашите можности на секој план лобирајќи и на највисоко ниво кај претседателот на Парламентот и амбасадорите на двете држави. – Потоа зборуваше за активностите на словенечките пензионери кои ги има над 600 000, кажа за одмрзнувањето на нивните пензии по 4 години, за нивното усогласување и друго, потенцирајќи дека соработката треба да се прошири со нови содржини и форми, вклучително организирање на посети и екскурзии меѓу пензионерите.

Тихомир Ковачич, извршен директор на „ПРОЕВЕНТ“ зборуваше за организацијата на Фестивалот за трета животна доба која се одвива преку целата година и на проектот работат 7–8 луѓе, а вклучени се над 80 организации поврзани со пензионерската популација.

– Вашето 10–годишно учество на 19 Фестивал за трета животна доба ќе биде одбележано на посебен начи, а ќе помагаме и за организирање Балканска фолклорна ревија.

Од СЗПМ гостите добија примероци од Монографијата за 70–годишнината на пензионерското организирање, публикации, цд–а од ревиите и спортските натпревари и цд од Тоше Проевски. Делегацијата од Словенија го искористи престојот во Скопје, заедно со членот на Комисијата за меѓународна соработка Илија Глигоров, да го разгледаат Скопје неговите знаменитости.

Калина С. Андонова

22 седница на ИО на СЗПМ

Резултатите поттик за нови активности

Извршниот одбор на СЗПМ на 5 март 2019 година ја одржа 22 седница која ја раководеше претседателот на Сојузот Драги Аргировски, а покрај членовите на ИО, присуствуваа и претседателот на Собранието на СЗПМ Бесник Поцеста, претседателот на Надзорниот одбор Митре Стојановски, претседателот на Правно-економскиот форум д-р Фиданчо Стоев, претседателот на Комисијата за меѓународна соработка Шабан Азизи, претседателот на комисијата за спорт и рекреација Здравко Петковски, претседателот на Комисијата за здравство и социјална политика д-р Стојанче Стефаноски и сметководителот на Сојузот Петар Андреевски.

По усвојувањето на записникот од претходната 21 седница на ИО на СЗПМ на дневен ред беше Извештајот за работа на СЗПМ и неговите органи и тела во 2018 година, кој го образложи **Салтир Каровски**, потпретседател на ИО на СЗПМ.

– Во Извештајот за работа на СЗПМ за 2018 година опфатени се сите поважни активности. Посебни резултати се постигнати во подобрување на стандардот на пензионерите, здравствената заштита, културните и спортските активности, меѓународната соработка и мултиетничкиот соживот и друго. Од резултатите треба да бидеме задоволни. Од друга страна постигнатите резултати се поттик за нови активности во оваа 2019 година. Реализираните активности покажуваат дека Програмата за 2018 година на СЗПМ е остварена во целост, дури и повеќе од тоа, – истакна меѓу другото Каровски.

На седницата членовите на Извршниот одбор беа информирани и за финансиското работење на СЗПМ во изминатата 2018 година. Стручно објаснување на претходно дистрибуираниот материјал даде претседателот на Надзорниот одбор **Митре Стојановски**.

Тој истакна дека според приложениот Финансиски извештајот кој го разгледа Надзорниот одбор, анализата на прикажаните приходи и расходи покажува дека СЗПМ работел според законите, домаќински и рационално.

По дискусиите кои следеа по овие два важни документа истите беа усвоени заедно со забелешките. Беше усвоена и Предлог-одлуката за завршната сметка на Сојузот за 2018 г.

На седницата беше донесена одлука домаќини на осумте регионални ревии на песни, музика и игри да бидат здруженијата на пензионерите: **Виница, Тетово, Воени пензионери, Центар, Вевчани, Валандово, Прилеп и Свети Николе**. На овие здруженија ќе им бидат доделени од СЗПМ по 40.000 денари за поуспешни подготовки на ревиите, кои ќе се одржат во периодот од 1 април до 20 мај 2019 година, а Републичката ревија да се одржи на почетокот на јуни 2019 година.

Беа одредени и здруженијата домаќини на 24 регионални спортски натпревари во 8 региони и тоа: **ЗВП, Гостивар, Крушево, Струга, Гевгелија, Злетово, Радовиш и Конче и Берово**. И домаќините на регионалните спортски натпревари ќе добијат по 40.000 денари а ќе се одржат во периодот од 20 мај до 31 јуни 2019 година:

На седницата последна во овој состав, се донесе одлука на претседателот Драги Аргировски да му се додели „Златна плакета" за особен придонес во развојот и работата на Сојузот.

Калина С. Андонова

ЗП Прилеп

Новото раководство со зголемен број пензионерки

По завршените изборни активности во сите 19 ограноци на Прилепското здружение на пензионери кои почнаа на 9 февруари 2019 година, на 27 февруари се одржа конститутивната седница на Собранието на Здружението. Новоизбраните делегати од ограноците избраа работни тела кои раководеа со седницата. Делегатите, од предложените кандидати од ограноците избраа 37 членови на новото Собрание. По предлог на кандидационата комисија беше избран и нов Извршен одбор од 15 членови.

Досегашниот вршител на должноста претседател **Славко Трајкоски,** едногласно беше избран за претседател на Здружението и на Извршниот одбор. Во обраќањето тој ги запозна присутните дека во овој изборен циклус во ограноците од досегашната една сега се четири претседателки, а тоа придонело и бројот на жените делегати во Собранието да биде поголем.

– Во досегашниот состав имаше шест жени, а сега ги има 14. И во Извршниот одбор сега има 5 жени. Делегатите за претседателка на Собранието на ЗП Прилеп ја избраа **Роза Василеска**. Беше избран и Надзорен одбор од три членови. Беа прифатени Финансискиот извештај за 2018 и Финансискиот план за 2019 година. За делегати во СЗПМ од ЗП Прилеп се предложени **Славко Трајкоски и Илија Адамоски.** Извршниот одбор избра и пет комисии со по три членови и Одбор што ќе раководи со Секцијата на пензионерки. Комисиите во најскоро време треба да подготват програми по кои ќе се работи во оваа година. Треба да се истакне дека во ова изборно собрание на ЗП Прилеп за разлика од минатиот состав поголемо внимание се посвети на пензионерките и нивниот број се зголеми во скоро сите тела и органи на Здружението. Според Финанасискиот план за годинава се планираат повеќе средства кои ќе бидат наменети за категоријата на пензионери со ниски пензиски примања. За оваа намена планирани се повеќе од два милиона денари, а зголемен е износот на средствата што ќе бидат наменети за реализација на програмите на комисиите на ЗП Прилеп.

К. Ристески

ЗП Охрид и Дебрца

Безрезервна поддршка за досегашното раководство

По едномесечна интензивна активност во Охридското здружение завршија изборните активности за нови раководства во месните ограноци и на органите и телата на Здружението за мандатниот период од 2019 до 2023 одина.

Изборни собири се одржаа во 21 месен огранок на кои присуствуваа околу 800 пензионери. Тие минаа во фер и демократска атмосфера и беа спроведени од трочлена Изборна комисија.

По успешно спроведените изборни активности, на кои им беше дадена безрезервна поддршка на досегашното раководство, на 9 март 2019 годна, се одржа и првата конститутивна седница на Собранието за следниот четиригодишен мандатен период. Извештај за постапката и регуларноста на изборните активности поднесе претседателот на Комисијата за избори **Живко Наумоски**. Според статутот, новиот состав на Собранието го сочинуваат 31 член, Извршниот одбор од 11 членови, Надзорниот одбор и Комисијата за статут и правни прашања, по три членови.

На конститутивната седница членовите на Собранието за претседател повторно го избраа д-р Димитар Спасески, а за негов заменик Бране Ногачески. За претседател на ЗП Охрид и Дебрца и претседател на Извршниот одбор е избран Ѓорѓи Трпчески, за негов заменик Живко Наумоски, а за секретар на Собранието и ИО Стефан Владимиров.

На сите 21 собири на избирачи во месните ограноци им беше дадена едногласна поддршка на Ѓорѓи Трпчески и Стефан Владимиров, повторно да бидат избрани, како резултат на нивното досегашно ангажирање и успешно менаџирање со Здружението во сите области на дејствување. За членови на Собранието во СЗПМ од Охридското здружение се избрани Ристо Трајкоски и Ружа Балеска. За претседател на Клубот на пензионерите е избран Борис Недески.

Новиот состав на Собранието, од претседатот на Здружението **Ѓорѓи Трпчески** беше информиран за состојбата со судските предмети што ги води со Здружението на инвалидските пензионери околу сопственоста на Домот на пензионерите, и притоа беше донесена одлука, актуелното раководство да го продолжи судскиот процес околу овој долгогодишен проблем. На седницата Собрането донесе и Програма за работа и финансиски план за мандатниот период од 2019 – 2023 година, за кои опширно излагање за областите на дејствување имаше секретарот **Стефан Владимиров**.

К. Спасески

ЗП Демир Капија

Остаснува истото раководство

Собранието на ЗП Демир Капија на 9.2.2019 година ги спроведе изборните активности. Претходно избори беа спроведени во четири ограноци (Прждево, Бистренци, Корешница и Дрен и Чифлик). На изборната седница беа присутни 79 пензионери и пензионерки.

Претседателот **Благоја Кавазовски** ги запозна присутните со редоследот на гласање со предлози. Имаше и кратка дискусија од страна на ограноците кои предложија да остане старото раководство со некои измени, а за претседател е предложен Благоја Кавазовски. Предлогот беше прифатен и од огранокот од Демир Капија по што се даде на гласање. За претседателот Благоја Кавазовски гласаа 73 пензионери, додека 6 лица беа воздржани. Од старите членови се изврши промена на две лица, а за надзорната комисија беа избрани 3 нови лица.

На 1.3.2019 година, новото раководство одржа седница при што беа разгледани Финансискиот план за 2019 година, Програмата за спорт и рекреација и

Програмата за работа на Извршниот одбор и на Собранието. По повод празникот 8-ми Март Денот на жените се одржа прослава на која беа присутни 80 пензионерки и беа поздравени од страна на претседателот на Здружението на пензионерите Благоја Кавазовски и градоначалникот на Општина Демир Капија **Лазар Петров** и им беа поделени свежи цвеќиња.

П. Пашоевски

ЗП Бутел

Љупчо Димовски повторно претседател

На 21.02.2019 година ЗП Бутел ја одржа својата осма седница на Собранието на која беа разгледани и усвоени Извештајот за работа на органите и телата на здружението и Завршната сметка за 2018 година, како и Финансискиот План и Програма за работа за 2019 година.

Во своето воведно излагање претседателот на ЗП Бутел **Љупчо Димовски** истакна дека здружението во изминатиот период се фокусирало на заштита на интересите и остварување на стекнатите права на пензионерите, со посебно внимание на следење на редовноста во исплатата на пензиите и нивното зголемување, како и на остварување на здравствена и социјална заштита, унапредување на културно-забавниот и спортско рекреативниот живот, организирање на хуманитарни активности во соработка со центрите за социјална работа и Црвениот Крст.

На седницата присуствуваше **Салтир Каровски**, потпретседател на ИО на СЗПМ, кој во своето обраќање накусо се осврна на постигнувањата на ЗП Бутел и ја нагласи улогата на здруженијата на пензионери и СЗПМ. Покрај другото, тој ги истакна и очекувањата од Законот за пензионерско организирање и потребата од изградба на домови за пензионери и стари лица. На седницата на собранието присутните позитивно ги оценија реализираните активности, програмата и остварените финансиски резултати кои укажуваат на отчет, домаќинско и транспарентно работење.

На изборната седница на Собранието, беше спроведена постапка за избор на членови на органи и тела со мандат од 4 години. За претседател на ЗП Бутел и претседател на ИО повторно беше избран Љупчо Димовски, за претседател на Собранието Љупчо Атанасовски, за претседател на НО Наталија Василевска и за претседател на Комисијата за актив на пензионерки Кате Ташевска.

С. Тодоровски

ЗП Тетово

Избрано ново раководство

На 28.4.2019 година Собранието на ЗП Тетово одржа изборна седница. Новоизбраното Собрание го сочинуваат 47 членови од кои 20 се нови. 43 членови се непосредно избрани од ограноците, а 4 се предложени од здружението како истакнати активисти. За претседател на Собранието на ЗП Тетово е избран повторно Стојан Соколовски. На седницата беше избран и нов Извршен одбор од 17 членови од кои 9 се нови, а останатите се од стариот состав. За претседател на Извршниот одбор е избран Селвер Мемеди. На седницата беше избран и Надзорен одбор од пет членови кој подоцна ќе одржи седница и ќе избере свој претседател.

Во Собранието на Сојузот на здруженија на пензионери на Македонија, ЗП Тетово ќе го претставуваат Шабан Азизи и Софија Симовска која и досега беше член на Собранието на СЗПМ.

Г. Ефтоски

ЗП ОВР на РМ

Избрано ново раководство за периодот 2019 - 2023 година

Здружението на пензионирани работници од органите за внатресни работи на Р. Македонија – Скопје, на 26.02.2019 година одржа отчетна седница на собранието на здружението за работата во 2018 година. Покрај членовите на собранието кое брои 23 члена присуствуваа и поголем број на членови на здружението, а како претставник од СЗПМ беше Станка Трајкова секретар на СЗПМ. Од дискусиите преовладуваше оценката дека раководството на здружението во текот на 2018 година ги има реализирано програмските задачи во целост и успешно, работело домаќински почитувајќи ги законските прописи и Статутот на здружението. Извештајот за работата на здружението за 2018 година и финансовиот извештај беа усвоени со 22 гласа „за“ и двајца воздржани.

По одржаната отчетна седница се одржа и изборна седница на која беа избрани членови на собранието на здружението во наредниот мандат. Претседавач на седницата беше членот на здружението Здравко Петковски.

На седницата беше поднесен извештај за четиригодишното работење на здружението од страна на претседателот Спирко Николовски. Извештајот беше оценет како сеопфатен, издржан и дека во текот на четири годишниот мандат се работело домаќински и во склад со законските прописи и статутот на здружението.

На седницата беше одлучено новото собрание на здружението да брои 23 членови како и досега, со тоа што нови членови да видат 2/3 од вкупниот број.

Собранието на седницата повторно го избра за претседател на Собранието и на Извршниот одбор на здружението Спирко Николовски со 22 гласа и еден воздржан. На истата седница беше избран и извршен одбор од 7 члена, а за член на собранието на СЗПМ беше предложен Здравко Петковски.

Д. Илиевски

ЗП Крива Паланка

Одржани избори за органи и тела во новиот мандат

ЗП Крива Паланка кое е членка на СЗПМ, во сооглaсност со препораките на Сојузот и според Статутот на здружението ги спроведе распишаните избори за делегати и членови на неговите органи и тела. Изборите беа спроведени во сите шест ограноци на здружението. По завршување на изборите во рок од петнаесет дена на 03.03.2019 година во просториите на клубот се одржа изборна седница на собранието со која раководеше претседателот Славко Стојановски. Најпрво беше формирана верификациона комисија од три члена која имаше за задача да ги верификува мандатите на новите членови на новото собрание. Откако беа верификувани мандатите на членовите беше избран записничар и оверувачи на записникот. Претседателот Славко Стојановски се заблагодари за досегашната работа и посака успешна работа на новото раководство. За претседател на собранието имаше двајца кандидати: Тодорчо Давитковски и Веселин Стојановски. Веселин Стојановски со еден глас повеќе стана новиот претседател на собранието на ЗП Крива Паланка.

Веселин Стојановски се заблагодари за довербата и вети транспаретна работа. За претседател на Извршниот одбор имаше исто така двајца кандидати. Бидејќи Иван Јакимовски се повлече, Трајче Давидовски беше избран за претседател со дваесет и два гласа за и еден воздржан. Едногласно беше избран и Извршниот одбор од 11 членови, од кои 5 се жени. Потоа се избра Статутарната комисија од 3 членови, а за претседател беше избран Стојчо Димчевски, и Надзорен одбор од 3 членови, а за претседател беше избран Љупчо Ѓорѓиевски. За делегат во СЗПМ со тајно гласање беше избран Велин Стојановски.

Б. Стојчевска

ЗВП на РМ

Одржана отчетно-програмска и изборна седница на Собранието

ЗВП на РМ на ден 12.05.2019 година ја одржа својата отчетна и изборна седница на Собранието со која раководеше претседавачот на Собранието **Добре Ефремовски** и работно претседателство во состав на Ѓорѓи Зрински, Јасмина Талаја и Ефтим Мишовски.

На Собранието беа присутни: Салтир Каровски, потпретседател на ИО на СЗПМ, Тони Петрески претставник на МО, полковник Ванчо Шонтевски претставник од ГШ на АРМ, Методија Новковски, претседател на СЗП на град Скопје и претставниците на Здружението на воени ветерани на РМ, генерал Филип Котели и Стојан Дракалски.

Досегашниот претседател на ИО на ЗВП **Ѓорѓи Заринскi** го поднесе извештајот за досегашната работа на здружението во кој ги истакна постигнатите резултати на ЗВП во последните четири години, како и наредните задачи.

По излагањето на претседателот, Собранието ги усвои Извештајот за работата на Здружението, Финансискиот извештај и Извештајот на надзорниот одбор, годишната сметка за 2018 година, како и извештајот за спроведените избори во ограноците на Здружението.

Носители на функции во Здружението за наредниот мандатен период се избрани: за претседател на ИО и на ЗВП повторно е избран Ѓорѓи Заринскi, за претседавач на Собранието Добре Ефремовски, и за секретар Ефтим Мишовски. На седницата е избран и нов состав на Извршниот одбор, претставници на СЗП на град Скопје и делегат на Собранието на СЗПМ.

Согласно Статутот на Здружението донесена е одлука за престанок на мандатот на досегашните членови на Собранието и извршена е верификација на новите членови на Собранието избрани во ограноците Центар и Аеродром, по што се донесени и планот за работа и Финансискиот план за наредната 2019 година.

На крајот претседавачот на Собранието Добре Ефремовски се заблагодари на присутните за плодната и успешна работа, и им посака добро здравје и активно стареење.

М. Гирасова

ЗП Свети Николе

Избрано ново раководство

На 28.2.2019 година се одржа конститутивна седница на Собранието на ЗП Свети Николе за избор на претседател, извршен одбор и други органи. Седницата ја водеше претседателот на Здружението **Никола Атанасов.** Откако беше избрано работно претседателство беа верифицирани мандатите на 23 делегати. Потоа се пристапи кон избор на нов претседател на здружението. Кандидационата комисија за претседател на ЗП Свети Николе го предложи Никола Атанасов, кој едногласно беше избран. По изборот новиот претседател Атанасов пред присутните ја изнесе програмата за работа. Меѓу другото рече дека ќе настојува да се реализира преуредување на просториите на здружението, а искрено очекува дека ќе ги добие ветените средства од општинскиот буџет. Секретарот **Трајче Сандев** ги изнесе и образложи сите активности што се во план за подобрување на економските, социјалните и здравствените услови за живот на пензионерите. Потоа беше избран Извршен одбор, Надзорен одбор и Статутарна комисија, а за претседател на ИО повторно беше избран Никола Атанасов. Во сите органи и тела беа избрани нови лица. На конститутивната седница за делегат на Собранието на СЗПМ повторно беше избран Светолик Николов. Избрани се и членови на Комисиите за статутарно правни прашања, културно–забавен живот, спорт и рекрација и хуманитарно–социјални работи. На 14 март 2019 година со тајно гласање за претседателка на Активот на пензионерки беше избрана Светлана Иванова, која доби многу повеќе гласови од вториот кандидат Лиљана Наумова. **В. Петрушева**

ЗП Крушево

Едногласно усвоена Годишната сметка и позитивните резултати

На отчетната седница на Собранието на ЗП Крушево која се одржа на 27.02.2019 година беа разгледувани Извештајот за работата на Собранието и неговите органи и тела за 2018 година, Извештајот за финансиското и материјалното работење на Здружението за 2018 година, како и извештајот на Надзорниот одбор. Воведни напомени по извештаите поднесе претседателот на Здружението **Никола Атанасовски** кој истакна:

– 2018 година беше една од најуспешните години во работењето на Здружението во сите области. На културен план, покрај пејачката група, за прв пат формиравме и играорна група кои на Регионалните и Републичките ревии на најафтентичен начин го презентираше нашето културно богаство, нашите традиции и обичаи. Доста значајни резултати постигнати се и на спортски, рекреативен, социјален и хуманитарен план во кои беа доста активни сите Ограноци, Активот на пензионерки, како и органите и телата на Здружението.

Во поглед на извештајот за финансиското и материјалното работење, Атанасовски истакна дека се остварени планираните приходи и расходи и од него може да се заклучи дека Здружението во минатата година работело плански, рационално, економично и што е најважно домаќински се однесувало во трошењето на парите на пензионерите, што е потврдено и во Извештајот на НО. Во дискусија беше потенцирано дека и двата извештаја за 2018 година се квалитетно изготвени, содржајни и прегледни и може да се констатира дека Здружението и во 2018 година со успех ги реализирало сите планирани задачи и активности.

Претседателката на Надзорниот одбор **Василика Дамјаноска** образложувајќи го извештајот, истакна дека од извршените контроли на материјалното и финансиското работење, НО констатирал дека истото се води согласно Законот за книговодство и Правилникот, како и билансите на непрофитни организации. Искажаните приходи и расходи, понатаму истакна Дамјаноска, како и целокупните материјални и книговоствени документи, правилно се распоредени и евидентирани согласно Законот за сметководство. Оваа констатација ја потврдија дискутантите: **Глигор Ангелески, Петар Ристовски, Данчо Србиновски, Димче Трајковски** и други.

На отчетната седница присуствуваше и делегација на збратименото ЗП Струга предводено од претседателот **Милорад Трпоски**, кој ги поздрави присутните и позитивно се изрази за работата на ЗП Крушево. На крајот, едногласно беше усвоена Годишната сметка на Здружението за 2018 година.

Г. Ангелески

ЗП Дебар и Центар Жупа

Џавит Карпузи повторно избран

ЗП Дебар и Центар Жупа одржа Изборно Собрание на кое за претседател повторно е избран Џавит Карпузи. Гласањето беше јавно и за него гласаа сите 27 членови на Собранието. Тој исто така, е избран и за делегат во Собранието на СЗПМ. За секретар е избран Петрит Имами, а беше избран Извршен и Надзорен одбор.

По изборот претседателот **Џавит Карпузи** се заблагодари на довербата и нагласи дека во изминатите години се постигнати добри резултати во остварување на правата на пензионерите. Според него активни биле сите комисии, а здружението успешно учествувало во бројни активности што ги организирал СЗПМ.

– Во изминатиот период организирани се повеќе активности, како и екскурзии во земјава и во Албанија. Во наредните четири години сите заедно ќе продолжиме да работиме во интерес на пензионерите. Здружението ќе продолжи да организира бројни активности во согланост со СЗПМ и ќе ја зајакне соработката и со други здруженија. На седницата Собранието ја усвои Програмата за работа на телата и органите на ЗП Дебар – Центар Жупа за периодот 2019 – 2022 година, во која се наведени сите цели и задачи кои се во согласност Статутот на здружението. Здружението во кое има над 2111 пензионери ќе прододолжи да работи во афирмацијата на пензионерите и унапредување на нивните права. Здружението ќе учествува на регионалните и републичките ревии на песни музика и игри и на регионалните и републички спортски натпревари.

В. Садику

ЗП Куманово

Успешни активности во сите сфери

При крајот на минатиот месец, Собранието на ЗП Куманово ја одржаа деветтата седница. На оваа последна седница во овој состав, на дневен ред меѓу повеќето информации се најдоа и Годишните сметки на ЗП и на Солидарниот фонд за 2018 година. На ова значајна седница присуствуваа и првиот човек на СЗПМ, претседателот Драги Аргировски и градоначалникот на Општина

Куманово, Максим Димитриевски. Со седницата раководеше претседателот на ЗП Куманово, **Спирко Николовски** кој даде кратко образложение за работењето на Здружението, констатирајќи дека се работело економично и домаќински, и со позитивна сметка завршува четиригодишниот мандат. Тој не го криеше своето задоволство, што си заминува со позитивни резултати постигнати и на полето на културата, спортот, хуманитарните активности, како што е еднократната помош на болни, помош за бањско лекување, екскурзии, се со единствена цел подобрување на стандардот на пензионери.

Претседателот на СЗПМ, **Драги Аргировски**, оддавајќи им признание на досегашното раководство за успесите постигнати во минатиот мандат, подвлече дека ова Здружение треба да им служи за пример на останатите во државата, за тоа каква треба да биде организационата поставеност, како се реализираат успешни активности во сите сфери на пензионерското организирање и друго. ЗП Куманово е носител на културните активности, и со право се смета за лидер во културата и на меѓународен план како организатор на Фестивал на хорови на кој освен здруженија од државата се претставуваат и од Бугарија и Србија. За поздравување е и дека со домаќинско работење обезбедивте свој сопствен простор, на кој ќе ви позавидат многу здруженија. Ви честитам и ви посакувам успешни резултати да имате и во наредниот период.

Свое обраќање на седницата имаше и градоначалникот **Максим Димитриевски**, кој на почетокот изрази голема благодарност до двајцата претседатели, Аргировски и Николовски за досегашната успешна соработка и посака уште поинтензивна соработка со локалната самоуправа во иднина.За дејствувањето на ЗП Куманово имаше само пофални зборови.

– Посебно сум горд на спортистите на здружението, кои беа дел од активностите за добивање на номинацијата „Куманово европски град на спортот за 2019 година". Локалната самоуправа и јас како градоначалник ви стоиме на располагање за било каква помош, вратите Ви се отворени драги мои пензионери – порача на крајот Димитриевски. Тој го искористи своето присуство и за да апелира до пензионерите да ја остават политиката на страна и да не дозволат таа да се вмеша во нивните редови. Потоа, претседателката на Надзорниот одбор, **Снежана Андова** ја презентираше и годишните сметки на ЗП Куманово и на Солидарниот фонд за 2018 година, со извештаите на Надзорниот одбор. Таа потсети дека со домаќинско работење Здружението ја завршува годината со плус од 1.064.169 денари на сметката, што е за пофалба. И двете сметки со извештаите за работа беа едногласно усвоени.

На иницијатива на Комисијата за информирање и на повеќе Ограноци на здружението, а по предлог од Извршниот Одбор на седницата едногласно беше одлучено за почесен претседател да биде избран Спирко Николовски. Исто така на оваа седница им беа доделени благодарници на заслужни поединци: Весељ Рамизи, и Снежана Андова.

Ј. Тодоровска

ЗП Гостивар

Доверба по трет пат за Нијази Џелили

ЗП Гостивар во месец декември 2018 година спроведе избори за нови раководства во 23–те ограноци во општините Гостивар, Маврово – Ростуше и Врапчиште.

На почетокот на месец март, на 4.3. 2019 година ЗП Гостивар одржа отчетна седница на која претседателот на здружението Нијази Џелили поднесе Извештај за целокупната работа на органите и телата во 2018 година, како и Финансиски план и Програма за 2019 година. На отчетната седница од СЗПМ присуствуваше претседателот на Собранието на СЗПМ Бесник Поцеста, како и гости од ЗП Тетово, ЗП Сарај, ЗП Тафталиџе и Здружение на воени пензионери од Скопје. На седницата позитивно беа оценети активностите и домаќинското работење на здружението.

На 11 март 2019 година ЗП Гостивар одржа конститутивна седница на изборното собрание каде верификационата комисија ги верификуваше мандатите на членовите на новото Собрание. На седницата беше избран Претседател на здружението, Извршен одбор од 11, Надзорен одбор од 5 членови и член за во Собранието на СЗПМ. Сите одлуки беа едногласно донесени.

По трет пат за Претседател на ИО и на ЗП Гостивар едногласно беше избран Нијази Џелили. Тој се заблагодари на дадената доверба нагласувајќи дека и понатаму ќе се труди здружението да го продолжи позитивното работење во интерес на сите пензионери од трите општини кои се членови на ЗП Гостивар.

В. Зендељи

Здружение на ветерани и резервисти од одбраната и безбедноста

Реализирани програмските цели и задачи

Здружението на ветерани и резервисти од одбраната и безбедноста на 22 февруари 2019 година одржа изборна седница на Собранието на која отчет за работата во изминатиот четиригодишен период даде старото раководство. Седницата започна со интонирање на Химната на РМ и оддавање почит на починатите членови.

Присутните и гостите ги поздрави претседателот на здружението **Филип Котели**, кој поднесе извештај за активностите на ЗВРОБ акцентирајќи ги назначајните успеси. Тој нагласи дека здружението ги реализира своите програмски цели и задачи и со својата активност стана препознатливо во македонскиот невладин сектор и пошироко, што придонесе за намалување на јазот помеѓу политичката и безбедносната култура во општеството. Покрај многуте активности за подобрување на статусот на членството, Котели го истакна придонесот во согледувањето на актуелните безбедносни предизвици и создавањето одбранбени механизми против асиметрично дејствување и загрозување на безбедноста во државата.

Извештај на Надзорниот одбор за финансиското работење и предлог Финансиски план за 2019 година поднесе **Благојче Крстановски**, додека Предлог програма за работа со акценти даде секретар на Здружението, **Стојан Дракалски**.

Пригодни обраќања со поддршка на активностите на здружението, имаа: претседателот на Клубот на генерали и советник на министерот за одбрана, **Мирослав Стојановски**, пратеникот во Собранието на РМ, **Илија Николовски** и претседателот на Здружението на воените пензионери, **Ѓорѓи Заринскi**. Во расправата по извештајот учествуваа: **Темелко Ристевски, Туши Зехедин, Добре Вељановски, Велин Стојановски, Спасе Симјановски, Миле Величковски, Спасе Стојановски** и други.

Потоа Собранието го разреши старото раководство и на предлог на Кандидационата комисија пристапи кон избор на нов Извршен одбор и претседател на здружението. Филип Котели со акламација повторно беше избран за претседател на Здружението на ветерани и резервисти од одбраната и безбедноста.

М. Штерјоски

ЗП Кочани

Ѓорги Серафимов, повторно избран за претседател

Собранието на ЗП Кочани во стариот состав ја одржа својата редовна годишна отчетна седница на која беше разгледан и усвоен извештајот за работата на здружението во изминатата 2018 година, како и завршната сметка од работењето за истата. Програмата, според извештајот е целосно реализирана со што здружението од Кочани ги оствари планираните активности. Во минатата година ЗП Кочани ја прошири соработката со ЗП Лесковац, Р. Србија, а бањско климатската рекреација користеле 140 пензионери од Кочани. Во спортските и културните активностите биле вклучени над 2000 пензионери.

Веднаш по годишната отчетна седница се одржа изборна седница на собрание на ЗП Кочани на кое беа избрани органите и телата на Здружението во новиот состав. За претседател доверба повторно му беше укажана на Ѓорги Серафимов. Обраќајќи им се на присутните, **Серафимов** ја истакна заложбата на ЗП Кочани за реализација на програмата за работа во оваа година која е мошне богата и содржајна. За годинава се планира соработка со Здружение на пензионери од Р. Бугарија, во рамките на меѓународната соработка, а здружението во соработка со Општина Кочани ќе ги продложи активностите за изградба на старскиот дом. Градоначалникот на Кочани **Николчо Илијев** кој присуствуваше на изборното собрание ја истакна успешната соработка на општината со пензионерската организација на Кочани. Тој се заложи за целосна поддршка на проектите и активностите кои ќе произлезат од програмата за работа на ЗП Кочани за годинава. Во името на СЗПМ присутните ги поздрави Салтир Каровски, потпретседателот на ИО на СЗПМ.

К. Герасимов

ЗП Сарај

Успешно остварени програмските цели

ЗП Сарај, на 19.03.2019 година одржа извештајна седница за 2018 година, на која освен членовите на Собранието присуствуваа членовите на ИО, претседателот на НО, претседателите на ограноците како и други гости.

На почетокот на сеницата претседателот **Баки Бакиу** зборуваше за работата на ЗП Сарај во 2018 година, за приходите и расходите, за Годишната сметка, Годишниот финансиски план, како и за Програмата за работа во 2019 година, Извештај од НО поднесе претседателот **Бедри Таири**. За работата на здружението зборуваше и претседателот на ИО на ЗП Сарај **Махир Дураку**, додека за работата на Комисијата за здравство и социјални прашања зборуваше **Др. Јован Дечков**. Констатирано беше дека Здружението во годината што измина програмските определби ги остварило во потполност и работело домаќински.

Работата на Собранието како и постигнатите резултати ги поздравија и присутните гости: **Методија Новковски** претседател на СЗП на град Скопје, директорот на ОУ „Дитуриа" **Гани Аслани**, претседателот на ЗП Гостивар **Нијази Џелили**, претседателот на ЗП Тетово **Селвер Мемети**, претседателот на Собранието на ЗП Ѓорче Петров **Крсто Златевски**, секретарот на ЗП Тафталиџе **Павле Василевски** како и претседателот на Здружението на пензионерите инвалиди од Сарај, **Лутфи Мустафа Кабаши.**

На крај, Собранието ги усвоил: Извештајот за работа, Финансискиот извештај и Годишната сметка за 2018 година, како и Финансискиот план и Програмата за работа во 2019 година со констатација дека годината што измина била многу успешна што е мотив за уште по успешна работа во 2019 година.

Б.Б.

ЗП Бутел

Конститутивна седница на Активот на пензионерки

На 05.03.2019 во огранокот во Радишани беше одржана Конститутивна седница на Активот на пензионерки на ЗП Бутел, на која присуствуваа 30 пензионерки од сите ограноци на здружението. На седницата за претседател на Активот е избрана Кате Ташевска, а беа донесени повеќе одлуки во врска со програмата за организирање на културно – забавни активности, за учество на регионалната и републичката ревија на песни, музика и игри, за спортските натпревари и организирање на хуманитарни активности и друго. На седницата беше присутен и претседателот на ЗП Бутел Љупчо Димовски, кој го нагласи значењето на работата и придонесот на Активот на пензионерки во ЗП Бутел, но исто така се заблагодари за постигнатите резултати и ангажманот на досегашната претседателка на Активот на пензионерки во периодот 2015–2019, Десанка Василевска.

С. Тодоровска

ПОН ВТО СРЕ ЧЕТ ПЕТ САБ НЕД
1 2 3 4
5 6 7 8 9 10 11
12 13 14 15 16 17 18
19 20 21 22 23 24 25
26 27 28 29 30 31
NLB Banka
VISA ELECTRON
1234 5678 9012 3456
НЛБ Сребрен пакет
Вашата пензија
секогаш навреме
НЛБ Сребрен пакет
• Visa Electron дебитна картичка
• ПЕНЗИОНЕР+ Maestro картичка
• Зегин - НЛБ Банка картичка
• Кредитни картички
• Трајни налози
• Сребрен кредит за пензионери
• Депозити за пензионери
Поволности
• Пензија на првиот работен ден во месецот
• Плаќање на рати без камата во Зегин со НЛБ - Зегин кобрендираната картичка
• 3% Cash back во Веро маркетите за имателите на ПЕНЗИОНЕР+ картичката
• Осигурителни поволности за пензионери во соработка со Сава осигурување АД Скопје
NLB Banka
www.nlb.mk
Контакт центар: 02 / 15-600

ZEGIN ВАША СЕМЕЈНА АПТЕКА
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 тусилагин и изотусилаген, кои придонесуваат за одржување на имуниот систем.
ЗАШТИТА
Матичниот млеч како пчелин производ во својот комплексен состав содржи: протеини, слободни аминокислини, феноли, стероли, шеќери, минерали, елементи во траги. Од протеините го содржи автентичниот апалбумин 1, а од липидите карактеристична само за него 10-хидроксидеценоична киселина. Значајна храна за матицата која благодарение на него има поголема заштита-отпорност од разни влијаниа и подолг век на живеење во однос на другите пчели.
ВИТАЛНОСТ
Елеутерококус или сибирски женшен е карактеристичен по присуството на над 35 активни компоненти: карактеристичните за него елеутерозиди, кумарини, полисахариди, стероли и есенцијални масла, поради што уште од дамнина се користел во традиционалната медицина за одржување на виталноста.
АНТИОКСИДАНТИ
Естрактот од семките од грејпфрут содржи особено високи концентрации на биофлавоноиди кои имаат својство да ги неутрализираат штетните слободни радикали. Покрај тоа содржи и витамин Ц, токофероли, лимонска киселина, лимоноиди, стероли и минерали.
PHARMAVITAL
PharmALIN
350 mg
ЛУК ВО КАПСУЛИ
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 ослободува во стомакот со што се избегнува непријатниот вкус на лукот
NEW
PharmALIN
350 mg
GARLIC CAPSULES
KNOBLAUCH KAPSELN
60 CAPSULES KAPSELN
VEGETARIAN / VEGETARISCH
FOOD SUPPLEMENT / NAHRUNGSERGÄNZUNGSMITTEL
Vcaps

Министерката за труд и социјална политика Мила Царовска на Првиот Совет за стареење во Анкара

Создаваме подобри услови за достоинствено активно живеење на постарите лица

Министерката за труд и социјална политика Мила Царовска присуствуваше на првиот Совет за стареење во Анкара, со кој претседаваше турскиот претседател Реџеп Таип Ердоган. Министерката имаше свое обраќање на коешто истакна што нашата земја прави за активно живеење на старите лица.

„Повозрасните не треба да бидат пасивни, туку активни членови на секое општество и да учествуваат во сите политички и општествени процеси. Наша задача е да создадеме услови за ова. Повозрасните опфаќаат 12% од нашето население, а според проценките на ОН овој процент ќе достигне 18,8% до 2030 година. За да им овозможиме подобри услови, активно и исполнето секојдневие ги унапредуваме законите, институционалните и алтернативните услуги, а воведовме и социјална пензија, за оние на 65 години, кои го граделе нашето општество, но не стекнале право за пензија и немаат друг извор на приход од кој можат да се издржуваа", истакна Царовска.

За оваа цел, ги реализираме активностите од Националната стратегија за развој на социјалната заштита и Националната стратегија за постари лица 2010 – 2020.

МТСП, во соработка со експерти од БиХ започнува пилот програма за подобрување на дневните центри, кои се клучни за социјализација и активација на постарото население. Во рамки на оваа програма, се истакнува потребата од подобрување на инфраструктурата во овие објекти и поголема вклученост на локалните самоуправи и други општествени чинители за одржување на центрите, креирање и реализација на успешни програми за повозрасните.

Исто така, со поддршка на Светска банка изготвена е студија за функционирање на пензионерските домови којашто даде јасна слика за сегашната состојба на домовите. Оваа студија содржи јасни препораки за подобрување на пензионерските домови. Освен што треба да се подобрат условите за домување, истовремено треба да се воведе систем на управување со домовите, но и надзор и намалување на финасиските трошоци.

Во насока на подобрувањето на состојбите со сместувачките капацитети за грижа на старите лица и утврдената потреба за дополнителни сместувачки капацитети, особено во Градот Скопје, Министерството за труд и социјална политика започна активности за адаптација на објект, кој во минатото беше користен за згрижување на деца, кој во иднина ќе функционира како установа за згрижување на стари лица, а ќе биде со капацитет за сместување на околу 100 стари лица.

Со новиот предлог Закон за социјална заштита ќе се воведе нова услуга „помош во домот" која ќе треба да обезбеди поддршка на старите лица во домашни услови и поддршка за живот во местото на живеење.

Целта на Советот што се одржува во Анкара е да се најде начини за подобрување на квалитетот на активното живеење на постарите лица, бидејќи на светско ниво се зголемува процентот на стари лица.

К.С.А.

Социјална пензија ќе примаат 4.000 луѓе

Иако немаат доволен стаж, или, пак, никогаш не работеле, пензија ќе примаат 4.000 луѓе. Ова за „Слободен печат" го изјавија од Министерството за труд и социјална политика, кои го подготвија Предлог–законот за социјална сигурност за старите лица.

– Предлог–законот се базира на направена анализа според податоците од Државниот завод за статистика и податоците од центрите за социјална работа, врз чија основа се проектира дека во текот на 2019 година ќе бидат опфатени 4.000 лица, за што се обезбедени средства од Буџетот за тековната година – велат од Министерството за труд.

Оттаму објаснуваат дека Предлог-законот за социјалната сигурност за старите лица е усвоен од Владата во декември 2018 година и е доставен до Собранието на Република Северна Македонија за усвојување.

Во Предлог–законот е предвидено висината на месечниот износ на правото на социјална сигурност за старите лица да изнесува 6.000 денари, но ако брачниот другар веќе има пензија, тогаш не следува социјалната пензија.

„Висината на правото на парични средства за правото на социјална сигурност за старите лица, се усогласува со порастот на трошоците на живот за претходната година, објавени од Државниот завод за статистика во јануари во тековната година. Во случај кога нема пораст на трошоците на живот за претходната година, не се врши усогласување на висината" пишува во Предлог–законот.

Право на социјална пензија имаат граѓани со навршени 65 години возраст, ако немаат услов да остварат пензија, не поседуваат имот и имотни права од кои може да се издржуваат, не се корисници на пензија од друга држава. Право на социјална сигурност за старите лица не може да оствари лице што со решение на центарот за социјална работа е сместено подолго од 30 дена во установа за вонсемејна социјална заштита, здравствена или друга установа.

Според Предлог–законот, ако подносителот на барањето за остварување на ова право има брачен другар или лице со кое живее во вонбрачна заедница со навршени 65 години возраст, социјална пензија ќе зема само едно од лицата.

Корисниците на социјална пензија ќе имаат право и на паричен додаток заради покривање дел од трошоците за греење, за месеците од октомври до март.

Месечниот износ на висината на додатокот изнесува 1.000 денари месечно, усогласен со порастот на трошоците на живот за претходната година, објавени од Државниот завод за статистика, во јануари за тековната година.

Паричниот додаток се остварува само во случај кога корисникот е член на домаќинство што не го користи овој додаток согласно со Законот за социјална заштита, пишува во Предлог–законот за социјална сигурност за старите лица.

„Слободен печат"

Пензионерски мали работилници

Дружењето и движењето се основа на здравото стареење со што се одржува добрата кондиција на лицата во пензија. Се користат стари, но и нови форми на организирање.

Така, повеќе од една година во кафулиња во центарот на Скопје секојдневно, освен во недела, се среќава самоорганизирана група пензионери од различни општини и претходни професии. Овие мали работилници опфаќаат 10–15, а често и повеќе лица и тоа меѓу 12 и 14 часот. Првопристигнатиот има чест да го отвори собирот со негова тема, а сите присутни да го искажат своето мислење и дадат свои предлози. Во пријатна и релаксирана атмосфера се поставуваат прашање и предлози од најразличен вид, а од интерес на пензионерите во целина или поединечно, сѐ со цел да се подобрат состојбите на најдобар начин. На овие мини–работилници редовно се следи со голем интерес додатокот „Пензионерки видици" во „Нова Македонија" како и весникот „Пензионер плус"! Токму на овие средби беше предложено во рамките на одбележувањето на „Неделата за грижа за старите лица" кафулињата да одредат попуст од 50% на услугите за лица постари од 65 години. Некои од кафулињата продолжија со попустот за старите лица и понатаму. Овие перманентни пензионерски мини–работилници продолжуваат како веќе традиционални со зголемување на заинтересираните за подобрување на состојбите на пензионираните лица и општеството воопшто.

Г. Хаџи-Васков

Со пари од Холандија се проширува домот за стари лица во Берово

Единствениот дом за стари лица на крајниот исток кој се наоѓа во Берово, ги прошири своите капацитети, при што при уредувањето на неговата втора ламела, во моментот може да згрижи уште 14 нови корисници. Како што истакна **Марија Умленска**, раководител на установата, околу 100 пензионери чекаат за прием во установата.

– Сакам да истакнам голема благодарност до хуманитарната организација од Кралството Холандија кои заедно со Министерството за труд и социјална политика и општина Берово овозможија да се стави во функција вториот дел од установата, со што ќе го прошириме капацитетот за уште 14 нови корисници. Што се однесува до условите, како што можете да видите тие се прекрасни, имаме социјален работник кој е ангажиран околу активностите на луѓето, имаме обврска со сите институции од Берово кои доаѓаат во посета и се дружат со лицата кои престојуваат овде, што значи дека нашите корисници имат одличен друштвен живот, – истакна Умленска.

Претставникот на Холандската фондација, **Џесика Готембос**, истакна дека ова е инвестиција која во целост ја оправдала својата цел.

– Проектот е изготвен заедно со властите од Берово, со кои сакаме на повозрасната категорија граѓани да им обезбедиме пристојни услови за престој. Инвестицијата чинеше околу 300.000 евра и можеме да кажеме дека домот е еден од подобрите во Македонија – истакна Готембос.

Во перспектива, како што истакнаа претставниците на холандската фондација е проширување и на третиот дел од домот, со што истиот ќе биде во можност да прими уште 40 нови корисници.

„Вечер"

ЗП Прилеп

Пензионерите од населбата Варош добија нови клуб-простории

Повеќе од двесте пензионери и жители на прилепската населба Варош деновиве присуствуваа на свеченото отворање на новите клупски простории. Новоизбраниот претседател на огранокот од Варош **Киро Коруноски** ги поздрави присутните гости и пензионери при што укажа дека во наредните денови повеќе од петстотини пензионерки и пензионери од оваа населба ќе можат да организираат низа активности во новите простории. Просториите се уредени во реновираните стотина метри квадратни од големиот општествен дом во населбата, благодарение на помошта на Министерството за труд и социјална политика и се разбира на локалната самоуправа.

Претседателот на ЗП Прилеп **Славко Трајкоски** отворајќи го новиот Клуб на пензионерите во Варош ги запозна присутните дека всушност овој е единаесетти по ред клуб во сопственост на пензионерите од прилепското здружение.

– Нашето Здружение е едно од најактивните меѓу педесет и трите здруженија членки на СЗПМ. Ретки се тие што можат да се пофалат со единаесет клупски прострорории за пензионерите во исто толку ограноци. Ова е осми клуб во Прилеп, а ЗП Прилеп има свои клубови уште и во Тополчани, Кривогаштани и Долнени. Во тек се подготовките и преговорите со локалната самоуправа за отворање клуб–просторија за пензионерите во село Дебреште во Општина Долнени. Ние како Здружение ги помагаме и ги поддржуваме сите активности што ги предлагаат пензионерите од 19–те ограноци на ЗП Прилеп. Ви посакувам многу здравје, среќа и се разбира многу, многу активности зад кои ќе застанеме и финансиски – им порача Трајкоски при отворањето на Клубот.

Присутните со ветување за натамошна подобра соработка со пензионерските ограноци и со здружението од Прилеп, а со желба да се отвораат уште вакви катчиња за забава и активности, ги поздрави и претседателот на Советот на Општина Прилеп **Миле Талески.**

К. Ристески

ЗП Тетово

Зголемени заштеди

Вкупните заштеди на Здружението на пензионери Тетово се зголемени за 492 илјади денари. Со завршната сметка за 2018 година искажани се како вишок на приходите над расходите, или заедно со претходната година вкупната заштеда е речиси 1,9 милиони денари. Овие средства се пренесуваат за тековната 2019 година, како приход за програмските активности во здружението.

Ова се констатации на Собранието на ЗП Тетово на седницата одржана на 13 февруари, во претходниот состав, со чија работа раководеше претседателот на Собранието Стојан Соколовски. Во табеларниот преглед како прилог на завршната сметка искажани беа поединечно сите предвидени и реализирани трошоци во текот на годината, со констатација дека се реализирани сите предвидени активности, дека планираните приходи бележеле пораст од 3 отсто, а расходите покажуваат индекс од 73 отсто.

Членовите на Собранието позитивно ја оценија вкупната работа на здружението, оценувајќи ја како домаќинско однесување кон приходите и внимателно однесување кон предвидените расходи.

Г.Е.

ЗП Кисела Вода

Во чест на херојот Цветан Димов

На територијата на општина Кисела Вода подигната е спомен – биста на народниот херој Цветан Димов. Неговото име го носи еден огранок на пензионери од Здружението на пензионери Кисела Вода.

По повод 110 години од раѓањето на Цветан Димов, членовите на огранокот организираа посета на спомен-бистата и положија свежо цвеќе. За неговиот живот и револуционерно дело зборуваше претседателката на огранокот **Маре Мицевска**. Како дете на работничко семејство Цветан Димов добро го запознал тешкиот живот на работниците, па многу рано се вклучил во синдикалното движење и е еден од најпознатите организатори на синдикални штрајкови во Скопје. Тој е член на СКОЈ и КПЈ, познат комунист и учесник во НОБ. Заради својата синдикална и друга активност, во 1942 година бил уапсен, измачуван и од тогашната бугарска полиција убиен. Прогласен е за народен херој на Југославија.

На одбележувањето на овој ден, присуствуваа многу членови на огранокот од Здружението и делегација од општина Кисела Вода со градоначалникот Филип Темелковски кои која исто така, положија свежо цвеќе.

В. Топаловска

ЗП Струга

Живот посветен на револуцијата

На 25 февруари 2019 година, во 12 часот ОО на СБМ од Струга, пред голем број граѓани меѓу кои и многу пензионери, ја одбележаа 75 годишнината од смртта на народниот херој Кузман Јосифоски – Питу.

Делегацијата предводена од претседателот на ОО на СБМ – Струга Ајредин Мемеди и секретарот Никола Попоски, положија цвеќе на бистата на Питу, и спомен плочата во тесното сокаче на улицата Браќа Миладиновци, на која е запишано: „Во оваа куќа на 23 септември 1941 година, во присуство на членовите на покраинскиот комитет на КПЈ за Македонија, народниот херој Кузман Јосифовски – Питу се одржа конститутивен состанок на Месниот комитет на КПЈ за Струга и Струшко".

Пред присутните за животниот пат и слободарското дело на Кузман Јосифовски Питу, од страна на претседателот беше прочитен реферат. Во рефератот меѓу другото беше истакнато дека Питу имал голема верба во Струга и стружани, но и љубов за Струга. На неколку пати тој доаѓал во Струга, во строга илегалност и притоа им издавал задачи на МК на КПМ и СКОЈ. Струга треба да е горда што низ нејзините сокаци минувал таков херој каков што бил Питу. За народен херој бил прогласен на 2 август 1945 година, само нешто повеќе од една година од неговата прерана смрт. Животот му згаснал на 29 годишна возраст, на прагот од слободата.

С. Кукунешоски

ЗП Крива Паланка

Осмомартовско дружење

Здружението на пензионери на Крива Паланка во соработка со Активот на пензионерките за Денот на жената организираа на 6. март осмомартовско дружење во ресторанот „Облаче". Покрај пензионерките од Крива Паланка имаше и пензионерки од Ќустендил, Р Бугарија.

На забавата не изостана присуството на градоначалникот на Крива Паланка Борјанчо Мицевски придружуван со советничката Тања С. Митровска. Присутен беше и новиот претседател на ЗП Трајче Давидовски, како и претседателот на Собранието на пензионерите Веселин Стојановски. Анка Стојановска, претседателката на Активот на пензионерките ги поздрави присутните и им порача „животот да ви се препушти на вас, а не вие на животот".

Гардоначалникот Борјанчо Мицевски, исто така, им го честиташе Денот на жената на пензионерките со желба да останат тоа што се, да бидат исполнети со љубов, како и секогаш. Тој им го честиташе изборот и на новото раководство и посака соработката да продолжи и да се продлабочува и во иднина. Тоа го потврди со обезбедување донација на педесетина столчиња неопходни за потребите на пензионерите во Клубот за дневен престој.

Од име на пензионерите и од негово лично име благодарност за донацијата до градоначалникот Мицевски и до локалната самоуправа изрази новоизбраниот претседател на Здружението Трајче Давидовски. Тој ги поздрави пензионерките и им посака убаво дружење и забава и достојно да го прослават празникот, бидејќи како што рече „вие тоа го заслужувате". Кон честитката се придружи и претседателот на Собранието Веселин Стојановски, кој ја истакна рамноправноста на жената со тоа што таа е застапена во управните органи на Здружението. Во знак на внимание од градоначалникот беа поделени каранфили за секоја дама. Каранфили од Здружението беа поделени утредента и на пензионерките кои не беа на забавата.

За веселата атмосфера на забавата се погрижи кривопаланечката музичка група предводена од вокалистот Антонио. Забавата беше проследена со богата лотарија и со пријатно дружење. Пензионерките од Ќустендил кои присуствуваа на ова дружење, презадоволни заминаа од убавата традиционална македонска кујна и од македонското гостопримство.

Б. Стојчевска

На бабините зелници во Пробиштип над 1 000 посетители

Пред неколку дена во Пробиштип се случи 8–то издание на една ретка манифестација на која се прикажаа старите традиционални производи од тесто. Бидејќи зелниците имаа доминантно место, манифестацијата е насловена „Зелникот на баба".

Во Пробиштип кога ќе се спомене селото Лесново, веднаш се мисли на неодминливите убавини на Лесновскиот манастир, а оние што имале можност да го вкусат лесновскиот зелник испечен под вршник го чувствуваат вкусот и мирисот на овој наш специјалитет уште долго. Токму затоа, раководителот на Одделението за јавни дејности Радослав Илиевски со својот тим реши овој наш карактеристичен зелник да го донесе во градот. Така, Активот на пензионерките при ЗП Пробиштип заедно со жените од градот се договорија да се организира оваа несекојдневна манифестација.

Од година на година оваа манифестација прерасна во меѓународна. „Зелникот на баба" покрај учеснички од повеќе градови од Македонија, од минатата го посетуваат и од Р Бугарија и Р Србија.

Тоа беше и повод да поразговараме со главниот виновник на овој несекојдневен настан, Радослав Илиевски, како течат подготовките за реализација на овој голем и комплексен зафат:

– Го видовме 8–то издание на манифестацијата „Зелникот на баба 2019 година". Општината Пробиштип сериозно се подготвуваше за овој убав настан кој уште од самиот почеток стана препознатлив белег на градот. Учествуваа околу 20 градови од Македонија, а годинава наши драги гости и учесници беа Р Србија и Р Бугарија. Секако овде се и невладините организации од Пробиштип и Злетово без кои не би можеле да ја замислиме манифестацијата. Радува и тоа што за годинашново издание имаше голем интерес. Ни се јавија од неколку туристички агенции од Република Бугарија кои организирано дојдоа како туристи, а истото се случи и минатата година кога имавме над 300 туристи што е многу важно за промоција на нашата општина и самата манифестација.

● Секоја година внесувате по некоја новина во манифестацијата, со што ги изненадивте годинашниве учесници и гости?

– Пред да започнеме со оваа манифестација долго време ја осмислувавме со што сакавме да и дадеме една оригиналност. Според реакциите на посетителите ме радува што успеавме во тоа. Не само што дадовме оригиналност, едноставност, туку успеавме да привлечеме и внимание, а секако и да биде предизвик за многу нови учесници од целата држава и од нашите соседи. На градскиот плоштад на самото место се демонстрира како се изработува овој наш посебен зелник и како се пече под вршник. При тоа посетителите имаа можност да го проследат целиот процес на изработката. Од година на година настојуваме да бидеме поразлични и поинтересни така што во последните години воведовме неколку новини со што ја освеживме манифестацијата со нови содржини. Годинава воведовме натпревар во брзо сукање, нешто што е посебно интересно. На овој натпревар кој е под надзор на комисија, се натпреваруваа највештите. За определен временски рок тие го замесуваат тестото, тоа стасува, се сукаат 8 кори и сето тоа се става во тепсии и се пече. Исто така, воведовме и обука за изработка на овој наш специјалитет со цел да ги едуцираме и поттикнеме младите да го научат занаетот на сукање. Заради разубавување на манифестацијата ги мотивираме сите учесници што поубаво и на пооригинален начин да ги декорираат нивните маси и избираме најубаво етно–украсена маса.

Бидејќи манифестацијата е од хуманитарен карактер зелниците се продаваат на парче а собраните средства се доделуваат на социјално најзагрозените или на болните лица. Има доста содржини со кои за неколку часа колку што трае манифестацијата настојуваме да го задржиме вниманието на учесниците и присутните гости. Секако, присутните имаат можност да заиграат и да запеат. Токму затоа „Зелникот на баба" секоја година е се поголем предизвик да се биде учесник или гостин на оваа несекојдневна средба.

М. Здравковска

ЗП Солидарност – Аеродром

„Умрело дете за баница"

Во огранокот Јане Сандански, Активот на пензионерки од ЗП Солидарност – Аеродром на 09.03.2019 се одржа одбележување на обичајот „Умрело дете за баница".

Најнапред претседателката на Активот **Слободанка Николова** ги поздрави гостинките и присутните пензионерки и ги повика на заедничко дружење. Потоа таа им ја раскажа легендата според која се одбележува овој ден.

– Во некое сиромашно семејство дете и побарало на мајка му да јаде баница. Бидејќи таа немала од што да му направи тргнала да бара продукти за да меси баница и да му ја исполни желбата. Додека мајката се обидувала да ги снабди потребните продукти детето чекајќи починало без да дочеке мајка му да дојде и да му направи баница. Ваквата приказна оставила траги во традицијата, па затоа на овој ден жените приготвуваат баници, пити, погачи и друго.

Сите пензионерки кои што дојдоа во клубот, донесоа баници, пити, погачи и слатки кои ги направиле со своите вредни раце. Потоа настана пробање на донесените работи и менување на рецепти за приготвеното. Се разговараше за начинот на одбележување на овој обичај, но и за одбележување на празниците кои доаѓаат. Убавите мигови кои ги поминаа заедно пензионерките од активот, ќе ги прераскажуваат до наредната средба.

С. Игновска

ПЕНЗИОНЕР плус

Весник за сегашните и за идните пензионери

Издавач:
СЗПМ

Година XII – број 128
март 2019 год.

БЕСПЛАТЕН МЕСЕЧЕН ВЕСНИК

Издавачки совет:

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

Редакциски одбор:

Калина Сливовска - Андонова
главен
и одговорен уредник;

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

Лектор:
Верица Тоциновска

Адреса:

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

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

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

Компјутерска обработка:
Томе Ангеловски

Печати:
Печатница Серафимовски – Скопје

Дистрибуција: „Нова Македонија"

Ракописите и фотографиите не се враќаат.

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

Белешка

Дружење кое се памети

Претседателот на СЗПМ Драги Аргировски – човекот од кој може многу да се научи и со кој дружењето не се заборава, човекот кој успешно се справува со пензионерската проблематика од Гевгелија до Табановце и од Струга до Гази Баба, во последниот вторник од месецот често доаѓа во Клубот на љубителите на книгата на ЗП „Солидарност – Аеродром“, каде што редовно се одржуваат промоции на литературни дела, настапуваат истакнати историчари, аналитичари, драматурзи и други современици, на кои присуствуваат стотина почитувачи на нивните дела, на книжевноста и културата. Присуството на човекот кој целиот живот другарувал со пишаниот збор е задоволство за присутните кои во тој час и половина со големо внимание слушаат за новата збирка песни од некој наш член, за литературниот опус на Богомил Ѓузел, за уникатното книжевно–историографско дело на Васил Тоциновски, за уредничкиот и новинарскиот ангажман на Аргировски итн. Клубот на љубителите на книгата многу успешно опстанува 10 години, а во неговото постоење удел има и претседателот на Здружението на пензионерите „Солидарност – Аеродром“ Димитрија Богатиноски, кој исто така посветено влијае за афирмација на книгата кај луѓето од третата доба.

Неуморниот Аргировски како пензионер, новинар и публицист е човек со широки знаења. Тој успешно им се спротивставува на годините. Работата и ангажираноста во СЗПМ не го спречуваат да најде време за својата прва љубов, пишувањето, кое е негова животна преокупација. Поддршката што ја дава во Клубот има своја генеза. Клубот го одразува неговиот реализиран сон. Не се случајни неговото присуство и восхитувањето од настапите на нашите членови или автори кои ја афирмираа и ја афирмираат нацијата. Постојано подготвен да го даде својот глас за морална и материјална поддршка. Тука е како другар, пријател, гласноговорник, агитатор на членот поет, писател, драматург, историчар, режисер, актер, посакувајќи им што подолга трета доба и порелаксирана старост. Со почит го перцепираат сите што доаѓаат во ова благородно катче. Тој е познат активист и како еден од основоположниците на Македонската телевизија. За неговите активности и резултати пишувано е во повеќе монографии, записи, енциклопедии.

Се обидувам и од друг агол да го опишам: голем човек, широка насмевка, човек кој се радува на туѓата среќа како на своја. Нѐ опсипува со оптимизам кога зборува. Во дружењето со него забораваме на многуте години и на проблемите. Му посакуваме уште долго да биде со нас, во нашиот Клуб.

Перо Шаламанов

Одам по милост

Автобусот е место каде што луѓето често се среќаваат. Таму, спонтано започнуваат разговор за многу нешта: за времето, за случувањата, за животот. За кратко можете да дознаете животни приказни кои долго во себе ќе ги носите.

Тој ден времето беше студено. Дуваше ветер кој навеваше снег и дожд. Влегов во автобусот и седнав до една постара женичка. Видливо беше дека и студи. Се чудев каде ли тргнала по ова невреме. Покрај студенилото сигурно има и други маки. Како што е вообичаено почнавме разговор.

– Многу е ладно – ми рече.

– Па зима е. А ти каде по овој студ? Што не седиш дома, на топло? Гледам имаш доста години.

– Да имам. Уште една година 90. Кај сум тргнала? Одам по милост.

– Не те разбирам што сакаш да кажеш.

– Одам на Бит пазар да просам. Се срамам, но тоа е единствениот начин да однесам леб и млеко на моите дома. Гладни се, а и дома е ладно. Имам три внучиња. Син ми е болен. Срцето не му е добро. Снаата одеше да чисти по влезови, ама неодамна падна и ја скрши ногата. Додека работеше врзувавме крај со крај. Сега е многу лошо. Најмногу ми е жал и не можам да ги гледам тажните расплакани лица на моите три ангелчиња. Добиваме социјална помош ама не стигнува. Што попрво да купиме. Слушам дека ќе ја зголемат. Да им даде здравје на тие што одлучуваат ако биде така. Една комшика ми кажа дека ќе имало и некаква социјална пензија за стари лица кои навршиле 65 години и немаат други приходи за живот. Се надевам дека ќе ја добијам таа пензија, иако имам веќе 90 години. Тоа е навистина голема поддршка од државата за старите кои од разни причини немаат пензија.

Убаво се чувствуваш кога некој мисли и се грижи и за нас најстарите. Дотогаш ќе продолжам да им помагам вака како денес. Ќе барам милост од добрите луѓе.

– Има ли сѐ уште такви?!

– Има. Некој ќе ми даде некој денар, некој од она што го продава: компири, кромид, рака грав или ориз. Фала им. Никогаш не се враќам дома без да им донесам нешто. И комшиите ни помагаат колку што можат, со алишта, со книги или тетратки за внуците. Само да сме здрави и ние и тие што ни помагаат. Не се срамам што просам бидејќи знам дека друг начин немам, – раскажува, а гласот и трепери.

Го отворам новчаникот и ѝ подавам 100 денари. Таа ги зема и ми ја бакнува раката со која и ги подадов парите. Очите ѝ се полни со солзи и благодарност. Дојдовме на автобуската станица на Бит пазар. И посакувам да сретне многу хумани луѓе и што побрзо да се врати дома. Знам дека и таму е ладно, но барем не дува ветер, не паѓа дожд и снег и ќе ги израдува внучињата со добиената милост.

Кога ќе видите човек што бара помош немојте веднаш да го осудувате, понекогаш зад таа рака за помош се крие тажна приказна.

Маја Белева

ЗП Охрид и Дебрца

Пет години од детската меѓугенерациска и мултиетничка дружина „Развигорче“

Неодамна, беше одбележан јубилејот пет години од формирањето на Детската меѓугенерациска и мултиетничка дружина „Развигорче“, кое делува во рамките на ЗП Охрид и Дебрца. На свечената пригода присутните пензионери, родители и претставниците на раководството на здружението, ги поздрави претседателот Ѓорѓи Трпчески, кој воедно им го честиташе јубилејот, пет години постоење на детската дружина. Во своето обраќање Трпчески потенцираше дека ЗП Охрид и Дебрца е единствено здружение кое ја негува мултуетничката, мултинационалната и меѓугенерациската соработка меѓу младата генерација и лицата од третата доба.

– Во изминатите пет години успеавме да организираме десетина вакви заеднички културни средби меѓу младите и пензионерите, во кои беа вклучени ученици од македонска, албанска, турска и ромска националност. Вакви културни средби беа организирани во сите пет основни училишта во градот и приградските населби, а исто така и на толку приредби настапија членовите на „Развигорче“ и по разни поводи и настани на здружението и патроните празници на училиштата.

Упатувајќи пофални зборови до членовите на групата „Развигорче“, која ја сочинуваат околу 10 ученици од сите националности, Трпчески, рече дека оваа детска дружина, всушност е спој на младоста и искуството. Идејата за формирање на оваа детска дружина е на СЗПМ и е иницирана од Комисијата за Меѓугенерациска соработка и соживот. Потоа на децата и присутните им се обрати Ристана Меруџеска – Мојсоска, која пет години непрекинато работи со оваа деска дружина. Меруџеска се осврна на позначајните настапи на групата и нејзиното значење за здружението и рече дека пет години низ дружината поминале околу 30 ученици од сите основни училишта во гардот.

На свечената пригода по повод јубилејот, беше прикажан кус документарен филм од 30 минути посветен на „Развигорче“ од авторите Ристана Меруџеска – Мојсоска и Крсте Спасески. На крајот од свеченоста на членовите на „Развигорче“, во знак на нивниот придонес во афирмација на здружението, претседателот на ЗП Охрид и Дебрца Ѓорѓи Трпчески им врачи Благодарници и пригодни подароци.

К. Спасески

ЗП Струмица

Незаборавна пензионерска средба

На осми март 2019 година се одржа пензионерска средба во организација на Здружението на пензионери од Стумица. Пензионерската средба имаше посебно значење бидејќи одбележувањето на меѓународниот празник на жената Осми март, се совпадна со многувековниот Струмички фестивал за кој турскиот патеписец Евлија Челебија забележал дека постои уште од 1670 година. Фестивалот се одржува по повод празникот „Тримери“.

Пред гостите – пензионери од повеќе здруженија, Здружението на пензионери од Струмица одбележувајќи го празникот Тримери се претстави со свој перформанс.

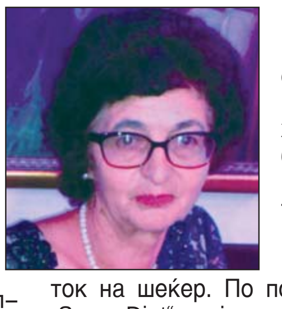
На средбата, пензионерите срдечно ги поздрави **Данче Даскаловска** претседателката на ЗП Стумица упатувајќи благодарност до сите пензионери за празничното чествување на повеќе празници кои се случија во Струмица. Во релаксирана атмосфера пензионерите имаа прилика да се сретнат и поминат пријани мигови бидејќи тоа е еликсир во третата доба.

Присутните на оваа пензинерска средба ги поздрави и **Станка Трајкова**, секретар на Извршниот одбор на СЗПМ која истакна дека задоволство е на едно место да се сретнат пензионери од повеќе здруженија, бидејќи тоа говори за заедништво, обеденување и меѓусебна соработка.

С.Т.

Јелица Димевска, пензионерка од Скопје

Пензионерски денови исполнети со многу активности



Јелица Димевска е пензионерка од Скопје на која денот и е краток за активностите кои ја исполнуваат. Помага во фамилијарниот бизнис на одгледување органска храна за која вели дека е битна за здравјето и дека сѐ повеќе таа станува лек за дваесет и првиот век. Внимава на својата, но и на исхраната на нејзините внуци со кои сака да е што подолго време, па затоа го користи секој слободен момент да биде со нив.

– Внуците се мојата најголема радост. Тие ми ја исполнуваат душата со позитивна енергија која ми е неопходна да ги завршам сите работи кои сум си ги зацртала како содржина на моите пензионерски денови. Покрај тоа задоволство ми е да прочитам добра книга особено со содржина поврзана со третата доба, потоа да прелистам и да прочитам некои написи во списанијата кои ќе ме исполнат. Убаво се чувствувам и во мојата градина во која му се радувам на секој нов цвет. Цвеќињата ги сакам и затоа ги одгледувам. Особено убаво се чувствувам во пролет и се одушевувам од нивните бои и опоен мирис кој ме смирува.

Секогаш кога имам време се дружам и со моите пријателки пензионерки. Со нив одам на кафе и уживам во нашите заеднички разговори. Заедно со нив одам и на екскурзии што ги организира Здружението на пензионери Гази Баба. Посетуваме знаменитости, излетнички места, манастири. Убави се тие дружења во кои посетуваме места кои не сме имале можност да ги видиме за време на работниот век, кога децата биле помали и сме имале други приоритети. Сега е поинаку. Порелаксирано.

Редовно присуствувам и навивам на пензионерските спортски натпревари, какво и на пензионерските ревии на песни, музика и игри. Кога ги гледам разиграни моите врсници се враќам со мислите во младоста, а песните што ги пеат ми будат спомени. Музиката и песните многу ги сакам, а и моите пријателки. Ревиите како што пишувате во нашиот пензионерски веник „Пензионер плус“ се празник за очи и за душа.

За ова да го постигнам имам свој посебен режим на живот. Со други зборови водам сметка за своето физичко и духовно здравје, но и за мојот изглед. Жената не треба да се запостави во ниту една етапа од нејзиниот живот. Тоа е моето мото и животна девиза. Нема ништо подобро од започнување на денот со чаша полна со сок, со витамини. Наутро пијам ладно цеден сок од аронија којшто не содржи конзерванси, вештачки бои и ароми и е без додаток на шеќер. По појадокот земам шитаке ампули од „Super Diet“ за јакнење на имунитетот, а се препорачува како помош при респираторни заболувања, зголемен крвен притисок и холестерол. Во наши години мора да се внимава на сето ова за да се чувствуваме добро, но и нашите најблиски да не ги оптоваруваме со нашите здравствени проблеми. Овие производи ги набавувам во аптеките. Кожата ја негувам со козметиката на „Gerovital“ која исто така ја има насекаде, но јас обично ја набавувам во аптеките на Зегин. Наутро нанесувам дневна, а навечер ноќната крема против брчки која што е богата со состојки со хидратантни и антиоксидантни ефекти.

Бидејќи на мојот имот во Соње имаме бавча во која одгледуваме органски производи, тоа бара поголема физичка активност, а решение за тоа наоѓам во новиот производ „Artrohelp Marine“. Овој производ обезбедува здрави зглобови, коски, мускули и кожа. Со помошта на овој производ се чувствувам одлично и можам непречено да ги извршувам секојдневните обврски. Здравјето на моите очи го одржувам со „Visionhelp“ капсулите кои на очите им даваат подобра визуелна функционалност и фотозаштита што е многу битно во третата животна доба кога сѐ во организмот постепено ослабува. Си помагам на здравјето и на изгледот, а тоа им го препорачувам на сите повозрасни луѓе во граница на можностите. Сѐ се купува, само здравје и време не! Нема продавница која продава време.

К.С. Андонова

ЗП Демир Хисар

Благоја Петревски, демирхисарска фудбалска легенда

Во историјата на демирхисарскиот спортски живот се запишале голем број личности чии постигања, ангажирања и резултати никогаш нема да бидат заборавени. Многумина од нив со својата љубов и преданост кон спортот давале пример за помладите генерации, како да се однесуваат во спортската игра и како да постигнуваат резултати.

69–годишниот демирхисарски пензионер Благоја Петревски, роден е во с. Кутретино, Општина Демир Хисар, а целиот свој работен век го поминал во Психијатриската болница во Демир Хисар како болничар и техничар. Како младинец, на свои 16 години, започнал да тренира со првиот тим на ФК Демир Хисар под водство на Дончо Мицковски кој беше тренер на златната генерација кои тогаш се натпреваруваа во силниот Пелагониски регион. Помеѓу тогашните великани на демирхисарскиот фудбал, Петревски се издвојувал со својата брзина и вештина за постигнување голови, иако на почетокот на својата кариера играл како бек во одбраната, а подоцна напаѓач и полутка.

Благоја како човек е смирен, друштвен, но пред сè, еден од најдобрите играчи и шутери за којшто, на шега се вели дека можеше и стативата да ја скрши, а за мрежата да не правиме и муабет. Неговите шутеви ретко кој голман можел да ги брани. Во демирхисарската спортска јавност сè уште се раскажуваат натпреварите кога противничките голмани речиси бегале од голот кога шутирал „демирхисарскиот Роберто Карлос“.

Петревски има и други позитивни особини што го вбројуваат во фудбалските спортски легенди. Има и еден интересен податок што можеби е и за во Гинисовата книга на рекорди. Имено, во 20–годишната фудбалска кариера Благоја има заработено само еден жолт картон и тоа заради истерување на топката во аут после фудбалскиот свиреж, што е еклатантен пример за каков фер–плеј играч станува збор.

– Во моите најдобри фудбалски години имав понуди од големи екипи, како Вардар и Пелистер, но моето професионално работно место во Болницата и желбата да останам во родниот крај беа посилни од мене, – вели Благоја.

– Таков е фудбалот. Има и добри и лоши натпревари. Добрите ги славиме и лесно заборавање, додека лошите порази, па и ако се прследени со лични киксови и промаршувања, тоа се памети цел живот.

Емотивен на порази, но јунак на победи, не одведе да ни го покаже реновираниот градски стадион на ФК Демир Хисар, местото на неговите победи и порази. Додека се шетаме и разговараме по фудбалскиот терен, со носталгија се присетува на убавите моменти.

– Во тоа време, на оваа иста трева, ги одмерувавне силите со екипи како Борец од Велес, Напредок од Кичево, Кораб од Дебар и др. И тогаш имаше комбинации за поткуп, но еден постар колега од тимот секогаш ме советуваше: „Немој да се вмешуваш во такви игри и да си го извалкаш образот“. И така образот ми остана чист до ден–денес.

Кога се зборува за овој мајстор на фудбалската игра, важно е да се каже дека во тогашниот белградски спортски весник „Спорт“, Благоја бил оценет со највисоки оценки. Тој играл фудбал до 1986 год. кога заради повреда на коленото ја завршува кариерата на активно играње. Извесен период бил тренер на својот матичен тим ФК Кутретино, а во овие години е активен во спортските пензионерски натпревари и тренер на пензионерската фудбалска екипа во мал фудбал на Долни Демир Хисар.

– Убаво е да се спортува. На моите внуци им ја раскажувам мојата спортска приказна за љубовта кон фудбалот. Сакам да сфатат дека спортот и радува и наградува, – вели пензионерот Благоја Петревски, демирхисарската фудбалска легенда.

Зоран Стевановски

ЗП Прилеп

Планините негов втор дом

Цели седумдесет години Благоја Костоски – Чакра, пензионер при ЗП Прилеп и член на планинарското друштво „Козјак“ ги „шпарта“ скоро сите планини во Македонија, во сите соседни држави, а и подалеку. Костоски има 84 години, членува сè уште во ПД „Козјак“ и одвреме–навреме прошетува до поблиските ридови околу Прилеп. Нема речиси планина која не ја познава и на чиј врв се нема качено. Витрините на Друштвото кое според кажувањето на Чакра е формирано од неговиот татко во далечната 1938 година, се полни со пехари, медаљи и плакети освоени од планинарите на ова друштво. Костоски има долга планинарска биографија, а со тоа и добиени многу признанија, пехари, плакети, награди и благодарници.

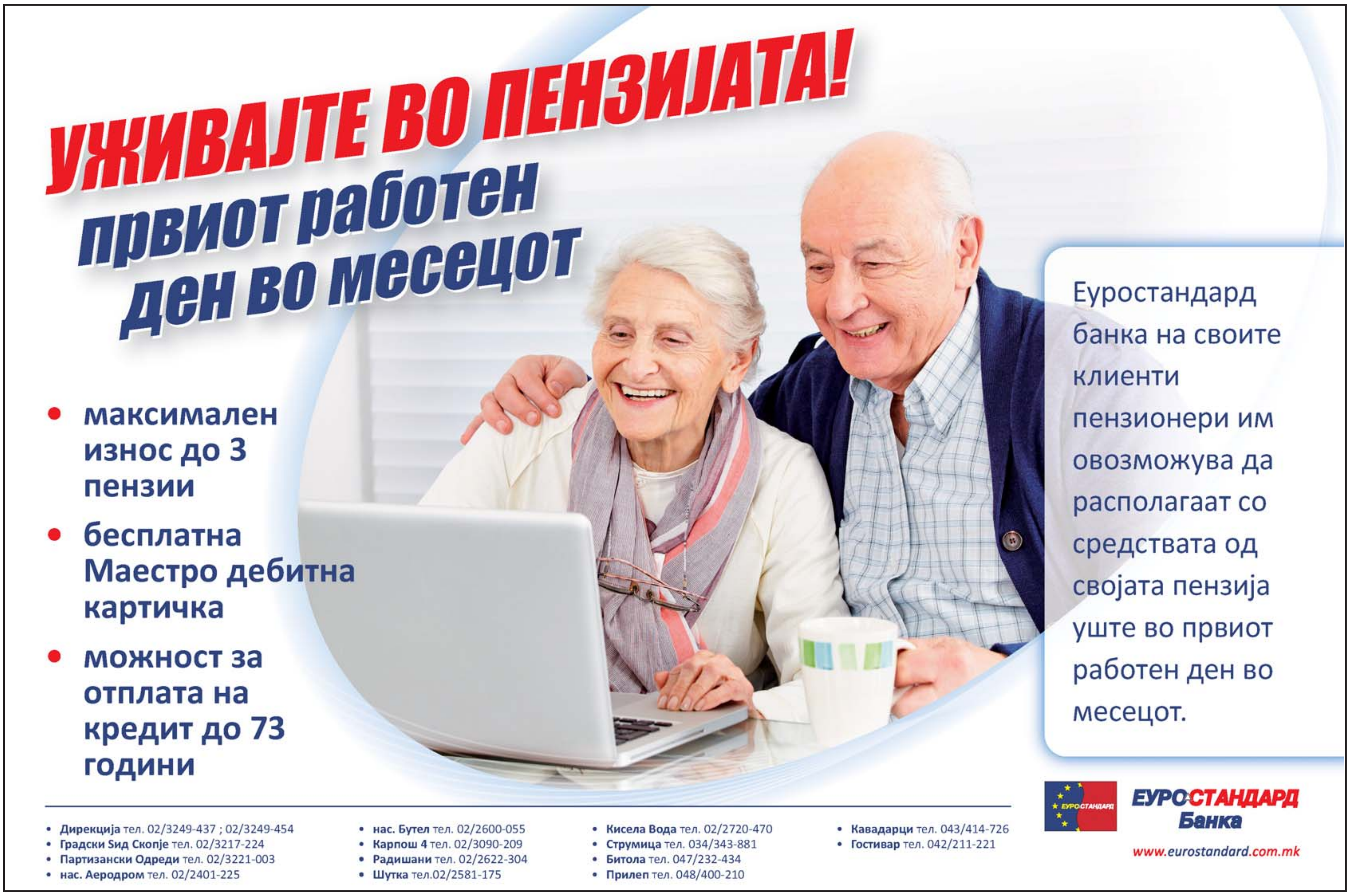
– Член сум на ПД „Козјак„ од мали нозе, од својата 14–та година. Ме „зарази“ да го засакам планинарството, а со тоа и планините, татко ми, – вели Чакра. – Јас ја имам и целата документација и фотографии со сите признанија што ги имаат освоено, планинарите на ПД „Козјак“. Сè ми е подготвено за издавање на една книга од многугодишното планинарење и „шетање“ по планините, но немам спонзор за да ја издадам, – додава Благоја Костоски. – За мене планините отсекогаш ми биле мој втор дом. Таму се чувствував и сè уште се чувствувам релаксирано, сигурно и на одреден начин сум секогаш одморен и задоволен, а секако и горд, кога ќе се качам на некој нов врв или планина, каде што не сум бил. А, за планини нема некоја во Македонија, а и во поранешна Југославија, во Србија, Босна, Хрватска, Црна Гора, Грција, Бугарија, Чешка, Полска, Италија каде што не сум бил. Сум се качил на познати врвови на Алпите, на планината, односно на кратерот на вулканот Везув. Тоа успеав да го направам на млади години, уште во 1959 година. Можеби треба да се спомене и врвот Вихрен, на повеќе наврати од двете страни на планината Пирин во Бугарија, потоа врвот Мусала од јужната и западната страна на Рила Планина, па врвови на Олимп во Грција, на Алпите во Австрија и многу други врвови и планини. Сум

се натпреварувал и сум добил многу признанија за тоа, – додава планинарот Благоја Костоски – Чакра кој сè уште не се откажува од планинарењето.

На Костоски посебно му значат наградите за животно дело на планинарската федерација на Македонија, наградата „Даре Џамбаз“, потоа наградата што ја има добиено од друштвото од градот Прилеп, 3–ноемвриската награда на градот за големиот придонес во планинарството во 2015 година, и други. Тука вреди да се спомене и златниот медал со повелба на Планинарскиот сојуз на Македонија. На овој веќе познат и признат планинар кој ги има поминато сите одговорни и раководни функции во ПД „Козјак“ сега му е жал што во Друштвото членуваат стотина членови од кои само триесетина се младинци.

– Нашето друштво беше најактивно и познато во повеќе држави, бидејќи учествуваше на повеќе маршеви и планинарски екскурзии. Некаде во 1988 година имавме од 2 500 до 3 000 членови. Многу сум натажен кога на превојот Дервен ќе ги видам голите ѕидови на Планинарскиот дом. Тој дом беше граден во иста форма и големина како оној што е на Водно над Скопје. Жалам што иако поведував повеќе акции до одговорните во Прилеп и пошироко не се изнајдоа средства за поправка на опожарениот дом, кој беше еден од најубавите домови во Македонија, – додава Благоја Костоски – Чакра.

К. Ристески



Mbledhja e nëntë e kuvendit të LSHPM

"PLAKAT I ART" Dragi Argirovskit për kontributin e tij në zhvillimin e organizimit pensionist si kryetar i LSHPM

Më 19 mars 2019 është mbajtur mbledhje e Kuvendit të Lidhjes së shoqatave të pensionistëve të Maqedonisë. Mbledhja ka pasur karakter raportues, por edhe festiv për arsye se kryetarit DragiArgirovskii është ndarë "PLAKAT I ART" për kontributin e tij për zhvillimin e organizimit pensionist si kryetar i LSHPM. Para se t`i ndaj këtë mirënjohje të lartë, kryetari i Kuvendit të LSHPM Besnik Pocesta ka thënë:

- Të nderuar të pranishëm, Këshilli ekzekutiv i LSHPM në mbledhjen e vet të 22-të mbajtur më datë 5 mars 2019, ka sjellë vendim kryetarit të LSHPM Dragi Argirovski t`i ndahet mirënjohje "PLAKAT I ART" për kontributin e tij të tërësishëm në zhvillimin e organizimit pensionist në Maqedoni dhe aktiviteteve të Lidhjes.

Lidhja e shoqatave të pensionistëve të Maqedonisë, në dekadën e kaluar duke ecur në rrugën e suksesit i ka arritur rezultatet e veta më të mira në 72 vitet e historisë së saj. "PLAKAT I ART" është falënderim dhe nder për gjithë atë që Argirovski ka bërë për LSHPM dhe anëtarësinë në tërësi.

Duke falënderuar kryetarin e Kuvendit të LSHPM Besnik Pocesta, kryetari i LSHPM **Dragi Argirovski** ka thënë:

- Kjo mirënjohje më e lartë të cilën më ndan Lidhja, për mua përfaqëson vërtetim se gjithë çka kam bërë për Lidhjen dhe për të gjithë pensionistët në Maqedoni ka bërë verifikimin me vet. Nëpër vite, angazhimet e mia kanë pasur vetëm një qëllim: jetë më të mirë, më me përmbajtje dhe më të organizuar të njerëzve të moshës së tretë tek na dhe më gjerë. Kuptohet se të arriturat e mia janë tuajat, janë të përbashkëta. Jam krenar që duke ndërtuar veten në punë dhe aktivitete në Lidhje kamë ndërtuar platformë solide për punë më të lehtë të drejtuesve të rinj dhe të gjeneratave të reja pensioniste.

Falënderim të veçantë edhe për bashkëpunëtorin tim të parë Besnik Pocesta, kryetar i Kuvendit të LSHPM. Shumë vite bashkëpunuam dhe rezultat i saj u bëmë edhe miq, ndërkaq, miqësia është diçka që ruhet, që na mbush zemrën me energji pozitive e cila vështirë krijohet ndërkaq lehtë humbet. Besnik Pocesta është një ndër ata njerëz i cili është i besueshëm dhe lojal edhe si bashkëpunëtor, por edhe si mik, ndërkaq, të tillët janë të rrallë. Posaçërisht më është kënaqësi që kjo mirënjohje e lartë në emrin tuaj ma dorëzon Besnik Pocesta, personi i cili 25 vite jep kontribut për jetë më të mirë të gjithë pensionistëve.

Më pastaj, të pranishmëve ju ka folur kryetari i Kuvendit të LSHPM Besnik Pocesta. Ai, ka folur për punën e Kuvendit të LSHPM në katër vitet e kaluara me ç' rast ka falënderuar të pranishmit për bashkëpunimin e shkëlqyeshëm:

- Në vitet e kaluara në të cilat unë isha kryetari i parë shqiptar i Kuvendit të LSHPM, me kënaqësi theksoj se bashkëpunimi me ju ishte në nivelin e duhur. Të gjitha detyrat dhe qëllimet programore janë realizuar me sukses. Posaçërisht dua të theksoj bashkëjetesën tonë dhe bashkëpunimin ndërkombëtar. Si projekte të mia dua të potencoj faqen në gjuhën shqipe në "Penzioner plus" si dhe shkrimet në gazetën "KOHA" si dhe bashkëpunimin me pensionistët nga Kosova dhe Shqipëria, për çka posaçërisht jam krenar. Punuam të gjithë bashkërisht, prandaj edhe kemi rezultate për respekt. Shpresoj se ashtu do të jetë edhe në të ardhshmen. Dhe atë e dëshiroj me sinqeritet dhe me gjithë zemër.

Në pjesën e dytë, në atë të punës së mbledhjes, pas aprovimit të procesverbalit të mbledhjes së 8-të të Kuvendit të LSHPM mbajtur më datë 18.12.2018, Propozim - Raportin për punën e Lidhjes për vitin 2018 arsyetim ka dhënë **Salltir Karevski** nënkryetar i KE të LSHPM. Ai, në fjalimin e tij ka potencuar se të gjitha aktivitetet të vëna në Program për punën e organeve dhe trupave të LSHPM për vitin 2018 janë realizuar me sukses duke i falënderuar angazhimit të drejtuesve në të gjitha nivelet, por edhe i secilit pensionist, se Raporti është shqyrtuar dhe aprovuar edhe nga Këshilli ekzekutiv dhe Mbikëqyrës dhe se në atë drejtim Lidhja duhet të vazhdoj në interes të të gjithë pensionistëve, kuptohet duke përfshirë edhe përmbajtje të reja.

Për Propozim Raportin vjetor për të hyrat dhe të dalat e realizuara financiare, me propozim - Vendim për aprovimin e llogarisë vjetore, për vitin 2018 me Raport të Këshillit mbikëqyrës të LSHPM, fjalë hyrëse ka dhënë **Mitre Stojanovski**, kryetar i Këshillit mbikëqyrës i LSHPM, i cili ka theksuar se në bazë të dokumenteve financiare të bashkëngjitura të cilin e ka shqyrtuar Këshilli mbikëqyrës, analizës së treguesve sistematik të të hyrave dhe të dalat tregon se LSHPM, ka punuar në bazë të ligjeve dhe Programit të aprovuar dhe Planit financiar për vitin 2018. Nga Raporti financiar për punën e LSHPM në vitin 2018 shihen shumë tregues pozitiv për punë me nikoqirllëk.

Pas diskutimeve të cilat pasuan pas këtyre dokumenteve të rëndësishme ato u aprovuan me vërejtjet e dhëna. Në mbledhje është aprovuar edhe Propozim - Vendimi për llogarinë përfundimtarepër vitin 2018. Mbledhja e re e Kuvendit të LSHPM do të zgjidhet në mbledhjen më 29.03.2019 në të cilën kryetarit të Kuvendit Besnik Pocesta do t`i ndahet "PLAKAT I ARGJENT" për kontributin e tij të tërësishëm për zhvillimin e organizimit pensionist në Maqedoni dhe aktiviteteve të Lidhjes. **K.S. Andonova**

Aktiviteti ndërkombëtar i LSHPM

Është pranuar delegacion i Lidhjes së pensionistëve të R Kosovës dhe delegacion i Lidhjes së pensionistëve të R Sllovenisë

Delegacioni i Lidhjes së shoqatave të pensionistëve dhe invalidëve të punës i Republikës Kosovë, më 28 shkurt 2019, ka realizuar takim oficial në LSHPM. Në delegacionin e Lidhjes nga Kosova ishte kryetari Shaban Kajtazi, sekretari Hasan Berisha dhe kryetarja e Aktivit të grave-pensioniste të Prishtinës Suvela Kasimi. Delegacionin e ka pranuar kryetari i LSHPM Dragi Argirovski bashkërisht me Besnik Pocestën, kryetar i Kuvendit të Lidhjes, Salltir Karovski, nënkryetar i Këshillit ekzekutiv dhe Stanka Trajkova sekretar i Këshillit ekzekutiv i LSHPM dhe Kalina S. Andonova, kryetar i Komisionit për informim në Lidhje. Të pranishmëve i pari ju ka folur kryetari i LSHP **Dragi Argirovski**, i cili ju ka shprehur mirëseardhje të ngrohtë dhe me këtë rast, ndër të tjera ka thënë:

- Me Lidhjen e pensionistëve të Sllovenisë bashkëpunojmë tanimë 10 vite.

LSHPM. Me këtë rast, kryetarët e dy lidhjeve, në lokalet e Lidhjes, në mënyrë oficiale kanë nënshkruar Memorandum për bashkëpunim që është Ajo është një jubile i bashkëpunimit tonë i cili është ngritur në miqësi të vërtet dhe të sinqertë. Në vitet e kaluara, drejtuesit e të dy Lidhjeve kanë punuar për të kënaqur interesat e pensionistëve të të dy vendeve. Bashkëpunimi më intensiv ishte në planin kulturor përmes pjesëmarrjes së shoqatave të pensionistëve anëtare të LSHPM në Festivali folklorik ndërkombëtar për moshën e tretë. ZDUS na ka ndihmuar në çdo pikëpamje dhe në të gjitha nivelet. Duke i falënderuar asaj shoqatat dhe pensionistët nga vendi jonë e kanë afirmuar pasurinë tonë kulturore, kulturën dhe traditën në R Sllovenisë dhe më gjerë. Duke falënderuar në mirëseardhjen dhe pranimin e ngrohtë zotëri **Marjan Shiftar** ka thënë:

përshëndetur përzemërsisht nga të gjithë të pranishmit në takim. Njëherësh janë shkëmbyer edhe Monografi të dy lidhjeve si dhe materiale tjera për njohjen e ndërsjellë. Me nënshkrimin e Memorandumit pritet që bashkëpunimi ndërmjet lidhjeve dhe shoqatave të intensifikohet.

Më 13 mars 2019, delegacion i pensionistëve i R Sllovenisë, ZDZS, në përbërje: Marjan Shiftar i Andrej Jus, kryetarë të Këshillit programor i Festivalit për moshën e tretë, Janez Levec dhe Melita Remshkar, drejtorë të organizatës "Prevent", Tihomir Kovaçiç, drejtor ekzekutiv i "Proevent" dhe Vanja Sitar drejtues i programit të projektit Festivalit për moshën e tretë, ishin në vizitë të LSHPM. Delegacionin e ka pranuar kryetari i LSHPM

Dragi Argirovski, ndërkaq në mbledhje kanë prezantuar: Besnik Pocesta, kryetar i Kuvendit të LSHPM, Salltir Karovski, nënkryetar i KE i LSHPM, Stanka Trajkova, sekretar i KE i

- Fillimisht dua t` ju përcjell përshëndetjet e të gjithë atyre të cilët deshën që të vijnë në Maqedoni, por për arsye objektive dhe të arsyeshme nuk erdhën. Pjesëmarrja juaj në Festivalin për moshën e tretë gjithnjë ka qenë e shënuar dhe e bukur. Edhe në të ardhmen do ju ndihmojmë në secilin plan në kufi të mundësive dhe përvojës tonë.

Tihomir Kovaçiç drejtor ekzekutiv i "Proevent" ka folur për organizimin e festivalit për moshën e tretë në të cilin pjesëmarrja e jonë e 10-të më 19 FTZHD do të shënohet në mënyrë të veçantë.

K.S.A.

SHP Strugë

Janë aprovuar raportet financiare dhe Llogaria vjetore për vitin 2018 dhe Programi për 2019

Kuvendi raportues i SHP Strugë në përbërje të zgjeruar për këtë vit kalendarik është mbajtur më 25 shkurt 2019. Në mbledhje janë shqyrtuar dhe aprovuar raportet financiare dhe Llogaria përfundimtare e shoqatës për vitin 2018, të cilat paraprakisht ishin shqyrtuar nga Këshilli mbikëqyrës, ndërkaq, raportin e ka arsyetuar anëtari i këshillit IdriIsmaili.

- Raporti financiar i Shoqatës e tregon situatën financiare të datës 31 dhjetor 2018.

Programi është realizuar në tërësi, ndërkaq rezultatet e punës për vitin që kaloi janë në pajtim me rregullat dhe rekomandimet financiare, - ka informuar kryetari i SHP Strugë, **Millorad Tërposki**.

Kuvendi ka vlerësuar se duke falënderuar shfrytëzimit efikas të mjeteve financiare dhe i të gjitha informatave të marra me kohë në vitin 2018, SHP Strugë, me sukses i ka kryer detyrat programore sipas dinamikës së planifikuar për realizimin e Programit për punë.

Më pas, të pranishmëve u ka folur duke i përshëndetur **Stanka Trajkova**, sekretar i KE i LSHPM, e cila Kuvendit i ka dëshiruar punë të suksesshme dhe kthimin e shtëpisë pensioniste "Galeb" për nevojat e pensionistëve të regjionit.

Fjalë përshëndetëse Kuvendit i ka përcjell edhe kryetari i shoqatës së binjakëzuar nga Krusheva, **Gligor Angeleski**, i cili ka dhënë amanet që shoqata ndër shoqatat e binjakëzuar të vazhdoj edhe pas zgjedhjeve të drejtuesve të rinj.

Të pranishmit i ka përshëndetur edhe kryetari i Makedonski Brod, Ilija Lacevski, si dhe përfaqësuesi nga SHB e Lidhjes së luftëtarëve nga Struga, **Ajredin Memedi** dhe sekretari i OB të Kryqit të kuq **Adhurime Dauti**, e cila në diskutimin e saj ka theksuar se bashkëpunimi me SHP Strugë, me sukses do të vazhdoj edhe në të ardhmen sikurse deri tani. Pas diskutimeve të gjitha dokumentet janë aprovuar njëzëri.

Në fund të mbledhjes, kryetari i Komisionit për çështje të statutit dhe juriudike **Fikrie Bekteshi**, ka propozuar për ndryshim dhe plotësim të Statutit të SHP Strugë, me qëllim të harmonizimit me statutin e LSHPM, propozim të cilin anëtarët e Kuvendit e pranuan pa vërejtje.

S. Kukuneshovski

SHP Dibër - Qendër Zhupë

Është mbajtur Kuvendi zgjedhor

Shoqata e pensionistëve Dibër - Qendër Zhupë, të shtunën ka mbajtur Kuvendin zgjedhor në të cilin për kryetar është zgjedhur Xhavit Karpuzi, i cili këtë post e ushtronte edhe deri tani.Votimi ishte i hapur dhe për të votuan 27 kuvendarët. Xhavit Karpuzi poashtu në këtë kuvend është zgjedhur edhe delegat përnë Kuvendin e LSHPM.

Pas rizgjedhjes për kryetar, Xhavit Karpuzi ka theksuar se në katër vitet e kaluara janë arritur rezultate të mira nga ana e shoqatës në realizimin e të drejtave të pensionistëve. Sipas tij, kanë pasur aktivitete të shumta të gjithë komisionet dhe shoqata ka qenë aktive në aktivitetet që janë realizuar nga ana e drejtuesve. Ai përshëndeti projektin qeveritar për rekreim pa pagesë në banjat për pensionistët në të cilin kanë marrë pjesë edhe pensionistët nga komunat Dibër dhe Qendër Zhupë. Po ashtu ai ka sqaruar se janë organizuar edhe ekskursione në vend dhe në Shqipëri. Ai ka shtuar se edhe në katër vitet e ardhshme do të angazhohet bashkë me anëtarët të organeve drejtuese që të organizohen aktivitete të tjera në interes të pensionistëve. Në Kuvendin zgjedhor sekretar është zgjedhur Petrit Imami. Kuvendi ka zgjedhur edhe Këshillin ekzekutiv dhe atë Mbikëqyrës .

Kuvendi i shoqatës të pensionistëve Dibër - Qendër Zhupë, ka aprovuar njëzëri edhe Programin e punës për periudhën 2019 - 2022. Në Program janë vendosur të gjithë detyrat programore të cilët janë në përputhje me Statutin dhe Programin të LSHPM si dhe me Statutin e shoqatës. Në programin e punës thuhet se shoqata Dibër - Qendër Zhupë ka 2111 pensionistë dhe do të vazhdojë të punojë edhe në 4 vitet e ardhshme në interes të anëtarëve të shoqatës. Veçmas do të aktivizohet në bashkëpunim me LSHPM në përmirësimin e pozitës të pensionistëve në Republikën e Maqedonisë Veriore.

Do ti kushtojë vëmendje aktiviteteve të komisioneve që janë themeluar nga Kuvendi i shoqatës, si dhe pjesëmarrjes të anëtarëve në manifestimet e organizuara nga Lidhja e shoqatave të pensionistëve të Maqedonisë Veriore.

Në programin poashtu theksohet edhe vendi dhe roli i menaxhimit të objekteve që jepen me qira, bashkëpunimit me shoqatat e tjera por edhe me institucionet lokale. **V. Sadiku**

ЗП Крива Паланка

Терапија со подигнато легло - древен метод за лекување за време на спиењето

Терапијата со подигнато легло при спиење позната е и како ИБТ терапија (*InclinedBedTherapy*). Оваа едноставна, бесплатна, а многу ефикасна метода и терапија за лекување со себе носи бројни долгорочни здравствени ефекти. Восхитените корисници ширум светот сведочат за нејзините позитивни ефекти по здравјето и квалитетот на животот. ИБТ терапијата се темели на многу едноставен принцип – подигнување на горните страни на креветот за околу 15 сантиметри, со што се постигнува подигнување на површината за лежење под агол од 5 степени хоризонтално. Се смета дека овој метод за лекување се применувал уште пред 5 илјади години во древниот Египет. Имено, креветите откриени во гробовите на фараоните биле до 15 сантиметри подигнати во горниот дел на телото. Дури и леглата на робовите направени од кал биле подигнати во иста мера. Се смета дека ниту една друга терапија не може да понуди толку здравствени бенефиции со толку малку средства.

1. Ја подобрува циркулацијата и детоксификацијата - Здравствените ефекти од оваа положба за спиење се многубројни. Во најзначајните се вбројуваат: подобрување на циркулацијата и засилена детоксификација на телото. Гравитацијата како последица на подигнатата положба на телото во текот на лежењето го подобрува протокот на телесните течности што постепено доведува до регенерација и оздравување на клетките, Понатаму, како последица на спиењето на подигнато легло телото побргу и посилно се загрева што придонесува до засилено потење и детоксификација на организмот преку кожата.

2. Го решава проблемот со апнејата и 'рчењето - Апнеја е сериозно пореметување на дишењето кое се јавува во тек на спиењето, а го карактеризираат периоди на престанок на дишењето. За време на спиењето се намалува тонусот на мускулите кои го придржуваат мекото непце, ресичката, јазикот и крајниците. Како последица на опуштање на тие мускули доаѓа до запаѓање на базата на јазикот, непцата, ресичките или задниот ѕид на ждрелото и до делумно или целосно затворање на дишниот пат. Слично е и со 'рчењето кое се јавува во тек на спиењето на рамна положба, на грб. Во таа положба мускулите на вилицата и ждрелото се опуштени, грлото се стеснува, јазикот исто така паѓа назад, па се создава отпор кон проток на воздухот, што како последица резултира со рчење. Експертите се сложуваат дека спиењето на подигнато легло може да биде ефективно решение за овие проблеми. Во подигната положба на спиење гравитацијата го спречува опуштувањето на јазикот, непцата или ресичките наназад, а со тоа и блокирањето односно затворањето на дишните патишта.

3. Помага кај дијабетес - Направените студии доделе доназнаки дека терапијата со подигнато легло може да биде поефикасна во намалување на нивото на шеќер во крвта. Позитивни резултати кај учесниците во истражувањата потврдени се веќе по терапија од осум седмици, а според тврдењата на експерти во случај на дијабетес неопходна е терапија во траење од минимум 6 месеци. Терапијата со подигнато легло во комбинација со ефикасни алтернативни лекови и дисциплиниран начин на живот, може во иднина да доведе до олеснување на заболените од овие болести.

4. Ја ублажува гастроезофагеалната болест - Терапијата со подигнатото легло докажано помага кај проблемот гастроезофагеалната болест кој настанува како последица на враќање на содржината на желудникот и дуоденумот и хранопроводникот. Во тек на лежењето на подигнато легло делувањето на гравитацијата придонесува за задржување на киселите сокови од желудникот, односно спречува нивно враќање во хранопроводникот. Со одржување на оптимална телесна тежина и избегнување на конзумација на никотин, масни и зачинети јадења, во денешно време речиси сите лекари на своите пациенти кои страдаат од ГЕРБ им советуваат и спиење на повишено легло во горниот дел.

5. Ја намалува зачестеноста на ноќното мокрење - Покрај мноштвото останати бенефиции, подигнатата положба при спиењето ефективно го решава проблемот со зачестената нужност од ноќно мокрење, Еден од ефектите на гравитација на телото подигната положба е додатното загревање на телото, а тоа го зголемува испарувањето од дишните патишта и од кожата и така ја намалува урината која ја произведуваме. Во текот на моето истражување за аголот под кој спиеме, работев со многу луѓе кои страдаат од цела низа болести вклучувајќи ја мултиплекс склерозата. Кај заболените од оваа болест потврдена е намалена зачестеност на ноќно мокрење во речиси секој поединечен случај, а ги имаше многу.

6. Го забавува стареењето - Врз темелот на досегашните искуства во примена на оваа терапија со сигурност се тврди дека класичната положба на спиење е еден од причинителите на привремено стареење. Во согласност со тоа уверување ИБМ терапијата во своите предавања не ретко се нарекува и „Фонтана на младоста".Според Флечер гравитацијата игра важна улога во забавување на процесот на пропаѓање на клетките, а со тоа и на стареењето. Освен тоа, неговите истражувања потврдуваат дека по спиење на подигнато легло значително се намалува потечноста на лицето и очите, а кожата станува поцврста и позатегната, што дополнително придонесува кон младолик изглед. Според мислењето на Флечер, недостатокот на гравитација е причина поради која астронаутите во космосот стареат десет пати побргу отколку на земјата. И НАСА своевремено објавила резултати од едно од своите истражувања кои потврдиле дека астронаутите во космосот забрзано стареат токму поради недостаток на гравитација.

Другите ефекти од оваа терапија - Терапијата со подигнатоо легло се уште се истражува, но веќе сега принципот на нејзиното делување е сосем јасен. Клуч на оваа терапија е зголемената способност на телото за обнова на сопствените клетки на природен начин, без користење штетни хемикалии или други нешта. Корисниците кои го применуваат овој метод направиле долг попис на здравствени подобрувања.

Според нив оваа терапијата може да се смета за вистински лек или ублажување на следниве тегоби и болести: Паркинсонова болест, мултиплекс склероза, повреди на грбниот 'рбетен мозок, краткорочен губиток на помнењето, срцеви и респираторни тегоби, висок крвен притисок, псоријаза, тромбоза, проширени вени, отоци, оштетување на очниот нерв, инфекција на бешиката, инконтиненција, сколиоза и болки во 'рбетниот столб, гангрена, растројство на метаболизмот, акни, несоница...

Оваа терапија можете сами да ја спроведувате во сопствениот дом. Се што ви треба е соодветен предмет, со помош на кој ќе ја подигнете горната страна на креветот. За почеток се советува висината на која ќе го подигнете креветот да не преминува повеќе од 5–7 сантиметри. Откако тело ќе се навикне на оваа положба, постепено зголемувајте ја висината сè до 15 сантиметри. **Напомена -** Почетните болки во мускулите може да траат од 1 до 8 дена, зависно од аголот, а главоболката од 5 до 10 дена. Подобрувањето не мора да настапи веднаш. Промените може да се почувствуваат по 3 – 4 седмици, а во поедини случаи и дури по неколку месеци. **Ако во телото имате хируршки вграден стран предмет (на пример стент) пред примена на ИБТ терапија консултирајте се со вашиот лекар!** Т.Г.

Микробранова печка

Микробрановата печка ни го олесни животот многу, а во исто време е и безбедна за користење, освен во неколку случаи. Осум нешта никако не смеете да ги загревате во микробранова печка, бидејќи може да дојде до нивно горење, размножување на бактерии, искрење, па дури и хемиски реакции кои резултираат со супстанци кои се штетни.

Еве за што се работи:

Јајца - Иако на интернет може да видите многу „сведоштва" на брзо варење јајца во микробранова, вистината е дека можете да подготвите само омлет. Ако пробате да варите јајце во микробранова, тоа ќе експлодира и вие ќе треба цело попладне да ја чистите од дамки од јајца.

Хартиени ќеси - Можеби ви изгледа како добра идеја обична пченка за пуканки да ја ставите во хартиена ќеса, но таа може да испушти боја и хемикалии, но и да се запали, доколку не е наменета токму за правење пуканки.

Овошје - Овошјето содржи вода која во микробрановата печка се претвора во пареа, која се шири низ парчето овошје, по што доаѓа до експлозија на лушпата. Ако наидете на рецепт во кој се бара поради некоја причина овошјето да се загрева во микробранова, исечете го на парчиња, бидејќи на тој начин нема да експлодира лушпата.

Замрзнато месо - Користете ја само програмата за одмрзнување. Во спротивно, ризикувате врз вашето месо да се развијат бактерии и брзо да се расипе.

Храна во пластични садови - Постојат садови кои се наменети за загревање во микробрановата. Другите пластични садови и чаши не ги ставајте таму, бидејќи поради топлината може да испуштат хемикалии и лош мирис на храната. Не користете ниту пластична и алуминиумска фолија за покривање на садот додека загревате.

Масла - Во некои рецепти за домашна козметика можно е да треба да загреете или растопите некое масло. Правете го тоа на рингла, бидејќи маслото не е супстанца која лесно се загрева во микробранова, поради тоа што не содржи вода.

Алуминиумска фолија - Храната која ја загревате не ставајте ја во алуминиумска фолија, за да не дојде до искрење или пожар во вашата кујна.

Работа напразно - Микробрановата печка не смее да работи напразно. Микробрановите навлегуваат во молекулите на водата во храната и на тој начин ја загреваат. Иако со маслото во микробранова ништо нема да се случи, во празната печка може да дојде до работа во празно и нејзино расипување. Б. Анг.

Мувла

Голем број на луѓе секојдневно се изложени на токсини од мувла, а не се свесни за тоа. Мувлата е тивка и опасна закана за сите нас, бидејќи може да расте зад ѕидовите, под подовите, а понекогаш ја има и длабоко во храната. Преку допир, преку дишење или со голтање најчесто ги внесуваме токсините од мувлата кои можат да предизвикаат различни тегоби во организмот до сериозни заболувања.

Многумина ја потценуваат „вистинската моќ" на мувлата, но таа понекогаш може да биде и смртоносна. Исто така, честопати се случува да не може да се пронајде коренот на некоја болест, а причната да биде токму мувлата.

Како напаѓа мувлата и како се рефлектира врз здравјето? - Постојат некои видови на мувла кои ослободуваат отровни и невидливи хемикалии, познати како микотоксини. Овие токсини тешко се уништуваат, но не е невозможно да се отстранат. Овие невидливи хемикалии го загадуваат просторот околу вас, сè околу вас, па дури и облеката и мебелот. Кога ќе навлезат во телото тие предизвикуваат оштетување на имунолошкиот систем, ги оштетуваат зглобовите, нервниот систем, но и повеќе од тоа! Микотоксините дури може да влијаат и врз вашето размислување, вашите чувства, а влијаат и врз должината на вашиот живот! Покрај овие невидливи хемикалии – микотоксините, мувлата може да генерира и иританти и алергени кои можат да предизвикаат надразливост кај луѓето, со различен степен, во зависност од чувствителноста на индивидуата. Според една студија 25 до 28% од Американците се веќе генетски предиспонирани да имаат проблем со влагата.

Кои се симптомите? - Најголемиот проблем при дијагностицирањето на хронична интоксикација со мувла се токму симптомите. Поради сличните симптоми, најчесто се заменува со други болести како што се: Лајмска болест, целијакија, фибромијалгија, синдром на хроничен замор...

Мувлата може да ги предизвика следниве здравствени проблеми:

– болки во зглобовите, замор, главоболки, чувствителност на храна, варирање на тежината, вкочанетост и пецкање, саматен вид, чувствителност на светлина, когнитивни проблеми, конфузија, губење на меморијата, променливо расположение, проблеми со спиењето, автоимуно заболувања, воспалителни проблеми, особено со белите дробови и друго.

Треба да бидете екстра внимателни доколку вашиот имунолошки систем веќе подолго време е намален. Мувлата може да предизвика сериозни заболувања со белите дробови, кожата, очите и др.

Каде се крие мувлата? - Кај нас во Македонија не се направени вакви истражувања, но замислете, во САД речиси 50% од зградите имаат оштетувања од вода. Кај нас во последно време никнаа голем број новоградби, па доколку го земеме истиот процент, би можело да се каже дека постои голема шанса да сме престојуваме во просторија со мувла. Мувлата ја сака влагата, што значи дека сè започнува од водоводните цевки и простории со лоша вентилација. Ако протекувал кровот, или ви протекло од соседите над вас, колку и да го маскирате ѕидот, мувлата се крие во порите. Затоа е потребно добро стругање и целосно менување на старите водоводни цевки.

Мувлата може да се крие и во амбалажата од купечките сокови! Но мувлата не се крие само на влажните места. Всушност, мувлата може да се развие и под тепих и зад ламперија, кај клима уредот каде што се собира прашина и влага, или на било кое место каде би ми можела водата тајно да патува.

Мувлата најмногу се размножува на темни и влажни места, но тоа правило не е конечно! - Постојат видови на мувла кои опстојуваат и се размножуваат на сува клима. Постои и мувла во храната која не се забележува: во житата, јаткастите плодови, чоколадото, кафето и виното. Значи, ако сте чувствителни на мувла, тогаш проверувајте го рокот на храната која ја консумирате и на нејзиното исправно чување. Секојдневно ние сме изложени на пестициди, разни растворливи токсични хемикалии, разни бактерии и вируси. И мувлата е еден дел од вкупното токсично оптоварување на нашиот организам. М. Дамјаноска

Маслинката и нејзините лековити својства

Маслинката е опишана во делата од древната египетска цивилизација, се спомнува во Библијата, а голема улога имала и во грчката митологија, каде што се спомнува кога божицата Атена, во натпреварувањето со Посејдон, фрлила капка вода во клисурата, на која потоа никнала маслинка.

Маслинките се многу добар извор на мононезаситени масни киселини и добар извор на витаминот Е. Дури 75 проценти од сите масти во неа ги содржи олеинската киселина, за која се покажало дека го намалува нивото на холестерол. Благодарение на стабилноста на мононезаситените масни киселини, маслинките имаат заштитно влијание врз клетките, особено во комбинација со витаминот Е. Со нивното заемно дејствување се намалува ризикот од оштетување на клетките, како и од настанување на воспалителни процеси.

Витаминот Е е главен антиоксидант, растворлив во масти, тој ги собира и ги неутрализира сите слободни радикали во сите делови на телото кои содржат масти. Слободните радикали, пак, предизвикуваат оштетувања, кои потоа можат да предизвикаат разни заболувања. Така, на пример, го оксидираат холестеролот, кој потоа се собира во артериите, а како последица на тоа може да настане срцев или мозочен удар. Со спречување на оксидацијата на холестеролот, маслинките го спречуваат развојот на болести на срцето.

Освен мононезаситени масни киселини и витаминот Е, маслинката содржи и бројни активни фитонутриенти, како полифенол и флавиноид, кои исто така имаат противвоспалителни својства. Со нивното делување се намалуват симптомите на астмата, остеоартритисот и реумата, три заболувања за чиешто настанување најголема вина имаат токму слободните радикали. Б.А.

Рузмарин

Рузмаринот е неверојатно здрава билка која како традиционален лек се користи со векови. Тоа е божја билка – лек за многу болести, а најмногу за оние кои имаат проблем со когнитивните способности. Во некои земји на факултетите се практикува студентите да ставаат гранче рузмарин во косата во текот на испитот, за подобра концентрација.

Студиите покажале дека рузмаринот содржи состојки кои се борат со токсичните елементи кои се таложат во мозокот, а кои не успеале да се отстранат во текот на спиењето.

Рузмаринот содржи природни состојки кои благотворно делуваат врз мозочните клетки, па со тоа се подобрува работата на мозокот, се подобрува размислувањето, памтењето и се донесуваат подобри одлуки. Студиите покажуваат дека рузмаринот исто така, ги обновува оштетените ДНК клетки. Истражувањето кое било спроведено со оваа билка, покажало дека луѓето кои вдишувале етерично масло од рузмарин, имале за 60 до 75% подобра меморија од останатите луѓе кои не го вдишувале ова масло.

Главниот елемент кој ја зголемува нашата меморија е цинеол. Според истражувањата, оние луѓе кои го користеле рузмаринот во одредени дневни задачи, покажале многу подобри резултати од останатите кои не го користеле. Рузмаринот е ефикасен и во борбата против промените во расположението, стресот, патмењето и подобрувањето на брзината на размислување. Колку повеќе се апсорбира цинеол, полку повеќе се постигнуваат подобри резултати. М.Д.

Промоција на книга од Марија Моневска

„Светот во мене и светот до мене“

Насловот на збирката поезија на пензионерката Марија Моневска го одбравме и за наслов на овој напис за неа, за нејзиното творештво и за нејзиното дело неодамна излезено од печат. Моневска е познат просветен работник од Кратово. Живее во Лозово, а со пишување се занимава уште од училишните клупи. На многу литературни конкурси во тој период и подоцна, ги освојува првите места. На литературните читања ширум Македонија, секогаш е дочекувана и испраќана со бурни аплаузи. Таа е долгогодишен наставник по македонски јазик, била директор, а денес е пензионерка и претседателка на Здружението на пензионерите на Општина Лозово.

Ова е кус извадок од биографијата на Марија,

но се определивме, се надевам дека ќе се согласите, со право, да одделиме малку поголем простор за нејзиното творештво и за нејзината книга – првенец „Светот во мене и светот до мене“. Моневска не престанала да твори од првите почетоци до денеска, но сега го прави првиот обид напишаното да го претстави во книга, а како што вели и самата, во иднина ќе има уште многу нови книги. Стихозбирката е составена од два дела. Во неа се сместени творби создавани во различни периоди, но најмногу се пишувани во последните години. Во првиот дел се поместени песните во кои е присутен светот што поетесата го носи во себе. Тоа е интимна лирика, лирика со многу емоции, длабоки чувства, лирика во која провејува имагинарниот свет, кој на моменти се претвора во реалност.

Во песните таа љуби, страда, мечтае, се бунтува против најразлични неправди, но на крајот во секоја од нив се гледа светлина, се гледа излез од темнината.

Во вториот дел од стихозбирката на Марија Моневска се песните во кои е сместен светот до поетесата, реалниот свет, сето она што ја опкружува: растителниот и животинскиот свет, но најмногу луѓето со нивните доблести. Во сите песни преовладува романтичното расположение на поетесата, сè оживува, на сè се восхитува, но незаборава да ги укори оние кои светот го прават неубав.

Поетесата со огромна љубов пее за Македонија, за Овче Поле, за Кратово, за Лозово, едноставно, но со многу одбрани зборови, а не заборава да влезе и во детскиот свет, поточно во своето детство поминато во Кратово. И посебно, како што правиме сите баби и дедовци и Марија својата љубов ја вградува во портретите на своите внучиња, ги оживува, така што читателот очекува секој миг да ги види пред себе. На внуките Анабела и Миа, на внукот Климент, им посветува прекрасни творби. Во нив гледа гордост, светлина, стремеж. Низ книгата „Светот во мене и светот до мене“ провејуваат две нишки, бела и црна и еден компромис.

Промоцијата на книгата била во нејзиниот роден град Кратово, на кратовскиот празник Св. Ѓорѓи Кратовски во присуство на преку 100 пријатели и посетители од Кратово, Лозово, Скопје, Велес и други места. Присутни биле градоначалниците на Општина Кратово, Општина Лозово и на други општини. Присутен бил и владиката Јосиф, а промотор – поетот и писател Панче Младеновски. Промоцијата била проследена со настапот на Кратовските тамбураши.

Ц. Илиева

ЗП Солидарност – Аеродром

Промоција на „Сценографското дело на Живоин Трајановиќ“

Монографските изданија за познати и признати сценографи секогаш биле и остануваат вистинска реткост. Промоцијата на монографијата „Сценографското дело на Живоин Трајановиќ“ од универзитетскиот професор Владимир Величковски беше необичен и интересен настан што се одржа на 26 февруари 2019 година во Клубот на љубителли на книгата при ЗП „Солидарност – Аеродром“, Скопје. За овој бележит труд кој привлече доста внимание кај пензионерите и за уметничкото дело на Трајановиќ покрај промоторот **Костадин Костадиновски** кој го образложи делото на посебен начин, говореа **Драги Аргировски**, претседател на СЗПМ, и писателот **Васил Тоциновски**.

Станува збор за творец кој повеќе децении со своите сценографии бил присутен и оставил трајни траги во телевизијата, драмската уметност, балетот и операта, како и со неговото ликовно обликување на голем број културни и книжевни манифестации, фестивали и други јавни приредби во кои тој на посебен начин ја изразува својата креативност и својата уметничка имагинација. Во секое негово дело тој целосно се дава и внесува живост и убавина. Неговите сценографии критиката високо ги вреднува истакнувајќи дека уметникот уверливо владее со сцената и гледачите автентично ги воведува во времето, просторот и карактеристиките кои ги градат сценските уметности. Како соработник на најпознатите балкански и европски режисери, диригенти и кореографи со кои остварил извонредно плодна и творечка соработка Живоин Трајановиќ се вградил себеси во тековите и резултатите на современата македонска сценска уметност. Голем дел од нив во монографијата се јавуваат со текстови што секако претставува прилог повеќе во афирмација на нашата уметност во поширокиот европски простор.

В.Т.

ЗП Куманово

26-та претстава на „Ленче Кумановче“

Драмската работилница на КУД „Ѓоко Симоновски“ при ЗП Куманово ја прикажа возобновената театарска претстава „Ленче Кумановче“ во салата на МКЦ „Козјак“ на 6–ти март 2019 година. Салата беше премала за сите посетителите кои дојдоа во голем број да ја проследат претставата.

Ова е 26–то прикажување на оваа битова драма по пауза од неколку години и секогаш изведувана пред верскиот празник Прочка. Пензионерите ја реализираа претставата со повеќе нови протагонисти и во режија на Јовица Станковски.

Претставата започна со песна и оро пред портата на прочуениот кумановец Аџи Трајко и со голем аплауз од публиката која со внимание го следеше секој чин, се сроживуваше со дејствијата на сцената, ги искажуваше своите емоции и ги наградуваше актерите со долг и бурен аплауз. Претставата беше оценета како многу добра од страна на публиката меѓу која имаше некои што ја гледале и по неколку пати. Во ансамблот за првпат се појавија неколку игроорци од фолклорната секција и музикантите: Стевче Китановски, Драган Димитриевски и Драгослав Цветковски, кои придонесоа амбиентот пред Прочка да биде весел, распеан, разигран, а костимите од тоа време го дополнија сценскиот приказ. Во подготовките на претставата посебно се залагаа Станиша Атсовски, Часлав Богатиновски, Славе Костовски и Живко Стефановски кои сами ги правеа сценските елементи, без материјални трошоци.

Дружењето по претставата во просториите на Здружението помина весело и со многу пофални зборови кои ги искажаа Славица Ламбаша, претседателка на Комисијата за културно–уметнички самодејности, режисерот Јовица Станковски и претседателот на кумановските пензионери Спирко Николовски.

С.Л.

ЗАНИМЛИВОСТИ

● Потребни биле 22 века за да се пресмета оддалеченоста меѓу Земјата и Сонцето и таа изнесува 149 400 000 км. Оваа бројка се добива ако се помножи висината на Кеопсовата пирамида со 1 000 000 000, а таа била изградена во Газа 30 века пред нашата ера.

● Ако се пресмета колку пати штурецот црцори во минута, и ако тој број се подели со 2, и му се додаде 9, и пак се подели со 2, ќе се добие температурата на амбиентот во целзиусови степени.

● Дизајниран е нов вид на туш, кој ја менува бојата на водата во зависност од температурата. Ладната вода има бела боја а жешката црвена. Нијансите зависат од степенот на загреаност со овој туш елиминирана е можноста од опекотини и настинка.

● Дизајнирана е камера за слепи. Наместо монитор апаратот има плочка на која рељефно е прикажана фотографијата, а корисникот со оштетен вид ја „гледа" допирајќи ја со рака или со челото. На почетокот од секоја фотографија камерата снима звук во траење од три секунди за полесно пребарување. Фотографиите можат да се праќаат и по Интернет.

● Слоновите подобро бројат и сметаат од луѓето, тоа е заклучокот до кој дошла Наоко Ирие, научник на Универзитетот во Токио. Таа вршела истражување во гратската зоолошка градина во Токио и дошла до заклучок дека слоновите се поумни од луѓето кога е во прашање ментална аритметика. Тестот се состоел од две кошници поставени пред слоновите. Во нив таа ставала различен број на јаболки, а слоновите требало да ја одберат кошницата со повеќе јаболки. Во 74 % од случаи слоновите ја одбрале кошницата со повеќе јаболки, а азиската слоница Ашја дури 87% од случаите. Тестот со луѓе бил со резултат помал од на слоновите, и изнесувал 67%. Послаб резултат имала и Наоко Ирие.

● Образована возрасна личност познава помеѓу 30 00 и 50 000 зборови, а според едно истражување во Франција, користи во секој дневниот живот само 8 000 зборови. При тоа научниците советуваат, кога ви е зборот на врвот од јазикот и неможете да се сетите, кажувајте ја азбуката, и ќе се сетите на зборот кога ќе дојдете до буквата на која почнува зборот.

● Научниците откриле дека може да се направат сончеви колектори под асфалтните патишта и улици. Оваа енергија може да се користи за осветлување и за парно греење. Колекторите се под земја, невидливи се, а ја намалуваат горештината во урбаните средини.

● Во светот има околу 73 000 различни јазици, а се користат само 83. Според лингвистот Дејвид Харисон секои десет дена „умира" по еден јазик.

М. Дамјаноска

КРСТОЗБОР

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. Едно годишно време; 17. Инсект сличен на пчелата (мн.); 18. Дел од слама; 19. Јаже приспособено за фаќање животни; 20. Жителка на Албанија; 21. Пејач кај старите Келти; 22. Бојно копје на старите Германи; 23. Сума; 24. Германски филозоф, Имануел (1724–1804); 25. Италијанска радиотелевизија (крат.); 26. Скриена појава; 27. Река во Австрија; 28. Свечена облека (мн.); 29. Знак за литар; 30. Знак за грам; 31. Лента; 32. Рецепт (крат.); 33. Одронување; 35. Кинески филозоф творец на таоизмот; 36. Американската глумица и принцеза од Монако (1929–1982); 37. Карика (мн.); 38. Единица за електрична енергија; 39. Името на народниот херој Николов (1916–1942); 40. Материјал складиран за подоцнежна употреба; 41. Смучарска опрема (мн.); 42. Руски композитор, Михаил (1804–1857); 43. Австриска новинска агенција (крат.); 44. Материја што се користи за запаливи бомби.

Вертикално: 1. Палестинска ослободителна организација (крат.); 2. Растење; 3. Она што останува (мн.); 4. Согласка и самогласка; 5. Автознак за Шпанија; 6. Кутија зацигари; 7. Авари; 8. Автознак за Сараево; 9. Мастило (англ.);10. Јунак од телевизиска серија; 11. Знак за ловец во шахот; 12. Првите две букви; 13. Жителка на иот полуостров; 15. Муслиманско машко име; 17. Хемиски знак за литиум; 18. Остров во Меланезија; 20.Симбол; 21. Градво Италија; 23. Јуниор (крат.); 24. Народна република (крат.); 25. Две исти согласки; 26. Трнливо растение; 27. Град во Франција; 28. Стоти дел од динарот; 29. Муслиманско машко име; 31. Град во Франција; 32. Река во Романија; 33. Различни согл аски; 34. Екипа; 36. Буква од абецедата; 37. Епос; 38. Две согласки; 40. Знак за кралот вопахот; 41. Првата буква.

Лик и состав: Георги Хаџи-Васков

Решение: пролет, оси, сламка, ласо, албанка, бард, ост, збир, Кант, РАИ, тајна, Ин, одори, л, г, трака, РП, одрон, Лао, Кели, алки, ват, Орфе, резерва, скии, Глинка, АПА, напалм.

Хумор

Абе овој Трпе стана досаден веќе, никогаш нема пари.
– Што бе, ти бараше пари?
– Не, ја него му барав.

* * *

Баба и дедо седат во дневна соба и гледаат телевизија кога дедото прашува:
– Бабо ма, се сеќаваш ли каде ги оставив наочарите?
– Не.
– Бабо, зошто не земаш некое апче против заборавање!?

* * *

Трпе оди на доктор:
– Докторе, имам проблем со станувањето!
– Кога најчесто ви се случува тоа?
– Кога сум во кафана!

* * *

Му прават интевју на некој сточар во планинско село кој имал 100 години:
– Кажете ни, која е вашата тајна за долг живот?
– Епа прво, работам на планина на чист воздух и тоа ме прави здрав и како второ веќе 100 години јас им кажувам на говедата што да прават, а не тие мене.

* * *

Ало, полиција? Удари две кокошке, што да праву?
– Помести ги на страну да не сметав у сообраќај и не не замарај с'с глупости!
– А с'с њино пежо што да праву?!

* * *

Полицаец застанува возач:
– Знаете дека управувате со неисправно возило?
– Не! Што не е во ред?
– Нешто ви тече од камионот.
– Ми тече дечко. Ова е цистерна за миење улици!

* * *

Трпе отишол кај Цветко на гости:
– Ке може да ми го кажеш пасвордот од вифито?
– На гости не се седи повеќе од пола саат – споено!

* * *

Цветко влага во аптека и прашува:
– Што имате да ми препорачате против брчки?
– Паа... Фотошоп!

* * *

Трпе подзамислен и кажува на Трпана:
– Трпано, кога бебе ќе си го испие шишето и заспие, сметаш дека е многу слатко?
– Да, зошто?
– Епа, како ја кога ќе го испијам шишето и заспијам, сум бил пијаница?!

* * *

Трпе купува автомобил Ауди, па Трпана му вика:
– Трпе колата е половина моја, сакам и јас да се научам да возам!
– Точно Трпано, колата е навистина пола твоја, ама заборавиле на твојата страна да стават волан!

Мравката и гулабот

Ожеднела мравката и отишла до изворот по вода, но ја потфатила матицата и почнала да се дави. Ова го видел гулабот што стоел на дрвото. Скршил едно гранче, го фрлил во водата и мравката, фаќајќи се за него се спасила од водата. Утредента дошол ловец со стапици за гулаби со намера да ги лови. Мравката го видела ова и веднаш го каснала по рацете. Ловецот од болка ја фрлил стапицата а гулабот успеал да летне.

Поука: Ако некој ти стори добро, треба да му вратиш со добро.

ЗП Гази Баба

Празнување на 8-ми Март

Активот на пензионерки при ЗП Гази Баба, го одбележа Денот на жената, Осми март, на средба на која учествуваа скоро триста и дваесет пензионерки членки на здружението, како и други гости во ресторанот „Далија“.

Најпрво присутните со желби за многу здравје и долг живот, празникот им го честиташе потпретседателката на Активот на пензионерки, **Стојна Тодоровска**. Таа потенцираше, дека Активот на пензионерки има значајна улога во извршување на многу активности во рамките на здружението.

– Женската посветеност е нашата најголема убавина. Ние жените можеме многу повеќе, само треба да ја најдеме храброста во себе и да тргнеме по патот кој знаеме дека ќе не исполни – рече Тодоровска.

Топло добредојде на гостите им посака и претседателот на здружението **Ѓорге Андонов**, кој упати срдечни честитки до припадничките на понежниот пол. Тој истакна дека здружението се грижи во текот на целата година, пензионерките да се чувствуваат убаво, бидејќи жената претставува столб на семејството, а овој ден е само едно мало внимание за одбележување на празникот.

Во прекрасниот амбиент и добро расположение, придружени со музика во живо, пензионерките поминаа уште еден незаборавен ден. Весели, разиграни и распеани во ведро расположение беа неуморните игроорки и песнопојки.

В. Пачемски

ЗП Охрид и Дебрца

Со поезија и заедничко празнување одбележан осми март

Активот на пензионерки при ЗП Охрид и Дебрца, по повод Осми март меѓународниот ден на жената, годинава заедно со Градската библиотека „Григор Прличев“, организира поетско читање под наслов „Убав и нежен стих – ист како жените“.

Група жени – поетеси членки на Здружението на пензионери и членки на програмата „Грижа за стари лица“ при Црвениот крст – Охрид, читаа свои творби посветени за жената и убавината. Во програмата со лични творби посветени на жената настапија пензионерките **Иванка Балева, Марија Младеноска, Горка Донеска**, а со извадок од својата поема посветена на мајката и стихови од охридската поетеса Кристина Руденска настапи поетот **Љупчо Милковски**.

Свој настап во рамките на проектот „Вие нам музика, ние вам книга“ на библиотеката и ОМУ „Методи Патче“ имаше младата и надежна виолинистка Лина Николеска.

М-р Милчо Јованоски од библиотеката кој беше медијатор на настанот од богатата ризница на македонската поезија презентираше љубовни стихови во кои е опеана убавината и нежноста на жената. Тој презентираше извадоци од песни посветени на жената од Блаже Конески, Петре М. Андреевски, Кочо Рацин, Матеја Матевски, Ацо Караманов и неколку руски класици.

Директорката на библиотеката Гордана Змејковска на учесниците во чест на 8–ми Март им подари по една книга од авторката Вера Самарџијанин.

Присутните ја погледаа и изложбата на дела од роднокрајните автори родени во март: Јане Велјаноски, Левко Андоновски, Мито Спасески, Благородна Буџак, Славе Ѓорѓо Димоски, Маринела Јовановиќ и Томе Илевски.

Празникот на жената охридските пензионерки го одбележаа и со заедничка свеченост со Активот на жените на Здружението на трудови инвалиди во хотелот „Амбасадор“. Од името на ЗП Охрид и Дебрца празникот им го честита претседателот **Ѓорѓи Трпчески**, кој им посака добро здравје и уште многу вакви заеднички празнувања на пензионерките од двете здруженија.

К. Спасески

ЗП Штип

Осмомартовски активности

Новоформираниот Актив на пензионерки при ЗП Штип по повод 8–ми Март организираше прослава на 3.3. 2019 година во Хотел „ОАЗА“ во Штип на која присуствува околу 450 гости. На присутните од страна на претседателката на Активот **Владанка Бочварска** им беше подарен по еден цвет и торбичка со логото на Здружението. Присутните ги поздрави и на дамите им

го честиташе празникот претседателот на ЗП Штип **Ристе Нетков**, а претседателката на Активот Бочварска, се наврати на историската борба на жената за нејзините права во општеството.

На 5.3.2019 година, во просториите на Здружението се одржа коктел за поранешните и сегашните членки на Собранието и за станарките кои живеат во Пензионерскиот дом. На прославата присуствуваше и градоначалникот на Општина Штип **Благој Бочварски** кој се заблагодари за поканата и се обрати на присутните со излагање за активностите кои ги презема локалната самоуправа во врска со изградбата на домот за стари лица во Штип, а истовремено ја искористи можноста да им го честита празникот 8 Март со желба за многу здравје и среќа и убави моменти во животот. Од страна на Здружението на градоначалникот му беше врачен пригоден подарок кој го изработија вештите раце на пензионерките. Дружењето беше збогатено со фотографирање за спомен, а пензионерките изразија благодарност до раководството на Здружението и до претседателот Ристе Нетков што им го овозможија ова незаборавно дружење, со желба истото да продолжи и во наредните години. Не останаа заборавени нуту пензионерките кои не можеа да присуствуваат на прославата. Тие беа посетени во нивните домови каде што им беа подарени по еден цвет и пригодни пакети.

На 7 март 2019 год. во НУЦК „Ацо Шопов“ во Штип, се организираше изложба под наслов „Љубовта мириса на пролет“ со слики на седум сликари од кои на две пензионерки: Нада Крумнакова и Голуба Хилјадникова. Се промовираше и романот „Боцкаво лето“ од пензионерката Даница Фичорска, а промотор беше Добрила Јовева. Пензионерите активисти во СБ Штип, на 8 Март положија свежо цвеќе пред бистите на хероините, Вита Поп Јорданова – Цена и Вера Циривири – Трена, каде што поетесата и писател **Цвета Спасикова**, поднесе реферат за значењето на Денот на жената, а децата од градинка рецитираа и пееја песнички за мајката.

Ц.С.

ЗП Центар

Прослава на 8 март

Во март се одбележува меѓународниот ден на жената – Осми март. Тоа е денот кога се одбележува борбата на жените за економска, политичка и социјална рамноправност. И ако за такви цели жените се борат за време на работниот век, после пензионирањето, тие во одбележувањето гледаат можност за прослава со другарување меѓу себе, за веселба со музика и вкусна храна. Овој ден го одбележува празнично и ЗП Центар.

Одбележувајќи го овогодишниот Осми март пензионерките од ЗП Центар немаа музика, но таа не им недостасуваше. Како да им беше доволна можноста да се изнапрекажат, да си ги споделат радостите за семејствата и особено за внучињата, да си разменат по некоја шега, најчесто на своја сметка, да се изнасмеат...

Деведесетина жени – пензионерки од ЗП Центар, од сите ограноци на здружението, за да се чувствуваат убаво и празнично на овој ден, се погрижи нивното здружение организирајќи им ја средбата во ресторанот што се наоѓа во дворот на ЗП Центар. Времето беше прекрасно, атмосферата пријатна, амбиентот исто така. Круна на средбата беше одбележувањето на деведесеттиот роденден на најстарата пензионерка во здружението Марија Мијалкова. По тој повод претседателот на здружението Павле Спасев и подари букет со прекрасни цвекиња, а присутните ја наградија со силен аплауз и желби за уште многу вакви заеднички прослави.

Сѐ на сѐ, годинашната осмомартовска средба на пензионерките од ЗП Центар беше убава и незаборавна, исполнета со искрени насмевки и среќа, со убави чувства и дружење.

Ц. Илиева

ЗП Прилеп

Весело осмомартовско празнување

Пензионерките на прилепското здружение во организација на Секцијата на жени први во градот го одбележаа Денот на жената. Тие, околу 200 се собраа во Централниот клуб на Здружението и неколку часа се дружеа слушајќи лични творби, песни посветени на мајката од поетесите – пензионерки. Претседателката на Секцијата, **Снежана Димеска** најпрво ги поздрави и ги потсети на почетоците на одбележувањето на овој меѓународен празник на жената. Свои честитки и желби за уште многу такви средби со повод искажа и претседателот **Славко Трајкоски**. Тој поздравувајќи ги присутните им кажа дека

сега во Собранието, а и во другите тела на Здружението бројот на пензионерки се зголемил споредено со претходниот состав.

Свои музички настапи имаа и членовите на двете КУД при ЗП Прилеп, „Пензионер“ и „Пенка Котеска“.

Одбележувања на Осми март имаше и во ограноците каде околу илјада пензионерки се дружеа со песни и музика. Главното одбележување пак во организација на Секцијата на жени при ЗП Прилеп се одржа на Денот на празникот на жената – Осми март во ресторанот „Ла Каза Гранде“ каде се дружеа околу 300 жени од Прилеп и четириесетина гостинки од Здружението од Демир Хисар. Таму исто така ги поздрави претседателот Славко Трајкоски. Честитки по повод Осми март на присутните им упати и градоначалникот на Прилеп, **Д-р Илија Јованоски**. Свој краток поздрав имаше и претседателката на новоизбраното собрание на ЗП Прилеп, **Роза Василеска**. Градоначалникот на Прилеп ги посети и Денот им го честиташе и на штитениците на Домот за стари лица „Киро Крстески – Платник“.

К. Р.

ЗП Струга

Забава по повод 8-ми Март

Иоваа година, како сите други изминати, во чест на празникот 8–ми Март – Меѓународниот ден на жените, пензионерките од Струга, во весела атмосфера го одбележаа и прославија во ресторанот од хотелот „Бисер“ кај манастирскиот комплекс Калишта во Струга, во присуство на 50 пензионерки и пензионери. Кон оваа осмомартовска забава се вклучи и ЗП Ресен со 120 пензионери и ЗП Кичево со 60 пензионерки и пензионери.

Во име на претседателот Милорад Трпоски на Здружението на пензионери од Струга, како и во име на претседателката на Активот на пензионерки Елисавета Лазареска, честитки до дамите од третата доба и посакувајќи им добро здравје, долг живот, среќа и активни пензионерски денови и повторни средби во наредните години, им посака членот на Активот на пензионерки **Павлина Кузманоска**.

Во прекрасен амбиент и добро расположение, придружени со звуците на групата „Три браво“, разиграни и распеани во ведро расположение, пензионерките поминаа уште еден незаборавен ден.

По повод 8–ми Март струшкиот „Црвен крст“ како знак за внимание и почит, им подари цвеќиња на пациентите во Општата Болница Струга, а волонтерите на Црвениот крст делеа цвеќиња на дамите по улиците низ градот, истакна секретарката **Адурије Даути**.

С. Кукунешоски

П Л А Н
на одржување на ревиите на песни, музика и игри за 2019 година

Р. број	ЗП учесници во Ревијата по региони	Датум и домаќин
1.	ЗП: Демир Хисар, Битола, Прилеп, Ресен и Крушево	**18 април, Прилеп**
2.	ЗП: Карпош, Ѓорче Петров, Тетово, Шуто Оризари, Бутел и Тафталиџе.	**19 април, Тетово**
3.	ЗП: Куманово, Солидарност – Аеродром, Крива Паланка, Чаир, Центар – Скопје и Кратово.	**7 мај, Центар**
4.	ЗП: Воени пензионери, Кисела Вода, Гази Баба, Сарај, ОВР и Илинден.	**10 мај, Воени пензионери**
5.	ЗП: Гевгелија, Велес, Неготино, Кавадарци, Богданци, Дојран, Валандово и Демир Капија.	**15 мај, Валандово**
6.	ЗП: Виница, Кочани, Македонска Каменица, Делчево, Берово и Пехчево.	**17 мај, Виница**
7.	ЗП: Струмица, Пробиштип, Штип, Св. Николе, Злетово, Радовиш и Конче, Ново Село и Лозово.	**18 мај, Свети Николе**
8.	ЗП: Охрид и Дебрца, Гостивар, Кичево, Македон. Брод, Вевчани, Струга, Дебар и Центар Жупа и Лабуништа.	**20 мај, Вевчани**
9.	9–та Републичка ревија на песни, музика и игри ќе се одржи во Дом на АРМ – Скопје	**7 јуни, Скопје**