



Трета седница на Собранието на СЗПМ

И под специфични околности Сојузот работи во континуитет

10.7.2020 година, под специфични околности поради пандемијата од корона вирусот, односно со маски и меѓусебно растојание на присутните членови на Собранието на Сојузот на здруженијата на пензионери на Македонија, се одржа третата седница на Собранието на СЗПМ. Седницата требаше да се одржи уште 17 март 2020 година, но заради пандемијата и со цел да се заштити здравјето на членовите и нивните најблиски, беше одложена речиси цели три месеци. Со седницата раководеше претседателот на Собранието на СЗПМ м-р Илија Адамоски, а

тај преку една заокружена синтеза се обработува одреден период во работата на Сојузот, поточно работата во 2019 година.

Во првиот дел на Извештајот се прикажани остварувањата на програмските активности, со дадени статистички податоци за бројот на корисниците на пензија, просечни пензии, распоред на членарината, усогласувањето на пензиите и друго. Во врска со усогласувањето на пензиите прикажани се активностите на Сојузот со највисоките органи каде беа истакнати сите барања од интерес на корисниците на пензија што резултираше со зголемување на пензијата на сите пензионери.

Во 2019 година, дадена е материјална поддршка на здруженијата на пензионерите кои беа домаќини на ревиите и спортските натпревари, на здруженијата кои организираа пензионерски средби, како и на помали здруженија кои отвораа клубови за пензионери или вршеа адаптација на



на седницата покрај членовите присуствуваа и претседателот на Надзорниот одбор Митре Стојановски, претседателот на Комисијата за спорт и рекреација Здравко Петковски и Марија Монева, заменик претседател на Координативното тело на Активи на пензионери. Седницата започна со мало задоцнување бидејќи требаше да се обезбеди кворум.

Со едноминутно молчење, на почетокот на седницата, им се оддаде почит на починатите членови на СЗПМ.

На седницата најважни точки беа: усвојување на Извештајот за работа на СЗПМ за 2019 година, усвојување на Финансискиот извештај за приходите и расходите за период 1.1.2019 до 31.12.2019 година и Извештај за работа на Надзорниот одбор на Сојузот, како и усвојување на Годишната сметка на Сојузот на здруженијата на пензионери на Македонија за 2019 година. Покрај тоа, на седницата беа усвоени и изменување и дополнување на Правилникот за спортски игри на пензионерите, кои се организираат од страна на Сојузот веќе 25 години во континуитет.

Според вообичаената воспоставена практика, претседателката на Сојузот Станка Трајкова ги наброја и кусо ги образложи активностите на Сојузот меѓу двете седници, потенцирајќи дека во месеците на пандемијата имаше повеќе обраќања кон членството преку објави на веб страницата на СЗПМ, преку писма до здруженијата, преку написи во пишаните медиуми, преку соопштенија до сите медиуми преку МИА и преку неколку обраќања во живо на националните телевизии на кои зборуваше 3 пати таа и еднаш подпретседателот на ИО на СЗПМ Ментор Коку. Исто така, информираше претседателката Трајкова, беа одржани 2 седници на ИО на СЗПМ и една седница на 7.7. 2020 со маски и потребна дистанца во зградата на ССМ. На седницата на ИО се дискутираше за можности под кои би се одржале Ревиие на песни, музика и игри и спортските натпревари, се разбира, ако се создадат услови за тоа, заради корона вирусот. Исто така, таа ги информираше присутните дека е во тек конкурсот за финансиска поддршка на творештво и издавачка дејност на пензионерите, членови на СЗПМ, како и оформување на социјална карта во ЗП Валандово и ЗП Битола.

Потоа, претседателката Трајкова го елаборираше Извештајот за работа на СЗПМ за 2019 година и меѓудругото рече:

– Во Извештајот дадени се сите содржини за сработеното во текот на една година од страна на овој нов состав на Собранието кој беше избран во март 2019 година. Овој извештај се одликува со исполнителност, прегледност и објективност. За еден Извештај да биде објективен потребно е да ги содржи постигнатите резултати, но и недоволно, односно неуспешно извршените програмски задачи. Со овој Извеш-

тај преку една заокружена синтеза се обработува одреден период во работата на Сојузот, поточно работата во 2019 година.

Подготвен е Правилник за материјална поддршка на здруженијата на пензионери, како и Правилник за финансиска поддршка за издавачка дејност и творештво.

Посебно место во работата на Сојузот во 2019 година беше посветено на работата на Регистрираната организација за солидарен фонд и членарина. Се изврши уточнување на податоците за членовите по здруженија, при што се изврши шифрирање на преку 90 000 членови кои правото на пензија го оствариле од 15.02.2015 година до 30.06.2019 година, а во почетокот на оваа година се ажурирани податоци до 31 декември 2019 година.

Работата околу пензионерските и старските домови е во тек.

Ревиие на песни, музика и игри успешно се завршени. Најдобрите две здруженија, Гази Баба и Виница мошне успешно го претставуваа Сојузот и нашата држава на Меѓународниот фестивал на трета животна доба во Љубљана. На фестивалот шеф на делегацијата беше Горге Андонов, претседател на ЗП Гази Баба, кој ја прими наградата за 10-годишно претставување на Сојузот на овој престижен меѓународен фестивал.

Спортските натпревари, исто така, успешно беа реализирани.

Сојузот оствари меѓународна соработка и со повеќе земји и оваа активност и понатаму ќе биде во фокусот на активностите на Сојузот.

Информирањето на Сојузот е препознатливо со објавување на весникот „Пензионер плус“. Координативното тело на активите на пензионери донесе Програма за работа на наредниот период. Тоа даде голем импулс во работата на Активите, особено во хуманитарните активности, – истакна претседателката на СЗПМ, Трајкова.

Претседателот на Собранието на СЗПМ, м-р Илија Адамоски во својата дискусија по извештајот, потенцираше дека Извештајот е добро подготвен, и дека ваков добро подготвен Извештај во изминатите мандати немало и дека секоја тема и активност е јасно и концизно прикажана. Тој се осврна на здравствената заштита на пензионерската популација истакнувајќи дека таа треба да биде уште подобра и посоепатна бидејќи тие во својот работен век вложиле многу во здравствениот систем на нашата земја.

По дискусијата во која зедоа учество повеќе делегати, Извештајот беше оценет како сеопфатен и беше едногласно усвоен.

За Финансискиот извештај за остварените приходи и извршените расходи за 2019 година на Сојузот, кратко образложение даде секретарот на СЗПМ, Менка Темелковска, која истакна дека во претходната година се остварени приходи во износ од 9.132.282 денари. Приходите од членарина изнесуваат 8.249.088 денари и истите се зголемени во споредба со приходите од 2018 година како резултат на порастот на бројот на корисници на старосна пензија. 90 % од приходите се остварени од членарина, а само 10 % од други приходи. Вкупните расходи се остварени во износ од 7.567.982 денари и истите се пониски во однос на планираните и остварените во 2018 година, што значи дека се штедело и рационално се користени средствата. Најголем дел од расходите или 56% се однесуваат на функционалните расходи, околу 18% на интелектуалните услуги и 26% на другите расходи.

По Финансискиот извештај концизно образложение даде и претседателот на Надзорниот одбор Митре Стојановски. Тој информираше дека во 2019 година Надзорниот одбор одржал 6 седници што укажува на зголемени активности. Во своето образложение тој потенцираше дека извршените приходи и расходи на Сојузот се реално прикажани, а вишокот на приходи над расходите ИО предлага да се распоредат односно да се наменат за развојни компоненти на работата на Сојузот и во интерес на членството.

По дискусијата на повеќемина, Финансискиот извештајот и извештајот на ИО, беа едногласно при- своени, како и Годишната сметка на Сојузот за 2019 година. Се донесе одлука истата да биде објавена на веб страницата на СЗПМ и во весникот „Пензионер плус“.

За Предлог-Правилникот за измена и дополнување на Правилникот за спортски игри на пензионерите, и за потребите од изменување и дополнување, образложение даде претседателот на Комисијата за спорт и рекреација при ИО на СЗПМ, Здравко Петковски.

На седницата беа донесени и разгледани и повеќе одлуки поврзани со тековното работење и активностите на Сојузот, како што се измени на составот на Собранието на СЗПМ, измена на претседател на Статутарната комисија, Одлука за изменување и дополнување на Одлуката за условите за прием на членство во СЗПМ на новоосновани здруженија на пензионери и друго.

Калина С. Андонова

СОЈУЗ НА ЗДРУЖЕНИЈА НА ПЕНЗИОНЕРИ НА МАКЕДОНИЈА
СЗПМ
10-ТОРТИЕ
10.7.2020

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 10.07.2020 година, донесе

ОДЛУКА
за усвојување на Годишната сметка и распоредување на нето вишокот на приходи за 2019 година

Член 1
Се усвојува Годишната сметка за 2019 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	9.666.982,00 денари
Тековни приходи	9.132.282,00 денари
Пренесени приходи	534.700,00 денари
2. Вкупни расходи	
Расходи од работењето	7.567.982,00 денари
3. Вишок на приходи (Добивка)	
Пред оданочување	2.099.000,00 денари
Данок на непризнаени расходи	0,00 денари
Нето вишок на приходи (добивка)	2.099.000,00 денари

Член 2
Остварениот нето вишок на приходи (добивка) за деловната 2019 година во износ од 2.099.000,00 денари се распоредува за:

- 815 – нето вишокот на приходи – добивката..... 2.099.000,00 денари

- 825 – за други намени 2.099.000,00 денари

Член 3
Оваа одлука влегува во сила со нејзино донесување.

Претседател на Собрание на СЗПМ
М-р Илија Адамоски

ВО ОВОЈ БРОЈ...

АКЦЕНТИ ОД ИЗВЕШТАЈОТ ЗА ОСТВАРУВАЊЕ НА ЦЕЛИТЕ И ЗАДАЧИТЕ НА СЗПМ ЗА 2019 ГОДИНА **стр. 2**

ИНТЕРВЈУ СО м-р. ИЛИЈА АДАМОСКИ **стр. 3**

СЕДНИЦИ **стр. 4**

ИЗВАДОЦИ ОД ИНФОРМАЦИЈА ЗА КЛУБОВИТЕ И ОГРАНОЦИТЕ ВО ЗДРУЖЕНИЈАТА НА СЗПМ **стр. 5**

ПИСМА И ОДГОВОРИ **стр. 7**

ИНФО **стр. 9**

ПЕНЗИОНЕРИТЕ ЗАСЛУЖУВААТ ДОСТОИНСТВЕН ЖИВОТ **стр. 10**

КУЛТУРА **стр. 11**

ИЗБОР НА АЛБАНСКИ **стр. 12**

ЗДРАВСТВО **стр. 13**

ЗАБАВА **стр. 15**

ПРВ ПЕНЗИОНЕРСКИ ИНТЕРНЕТ -ТУРНИР ВО ШАХ **стр. 16**

ЧЕСТИТ ИЛИНДЕН 2-ри АВГУСТ СЗПМ

ЌЕ ИЗЛЕЗАТ 20. август - Прилог за пензионери во „Коха“ 28. август „Пензионер плус“

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

УБАВО Е КОГА НЕКОЈ Е СЕКОГАШ НА ВАША СТРАНА
www.snbroker.mk
15 770
ОСИГУРИТЕЛЕН БРОКЕР АД БИТОЛА

Акценти од извештајот за остварување на целите и задачите на Сојузот на здруженија на пензионерите на Македонија за 2019 година

Во Извештајот за работа на Сојузот на здруженија на пензионерите на Македонија за 2019 година се содржани поединечни и сеопфатни податоци и образложенија за остварените резултати од спроведувањето на Програмата за работа за 2019 година и тоа:

Следење на остварување на правата од пензиското и инвалидското осигурување

Материјалната и социјалната положба на корисниците на пензија со цел на одржување и подобрување и заштита на стекнатите права од ПИО и унапредување и проширување на тие права на постојните и идните пензионери. Ова прашање и во 2019 година беше главна преокупација на Сојузот и на здруженијата на пензионери на Македонија.

Заложби и активности за донесување на Закон за пензионерско организирање

Во 2019 година Сојузот продолжи со заложбите задонесување на Законот за пензионерско организирање. За таа цел на 1 јули 2019 година се одржа работна средба меѓу Министерката за труд и социјална политика и преставници на Сојузот на здруженија на пензионери на Македонија. Во врска со Законот се дискутираше дека треба истиот да се донесе, бидејќи Законот за здруженија и фондации со кој се регулира правната рамка за уредување на односите на граѓанските организации не ги задоволува потребите на пензионерската популација над 320.000 корисници на пензија. Донесувањето на овој закон ќе реши значајни прашања од доменот на пензионерското организирање, особено проблемот со формирање на паралелни здруженија, а потоа да се достави до Владата за негово процесување.

Донесен е Правилник за учество во обезбедување на финансиски средства за материјална поддршка на Здруженија на пензионери - членки на СЗПМ

Со Правилникот се утврдени условите, начинот и постапката за учество на СЗПМ во обезбедување на финансиски средства на здруженијата на пензионери за остварување на целите и задачите и тоа:

1. На Здруженија на пензионери кои се домаќини на Регионалните ревији на песни, музика и игри и Регионалните спортски натпревари, Сојузот им додели 40.000 денари или вкупно за оваа намена 640.000 денари.

2. На Здруженија на пензионери кои организираат масовни пензионерски средби, Сојузот им додели средства во износ од 15.000 денари или вкупно 125.000 денари.

3. На помалите здруженија за изградба или адаптација на клубови на пензионери, за адаптација на работни простории и за одбележување на значајни настани, Сојузот додели 205.000 денари.

Вкупно средства по сите основи изнесуваат околу 1.000.000 денари.

Овие средства се доделени на здруженија на пензионери како поддршка за активности предвидени во Статутот на СЗПМ.

Активности во 2019 година Сојузот ги обавуваше главно со средства од членарината, но и од аплицирање на проекти и донации во износ од 350.000 денари, што се должи на амбициозен и професионален однос на сите субјекти, иако тоа не е константен приход за финансирање на СЗПМ. Во финансирањето на сите активности и работенето на Сојузот се водеше сметка за рационално и економично трошење на средствата што е констатирано и од Надзорниот одбор на СЗПМ.

Донесен е Правилник за Финансиска поддршка за поттикнување на

издавачка дејност и творештво

Во 2019 година се донесе Правилник за финансиска поддршка на издавачката дејност и творештво во интерес членството, во третата животна доба во насока на обезбедување на активен пензионерски живот. Со Правилникот се утврдени критериуми за доделување на финансиска поддршка за издавачка дејност и творештво. На овогодишниот оглас се јавија 28 кандидати, од кои Повремената комисија за издаваштво даде поддршка на 11 автори.

Финансиската поддршка за годишните проекти изнесува 134.000 денари од планирани 200.000 денари. Тоа зборува дека Комисијата се определила за квалитетни дела и за автори кои прв пат добиваат поддршка од СЗПМ.

Активности на Регистрираната организација за солидарен фонд и членарина

Во надлежност на Регистрираната организација е распределбата односно дозначување на средства по основ на членарина и ажурирање на евиденцијата на членството. Покрај ова Регистрираната организација ја следи сотојбата со исплатата на средства за солидарен фонд за починати корисници на пензија, а административната работа ја врши Стручната служба на СЗПМ. И во 2019 висината на посмртната помош изнесува 30.000 денари.

Извршено е шифрирање на околу 90.000 корисници на пензија од страна на Стручната служба на Сојузот со што се изврши уточнување на податоците. Од 15 февруари 2015 година до 31 мај 2019 година. Обработените податоци за новите корисници на пензија, Сојузот на CD ги достави до сите здруженија, со цел истите да ја ажурираат евиденцијата на членството.

Формирана е Комисија за старски и пензионерски домови и стандард

На 20 јуни 2019 година за прв пат во Сојузот се формира Комисија за пензионерски и старски домови. Комисијата има за цел да ја согледа фактичката состојба за потребата од старски и пензионерски домови, да ја систематизира и постојано да ја афирмира оваа проблематика. Изградбата на пензионерски и старски домови како приоритетна задача на Сојузот беше поставена како една од темите на средбата со министерката Мила Царовска која се одржа на 1 јули 2019 година. Беше предложено СЗПМ да делегира еден член од

Реализирани се 8 Регионални ревији и Републичка ревија на песна, музика и игри

Во Сојузот почнуваат во април, а завршуваат на почетокот на јуни со републичката ревија.

А) Оваа година на регионалните ревији на песна, музика и игри домаќини беа здруженијата од Прилеп, Тетово, Центар – Скопје, Здружението на воени пензионери, Свети Николе, Валандово, Винаца и Вевчани. Пензионерските ревији добро беа подготвени, масовно посетени, што укажува на фактот дека истите со задоволство се примени не само од пензионерите туку и од сите граѓани. Ревииите, ги поддржува локалната самоуправа, а на регионалните ревији присуствуваа градоначалници и преставници од општините на ЗП домаќини. Најдобрите од 8 региони настапија на 9-та Републичка ревија на песни, музика и игри која се одржа на 7 јуни 2019 година во Скопје, во Домот на АРМ. На Ревиијата поздравен збор имаше претседателот на Владата на Република Македонија Зоран Заев.

Б) Учество на пензионерски здруженија членки на СЗПМ на меѓународниот фестивал за трета животна

доба во Љубљана.

Организациониот одбор избра две најдобри здруженија кои ја престапуваа Република Македонија по десети пат на 19 меѓународен фестивал за трета животна доба во Љубљана. Како најдобри здруженија беа избрани ЗП „Гази Баба“ и ЗП Винаца кои успешно се претставија на овој престижен фестивал.

Одржани се 8 регионални и Републичките спортски натпревари

Од 21 мај 2019 година до 23 јуни 2019 година се одржаа спортските натпревари. Домаќини беа Здружението на Воени пензионери, ЗП Злетово, ЗП Крушево, ЗП Гевгелија, ЗП Радовиш и Конче, ЗП Гостивар, ЗП Берово и ЗП Струга. Спортската олимпијада 2019 година се одржа во септември во чест на денот на пензионерите во Радовиш. На регионалните спортски игри настапија сите 53 здруженија со рекорден број 2.605 натпреварувачи, што престапува масовен спортски настан. Радува фактот што овие активности секаде беа поддржувани од локалната самоуправа.

На 22 септември во Радовиш, во чест на денот на пензионерите во Македонија по 24 пат се одржа пензионерска спортска Олимпијада. 24-тите Републички пензионерски натпревари се одржаа под покровителство на Министерството за труд и социјална политика, а на натпреварот присуствуваше заменик на министерот за труд и социјална политика Ѓонул Бајрактар кој им се обрати на присутните. И оваа година најуспешно здружение во многу јака конкуренција беше ЗП Тетово.

Подобрена е здравствена заштита на корисниците на пензија

За истакнување на проблемите за здравствена заштита на корисниците на пензија се организираше работна средба на СЗПМ на која присуствуваа претседателите на скопските здруженија, како и членови на Комисијата за здравство и социјална политика на Сојузот со премиер Зоран Заев и министерот за здравство д-р Венко Филипче. Дел од овие проблеми се решени благодареејќи на ангажирањето на Сојузот.

Формирано е Кординативно тело на активни на пензионерки

За прв пат во Сојузот се формира Координативното тело на активните на пензионерки со цел и активите на пензионерките да бидат застапени на ниво на Сојузот. Основна цел на ова тело на Извршниот одбор има позасилен развој на социјално хуманитарна дејност. За работата на активите на пензионерките се донесе Програма со која се предвиде дека активистките со своите инклузивни решенија уште повеќе треба да се вклучат скоро во сите активни во здруженијата на пензионери. Особено беше нагласено помагањето на стари и осамени пензионери. Исто така, беше оценета потребата од поголемо вклучување на пензионерската популација со активности што ги преземат други граѓански организации како што е заштита од семејно насилство, родова еднаквост, здравство, социјална дејност и друго. За ова цел Активите на пензионерки остварија поголема соработка со Центрите за социјална работа, Црвениот крст, локалната самоуправа за учество на ова популација на разни трибини, панел дискусии и слично, каде што се говори за старите лица, а посебно за женската популација како дел од корисниците на пензија. Акцент се даде и на работата на волонтерството, за што се истакна дека сите претседателки се активистки и треба да продолжат со нивната работа преку разни содржини помагајќи ги старите лица.

На здруженијата на пензионери

кои посебно се ангажираа во остварувањето на хуманитарните активности, Сојузот за прв пат оваа година им додели благодарници за хуманитарни активности поврзани со подобрување на стандардот на пензионерите, а благодарници добија ЗП Прилеп, Крива Паланка и Деми Хисар.

Продолжена Меѓународна соработка со пензионери од други земји

Меѓународна соработка Сојузот оствари со пензионерите од Словенија. Ова година продолжи традиционалната соработка, поддршка и помош за учество на 19 меѓународен фестивалот на „Трета животна доба“ во Љубљана. На фестивалот учествуваа ЗП Гази Баба и ЗП Винаца кои постигнаа посебен успех и го претставија нашето културно богатство и традиција. На фестивалот добивме признание за 10 годишно учество кое го прими Горге Андонов шеф на делегацијата. Во Куманово со поддршка на СЗПМ се одржа Меѓународна фолкорна средба со учество на пензионерски здруженија од Македонија, Србија и Бугарија. На покана на Сојузот на пензионери на Србија, делегација на СЗПМ, присуствуваше на XII Олимпијада за спорт, здравје и култура во Врњачка Бања. Се потпиша Протокол меѓу пензионерските асоцијации од Унгарија, Словенија, Македонија и од Србија за одржување на Балканската спортска олимпијада во 2020 година планирано е да се одржи во Србија, а потоа во наредните години, да се одржува наизменично во друга земја потписничка на протоколот. Се остварија повеќе самостојни традиционални соработки и посети на здруженија во повеќе држави.

Отворени се повеќе нови Клубови на пензионери

Денес во здруженијата на пензионери има 450 клуба, а 7 се отворија во 2019 година. За согледување на состојбите во функционирањето на Клубовите на пензионери, беше реализирано преку одговорите добиени од Прашалникот, кој беше доставен до сите здруженија како и од извршен непосреден увид.

Информирањето е континуирано добро

Во 2019 година, Сојузот посвети посебно внимание на информирањето. Сите постигања беа редовно презентирани преку 10 броја на весник „Пензионер плус“, а еднаш месечно имаше една страница за пензионери во „КОХА“ на албански јазик, и еднаш месечно се објавуваа „Пензионерски видици“ во весникот „Нова Македонија“. Во сите три гласила беа поместени содржини кои се од интерес на целото членство и пошироко. Информирањето на пензионерите и јавноста во земјата, но и надвор од границите на Република Македонија, беше и преку Web страницата на СЗПМ. На Web страницата редовно се објавуваше секој број на весникот, на страницата во „КОХА“ и „Пензионерски видици“. Беа објавени Билтенот за спортски натпревари и Билтенот на Ревииите на песна, музика и игри. На Web страницата се поместени и 33 подстраници на здруженија, но би било добро своја подстраница да имаат сите 53. За првпат на веб страницата на СЗПМ беа објавени и неколку аудиовидео материјали.

Во 2019 година се спроведе анкета на здруженијата на пензионерите за натамошно информирање преку доставување на Прашалник за изјаснување на здруженијата за облиците и формите на информирање. Врз основа на добиените резултати од анкетата во 2020 година ќе биде одредено низ кои гласила ќе се одвива информирањето.

Меѓугенерациска соработка и соживот во граници на можностите

Сојузот во 2019 година посветува-

ше соодветно внимание на Меѓугенерациска соработка и соживот. Беа одржани мултиетнички средби во Тетово, Гостивар и Куманово, а речиси за сите празници пензионерите се дружеа со деца и младинци, како и со млади волонтери од Црвениот крст во градовите.

РАБОТА НА ОРГАНИТЕ НА СЗПМ ВО 2019 ГОДИНА

Седниците на органите и телата на СЗПМ во 2019 година беа планирани врз основа на Програмата за работа на Сојузот, актуелните потреби и прашања кои ги покренуваа здруженијата и членовите на соодветните органи и тела.

Собранието на Сојузот во 2019 година одржа две седници.

Извршниот одбор на Сојузот во текот на 2019 година одржа шест седници.

РАБОТА НА КОМИСИИТЕ И РАБОТНИТЕ ТЕЛА НА СЗПМ

Седниците на комисиите и другите работни тела се одржуваа според нивната Програма по потреба или по барање на претседателите на тие тела. Активно работеа: Надзорниот одбор, Правно економскиот форум, Статутарната комисија, Комисија за културно забавен живот, Комисијата за спорт и рекреација, комисија за здравство и здравствена заштита, комисијата за меѓународна соработка, комисијата за старски и пензионерски домови и подобрување на стандардот на пензионерите, комисијата за информирање и издавачка дејност и други

Врз основа на изнесените активности за остварување на целите и задачите утврдени со Статутот и Програмата на СЗПМ за 2019 година се предлагаат следните:

КОНСТАТАЦИИ И ЗАКЛУЧОЦИ

● Во текот на 2019 година успешно е реализирана Изборната Програма-та и Програмата за работа на Сојузот за 2019 година.

● Сојузот квалитетно ги организираше регионалните и републичките ревији на песна, музика и игри како и регионалните и републички спортски натпревари, кои успешно и квалитетно беа реализирани.

● Во 2019 година развојот на социјално хуманитарната дејност се реализираше преку отпочнување со работа на Координативното тело на активни на пензионерки преку поттикнувачка и насочувачка активност.

● Со цел натамошен успешен развој на пензионерското организирање за активен пензионерски живот, Сојузот даде поддршка на отварање и адаптација на Клубови на пензионери, адаптација на работни простории на здруженија, поттикнување на издавачката дејност, како и поддршка на масовните пензионерски средби.

● Заради помагање во набавката на огревно дрво, Сојузот организираше средби на здруженија на пензионери со претствник на ЈП „Национални шуми“.

● Во 2019 година се потпиша Меморандум за соработка со ЗЕЛС, кој има за цел да ја развие и прошири соработката на здруженијата на пензионери со локалната самоуправа.

● Во 2019 година во однос на здравствената заштита на корисниците на пензија се разрешени повеќе прашања, а во наредниот период ќе се преземат и други активности во однос на промената на Позитивната листа на лекови во согласност со достигнувањата во медицинската наука.

Во 2019 година Сојузот редовно ја сервисираше членарината до здруженијата и Сојузите на корисниците на инвалидска пензија.

Интервју со претседателот на Собранието на СЗПМ м-р Илија Адамоски

Чест и задоволство е да се биде претседател на Собранието на Сојуз во кој членуваат 274 000 пензионери



● **Како долгогодишен активен член во органите и телата во Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија, минатата година бевте избран за претседател на Собранието на СЗПМ, бидејќи добро ги знаете состојбите во пензионерската организација. Кажете ни какви се постојните законски акти и одредби во Сојузот и во здруженијата, негови членки.**

– Да, точна е вашата констатација дека ги познавам и состојбите и законските акти и одредби и на Сојузот и на здруженијата и сакам веднаш да кажам дека јас, м-р. Илија Адамоски и де јуре и де факто, по професија сум легалист и се трудам, таму каде што сум работел и каде што работам и дејствувам, да не дозволувам надвор од Уставот и Законот за здруженија и фондации, а посебно Статутот на СЗПМ и здруженијата на пензионери, да не се работи според нив и во практика да се постапува спротивно на овие значајни за пензионерите, правни акти и документи.

Зошто е мојата заложба de lege lata, каква што е сега и во иднина de lege ferenda, каква ќе биде? Тоа е заради следното:

Согласно правната наука и правната мисла, како и судската практика, сè што не е во согласност со Уставот, Законот, посебно Статутот на СЗПМ и Статутите на здруженијата е апсолутно ништовно правно дело, односно да бидам прецизен: секој правен акт (одлука, правилник, решение и друго) не предизвикува никакво правно дејство и се смета како и воопшто да не е донесено. Значи, се работи според законите, но секогаш може да биде подобро, особено во смисла на елиминирање на извесна разноликост во Статутите на здруженијата. Ние како Сојуз презедовме иницијатива и сме во постапка, да ги разгледаме сите статута на здруженијата, со единствена цел да им помогнеме на здруженијата, да им укажеме и да им сугерираме за отстранување на некои недоследности и обврски кои се во колизија со некој законски пропис и да дадеме насоки како тоа правно да се регулира.

Меѓутоа, Сојузот го загрижува фактот што одредени здруженија на пензионери не доволно ги почитуваат статутарните одредби во однос на одржување на изборите и без да направат избори според Статутот го продолжуваат мандатот на органите и телата, како и на претседателот, за период 2019 – 2023 година.

● **Како што е познато, Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија, има подготвено иницијален текст на Предлог - закон за пензионерското организирање во земјата. Зошто е потребен еден ваков закон?**

– Постојниот закон за Здруженија и фондации (Сл. весник на РМ бр. 152/ 2010 г. и 135/211) со кој се обезбедува градење на демократско општество, а особено на учество на граѓаните во севкупните општествени процеси, се обезбедуваат и пофлексибилни услови за остварување и функционирање на здруженијата на граѓани и фондации во кои се остваруваат и најразлични интереси од најразлични области од општествениот систем. Тоа, впрочем се потврдува и со донесување на Национална стратегија за соработка на Владата на СР Македонија и граѓанскиот сектор.

Меѓутоа, ако Законот за здруженија и фондации како општоправна рамка, се сведе на пензионерската популација која сега брои 324 илјади корисници на пензија, ќе се види дека во пензионерската сфера постојат многу специфичности во однос на другите општествени области. Поради тоа донесувањето на Законот за пензионерско организирање како посебен закон е lex specialis, и по мое мислење се наметнува како императив за решавање на прашањата, кои се

од интерес за пензионерите кои се здружуваат во здруженија и сојузи како организациони облици. Тие всушност имаат големо значење за заштита и унапредување на пензионерскиот живот. Сметам, дека овој Закон би решил повеќе прашања од организационен и суштински карактер. Исто така, за да одговорам на ова прашање упатно би било да го дефинираме статусот на СЗПМ, како правен субјект, аналогно на тоа и статусот на Здруженијата на пензионери негови членки. Имено, Сојузот како граѓанска асоцијација е составен од 53 членки – здруженија на пензионери и е дефиниран како невладини, непартиска, непрофитна и мултиетничка асоцијација, аналогно на тоа и здруженијата на пензионери во општините се формирани според Законот за здруженија и фондации и нивните статута, кои се во согласност со веќе споменатиот Закон. Сето ова е во функција на чл. 35 од Уставот на РС Македонија, каде е утврдено дека Македонија, како демократска и социјална држава се грижи за социјалната заштита и социјалната сигурност на граѓаните согласно принципот на социјална праведност. Исто така, треба да се напомене, дека слободата на здружување, во Уставот е утврдена на тој начин со што се означени и целите на здружувањето, а со тоа се оправдуваат и организационите облици. Основната цел што треба да се постигне со новиот закон е да се овозможи формирање, оснивање на здруженија на територијален принцип. На тој начин ќе се добие и рационално и економично користење на средствата на пензионерите од членарината што секој месец ја плаќаат. Со предлог законот исто така, ќе бидат утврдени и условите за основање на здружени-



јата во општините со цел да станат посилен економски субјект кој ќе биде во состојба да ги застапува интересите на корисниците на пензија. Овде секако треба да се истакне дека при подготовката на новиот Закон за пензионерско организирање во што сме вклучени и ние како СЗПМ, се користат компаративни искуства од соседните земји како (Хрватска, Словенија, Србија и др.). Вакви закони веќе постојат и во Англија, Летонија, Велс, Полска и Италија. На крајот донесувањето на овој закон за пензионерско организирање претставува услов за понатамошното работење на овие граѓански асоцијации. Со други зборови новиот закон за пензионерско организирање е неминовна потреба, што би се рекло претставува *conditio sine qua non*.

● **Каква е соработката на Сојузот и на здруженијата со локалната самоуправа и владините институции?**

– Според мене соработката е на посакуваното ниво, но ако прашањето е дали раководството на СЗПМ е настрана од партиските влијанија, сметам за потребно да истакнам дека согласно општествено-политичкото уредување, ние како општество имаме политичка влада и на некој начин и институциите се под нејзина капа. Од тоа произлегува дека сме упатени да соработуваме со нив, бидејќи за одлуките што ги донесува Владата, а кои ги тангираат интереси од животна значење за пензионерите, ние како Сојуз не можеме да не соработуваме со министерствата на Владата, а тука секако, посебно да истакнам со Министерството за труд и социјална политика како наш матичен орган.

Во тој контекст, прв пат по 75 години успеавме во интерес на пензионерите да обезбедиме присуство на премиерот, како и присуството на министерката за труд и социјална политика на седница во Сојузот и низ непосредна средба, разговор и размена на мислења да ги изнесеме интересите и заложбите што ги правиме за примена на правата на пензионерите од нашата држава. И, како резултат на овие, како раководство на СЗПМ и неговите органи и тела, успеавме да се земе предвид усогласувањето на пензиите покрај со трошоците и со процентот на порастот на платите и тоа да се озакони.

Се надевам дека ќе бидат правилно разбран и сфатен, дека сите други активности и дејствија иницирани и се разбира реализирани од ова

раководство се во функција на политиката утврдена со Статутот на СЗПМ, финансискиот план и програмата.

● **Од поодамна сте заговорник за ослободување на пензионерите од сите видови партиципации во областа на здравственото осигурување и заштита. Какви се сегашните Вашивидувања за сегашната состојба во овој домен?**

– Мора да се каже, дека Сојузот на здруженијата на пензионерите во нашата држава води политика на солидарност кон сите членови. Тоа секако дојде до израз со усогласувањето на висината на пензиите и тоа на два наврати во минатата 2019 – година. И, во минатогодишниот извештај, а традиционално и во предходните, есенцијално прашање било редовното земање на пензиите, потоа, квалитетна здравствена заштита, духовната храна на пензионерите (песната, музиката и играта), нивното активно физичко стареење и друго. А, што се однесува до здравствената заштита бараме укинување на партиципацијата за секундарната и терцијалната здравствена заштита (egda omnes) за сите пензионери или до одредена висина на пензиите да се наплаќа партиципација и болничко лекување, а над таа граница на висината на пензијата пензионерот да ја плаќа разликата. Уште минатата година во Програмата на Сојузот вневсеме да се признава разликата во цената меѓу приватното и државното здравство. Посебно се заложуваме за развој на руралната здравствена заштита преку обезбедување на лекарска, односно медицинска заштита, ангажирање за развиена фармацевтска мрежа и друго. Исто така, се залагаме и за проширување на листите

како Сојуз правиме напори тие да се одложат за одредено време, или пак да се организираат на отворен простор, се разбира со цел да не замре животот на нашето членство. Во здруженијата на пензионери се интензивира социјално-хуманитарната дејност од секаков вид. За оваа цел веќе се започнати активности за изработка на социјална карта на членството како Проект во најголемото здружение на пензионери во Битола, потоа во ЗП Валандово, како и во неколку други здруженија членки на СЗПМ. Идеи и планови има. Нивната реализација носи задоволство од постигнатото, но патот е работа и одговорност за преземеното. Како и да е, сите идни активности се во интерес на неговото величество пензионерот!

● **Ваше матично Здружение е ЗП Прилеп. Какви се активностите на Вашето здружение?**

– Нормално во ваква состојба што ни ја наметна пандемијата на Ковид-19 ние во ЗП Прилеп правиме напори исти како и во другите здруженија да бидеме во функција на нашето членство. Имамме програмирано многу активности. Дел од нив ги реализираваме на начин каков што налагаа условите. Се додели и еднократна парична помош, се набавија околу пет илјади заштитни маски што им се предадоа на претседателите на 19-те ограноци на ЗП Прилеп. Во текот на минатата година прилепското здружение вложи доста свои средства за уредување на клубските и канцелариските простории. Впрочем за активностите на ова здружение сметам, дека е доволно пишувано во овој, во нашиот весник „Пензионер плус“. Би сакал да го истакнам ангажирањето на претседателот на здружението, Славко Трајкоски. Исто така, со особена гордост сакам да потенцирам дека моето матично здружение ЗП Прилеп е особено активно на спортски и културен план. Познати се меѓу пензионерите со своите спортски успеси пензионерите спортисти од ЗП Прилеп, како и пеачите на двете културно уметнички друштва познати во нашата земја и во соседството.

● **Покрај Вашата ангажираност во Сојузот и се разбира во ЗП Прилеп, со што друго се исполнети Вашите пензионерски денови?**

– Како и секој пензионер, се разбира и јас, успешно се вклопувам во третата животна доба на начин што континуирано се борам за оживотворување на проектот „Активно стареење“, во смисла на личната психофизичка активност. Имено, составен дел на мојот секојдневен живот, покрај домашните активности, задолжително секој ден имам резервирано време за едночасовно утринско шетање во природа со моите блиски пријатели. По ова, покрај прелистувањето на дневните весници и следењето на информативните емисии на телевизија, следува излегување во градот. Најпрво одам во моето матично здружение, каде секојдневно се среќавам со претседателот Славко Трајкоски.

Во текот на денот неизоставен е речиси и мојот секојдневен контакт со претседателка на



Сојузот, Станка Трајкова и другите, која високо ја ценам, не само како правник – стручњак, туку и како совесен раководител, за која со право можам да ја употребам латинската сентенција, *bonus pater familias*. Таа секогаш има нешто ново да ми соопшти, некоја нова идеја, некој нов проект, некоја нова иницијатива или како и на кој начин нешто да се реализира, што да се преземе, како со заедничко размислување да дојдеме до решение за подобрување на животот и стандардот на нашето членство, на пензионерите. На овој начин го премостуваме растојанието меѓу Прилеп и Скопје, во деновите кога не сум во Скопје во активно својство како претседател на Собранието на најголемата асоцијација во државата Сојузот на здружени на пензионерите на Македонија, функција која ми носи чест, но и одговорност.

По обавување на овој разговор, порано пред пандемијата се среќавав со пријателите – другарите во некоја кафана каде низ разговор „бистревање актуелна политика“. За жал сега е поинаку заради Ковид – 19 и мерките на кои се придржуваме, но се надевам брзо ќе помине и јас и сите ние ќе се вратиме на нашата секојдневна активност и живот. **Кирил Ристески**

Седница на Извршниот одбор на СЗПМ

Главни точки: Информација за клубовите и слободна линија во СЗПМ

На 7 јули 2020 година Извршниот одбор на Сојузот на здруженија на пензионерите на Македонија ја одржа својата десетта седница со која раководеше претседателката на СЗПМ и на Извршниот одбор, Станка Трајкова. На седницата присуствуваше и претседателот на Собранието на СЗПМ, м-р Илија Адамоски и д-р Димитар Димитриевски член на Комисијата за здравство и социјална

целосно да се согледа состојбата со расположливите клубови на пензионери и нивното функционирање, Сојузот достави прашалник до сите здруженија со одредени прашања. На анкетниот лист одговорија 42 здруженија од вкупно 53 здруженија, односно 80 % од здруженијата. Врз основа на добиените податоци од анкетниот лист произлегуваат следните состојби:



политика на Сојузот. Седницата се одржа според сите препораки за заштита на здравјето од корона вирусот.

На седницата според дневниот ред најзначајни точки беа Информација за клубовите на пензионери во здруженијата членки на СЗПМ и воведување на слободна линија во Сојузот на која ќе можат да се јавуваат пензионерите со свои прашања поврзани со пандемијата заради вирусот Ковид 19, но и со други прашања поврзани со здравјето, нивните права, старските домови и друго. На прашањата ќе одговараат стручни и компетентни лица за кои е изготвен прирачник. Бројот на линијата е 02/3213227 и ќе биде отворена секој вторник и четврток од 10-12 часот, почнувајќи од 1 август. Пилот-проектот е поддржан од Шпаркасе Банка со која СЗПМ има долгогодишна добра соработка.

Од 42 здруженија само две здруженија немаат отворено клуб за пензионери и тоа: Здружението на воени пензионери и ЗП Демир Капија, 20 здруженија располагаат со еден клуб иако имаат повеќе ограноци, а 20 здруженија располагаат со повеќе клубови на пензионери и повеќе ограноци.

По однос на прашањето кој ги плаќа комуналните, скоро сите здруженија сами ги плаќаат комуналните, освен ЗП Дебар и Центар Жупа и ЗП Валандово, кои клубовите ги дале на закупец и тој ги плаќа комуналните, а на некои клубови тоа го прави Локалната самоуправа.

По прашањето кој е задолжен за работата на клубот добиени се следните одговори: некои здруженија имаат ангажирано угостител, некаде работи пензионер со надоместок, а некаде работи пензионер – волон-



Во врска со Информацијата за клубовите на пензионери во здруженијата членки на СЗПМ елаборираше д-р Димитар Димитриевски член на Комисијата за здравство и социјална политика на Сојузот, бидејќи оваа комисија го изготви и прашалникот и Информацијата, кој меѓудругото рече:

– СЗПМ како една од најголемите невладини граѓански организации, се грижи за подобрување на условите за живеење на корисниците на пензија со цел создавање на услови за достоинствен живот и нивна социјална интеграција. Сојузот ги поттикнува здруженијата на пензионери да создаваат услови за дружење на пензионерите преку отворање на Клубови за дневен престој на пензионери, каде што пензионерите ќе можат да го поминуваат своето слободно време, како и да ги спроведуваат активности и да се забавуваат. Со цел

тер. Во здруженијата членки на СЗПМ има отворено над 450 клубови.

Здруженијата на пензионери кои доставија податоци располагаат со 110 станови во кои се сместени пензионери според Правилник во кој се уредени критериумите за сместување.

На седницата беше предложено информацијата да се дополнително со податоци и од здруженија кои не пополниле прашалник.

Од обработените податоци од анкетниот лист доставени од страна на здруженијата на пензионерите – членки на СЗПМ, за состојбите на клубовите и ограноците на пензионери беа донесени одредени Констатации и Заклучоци, а интегралниот текст ќе биде доставен до сите 53 здруженија.

На седницата беа разгледани и донесени и одреден број на одлуки битни за работата на Сојузот. **К.С.А.**

ЗП Кочани – Седница на ИО

Продолжува реализација на програмските активности



Извршниот одбор на ЗП Кочани, на редовна седница одржана на 8. јули 2020 година, донесе одлука со став

да го поддржи одржувањето на регионалните спортски игри во Винаца и на регионалната ревија на песни, музика и

Седница на Комисијата за старски и пензионерски домови и стандард

Донесени конструктивни и корисни насоки

На 17 јули 2020 година се одржа седница Комисијата за старски и пензионерски домови и стандард на ИО при СЗПМ. На седницата со која раководеше претседателот на комисијата Мите Стефанов, присуствуваше претседателката на СЗПМ Станка Трајкова и секретарот на сојузот Менка Темелковска. Седницата се одржа со запознавање на сите пропишани мерки во врска со пандемијата од корона вирусот. Програма за 2019 ја елаборираше претседателот Стефанов, а истата беше претходно доставена до членовите. Во врска со програмата свој конструктивен придонес даде претседателката Трајкова која меѓудругото истакна:

– Програмата за 2019 година се носи со задоволување заради познатите здравствени состојби, но таа е отворена и секогаш може да се збогатува и надополнува. Во контекст на тоа е активно вклучување на комисијата со свој придонес во изготвување на државната

Национална стратегија за стари луѓе, 2021 – 2031 година. Учество на комисијата во анализа и поттикнување на изградба на старски, пензионерски и дневни центри за згрижување на ста-

број на членови на здруженијата во волонтерството како облик на меѓусебна хумана помош и друго. Како една од важните активности која особено била корисна во ваквите состојби како



рите луѓе, а особено на тие со ниски примања. Покрај тоа максимална заложба за подобрување на стандардот на сите стари луѓе во државата, за подобрување на нивната здравствена заштита, активирање на што поголем

што е пандемијата од корона вирусот, изготвување на социјална карта по можност во сите здруженија и друго. Потоа Програмата на комисијата за 2019 едногласно беше усвоена.

Д-р Снежана Макревска

ЗП Крушево

И во услови на пандемија со успех ги реализираат програмските определби

Покрај редовната отчетна седница на Собранието на здружението на пензионерите – Крушево на која беа разгледани и усвоени Извештајот за работа на органите и телата на Здружението, Финансискиот извештај, Годишната сметка и Одлуката за распределба на вишокот на приходи, едногласно беше заклучено дека ЗП Крушево со успех ја реализираше Програмата за работа за 2019 година и работело плански, домаќински и согласно со Финансискиот план ги трошело средствата.

Извршниот одбор на Собранието на Здружението на пензионерите од Крушево на редовната седница одржана во вонредни околности во месец јуни оваа година, покрај донесените одлуки за учество на Регионалните пензионерски културни реви на песни, музика и игри, донесе Одлука за организирање и спроведување на пензионерските спорт-

ски натпревари на ниво на ограноци и на ниво на здружението во услови на пандемија, но со строго почитување на протоколите и Предлог-насоките за организирање на пензионерски спортски натпревари усвоени од страна на Комисијата за спорт при СЗПМ.

Исто така на јунската седница Извршниот одбор ги разгледа и прифати Предлог-насоките за одржување на ревиите на песни, музика и игри и заклучи дека на истите активно ќе учествува со свои изведувачи на песни, како и со пејачка и инструментална група.

На седницата се расправаше и за малените финансиски средства од закупината и од прометот во пензионерскиот клуб, бидејќи и просториите кои ЗП ги издава под закуп и клубот почнувајќи од 15.3.2020 година не работат и не остваруваат никакви приходи, па заклучи да стапи во контакт со закупците и заеднички да најдат решение како да

се плати закупината. Се одлучи на станарите и на закупците да не им се наплати станарина и закупнина за месец март 2020 година, а со цел да им се помогне што помалку да ги почувствуваат последиците од неработенето.

Во овој цел период и во услови на рестриктивни мерки и ограничување на движење на пензионерите, стручната служба не престана да работи со целосно почитување на протоколите за носење маски и физичка дистанца. Со олабавување на мерките се прават напори за повторно отворање на Клубот, но со строго почитување на протоколите.

На седницата на повеќе пензионери и пензионерки на кои материјалната положба им е тешка, им беше доделена неповратна парична помош од по две илјади денари.

Д. Трајкоски

ЗП Солидарност – Аеродром – Скопје

Одржана телефонска седница со членовите на Собранието

Согласно решение на претседателот на Собранието, во услови на прогласена вонредна состојба во државата и донесените мерки на Владата за заштита од корона вирусот се одржа телекомуникациска седница на Собранието на ЗП Солидарност – Аеродром – Скопје, на која беа поставени на разгледување и усвојување: Извештајот за работа на органите и телата за 2019 година, Одлука на планирани и остварени средства за период 1. јануари – 31. декември 2019 година, Извештај на Надзорниот одбор по Завршната сметка за 2019 година и Одлука за усвојување на Годишната пресметка за приходите и расходите за 2019 година.

Заедно со Решението за свикнување на Седница до сите членови на Собранието беа доставени материјалите по точките од предложениот дневен ред (на членовите кои се истовремено и членови на Извршниот одбор материјалите беа доставени при одржувањето на последната седница на ИО на ден 25.02.2020 година, а на останатите преку претседателите на Ограноците на Здружението).

Со Решението за свикнување беше дадено соодветно образложение дека седницата на Собранието се свикнува по донесување на Одлуката за воведување на вонредна состојба во државата и донесените мерки на Владата за заштита од корона вирусот. Материјалите од дневниот ред беа претходно разгледани во сите одбори на ограноците и беа прифатени, како и на Извршниот одбор на Здружението на одржаната седница на ден 25.02.2020 година, на која беа разгледани и утврдени и предлжени за усвојување на Собранието.

По истекот на рокот утврден во Статутот на Здружението, како и Деловникот за работа на Собранието, односно по поминати 8 дена од доставувањето на материјалот по точките од дневниот ред на оваа седница, секретарот на Здружението изврши телефонска комуникација со секој член на Собранието, во која сите членови се изјаснија дека ги прифаќаат извештаите и одлуките. Од страна на повеќе членови на Собранието беа искажани позитивни констатации за целосниот опфат на работењето на Здружението во 2019

година и квалитетот на текстот во Извештајот за работа на органите и телата на Здружението за 2019 година, како и за реалноста на Завршната сметка и домаќинското работење.

Исто така, беше остварена и лична комуникација со претседателот на Надзорниот одбор, кој се изјасни дека ги поддржува и одлуките и дека нема забелешки.

Потоа беше составен Записник за одржана телекомуникациска седница на ЗП Солидарност – Аеродром – Скопје, во кој беше констатирано дека членовите на Собранието ги разгледаа доставените материјали и истите се усвоени, односно Собранието ги донесе следните одлуки: Одлука за усвојување на Извештајот за работа на органите и телата за 2019 година; Одлука на планирани и остварени средства за период 1. јануари – 31 декември 2019 година; Одлука за усвојување на Извештајот на Надзорниот одбор по Завршната сметка за 2019 година и Одлука за усвојување на Годишната пресметка за приходите и расходите за 2019 година (завршна сметка). **Г.К.**

игри во Македонска Каменица и да учествува во нив. Таквата одлука е всушност прифаќање на ставовите од координативната седница на претседателите на здруженијата од регионот.

Ставовите од таа координативна средба, на седницата, ги презентираше претседателот Ѓорѓи Серафимов. Сите претседатели од регионот генерално се за одржување на сите програмирани регионални натпреварувања и други меѓуопштински активности. Спортските натпревари да се спроведат во сите дисциплини освен во тегнење на јаже на отворен простор. Организаторот да обезбеди соодветни услови во кои мо-

же да се одржат натпреварите без ризик за здравјето на учесниците и другите присутни. На седницата беа презентирани и информациите за состојбата со работењето на пензионерските клубови и за динамиката за дотур на огревно дрво.

– Просториите на клубовите се исчистени, избелени, дрвенаријата обоена и внатрешниот инвентар преуреден според насоките за спроведување на здравствените мерки. Беа подготвени за работа уште во мај, но се чека одобрение за работа во јавни затворени простори. Снабдувањето со огревно дрво се одвива со посакувана динамика на до-

ставување до домовите и, ќе заврши, најрано до крајот на август, нагласи претседателот Серафимов.

На седницата имаше искажувања од членови на ИО дека пензионерите искажуваат задоволство од квалитетот на дрвата и времето на доставување.

Инаку, седницата се одржа во услови на доследно почитување на заштитните мерки од Ковид 19. Салата во клубот е пространа и беше прописно уредена за бројот на присутните. Сите присутни влегуваа со маски на лице, ги дезинфекцираа рацете и за цело време беа со маски на лицето.

А. Арсовски

Извадоци од Информација за клубовите и ограниците на пензионери во здруженијата на пензионери - членки на СЗПМ

Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија како една од најголемите невладини граѓански организации, се грижи за подобрување на условите за живеење на корисниците на пензија со цел создавање услови за достоинствен живот и нивна социјална интеграција. За таа цел Сојузот ги поттикнува здруженијата на пензионери да создаваат услови за дружење на пензионерите преку отворање клубови за дневен престој на пензионери, каде што пензионерите ќе можат да го поминуваат своето слободно време, како и спроведување одредени активности и забава (играње шах, карти, пиење чај, кафе и безалкохолни пијалаци). Во таа насока Сојузот дава материјална поддршка на помалите здруженија кои отвораат или опремуваат клубови за пензионери.

Со цел целосно да се согледа состојбата со расположивите клубови на пензионери и нивното функционирање, Сојузот достави анкетен лист до сите општински здруженија со одредени прашања. На анкетниот лист одговорија 42 од вкупно 53 здруженија. Врз основа на добиените податоци од анкетниот лист произлегуваат следните состојби:

Од 42 здруженија само две немаат отворено клуб за пензионери и тоа: Здружението на воени пензионери и ЗП Демир Капија. 20 здруженија располагаат со еден клуб иако имаат повеќе ограници, а 20 располагаат со повеќе клубови на пензионери и повеќе ограници.

1. Здруженија на пензионери кои располагаат со 1 клуб на пензионери

Според анкетата од здруженијата кои доставија податоци за клубови на пензионери, една половина од вкупниот број на здруженијата, членки на Сојузот, или 20 од нив располагаат со еден клуб на пензионери од кои 13 здруженија се сопственици, а 7 не се сопственици на клубовите и тоа:

Р.бр	Здружение	Клубови	Ограници
1	Кратово	1	5
2	Битола	1	31
3	Демир Хисар	1	17
4	Охрид и Дебрца	1	21
5	Тетово	1	22
6	Злетово	1	6
7	Кичево	1	11
8	Валандово	1	6
9	Делчево	1	14
10	Струга	1	10
11	ОВР на РМ	1	0
12	Дебар и Центар Жупа	1	8
13	Лабуниште	1	3

1.2. Здруженија кои не се сопственици на клубовите

Р.бр	Здружение	Клубови	Ограници
1	Пехчево	1	6
2	Крива Паланка	1	6
3	Гостивар	1	23
4	Чаир	1	3
5	Сарај	1	3
6	Вевчани	1	0
7	Македонска Каменица	1	1

Според бројот на членовите во здруженијата произлегува дека со по еден клуб на пензионери располагаат и мали и големи здруженија, што значи бројноста на пензионерите не е услов со колку клубови располага здружението.

Здруженијата на пензионери кои имаат само по еден клуб скоро сите имаат ограници, освен ЗП ОВР и ЗП Вевчани кои немаат ограници. Бројот на ограниците е различен и се движи од 1 до 31, а поголем број ограници имаат здруженијата со поголем број членови. По однос на прашањето кој ги плаќа комуналиите, скоро сите здруженија сами ги плаќаат комуналиите, освен ЗП Дебар и Центар

Жупа и ЗП Валандово, кои клубовите ги дале на закупец и тој ги плаќа комуналиите. За Клубот на пензионери од ЗП Вевчани, комуналиите ги плаќа локалната самоуправа, на ЗП Сарај ги плаќа училиштето, додека ЗП Гостивар, ЗП Крива Паланка, ЗП Чаир и ЗП Пехчево, иако не се сопственици на клубовите, сами ги плаќаат комуналиите.

2. Здруженија на пензионери кои располагаат со повеќе клубови

Од анкетираниите здруженија на пензионери 20 здруженија или една половина од вкупните 53, располагаат со повеќе клубови и тоа: 6 здруженија се сопственици на клубовите, 8 здруженија не се сопственици, додека 7 здруженија располагаат со сопствени клубови и со клубови за кои не се сопственици.

2.1. Здруженија кои се сопственици на клубовите

Р.бр	Здружение	Клубови	Ограници
1	Свети Николе	2	5
2	Крушево	3	4
3	Неготино	3	12
4	Берово	2	9
5	Дојран	3	5
6	Гевгелија	5	14

Наведените здруженија во табелата кои располагаат со сопствени клубови се со помал број членови и имаат од 2 до 3 клубови и од 4 до 12 ограници, а комуналиите ги подмируваат и сами ги плаќаат комуналните услуги.

2.2. Здруженија кои не се сопственици на клубови

Р.бр	Здруженија	Клубови	Ограници
1	Гази Баба	10	11
2	Илинден	5	5
3	Горче Петров	8	7
4	Богданци	2	1
5	Куманово	5	24
6	Дојран	3	5
7	Тафталиџе	2	6
8	Карпош	3	7

Од табелата произлегува дека 8 здруженија не се сопственици на клубовите за дневен престој. Од наведените здруженија комуналните услуги ги плаќаат самите здруженија: Богданци, Куманово, Дојран, Тафталиџе и Карпош. За ЗП Гази Баба комуналните делумно се плаќаат од здружението, а делумно од општината. За ЗП Илинден и ЗП Горче Петров комуналните ги плаќа локалната самоуправа. Од нив 5 здруженија сами ги плаќаат комуналиите, едно здружение делумно ги плаќа, а за две здруженија локалната самоуправа ги покрива овие трошоци.

2.3. Здруженија кои делумно се сопственици

Р.бр	Здруженија	Клубови	Ограници	Сопствени
1	Солидарност – Аеродром	7	5	2
2	Штип	8	13	
3	Макед. Брод	2	6	1
4	Виница	6	8	1
5	Прилеп	8	19	2
6	Кисела Вода	13	12	6
7	Велес	10	14	6

Според наведените податоци во табелата произлегуваат следните состојби:

– ЗП Солидарност – Аеродром располага со 2 сопствени клуба за пензионери, за 2 клуба плаќа кирија, а за три клубови не плаќа кирија. Здружението плаќа комуналии за 5 клубови.

– ЗП Штип нема наведено на колку клубови се сопственици, но за сите клубови комуналиите ги плаќа здружението.

– ЗП Мак. Брод има 1 сопствен клуб и еден од локалната самоуправа, а за двата клуба комуналиите ги плаќа здружението.

– ЗП Виница располага само со еден сопствен

клуб, а 5 клубови се од локална самоуправа. За сите клубови комуналиите ги плаќа здружението.

– ЗП Прилеп располага со 2 сопствени клуба, а 6 се од локалната самоуправа. За сите клубови комуналните услуги ги плаќа здружението.

– ЗП Велес располага со 6 сопствени клубови, и 4 клубови за кои не се сопственици. Комуналните услуги ги плаќа здружението.

– ЗП Гевгелија располага со 5 клубови и 14 ограници, а комуналиите ги плаќа ЗП.

– ЗП Кисела Вода има 13 клубови од кои 6 сопствени, а за другите плаќа кирија.

Од напред изложеното произлегува дека здруженијата кои располагаат со повеќе од еден клуб, 6 здруженија се сопственици на клубовите, 8 здруженија не се сопственици на клубовите, додека 7 здруженија имаат и сопствени клубови и клубови на кои не се сопственици, но сепак за некои клубови плаќаат и кирија. По 1 клуб имаат 20 здруженија со 196 ограници, а 20 здруженија имаат 110 клубови со 383 ограници, или вкупно 37 здруженија располагаат со 108 клубови и 354 ограници.

3. Задолжен за работата во Клубот

По прашањето кој е задолжен за работата на клубот добиени се следните одговори:

– Здруженијата на пензионери кои имаат ангажирано угостител: Кратово, Битола, Дебар и Центар Жупа, Тетово, Струга, Крива Паланка, Неготино, Берово, Мак. Каменица, Гевгелија и Валандово;

– Здруженијата на пензионери кои имаат ангажирано пензионер со надоместок: Демир Хисар, Илинден, Горче Петров, Свети Николе, Охрид и Дебрца, Македонски Брод, Куманово, Тафталиџе, Прилеп и Велес;

– Здруженијата на пензионери кои имаат ангажирано пензионер – волонтер: Злетово, Кичево, Лабуниште, Пехчево, Сарај, Вевчани, Делчево, ОВР, Солидарност – Аеродром, Дојран и Виница.

4. Финансиска помош

По однос на прашањето дали клубовите добиваат финансиска поддршка од локалната самоуправа или од спонзори сите здруженија одговорија дека немаат помош, освен ЗП Сарај има помош од спонзор, а ЗП Демир Хисар, ЗП ОВР, Дебар, Илинден, Струга, Дојран, Тафталиџе, Вевчани, Гевгелија одговорија дека имаат делумна помош.

5. Станови во сопственост на здруженија на пензионери

Р.бр	Здруженија	Станови	Семејства
1	Битола	8	8
2	Демир Хисар		
3	Крушево	3	3
4	Охрид и Дебрца	4	4
5	Кичево	10	10
6	Неготино	16	16
7	Берово	12	12
8	Валандово	4	4
9	Штип	7	8
10	Велес	24	24
11	Гевгелија	21	21
	Вкупно	110	110

Од табелата произлегува дека вкупно здруженијата на пензионери кои доставија податоци располагаат со 110 станови во кои се сместени пензионери. Одржувањето на становите се врши и тоа: Во ЗП Битола се сместени 8 семејства, а станарите сами ги одржуваат становите. Во ЗП Демир Хисар има станови, но во нив никој не живее. Наведените здруженија (освен ЗП Демир Хисар) имаат донесено Правилник во кој се уредени критериумите за сместување на пензионерите во стан сопственост на здружението.

6. Социјална и солидарна помош

На прашањето како здруженијата ги помагаат пензионерите, најголем број здруженија одговориле дека на пензионерите со ниски пензиски примања им доделуваат парична помош и материјална помош, ЗП Битола одговори дека доделуваат одредени донации, ЗП Кр. Паланка и ЗП Сарај доделуваат социјални пакети, ЗП Д. Хисар и ЗП Охрид им даваат прехранбени артикли, ЗП Прилеп доделува еднократна помош и средства за бањско лекување, ЗП Делчево и ЗП Дојран им даваат безалкохолни пијалаци, кафе, чај, сок и вода (освен во ЗП Тетово, ЗП Гостивар и ЗП Струга каде што се служат и алкохолни пијалаци – пиво), со различен пристап утврдување на цените на пијалациите.

КОНСТАТАЦИИ

1. Од 53 здруженија на пензионери, анкетен лист пополнија 42 здруженија или околу 80%, што говори за сериозен однос на здруженијата кон согледувањето на состојбите на клубовите на пензионери и ограниците.

2. Половината од здруженијата кои доставиле податоци располагаат со 1 клуб на пензионери и повеќе ограници (освен ЗП ОВР и ЗП Вевчани) кои немаат ограници, а половина од нив располагаат со повеќе клубови на пензионери.

3. Во основа сите клубови располагаат со средства за рекреација и разонода и во клубовите се служат безалкохолни пијалаци, кафе, чај, сок и вода (освен во ЗП Тетово, ЗП Гостивар и ЗП Струга каде што се служат и алкохолни пијалаци – пиво), со различен пристап утврдување на цените на пијалациите.

ЗАКЛУЧОЦИ

1. Се препорачува на здруженијата на пензионери и понатаму да работат на отворање клубови за пензионери во кои места се одвива реалниот пензионерски живот во соработка со локалната самоуправа.

2. Во услови на пандемијата здруженијата на пензионери во согласност со своите можности да преземат мерки за дезинфектирање, средување, варосување на пензионерските клубови, како и на подготовка за редовно работење согласно со постојните прописи. Се препорачува за време на редовното работење на клубовите да се обезбедат неопходните средства за хигиена, како превенција за заштита на корисниците на пензија.

3. За работата на клубовите, здруженијата на пензионери треба да донесат Правилник како правна рамка во кој ќе ги уредат сите прашања од работењето на клубовите на што укажува и Државниот ревизор во „Конечниот Извештај за извршената ревизија на успешности, ефикасноста на преземените мерки, политиките и активностите за остварување на правата од социјална заштита на стари лица во РМ во институционално сместување во државни пензионерски домови и Клубови“.

4. Заради правилна распределба на социјално-солидарната помош се препорачува здруженијата да донесат Правилник со кој ќе се уредат мерилата и критериумите со давање приоритет на корисниците со ниски пензиски примања.

5. Се препорачува во клубовите на пензионери да се одвиваат активности соодветни за возрастната популација без служење алкохолни пијалаци, како и без други активности кои го уриваат угледот на здружението.

Скопје, јули 2020 година

Тајните на здравиот и долг животен век на Никола Тесла

Никола Тесла живеел 87 години. Кои се тајните на неговата здрава долговечност? Одговорот е: здрави навики уште од рана возраст!

Во интервју од 1933 година, 77-годишниот Никола Тесла истакнал дека верува дека е важно да се започне животот на вистински начин и да се развијат здрави навики уште од најрано возраст. Тој уште кога бил млад сфатил дека мора да ги контролира своите „страсти и апетити“ ако сака да ги оствари своите соншта и да продолжи да работи сè до својата смрт. Затоа започнал да живее дисциплиниран и планиран живот уште од рана возраст, фокусирајќи се само на она што сака да го постигне.

„Не сакам одмор, затоа што нема претерувања во моите напори. Ако сите луѓе одбереа начин на живот кој е компатибилен со нивниот темперамент, збирот на среќа во светот би се зголемил неизмерно. Многумина се тажни и депресивни поради минувањето на животот. Велат: животот е толку краток. Ако се посветам да постигнам нешто во

животот, кога ќе живеам?! Но, тие не се свесни дека би можеле значително да го продолжат животот, само ако направат мал соодветен напор и ако си постават одредена цел на која ќе и се посветат. Чудно е што човечките суштества прават толку многу работи што го прават патот до смртта уште пократок, пред да дојде време за неа.“

Како се хранел?

Никола Тесла сметал дека има многу работи што не прават непродуктивни. Една од нив е лошата исхрана. Велел: „Прво, премногу јадеме! При тоа, јадеме погрешни видови на храна и пиеме погрешни видови течности. Најголем дел од штетата е предизвикана од прејаднување и недоволно вежбање и физичка активност, што придонесува за токсични состојби во организмот и спречува исфрлање од организмот на акумулираните токсини.“

Никола Тесла пиел млеко и многу вода. Јадел два obroka на ден и ги избегнувал сите јадења што произведуваат киселина. Речиси секој ден јадел грашок, компири и грав. Покрај тоа, ја-

дел свеж зеленчук, а риба и месо многу ретко. Ја избегнувал рибата која е позната како храна за мозокот. Не ја јадел, затоа што сметал дека во неа има многу силни кисели реакции, бидејќи рибата содржи многу фосфор. Според него, киселоста на организмот е најлошиот непријател со кој треба да се бориме особено во староста.

Што е еликсир на животот?

И во интервју од 1935 година, Тесла потврдил дека ретко јаде месо. Во интервјуто објаснил за неговиот однос кон стимулансите и кој е еликсирот на животот.

„Ги одбегнувам сите стимуланси, и се воздржувам да јадам месо. Убеден сум дека за само сто години, кафето, чајот и тутунот веќе нема да бидат во мода. Сепак, алкохолот ќе продолжи да се користи. Алкохолот според мене, не е стимуланс, туку вистински еликсир на животот, но не треба да се претерува. Значи за долг и здрав живот треба да се биде подалек од храна која го закишевува организмот, придржувајте се кон претежно вегетаријанска исхрана и

дружете се одмерено со алкохолот“. Познато е дека Никола Тесла секој ден пиел виски.

Важноста на секојдневно одење, вежбање и друга физичка активност
Никола Тесла сметал дека вежбањето и физичката активност се исклучително важни.

„Верувам дека треба да се биде физички активен. Јас секој ден шетам од 12 до 16 километри и никогаш не земам такси или друго превозно средство кога имам време да пешачам. Исто така, секој ден вежбаам во мојата бања, бидејќи мислам дека е од големо значење.“

Важноста на спиењето

Познато е дека Никола Тесла спиеал многу малку.

„Колку спиијам? Едвај спиијам! Јас потекнувам од долговечно семејство, но сите сме лоши 'спиијачи'. Очекувам да живеам како моите предци најмалку сто години. И не сум загрижен заради несоницата. Понекогаш одморам еден час, или малку повеќе. Само повремено, еднаш на неколку месеци, спиијам четири или пет часа непрекинато. То-

гаш се будам скоро наполнет со енергија, како батерија. Ништо не може да ме спречи после ваква ноќ. Тогаш чувствувам голема сила. Значи, нема сомнение дека спиењето ја обновува енергијата, дека ја зголемува. Но, не е клучно за нечија благосостојба, особено кога станува збор за луѓе кои нормално кратко спиијат“.

Третата доба, продуктивноста и мудроста

Никола Тесла сметал дека постариите луѓе знаат на најлесен начин да најдат решение за сè, заради искуството и насобраното знаење. Тој и покрај фактот дека бил релативно сиромашен во подоцнежните години се чувствувал среќен и задоволен.

„Никогаш не сум се чувствувал подобро во животот! Јас сум енергичен, силен, сите мои ментални способности се целосно функционални. Покрај тоа, јас користам само мал дел од енергијата што ја имам за решавање на моите проблеми и потреби, затоа што научив да ја чувам енергијата која ја имам. Поради моето искуство и знаење стекнато со текот на годините, многу задачи денес ми се полесни“.

подготвила М. Белева



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



www.nlb.mk

Контакт центар: 02 / 15-600

ZEGIN ВАША СЕМЕЈНА АПТЕКА

ЕВРОБАЛКАНСКИ ЛИДЕР ВО ПРОМОЦИЈА НА НОВИ МОЛЕКУЛИ

osteotend®

ПРОИЗВОД НАМЕНЕТ ЗА ОДРЖУВАЊЕ НА НОРМАЛНА ФУНКЦИЈА НА ЗГЛОБОВИТЕ И 'РСКАВИЦИТЕ.

НА БАЗА НА
БРОМЕЛИН, ПАПАИН, РУТИН,
МЕТИЛСУЛФОНИЛМЕТАН,
ВИТАМИН Ц,
Л ОРНИТИН АЛФА
КЕТОГЛУТАРАТ И ГАВОЛСКА
КАНЦА.



30 кесички | 5.6 g

- ✓ не содржи глутен
- ✓ не содржи глюкоза
- ✓ не содржи лактоза

ЗЕГИН ДОО Скопје

Пред употреба внимателно да се прочита упатството! За индикациите, ризикот од употребата и несаканите дејства на граничниот производ консултирајте се со Вашиот лекар или фармацевт"

НОВО

PROVEN®
PROBIOTICS

Cardiobiotic

КЛИНИЧКИ
ЕДИНСТВЕНИ
ТЕСТИРАНИ

PRO-VEN®
PROBIOTICS

Cardiobiotic

FRIENDLY LACTOBACILLUS BACTERIA WITH OLIVE LEAF EXTRACT PLUS VITAMIN B1 TO SUPPORT NORMAL HEART FUNCTION!



30 Capsules
FOOD SUPPLEMENT



- ♥ Создаден специјално за одржување и зачувување на здравјето на срцето
- ♥ Содржи 10 милијарди соеви на *Lactobacillus plantarum* (CUL66) и *Lactobacillus reuteri* (NCIMB30242) корисни бактерии
- ♥ Содржи хидрокситирозол (од лист од маслинка)
- ♥ Витамин Б1 значаен за одржувањето на нормалната функција на срцето

една
30 КАПСУЛИ
на ден

СОЈУЗ НА ЗДРУЖЕНИЈА НА ПЕНЗИОНЕРИ НА МАКЕДОНИЈА СЗПМ

Примено: 2.7.2020
01-02/232

Бр. 03-117
02.07 2020 год.
ОХРИД

До
Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија-Скопје Ул.Кочо Рацин“14
За
Републичкиот извршен одбор на СЗПМ

**Предмет: Протесно писмо против-
Претседателот на СЗПМ Г-ѓа.Станка Трајкова и
Потпретседателот Г-ин Ментор Чоку Председател
на О.Р.О. на СЗПМ-Скопје.-**

Здружението на пензионерите на Охрид и Дебрца се обраќа до Р.И.О. на СЗПМ-Скопје, со Протесно Писмо поради НЕОВЛАСТЕНО и без согласност на Здружението на пензионерите Охрид и Дебрца и Одлука на Р.И.О ја праќа членарината на блокираната сметка на З.П. со тоа му нанесува штета и на 10.600 пензионери.

1. Неовластено и без основ ја задржуваше членарината што ја плаќаа пензионери од Охрид и Дебрца,недозволи функционирање на Здружението,а со тоа ги омаложуваји пензионерите и Здружението на пензионерите.

2. Се јауваат во улога на истражен орган без за тоа да се консултираат со раководството на З.П.,по телефон се обраќаат до Извршителот во Охрид и бараат податоци,колку парични средства му должи на странките во постапката и по кои основ.

3. Искриваа Самоволије,ја злоупотребија функцијата што ја имаат,на тој начин што не ја почитуваат Одлуката на Собранието на З.П.Охрид и Дебрца и не го почитува законот за исплата на средства по пат на „Цесија“.

4. На 26-06-2020 год.без да не обавестат прекутно и скришно ја уплатиле членарината на Блокираната сметка, а не на сметката на „Клубот на пензионерите“ што им беше со Одлука на Собранието донесена за таа цел.

1

5. По нивно барање на 16-06-2020 год.имавме средба со нив и се договоривме за начинот и постапката за тоа,бидејќи сме сосема на крај со предметите и чекаме одговор од Врховен Суд Скопје по поднесена Ревизија од 2019 год.,Договорено беше да доставиме ургенција за приоритет при одлучување,ние тоа го сторивме.Доцнењето со оваа постапка се однесуваше поради тоа што Извршителот почина и постапката се одолговлече.

6. Без разлика на договореното навредени биле дека претседателот на З.П.Охрид и Дебрца,„Рекол дека кој биле тие да ни кажуваат како да работиме“без да го посочат лицето што им пренело ваква навреда кон нив.Што не е точно.

Согласно изнесено во ПРОТЕСНОТО ПИСМО го замолуваме Р.И.О да завземат став и донеси Заклучок за ваков однос на Претседателот и Потпретседателот на СЗПМ и Претседател на О.Р.О.на СЗПМ.

Бидејќи со ваквото самоволие му направија штета на Здружението и на 10.600 старосни и семејни пензионери и ја нарушија самостојноста и автономијата на Здружението.

Сумата што ја уплатија е 675.000 денари.Доколку Врховен Суд Скопје донесе Пресуда во наша полза,тогаш од кого ќе бараме поврат на овие средства,со што директно ќе ни нанесат голема штета во пари по оваа постапка.

Бараме Протесново Писмо Републичкиот Извршен Одбор во живо да го разгледа на седница со присуство и на наш претставник за да го образложи истото.

Доколку тоа не биде разгледано регуларно во живо на седница на Р.И.О,тогаш Протесново Писмо ќе го објавиме во целост преку Информативните средства и Порталите,со цел да бидат запознати сите пензионери во републиката и нашево З.П. и неговите органи и тела и пошироко целата јавност во Р.С.М.

З.П.Охрид и Дебрца е членка на СЗПМ и е почитувано,на ликално,регионално,рпубличко и пошироко со соседните држави,сведоци за тоа се бројни Признанија,Награди што ги има добиено,на културно,спортско и други нивоа.

Претседател на З.П. на И.О. Горѓи Трически



СОЈУЗ НА ЗДРУЖЕНИЈА НА ПЕНЗИОНЕРИ НА МАКЕДОНИЈА
UNION OF PENSIONERS' ASSOCIATIONS OF MACEDONIA

БРОЈ/ Number - 03-02- 236/1
ДАТУМ/Date - 3.7.2020

До
Здружение на пензионери - Охрид и Дебрца
за Претседателот на Собранието
д-р Димитар Спасески

Предмет: Одговор на протесно писмо
Почитуван претседател,

Според расположливата документација во Сојузот на здруженија на пензионерите на Македонија, почнувајќи од 2013 година дозначувањето на средствата по основ на членарина на ЗП Охрид и Дебрца се врши по пат на Договор за цесија. Еден од потписниците на тој договор е и Сојузот на здруженија на пензионерите на Македонија, во својство на цесус.

На дозначувањето на средствата по пат на цесија новото раководство на Сојузот избрано за период 2019-2023 година, посвети посебно внимание и се вклучи во надминувањето и решавањето на овој долгогодишен спор со одржување на средба во Сојузот, со претставници од ЗП Охрид и Дебрца и ЗП Здружение на инвалидски пензионери – Охрид, со цел да се постигне заедничка согласност во решавањето на овој долгогодишен спор.

Притоа, на оваа средба одржана во Сојузот се постигна согласност Здружението на инвалидски пензионери од Охрид да го повлече барањето за извршување на главниот долг со камата по правосилна судска одлука, се со цел да се создадат услови дозначувањето на средствата да не се врши преку Клубот на здружението на пензионери, туку на редовната сметка на ЗП Охрид и Дебрца.

Ова прашање беше разгледувано од Надзорниот одбор и Извршниот одбор на СЗПМ и двата органи дадоа согласност, за ограничен период, да се врши дозначување на средствата со Договор за цесија преку Клубот на пензионери. Последниот рок беше дозначувањето на средствата за чланарина да биде заклучно со месец март 2020 година, со цел во тој период целосно да биде намирен долгот.

Здружението на пензионери од Охрид и Дебрца поднесе ново барање и понатаму да се продолжи дозначувањето на средствата за чланарина да се врши по пат на договор за цесија.

Сојузот беше известен дека по две правосилни пресуди долгот на ЗП Охрид и Дебрца изнесува 720.000 денари што се потврдува и со двете известувања на извршителот Елена Стрезоска под број 236/1 и 236/2 од 28.8.2019 година, по предметите И.бр 690/2019 и И.бр 690/2019 година.

Заради утврдување на фактичката и правната состојба во случајот со претседателот на Извршниот одбор и секретарот на ЗП Охрид и Дебрца се одржа работна средба на 16.6.2020 година, во просториите на СЗПМ.

Исто така, Сојузот за натамошно утврдување на долгот изврши и контакт со извршителот Елена Стрезоска, која го води конкретниот случај во постапка на извршување.

Покрај напред изнесеното Сојузот прибави и Правно мислење од надворешен експерт кој во своето мислење експлицитно наведува дека во конкретниот случај е повреден членот 13 точка 4 и 5 од Законот за судовите каде е утврдено дека судските одлуки се задолжителни за сите правни и физички лица и имаат поголема сила во однос на одлуките на кој било друг орган, при што секој е должен да ја почитува правосилната и извршната судска одлука под закон на законски санкции. На тоа укажува и членот 424 од Законот за облигациони односи каде е нагласено дека пренос на побарувањето не може да дојде ако по својата природа се спротивставува на пренесувањето врз друг. Токму, таков е конкретниот случај бидејќи со склучените договори за цесија се попречува да се наплати доспеаното побарување заради тоа што ЗП Охрид и Дебрца не располага со средства на својата жиро сметка.

Сојузот согледувајќи ја ова состојба, а имајќи ја предвид висината на долгот, во услови на пандемија кога се редуцирани активностите на сите здруженија па и на ЗП Охрид и Дебрца оценува дека сега е најпогоден момент, средствата на име чланарина да се дозначат во полза на редовната сметка на здружението без примена на Договорот за цесија. На овој начин ќе се реши долгогодишниот спор кој негативно се реперкуираше на работењето на Сојузот, како еден од потписниците на договорот за цесија. Мислењето што побрзо да се намири долгот беше истакнато и кај претседателот и кај секретарот на ЗП Охрид и Дебрца.

Исто така, се оцени дека со дозначувањето на средствата на сметката на здружението нема за цел да се девалвира или омаловажува работата на Здружението туку е во интерес на ЗП Охрид и Дебрца и за корисниците на пензија кои членуваат во ова здружение. Во врска со наводите дека од страна на Сојузот не се почитувале одлуките на ЗП Охрид и Дебрца треба да се гледа во констелација на членот 13 од Законот за судовите каде е утврдено дека судските одлуки имаат поголема сила од кој и да е друг орган.

Во протесното писмо е наведено дека доколку Врховниот суд донесе пресуда во корист на ЗП Охрид и Дебрца се поставува прашањето од кого ќе се барат уплатените средства по правосилната пресуда. Познато е дека доколку спорот се реши во полза на здружението, Судот со пресуда ќе одлучи на чиј товар паѓаат трошоците на постапката.

На крајот се смета дека Сојузот дозначувајќи ги средствата на сметката на здружението на ист начин како што се постапува и со другите ЗП нема за цел да ја злоупотреби функцијата, постапувајќи согласно законските прописи и работејќи во интерес на корисниците на пензија.

Доставено до:
- претседателот на ИО на ЗП Охрид и Дебрца
- претседателот на Собранието на ЗП Охрид и Дебрца

Извршен одбор на СЗПМ
Претседател
Станка Трајкова

Редок пример на претседател на СЗПМ



Бидејќи редовно го читам пензионерскиот весник „Пензионер плус“ имав можност покрај другите содржини, да ги прочитам написите што ги има напишано госпоѓата претседател на СЗПМ.

Во еден од написите претседателката го има обработено прашањето како и зошто Сојузот ги троши парите кои се задржуваат од пензиите, а тоа се масата на пари од 2,5 денари месечно, што значи толку месечно од пензијата му се задржуваат на секој пензионер член на здружение, а 27,5 денари му се задржуваат на пензионерот како членарина, која се насочува за здружението чиј член е пензионерот, што значи на пензионерите месечно од пензијата им се задржуваат 30 денари. Овие средства Сојузот како и здруженијата ги трошат за активностите што ги реализираат согласно програмата и финансиските планови што ги донесуваат секоја година. Нема никакви шанси за злоупотреба и за корупција. Во текот на годината најмалку трипати се поднесуваат извештаи пред надлежните органи со детални показатели. Тоа го практикуваат здруженијата, а особено сакам да го нагласам практикувањето што го применува Сојузот, со сета лична своја сигурност бидејќи во еден мандат бев член на Извршниот одбор и имав можност лично да се запознаам со начинот и начинот на користењето на средствата во Сојузот. Нема потреба да ги презентирам работите и активностите што ги остварува Сојузот бидејќи тие во написот се така добро наброени и прикажани што нема потреба повторно да се кажува.

Добив впечаток од написот дека иницијативата за објаснување на начинот на трошење на средствата произлегува од постоење на сомнеж кај некои пензионери дека парите од пензионерите се трошат неплански, неформално и „беговски“.

Посебно сакам да истакнам дека претседателката на Сојузот презентираниот материјал го има обработено со таков

приод и факти како материјалот да е плод на некој институт за истражување што ретко се случува.

Во еден од написите претседателката го има обработено Солидарниот фонд или како обично ние пензионерите го именуваме како Фонд за посмртнина. За секој починат пензионер на семејството му се исплаќа извесна сума, односно по 30.000 денари. Овие средства се исплаќаат од фондот формиран за таа намена. Во моментот на секој пензионер член на здружение му се задржува од пензијата 120 денари месечно за таа намена. Парите ФПИОМ ги чува на посебна потсметка во трезор. Преку подрачните филијали на Фондот на фамилиите од покојникот им се исплаќа износот од 30.000 денари. Потребно е да напоменам дека со средствата раководи посебен Одбор на регистрирана организација. Мислам дека иако е општ зборот раководи одбор, јасно е дека сите активности и потреби, насочување, раководење и други ги реализира споменатиот одбор, а не ФПИОМ. За состојбите и работата на одборот, одборот одговара и поднесува извештај за состојбите на СЗПМ.

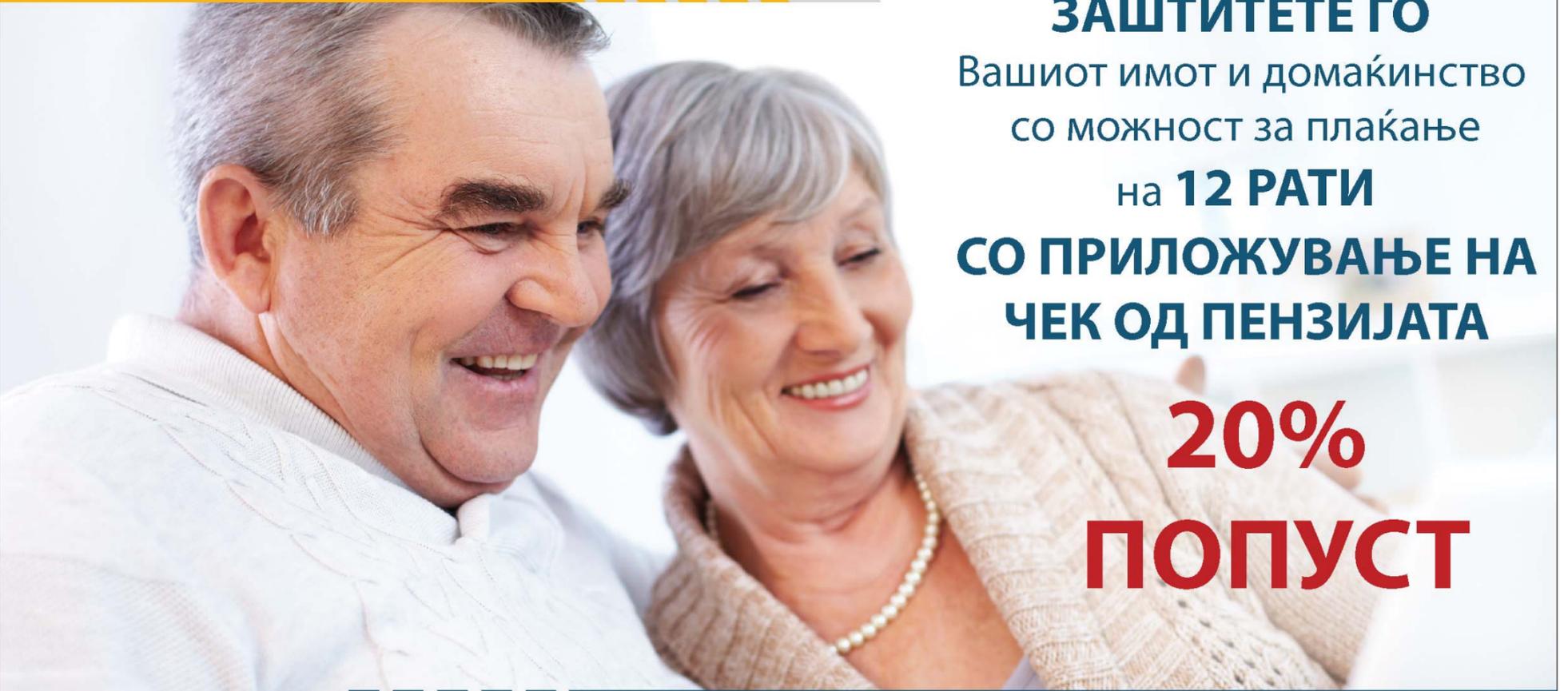
Со цел да не ги заморувам пензионерите со повторување на исти работи, не навлегувам аналитички во работата, правата и одговорноста на Одборот бидејќи немаме никој посодржајно, поквалитетно и поаналитично да го направил и реализирал од претседателката на Сојузот Станка Трајкова, а кое го има напишано во весникот „Пензионер плус“.

На крај сакам да го завршам овој мој напис со констатација дека редок е претседател на Сојузот на здруженија на пензионерите на Македонија, каков што е Станка Трајкова. Затоа таа заслужува да биде пофалена и охрабрена да продолжи така да ја води доверената функција.

Зоре Мицкоски,
пензионер од ЗП Охрид и Дебрца

<p>ПЕНЗИОНЕР плус</p> <p>Весник за сегашните и за идните пензионери</p> <p>Издавач: СЗПМ</p> <p>Година XIII – број 144 јули 2020 год.</p> <p>БЕСПЛАТЕН МЕСЕЧЕН ВЕСНИК</p>	<p>Издавачки совет:</p> <p>Станка Трајкова (претседател) м-р Илја Адамоски Ментор Коку Менка Темелковска Д-р Веле Алексоски Славко Трајкоски Спирко Николовски ОВР Гидо Бојчевски Славко Марковски</p>	<p>Редакциски одбор:</p> <p>Калина Сливовска - Андонова главен и одговорен уредник;</p> <p>Членови: Баки Бакиу, Верица Тоциновска, Кирил Ристески Фруска Костадинова Јасмина Тодоровска Лилјана Младеновска</p>	<p>Лектор: Верица Тоциновска</p> <p>Адреса: СЗПМ Бул. „Кочо Рацин“ бр. 14 – Скопје П.факс. 440</p> <p>Телефон: 02 3223 710 тел-факс: 02 3128 390</p> <p>Web: www.szpm.org.mk E-mail: vesnik@szpm.org.mk</p>	<p>Компјутерска обработка: Томе Ангеловски</p> <p>Печати: Печатница Серафимовски – Скопје</p> <p>Дистрибуција: „Нова Македонија“</p> <p>Ракописите и фотографиите не се враќаат.</p> <p>Според Законот, за весникот се плаќа данок според посебна намалена даночна стапка.</p>
	<p>Според Законот, за весникот се плаќа данок според посебна намалена даночна стапка.</p>			

ПОСАКАЈТЕ ЗБОГУМ НА ТЕНЗИЈАТА И ДОБРЕ ДОЈДЕ НА ПЕНЗИЈАТА!



ЗАШТИТЕТЕ ГО

Вашиот имот и домаќинство
со можност за плаќање

на **12 РАТИ**

**СО ПРИЛОЖУВАЊЕ НА
ЧЕК ОД ПЕНЗИЈАТА**

20%

ПОПУСТ



ОСИГУРИТЕЛЕН БРОКЕР
АД БИТОЛА

Дали го заштитивте она на кое толку напорно работевте?

Можете да ги осигурате од повеќе ризици. Вашиот дом или викенд куќа, предметите за уредување на просторот, техничката опрема, уметничките слики, парите и скапоценостите.

Во СН Осигурителен брокер АД Битола на едно место се достапни сите видови и пакети за осигурување на домаќинства и имот, од сите осигурителни компании во Р. С. Македонија.

✉ INFO@SNBROKER.MK



WWW.SNBROKER.MK



15 770

ЗП Охрид и Дебрца

Месниот огранок „Горна Дебрца“ прогласен за најактивен за 2019 година

Од пред пет години на идеја на Комисијата за награди и признанија, а со одлука на Извршниот одбор, почна да се реализира една мошне благородна активност: избор на најактивен месен огранок на ЗП Охрид и Дебрца. Согласно територијалната поделба ЗП Охрид и Дебрца со вкупно 10.600 членови има 21 месен огранок, од кои 13 во градот и 8 во руралните средини. Идејата за избор на најактивен месен огранок, беше да се поттикнат и мотивираат месните ограноци, бидејќи нивните активности, не беа на посакуваното ниво.

Со реализација на идејата за избор на најактивен месен огранок, се почувствува поголема активност и раздвиженост во месните ограноци, иако таа сè уште не е на посакуваното ниво,



особено во руралните средини. Но, за тоа постојат објективни причини, а пред сè поради немањето на просторни

услови за работа и повеќегодишниот нерешен судски спор што го има здружението, а чие разрешување е на повидок, благодарение на големата посветеност и ангажираност на раководството на СЗПМ.

На предлог на стручната служба на здружението и со поддршка на Комисијата за награди и признанија, кои постојано ја следат активностите на месните ограноци, во изминатите пет години, за најактивни месни ограноци се избрани: „Воска“, „15 Корпус“, „Седми ноември“, „Железничка“ и оваа година „Горна Дебрца“. Во знак на нивната активност, на претседателите на спомнатите месни ограноци, Арсе Цуцулоски, Благоја Ставрски, Перо Колески, Крсте Спасески и Нове Тодороски, им се врачени Благодарници. **К.С.**

ЗП Гази Баба

Доделена неповратна парична помош

Во првата половина од годината, ЗП Гази Баба ја заокружи на најдобар можан начин, со што со право се вбројува во водечката група меѓу пензионерските здруженија во републиката. Тоа што заслужува одделно внимание, кога се во прашање остварените позитивни резултати и активности, е доделувањето на еднократна парична помош на болни и социјално загрозени пензионери, а кое има посебно значење оваа година со појавата на корона вирусот. Комисијата за здравство при здружението, работи според одредбите од Правилникот за доделување неповратна парична помош, каде болестите се категоризирани. Според пра-

вилникот највисока ставка се дава на малигните, кардиоваскуларните заболувања, поставување трајно импланти, а како последна група се сите други болести. По тој редослед се решаваат пристигнатите барања. За постигнување на оваа цел, комисијата се состанува на два месеци, ги разгледува молбите и одлучува кој ќе добие средства и колку.

Податоците говорат дека во почетокот на годината се одобрени средства во висина од 220.000 денари на 40 пензионери, по два месеци се доделени 120.000 на 28 пензионери, а во последното доделување, на почетокот од месец јули, на 23 болни и социјално заг-

розени пензионери се префрлени на сметка средства во износ од 92.000 денари. Средствата што се доделуваат на пензионерите, во зависност од степенот на болеста и социјалната загрозеност се движат од 3.000 до 5.000 денари. Извршниот одбор при ЗП Гази Баба, секоја година доделува еднократна помош на неколку болни пензионери кои не ги исполнуваат условите од Правилникот.

Во второто половина од годината, Комисијата според Правилникот ќе додели уште 350.000 денари, за поддршка и помош на своите членови кои ае погодени од елементарни непогоди и друго. **Васил Пачемски**

ЗП Солидарност – Аеродром – Скопје

Одржана 13. седница на Извршниот одбор

Извршниот одбор на Здружението на пензионерите Солидарност – Аеродром – Скопје на 14-ти јули 2020 година ја одржа својата редовна 13-та седница во клубот на огранокот Аеродром. На седницата беа присутни сите членови на Извршниот одбор, како и претседателот на Собранието Тодор Тодоровски.



Претседателот на Извршниот одбор Димитрија Богатиноски откако ги поздрави сите присутни истакна дека седницата се одржува во услови на пандемија со корона вирус ковид 19 и истата седница е организирана почитувајќи ги

препораките на Министерството за здравство и Владата на РС Македонија и СЗПМ за одржување на социјална оддалеченост и носење на заштитни маски.

На седницата беше усвоен Записникот од дванаесеттата седница на Извршниот одбор, одржана на 25.02.2020 година, се донесе одлука за набавка на 3 м3 дрва за огранокот Лисиче, беше разгледана Информацијата за одржување на Регионалните ревији на песни, музика, и игри 2020 година, информацијата за организирање на Регионалните спортски натпревари 2020 година како и Предлог мислењето за работа на клубовите од страна на СЗПМ. Во врска со одржувањето на Ревииите на песни, музика и игри и Регионалните спортски натпревари се донесе заклучок тоа да зависи од траењето на пандемијата и во договор со домаќините на манифестациите определени од Сојузот.

Во врска со препораките од СЗПМ како да се отпочне со работа на клубовите, се донесе заклучок за да се спречи ширење на вирусот помеѓу пензионерите како ризична група, клубови на здружението да не отпочнат со работа бидејќи немаат тераса и не може да се обезбеди физичка оддалеченост од 1,5–2 м. **Г. К.**

Средба со Доне Перовски, инвалидски пензионер од Тетово

Активноста послани од болестта

Силната желба да се совлада подмолната болест и да се опстане по три тешки операции, инвалидскиот пензионер од Тетово, Доне Перовски, ги совлада сите препреки. Активирајќи се во стрелаштво со воздушна пушка и продолжувајќи да ги совладува сите мистерији во работата со компјутер, повторно е активен, иако веќе навлегува во 73-та година од животот. Ангажирајќи се во Здружението на инвалиди на трудот и корисници на инвалидска пензија, успеал, како ретко во кое здружение, за сите членови да изработи социјални карти и да ги стави на увид во секој момент за која било потреба. Гидо Бојчевски, претседателот на ЗИТ КИП Тетово вели дека се работи за ретко внимателен и упорен член, за човек кој навистина направил сè, во Здружението сè да се има „како на дланка“. Подредените регистри во кои единствен показател е азбучникот претставуваат вистинска слика каква што може само да се посака.

Доне Перовски веќе 25 години е пензионер. Морал да ја напушти работата во „Тетекс“ во 1996 година, кога имал неполни 50 години. Го нападнала тешка болест, во која здравствените работници не можеле преку прегледи и испитувања да дојдат до дијагноза. За да му се спаси животот, подложен бил дури на три операции на панкреасот. По три месеци престој во болници, лекарите успеале Доне да го вратат на нозе. Во комбинатот „Тетекс“ имало обид да го вратат на неговото одговорно работно место, но крвката здравствена состојба не дозволувала. Во 1996 година Доне

Перовски станува инвалидски пензионер, а само една година потоа се зачленил во Здружението и активно се вклучува во стрелачката секција. Најнапред како стрелец со воздушна пушка, а потоа и како капитен, тренер и селектор. Големи се заслугите за Доне Перовски што ЗИТ КИП Тетово на сите 15 досегашни натпревари на ниво на Сојуз, од кои дури 8 пати Тетово било домаќин, секогаш да го освојува првото место. Перовски вели дека освен здружението од Тетово, иницијативата била подигната и поддржана и од здруженијата во Битола, Велес и Гостивар, за да се востановат Републички спортски натпревари на инвалидските пензионери. За годинашните Републички спортски натпревари на инвалидските пензионери, поради корона вирусот, сè уште не се знае дали ќе се одржат.

Вљубеноста во компјутерот и совладувањето на неговите тајни, е втората приказна за Доне. По завршувањето на Текстилното училиште, во „Тетекс“ Доне поминува дваесетина години од работник во конфекцијата до помошник-мајстор, а од 1972 година преместен е во моделарницата од каде што започнува процесот на конфекциско производство. Таму Доне работи како самостоен вклопувач на шаблони. Совладувајќи ги успешно работните задачи, унапреден е за мајстор на уште 16 вклопувачи. „Кројачите“ на кадрската политика во големиот текстилен комбинат во 1984



Југославија. Враќањето оттаму завршува со поставување на работно место моделар. Не прифатив да бидам шеф на моделарница, бидејќи сметав дека имаше постари и позаслужни од мене, – се присетува нашиот соговорник. Меѓутоа, престојот во Марибор значел и совладување на мистериите во работа со компјутер. Компјутеризацијата брзо напредуваше, а за мене беше вистински предизвик. Упорно работев да ги совладам сите поединости и мислам дека добро се снајдов. Работав деноноќно и успеав. Во 1987 година од „Тетекс“ ме испратија на тримесечна обука во Виена (Австрија), на натамошно усовршување. Тоа знаење многу ми помогна по оние здравствени проблеми, да се снајдам во Здруже-

ИутеКредит со донација за Сојузот на здруженија на пензионери на Македонија

Пензионерите и по менталитет и по навика имаат потреба за дружење. Затоа, како дел од низата активности за поддршка на возрастните лица за време на Ковид 19 кризата, ИутеКредит ќе донира средства за дезинфекција за здруженијата – членки на Сојузот на здруженија на пензионери на Македонија, сè со цел да се обезбедат услови за подобрување на физичкото, а со тоа и на менталното здравје и одржување на виталноста која ние во ИутеКредит ја гледаме како еден од приоритетите во рамките на воспоставената добра соработка.



Пензионерите како генерација со огромно животно искуство и мудрост претставуваат многу значаен сегмент за ИутеКредит Македонија. Ограничувањата за движење и собирање заради пандемијата од корона вирусот, не погоди сите, но највеќе пензионерите како најранлива категорија.

Социјализацијата, со почитување на сите препораки за заштита, е навистина важна за секој поединец, а секако и за пензионерите. Споделувањето на дел од секојдневието може да внесе доза на позитивна енергија и радост во животот на пензионерите, па токму затоа, како општествено одговорна компанија чувствуваме должност да придонесеме кон безбедниот престој на членовите на пензионерските здруженија. Донацијата на средства за дезинфекција ќе се реализира кон крајот на јули и во текот на месец август 2020 година.

ИутеКредит

ЗП Штип

Домувањето и набавката на дрва насушна потреба на пензионерите

Јунското сонце оваа 2020 година ги раздвижи пензионерите во градот под Исарот, секој со својата мака бара чаре за егзистенција, домување и набавка на дрва за студените зимски денови. Во ЗП Штип влегуваат, излегуваат пензионери, секој со своите потреби, а раководството ги опслужува и упатува каде треба.



– Ние редовно доаѓаме во Здружението, тука сме за пензионерите. Овој период актуелно е снабдувањето со дрва, а интересот за домот и соба повеќе е насушна потреба на

проширените семејства. Овој дом има 12 соби со делбата останаа осум, а потребата е голема. Новиот дом кој е во изградба, заглави во правните лабиринти, остана како нелегална градба, законот за легализација не го донесоа за да продолжиме со работа. Покрај тоа, нема струја, треба сопствена трафостаница, без покрив оставен е на забот на времето, но да се надеваме дека сè ќе се реши и изградбата ќе продолжи.

За огревно дрво запишани се околу 300 пензионери, снабдувањето тече редовно, плаќањето и доставата. Исто така, – вели претседателот на ЗП Штип, Ристе Нетков.

Раководството се погрижило, на влезот да се прави дезинфекција на чевлите, потоа на рацете, се носат маски, се држи растојание, сè со цел вирусот да се стави под контрола. Препорака за пензионерите е да не се создаваат поголеми групи во просториите на здружението за да не се шири корона вирусот.

Цвета Спасикова

ЗП Струга

Црвен крст дистрибуираше хуманитарна помош

Во периодот на почетната состојба поради Корона вирусот поточно од 16 до 22 јуни 2020 година, волонтери при Општинската организација на Црвен крст Струга, во соработка со ЗП Струга, не ги заборавајќи старите и изнемоштените лица со ниски пензии и социјален ризик, и им дистрибуираше хуманитарна помош и тоа: 159 пакети со храна и уште толку пакети со хигиенски средства, донација на УСАИД.



Хуманитарната помош беше поделена на бројни семејства од социјален ризик, меѓу нив и на пензионери од таа категорија, на 27 локации во Струга и струшко.

С.К.

година го испраќаат на две-годишна школа за моделари во Марибор (Словенија), единствена ваква во тогашната

нието на инвалиди на трудот и корисници на инвалидска пензија, во кое сега има 2 400 членови. На овдешните компјутери успешно ги програмираме сите потребни активности, а особено во евиденцијата на масовните форми на дејствување: снабдување со дрва на нашите членови, учество на спортски натпревари, екскурзии и прошетки, па се до подготовка на евидентна карта за секој поединец. Мислам дека за мене веќе нема никакви тајни во работата со компјутер. И во работните ангажирања, во лекувањето и операциите, во ангажирањето како инвалидски пензионер, Доне Перовски смета дека успеал благодареејќи на разбирањата и сесрдната помош од семејството, особено на сопругата Славка, која исто така е пензионер, но старосен. Со Славка веќе 52 години е во хармонична брачна заедница. Нам на крајот ни остана само да му посакаме добро здравје и долг живот. **Гојко Ефтоски**

Старите луѓе некогаш и денес

Пред 30 000 години, луѓето нашле начини како да ги задржат старите покрај себе - и тогаш човештвото започнало да напредува

Основната структура на човековите заедници се менувало двапати за време на еволуцијата. Вториот пат, се случи пред 150 години, кога, во повеќето делови на светот, животниот век стана двојно подолг. Првиот пат кога се случило ова, било за време на палеолитот, веројатно пред околу 30 000 години. Ова е време кога старите луѓе се суштински „измислени“. Низ историјата на хоминидите, било исклучително ретко поединци да живеат повеќе од 30 години.

Палеоантрополозите проучувале за да проценат колку години имал хоминидинот кога починал. Антропологот Рејчел Каспари од Универзитетот во Мичиген ги искористи своите заби за да ја утврди врската помеѓу старите и младите луѓе. Споредувајќи ја оваа врска со современите човечки видови од раниот палеолит, пред околу 30 000 години, таа заклучила дека врската се сменила – имало двојно повеќе возрасни кои умреле по 30-годишна возраст. Раниот палеолит е времето кога луѓе навистина напредувале. Тоа било време кога населението напредувало во секој поглед, кога луѓето создавале сложени уметнички дела, користеле симболи и населувале дури и ненаселени области. Каспари вели дека не била биолошката промена што им овозможила на луѓето да живеат повеќе од 30 години. Кога ги споредила другите популации на неандерталците и хомосапиенс кои живееле во исто време и на истото место, двата различни вида имале слична врска со постарите луѓе, што укажува дека промената не била генетска. Промената беше културна. Нешто во начинот на живеење, на луѓето им овозможило да доживеат старост. На продолжување на животниот век можеби влијаел начинот на кој се хранеле или ја складирале храната или како граделе засолништа,?! Сето тоа е изгубено. Сè што има за проучување се нивните заби. Научниците се сложуваат во едно: резултат на тоа е што тогашните луѓе најверојатно нашле начин како да ги држат старите луѓе покрај себе, и тогаш сè се сменило.

Според нивните претпоставки, подолгиот век им овозможило на луѓето да се грижат за своите деца. И тоа ја зајакнало и ја подобрило хуманоста.

„Старите луѓе содржат ризница од податоци“, вели антропологот Рејчел Каспари. Помладите сфатиле дека старите ја познаваат природата, знаат како да се справат со одредени катастрофи, како да вршат комплицирани вештини, кој е поврзан со кого, каде има храна, вода, пештери за засолниште од непријатели. Сфатиле дека старите луѓе знаат да одржуваат и да градат сложени социјални мрежи.

Така младите луѓе сфатиле дека за многу вештини што им овозможувале да управуваат со светот, за да ги совладаат им е потребно многу време и вежбање, тоа веќе го знаеле старите луѓе. Младите луѓе сфатиле дека „старите луѓе можат да бидат одлични учители“, вели Каспари, „и тие се тие што овозможуваат покомплексни општества“.

Луѓето на 30-годишна возраст во тоа време биле доволно стари за да имаат внуци. Истражувањата на современите племиња на ловци и собирачи и историски податоци укажуваат дека кога постарите луѓе помагаат да се грижат за внуците, внуците веројатно повеќе ќе преживеат. Сето тоа придонело да ги почитуваат и држат постарите во своите заедници.

Еволутивните придобивки од тоа што луѓето живееле доволно долго за да помогнат во воспитувањето на децата на нивните деца, би можеле да се еден од факторите за продолжување на човечкиот живот, биолошки прифатливо и за нас денес.

И покрај постоењето на бабите во поголемиот дел од човечката историја, многу деца сепак не преживувале. До 20 век најголем процент на смртни случаи биле мали деца и новороденчиња. Според повеќето проценки, четвртина до половина од нив умрале.

Така доаѓаме до втората голема демографска промена во еволуцијата на човештвото. Главната причина зошто животниот век е двојно зголемен во изминатите 150 години е што смртноста кај децата драстично опаднала.

Значи, затоа што имало стари луѓе, довело до длабока културна промена пред 30 000 години, а фактот дека новороденчињата и децата преживувале фундаментално го изменил модерното општество.

Како е денес?

Високиот процент на стари лица во однос на младите не е само последица на живеење во мир и просперитет – тој е и основа на цивилизираното општество. По намалувањето на смртноста кај децата до 20 век, следната голема демографска промена предизвикана од удвојување на просечната човечка возраст е значителен број постари лица. Во 1850 година, во САД имало околу 4% од луѓето над 60-годишна возраст. Денес тие сочинуваат над 20% од населението. Економистите се вознемирени од намалениот наталитетот во развиениот свет и предизвикот за потребната финансиска поддршка на се поголемиот број стари лица. Но, старите луѓе се феноменални, велат истражувачите. Работите се одвиваат наопаку во општествата што во најголем дел го сочинуваат млади луѓе, особено ако тие не ги почитуваат старите, бидејќи старите не само што се помалку воинствени и помалку импулсивни од младите, туку тие како група, се помудри, посреќни и социјално приспособени. Тие подобро се справуваат со лошите вести, имаат силни врски и наоѓаат подобри решенија за меѓучовечки конфликти. Лора Карстенсен од Стенфорд универзитетот, една од водечките истражувачи во оваа област, вели дека фактот дека населението старее, „ке го промени секој аспект од животот што го знаеме, вклучително и образованието, политиката, културата и природата на односите... Ова е затоа што постарите луѓе „имаат повеќе знаење, подобра емоционална стабилност и навистина се грижат да дадат значаен придонес во сè“.

„Ако можете да земете сè што содржи возрастната популација и да го ставите на куп, дали знаете кој би го зел тоа?“, прашува Олшански, истражувач за долговечност.

Одговорот е „Младината“. Во купот ќе бидат: длабокото чувство на самоверба, чувството на мир и радост што произлегува од деценини љубов, чистата радост од грижата за внуците, финансиската сигурност и длабокото размислување и интелигенција.

Поголемиот број постари луѓе благодарение на нивното искуство и мудрост би можел да доведе до подобрена здравствена заштита и социјална правда, што ќе создаде светот да стане уште подобро место за живеење. Тоа е нешто што со нетрпение треба да го очекуваме, а не да ги чувствуваме старите луѓе, неправедно, како товар. **М. Белева**

Средба со Методија Новковски, пензионер од Горче Петров Пензионерите заслужуваат достоинствен живот

Кога човек ќе и посвети значителен дел од својот живот на една форма на општественото организирање, оставајќи позитивни траги зад себе и им го отстапува местото на помладите, има право да биде задоволен од својот минат труд и да предлага идеи за унапредување на таа дејност. Методија Новковски е еден од таквите луѓе: учител, професор, директор на основно училиште, синдикален активист и пензионерски функционер. Длабоко навлезен во деветтата деценија од животот, се привлекува од активното ангажирање со желба за мирна и спокојна старост. Притоа, се разбира, ако помладите го побараат неговото мислење, секогаш е подготвен за дијалог. Разговорот со него ни открива вистина за човек со желба за знаење и подем, вљубен во животот и во луѓето, со кои секогаш умее да работи и соработува. Зборува тивко, одмерено и со резект кон вистината. Добронамерен е и кога критикува, умерен кога фали.



Одамна, уште во младоста, во моето родно Џепиште, деббарско, научив дека животот е занает најтежок. Дека да се биде добар човек треба да се сака книгата, да и се служи на татковината, а односот со луѓето треба да се гради преку заемна почит и со прифаќање на вистината. А тоа не е можно без образование. Затоа по завршувањето на гимназијата и на учителската школа, завршив педагошка академија, за на крајот да станам и професор по македонски јазик и југословенска литература. Вонинституционалното образование ми беше надградба – вели скромно нашиот соговорник, без призвук за фалба за работата.

Но ако тој молчи фактите зборуваат. Како учител Новковски бил оценуван со: особено се истакнува. Кога бил директор на училиштето „Моша Пијаде“ (денес „Димитар Беровски“) ја добил „13 – ноемвриската награда“ на Скопје. Кога бил претседател на здружението на пензионери Горче Петров (во три мандати) била изработена социјална карта за секој член на здружението. Ова здружение е организатор на првите пензионерски спортски натпревари, кои се одржале за прв пат во Скопје, за кое добило признание и награда од СЗПМ. Кон овие успеси се вбројува и наградата која на здружението му ја доделува општината Горче Петров за најдобра општествена организација во 2017 година.

Како резултат на тогашната работа во ЗП Горче Петров, денес здружението има во сите урбани и рурални месни заедници клуб на пензио-

нери, а на спортските натпревари пензионерите постигнуваат солидни резултати. Методија Новковски пројавува завидна активност и како претседател на Сојузот на пензионери на град Скопје до мај годинава, каде што развил плодна соработка со пензионерските организации на главните градови на соседните држави: Белград, Софија, Тирана, Сараево, Љубљана и Загреб. Во неговиот мандат СЗП на Скопје стана сопственик на Домот на пензионерите Катланово.

Како и секој вистински загрижен човек за подобрување на состојбите на пензионерите воопшто, Новковски истакнува:

– Пензионерската организација во нашата земја, во споредба со соседните држави е една од најорганизираните. Добро е што во секое здружение има пензионерски клубови, се организираат заеднички излети, предавања за здравјето, се доделуваат помош за пензионерите со мали пензии и сл. За пофалба е и добрата соработка со локалната самоуправа. Но сепак, секогаш може да биде подобро. Пензионерите заслужуваат достоинствен живот, соодветен на нивниот минат труд.

П. Миленкоски



ЗП Демир Хисар

Никогаш доста од убавата песна и мајсторлук

Кога некој во Демир Хисар ќе ги спомене имињата на убава песна и прецизност мерена во стоти дел од сантиметарот. Нивниот брак е микс од уметност и прецизност. За нив, некој велат дека се две тела – една душа. Различни се, а сепак исти. Тој перфекционист – мајстор на својот занает, тивок, мирен човек, секогаш насмеан. Таа љубител на народната изворна песна, весела, секогаш



распеана, разиграна... Живеат, работат и творат во Демирхисарското село под пазувите на Бигла планина, живописното Стругово. Во брак се, уште малку па пола век, имаат син и ќерка и 4 внуци. Иако Коца целиот свој работен век го поминува во текстилната индустрија, во Демирхисар во Демир Хисар, пеенето и е повеќе од хоби и за себе вели дека пее од кога е родена. Автентична, оригинална, со карактеристична и волшебна боја на гласот, единствена во фантастичната интерпретација и величина. Уште од најрана возраст запишувала песни кои и ги кажувале нејзините мајка и баба и учела да ги пее. Се уште добро ја памети првата научена песна, преубавата изворна

„Сите моми тиквешанки“. Коца има напишано повеќе од 30 текстови за песни и музика за истите, а заедно со својот син, познатиот ембриолог Никола, од болницата „Плодност“ во Битола, имаат снимено ЦД со 13 изворни народни песни со наслов „Сто години Македонија“, а кога музичките познавачи го анализираат нејзиниот глас, често сретнуваме зборови како: топлина, благост, филигран, благородност, кадифе, мед... Самата Коца ќе рече: „Песната е мојот живот. Живеам за неа и преку неа“, а ние ќе додадеме – „таа тивко пее, ама далеку се слуша“. Покрај

создавањето на песни, Коца има голем број на настапи на фестивали и разни манифестации, како „Песна на летото“ во Охрид, „Вешта жена“ во Лешок, во Охрид на Регионалната Ревиија на песни, музика и игри, настапи во Крушево, Прилеп итн. Активна е и во литературниот клуб „Изгрев“ со кои редовно учествува на сите литературни читања. Кога се пишува за неа вредно е да се спомене дека активна е и воактерството, затоа што е член во Драмското аматерско студио при Домот на културата „Илинден“, со одиграни безброј театарски претстави. Нејзината книга со поезија „Патот на животот“ е веќе распродадена, а има готов материјал за уште две книги. Оваа година, има желба да напише роман за својата фамилија.

За разлика од неа, Славе можеби и нема глас на славеј, но затоа има швајцарска прецизност кога работи на дребонг, при изработка на најпрецизните делови за разни машини, па неслучајно цели 35 години работи во работилницата за машински делови во рудникот Демир Хисар. Живеат над средсело во преубава куќа опкружена со голем двор и пространа овошна градина. Во нивниот двор сè е зелено и полно со разновидни цвеќиња. Јаболка, круши, сливи, малини и јагоди има дури и за продавање. Тревата ниско искошена, како зелен персиски килим, а овошните дрва толку убаво средени што можат да им позавидат и оние во Росоман и Ресен.

Славе како вистински домаќин, прво нè носи да го разгледаме неговиот „втор дом“ – работилницата во која се наоѓаат најразлични прецизни машини. Иако, во овие поодминати години и нема баш којзнае колку време за работа, сепак таму сè е подредено како под конец. Славе на селската река, која поминува покрај неговата куќа, има конструирано мина – хидроцентрала, а добиената струја ја користи за свои потреби.

Коца и Славе, среќно ги живеат пензионерските години и ги совладуваат препреките во животот. Додека Славе нè испраќа до колата, само што пристигна музикално надарениот внук, кој со баба му Коца имаат закажано пејачка проба на една нејзина нова песна со наслов „Букет од божји дарови“ со која Андреј ќе настапи на првиот детски фестивал „Мелодија“. Моќта на нејзиното грло останува да одекнува и да ги милува срцата на сите љубители на убавата песна, а мајстор Славе и понатаму измислува и конструира нови изуми и помоќни хидроцентрали. **Зоран Стевановски**

НИЗ ИСТОРИЈАТА НА СЗПМ

Првите републички спортски натпревари

На Првите републички пензионерски спортски натпревари (РПСН) одржани во Охрид на 28. август 1996 година, учествувале само 13 здруженија од: Охрид, Куманово, Тетово, Струмича, Радовиш, Гостивар, Ресен, Кичево, Велес, Неготино, Кочани, Пробиштип и ОВР Скопје со вкупно 150 учесници, од кои 45 натпреварувачи во шах, стрелаштво и пикадо. Во шах победила екипата на ОВР-Скопје, во



стрелаштво од Тетово и во пикадо – жени од ЗП Куманово. Првите републички пензионерски натпревари за отворени ги прогласил Андон Марковски, тогашен потпретседател на Сојузот на пензионерите на Македонија. Иако биле постигнати скромни резултати, значајно е што на овие балкански простори тоа биле првите пензионерски спортски игри.

ЗП Кисела Вода

Пензионер - сликар

Да се зборува и пишува за пензионерот Богдан Николиќ значи да се познава еден човек кој по душа е уметник. Тој во тек на целиот свој живот, покрај работата, се занимавал и со својата голема љубов и вроден талент, а тоа е сликарството. Неговата љубов кон уметноста го прати од мали нозе. Таа датира уште од школските денови кога со цртежи и карикатури на своите другари како и портрети на наставниците ги забавувал, засмејувал и одушевувал. За време на работниот век наоѓал време да црта портрети на соработниците и слики по слободен избор кои долго време ги краселе работните простории.

Денес, како пензионер, има доволно слободно време да се посвети на своето хоби. Слика портрети, пејзажи, историски мотиви, стара архитектура, спомени по сеќавање и друго. Работи графички, акварели, слики во акрилни, маслени и мешани техники. Сликите се реални, полни со топлина, љубов и чувство за внатрешна убавина, така што секој посакува да ги има во својот дом. Учесник е на многу групни изложби како тематски така и со мотиви по слободен избор.

Негова последна преокупација е цртање стрипови. Учествовал на конкурсите на Стрип Центарот на Македонија – Велес на кои е наградуван. Меѓу првите му е стрипот „Јордан Хаџи Константинов – Џинот“ за животот и делото на македонскиот преродбеник од 19 век. За овој труд има добиено специјална награда „Златен Стрип“. Во 2018 година конкурирал со цртаниот стрип „Колку се вредни старите луѓе“, каде што зборува (преку слика), за мудроста, искуството, знаењето и советите на старите луѓе, и ја добива наградата „Скопска стрип акција 2018“. Стрипот е на текст на Емилија и Стојче Тоцинови.

Богдан Николиќ, денес е пензионер и активен член на Здружението на пензионери Кисела Вода. Бил претседател на огранок, член на комисији и друго. Активен е во сликарската секција во општинската организација на Црвениот крст, како и во општинската организација на СБМ Кисела Вода. Како човек е добар другар, пријател за разговор и несебичен кога ги подарува своите слики на пријатели – љубители на уметноста. Подарил многу свои слики во ЗП Кисела Вода – Скопје.



Василка Топаловска

ЗП Штип

Наградена книгата „Меѓу сонот и јавето“

Во ова време – невреме оваа 2020 година, творците создаваат дела како оддишка на душата. На меѓународниот конкурс „Книжевни меридијани“ во Битола, беше наградена книгата „Меѓу сонот и јавето“ на поетесата и писател Цвета Спасикова од Штип. Иако собирите на поезија не се дозволени, творците преку пишаните медиуми виртуелно ги промовираат своите дела. Рецензентот Илија Мерковски, за оваа поетска збирка вели:

– Поетесата ги лие песните како жељби и реалност низ поетски гравури. Со својот душевез Спасикова создава песнопоеј сместен во три циклуса со педесетина песни. Забележливо е искуственото пеење на поетесата, патологичниот видокруг споен со некогашното љубовно постоење. Таа се напојува на изворот на душата, на брбливите кладенци и како феникс се вивнува по нудите на светот околу себе. Поетесата пее во бел стих, напати со мала цензура и пауза, со што се зголемува ритмичноста со наредниот поетски стих. Стиховите пренесени со сопствен ра-

курс претставуваат поетски изблици кои даваат прекрасна можност за воспеванье на чувствата.

Во автобиографијата на авторката Цвета Спасикова стои: пишува поезија, драми и проза за сите возрасти, има издадено 18 книги. Нејзини творби се преведувани на: српски, грчки, бугарски и германски јазик. За својата работа има добиено многу признанија и награди. Таа е активист во ЗП „Штип идописник на „Пензионер плус“ и НМ „Пензионерски видици“. Застапена е во повеќе антологии, зборници, публикации, застапена е во роднокрајната библиографија за 2017 и 2018 година на библиотеката „Гоце Делчев“ во Штип, а за стотиот број на „Пензионер плус“ добитник е на признање од СЗПМ. За своето творештво наградена е на МТВ на „Ваш конкурс“ за поезија за возрастни и за деца. Има добиено награда за раскази „Книжевен постамент“ во Битола, и други.



Ц.С.

ЗП Крива Паланка

Цел живот свири и изработува жичени инструменти

Раде Петровски потекнува од село Станци, Кривопаланечко. Таму го завршил основното образование, а во родното место му се појавила и желбата за свирење на кемане, за да



нешто подоцна почнува и да ги изработува. Петковски исто така, изработува тамбури, но и кавали и фрули. Кога бил ученик, во тоа време, негов идол бил одделенскиот наставник Веско, кој му ја всадил љубовта кон народните жичени инструменти. Подоцна, за подобра egzистенција, Раде се преселува во градот, во Крива Паланка. Работниот век го завршува во 2016 година, како вработен во Шпедиција Фершпед на граничниот

премин Деве Баир.

Денес ужива во пензионерските денови. Активно е вклучен во Здружението на пензионери. Негова заслуга е формирањето на фолклорната група во која учествува како одличен свирач на кемане. Неговиот талент не го задоволува само со членување во фолклорната пензионерска група. Тој е активен член и на КУЗ „Фолклористи“, со кое здружението бил на турнеи во Турција, Бугарија, Србија, Босна и Херцеговина. На овие турнеи друштвото речиси секогаш се закитува со многу пофалници и награди, како и златни медали за освоени многу први места.

На прашањето од каде ја црпи енергијата за настапите, вели од љубовта кон музиката и од поддршката на семејството. Инаку Петковски и неговите колеги пензионери, со нетрпение чекаат што побргу да заврши пандемијата со Ковид 19 и што побргу да продолжат со нивните настапи преку здружението со учество на ревиите на песни, музика и игри во организација на СЗПМ.

Б. Стојчевска

Неизмерна љубов кон творештвото

Дали е тоа стара навика, култура, или едноставно уметнички, творечки нагон, да и по толку години човек не може да се одвои од пишаниот збор? Одговорот е: уметниците не се пензионираат. Тие создаваат дела додека можат, додека ги служи умот и разумот.

Никола Кочовски, роден 1933 година во Битола, е писател кој особено во пензионерските денови го создал својот најголем творечки опус. Тој е писател, како што ќе речат неговите колеги, кој пишува лесно читливи четива, каде што читателот многу бргу навлегува во интересни сфери на човековото и индивидуално постоење во денешницата, како во психата, во етичката изнајденост на ликовите, а не ретко и во осмисленоста на животот што ѝ се дал на единката за живеење.

Во својата осумдесет и седма година Никола Кочовски сè уште живо е заинтересиран за творештвото и книжевните збиднувања во Друштвото на писатели на Македонија и активен во својот потесен книжевен круг. Тој е повремено активен и во книжевната критика, објавувајќи во периодиката осврти за најновата наша проза, но и поетска продукција.

Во сите негови, преку дваесет литературни дела (12 романи, 7 збирки раскази и две драми), забележлива е љубовта за осветлување на ликот на обичниот човек од неговата непосредна околина. Познат по својата умешна раскажувачка, доловува приказни, судбини од живеечката на овие простори, кои не ретко завршуваат со бегство некаде во туѓина, на далечните континенти, каде што ликовите најчесто го завршуваат животот.



Никола Кочовски е еден од писателите кои највпечатливо ќе го опишат иселеничкиот egzodus на младите луѓе од нашите краишта, не овој најновиот, ами оној кој се случувал во седумдесеттите години.

Со само еден обичен преглед на словите на неговите дела („Бреме“, „Без свое јато“, „Исконскиот дар“, „Омразениот цвет“, „Раско“, „Дилко Мијалов“, „Деца на мајката земја“, „Соседовата кокошка“, „Наноси на времето“, „Зарезготини“, „Времето на татковците“...), се добива впечаток дека сето негово напишано е производ на една лична творечка лабораторија, во која сите одвивања се во служба на некаков единствен систем, во чие целокупно функционирање постои човечното, кое не доаѓа во прашање, ами спротивно е над сè.

Во својата шеесетгодишна, неуморна, студиозна писателска работа, чиј заложник е и ден денес, пензионираниот професор по македонски јазик и книжевност Никола Кочовски ќе оствари дела вредни за нашата македонска книжевност. Како потврда нека биде и неговото најново дело, романот „Чекори накај Боговите“.

Кога станува збор за активното живеење во третото доба, да ја спомнеме (во подготовката за издавање) и обмнатна збирка раскази со карактеристичен наслов: „Мигови во времето, точки во просторот“, на која е посветен авторот.

Но, ние би додале и тоа дека со својот однос, овој интелектуално богат наш писател и мислител, како и пристапот во работата, во творештвото, е вистински пример за помладите генерации на писатели.

За својот творечки опус добитник е на многубројни награди и признанија.

Добре Тодоровски

ЗП Прилеп

Близнакот - мајстор за дрво

Судбината на Стојан Близнакоски – Близнакот напишала интересна животна приказна. Стојан не е пензионер, а не е оти своевреме малку има работено во државна фирма. Дел од слободното време пред Ковид-19 го минуваше со пријателите во Централниот клуб на ЗП Прилеп. Своевремено работел во колективите заедно со татко му, но тоа не му го признавале и потоа се зафатил со занаетот – обработувал дрво, односно изработувал дрвени предмети. Сега е во 85-та година. Од пред година и некој месец заради здравствени причини престанал да работи во неговата домашна работилница. Сега зема социјална пензија од само шест илјади денари. И, задоволен е со тоа, а му помага финансиски и синот. Еве ја неговата животна приказна.

Неговите дошле од некое село од Кривопаланечко и се населиле во село Подвис – Крушевско, каде што и се родил. Потоа се преселиле во Прилеп и тука останал заедно со семејството. Од неговиот татко го наследил занаетот: изработувач на дрвени предмети.

– Имавме најпрво рачни и ножни алати за обработка на дрвото. Знаевме од кое дрво што да се прави и така живеевме. Тога имаше многу дрвени коли и сите тркала за тие коли и дрвените делови ние ги правевме рачно, со алатите што ги имавме при раце. Правевме главини за тркалата, шпилци и гобели. Главините ги правевме од брест. Тоа дрво не пука и не се лупи – дели. Шпилците ги правевме од срцевината на дабово дрво, тоа е убаво за обработка и доста е цврсто, а гобелите ги правевме од бука. Сите тие ги носевме кај тогашните ковачи, кај Коларо – ковачкото претпријатие кај Анот од селчаните и им ги продававме за да ги состават дрвените колца – тркала. Од корен од круша превевме склопци, дрвени предмети во кои овчарите и аргатите сво-



дрво за нив беше и е зеленката. Неа ја има во планините околу Македонски Брод. Купувавме дрва и од нив правевме рачки за мотики, секири, тесли, лопати др. Сè работевме рачно, имавме добро наострени алати за длабење, стружење, мали стругови и други алати кои еве сега дел иако се со електрични мотори никој не сака да ги купи оти никој не работи такви работи, а своето го направил металот и пластиката, – вели Стојан Близнакоски и додава дека не за бидијала е речено „Од секое дрво кавал не бидува!“.

Покрај со занаетот, Близнакоски е и планинар. До пред една година не се откажуваше од планината. За него планинарењето со планинарите на АД „Картуш“ и другите прилепски друштва значеше многу. Секоја недела ги „шпарташе“ планините, не само во Македонија туку и во соседните земји. Ги има прошетано и се има искачено на скоро сите високи планински врвови во државата, Пелистер, Кожув, Кајмакчалан, Кораб, бил во Албанија, Бугарија, само не бил во Грција бидејќи треба патна исправа, а Стојан ја нема. Сега заради нарушеното здравје не оди по планините, не работи со занаетот. Живее со паричната помош од државата и онаа што му даваат неговите. Има двајца синови и ќерка и осум внуци.

К. Ристевски

Сеќавање на една болка

Животот ни минува низ времето и нише шарен гердан од мониста. Патеката низ која патуваше во животот беше послана повеќе со камчиња и трња отколку со рози. Често се враќаше назад во сеќавањата, со жеља да зачува дел од младоста и така да си ги разубави старите дни. Ги проживуваше повторно настаните од изодените патеки и на тој начин се бореше со Осаманост, која не ја сакаше за пријателка, и речиси секогаш успеваше.

Утро е. Таа седеше во својот двор и по којзнае кој пат му се восхитуваше на изгрејсонцето, на тој дар од природата. Ги сакаше раните утра кога сè е чисто и мирно, а во душата чувствуваеше спокој и се дружелови сама со себе. Воздух е чист, мирислив од малкуте цвеќиња кои ги има во дворот. Некогаш ги имаше многу повеќе, од кокичиња до хризантеми ама сега нема сила сите да ги негува. Од животот не бара многу, задоволна е, го прифати таков каков е. Најчесто муабети со едно мало кученце, кое самостојно најде својот дом кај неа. Седејќи така, обвиткана во убавите мисли почувствува како да ја жегна заб.

– Не, не е заб, имам протеза, болката е најверојатно од друго. Зарем е можно? Зарем е можно да се повторува истото? Па и тогаш чувствував огромна болка од заб, а всушност тој

беше здрав, и тогаш ме болеше нешто друго, ме болеше душата! – си помисли. За миг како да потона во празнина, а целиот настан го виде како на филмско платно:

Внучињата и беа мали, едно имаше две, другото три години и ги носеше во градинка. Мајка им беше во болница а таа ги чуваше. И мајот и беше болен и него го негуваше дома. И свекорот и свекрата и беа на нејзини раце, одделно спремаше јадење за нив и играше улога на медицинска сестра бидејќи и тие не беа здрави. И покрај сите обврски мораше да оди и на работа. Беше страшно притисната, не можеше да дише, толку многу обрски, а таа сама. Се наоѓаше во кошмар, но во тој миг и се јавија некои роднини кои сакаа да дојдат кај нив на неколку дни. И беше драго, ги сакаше, но по тоа прво пријатно чувство ја фати паника. Шок!

– Што ќе правам? Кога ќе исчистам? Кога ќе направам благо, што за ручек?... – Безброј прашања, на кои немаше одговор. Беше добра домаќинка, се околу неа блескаше, ама во моментот покрај дечињата не беше сè по нејзина мерка. Почувствува огромна болка во забот. Ја фати паника. Заедно со децата тргна кај својата заболка-карка Виолета, која ѝ беше пријателка. – Што ти се случило, Ана? – ја праша. – Ме боли заб, а децата немаат кај да

ги оставам, се надевам дека ќе се мирни и нема да ти пречат.

– Добро, седи да го видам забот, а вие малечки забавувајте се со сестрата во другата соба. – потоа ја прегледа внимателно.

– Ана, сите заби ти се здрави, па и скоро беше на контрола. Размисли, да не имаш некој проблем дома? – Ја слушаше Ана докторката зачудена. Беше сигурна дека ќе и каже кој заб ја боли. Во мигот не го сфати значењето на зборовите што ги слушна.

– Што ме боли ако не е забот? Од каде е болката што ја чувствувам!? Имаш право, еден не е забот тогаш душата ме боли, животот ме боли, хаосот околу мене бе боли... Време е да се смирам, цврсто да понатаму. Многу ти благодарам што ме излекува, што ми помогна да сфатам. Ке се видима, ама не тука, тука на кафе! Се гушнаа. Ана ги прегрна внучињата и со смирени и решителни чекори излезе од ординаријата. Веќе не ја болеше забот.

По овој настан никаков терет не ја скриш. Постојано си повторуваше во себе со нова надеж дека се ќе помине и не треба да се труе со бес и неубави мисли, кога има толку вредни нешта во животот на кои треба да им се радува велејќи си треба да уживаме и да го чуваме сè што ни е вредно! Зошто да млиме дека ќе биде лошо, кога може да биде добро!

Вукица Петрушева

Pjesë nga Informacion për klubet dhe degët në shoqatat e pensionistëve-anëtare të LSHPM

Lidhja e shoqatave të pensionistëve të Maqedonisë si një ndër shoqatat më të mëdha qytetare jo qeveritare, kujdeset për përmirësimin e kushtet e jetesës të shfrytëzuesve të pensionit me qëllim për krijimin e kushteve për jetë më me dinjitet dhe integrimin social të tyre. Për atë qëllim, Lidhja i nxit shoqatat e pensionistëve që të krijojnë kushte për shoqërim të pensionistëve përmes hapjes së Klubeve për qëndrim ditor të pensionistëve, ku pensionistët do të mund ta kalojnë kohën e lirë të tyre, si dhe për realizimin e disa aktivitetëve dhe argëtimeve (luajtje shahu, karta, pirje çaji, kafe dhe pije jo alkoolike). Në këtë drejtim Lidhja jep mbështetje materiale shoqatave më të vogla të cilat i hapin ose pajisin klubet e pensionistëve.

Me qëllim që të shihet në tërësi situata me klubet ekzistuese të pensionistëve dhe funksionimi i tyre, Lidhja dërgoi listë anketuese te të gjitha shoqatat komunale me pyetje të caktuara. Në listën anketuese janë përgjigjur 42 shoqata nga gjithsej 53. Në bazë të dhënave të marra nga lista anketuese, dalin këto situata:

Nga gjithsej 42 shoqata, vetëm dy nuk kanë hapur klub pensionistësh edhe atë: Shoqata e pensionistëve ushtarak dhe SHP Demir Kapi. 20 shoqata disponojnë me një klub edhe pse kanë më tepër degë, ndërkaq, 20 shoqata disponojnë me më tepër klube të pensionistëve dhe me më tepër degë.

Sipas numrit të anëtarëve në shoqatat del se me nga një klub të pensionistëve disponojnë edhe shoqatat e vogla dhe ato të mëdhatë, që do të thotë se numri i pensionistëve nuk është kusht se me sa klube disponon shoqata.

Shoqatat e pensionistëve që kanë vetëm nga një klub pothuajse të gjitha kanë degë përveç SHP OVR dhe SHP Vevçan të cilat nuk kanë degë. Numri i degëve është i ndryshëm dhe lëviz nga 1 deri më 31, ndërkaq, numër më të madh të degëve kanë shoqatat me numër më të madh anëtarësh.

Lidhur me pyetjen se kush i paguan harxhimet komunale, është konstatuar se pothuajse të gjitha shoqatat i paguajnë vetë, përveç SHP Dibër - Qendër Zhupë dhe SHP Vallandovë, të cilat klu-

bet i kanë dhënë me qira dhe ai i paguan komunalet. Për Klubin e pensionistëve nga SHP Vevçani, komunalet i paguan vetëqeverisja lokale, në SHP Saraj, komunalet i paguan shkolla, ndërkaq, SHP Gostivar, SHP Kriva Pallanka, SHP Çair, dhe SHP Peçevë, edhe pse nuk janë pronor të klubeve, vetë i paguajnë komunalet.

I angazhuar në punën e Klubit

Në pyetjen se kush është i angazhuar me punë në klub, janë marrë këto përgjigje:

- Shoqatat e pensionistëve të cilat kanë të angazhuar furnizues ushqimesh: Kratova, Manastiri, Dibra dhe Qendër Zhupë, Tetova, Struga, Kriva Pallanka, Negotina, Berova, Vallandova, Makedonska Kamenica, Gjevgjelia dhe Vallandova.

- Shoqatat e pensionistëve të cilat kanë angazhuar pensionist me kompensim: DemirHisar, Ilinden, Gjoçe Petrov, Sfeti Nikol, Ohër dhe Debarcë, Makedonski Brod, Kumanova, Taftalixhe, Prilepi dhe Veles;

- Shoqatat e pensionistëve të cilat kanë angazhuar pensionist - vullnetar: Zilletova, Kërçova, Labunishta, Peçeva, Saraj, Vevçan, Dellçeva, OVR, Solidarnost - Aerodrom, Dojran dhe Vinica;

- Shoqatat e pensionistëve të cilat kanë dërguar të dhëna disponojnë me 110 banesa në të cilat janë vendosur pensionistë. Mirëmbajtja e banesave bëhet nga: SHP Manastir, në të cilat janë të vendosura 8 familje, ndërkaq banuesit vetë i mirëmbajnë banesat. Në SHP Demir Hisar ka banesa, por në ato nuk banon askush. Shoqatat (përveç SHP Demir Hisar) kanë sjellë Rregulloren në të cilin janë të rregulluara kriteret për vendosje të pensionistëve në banesë pronë e shoqatës.

Nga të dhënat e përpunuara të listës anketuese të dërguara nga ana e shoqatave të pensionistëve - anëtare të LSHPM, për situatën e klubeve dhe të degëve të pensionistëve, dalin këto:

KONSTATIME

1. Nga 53 shoqata të pensionistëve, listën anketuese e kanë plotësuar 42 shoqata ose rreth 80% të shoqatave, çka flet për raport serioz të shoqatave në perceptimin e situatave të klubeve dhe degëve të pensionistëve;

● Nikoqirët e garave sportive tanimë janë të caktuar, ato janë: në regjionin e parë nikoqir është SHP Solidarnost - Aerodrom, në regjionin e dytin, SHP Karposh, në regjionin e tretë SHP Prilep, në regjionin e katërt SHP Kërçovë, në regjionin e pestë SHP Negotinë, në regjionin e gjashtë SHP Kumanovë, në regjionin e shtatë SHP Sfeti Nikollë dhe në regjionin e tetë SHP Vinicë;

● Koha e mbajtjes së garave do të vërtetohet plotësisht në bashkëpunim me shoqatat nikoqir dhe anëtarëve të Komisionit Republikan për sport dhe rekreacion pranë SHPM.

● Për mbajtjen e disiplinave janë: domino dhe tabelë, pos mjeteve mbrojtëse të sigurohen paravanëpër ndarjen e garuesve, ndërkaq, për disiplinë gjatë me pushkë të ajrit të bëhen 6 stalla (mbrojtëse) të cilat do të vihen në distancën e duhur në mes të sportistëve;

● Të sigurohet transport i garuesve sipas protokolleve të parapara të dhëna nga institucionet kompetente;

2. Gjysma e shoqatave të cilat kanë dërguar të dhëna disponojnë me 1 klub pensionistësh dhe më tepër degë (përveç SHP OVR dhe SHP Vevçan) të cilat nuk kanë degë ndërkaq gjysma e shoqatave disponojnë me më tepër klube të pensionistëve;

3. Në parim të gjitha klubet disponojnë me mjete rekreacioni dhe argëtimi dhe në klubet shërbehen me pije jo alkoolike, kafe, çaj, lëng dhe ujë (përveç SHP Tetovë, SHP Gostivar dhe SHP Strugë ku shërbehen dhe pije alkoolike - birra), me qasje të ndryshme në formimin e çmimeve e pijeve.

KONKLUZIME

1. U rekomandohet shoqatave të pensionistëve që edhe më tej të punojnë në hapjen e klubeve të pensionistëve, vende në të cilat zhvillohet jeta reale pensionistenë bashkëpunim me vetëqeverisjen lokale.

2. Në kushte të pandemisë, shoqatat e pensionistëve, në pajtim me mundësitë e veta të marrin masa për dezinfektim, rregullim, gëllqerose të klubeve pensioniste, si dhe në përgatitjen për punë të rregullt në pajtim me masat ekzistuese. Porositet që në kohën e punës së rregullt të klubeve, të sigurohen mjete të nevojshme higjienike, si preventivë për mbrojtje e shfrytëzuesve të pensionit.

3. Për punën e klubeve, shoqatat e pensionistëve duhet të sjellin Rregulloren si kornizë juridike në të cilin do të rregullojnë të gjitha çështjet për punën e klubeve për çka tregon edhe Revizori shtetëror në "Raportin final për revizionin e kryer me sukses, efikasitetin e masave të marra, politikën dhe aktivitetet për realizimin të drejtat nga mbrojtja sociale të personave pleq në RM në vendosjen institucionale në shtëpitë dhe klubet shtetërore pensioniste;

4. Për ndarjen e drejtë të ndihmës sociale-solidare, porositet që shoqatat të sjellin Rregulloren me të cilat do të rregullojnë masat dhe kriteret me dhënie përparësi shfrytëzuesve me pensione të ulëta.

5. Porositet klubet e pensionistëve që aktivitetet të zhvillohen në pajtim me popullatën e rritur pa shërbyer pije alkoolike si dhe e aktivitetëve të cilat do të prishnin imazhin e shoqatës. **Shkup, korrik 2020**

Mundësi për mbajtjen e garave sportive 2020

Parashikohet se situata me korona virusin do të zjot, por ajo nuk do të thotë se në tërësi duhet të heqim dorë nga aktivitetet e parapara në plani sportiv të cilat në vazhdimësi mbahen më se 25 vite në Lidhjen e shoqatave të pensionistëve të Maqedonisë. Propozohet që aktivitetet sportive këtë vit nëse jepen kushte minimale pa rrezik për shëndetin e njerëzve, të mbahen në shtator dhe tetor në kriter të veçanta, duke respektuar të gjitha masat për mbrojtje dhe rekomandimet e dhëna nga institucionet kompetente. Në numrin më të madh të disiplinave sportive të parapara me Rregulloren për lojëra sportive në LSHPM, mund të respektohen masat për mbrojtje nga korona virusi në aspekt të mbajtjes së distancës sociale dhe në mos grupimin në numër më të madh të njerëzve gjatë realizimit të tyre, qofshin ato disciplina ekuipore ose personale. Por, ka disiplina ku nuk mund të sigurohet distancë sociale, prandaj, propozohet që disa disiplina të mos zbatohen. Propozohet siç vijon:

● Numri maksimal i garuesve të cilët mundet shoqatat të marrin pjesë të jetë 35 nga të cilët 18 meshkuj dhe 17 femra. Nëse këtij numri i shtohet një numër i reduktuar i personave tjerë për arsye të ndryshme, numri maksimal do të mundet të jetë rreth 40 pensionistë. Me këtë numër të reduktuar të garuesve zvogëlohen edhe numrat për praninë e përgjithshme në garat qofshin ato të jenë regionale apo republikane;

● Pas mbarimit të garave regionale në të njëjtin vend të shpallen rezultatet, ndërkaq, mirënjohjet dhe diplomat do të ndahen në kohë plotësuese;

● Garat të mbahen jashtë në vende të hapura, ndërkaq, çështjet tjera do të rregullohen në mënyrë plotësuese.

LSHPM punon në përgatitjen e Propozimit drejtimet për mbajtjen e garave sportive në vitin 2020, të cilat do të dërgohen të shoqatat për shqyrtim.

Zdravko Petkovski, Kryetar i Komisionit për sport dhe rekreacion i LSHPM

Aktivitetet për lirim nga tatimi i të ardhurave personale

Lidhja e shoqatave të pensionistëve të Maqedonisë, periudhë të gjatë e përcjell punën financiare-materiale, e në ato korniza edhe regulativën tatimore, te shoqatat e pensionistëve, për çka, çdo vit organizon punëtori në temën përpilimi i raporteve financiare dhe llogarive vjetore me ç'rast jepet ndihmë profesionale për mënyrën e përgatitjes, mënyrën e përdorimit të ligjeve, posaçërisht në fushën e tatimeve duke angazhuar ekspert nga kjo fushë.

Nga praktika e deritanishme, këto punëtori janë treguar si shumë të dobishme nga se në detaje prezantohen dispozitat e Ligjit dhe Rregulloren për konabilitet të organizatave jofitimprurëse, si dhe Ligji për tatim i të ardhurave personale (më herët quhej tatim personal në fitim) dhe tatimi në fitim me ç'rast janë

dhënë sqarime dhe në mënyrë praktike aplikimi i tyre. Në këto punëtori shfrytëzohet mundësia për diskutime, pyetje dhe përgjigje nga fusha e punës financiare-materiale dhe tatimore. Kjo përfaqëson rreth 10% të kësaj fushë në kryerjen me sukses të punëve të konabilitetit dhe përpilimin e raporteve vjetore financiare dhe të llogarive vjetore në shoqatat dhe Lidhje.

Në punëtorinë e mbajtur në vitin 2012 dhe 2013 më së shumti pyetje janë parashtruar për vënien e tatimit për çështjet për transport, për ekskursionet e organizuara të pensionistëve, pjesëmarrjen në manifestimet tradicionale të revyaleve, muzikës dhe valleve dhe pjesëmarrjen në aktivitetet sportive. Janë parashtruar pyetje edhe lidhur me vënien e tatimit për harxhimet për rrugë dhe më-

ditje të anëtarëve të organeve dhe trupave të shoqatës dhe të harxhimeve për ndihmë financiare të pensionistëve me pensione të ulëta, si dhe për pensionistët me sëmundje kronike dhe shëndetlig.

Lidhja, pas disa takimeve të bëra paraprake me shërbimet profesionale të Ministrisë së financave, dërgoi kërkesë për mendim lidhur me pyetjet e parashtruar për tretmanin tatimor për disa pagesa me ç'rast, për këto pyetje është marrë mendim përkatës nga Ministria e financave.

Në pajtim me mendimin, Lidhja ka iniciuar, respektivisht ka filluar procedurë deri tek institucionet kompetente pagesat e përmendura që i kanë shoqatat të jenë të lira nga pagesa e tatimit.

Si rezultat i aktivitetëve të përmendura të Lidhjes, është bërë ndryshim dhe plotësim i Ligjit për tatimin personal duke filluar nga 1 janari 2018, me çka, në nenin 6 janë shtuar më tepër pika të reja nga të cilat dy kanë të bëjnë edhe për pensionistët, respektivisht shoqatat e

Mbledhje e Këshillit ekzekutiv i LSHPM



Me 7 korrik të vitit 2020, Këshilli ekzekutiv i Lidhjes së shoqatave të pensionistëve të Maqedonisë, ka mbajtur mbledhjen e vet të dhjetë me të cilën ka udhëhequr kryetarja e LSHPM dhe i Këshillit ekzekutiv, Stanka Trajkova. Në mbledhje ka marrë pjesë edhe kryetari i Kuvendit të LSHPM, m-r Ilija Adamoski dhe d-r Dimitar Dimitrievski, anëtar i Komisionit për shëndetësi dhe politikë sociale i LSHPM. Mbledhja është mbajtur sipas të gjitha rekomandimeve për mbrojtjen e shëndetit nga korona virusi.

Në mbledhje, sipas pikave të rendit të ditës si më të rëndësishme ishin Informacioni për klubet e pensionistëve në shoqatat anëtare të LSHPM dhe vënia e linjës telefonike në Lidhje 02 3213 227, (nga ora 10 deri në 12 të martën dhe të enjten) në të cilin do të mund të paraqiten pensionistët me pyetjet e veta lidhur me pandeminë për arsye të virusit Covid-19, por edhe me pyetje të tjera për shëndetin, të drejtat e tyre, shtëpitë e pleqve etj. Pyetjeve do ju përgjigjen persona profesional dhe kompetent.

LSHPM si një ndër organizatat më të mëdha joqeveritare qytetare, mundohet për përmirësimin e kushteve për jetesë të shfrytëzuesve të pensionit me qëllim që të jepen kushte për jetë më me din-

jitet dhe integrimin social të tyre. Për këtë qëllim, Lidhja i nxit shoqatat e pensionistëve që të mundësojnë kushte për shoqërim të pensionistëve përmes hapjes së Klubeve për qëndrim ditor të pensionistëve, ku ata do të mund ta kalojnë kohën e lirë të tyre, si dhe realizimin e disa aktivitetëve dhe argëtimeve. Në këtë drejtim Lidhja jep mbështetje materiale shoqatave më të vogla të cilat hapin ose pajisin klube të pensionistëve. Me qëllim të pasqyrimin të tërësisht të situatave me klubet në ekzistuese të pensionistëve dhe funksionimit të tyre, Lidhja ka dërguar listë anketuese te të gjitha shoqatat komunale me pyetje të caktuara. Listën anketuese i janë përgjigjur 42 shoqata ose 80% nga gjithsej 53 n shoqata.

Arsyetim për informacionin ka dhënë d-r Dimitar Dimitrievski, anëtar i Komisionit për shëndetësi dhe politikë sociale i LSHPM, nga se ky komision ka përgatitur edhe listën anketuese edhe Informacionin. Në bazë të dhënave të fituara nga lista anketuese, janë sjellë konstatime dhe konkluzione të cilat do të dërgohen deri te 53 shoqatat.

Në mbledhje janë shqyrtuar dhe sjellë edhe një numër i caktuar vendimesh të rëndësishme për punën e LSHPM. **K.S.A.**

SHP Strugë

Internet-turnir i parë pensionist në shah

Me gjithë pandeminë, vazhdon loja e shahut dhe pothuajse nuk ka vende ku nuk luhen turnirë. Gjithsesi se është me rëndësi të respektohen rekomandimet e organeve kompetente për siguri të shëndetit. Paraqitja e virusit korona nuk e la imun edhe shahun në Maqedoni. Ditët e fundit të muajt qershor, Shoqata e pensionistëve të Strugës, ka organizuar internet-turnirin e parë në shah.

Sipas nismëtarëve për mbajtjen e Turnirit të parë në shah të këtij lloji, kërret e parë të SHP Strugë, kryetari Millorad Tërposki dhe sekretari Izeir Mustafai, kaq në thënë se në shpalljen për gara janë paraqitur 18 shahistë nga republika jonë, ndër ato edhe një damë - shahiste, e cila ka zënë vendin e katërt.

Në fillim të turnirit, të gjithë pjesëmarrësve shahist, kryetari i SHP Strugë Millorad Tërposki dhe sekretari Izeir Mustafai kanë uruar pjesëmarrjen në Internet-turnirin e parë në shah 2020, me dëshirë që ai të jetë vetëm fillim dhe nxitje për organizimin dhe zgjerimin e mëtejme të tij dhe turniri të bëhet tradicional i shahistëve pensionist në shtetin tonë dhe më gjerë.

Shahisti me përvojë Bajram Spaiju, anëtar i ekipit shahist nga SHP Strugë, i cili është gjithashtu një nga nismëtarët i cili edhe është kyçur në organizimin e internet-turnirit, ka thënë:

- Para së gjithash, duhet të dihet se shahu standard dhe internet-shahu janë dy sporte të ndryshme. Shahu përmes internetit më tepër është video lojë me elemente të shout. Problem më i madh është se nuk ka mjaftë kontrole që të ndalen ata që mashtrorin!

pensionistëve edhe atë:

- Pika 13-b në të cilën thuhet "Ndihmë financiare për persona fizik që shfrytëzohen për mjekim në vend ose jashtë, në lartësi të shpenzimeve reale të shërimit, të dokumentuara me llogari nga institucionet shëndetësore të cilat e kanë kryer shërimin".

Me këtë dispozitë pjesërisht është zgjidhur çështja; dhe

- Pika 30 në të cilën thuhet: "Pagesat për harxhimet për vendosjen, ushqim dhe transport për personat të cilët janë pjesëmarrës dhe të angazhuar në ngjarje të organizuara në korniza të aktivitetëve të organizatës bazuar në pajtim me Ligjin për shoqata dhe fondacione, në bazë të dokumenteve për harxhimet e bëra".

Më konkretisht, me këto ndryshime, shoqatat e pensionistëve dhe Lidhja, janë të liruar nga tatimi për transport të ekskursioneve të organizuara, pagesave të bëra për revyale të këngës, muzikës dhe valleve tradicionale dhe të garave

Në fund të turnirit janë shpallur pesë shahistë më të mirë edhe atë: vendin e parë e ka zënë Todor Milosiev nga SHP Koçan, në moshë 71 vjeç, vendin e dytë e ka zënë Vladimir Micov, gjithashtu nga SHP Koçan, 66 vjeç, vendi i tretë i ka takuar Tome Todorovski në moshën 67 vjeçare nga SHP Manastir, ndërkaq, vendin e katërt e ka marrë dama e vetme shahiste Marija Organxhiva nga SHJP Veles, në moshën 61 vjeç, ndërkaq, vendi i pestë i ka takuar anëtarit të SHP Dibër dhe Qendra Zhupë, Rizvan Koleci 79 vjeç.

Turnir-interneti i parë në shah në organizim të SHP Strugë, e kanë mbështetur: Hoteli "Arti" i cili ka siguruar nga dy ditë vikend për nga dy anëtarë të familjes së fituesve, restoranti "Centar" i cili ka siguruar ushqimin me tre haje dhe "Vebo"-Inzhenering, Projekt Shraga, i cili ka siguruar tabelat e shahut, dhuratat - diploma dhe suvenire, ndërkaq, dërgimin deri te secili fitues përmes Kargo-postës e ka siguruar organizatori i turnirit, SHP Strugë.

Sidoqoftë, ishte kjo paraqitje e bukur e cili ka bërë freski të pensionistët në ditët e njëtrajtshme të pandemisë, që duhet ta ndjekim edhe shoqatat tjera me nismat e tyre origjinale.

S. Kukuneshovski

sportive republikane, si dhe ngjarjeve të tjera të vërtetuara me programet për punën e shoqatave.

Janë në rrjedhë aktivitetet e reja të LSHPM për lirim nga tatimi për:

Ndihmë financiare për pensionistët me pensione të ulëta, të sëmurët kronik dhe shëndetlig; dhe

Ndihmë financiare për fatkeqësi elementare.

Posaçërisht, këto pagesa këtë vit janë rritur konsiderueshëm për arsye të virusit Korona dhe LSHPM është e mendim-it se nuk duhet të paguhet tatim në pajtim me dispozitat nga Ligji për tatim nga të ardhurat personale (më parë Ligji për tatim personal), sepse shoqatat këtë e paguajnë nga të ardhurat të realizuara nga anëtarësia e pensionistëve, ndaluar nga neto pensioni. Me qëllim të realizimit të këtyre lirimeve nga tatimi i të ardhurave personale, në periudhën e ardhshme Lidhja do të iniciojë edhe çështje të tjera.

Mitre Stojanovski, Kryetar i KE

Непотребни третмани

Норвешките научници тврдат дека кај еден од четири случаи на рак на дојка нема потреба да се прават третмани и испитувања бидејќи тој на болните не им предизвикува никакви проблеми.

За лаици, но за жал и за многу лекари, можеби ова звучи вчудовидувачки бидејќи се индоктринирани со идејата дека ракот на дојката, но и на некои други органи е медицински итна состојба која треба да биде дијагностицирана и третирана што е можно поскоро.

Студијата објавена во списанието „Анали“ на Интерна медицина не е прва која укажува на зачестените непотребни дијагнози низ мамографските уреди за скрининг. Тоа значи дека е пронајден тумор кој можеби никогаш не би предизвикал никакви симптоми ниту би бил причина за смрт.

Со анализа на седум слични студии објавени минатата година, научниците заклучиле дека 30% од жените кои добиле дијагноза дека имаат рак на дојката, преку мамографски уред или со палпација, претставуваат случаи на предиагностицирани и непотребни третмирања.

Норвешката студија не спомнува дали ова се однесува на сите видови рак на дојка, бидејќи разните видови рак на дојка бараат и различни испитувања, анализи и третмани.

Со споредување на собраните податоци Норвешките утврдиле дека инциденцијата на ракот на дојката се менува со текот на времето. Така, кога

интензивно била распространета хормонската терапија во менопаузата, бројот на дијагностицираните случаи пораснал, а нагло опаднал кога лекарите препорачале да се престане земањето хормони.

Истражувачите заклучиле дека 15-25% од случаите на ракот на дојката честопати непотребно се дијагностицирани и третирани, што значи дека на секои 2500 мамографски снимања 6-10 биле непотребни. Според постоечката практика, кај тие жени, направена е биопсија и третман (хемотерапија и зрачење), а ракот никогаш не би бил откриен ниту би бил причина за какви било здравствени проблеми, ако не отишле на рутинска мамографија.

Авторите на норвешката студија ја анализирале и оправданоста на тврдењето дека со помош на мамографско снимање во повеќе случаи се пронаоѓа ракот во ран стадиум, што е можност тој полесно да се излекува. Вистина е дека со воведување на мамографијата во Норвешка дошло до редуцирање на бројот на откриените случаи на ракот на дојката во поодмината фаза, но така било и кај жени кои биле и оние кои не биле подложни на мамографија. Според нив, ова не е последица на рутинско превентивното снимање на мамографскиот уред, туку е последица на фактот дека со време се подигнала свеста кај жените за нивното здравје благодарение на телевизијата, Интернетот и друго, а не на превентивната мамографија.

Проблемот со ракот на дојката сличен е со дилемата со која се сретнуваат луѓето на кои со помош на ПСА-тестот им е дијагностициран рак на простатата. Меѓу нив голем е бројот на оние кај кои ракот толку бавно расте што никогаш не би бил пронајден без овој тест, затоа американскиот Уред за превенција предложил да се укине рутинската проверка на ПСА.

Норвешката студија го остава отворено прашањето што треба да се направи со случаите кои имаат статус на предиагностицирање.

Во секој случај ово е предупредување дека треба да се заземат заеднички став за сериозноста на непотребните прерани и пребрани дијагнози, бидејќи непотребно преземените третмани можат да остават сериозни здравствени последици кај одреден број пациенти.

– Тие кои ги толкуваат наодите од мамографијата или од ПСА би требало да бидат многу внимателни во проглашувањето дали нештата се нормални или не, – велат докторите Џоан Елмор од Универзитетот Вашингтон и Сузан Флечер од Харвард, во нивниот коментар за оваа студија.

Затоа, водете сметка за своето здравје, но не претерувајте со непотребни прегледи и тестирања. Живејте здраво и понекогаш оставете му на организмот сам да се избори со натрапникот, бидејќи се разни и непотребни прегледи можеме да ја уништиме одбранбената бариера која тој ја создал и да им отвориме врата на малигните клетки да се раздвижат низ организмот носени од крвта, тврдат некои искусни конзервативни лекари – хирурзи!

М. Дамјаноска

таканаречен обратен однос. Инверзен или обратен однос значи дека зголемените нивоа на LDL холестеролот кај постарите лица често се поврзани со должината на животот, напоменува Дајмонд.

Истражувањата сугерираат дека зголемените нивоа на LDL холестеролот можат да заштитат од некои болести. На пример, поврзани се со понискиот процент на невролошки заболувања како што се Паркинсоновата и Алцхајмеровата болест.

Други истражувања сугерираат дека LDL холестеролот би можел да биде заштита од канцер и заразни болести, а дека ниските нивоа на LDL можат да ја зголемат чувствителноста на овие болести.

Прашањето кое се поставува е, како што истакнува Равнсков, зошто нивото на LDL холестеролот претставува ризичен фактор кај младите и средовечните лица, но не и кај постарите? Тоа допрва треба да се истражи!

Т.Г.

Лошиот холестерол воопшто не е лош за постарите луѓе

Постарите луѓе кои имаат високо ниво на LDL холестерол, попознат како „лош холестерол“, живеат подеднакво долго, а често и подолго во однос на оние со низок притисок, ова е заклучок на мета-анализата која е публикувана во научното списание British Medical Journal.

Овие резултати се во спротивност со „хипотезата за холестеролот“ според која лицата со високо ниво на холестерол се во поголем ризик од смрт како последица на кардиоваскуларни болести, па затоа е неопходно да земаат статини (лекови за намалување на високото ниво на холестерол). Според таа хипотеза, холестеролот со текот на животот се собира на крвните садови и предизвикува кардиоваскуларни болести.

Дејвид М. Дајмонд од Универзитетот на Јужна Флорида и Уфе Равнсков, анализирале, заедно со 15 свои колеги, студии кои опфатиле повеќе од 68.000 учесници постари од 60 години.

„Веќе со децении знаеме дека, со текот на годините, зголеменото ниво на вкупниот холестерол станува се послаб ризик за кардиоваскуларни болести“, објаснува Дајмонд. „Во оваа анализа, се фокусиравме на таканаречениот лош холестерол за кој се смета дека придонесува за кардиоваскуларни болести.“

Истражувачите, во секое истражување кое го проучувале, откриле дека нема врска помеѓу нивото на LDL и смртта како последица на кардиоваскуларни болести, туку дека во некои истражувања е забележан и

монот кортизол.

Институциите за нега на лица со алцхајмеровата болест забележуваат дека кога нивните пациенти се во градината, вознемиреноста, немирот, агресивноста и повлекувањето во себе се многу помалку изразени, а потребата за антипсихотични лекови помала. Докажано е дека половина час активно бавење со активности во градината, за 45% се намалува добивање на срцев или мозочен удар.

Градинарството ја поттикнува свеста. Контактот со природата го доведува умот во состојба слична на медитацијата, според зборовите на Клер Купер Маркус, професор во Беркли и една од основачите на енвиromеталната психологија. Будистите честопати го користат цветот од лотосот, како симбол на медитација.

„Кога интензивно гледате во некој убав цвет или кога се наведнувате да го помиришате, вие ја заобиколювате аналитичката функција на мозокот“, вели Маркус. Додека го гледате или мирисате цветот, вие сте во овој, во сегашниот момент и се друго е потиснато во втор план. Градинарството му овозможува на човекот да стане едно со природата и да се поврзе со тековните на целокупниот жив свет. Значи, градинарството ја поттикнува свесноста за таа врска.

Градинарството ни дава „заземјување“. Копање земја, корнење плевел, садење, закрпување – сите овие етапни работи за одржување на живо-

тнийот циклус на растенијата. Градината е микрокосмос на раѓање, раст и умирање. Понекогаш растенијата се шират, стануваат бујни, но и венеат, и „умираат“. Како и да е. Животот продолжува во циклуси. Прекриваме со земја и повторно засадуваме. Градинарството ни овозможува да се исклучиме од секојдневните вести и да се занимаваме со она што го правеле нашите предци со векови. Тоа не поврзува на многу различни нивоа со земјата, не заземјува во еден друг свет.

Градинарството ги зајакнува нашите сетили. Градината е празник за сите сетила. Визуелно, моќта на црекињата е очигледна. Ние се насмевнуваме од експлозијата на бои во леа или на само еден цвет. Децата веднаш, инстинктивно, допираат и бират свиленкасти цветови. Ветерот се движи низ тревата и прави листовите да шушкаат, да шепотат, дури и кога се суви. Многу цветови ни обезбедуваат прекрасни мириси. А покрај црекињата, има многу овошје и зеленчук кои ни служат како храна.

Градинарството е креативно. Секоја градина дава можност да се креира нејзиниот изглед, исто како што тоа го прави ликовниот уметник, користејќи бои, големина и форми за своето пејзажно ремек-дело. Со избирање на место за садење, како и што ќе биде насадено, како растението ќе биде снабдено со вода и изложено на сонце, ние му даваме креативен предизвик на нашиот мозок.

Б. Анг.

Заштитете се од труење со храна

Луѓето на возраст над 60 години се изложени на поголем ризик да заболат од некои болести поврзани со храната, но еве неколку совети за заштита, што можат да ги применат сите генерации. Како што старееме, нашиот имунолошки систем слабее и сè потешко се бори против штетните бактерии. Овие совети се поврзани со заштита од труење со храна.

Без разлика дали сами си подготвувате оброци или некој го прави тоа за вас, важно е да користите техники за обработка на храна и нивна термичка обработка за да се обезбеди нејзина здравствена исправност. Многу случаи на труење со храна не се пријавени, бидејќи симптомите се слични на оние на стомачен вирус.

Кои се симптомите? Симптомите на труење од храна најчесто се грчеви во стомакот, гадење, повраќање, дијареја и треска. Ако сте постари и ги имате овие симптоми, важно е да се консултирате со лекар затоа што труењето со храна може да биде особено опасно.

Најдобар начин да се заштитите се-

бе си и вашето семејство од болести предизвикани од труење со храна е да ги следите четири основни чекори за одржување на безбедноста на храната: миење, одвојување, готвење и чување во фрижидер.

Некои видови храна се поподложни од друг вид на загадување од бактерии кои предизвикуваат труење со храна. Еве неколку совети за постарите лица:

- Добро е колбасите и сланината да ги загреете до состојба на пржење пред да ги конзумирате.
- Не јадете црвено, животинско месо, риба и морски плодови, кои се суви или недоволно термички обработени.
- Избегнувајте чадена риба која била замрзната.
- Избегнувајте непастеризирано млеко.
- Избегнувајте млади и полумлади сирења направени од неварено и непастеризирано млеко.
- Избегнувајте месни паштети.
- Избегнувајте јадења кои содржат свежи јајца.

Б.А.

Пет неочекувани интеракции на лекови

Со текот на годините, повеќето луѓе конзумираат сè повеќе лекови. Во основа е познато дека треба да се води сметка за меѓусебно-то влијание на различните лекови и со тоа поврзаните несакани дејства, но многу помалку внимание се посветува на интеракцијата на лековите со некои прехранбени продукти. Сами по себе прехранбените продукти се безопасни и многу корисни за организмот, но во комбинација со некои лекови може да доведат до несакани ефекти.

Како што населението станува сè постаро, така сè повеќе луѓе употребуваат разни лекови за да се лекуваат од различни здравствени проблеми. Ова може да доведе до интеракција и несакани ефекти за кои сите треба да бидеме свесни. Не само што лековите може да влијаат едни на други, туку може да постојат и интеракции помеѓу нив и храната и пијалоците, како и популарните билни средства за лекување. Еве преглед на некои комбинации на кои е пожелно да се обрати посебно внимание.

1. Статините и сокот од грејпфрут - На многумина им се препишуваат лекови од фамилијата на статини за да се спречат срцеви и мозочни удари. Статините ја имаат главната улога во управувањето со холестеролот, но не се поштедени од интеракциите на други видови лекови и прехранбените продукти. Една особено битна интеракција на која треба да се обрне внимание е интеракцијата на одредени статини со сокот од грејпфрут. Луѓето на кои им е речено дека имаат зголемено ниво на холестерол често прават промени во начинот на живот, што може да вклучува и зголемување на количината на овоштие и зеленчук во исхраната. Иако ова е за препорачување, важно е да се има предвид дека сокот од грејпфрут може да ја забави разградбата на статини во организмот, со што се зголемува нивното присуство во крвта, што доведува до зголемување на несаканите ефекти.

2. Варфарин и зелен лиснат зеленчук - Варфарин е лек кој се употребува за спречување и лекување на создавање крвни згрутчувања. Лица кои конзумираат варфарин треба да одат на редовни тестирања на крвта за да бидат сигурни дека земаат доволна доза за лекување на својата специфична здравствена состојба. Треба да се обрати особено внимание на интеракцијата на овој лек со витаминот К. Додатоците на исхраната (суплементите) и прехранбените продукти кои содржат во себе витамин К, како што се лиснатиот зеленчук и зелениот чај, можат да го намалат влијанието на варфаринот со забрзување на неговото отстранување од организмот, што значи дека оние лица кои го употребуваат може да доживеат сериозни последици, вклучувајќи и зголемен ризик од мозочен удар и длабока венска тромбоза. До-



колку го менувате начинот на исхрана мора да го известите лекарот кој ви го препишува лекот за дозата на варфарин која ја употребувате може да се прилагоди на тие промени.

3. Антидепресиви и ибупрофен - Употребата на лекови од класата антидепресиви под називот селективни инхибитори на преземање серотонин (SSRI), како што е циталопрам (Citalopram) заедно со антивоспалителни лекови против болки, како што е ибупрофен, може да го зголеми ризикот од внатрешно крвавење. Ова вообичаено е поврзано со стомакот, а симптомите може да вклучуваат темна столица, грчеви во стомакот, чувство на замор, крв во повраќањето и чувство на несвесност и вртоглавица. Ова несакано влијание може да се избегне со употреба на лек кој го штити стомакот, како што е Лансопрозол (Sabax, Larona). Битно е да се напомене дека некои други лекови за заштита на стомакот може да имаат меѓусебно влијание со антидепресивите, па затоа е важно да се направи добар избор.

4. Метронидазол и алкохол - Метронидазол (Oravigil) е антибиотик кој често се препишува за употреба, особено за инфекција на забите. И иако секој фармацевт ќе ве посветува да не пиете алкохол додека употребувате лекови. Овој совет е особено битен кога се работи за метронидазол. Конзумирање алкохол за време на терапија со метронидазол може да доведе до тешки мачини и повраќања. Не само што треба да избегнувате алкохол додека конзумирате метронидазол, туку би требало и да почекате најмалку два дена по престанок на терапијата пред да почнете да конзумирате алкохол. Чекањето е неопходно за да бидете сигурни дека нема остатоци од лекот во вашиот организам.

5. Калциум како додаток во исхраната (суплемент) и други лекови - Како што старееме така и нашите коски стануваат се покрвквни, па така на многумина се препорачува да внесуваат калциум и витамин Д како додатоци во исхраната за да се зајакнат коските и да се спречат скршеници. Иако овие продукти се од полза на многумина, важно е да се разбере дека тие можат да влијаат на начин на кој нашиот организам ги апсорбира другите лекови. Ова се однесува на лековите за спречување појава на маларија, одредени антибиотици и лекови кои се употребуваат за лекување на неактивна штитна жлезда. Во случај на повеќето лекови, оваа интеракција може да се надмине така што ќе се направи одредено временско паузирање помеѓу конзумирањето на калциумот и другите лекови.

Т.Г.

Градинарството е корисна активност

Веројатно не сте знаеле дека градинарството троши во просек 300 калории на час. Покрај сè, тоа ја зајакнува силата, издржливоста, флексибилноста, се разбира во зависност од видот на работата. Исто така, градинарството ги стимулира и развива мускулите, координацијата и рамнотежата. Но, постојат и други аспекти на градинарството кои го прават одлична активност. Еве некои негови карактеристики:

Градинарството нè поврзува со природата. Луѓето долго време работеле на земјата за да си го обезбедат својот опстанок. Едвард Вилсон, натуралист од Харвард, забележал дека луѓето се дизајнирани така што претпочитаат повеќе да гледаат цвеќе и трева отколку да гледаат во бетон и челик. Тој ја проучувал биофилијата. Биофилија е инстинктивна врска помеѓу луѓето и природата. Според него забележлива е нашата потреба да садиме цвеќиња и да го уредуваме зеленлото, потреба која е многу повеќе од обработување на земјата заради опстанок. Градинарството е најприродна активност со многу поволности за човекот.

Градинарството лечи. Истражувањата покажуваат дека дури и само набљудувањето на природата може значително да го скрати времето на закрепнување по операција, да ја намали потребата за лекови против болки, да го намали високиот крвен притисок и стресот, намалувајќи го нивото на хор-




КРЕДИТ ЗА ПЕНЗИОНЕРИ ДО 75 ГОДИНИ

ДО 40 000 ДЕН. НА 12 МЕСЕЦИ

АПЛИЦИРАЈ НА:



13 333



www.iutecredit.mk

ПОНУДА НА КРЕДИТИ

Износ на кредит: 3 000 до 40 000 ден.

Каматна стапка: 7%

Период на отплата: 1- 12 месеци

Помошен кредит: 3 000 до 10 000 ден.

Каматна стапка: 0%

Период на отплата: 1- 2 месеци

ВОЗРАСТ И УСЛОВИ

Може да аплицираат клиенти со наполнети 75 години и 364 дена. Рокот за враќање на кредитот не треба да ја надминува возраста на клиентот од 76 години и 364 дена.

ПОТРЕБНИ ДОКУМЕНТИ

- Лична карта или пасош
- Потврда од банка за редовни месечни примања

Пензија на 1-ви!

Станете корисник на услугата **Пензија на 1-ви** и очекувајте ја Вашата пензија порано од сите други.

Понуда и услуги за пензионери:

- **Потрошувачки кредит** за пензионери со фиксна каматна стапка во првите ДВЕ години почнувајќи од 6.75% и вклучена **полиса за животно осигурување**;
- Максимален износ до 300.000 МКД;
- **Трансакциска сметка и дебитна картичка**;
- **Без надоместок** за следење на **Електронско банкарство**.

За дополнителни информации посетете ја нашата веб-страница www.sparkasse.mk или информирајте се преку Контакт центарот на телефонскиот број 02-3200-600.

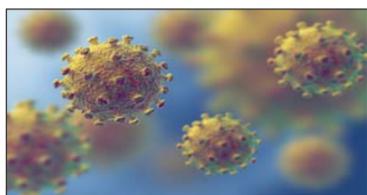
SPARKASSE 
Bank

Банка на вашето семејство

*Клиентот при доспевањето на последната рата од кредитот може да има максимум полни 70 години.
14,28% СВТ за потрошувачки кредит на износ од 300.000 МКД; рок на отплата 6 години; фиксна каматна стапка од 6,95% п.а. за првите две години и променлива каматна стапка од 8,75% п.а. за преостанатиот период; трошоци за апликација 1.000 МКД; провизија за одобрување на кредитот 1.000 МКД и премија за животно осигурување за лице на 64 години од 42.229МКД (според условите на осигурителната компанија). Врз висината на СВТ влијае рокот на отплата на кредитот, износот на кредитот, надоместоците за аплицирање и обработка на барањето за кредит, премијата за животно осигурување како и висината на номиналната каматна стапка.



ЗАНИМЛИВОСТИ



1 ГРАМ КОРОНА ВИРУС

Колку килограми или грамови има корона вирусот кога би се собрал од целиот свет?!

Стручните лица велат: сè да се собере, одвај има еден грам. Да, само еден грам!

Еден грам вирус 420 милиони тони луѓе ги затвори во куќите.

Еден грам вирус досега зарази преку 14 милиони луѓе. Еден грам вирус досега уби околу 600.000 луѓе.

Еден грам вирус обнови околу 75 % од озонската обвивка.

Еден грам вирус 1 милијарда тони нафта ја складира во складовите.

Еден грам вирус ги запре 45 војни во светот.

Еден грам вирус 100 милиони луѓе ги остави без работа.

Еден грам вирус за 75% го намали емитувањето на штетни гасови во воздухот.

Еден грам вирус ги затвори скоро сите граници на малите и на големите држави.

Еден грам вирус го запре целиот меѓународен сообраќај.

Еден грам вирус ја наруши светската берза.

Еден грам вирус испрати 2 милијарди ученици на прируден распуст.

Еден грам вирус ги изедначи сите луѓе на светот во можноста да се разболат и да умрат!

Ама, ќе видите дека, и покрај сето ова, човештвото нема, за жал, да се опамети ни за еден грам...

П.С. Умот, како состојка на Универзалната свест, не е материјален и нема тежина. Оттука, отворена е надежта дека човештвото можеби ќе се преуми, преобрази и вразуми.

Хумор

– Знаеш ли Трпе дека кумановци и струмичани слично зборуваат?
– Не.
– Исто. Кога зборуваат никој не ги разбира.

– Знаеш ли Митро колку ме молеа да се омажам кога бев млада?
– Кој ма Маре? Кажу некој.
– Мајка ми и татко ми!

– Слушам дека пак ќе се мажиш!
– Да ти кажам право сите мажи се исти.
– Ако се исти што се мажеше 5 пати?
– Платите им се различни!

– Имате ли алиби за време на убиството?
– Што е тоа алиби?
– Некој да ве видел тоа време...
– Фала богу, никој!

Запослила се Кумановка у некој ексклузиван ресторан у Скопје. Звони телефон и некој вика:

– Сакам да нарачам маса за осумина!
А Кумановка му одговара:
– Па ли бе ти! Еве по пети пут ти викам дека не продаваме намештај!

Трпе доаѓа камен пијан дома.

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. Цин од митологиите на Стара Грција и Рим; 17. Името на пејачот Мартин (Милош Јовиќ) (1942); 18. Посредувач помеѓу купувачот и продавачот; 19. Француски драматург, Жан (1910–1987); 20. Најфин екстракт од некоја материја; пијалак за „вечен“ живот; 21. Вообичаен тренд во облекување и изглед на човекот; 22. Осамен; 23. Анасон; 24. Богинка од западносемитската митологија; 24. Богинка од западносемитската митологија; 25. Сојузен извршен совет (крат.); 26. Машко име; 27. Автознак за Турција; 28. Пражител на Панонија; 29. Знак за кралот во шахот; 30. Автознак за Шведска; 31. Жена со изразит нос; 32. Првак, шампион; 33. Страна на светот; 35. Кинеско машко име; 36. Премин преку река; 37. Кршливо; 38. Средство за боење (мн.); 39. Вода (лат.); 40. Културно–уметничко друштво на скопските Роми; 41. Пост еве; 42. Предпочеток на Велигденскиот пост; 43. Кратенка на Италијанската радиотелевизија; 44. Град во Полска.

Вертикално: 1. Лесно, рамномерно движење на коњ; 2. Еден од видните дејци на Париската комуна, Гистав (1847–1935); 3. Град на североисток од Скопје; 4. Различни согласки; 5. Хемиски симбол за кислород; 6. Сопругата на кралот на Итака Одисеј; 7. Дел од растение; 8. Екот; 9. Вид инсект; 10. Лице кое брани; 11. Автознак за Романија; 12. Единица за електричен отпор; 13. Болест на коските; 14. Странско машко име; 15. Американски политичар, Дин (1909–1994); 17. Хемиски симбол за литиум; 18. Хрватска нафтена индустрија; 20. Автомото сојуз на Македонија (крат.); 21. Италијански поет, Торквато (1544–1595); 23. Законодавен одбор (крат.) 24. Хемиски симбол за радиум; 25. Издаденост на копното во море; 26. Бран водопад; 27. Агенција за стоковни резерви (крат.); 28. Опрема за скијање (мн.); 29. Закосени; 31. Англиска мерка за површина; 32. Пустина во Индија; 33. Рецепт (крат.); 34. И така натаму (крат.); 36. Првата самогласка и третата согласка одзади; 37. Музичка нота; 38. Хемиски симбол за олово; 40. Согласка; 41. Последната самогласка

Лик и состав: Георги Хаџи-Васков

Решение: киклон, лео, брокер, Ануј, еликсир, мода, сам, анис, Анат, СИС, Разме, ТР, Анарт, К, С, носла, ас, исток, лео, мост, крто, бои, аква, Пралине, пост, Прочка, РАИ, Лублин.

Трпана, изнервирана лута:
– Значи немам зборови!
Трпе:
– Фала богу...

Трпе гледа телевизија и коментира на глас:
– Немој бе! Не викај да, глуп еден!
– Драги, што гледаш?
– Нашата свадба.

Купува Пироканец чоколада за да ја израдува жена си дома:
– Еве ти срце една коцка да се заблажиш.
– Зашто само една?!
– Па останатото спакувај го и чувај го за децата.
– Кои деца, па ние немаме деца?!
– Што се секираш, ќе имаме некогаш.

Трпе ја прашува Трпана:
– Жено, што имаме за ручек денес?
– Тавче гравче.
– Пак! Не можам секој ден да јадам грав!
– Е да бе, а иста ракија можеш да пиеш секој ден?!

На шалтер го прашуваат Трпе:
– Лична карта?
– Немам со мене.
– Добро, кажете ми матичен.
– Др. Марко Петров!

Магарето и славејот

Сите животни велеле дека славејот многу убаво пее. Магарето сакало да слушне како пее славејот за да се увери. Кога славејот запеал ги воодушевил сите животни и тие застанале и одушевено го слушале. Но, магарето рекло дека според него петелот пее подобро од славејот.

Поука: „Спаси не Боже од вакви судии“.



M.T.

ЗП Прилеп

Разговор со доктор Круме Соколоски, претседател на Комисијата за здравство

Со доктор Круме Соколоски, специјалист по невропсихијатрија и примариус и магистар на медицински науки, инаку претседател на Комисијата за здравство при Здружението на пензионери во Прилеп, поведовме разговор во време на сè уште актуелниот страв од заразната пандемија на Ковид-19. Разговорот го водевме во Клубот на Здружението на растојание и според сите препорачани здравствени правила. Доктор Круме Соколоски е втор мандат претседател на Комисијата за здравство и социјална политика при ЗП Прилеп. Тој веќе е во деветтата деценија од својот живот, односно има 86 години и не престанува да биде активен, како пензионер. Ова е една од најактивните и за пензионерите мошне значајна комисија, затоа што преку неа се доделуваат средства по повеќе основи.

– Преку нашата комисија се врши распределба на средства за здравствени потреби и еднократна помош на членовите на Здружението. Се составуваме неколку пати во текот на годината, ги разгледуваме доставените документи и вршиме распределба на повеќе од 2,5 милиони денари средства од ЗП Прилеп. Зависно од карактерот, долготрајноста на болеста и компли-



кациите, зависи и доделената сума на паричната помош. Така преку оваа Комисија се доделуваат средства за болничко амбулантно лекување, бањско лекување и се разбира еднократна парична помош според веќе донесениот од страна на Извршниот одбор Правилник за распределба на средства за ваква намена. Во скоро време Правилникот ќе биде коригиран и на членството ќе им се доделуваат средства според висината на пензиските прима-

ња, но со зголемен лимит на истата. Треба секако да се одбележи дека преку оваа Комисија во текот на годината се организираат и трибини, предавања за одредени болести што ги одржуваат специјалисти-доктори со соодветна стручност и специјализација. Можеби е нескромно, но ќе кажам дека имаме големи пофалби за нашата работа и ангажираност во оваа Комисија не само во рамките на Здружението, туку и пошироко на ниво на локалната самоуправа на Општина Прилеп со која имаме добра соработка по повеќе основи – вели доктор Круме Соколоски, додавајќи да се чуваме од пандемијата.

Секако треба да се каже дека Круме Соколоски е и претседател на Општинскиот одбор на Сојузот на борците и продолжувачи на традициите од НОБ. И, овој одбор, а и Здружението на пензионери се во тесна соработка и многу често активностите им се поклопуваат. Се организираат заеднички посети на значајни места и се одбележуваат значајни датуми од времето на Втората светска војна. Инаку овој одбор има преку две илјади члена од кои повеќето се пензионери, а има и млади продолжувачи на борбените традиции.

К. Ристески

Средба со Лазо Трпковски, хармоникаш и музички творец

Живот посветен на музиката

Секој човек во животот е приврзан кон нешто што го носи во себе и не може да се одвои, бидејќи му причинува задоволство и постојано го прави среќен. Таков е Лазо Трпковски, кој со своите 72 години, денес е еден од позрелите активни музичари во земјата. Неговата животна и музичка кариера е исполнета со многубројни успеси и признанија. А, како не ќе биде така, кога уште на 14-годишна возраст станува врвен хармоникаш. Роден е во Скопје и уште во раното детство, како што вели, од своите родители ги создал убавините на народните песни и ора.

За првите негови почетоци на музички план, тој ни одговори:

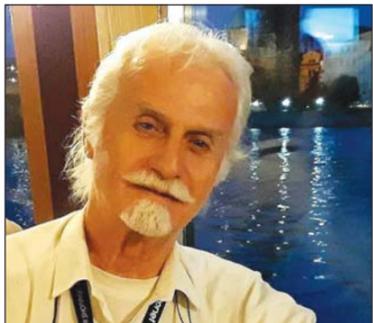
– На мои пет-шест години од штици правев тамбури, а од хартија хармоники и имитирав дека свирам. Во 1959 година, во петто одделение, во нашето училиште дојдоа браќата Кирил и Васил Кортосеви кои бараа деца за драмска секција во друштвото „Коста Абрашевиќ“. Меѓу нив бев и јас. Првпат на сцена излегов 1960 година. Во друштвото имаше и фолклорна група. Јас како дете бев мал, ама сакав да свирам. Станав еден од најмладите членови на друштвото. Татко ми купи хармоника во 1963 година. Тоа беше мојот најмил подарок. Со хармониката бев и ден и ноќ. За три месеци научив да свирам неколку ора и песни, посебно првиот

македонски шлагер „Кажи зошто ме остави“. Тогаш, во дворот на ОУ „Даме Груев“, Горѓи Димчевски, кој тогаш беше раководител на оркестарот при Танец, ме слушал и ме повика во КУД „Орце Николов“, каде што за шест месеци ме ставија на програмата. Тогаш за првпат бев зад микрофон, а нозете ми се тресеа од страв за да не згрешам. Од тој ден запливав во водите на професионализмот, – се сетсува виталниот Трпковски на исполнувањето на својот сон да се дружи со музиката.

Сружењето со музиката сакал професионално да го надогради и затоа се запишува во средното музичко училиште во Скопје. Паралелно започнал со изучувањето на хармониката која како инструмент ќе биде негов сопатник во годините потоа.

– Во 1971 година станав член на Ансамблот „Танец“, па се до пензионирањето во 2013 година, останав како хармоникаш во оркестарот. Со тек на времето учествував во големи настани со игри и песни, – раскажува Трпковски.

Инаку Лазо е автор на музичката обработка на постановката „Два танца“, како и на инструменталните творби: „Гајдарско оро“, „Кавалско оро“, „Јанино“ и други. Трпковски настојувал преку музичката обработка, да го долови музичкиот амбиент на поднебјето од крајот од кој била песната или орот. Тој паралелно со музицирањето во ор-



кестарот и пишувањето на музичката обработка за постановките, шест месеци бил и в.д. директор на Ансамблот „Танец“ во 1992 година. Но не само тоа, тој е автор и на многу народни песни, кои се изведувани на многубројните фестивали во земјата.

Лазо Трпковски седум години пензионерски денови, но во ниеден момент не се откажал од музиката и музичкото творештво. Тој и како пензионер се занимава и со пишување на камерна музика, насловена „Ке биде јанија“. Сега како пензионер вели дека има „време на претек“, да другарува со музиката, која од хоби му станала професија. Трпковски во 2017 година, раководел со хорот при ЗП Бутел и учествувале на 15-та регионална пензионерска jubилејна фолклорна ревија и на Седмата републичка ревија на песни, музика и игри. Така му минуваат исполнетите пензионерските денови со музика и со неговите вршници, пензионерите.

Васил Пачемски

Пробиштип

Родна и нејзиниот нераздвоен другар - разбојот

Тетка Родна, како што многумина во комшилукот ја ослобуваат е жена која ја троши 9-та деценија од својот живот, но желбата која и се родила од најрани години, да седне на разбој и да ткае, не ја напушта и денес. Кога со

твна, килими, клашни и сè, – вели тетка Родна, – што е потребно да се сошиеш машка или женска облека.

Нејзината виталност за годините што ги има, ми беше предизвик да ја посетам и да поразговарам за нејзината несекојдневна приврзаност кон разбојот, со кој другарува од најраното детство. Таа со нескриено задоволство зборува за нејзиното детство, за младоста, за формирањето на семејството, но и за сиромаштијата низ која и поминале голем број години низ кои ја изучувала вештината на ткаењето, слагањето на боите и шарите и шиењето облека за себе и за останатите членови во семејството.

Тетка Родна е родена во село Барбарево – Пробиштипско, во повеќедетно семејство, седум браќа и сестри. Во многубројното семејство подоцна живееле заедно со родителите, браќата, нивните сопруги и децата. На прашањето како во едно вака големо семејство се родила желбата за ткаење, еве што ми одговори:

– Кога имав околу десетина години, ги гледав моите стрини и тетки како ги ткајат платната од кои подоцна шиеја алишта. Кога тие ќе излезеа од разбојот, јас кришум седнував на разбојот ритам на брдото, шкрипењето на нитите, совелките и другите составни делови на разбојот. Го правев она што тие го правеа, а на радоста и немаше крај кога ќе видам дека од алацата, така го викавме платното од кое се шиеја елеци, ќе исткаев два-три прста. Така полека ја совладав техниката на ткаење. Мојата желба не остана незабележана од татко ми, па кога имав 16 години ми купи разбој. Тогаш почнав да ги изучувам и другите подготвителни работи за ткаењето како што се навивање, вденување на преѓата во нитите и во брдото, ракувањето со кросната, со совелката, шкрипците и со тоа ја заокружив целокупната операција на ткаењето.

Кога се омажив за мојот Томчо во селото Стрмош, со себе си го понесов и разбојот. И во Стрмош беше сиромаштија, што се вели мораше од влакно да се направи платно и да се сошијат



својот сопруг се доселила во Пробиштип пред шеесет и некоја година, не заборава со себе да го понесе и својот најдобар другар – разбојот.

– Разбојот ми е придружник од 10-та година. На него се исткаени многу пла-

жува вредната ткајачка Родна. Инаку, тетка Родна 20 години беше активен член на КУД „Весели пензионери“ во ЗП Пробиштип и една од најдобрите игроорки. Еве што ќе ни каже за членувањето во друштвото?

– Членувањето во друштвото „Весели пензионери“ ми беше уште една голема љубов. Заедно со мојот сопруг Томе кој и сега е член на друштвото се дружевме и прошетавме многу. Не се заборава учеството на многуте фестивали и ревији во нашата земја и надвор од Македонија, не се заборава дружењето меѓу членовите во друштвото. Бевме како едно семејство. Кога ќе тргневме на некој настап, колку и да е далеку, по цел пат се пееше, се свиреше. Сега ова ми недостасува, но годините натежуваат.

Се разделивме со секогаш насмеаната тетка Родна, со најубави желби пензионерските денови да си ги исполнува со она што ја исполнува и го сака.

М. Здравковска

ЗП Струга

Прв пензионерски интернет-турнир во шах

И покрај пандемијата, шаховскиот живот продолжува и веќе нема земји каде што не се играат турнири. Секако, при тоа, мора да се следат препораките од надлежните органи за безбедност на здравјето. Појавата на коронавирусот не го остави имун ни македонскиот шах. Последните денови од месец јуни, Здружението на пензионери од Струга, го организираше Првиот пензионерски интернет-турнир во шах.

Според иницијаторите за одржување на Првиот шаховски турнир од ваков вид, првите луѓе на ЗП Струга, претседателот Милорад Трпоски, и секретарот Изеир Мустафаи, на објавата за натпревар се пријавиле 18 шахисти од нашата република, а меѓу нив и една дама-шахистка, која го освоила четвртото место.

На почетокот на турнирот, на сите учесници пензионери шахисти, претседателот на ЗП Струга Милорад Трпоски и секретарот Изеир Мустафаи им го честитаа учеството на Првиот интернет-турнир во шах 2020 година, со желба тој да биде само почеток и поттик за натамошно организирање и проширување на истиот и турнирот да стане традиционален турнир на пензионерите шахисти во нашата држава и пошироко.

Искусниот шахист Бајрам Спаију, член на шаховската екипа на ЗП Струга, кој е исто така, еден од иницијаторите и кој активно се вклучи во организацијата на интернет-турнирот, истакна:

– И покрај сè, сепак треба да се знае дека стандардниот шах и интернет шахот се два различни спорта. Шахот преку интернет е повеќе како видеоигра со елементи на шоу. Голем проблем е тоа што се нема доволно контрола за

да се запрат тие што мамат!

На крајот од турнирот беа прогласени пет најдобри шахисти и тоа: првото место го освои Тодор Милосиев од ЗП Кочани на возраст од 71 година, второто место го освои Владимир Мицов исто



така од ЗП Кочани со 66 години, третото место му припадна на Томе Тодоровски на 67-годишна возраст од ЗП Битола, додека четвртото место го заведе единствената дама шахиста Марија Органџиева од ЗП Велес на возраст од 61 година, а петтото место му припадна на членот на ЗП Дебар и Центар Жупа, Ризван Колеци со 79 години.

Првиот пензионерски интернет-турнир во шах во организација на ЗП Струга, го подржаа: Хотелот „Арти“ кој обезбеди по два дена викенд за по два члена од семејството на победниците, ресторанот „Центар“ кој ја обезбеди храната со три obroka и „Веба-Инженерик“, Проект Струга кој ја обезбеди шаховските табли, наградите – дипломи и сувенирите, а доставата до секој учесник преку Карго пошта ја обезбеди организаторот на турнирот, ЗП Струга.

Сè на сè, убав инвентивен настап кој внесе свежина во едноличните пандемски денови на пензионерите, кој треба да го следат и другите здруженија со свои оригинални иницијативи.

Стојан Кукунешоски

Лица со маски

Чудесни се шарените маски, на нашите лица ставени, со спектар од бои разубавени, често не разонодуваат, смеа и желба за игра во нас разгоруваат. Со нив сме кралеви, принцови и принцези, морепловци славни, генерали... маскембали, карневали.

Уште полични се маските кога здравјето ни го чуваат и грижа ни подаруваат. Со лица со нив закитени поздравите сме, позаштитени. Со наши очи ја гледаат виделината и ни го олеснуваат патот кон иднината.



Грди се само маските невидливи, тие не разликуваат туку обезликуваат, душа немаат, ама душа земаат, од луѓе нелуге прават злото за доблест го слават. Во срцето омраза внесуваат, наместо радост да донесуваат, од добрите прават што не се: трн во око, слана во доцна есен.

Перо Миленкоски

алишта. Кога сопругот се вработи во Рудниците Злетово во Пробиштип, се преселил и разбојот. Тој на работа, а јас во разбојот каде што ткаев килими, јамболии, покривки за кревет, черги од партали. И покрај тоа што морав да се грижам за децата, ќерката Оливера и синот Зоран, наоѓав време и да седнам во разбојот и да исткајам нешто. Ќерка ми од мене ја наследи љубовта кон ракотворбите и почна и таа да изработува украсни перничина, а во последно време успешно работи филц-техника.

Ја запрашав Родна дали знае колку метри ткаенини стојат зад неа?

– Сум исткала можеби над илјада метри разни ткаенини. Не знам точно. И денес иако сум во 9-та деценија од животот, често пати седнувам во разбојот и тоа ме релаксира. Не како некогаш, но сепак нешто ќе исткајам и тоа ми е најголемо задоволство. Разбојот беше и останува мојот нераздвоен придружник, – со гордост раска-

жува вредната ткајачка Родна.

Инаку, тетка Родна 20 години беше активен член на КУД „Весели пензионери“ во ЗП Пробиштип и една од најдобрите игроорки. Еве што ќе ни каже за членувањето во друштвото?

– Членувањето во друштвото „Весели пензионери“ ми беше уште една голема љубов. Заедно со мојот сопруг Томе кој и сега е член на друштвото се дружевме и прошетавме многу. Не се заборава учеството на многуте фестивали и ревији во нашата земја и надвор од Македонија, не се заборава дружењето меѓу членовите во друштвото. Бевме како едно семејство. Кога ќе тргневме на некој настап, колку и да е далеку, по цел пат се пееше, се свиреше. Сега ова ми недостасува, но годините натежуваат.

Се разделивме со секогаш насмеаната тетка Родна, со најубави желби пензионерските денови да си ги исполнува со она што ја исполнува и го сака.

М. Здравковска