СЗПМ
БЕСПЛАТЕН ВЕСНИК ЗА СЕГАШНИ И ЗА ИДНИ ПЕНЗИОНЕРИ

ПЕНЗИОНЕР плус

25 декември 2020 година
број 149

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

ISSN 1857-7660

NLB Banka

Интервју со Станка Трајкова, претседател на Сојузот на здруженијата на пензионери на Македонија

Дали личиме на ЕУ?

Во рамките на проектот **„Дали личиме на ЕУ? - Филмско документирање за мониторинг и заштита на човековите права во Северна Македонија“** – Здружение за промоција и унапредување на културните вредности, КОНФИДЕНС Скопје, преку продукцијата Балкон 3 снима документарни емисии со цел да се прикаже состојбата со човековите права во Република Северна Македонија и да се направи паралела до каде сме во одредени области, како и што да направиме понатаму за да се подобриме и приближиме повеќе кон ЕУ. Проектот е финансиран преку ЕИДХР Програмата за човекови права и Делегација на Европска комисија во Скопје. Сојузот на пензионери е вклучен во епизода 8, насловена како „Генерации и генерациски политики“. Оваа епизода ќе даде приказ на главните предизвици на младите и на постарите луѓе во земјава, дали државата повеќе фаворизира една од овие две групи, работи ли еднакво на двете или некаде некоја е запоставена, кои можности ги имаат младите, кои услови ги имаат постарите и како се исполнуваат стратегиите за нив. За оваа цел беше снимено интервју со претседателката на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија Станка Трајкова. Интервјуто го реализираше **Катерина Димовска,** проектен менаџер. Интервјуто го пренесуваме интегрално.

На кој начин се организирани пензионерите во РСМ?

– Пензионерите во нашата држава се организирани во здруженија на пензионери здружени во Сојуз на здруженија на пензионери на Македонија кој претставува повисок облик на организирање. Сојузот е невладина, непартиска и мултиетничка организација, во која членуваат 53 здруженија на пензионери кои се самостојни правни субјекти. Сојузот постои повеќе од 74 години. Оваа организација ги обединува здруженијата и ги презентира правата и интересите на пензионерите во нашата земја.

Здруженијата на пензионери доброволно се здружени во Сојузот (под одредени услови) конституирајќи ги органите на Сојузот од нивните делегати кои учествуваат во работата на органите, на кој начин најнепосредно се остваруваат правата и интересите на пензионерите.

Поаѓајќи од овие законски детерминанти произлегува и карактерот и надлежностите на Сојузот и органите на Сојузот: Собрание (општ репрезент на сите пензионери), Извршен одбор и Надзорен одбор.

Основната законска премиса за самостојност на здруженијата е содржана и во Статутот на Сојузот, затоа што здруженијата автономно си го уредуваат внатрешното организирање, основање на ограноци како основни клетки на пензионерското организирање каде што пулсира и се остварува реалниот пензионерски живот.

На кој начин преку Сојузот пензионерите стигнуваат до остварување на своите права?

– Најпрво би рекла дека Сојузот слободно ги промовира и искажува своите ставови и мислења за прашања од интерес за пензионерите, поведува иницијативи за измена на одредени законски прописи и учествува во градење на јавното мислење и креирање на политиките. Ако се случи да не бидеме поканети на дијалог за значајни прашања за пензионерите, тогаш ние тоа го правиме на свој начин. Знаете, ние како Сојуз заедно со здруженијата сме препознатливи по својот весник „Пензионер плус“ кој излегува еднаш месечно во 6 000 примероци, во кој има и страница на албански јазик. Во весникот ги презентираме и аргументираме нашите предлози, барањата кои се разгледуваат на органите и телата на СЗПМ и друго.

Ние нашите барања ги истакнуваме на Советот за социјална сигурност што функционира во рамките на МТСП, преку медиумите и на нашата веб–страница. Како нашите традиционални активности во насока на активно стареење ги остваруваме низ спортските и културните активности сведочат билтените каде што на еден пластичен и реален начин е прикажано пензионерското организирање.

За историскиот развој на пензионерското организирање, Сојузот издаде Монографија насловена како „Пензионерски активности за почит“ каде што со пишан збор и слика е прикажано пензионерското организирање бидејќи зборовите летаат, а пишаното останува.

Она што ги карактеризира здруженијата на пензионери е развојот на социјално–хуманитарната дејност која особено дојде до израз во услови на пандемијата и врз основа на принципите на заемност и солидарност пензионерите самите едни на други си помагаа затоа што тие знаат дека кога можат треба да помогнат бидејќи и тие може да се најдат во ситуација да побараат помош од друг. За да може до крај успешно да ја извршуваат оваа дејност кај здруженијата постепено се наметнува потребата од воведување Пензионерска социјална карта. Овој корисен проект сега е во тек во најголемото Здружение на пензионери Битола.

Што е она што им недостасува на пензионерите во РСМ? Кои права им се достапни, а каде треба да се подобрат?

– Знаете што, во нашата држава има 324 000 пензионери, а 280 000 се организирани во здруженија членки на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија на кој јас сум претседател. Тоа е голема целна група која не треба да се гледа само како бројка односно ако се зборува за старите лица не треба да се гледа како на проблем, туку како на решение.

Што им недостасува на пензионерите: подобра материјална и социјална сигурност, здравствено осигурување и здравствената заштита, промена на односот на општините кон своите возрасни граѓани која обврска тие сè уште не ја имаат научено бидејќи некои од нив мислат дека здруженијата на нив треба да им помагаат, наместо да се сфати дека пензионерите се важни чинители во општеството и тие можеби имаат физички дефицит, но нивниот интелектуален капацитет и знаење може сè уште да се користи. Тие ги воспитуваат своите внуци и обезбедуваат социјален мир во државата. Многу значаен е односот на помладите кон пензионерите бидејќи за еден пензионер кој живее сам во неговиот дом едно „Ало“ за него многу значи, како и ако не го прашате кога бара „Брза помош“ колку години има! Има работи за кои не се потребни средства само треба односот да се промени. Зарем треба пензионерот да чека во долга редица пред банките, во болниците на „Мој трермин“, за место во автобускиот превоз, треба ли пензионерот да плаќа провизија за услугите во банките, иако е познато дека пензија и плата не е исто.

Каква иднина сакаме за пензионерите во поглед на здравствените услуги, социјалните услуги, домовите за стари лица, учество на старите лица во донесување одлуки од нивен интерес и воопшто во општеството?

– Во делот на здравственото осигурување односно здравствената заштита очекуваме целосно ослободување од партиципација почнувајќи од дијагностика до болничко лекување, право кое пензионерите го имале. Тие тоа го заслужуваат бидејќи целиот работен век плаќале придонес за здравствено осигурување, а многу малку користеле здравствени услуги, а сега како возрасни граѓани потребна им е поопсежна здравствена заштита. Пензионерите и сега при секоја месечна исплата на пензиите плаќаат придонес за здравствено осигурување што е голем и редовен приход на Фондот за здравствено осигурување на Македонија. Многу важно за пензионерите е редовно да се апдејтира односно ажурира Позитивната листа на лекови со лекови во согласност со современата медицинска наука. Знаете, често пати на пензионерите лекарите им препишуваат лекови кои ги нема на Позитивната листа и тие мора да издвојуваат средства од својата скромна пензија за да ги купат. Исто така, очекуваме пензионерите да може да се лекуваат во приватните болници со плаќање само на разликата на цената од државните до приватната болница. Не, помалку важно за пензионерите од руралните средини е истовремено функционирање на теренскиот лекар и подвижната аптека. Ако имаме само посета од лекар во рурална средина без подвижна аптека, целосно не е завршена работата ако треба старите лица да одат да ги набават лековите во градот.

За пензионерите е многу важно Владата да донесе Програма за социјално домување во која ќе се содржат сите форми и облици како пензионерски односно старски домови, социјални сервиси за давање услуги во домашна средина. Она што најбрзо го очекуваат пензионерите е изградба на државни старски домови каде што цените би одговарале на висината на македонските пензии, за разлика од приватните пензиски старски домови каде што цената за сместување е многу висока. Познато е дека на секој пензионер му е најубаво што подолго да остане во својот дом, својата фотелја, улица, но доаѓа време кога мора да биде згрижен во институција специјализирана за такви услуги. Затоа, до изградба на старски домови потребно е пензионерите да може да се сместуваат и во приватни старски домови со тоа што би се субвенционирала цената до износот што треба да го плаќа пензионерот.

Заради важноста на социјалното домување Сојузот направи согледување каква е фактичката состојба со пензионерските и старските државни домови, приватните домови, социјалните сервиси за социјално домување во домашни услови, со преглед на објекти кои може да се реновираат и искористат за институционално домување на возрасните жители со вклучување во овие проекти и на локалните власти. Овој материјал го доставивме до Министерството за здравство, до Министерството за труд и социјална политика и до Владата како придонес на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија, една од најмасовните граѓански организации, во решавање на ова значајно прашање за популацијата од тетата доба.

Дали личиме на ЕУ?

– На прашањето: дали личиме на ЕУ, јас би рекла да и тоа во многу сегменти, особено ако се споредиме со некои замји членки на ЕУ како Словенија, Хрватска, Бугарија. Ние имаме подобро пензионерско организирање со самиот факт што имаме 53 пензионерски здруженија, Сојуз, свој весник, веб–страница, слободно и автономно промовирање на нашите права и интереси, меѓународна и меѓугенерациска соработка, активности кои значат активно стареење, но секако дека и ние тежнееме кон повисоки европски вредности кога е во прашање возрасната популација.

Што се однесува до прашањето дали им се дава предност на младите или на повозрасните би рекла дека и Владата и другите институции во нашата земја се трудат еднакво и избалансирано да се грижат и за старите и за младите, бидејќи старите се нашето минато, а младите нашата иднина, а едните и другите се наша сегашност. Секако дека некогаш преовладува грижата за едните, а другпат за другите, се разбира во граница на можностите, но сè на сè ние како Сојуз сме задоволни иако нели секогаш може да биде и повеќе и подобро.

ВО ОВОЈ БРОЈ...

ОДРЖАНИ СЕДНИЦИ НА ИО И НА СОБРАНИЕТО стр. 2
ИНИЦИЈАТИВА ЗА ИЗМЕНА И ДОПОЛНУВАЊЕ НА ЧЛЕН 105 ОД ЗАКОНОТ ЗА ЗДРУЖЕНИЈА И ФОНДАЦИИ стр. 3
АКТИВНОСТИ НА ДРУЖЕНИЈА стр. 4
АКТУЕЛНОСТИ стр. 5
ИНФО стр. 7
ПРОГРАМА ЗА 2021 стр. 8
ХРОНИКА стр. 9
ПАНОРАМА стр. 10
КУЛТУРА стр. 11
ИЗБОР НА АЛБАНСКИ стр. 12
ЗДРАВСТВО стр. 13
ЗАБАВА стр. 15

ИЗЛЕЗЕ БИЛТЕНОТ ЗА ФОЛКЛОРНИ РЕВИИ 2020 стр. 16

ЌЕ ИЗЛЕЗАТ
22. јануари
- Прилог за пензионери во „Коха“
29. јануари
„Пензионер плус“

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

„АЛО - ПЕНЗИОНЕРСКИ ПРАШАЊА“ СЕКОЈ ВТОРНИК И ЧЕТВРТОК ОД 10 ДО 12 ЧАСОТ
02/3213 227

Одржани седници на ИО и на Собранието

Програмата за 2021 година на СЗПМ богата со активности

Собранието на Сојузот на здруженија на пензионерите на Македонија на 22.12. 2020 година, ја одржа својата четврта седница. На седницата на Собранието и претходеше седница на Извршниот одбор на кои беа разгледани и

усвоени Програмата на Сојузот на здруженија на пензионерите на Македонија за 2021 година. Петнаесеттата седница на Извршниот одбор на Сојузот се одржа на 9.12.2020 година, на која присуствуваше и претседателот на Собранието на СЗПМ м–р Илија Адамоски.

Најнапред претседателката Станка Трајкова потенцирајќи дека ова е последна седница на ИО на СЗПМ за 2020 година, како што е вообичаено ги истакна најважните активности во периодот меѓу двете седници:

– Испратена е иницијатива до Владата за измена и дополнување на членот 105 од Законот за здруженија и фондации;

– Реализирана е средба со директорката Билјана Јовановска во Фондот на ПИОСМ на која е договорена плодна соработка во интерес на пензионерите;

– Линијата **3213 227** континуирано функционира и добиените прашања ќе бидат основа за решавање на проблемите со кои се судираат пензионерите;

– Доставени се неколку дописи и до МТСП, Министерство за здравство и до Владата за унапредување на здравствената заштита и социјалното домување на пензионерите;

– Поставено е прашањето околу вакцинирањето на пензионерите на највисоко ниво;

– Излезе од печат Билтенот за 18. регионални ревии на песни, музика и игри и 10. јубилејна фолклорна ревија и друго.

Претседателката даде и квалитетно концизно резиме на Програмата за работа на Сојузот за 2021 година, истакнувајќи ги најбитните активности. По дискусија од присутните Програмата едногласно беше усвоена, како и Финансискиот план на Сојузот на здруженија на пензионерите на Македонија за 2021 година, Информацијата за утврдување на податоци по здруженија на пензионери и Информацијата за исплатените средства за солидарен фонд (посмртна помош) на корисниците на пензија, за период јануари–октомври 2020 година, а беа донесени и неколку важни одлуки за тековно работење на Сојузот.

Материјалите кои беа на дневен ред на Извршниот одбор, беа разгледувани и на Седницата на Собранието со која раководеше м–р Илија Адамоски.

На почетокот претседателката Станка Трајкова ја образложи Програмата за работа на Сојузот за 2021 година, истакнувајќи дека програмата е богата и содржајна иако се наоѓаме во услови на пандемија. Таа истакна неколку од активностите содржани во програмата, напоменувајќи дека тоа не значи дека за оние кои не зборуваше дека се помалку важни.

– Програмата за работа за 2021 година се заснова на целите и задачите утврдени во Статутот на Сојузот на здруженија на пензионерите на Македонија. Во Програмата се содржани активности кои се започнати во 2020 година, како континуитет во извршување на редовната работа, но и активности кои се наметнале со својата актуелност и значење.

Активностите во Програмата за работа за 2021 година, произлегуваат од правата и интересите на пензионерите, а имаат цел што поквалитетен, подостоинствен и посодржаен живот на пензионерите членови на СЗПМ, но и пошироко.

Во програмата како најважна активност е редовна исплата на пензиите и нивно усогласување, следејќи го движењето на параметрите за усогласување на пензиите, следење на движењето на осигурениците и корисниците на пензија, натамошно следење на унапредување на здравствената заштита, донесување Закон за пензионерско организирање, одржување состаноци со претседателите на здруженијата, за Пензионерската социјална карта, согледување на обемот на волонтерските активности, работа на органите и телата во здруженијата на пензионерите и Сојузот и друго.

Оваа Програма која ќе ја усвои Собранието на СЗПМ може да им послужи и како еден вид патоказ на здруженијата при изработка на нивните програми. Реализација на програмата ќе зависи и од случувањата поврзани со пандемијата од Ковид–19 во нашата земја. Да се надеваме дека се ќе биде добро на општо задоволство на сите нас. Ви посакувам среќна Нова 2021 година, многу здравје на вас и на вашите семејства. – Со честитката го заврши своето излагање претседателката Трајкова.

Потоа имаше дискусија во која беше заклучено дека Програмата за 2021 година е богата со активности и истата е од отворен карактер.

Финансискиот план на Сојузот на здруженија на пензионерите на Македонија, за 2021 година го образложи секретарот на СЗПМ Менка Темелковска.

Информацијата за утврдување на податоци по здруженија на пензионери и Информацијата за исплатените средства за солидарен фонд (посмртна помош) на корисниците на пензија, за периодот јануари–октомври 2020 година, ги образложи потпретседателот на Извршниот одбор Ментор Ќоку.

По дискусија од присутните двата материјала беа усвоени. На седницата се изврши верификација на мандати и на нови членови на Собранието на СЗПМ, делегирани од некои здруженија.

К. С. Андонова

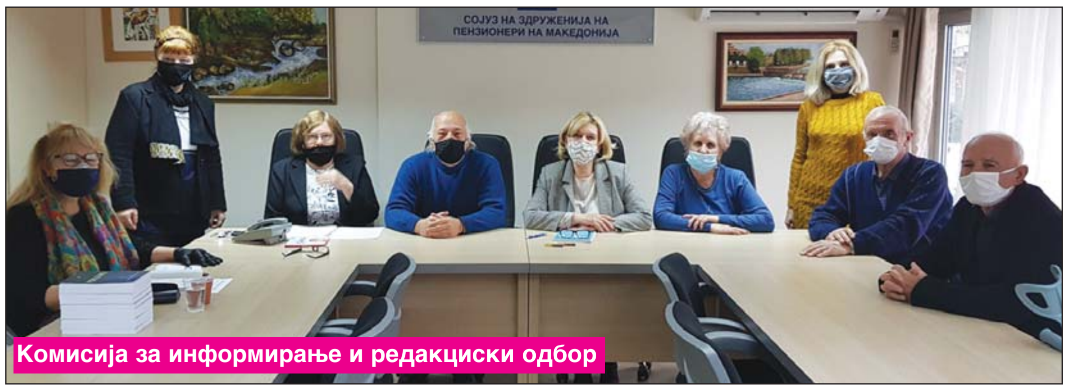
Донесени Програмите за работа за 2021 година на Комисиите и телата на СЗПМ

Крајот на ноември и цел декември во 2020 година и во здруженијата и во Сојузот беше во знакот на донесување програми и планови за активностите во наредната 2021 година. И покрај сознанието дека пандемијата и понатаму ќе биде присутна, сите донесени програми изобилуваат со активности според финансиските можности, но се приспособии на состојбите со Ковид 19.

Покрај, културните настани, спортските и едукативните активности за соживот и унапредување на здравствената заштита и на пензионерскиот стандард, акцент е даден на хуманитарните активности.

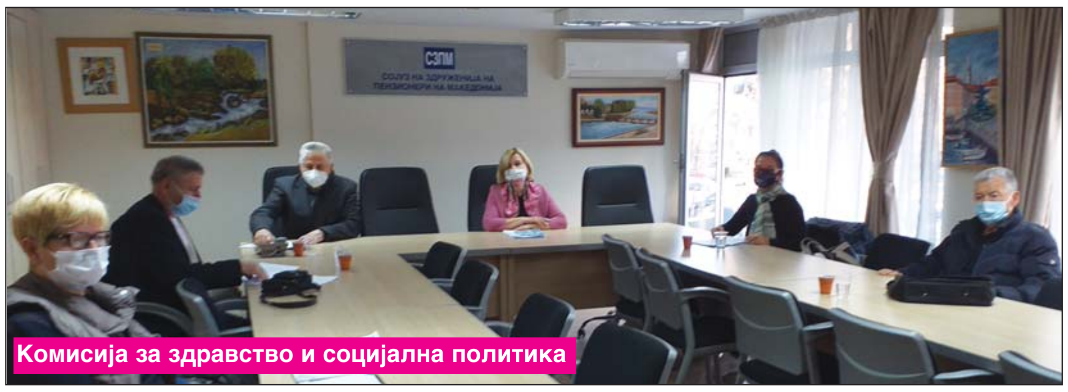
Сите седници се одржани според протоколот бр. 4 даден од Владата на РСМ за одржување седници и конференции. Седници одржаа:

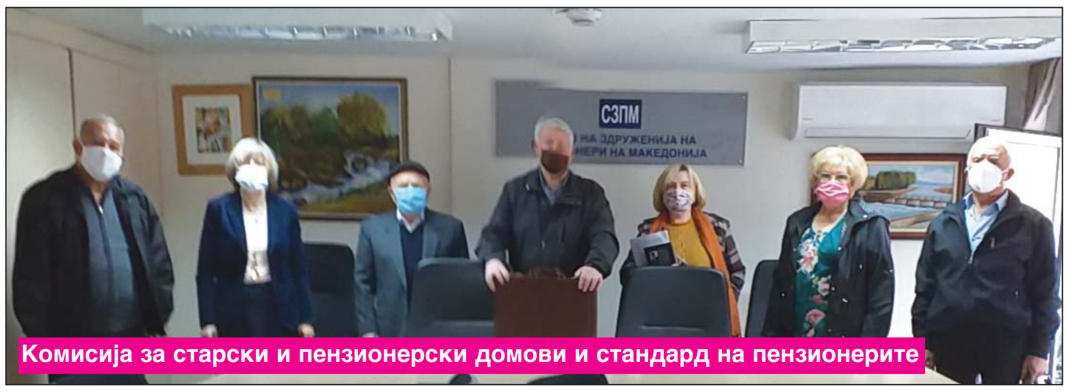
Комисија за спорт и рекреација



Комисија за информирање и редакциски одбор

Комисија за спорт и рекреација


Комисија за здравство и социјална политика


Комисија за старски и пензионерски домови и стандард на пензионерите

Комисија за соживот

Координативно тело на Активите на пензионерки

„Ало - Пензионерски прашања“

Секој вторник и четврток од 10 до 12 часот

02/3213 227

СЗПМ
СОЈУЗ НА ЗДРУЖЕНИЈА НА ПЕНЗИОНЕРИ НА МАКЕДОНИЈА
UNION OF PENSIONERS' ASSOCIATIONS OF MACEDONIA
Адреса: Бул.„Кочо Рацин„ бр. 14 - 1000 Скопје -Р. Македонија
Office: Bul. "KocoRacin" No. 14 - 1000 Skopje - Republic of Macedonia
ЕДБ: 4030982263086,Трансакциска с/ка:300000000953643 Комерцијална банка-Скопје
www.szpm.org.mkadministracija@szpm.org.mk kontakt@szpm.org.mk
Тел/ Phone: 3223 710; Faks / Fax: 3128 390;P. fah / Po box: 440

БРОЈ/ Namber - 03-02- 423
ДАТУМ/Date - 2.12.2020

ДО
СОБРАНИЕТО НА РЕПУБЛИКА СЕВЕРНА МАКЕДОНИЈА
СКОПЈЕ

ПРЕДМЕТ: ИНИЦИЈАТИВА ЗА ИЗМЕНУВАЊЕ И ДОПОЛНУВАЊЕ НА ЧЛЕН 105 ОД ЗАКОНОТ ЗА ЗДРУЖЕНИЈА И ФОНДАЦИИ (СЛУЖБЕН ВЕСНИК НА РМ БР. 152/2010 И 135/2011)

Извршниот одбор на Сојузот на здруженија на пензионерите на Македонија, на седницата одржана на 12.11.2020 година, ја разгледа и усвои Информацијата за состојбата и функционирањето на старските и пензионерските домови и при тоа заклучи дека е потребно да се поведе ИНИЦИЈАТИВА за изменување и дополнување на член 105 од Законот за здруженија и фондации. За поведување на иницијативата се имаа предвид состојбите, сопственичкиот статус и работењето на пензионерските домови, особено оние кои се доделени на здруженија на пензионери во одделни општини од страна на општествено–политички заедници и самоуправни заедници, а кои се во државна сопственост.

Оваа Иницијатива за изменување и дополнување на член 105 од Законот за здруженија и фондации се поднесува врз основа на заклучокот на Извршниот одбор на Сојузот на здруженија на пензионерите на Македонија.

Во членот 105 од Законот за здруженија и фондации (Сл. весник на РМ бр.152/2010 и 135/2011 година) се предлага да се додадат два нови става кои гласат:

(2) По исклучок од став еден на овој член пензионерските домови изградени во здруженијата на пензионери од средствата за станбена изградба на пензионерите во период од 1963 година до 1990 година, издвоени од придонесот за пензиското и инвалидското осигурување при поранешната самоуправна заедница односно Фондот за пензиското и инвалидското осигурување на Македонија, се отстапуваат во сопственост на здруженијата на пензионери.

(3) Министерството за труд и социјална политика согласно со став (2) на овој член ќе го утврди статусот, постапката и субјектите - здруженијата на пензионери, на кои им се отстапуваат пензионерските домови во нивна сопственост.

О Б Р А З Л О Ж Е Н И Е

Постојниот член 105 на Законот за здруженија и фондации (Сл. весник на РМ бр. 152/2010 и 135/2011 година) од преодните и завршните одредби, гласи:

„Имотот и средствата доделени на општествените организации и здруженија на граѓани добиени на користење од страна на поранешните општествено политички заедници и самоуправните интересни заедници се државна сопственост.“

Оваа одредба е преземена од поранешниот Закон за здруженија и фондации (Сл. весник на РМ бр. 39/1998), со кој се укина Законот за општествени организации и здруженија на граѓани, донесен во поранешниот Уставен систем на СРМ во 1983 година (Сл. весник на СРМ бр. 31/83).

Со Законот за здруженија и фондации од 1998 година донесен согласно со Уставниот систем на РМ, всушност се реши прашањето на имотот на поранешните – затекнати општествени организации и затекнати здруженија на граѓани, со тоа што истиот се подели и разграничи врз основа на два принципа:

1) Имотот на општествените организации и здруженија на граѓани стекнат од сопствени средства е имот на здруженијата на граѓани и нивните правни наследници.

Под средства од став 1 на овој член се подразбираат средства од членарина, донации, поклони, легати, приходи добиени од поранешните општествено–политички заедници, самоуправни интересни заедници и од Лотарија на Македонија, за редовни активности (член 81 од ЗЗФ од 1998 год.).

2) Имотот и средствата на општествените организации и здруженија на граѓани добиени на користење од поранешните општествено–политички заедници, самоуправни интересни заедници, се државна сопственост.

Врз основа на овие два принципа Фондот на ПИОМ доби во сопственост и управување 15 пензионерски домови, а здруженијата на пензионери во оделни општини добија на користење 14 пензионерски домови.

Меѓутоа, одредбата на вториот принцип е сосем начелна и нејасна: не говори за извори на средства од кои самоуправните интересни заедници за домување од Фондот за станбена изградба на пензионерите биле градени пензионерските домови. Оттука, спорен е правниот основ на правото на сопственост на пензионерските домови кои се влезени под вториот принцип, кога истите се утврдени како државна сопственост. Тоа значи дека при поделба и распоред на пензионерските домови на одредени субјекти за нивно стопанисување, од аспект на изворите на средствата за изградба на тие домови, не се доследно почитувале напред споменатите два принципа.

Поконкретно Иницијативата за измена и дополнување на член 105 од Законот за здруженија и фондации, се поднесува од следните причини:

1. Изворите на средства за изградба на пензионерските домови преку посебниот Фонд за таа намена, како правен основ на правото на сопственост.

Како што е општо познато во периодот од 1963 до 1990 година (при Републичкиот завод за социјално осигурување, потоа во Самоуправната интересна заедница за пензиско и инвалидско осигурување, и најпосле Фондот за пензионо и инвалидско осигурување), постоеше Фонд за станбена изградба во кој се уплатувал износ од 4 отсто од вкупните средства за исплата на пензиите акумулирани од придонесот за пензиското и инвалидското осигурување уплатуван од вработените, сега пензионери, а од тие средства се изградени околу 40 пензионерски домови од кои еден дел е искористен за други намени без станбени единици.

Од изнесеното произлегува дека постои правен основ пензионерските домови, врз основа изворот на средствата издвојувани за таа намена за пензионерите, преку споменатиот Фонд, да се отстапат во сопственост на здруженијата на пензионери во соодветните општини.

2. Домаќинско управување и стопанисување со овие домови од страна на здруженијата на пензионери.

Во Информацијата на СЗПМ е прикажана состојбата со пензионерските домови и потребата од нивно реновирање, соодветна правна рамка и како место за достоинствено живеење на пензионерите. Стекнување на правото на сопственост од страна на здруженијата на пензионери ќе се создаде можност за поголема грижа и, одржување и стопанисување со нив од страна на здруженијата, кои со свои средства и средства од други извори, од општините, државата па и од Европската унија, врз основа на можноста за стекнување статус на организации од јавен интерес во оваа дејност, што е од поширок јавен интерес. Кај повеќе здруженија на пензионери постојат иницијативи за изградба на пензионерски домови според нивните потреби, обезбедувајќи за почеток соодветни локации и средства за адаптација и слично.

3. Иницијативи и активности на здруженијата на пензионери како и другите граѓански организации во овој сектор.

Здруженијата на пензионери во општините, како и другите здруженија на граѓаните, се очекува сè повеќе, согласно со Законот за здруженија и фондации, да преземат вршење на работи од јавен интерес станувајќи сè покредибилни субјекти вршејќи дејности од поширок општествен интерес. При тоа здруженијата на пензионери се по многу нешто специфични, не само по бројноста на своето членство, присутни така да се каже во сите општини во Републиката, туку и по своето негување и практикување, активностите да ги преземаат на волонтерска основа и врз основа на хуманиот чин на добротворство и меѓусебна помош.

Претседател на Извршниот одбор на СЗПМ
Станка Трајкова

Реакција по допрен глас

Деновиве додека го пиев пладневното кафе и уживав во топлината на есенското сонце, ми пријде еден добар другар, седна до мене и од својата торбичка, која постојано ја носи со себе, извади неколку страници од весникот „Слободен печат“. Ме потчукна по грбот и онака низ насмевка на лицето ми вели: еве, другарче, ова е за тебе, ги собрав и кога имаш време прочитај што правите во Сојузот на здруженија на пензионери на Македонија (СЗПМ).

Се разбира дека ги зедов и вечерта додека чекав да започне преносот од Лигата на шампиони во фудбал почнав да ги читам добиените материјали. Веднаш забележав дека автор на текстовите е мој драг пријател и поранешен соработник.

Знаејќи го авторот како позитивна личност, очекував дека ќе прочитам убави работи, содржајни анализи, конструктивни предлози и добронамерни критики. За жал, текстовите главно се сведуваа на критики кои во најголемиот дел беа неосновани и базирани на невистини. Читав и не можев да поверувам од каде кај мојот драг пријател толкава горчина и револт кон пензионерските здруженија и кон сите нас кои на одреден начин сме инволвирани во водењето на тие здруженија.

Во текстот под наслов „Прочистување“ авторот драматизирајќи ги состојбите небаре СЗПМ и сите здруженија на пензионери се криминални здруженија, а избраните лица се избрани на нелегални избори, дека во работењето на здруженијата владее непотизам, безредие и друго, редеше безброј невистини и непроверени полувистини. Измислуваше некакво незадоволство кај членството и повикуваше на целосен веттинг на избраните функционери?!

Занесен во своите писанија авторот возвикнува дека неговиот глас треба да допре до сите нас. Почитуван и драг пријателе, твојот глас допре до мене и длабоко ме навреди и поттикна да се обидам да те разубедам и негативната енергија кон СЗПМ и сите здруженија на пензионери да ја трансформираш во позитивна.

Неоправдано прва на ударот на авторот на текстовите е претседателката на СЗПМ. Практично, тој ја нападна уште нестапната на претседателската функција и тоа без аргументи, иако за наша среќа таа како добра домаќинка многу брзо воспостави систем на домаќинско работење во Сојузот, а посилно од кој било досегашен претседател успешно се бори за подобрување на социјалниот статус на пензионерите.

Впрочем, благодарение на другарката претседател гласот на пензионерите допре до надлежните институции, а резултатите беа зголемена минималната пензија и просечна пензија на рамниште како и кај пензионерите од нашите соседи.

Другар, за мене и за најголемиот број пензионери, чест и привилегија ни е што после скоро седум и пол децении на чело на Сојузот застана жена. Жена, која со своето неизмерно искуство и знаење успешно и со авторитет нè води скоро две години. Во текот на тие две години сите активности во Сојузот се толку транспарентни што не оставаат ни малку сомнеж за злоупотреби и сигурен сум дека знаеш дека непостојат.

Познавајќи те како човек, очекувам дека ќе најдеш начин и доблест на претседателката културно и достоинствено да ѝ се извиниш за сите неоправдани напади и многу брзо своето искуство и позитивна енергија да ги вградиш во работата на Сојузот.

Втори на твојата листа за „отстрел“ се најдовме ние избраните во органите и телата на Сојузот, пред се членовите на Извршниот одбор. Во еден од текстовите не обвинуваш за некакви неправилности во текот на изборите во здруженијата, зарем треба да те потсетам дека овој Извршен одбор е избран после спроведените избори во самите здруженија. Ако имало евентуални неправилности адресата за одговорност не е кај ова раководство, а во претходното раководство ти беше многу активен повеќе години.

Нема потреба да те убедувам и докажувам дека сите избрани органи и тела одговорно и транспарентно работат на спроведување на Програмата за работа на Сојузот. За секоја активност постои отчетност што е сработено и колку средства се потрошени. Секако дека ќе те разочарам ако ти кажам дека во скоро сите области на дејствување имаме значителни заштеди.

Нè обвинуваш за организацијата на Спортските натпревари или за нашата пензионерска олимпијада како и за Ревиите на песни, музика и игри. Можеби многумина мислат како тебе дека тоа се фрлени пари. Не другар, тие две активности се најубавото нешто што се случува на секој пензионер учесник на истите. Тоа се активности на кои низ регионалните и републичките настани на едно место се собираат по неколку илјади пензионери од сите здруженија и во практика се потврдува потребата за пензионерско организирање, но кога ти беше дел од нив не мислеше така, туку напротив. Убавината на тие настани не е само натпреварувачкиот дел, убавината е во другарувањето и во сите солзи радосници што некои пензионери се сретнуваат со свои другари со кои се немаат видено повеќе години. Затоа ќе те замолам наредниот пат своето перо да го искористиш за пишување на убави приказни кои ќе ти ги раскажат пензионерки и пензионери учесници на настаните. Колку добро би било да се сними документарен филм за емоциите кои преовладуваат пред, во текот и после овие настани, филм кој ќе ги разбие сите сомнежи и лаги за овие настани кај оние кои немале можност да бидат дел од нив.

Другар, многу нè навреди и со тврдењето дека сме неписмени во поглед на користење на информатичката технологија, а баш во време на излегување на твојот текст преку апликациската платформа Webinar учествував на интернационална конференција. Исто така, би сакал да те информирам дека уште пред пет години во едно од здруженијата во кое бев активен член одржувавме состаноци од далечина, користејќи посебно формирана група на една социјална мрежа. Верувам знаеш дека не е мудрост да се користи одредена апликација на интернет, мудроста е кај тие што ја програмирале и ни ја ставиле да ја користиме на многу едноставен начин. Значи, проблемот не е во нечие знаење или незнаење, проблемот е во недостаток на средства. Впрочем ако настапуваш со негативна енергија, верувам и дека ќе ја оспоруваш секоја одлука донесена на состанок од далечина.

Трета на листата која упорно ја напаѓаш е уредничката на весникот „Пензионер плус“, како и информирањето во Сојузот. Навистина не знам како изгледал весникот додека ти беше дел од Редакцискиот одбор, но знам дека денес имаме содржаен весник, богат со информации од интерес на нас пензионерите и со задоволство го читаме.

Во еден од текстовите силно ја напаѓаш нашата иницијатива за донесување Закон за пензионерско организирање наведувајќи дека со тој закон сакаме да ги зацементираме нашите функции и да си овозможиме одредени привилегии. И овој напад е „пукање“ во празно. Почитуван пријателе, токму постоечкиот Закон за здруженија и фондации не ги ограничува мандатите туку тоа е оставено на тие што ги формираат здруженијата. Ние со предложениот закон за кој бараме да се донесе, откако имаше широка јавна расправа, сакаме да го ограничиме задржувањето на одредена функција подолго од два мандата на одредена функции. Исто така, со тој закон сакаме да ја спречиме појавата едно лице да обавува повеќе функции. Лично мислам дека само со еден посебен закон ќе го зачуваме единството и функционирањето на здруженијата на пензионери и СЗПМ.

За крај драг пријателе сакам да те прашам дали знаеш по чија иницијатива повеќе од 180 000 пензионери ќе добијат по 6.000 денари за да можат да опстанат во ова време невреме? Нема да го чекам твојот одговор, еве ќе ти кажам додека Владата ги донесуваше претходните сет мерки нашата претседателка во име на Сојузот реагираше и повеќе пати се обрати до надлежните со аргументиран предлог и најранливата категорија на пензионери да биде опфатена со еден од пакетите на мерки. Благодарејќи на тие барања и поддршката од единствениот пензионер пратеник голем број на пензионери ќе ја добијат оваа неопходна помош.

Нашата работа не застанува тука и во наредната година, се надевам во подобри услови, ќе продолжиме да се бориме за правата и подобрување на стандардот и здравствената заштита на сите пензионери, а пред сè на тие со ниски примања. На тебе оставам сам да одлучиш дали со твоето перо ќе користиш зборови кои никого не прават среќен или со позитивна мисла ќе се придружиш кон сите нас заедно да стареeме.

м-р Велин Стојановски
член на Извршниот одбор на СЗПМ

ЗП Чаир

Донесени повеќе одлуки

Во услови на корона вирусот, активностите во ЗП Чаир се одвиваат со намален интензитет. Во просторијата на пензионерскиот клуб, сместен во пензионерскиот дом „Лика Чопова“ во Топанско Поле, на 30 ноември 2020 година, со строго почитување на сите препораки и протоколи пропишани од државните органи со цел да се зачува

здравјето на присутните членови, Извршниот Одбор одржа редовна седница на која само еден беше оправдано отсутен, со што имаше кворум за работа. На седницата беа поставени на дневен ред неколку точки од работата на здружението. По усвојувањето на дневниот ред и записникот од претходната седница, започна расправата по предложениот дневен ред.

Членовите на Извршниот одбор, по првата точка, констатираа дека кај одреден број членови, поради пандемијата е отежната економската состојба и донесоа одлука, по препорака на комисијата за здравство, на 65 членови на здружението да им се доделат по 3000 денари еднократна парична помош, главно на пензионери со ниски приходи, а и на оние кои се справуваат со потешки болести и операции. Ваквата состојба се извлекува од поднесената документација на самите баратели, како и од предлозите и мислењето на претседателите на разграноците.

Останатите три точки од дневниот ред, беа позитивно решени и се донесоа: Одлука за формирана на пописна комисија, Одлука за одредување благајнички максимум во касата и Одлука за застаклување на подрумската канцеларија. Сите четири предложени точки од дневниот ред, беа едногласно усвоени.

Во овој неколку месечен период на пандемија, Активот на пензионерки при ЗП Чаир, континуирано ги остварува активностите, во зависност од условите и протоколите за справување со корона вирусот. Како што не информираше претседателката Љубица Лолевска, контактите со сите членови се одвиваат телефонски, за да се види, дали имаат некакви потреби. На повеќето од членовите им се поделени маски за заштита, а секој месец редовно им се дели весникот „Пензионер плус“. За пофалба е и соработката со Црвениот крст при општина Чаир. Во овој тежок период, е организирана акција за проверка на шеќер во крвта и мерење на притисокот. Исто така, е организирано предавање од лекар при Црвениот крст на тема „Избегнување на стрес во ситуација на пандемија“. Меѓу членовите на Активот, била организирана акција и донирана облека во Црвениот крст од Чаир. Отука се наметнува и заклучокот, ваквите активности на Активот да продолжат во соработка со општинската организација на Црвениот крст. Како што нагласи Лолевска, не застануваат со активностите. Досега на отворената тераса на пензионерскиот дом во Топанско Поле, а дозволуваа временските прилики, со почитување на сите мерки, задолжителна дезинфекција, држење растојание, седење на маса по двајца, Активот на пензионерки одржал неколку состаноци со своите членови.

Васил Пачемски

ЗП Куманово

Со пренамена доделена помош на уште 500 членови на Здружението

Извршниот одбор при Здружението на пензионери во Куманово на 19.11.2020 година ја одржа својата осма редовна седница на која што беше разгледано и усвоено деветмесечното финансиско работење и состојбата со солидарниот фонд во здружението. На седницата од членовите бе-

ше констатирано дека поради настанатата состојба со пандемијата од корона вирусот Ковид–19 останаа нереализирани низа планирани активности и нереализирани финансиски средства. Од таа причина Извршниот одбор одлучи да изврши префрлување на средства од одредени нереализирани ставки за хуманитарни цели. Се донесе одлука во текот на месец декември на 500 пензионери, членови на здружението чијшто месечен износ на пензијата е помал од 11.000 денари, да им се додели еднократна парична помош во висина од 1.000 денари. ЗП Куманово до сега ваква помош има доделено на 600 пензионери и со новата бројка од 500 пензионери вкупниот број на пензионери кои примиле помош ќе изнесува вкупно 1.100 пензионери. Со овој потег раководство на Здружението и понатаму продолжува со зацртаната политика и стратегија средствата од пензионерите да ги насочува кон самите пензионери.

Меѓу другите одлуки што на оваа седница, на негово барање, беше разрешен досегашниот претседател на Комисијата за информирање при ЗП Куманово, а на негово место беше именуван нов претседател. Наближува крајот на оваа календарска година па Извршниот одбор донесе одлука со која што беа именувани и пописните комисии во Здружението, како и одлука за доделување на еднократна парична помош во висина од 10.000 денари на пензионер кому неодамна му беше опожарена семејната куќа. Седница се одржа според правила, прописи и протоколи пропишани од Државната здравствена комисија, со маски и потребна дистанца. **Т.Д.**

ЗП Кавадарци

Во следните 4 години, ќе се трудам за подобар живот на пензионерите

– Живееме во време кога не знаеме што може новото утре да ни донесе. Случувањата се непредвидливи и секојдневно се соочуваме со нови проблеми. Но и во оваа тешка ситуација со пандемијата, јас, како и моите соработници се трудиме да го направиме подобар животот за пензионерите – вели Димче Коцевски новоизбраниот претседател на здружението. Со помош на претседателот на Собранието Васил Димитров и претставникот во СЗПМ Бранко Шемов, Коцевски ќе ги реализира своите поставени цели.

– Голем дел од активностите коишто се реализирале во претходните години, се одложени или откажани заради моменталната ситуација со пандемијата. Единствено активноста снабдување со огревно дрво како и секоја есен и оваа ни беше приоритет. Сепак најважно за зимскиот период е да ги стоплиме нашите домови.

Претседателот Коцевски има план за изградба на пензионерски – старински дом, со сали за дружење и целодневен престој на пензионерите.

– Ќе обезбедиме посебна грижа за ранливите категории на пензионери, ќе се потрудиме да направиме сè што е во нашите можности за да им обезбедиме оброк по достапни цени. Ова ќе биде за оние пензионери чија пензија е под 15.000 денари. Ова ќе се докаже со доказ–чек за пензија. Појавите и настаните кои се случуваат околу нас и влијаат лошо на нас пензионерите и само обединети можеме да ги спречиме и пребродиме. Како здружение на пензионери ние сме членка на граѓанска, невладина, непартиска и мултиетничка асоцијација која дејствува самостојно во организирањето и остварувањето на интересите на СЗПМ создавајќи услови за мирен и квалитетен живот на пензионерите. Претседателот Коцевски ветувајќи дека во својот 4 годишен мандат ќе биде тука за неговите пријатели пензионери и ќе се потруди нивното време да биде исполнето со моменти кои се вредни за паметење, им ја честиташе Новата 2021 Година на сите пензионери, со желби за добро здравје и убав пензионерски живот.

Лилјана Илиева Гранде

ЗП Пехчево

Пензионерите домаќини на Советот на општина Пехчево

Здружението на пензионери на општина Пехчево во своите нови простории на пензионерски клуб беше домаќин на Советот на општина Пехчево. Во просториите на клубот беше одржана триесет и третата седница на Советот на општина Пехчево. Почитувани беа сите мерки за заштита од Ковид 19, со безбедно растојание, носење на маски и дезинфекција од присутните на седницата. По завршувањето

на седницата беше извршено дезинфекција на објектот. На седницата присуствуваше и градоначалникот на општина Пехчево Драган Тренчовски.

Претседателот на Здружението на пензионери на општина Пехчево Борис Заринскi на почетокот на седницата ги поздрави градоначалникот и присутните советници и гости, пожелувајќи им успешна работа, очекувајќи содржајни дискусии, а Здружението на пензионери со својот пензионерски клуб секогаш стојат на располагање за секакви активности на Советот и општина Пехчево, бидејќи и ова е дел од соработката.

А. Кацарски

ЗП Струга

Реализирана Програмата за 2020 година

На 5 декември 2020 година, во Клубот на пензионери во Струга, Извршниот одбор при ЗП Струга, во проширен состав со претседателите на комисиите: Елисавета Лазареска со својата заменичка Павлина Кузманоска како претседател на Активот на жени, Љуба Јованоска, претседател на Комисијата за културно–забавен живот, претседателот на Форумот за економско–правни работи Делчо Илиески, претседателот на Комисијата за статутарни прашања Фикрие Бектеши, претседателот на Надзорниот одбор Благоја Климоски, претставник и делегат во СЗПМ Даути Хурем, како и претседателот на Комисијата за информирање, ја одржа осмата редовна седница на Извршниот одбор и последна за оваа календарска година. Најпрвин со едноминутно молчење им се оддаде почит на починатите пензионери во овој изминат период од Ковид–19. Дневниот ред не беше обемен, но содржаен, за што членовите на ИО многу внимателно и коректно дискутираа. По првата точка претседателот на ЗП Струга и претседател на ИО Милорад Трпоски, направи ретроспективна анализа за работата на Здружението на пензионери Струга, во изминатиот период. Тој ги информира членовите и за активностите во време на пандемијата, истакнувајќи дека програмата за 2020 година скоро целосно е реализирана со мали отстапувања, како што беше неучеството на Регионалната ревија на песна, музика и игра. Говореше и реновирање на Клубот и обновување на инвентарот, обезбедување на заштитни средства и средства за редовна дезинфекција. Во огранокот на пензионери во село Драслајца што ги опфаќа населените места Моришта и Бицево, беше инвестирано во адаптација на пензионерскиот клуб и неколку канцеларии во селскиот задружен дом, кој жителите го отстапија за трајно користење без надомест. За оваа помош од страна на ЗП Струга, се заблагодари претставникот од месниот огранок на Драслајца Благоја Климоски.

По втората точка покрај претседателот кој го образложи Извештајот на Комисијата за состојбата на домовите за стари лица формирана од ИО на СЗПМ беше информирано дека во Општина Струга има два објекта: „Женска плажа“ и „Хотел Галеб“ кои се дадени на трајно користење на други субјекти, а не на пензионерите. Во оваа расправа се вклучија повеќе членови, како и делегатот СЗПМ Хурем Даути, кој ги запозна членовите дека се дискутирало за оваа проблематика и на ИО на СЗПМ, а претседателот на Економско–правниот форум Делчо Илиески, стручно ги запозна членовите како треба да се одвива процедурата за враќање на овие два објекта на пензионерите. Се донесе заклучок ЗП Струга повторно да се обрати за ова до сите институции. По останатите точки донесени се знаклучоци и одлуки, а беше назначен нов сметководител Авни Кица, а исто така присутните беа информирани дека оваа година на 19. регионална ревија не песни, музија и игра ќе биде домаќин ЗП Струга. **С. Кукунешоски**

ЗП Дојран

Активности

Извршниот одбор при Здружението на пензионери при Општина Дојран, ја одржа третата седница на која членовите под посебни протоколарни мерки донесоа повеќе одлуки.

По усвојувањето на записникот од втората седница на Надзорниот одбор, членовите го разгледаа и едногласно го усвоија финансискиот извештај за период јануари – јуни 2020 година, за состојбата на набавка на „свински полутки“ на заинтересираните пензионери од фармата „Ветеринар“, Гевгелија, и беа донесени одлуки за реновирање и опремување на клубовите во Месниот огранок во село Фурка и во Стар Дојран.

Здружението иако располага со мали финансиски средства, Надзорниот одбор донесе одлука до Нова година на членовите со минимални примања по трет пат да им помогне со прехранбени пакети во сите ограноци. По повод денот на ослободувањето на Дојран, 5–ти ноември, членовите на ЗП во соработка со општината, положија свежо цвеќе на споменициите на паднатите борци во Нов Дојран и Стар Дојран.

За долгогодишна соработка претседателот на ЗП Дојран, Динчо Бошнаков на Митко Јанев сопственик на ресторан „Фук–Так“ му врачи благодарница за долгогодишна соработка и спонзорство, со желба соработката да продолжи и во наредниот период.

Г. Петровски

ЗП Прилеп

Петстотини илјади денари предновогодишен подарок за членството

Прилепското здружение на пензионери уште еднаш ја потврдува дефиницијата како едно од најхуманите здруженија членки на СЗПМ. Покрај оние 300 илјади денари што им беа распределени на пензионерите од сите ограноци на ЗП Прилеп пред големиот христијански празник Велигден, деновиве претседателите на сите 19 ограноци направија списоци на петстотини членови кои имаат ниски пензиски примања. Со подготвените списоци членството од ограноците од трите општини, Прилепска, Кривогаштанска и Долненска, што како членови гравитираат во прилепското здружение, ќе можат да купуваат производи по сопствен избор во висина од по 1000 денари пред Новогодишните празници.

– Ова се нивни средства, годинава имавме помалку активности од пандемијата на коронавирусот и ни останаа средства од неорганизирани екскурзии, и други акции. Имаме повеќе приходи, отколку расходи и Извршниот одбор одлучи да им се доделат по илјада денари на најзагрозените членови на нашето здружение, – вели претседателот Славко Трајкоски.

Покрај овие средства здружението инвестираше околу 30 илјади евра за купување на нови простории за огранокот во населбата „Точила“. Инвестираше и во опремувањето на сите 13 клубови со клима апарати. Само за набавката на овие апарати беа потрошени околу 600–700 илјади денари. Исто така, Комисијата за здравство додели еднократна помош или вкупно за оваа тековна година од својата сметка, за своите членови, по повеќе основи, ова здружение потроши околу 2,5 милиони денари.

К.Р.

Работна средба помеѓу Фондот на ПИОСМ и СЗПМ

Соработката и досега е добра, но секогаш може да биде и подобра

Билјана Јовановска в.д. директор на Фондот на пензиското и инвалидското осигурување на Република Северна Македонија, оствари работна средба со претседателката на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија Станка Трајкова, претседателот на Собранието на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија, м-р Илија Адамоски, Ментор Ќоку, потпретседател на Извршниот одбор на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија и Славко Трајкоски, претседател на Здружението на пензионери од Прилеп.

На средбата се разговараше за идни заеднички настапи, при измена на прописите од пензиското и инвалидското осигурување и други законски проекти значајни за пензионерската популација. Се дискутираа предлози и сугестии со цел унапредување и продлабочување на соработката помеѓу Фондот на ПИОСМ и СЗПМ согласно своите надлежности, а сето тоа во интерес на сегашните и идните пензионери. Воедно, в.д. директорката Јовановска посочи дека секогаш е отворена за соработка и во секое време достапна за надминување на проблемите и разгледување на барањата на пензионерите.

На средбата разговаравме за функционирањето на Солидарниот фонд за посмртна помош и членарина, потоа за размена на податоци, времетраењето на постапката за донесување на решение за пензија, за исплата на пензија, за прашања поврзани со пензионерските домови и за стандардот на корисниците на пензија. Директорката Јовановска се понуди да одговара на телефонската линија 02 3 213 227 „Ало пензионерки" кој функционира во рамките на СЗПМ. На општо задоволство на двете страни се заклучи дека соработката била добра, но секогаш може да биде подобро, истакна по средбата претседателката на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија, Станка Трајкова.

К.С.А.

ЗП Солидарност – Аеродром – Скопје

Одржан заеднички состанок на претставници на Здружението и на СЗПМ

На 04.12. 2020 година во просториите на ЗП Солидарност – Аеродром – Скопје, се одржа работен состанок на претставници од СЗПМ и преставници од Здружението на пензионери на Солидарност – Аеродром. Состанокот се одржа по заеднички договор на СЗПМ и на ЗП Солидарност – Аеродром, На состанокот беа присутни од СЗПМ: Станка Трајкова, претседател на СЗПМ, Илија Адамоски, претседател на Собранието на СЗПМ, Ментор Ќоку, потпретседател на СЗПМ и Славко Трајковски, член на ИО на СЗПМ и претседател на ЗП Прилеп, а од здру–жението домаќин: Димитрија Богати–носки, претседател на здружението и на Извршниот одбор, Тодор Тодоровски, претседател на Собранието на здружението и Никола Маркоски, секретар.

Предмет на состанокот беа прашања во врска со меѓусебно запознавање со работата, актуелни состојби и предлози за успешна соработка во иднина и друго.

На состанокот претседателот Димитрија Богатиноски со свое воведно излагање ги запозна гостите од СЗПМ со историјата од основањето до денес и личната карта на здружението, истакнувајќи при тоа повеќе битни и актуелни карактеристики, како што се важни настани, случувања, соработка со други здруженија во градот и републиката, како и соработката меѓу органоците на Здружението и реализацијата на Финансискиот план за 2020 година во услови и последиците од корона вирусот во оваа година, како и за соработката истакнувајќи дека на сите препораки им се дава соодветен простор и внимание.

Потоа на состанокот зедоа учество во дискусијата претставниците од СЗПМ. Претседателот на СЗПМ Станка Трајкова, ја образложи целта на состанокот изнесувајќи некои најнови содржини и резултати од разговорите направени во Фондот за ПИОМ, за активности во здруженијата на пензионери во услови на пандемија, информираше за издавањето на весникот „Пензионер–плус", и позитивните аспекти од истото, работата на клубовите, зборуваше за изготвените Информација за состојбата и функционирањето на старските и пензионерски домови, за Прирачникот за работа на компјутер и интернет за возрасни, доставеното барање за добивање статус на јавен интерес на СЗПМ, иницијатива за промена на некои законски решенија во прописите од даночната сфера и покренатата иницијатива за измена на член 105 од Законот за здруженија и фондации со цел отстапување на домовите кои се изградени со средства на пензионерите на сопственост или користење на ЗП.

Во својата дискусија претседателот на собранието на СЗПМ Илија Адамоски се задржа на активностите во СЗПМ кои се детерминирани од пандемијата со Ковид–19 и информирањето.

На крајот откако се исцрпеаја сите дискусии претседателот Димитрија Богатиноски се заблагодари на сите присутни за посетата и конструктивните и успешни разговори, со констатација дека истите ќе придонесат за уште подобра соработка во иднина и дека ваквите состаноци се корисни и треба да бидат што почести.

Никола Маркоски

Академик Вера Битракова – Грозданова добитник на

Наградата „Св. Климент Охридски" за 2020 година

Добитник на највисокото општинско признание, наградата „Патрон на градот – Охрид Св. Климент Охридски" за 2020 година, е академик Вера Битракова – Грозданова, неуморен истражувач, универзитетски професор и еминентен научник од областа на археологијата и историја на уметноста. Светиклиментовата награда и повелбите на празникот Осми декември и ја врачи градоначалникот на Охрид Константин Георгиевски. Од името на наградените се обрати академик Битракова – Грозданова, која заблагодарувајќи се, рече дека со восхит и трепет ја прима наградата и посака идните генерации охриѓани да бидат посветени и да го почитуваат делото и ликот на Свети Климент Охридски.

– Оваа награда за мене претставува особена чест бидејќи е дар од градот Охрид, градот на Св. Климент кој е во мислите на охриѓани, во нивните души и во душата на црквите насекаде околу нас. Св. Климент во моето семејство, семејството на Цветан Грозданов, со Вера Битракова и синот Климент, особено се чувствуваше сите овие 50–60 години и професионално се проучуваше делото на Климент изразено во црквите, фреските, иконите и историјата, врзано со сите личности кои од деветтиот до деветнаесеттиот век ја инкорпорираље личноста на Климент во своите мисли и искажувања уметнички и религиозни, – истакна академик Битракова – Грозданова.

Таа од 1975 година до пензионирањето е професор на Филозофскиот факултет на Институтот за историја на уметноста и археологија на Универзитетот „Св. Кирил и Методиј", а за редовен член на МАНУ е избрана во 2009 година. Во родниот град Охрид го завршува гимназиското образование. На Филозофскиот факултет во Загреб дипломирала во 1963 година, магистрирала во 1972, а во 1984 година на Филозофскиот факултет во Загреб докторира на тема: Споменци на хеленистичкиот период на тлото на Социјалистичка Македонија, кај академик Дује Рендиќ – Миочевиќ. Студиски престои реализирала во Франција, Германија, Бугарија, Албанија и Грција. Учествувала во повеќе археолошки ископувања. Реализирала и повеќе самостојни ископувања. Во периодот 1998–2002 година е член на Одборот за возобновувањето на црквата Св. Климент – Св. Пантелејмон, а од 2007 година е научен раководител на ископувањата на Плаошник и член на Одборот за возобновување на „Свети Климентовиот универзитет" на Плаошник во Охрид. Автор е на повеќе од 100 научни трудови; учесник на многубројни меѓународни научни собири и добитник на повеќе научни и општествени признанија; на наградата „Гоце Делчев", на престижната европска награда Herder-Preise доделена од Универзитетот во Виена, за достигнувања во науката од сферата на историјата на уметноста и ранохристијанската археологија, како и за запознавањето на светот со спомениците од Македонија, наградата „Климент Охридски" за достигнувања во областа на културата.

К. Спасески

Македонскиот јазик, еден од 10-те најстари јазици кои се зборуваат и денес!

Еволуцијата на јазиците е слична на биолошката еволуција – се одвива генерација по генерација и не може да се најде точна граница помеѓу еден јазик и следниот кој го наследува.

Секој од јазиците кои следуваат имаат нешто специјално во нив – нешто што ги разликува од останатите. Ова се најстарите јазици кои се уште се користат.

На листата на топ 10 најстари светски јазици кои се зборуваат и денеска е и македонскиот.

Еврејски јазик - Интересно нешто поврзано со еврејскиот јазик е тоа што престанал да се користи околу 400–та година и останал како литургиски јазик низ светот, но истиот „воскреснал" во 19–от и 20–от век и сега е официјален јазик јазик во Израел. Модерната верзија се разликува од библиската, но тие чиј мајчин јазик е еврејскиот лесно може да разберат и староеврејски.

Тамилски јазик - Тамилскиот јазик е јазик кој се зборува од 78 милиони луѓе и е признаен како официјален јазик во Индија, Шри Ланка и Сингапур. Тој е единствениот класичен јазик кој успеал да остане во употреба до денес.

Литвански јазик - Најголем дел од европските јазици припаѓаат на индоевропската група јазици, но сите биле еден јазик околу 3500 г.п.н.е. Литванскиот јазик е дел од балтичката група јазици во индоевропското семејство кој содржи најголем дел од протоиндоевропскиот јазик, старпот јазик кој се зборувал пред 3500 г.п.н.е.

Фарси - Овој јазик денес се зборува во Иран, Авганистан и Таџикистан, меѓу другото. Тој е, впрочем, персискиот јазик и е јазик кој се создал од старoперсискиот.

Исландски јазик – Овој јазик припаѓа на северногерманската гранка јазици во индоевропското семејство. Јазикот останал речиси непроменет од 14–от век.

Македонски јазик - Словенската група на јазици е релативно млада во однос на останатите јазични групи. Нашиот јазик е најблиску поврзан со стариот црковен словенски јазик и зачувал најмногу карактеристики на старословенскиот јазик, во споредба со останатите словенски јазици.

Баскиски јазик - Јазикот го зборуваат само мал број луѓе во Шпанија и Франција, но не е поврзан со романските јазици (како шпанскиот и францускиот), но и било кој друг јазик во светот. Тој претставува мистерија за лингвистите денес.

Фински јазик - Овој јазик прв пат бил запишан во 16–от век, но неговата историја оди многу порано. Сепак, финскиот јазик содржи многу позајмени зборови кои биле адаптирани низ вековите.

Грузиски јазик - Овој јазик е најголемиот јазик од групата на картвелски јазици. Тој е прекрасен јазик и има уникатна азбука која се смета дека започнала да се користи во 3–от век.

Ирски јазик - Само малку луѓе го користат ирскиот јазик како мајчин денес, но тој е многу стар јазик и постоел уште пред Германците да ја населат сегашна Велика Британија.

(податоци од интернет) **М.Б.**

ЗП Крива Паланка

Одбележана Неделата на грижа на стари лица во услови на пандемија

Современиот живот е во процес на демографска транзиција со пораст на населението во структурата на општеството, а намалување на бројот на младите. Тоа се случува во сите земји, така е и во нашата земја, а се очекува трендот на старо население да расте. Покрај помошта што ја обезбедуваат надлежните институции и грижата која ја даваат во услови на Ковид–19 е и во програмските активности на Црвен крст на РСМ. Во тие активности е вклучен и ОО на Црвен крст на Крива Паланка, кој особено се залага за развој на социјални сервиси за испорака на социјална и здравствена услуга за помош и грижа на стари лица–пензионери во домашни услови, со цел да се потенцираат значењето и потребата на зголемена интеграција на возрасните лица во општеството.

ОО на Црвен крст на Крива Паланка е вклучен на ниво на Црвен крст на РСМ во одбележување на неделата на грижа на стари лица од 16–ти до 22–ри ноември 2020 година со активности под мотото „Сите сме нивни деца". Акцијата се спроведе со заедничка иницијатива со УНФПА, каде што во текот на неделата со дваесет национални тимови беше спроведена хуманитарна услуга за набавка и достава на храна, средства за хигиена и лекови на постари и изнемоштени лица. За таа цел е и контакт телефонот 078 383860 од ОО на Црвен крст на Крива Паланка за координирање на тимовите. Во чест на неделата на грижа на стари лица градоначалникот Борјанчо Мицевски потпиша договор меѓу Општина Крива Паланка и Министерството за труд и социјална политика за развој на социјална услуга од видот помош и нега на стари лица во домашни услви. Висината на грантот е 11 034 000, а провајдер на услугите ќе биде ОО на Црвен крст на Крива Паланка. Услугата ќе обезбедува помош во вршење на основни инструментални активности од секојдневниот живот, а ќе ја остваруваат дваесет негуватели обучувани во траење од 80–сет часа месечно, а ќе бидат опфатени 40 стари лица. Проектот трае дваесет и четири месеци. При потпишувањето градоначалникот Мицевски со задоволство истакна: „Нека ова биде подарок во чест на Неделата на грижа за стари за старите лица."

Б.С.

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

ZEGIN ВАША СЕМЕЈНА АПТЕКА
ЕВРОБАЛКАНСКИ ЛИДЕР ВО ПРОМОЦИЈА НА НОВИ МОЛЕКУЛИ
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 ЃАВОЛСКА КАНЏА.
osteotend
30 bustine | 5,6 g
не содржи глутен
не содржи глукоза
не содржи лактоза
30 ќесички | 5.6 g
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 plantarm (CUL66) и Lactobacillus reuteri (NCIMB30242) корисни бактерии
Содржи хидрокситирозол (од лист од маслинка)
Витамин Б1 значаен за одржувањето на ормалната функција на срцето
една 30 КАПСУЛИ на ден

ЗП Радовиш и Конче

Одржана 13 седница на Извршниот одбор

Извршниот одбор на Здружението на пензионерите Радовиш и Конче, на 11.12.2020 година, ја одржа својата редовна 13–та седница во клубот на огранокот во Радовиш. На седницата беа присутни членовите на Извршниот одбор и претседателите на комисиите, а седницата ја раководеше претседателот на Здружението, Митко Стефанов. По усвојување на записникот од седницата на ИО, одржана на 21.8.2020 година, на разгледување и усвојување беа Предлог–програмата за работа на СПОРК – Радовиш и Конче како и Предлог–финансискиот план 2021 година.

Посебно место во програмата имаше работата на комисијата за станови и клубови во 2021 година, која ги има планирано следниве активности: покрај редовната грижа за тековно одржување на пензионерските станови и постојните клубови, во 2021 година се планира и отворање клуб на пензионерите во село Иљево, за што е добиена и просторија од Општина Радовиш, во Домот на култура во селото, а од Општина Конче е ветено дека ќе се добие просторија за клуб на пензионерите и во село Ракитец. Кога условите ќе дозволат, се планира отворање клуб и во село Подареш.

Во 2021 година, се планира и обновување на фасадата од источниот дел од зградата на Пензионерскиот дом, како и обелување на фасадата од западниот дел.

Со заземање ставови, донесување одлуки и со насоките на СЗПМ, се продлабочува соработката, а со организирањето на Регионалните и Републичките пензионерски спортски натпревари, како и ревиите на песни, музика и игри се остварува целта на заедничко дружење на пензионерите и збогатување на нивниот живот.

Соработката со другите здруженија од Републиката во 2021 година, останува како една од најмасовните активности на здружението. Соработката посебно се манифестира при организирањето на дружењата во природа, како и масовните пензионерски спортски натпревари од меѓуопштински, регионални и републички карактер.

Здружението ќе се потруди во 2021 година, оваа соработка да се подобри на меѓуопштински дружења и спортски натпревари. Беше разгледано и барањето од Комисијата за спорт за набавка на 3 воздушни пушки и понудите за набавка на 2 инвертер клима уреди и донесување одлука за набавка на истите.

Беше разгледано и предлог–барањето од 9–от огранок за организирање на регионална средба на пензионерите на 7–ми мај (Ѓурѓовден) во манастирот Св. Ѓоргија–Враштица, во месноста „Влашки колиби“ на езерото Мантово со покривање на дел од трошоците од Здружението.

Павлина Кошевец

ЗП Чаир

Рашид Идризи - активист за пример

Кога станува збор за поистакнати активисти во ЗП Чаир, без двоумење раководните луѓе на Здружението го посочија пензионерот Рашид Идризи, член на Комисијата за спорт и член на Собранието. Годините се нанижале, а тој како да не ги чувствува. Неговата виталност ме поттикна да поразговарам со него љубовта кон спортот од мали нозе, уште од школските денови, а посебно дисциплината скок од место, кога за време на одморите учениците се восхитувале на неговите успеси. Денес Идризи иако е во осмата деценија, е витален и активен и може да го сретнеме во Здружението или во неговиот дуќан. При средбата, од голема скромност срамежливо ги искажуваше своите активности, за работата и пензионерскиот живот. Додека раскажуваше ги разгледуваше сликите од бројните активности и настани и се потсети за многубројни убави мигови. Покрај спортската активност, познат е и како еден од најдобрите ТВ механичари. На спортот и на занаетот им го посветил својот живот, вели Рашид. Роден е во 1949 година, во село, Никиштани, Скопско. Во 1959 година се преселиле во Скопје каде ги завршува основното и средното образование. Во 1964 година започнува да го учи занаетот за ТВ механичар во „Радио Бран“, каде работел и татко му. Од 1973 година потполно му се посветува на занаетот кој го научил и наследил од неговиот татко и отвора свој дуќан во населбата Чаир. Добриот мајстор од сите бил баран. Во 2013 година се пензионирал и се вклучил во активностите на Здружението, а бизнисот го продолжува неговиот син Дритон кој е ракометен тренер и неговиот внук Енес кој е ракометар во РК Работнички. И Дритон и Енес го наследиле занаетот, но и љубовта кон спортот, на голема радост на Рашид, кој и денес дел од времето поминува во дуќанот и им помага. Со радост и полно срце вели:

– Тоа ни е фамилијарен бизнис, ама тука спаѓа и спортот. Пензионирањето уште повеќе ме доближи до спортот. Секогаш се натпреварувам со жар за секој освоен бод и сантиметар со цел да освојам повисоко место и за себе и за Здружението. Успесите не би ги постигнал без сестраната поддршка на раководството од Здружението. Во пензионерските денови таму го најдов мирот и спокојството, а со активното дружење и рекреирање ја надополнувам сликата на убавиот пензионерски живот. Кога се сака, сè се може, посебно ако за тоа постојат услови какви што ги пружа нашето Здружение, – вели неуморниот Рашид. Тој веќе шест години учествува на спортските натпревари во дисциплината скок од место, на регионално и републичко ниво и има освоено шест високи места на регионално ниво и едно трето место на републичко во 2014 година. Примерот на Рашид Идризи е доказ дека желбата за дружење и спортување на пензионерите не ги ограничуваат годините. Активностите на пензионерите носат здравје, а успесите задоволство и радост.

Васил Пачемски

ЗИП и ИТ БИП – Битола

Откажано чествување

Познати ни се тешкотиите низ кои поминуваат луѓето во нашата земја, но и во светот, во време на пандемијата од Ковид 19, особено кога тоа се однесува за лицата од третата доба, повозрасните. Но уште потешко им е на лицата со инвалидитет, оние кои едвај се справуваа со нивните проблеми и кога немаше пандемија, а сега уште повеќе, кои во потполност ги спроведуваат препораките кои доаѓаат од Министерството за здравство и оние од страна на матичните лекари.

Токму заради настанатата ситуација не се одржа ни традиционалната средба на Здруженијата на инвалидски пензионери. Средбата се одржуваше секоја година во првата недела на месец декември во Битола, со присуство на Здруженија од целата земја.

– Се трудиме максимално да ги спроведеме превентивните мерки кои се налагаат од Владата. Нашите членови се дисциплинирани во спроведувањето на мерките, иако се знае дека се тие најранливата категорија, како лица со посебни потреби, лица со инвалидитет. Ние како раководство на Здружението се трудиме да им излеземе во пресрет онолку колку ни дозволуваат можностите. Бидејќи не е дозволен контакт и собирање на луѓето, нашата канцеларија работи со намален интензитет. Најчесто контактираме и одредени проблеми решаваме телефонски. Нема некоја посебна институција или организација која може да ни пружи поголема помош. Разговаравме со Црвениот крст на Битола, но и тие каде побргу. Така останува проблемите да ги решаваме самите. Ете оваа година нема да го одржиме ниту редовното и традиционално дружење со нашите пријатели од сродните Здруженија, кое секоја година го одржувавме во Битола со присуство и до триста учесници, – ни посочи Виолета Настевска, претседател на Здружение на инвалидски пензионери и инвалиди на трудот БИП – Битола. Во Здружението има само неколку мина кои ги опслужуваат сите потреби. Во терен го затекнавме потпретседателот на Здружението Никола Матевски.

– Временски не сме во можност секаде да стасаме и да помогнеме бидејќи станува збор за повеќето неподвижни лица кои се наши членови. Што можеме, кога и колку можеме им се наоѓаме на оние што не се во состојба да се грижат самите за себе, –кратко ни изјави Матевски.

Оставени речиси сами на себе, без никаква институционална помош, со минимална грижа од најблиските, ако можат и тоа да го обезбедат, ги живеат овие пандемски денови и месеци членовите на Здружение на инвалидски пензионери и инвалиди на трудот БИП – Битола, со надеж дека сето ова има крај и ќе се подобрат условите.

Д. Тодоровски

ЗП Солидарност – Аеродром – Скопје

Утврдена Програмата за работа и Финансискиот план за 2021 година

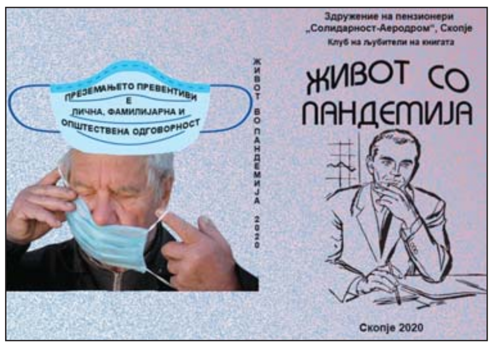
Извршниот одбор на ЗП Солидарност – Аеродром – Скопје на 08.12. 2020 година ја одржа својата 18–та редовна седница, на која седница беше поканет и претседателот на Собранието на здружението Тодор Тодоровски. Седницата се одржа со почитување на препораките на Министерството за здравство и Сојузот на здруженија на пензионери на Македонија за социјална дистанца и носење на заштитна маска.

На седницата беа разгледувани важни документи за нормално функционирање на здружението кои материјали претходно ги разгледаа и усвоија одборите на сите пет огранока на здружението. Утврден беше текстот на Програмата за работа на здружението за 2021 година и Финансискиот план на приходи и расходи на здружението за 2021 година. Документите ќе бидат доставени до Собранието на ЗП Солидарност–Аеродром–Скопје за усвојување. На оваа седница исто така беше донесена одлука за набавка на рекламен материјал, одлука за висината на благајничкиот максимум и одобрување на финансиски средства за организирање на прослави за одбележување на Денот на ограноците за 2021 година.

Г.К.

ЗП Солидарност – Аеродром – Скопје

Излезе од печат книгата „Живот со пандемија“



Во организација на Клубот на љубителите на книгата, при Здружението на пензионери Солидарност – Аеродром, Скопје, во ноември 2020 година, во издание на здружението, излезе од печат збирка на трудови од пензионери творци, на тема – Живот со пандемија. Во книгата се застапени повеќе од триесет творци – пензионери, кои на свој начин се искажуваат за животот, состојбите и проблемите наметнати од пандемијата Ковид 19. Книгата ја уреди редакциски одбор составен од: Проф. д–р Васил Тоциновски, Јован Мазгански и Благојка Филипчева. Издавачот и уредниците, топло им заблагодарува на сите автори кои се одважија да дадат свој придонес во најновата книга, која ќе остане како сведок на едно време, кога целокупните активности во општеството во Македонија, но и светот мораа да претрпат промени. Време кога производствените, услужните, верските, семејните и други обичаи мораа да претрпат рестрикции или да се откажат. Во рамките на тоа и многу организирани активности на пензионерите беа спречени да се реализираат. Тоа е време кога здруженијата и поединците на себе ја преземаа одговорноста за намалување или спречување на ширењето на по живот опасната епидемија.

Клубот на љубителите на книгата при ЗП Солидарност – Аеродром изразува голема благодарност до раководството на Здружението, а посебно на неговиот претседател Димитрија Богатиноски, за разбирањето и финансирањето на печатењето на книгата.

Напоменувам, дека сите активности во прибирањето на материјалите нивната компјутерска обработка, уредувањето и лекторирањето, се реализирани на волонтерска основа без никаква материјална награда. Покрај трудовите на авторите учесници, свој текст приложи и Претседателот на ЗП Солидарност – Аеродром Димитрија Богатиновски, како и текст насловен „За пандемијата и дејствувањето на поединецот“ од претседателот на Клубот љубители на книгата, Јован Мазгански.

Ј.М.

ЗП Кочани

Доделени 54 социјални пакети

Здружението на пензионери Кочани додели 54 пакети со прехранбени продукти на свои членови од социјално загрозена категорија. Секој пакет содржи по 5 кг грав, ориз, шеќер и 5 литри зејтин, во вредност од 1700 ден.

Доделувањето на пакетите е извршено на лица предложени од Одборите на ограноците на Здружението, а одобрено од соодветната надлежна Комисија за здравство и стандард.

Доставувањето на пакетите е извршено на домашна адреса на приматели со претходна телефонска најава да ги пречекаат доставувачите со носење на заштитна маска.

Доделувањето на социјални пакети е традиционална активност на ЗП Кочани кое се извршува веќе 10 години пред Новогодишните празници – рече претседателот на ЗП Кочани Ѓорѓи Серафимов.

ЗП Кочани, за свои заинтересирани и пријавени членови набави и им достави 64 свински полутки од до-

машен производител, по поволна цена и на рати. Набавката Здружението ја изврши од свињарската фарма во с. Смојмирово, Беровско во сопственост на фирмата „Трансфер – Комерц“ Берово, по цена од 190 ден/кг. со отплата на 3 рати.

А. Арсовски

ЗП Кисела Вода

Пензионер со успешни резултати во многу области

Богоја Јовановски, член на Здружението на пензионери Кисела Вода – Скопје е човек со многу успешни резултати во животот. По работниот век во ф–ка Охис, каде што е пензиониран, активно се вклучува во пензионерската организација. Како член во управните органи на ЗП Кисела Вода, го поставува проблемот за простор како предуслов за дружење на пензионерите, бидејќи се собирале под ведро небо и под дрвото пред Културниот дом. Поддржан од членовите на огранокот, набргу е добиен простор кој подоцна бил проширен и денес се користи.

Богоја е скромен, трудољубив и дружељубив човек. Слободното време го минува на добро организираниот имот каде што одгледува овошки (цреши, јаболка, сливи и др.) за потребите на семејството. Треба да се одбележи и интересот на Богоја за калемењето и познат на сите во околината. Подготвува калеми за овошни дрвја кои даваат квалитетен род и се во дворовите на многу викенд–куќи во тој крај. Во родното Соње е ценет и почитуван. Активно учествувал во одбори за изградба на пат во селото, водовод, новата црква и друго.

Од млади години ја сакал поезијата и оттогаш почнал да пишува стихови. Како работник во Охис учествувал на поетски читања во фабриката и на меѓуфабрички рецитали на државно ниво. Неговите стихови биле топло поздравени од публиката и печатени во фабричките билтени. Благоја ја проучува и историјата на својот народ, на Македонија како библиска земја од каде почнува христијанството. Пишува за Александар Македонски и неговиот татко Филип, за цар Самуил, Кирил и Методиј, Климент и Наум, Гоце, Даме, Питу Гули, Карев и за револуционери од НОБ. Пишува за природата, екологијата, фауната и флората на Македонија и за сè што го опкружува. Зборува и пишува дека Македонија и народот во неа опстојуваат со векови и имаат свој идентитет и македонски јазик. Подготвува збирка со свои творби и се надева оти наскоро ќе излезе од печат.

Василка Топаловска

Согласно со член 15 став 1 алинеја 1, а во врска со член 24 став 1 алинеја 7 од Статутот на Сојузот на здруженија на пензионерите на Македонија, Собранието на Сојузот на седницата на 22.12.2020 година, донесе:

ПРОГРАМА
ЗА РАБОТА НА СОЈУЗОТ НА ЗДРУЖЕНИЈА НА ПЕНЗИОНЕРИТЕ НА МАКЕДОНИЈА, ЗА 2021 ГОДИНА

I ВОВЕД

Со Статутот на Сојузот на здруженија на пензионерите на Македонија се утврдени целите и дејностите, организационата поставеност и функционирањето на Сојузот. За остварување на целите и задачите Сојузот ги реализира преку годишна Програма за работа со извршување постојани активности на Сојузот и активности кои се карактеристични само за соодветната година. Заради важноста на Програмата како значаен документ ја донесува Собранието на СЗПМ, а претседателот на Извршниот одбор организира подготвување и извршување на програмираните задачи.

Во извршување на програмираните активности како носители се органите и работните тела на СЗПМ во соработка со здруженијата на пензионери – членки на СЗПМ.

II МОМЕНТАЛНА СОСТОЈБА

Она што е карактеристично за оваа програма што се подготвува во година во која владее пандемија Ковид–19 што неминовно ќе се одрази и на содржината на активностите содржани во истата. Некои од нив ќе мора да бидат адекватни на постојните услови наметнати од пандемијата.

Во Сојузот како невладина, непартиска и мултиетничка организација има 53 здруженија на пензионери во кои членуваат корисници на старосна, семејна и инвалидска пензија, со над 280 000 членови – пензионери.

Моменталната состојба наметнува особено ангажирање на Сојузот во грижата за превентива на корисниците на пензија од Ковид–19, со благовремено известување на здруженијата за сите мерки кои се преземаат за заштита од пандемијата.

III ЦЕЛИ НА ПРОГРАМАТА

Со оваа програма се утврдуваат активности кои ќе имаат цел остварување на целите и задачите утврдени со членот 11 од Статутот на СЗПМ како што е следење на остварување на уставните и законските права на корисниците на пензија, заштита и промоција на социјалните права и интересите на пензионерите, унапредување на социјалната положба и интеграција и подобрување на животниот стандард на корисниците на пензија. Улогата на Сојузот и во оваа година ќе продолжи да ги промовира правата и интересите на пензионерите со преземање разни иницијативи за измена на законските прописи и со различни активности ќе учествува во градење на јавното мислење и креирање на политиките кои се однесуваат на пензионерите.

Значајна цел е и оваа година да продолжи претставување на правата и интересите на пензионерите пред државните органи во заштита и унапредување на правата од пензиското и инвалидското осигурување, остварување на поцелосна и поквалитетна здравствена заштита, збогатување и унапредување на културните, спортските и социјално–хуманитарните потреби на пензионерите.

IV СЛЕДЕЊЕ И РЕАЛИЗАЦИЈА НА ПРОГРАМАТА (МОНОТОРИНГ И ЕВАЛУАЦИЈА)

Моноторинг и евалуација се во надлежност на Извршниот одбор на СЗПМ кој преку информации, периодични извештаи и годишен извештај дава отчет на извршување на задачите програмирани за соодветната година. Се согледува извршување на предвидените активности или пак се изнесуваат причините поради кои одредени активности не биле извршени. За таква состојба пример е 2020 година во која повеќе активности не беа реализирани како последица на пандемијата Ковид–19.

V ФИНАНСИРАЊЕ НА ПРОГРАМАТА

Средствата за финансирање на Програмата се предвидени со Финансискиот план на СЗПМ за 2021 година. Средствата ќе се обезбедат дел од членарината на здруженијата како изворен приход, донации, проекти, реклами и др.

VI ПЛАНИРАНИ АКТИВНОСТИ

1. Заштита на правата од пензиското и инвалидското осигурување

– Оваа активност опфаќа заложби на Сојузот за редовна исплата и усогласување на пензиите;

– тековно следење на движењето на параметрите за усогласување на пензиите, соодносот на пензијата и просечната плата како мерило за вредноста на пензијата;

– подготвување на согледувања и информации за движењето на осигурениците и корисниците на пензија како битни елементи за обезбедување средства за исплата на пензиите (сооднос осигуреник/пензионер);

– давање мислење по предлози за измена и дополнување на ЗПИО и други закони, особено кога тоа е од значење за обезбедување материјална и социјална сигурност на пензионерите.

2. Здравствено осигурување и здравствена заштита

– Натамошна заложба на СЗПМ за ослободување на пензионерите од целосна партиципација почнувајќи од дијагностика до болничко лекување;

– до целосно ослободување од партиципација СЗПМ како програмска задача предлага и побара лимитот за ослободување на пензионерите од болничка партиципација од 14.000 да се зголеми на 17.000 денари – пензија;

– редовно ажурирање на Позитивната листа на лекови со лекови согласно со достигнувањата во медицинската наука;

– целосна покриеност на руралните средини со теренски доктор и подвижна аптека;

– можност пензионерите да се лекуваат и во приватни болници со доплата на разликата од државната до цената во приватните медицински установи.

3. Спортските и културните активности на пензионерите

– Во 2021 година овие активности ќе се одвиваат во зависност од пандемијата Ковид–19;

– доколку сè уште имаме пандемија културните активности – Регионалните и Републичката ревија ќе се одвиваат со редуцирана содржина со примена на сите превентивни мерки на заштита, како и доставените насоки за 2020 година;

– за сорџината и квалитетот на ревиите да се имаат предвид Препораките од советодавниот состанок одржан со домаќините на ревиите бр. 02–06/7–2 од 8.2.2018 година;

– за спроведување на спортските активности ќе се изработат нови насоки кои ќе одговараат на условите од аспект на пандемијата Ковид–19.

4. Пензионерски односно старски домови и сервиси за социјално домување

– Во 2020 година Извршниот одбор усвои Информација за состојбите и функционирањето на пензионерските и старските домови и ја достави до надлежните државни органи;

– Сојузот ќе го следи постапувањето по оваа Информација која како документ содржи податоци, станбени единици, број сместени пензионери, како и проблемите во нивното функционирање;

– соработка со здруженијата преку работни средби со градоначалниците во општините за унапредување на соработката во интерес на пензионерите како возрасни граѓани на општината.

5. Согледување на функционирањето на Волонтерството по здруженија на пензионери

– Волонтерството е основна карактеристика на секоја граѓанска организација и затоа во 2021 година ќе се согледа како функционира во повеќе сегменти во здруженијата и Сојузот;

– колку волонтерството како давање услуги на пензионерите по здруженија е застапено и се практикува во редовното работење на здруженијата на пензионери. И во оваа година на здруженијата повторно ќе биде оставен проектот – Волонтерство, подготвен и усвоен од Извршниот одбор на СЗПМ;

– развивањето на волонтерството што особено како потреба се наметна во услови на пандемија;

– создавање услови за одвивање на волонтерството (подготвена сопствена програма на здруженијата на пензионери, наградување, контрола).

6. Следење на воведување на Пензионерската социјална карта

– Постојано ќе се следи воведувањето на овој социјален документ во здруженијата на пензионери Кисела Вода, Валандово и Битола;

– здруженијата на пензионери кои во текот на 2021 година ќе започнат со воведување на Пензионерската социјална карта СЗПМ ќе ги извршува договорените обврски согласно со актите на Извршниот одбор (едукација, материјали).

7. Активности за заштита на човековата околина

– Се грижи во унапредување на животната средина во соработка со надлежните органи;

– подготвување промотивен материјал за подигање на свеста за зачувување здрава околина што е особено важно за пензионерите;

– давање препораки до здруженијата на пензионери во организирање сопствени и инклузивни активности во општината кога се организираат еколошки акции.

8. Состаноци со претседателите на здруженијата

– Заеднички средби со претседателите на здруженијата на пензионери;

– работни средби во здруженија на пензионери;

– на состаноците односно средбите ќе се разгледуваат прашања битни за сите здруженија и посебно за одделни здруженија на пензионери.

9. Информирање за работата на Регистрираната организација за солидарен фонд и членарина

– Решавање актуелни прашања од работата на оваа организација;

– состојбата со уточнување на податоците за членовите по здруженија;

– соработка со инвалидските сојузи;

– реализација на договорот со Фондот на ПИОМ за размена на податоци.

10. Организирање на работилници за финансиско работење

– Информирање на здруженијата на пензионери за новини во финансиското работење;

– водење евиденција во чекор со новините во финансиската сфера;

– решавање или поведување иницијативи за унапредување на оваа област во интерес на здруженијата на пензионери.

11. Организирање работилници со дописниците на весникот „Пензионер плус"

– Подобрување на содржината на весникот „Пензионер плус";

– акцент да се стави со подготвување критички текстови на пензионерското организирање;

– актуелни текстови поврзани со материјалниот и социјалниот статус на пензионерите;

– дописи за станбените единици каде што живеат пензионерите и колку им се посветува внимание на пензионерите;

– улогата на општината во унапредување на пензионерското организирање со доследна примена на членот 22 од Законот за локална самоуправа.

12. Поттикнување и поддршка на издавачката дејност и творештвото

– Сојузот и во 2021 година ќе продолжи да ја поддржува издавачката дејност и творештвото;

– ќе се поттикнува творештвото особено во услови на пандемија бидејќи помага полесно да се надмине осаменоста, а творештвото зад себе ќе остави трајни вредности.

13. Координативно тело на Активи на пензионерки

– Се очекува и во 2021 година Активите на пензионерки да ја практикуваат социјално–хуманитарната дејност особено на осамени и пензионери од рурални средини;

– Активите на пензионерки и во 2021 година ќе бидат моторна сила на практикување на принципите на заемност и солидарност бидејќи пензионерот знае кога треба да помогне на друг оти и тој може да се најде во ситуација да побара помош од друг пензионер;

– размена на искуства и соработка меѓу активите во текот на годината;

– соработка со други организации кои работат со стари лица.

14. Заштита од семејно насилство и дискриминација

– Во 2021 година во фокусот ќе биде и доследна примена на новиот Закон за заштита од дискриминација што подразбира исклучување, разликување и ограничување, вознемирување на одредена целна група, а наша заложба е тоа да не бидат пензионерите;

– значајно е и следење на Законот за заштита од семејно насилство што подразбира заштита од малтретирање, повредување, загрозување, физичко и економско насилство на пензионерската популација како ризична целна група;

– препораки до здруженијата на пензионери за одржување предавања односно информирање како да се заштитат од семејно насилство и дискриминација со користење на предвидените казнени механизми за заштита.

15. Соработка со владини и невладини организации и институции

– Соработка со државните органи особено со Министерството за труд и социјална политика, Министерството за здравство и др.;

– соработка со Фондот на ПИОМ особено во делот на размена на податоците и доставување на средствата на име членарина;

– соработка со Црвениот крст на централно и локално ниво;

– соработка со ЗЕЛС како асоцијација на општините во државата.

16. Меѓународна соработка со другите сојузи во нашето опкружување

– Во 2021 ќе се одвива и меѓународната соработка доколку тоа го овозможи пандемијата;

– учество на фестивалот „Трето животно доба" во Љубљана.

17. Информирање во СЗПМ и пошироката јавност

– Во 2020, кога цела година е со пандемија Ковид–19, се покажа колку е важно информирањето и со коешто темпо ќе се продолжи и во 2021 година;

– весникот „Пензионер плус" ќе биде столбот на информирањето на пензионерите и во 2021 година;

– здруженијата на пензионери да изнајдат начини како весникот „Пензионер плус" да биде достапен на пензионерите;

– во 2021 година ќе се реализираат и потстраниците на голем број здруженија во насока на заемна информираност на Сојузот и здруженијата.

18. Компјутерско описменување на пензионерите

19. Да се продолжи со иницијативата за донесување на Закон за пензионерско организирање во Македонија.

– Во 2020 година СЗПМ согласно со Програмата за работа за таа година подготви Прирачник за компјутерско описменување на пензионерите, кој беше доставен до сите здруженија на пензионери;

– По потреба може од страна на СЗПМ да се одржат и соодветни работилници и евалуација на резултатите од Прирачникот.

VII

Програмата е од отворен карактер и може да се дополнува во текот на годината со прашања кои ќе се наметнат со својата актуелност.

VIII

Програмата е основа за подготвување на Финансискиот план за 2021 година.

За реализација на оваа Програма надлежните органи и тела ќе поднесуваат периодичен и годишен извештај.

IX

Оваа Програма влегува во сила од денот на донесувањето и ќе биде објавена во весникот „Пензионер плус" и веб–страницата на СЗПМ.

Скопје, декември 2020 година

ЗП Куманово

Бедри Рустеми - пензионер со големо хумано срце

Пензионерот Бедри Рустеми (1944) од Куманово последните 12 години, од 2008 година, ги живее пензионерските денови и е еден од ретките луѓе во државата кој речиси целиот свој животен век го поминал во организирање и посредување при доделување на хуманитарна помош како на физичи лица, така и на многу правни субјекти како општините, здравствените и образовните институции, па и за некои верски објекти. Со хуманитарна работа почнал да се занимава уште на млади години кога станал член на Црвениот крст во Куманово и како возач во Медицинскиот центар во Куманово имал прилика да ги согледа сите потреби и недостатоци од медицинска опрема неопходна за давање на медицинска помош на болни луѓе. Подоцна во својата долга и богата работа како хуманитерен работник преку Црвениот крст од Куманово станал претставник за западните земји од Европа за Македонија, па остварил многу контакти и соработка со меѓународни хуманитарни организации во Германија, Австрија, Холандија, Норвешка и со други земји. За здравствените и образовни установи успеал да обезбеди преку 200 хуманитарни возила, медицинска и школска опрема за потребите на општините Скопје, Куманово, Струга, Берово, Тетово, Гостивар, Виница, Свети Николе, Липково и за други македонски општини. Заедно со хуманитарната работа пензионерот Бедри Рустеми многу години, па денес е активен и во општественоот живот во државата. Станува збор за човек со позитивна енергија, а за него постојат само добри и лоши луѓе чија мера се нивните хумани вредности за кои од многу општини има добиено и недоброј благодарници. **Т.Д.**

ЗП Штип

Несекојдневно хоби на Димитар Јаковлев

Димитар Јаковлевв во пензија заминал од МВР во 2016 година, а за секретар на Здружението е избран во 2019 година. Во разговор со овој скромен човек, дознав за неговото несекојдневно хоби – радиоаматерство. Го замолив да ни каже нешто за неговото несекојдневно хоби.

Радиоаматерството не е едноставно хоби и за тоа е потребно да имаш специјална опрема: радиопредавател и микрофон, но и да ја знаеш морзеовата азбука, како и некој странски јазик. За среќа јас ги владеам рускиот и англискиот јазик, со кои воспоставувам врска со целиот свет. Некои делови од опремата ги правам сам, а некои ги набавувам во размена со колегите радиоаматери од целиот свет. Инаку, сè започна во Народна техника во Штип пред 30 години, каде ги научив основните работи, а денес тоа е мое хоби кое ми го исполнува слободното време како пензионер. Го сакам радиоаматерството, а за него е потребно многу љубов, трпение и желба за нови сознанија и пријателства. Може да кажам, дека преку него запознав многу активни пензионери радиоаматери со кои станавме пријатели, ја продолжуваме соработката, а кога можеме да помогнеме, се чувствуваме исполнети. Во Штип ја добив наградата за „Хумано дело“, за набавка на редок лек кој го најдовме преку поврзување со радиоаматери од целиот свет. Имам добиено прво и второ место во Европа, а оваа 2020 година во организација на Америка, во конкуренција на 200 радиотелеграфисти го освоив првото место. Кога оваа дисциплина ќе ти влезе во дамарите нè те напушта. Тоа бара следење на новите модерни текови на радиоаматеризмот и воспоставување комуникација со голем број пензионери. И покрај полесниот пат на поврзување со интернет кој стана достапен за целиот свет, радиоаматерството сепак опстанува. Големо задоволство е да воспоставиш врски, да размениш мислење и да соопштиш среќен настан, а да најдеш редок лек и да спасиш нечиј живот е голема духовна сатисфакција“, вели Јаковлев.

Цвета Спасикова

ЗП Демир Хисар

Пчеларството во гените

„Ако ги снема пчелите, ќе го снема светот“.

Васил Здравевски потекнува од пчеларска фамилија, а оваа година се навршуваат 45 години откако се занимава со пчеларство. Првото искуство со пчелите го стекнал уште како младо момче, кога првата кошница со пчели му ја подарила баба му Тана, која во фамилијата на Здравевци била „главен“ пчелар, а со пчеларство се занимавале неговиот татко и неговите двајца браќа. Сега со 40 сандаци со пчели, а пред неколку години имал 80, Васил е еден од неколкуте демирхисарски пчеларски профисионалци во секаква смисла на зборот, така што слободно можеме да кажеме дека е вистински пример за успешен човек и чиста пчеларска душа. Роден е пред 78 години во селото на учителите и писателите – Бабино. Основното образование го завршил во с. Загориче, средното во Битола, а Вишата економска школа во Прилеп. Работниот век го поминал на неколку работни места. Пчелните семејства му се во месноста Мраморица, оддалечена 6 км од градот. Ни вели дека ова е добра и медоносна локација за пчелните друштва, опкружена со многу багрем, даб, липа, ливади, разни четинари итн. Додека разговараме во неговата викендичка, сопругата Елена, на масата не послужува со преубав дабов мед во пита.

– Убаво е да се одгледуваат пчели, но тоа, како и се друго, бара знаење и работа. За мене, благодат е и самото брмчење на пчелите. Уживам кога ги слушам и гледам како работат, воопшто не ме заморува работата, грижата и вниманието околу нив. Работата со пчелите ми ги исполнува пензионерските денови, но многу ми помага и финансиски. Слободно можеме да кажеме дека едно четворочлено семејство убаво може да живее само од 100 – 150 пчелни друштва, но услов е тоа да не биде само производство на мед, туку да се вклучи и производство на полен, матичен млеч, роеви, прополис, пчелин отров и др. – вели Васил.

Со текот на годините Васил набавил секакви машини, алат и прибор, па така, сандците и рамките ги изработува самиот. Откако почнал со пчеларство, сериозно навлегол во светот на пчелите, а со текот на времето тоа станали и бизнис, љубов, предизвик.

– Васил без пчелите не може да го замисли денот, – на шега ни вели неговата сопруга, која и самата е пчелар. Чичко Васил не крие дека најсреќен и најсмирен е кога е во пчеларникот, помеѓу овие најблагородни работнички. Тој многу читал, истражувал, експериментирал, одел на саеми и сл. Сè уште добро ја памети далечната 1995 год. кога од 40 сандаци со пчели исцедил 1.5 т мед. Поради неповолните климатски услови и поради друго, од 1999 год. па наваму, се потешко е за пчеларење.

– Чудни години се овие последниве. Слабо е со нектар, а и пашата е недоволна. Помина тоа време кога Љубљански „Медекс“ немаше толку садови да го собере целиот мед за да го откупи колку што имаше мед – на шега ни вели. Покрај пчеларството како хоби, Васил е член на ИО на ЗП Демир Хисар, крводарител, активист во Црвениот крст и единствениот демирхисарец кој му бил гостин на Тито. **Зоран Стевановски**

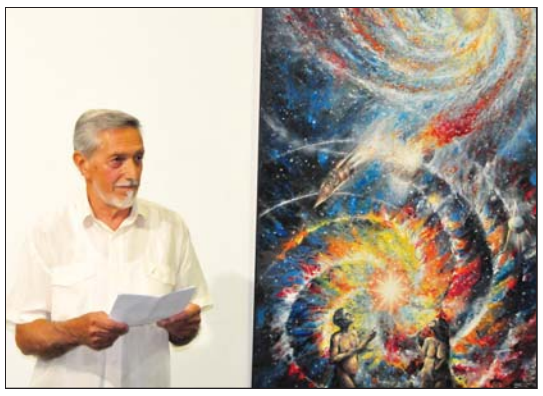
Александар Настески, пензионер, ликовен уметник и истражувач

Симболите на карпите и космосот - преокупација

Тетовскиот академски сликар Александар Настески веќе неколку децении во теоречката преокупација му се симболите на карпите и космосот, кои му се инспирација за неговото уметничко творештво, а истовремено и истражувачка работа. Неуморен е во потрагите, а особено му се блиски карпите по Шар Планина – по коритото на реката Пена и оние во околината на шарпланинското село Сетоле. Во разговорот тој истакнува дека сега, како пензионер, има доволно време да се посвети и на двете тематски преокупации и своите видувања и истражувања вешто и во висок уметнички дострел да ги пренесе на неговите платна и претсави пред љубителите на ликовната уметност, не само во Тетово и Скопје, туку и надвор од границите на нашата земја.

Александар Настески до сега учествувал на повеќе заеднички изложби во организација на ДЛУМ и ЗЛУТ, претставувајќи се со свои уметнички дела и на изложби во Париз, Кањсур, Капо ди Понте. Во претставувањето пред ликовниот свет во своето Тетово и пошироко, реализирал 30 самостојни изложби. Сега, како пензионер, негова најголема преокупација е да го одбележи својот јубилеј – 50 години ликовно творештво.

Во првите години од ликовното творештво на Настески тематска преокупација му е Тетово со своите питорескни улици, сокаци, порти и балкони, а Шар Планина со возбудливите видици, клисури, реки, во огномет од бои, шумолења, тишини, како и старото Тетово, што постепено исчезнува, истакнувајќи ја носталгијата. Уметничките творби остануваат како сведоци на едно поинакво Тетово, кое сега го надвиснуваат високоградби, заменувајќи ги некогашните чардаци, а асфалтот ги покрива познатите авлии... Посебно се познати неговите порти, како единечни или диптих творби и кои сега ги украсуваат многу домови и организации низ Тетово и пошироко.



„Уште како студент на Академијата за применета уметност во Белград, дојдов до сознанија преку списанија за одредени револуционери, сфаќања и погледи за историјата на човештвото, за уметноста во далечната историја, за стариот век и подоцна. Се појавија храбри истражувачи и научници за развојот, историјата и културата на човештвото, за многубројните митови, цртежи во пештерите и карпите, огромен број слики и скулптури во гробниците на старите народи, како и претстави за вселенски летала на фреските и иконите од средновековието. Во оваа насока најспектакларен пример е црквата во Високи Дечани со фреската „Распетие Христово“, каде што екслицитно се прикажани две вселенски летала, вели овој уметник.

Според Настески, карпите покрај речните корита во Македонија, по планините преплавени се со необични и загадочни знаци, некакви навидум гребнатинки, стапала, на животни и луѓе, гравури, сончеви тркала, крстови – прецизно изработени во вдлабнатините на камените карпи.

„Ова е непроценливо богатство на сите нас и време е да се направи нешто во насока на валоризација на ова богатство“, истакнува уметникот. Тој вели дека на три карпи по долината на реката Пена или други локалитети на Шар Планина, откриени биле фигури на змии со големина речиси од два метри, на друга карпа видливи биле повеќе пиктажи на змии, а кај селото Сетоле, на „Маркова Карпа“, на една композиција бил идентификуван лик на големиот дух – заштитник, кој на место глава имало човечки череп со лак и стрела во неговата рака и лик на новороденче со глава на волк.

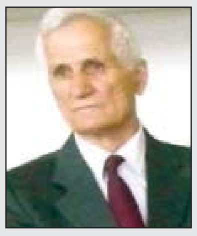
Александар Настоски, заедно со Душко Алексовски, инаку откривач на карпестата уметност во нашата земја, биле единствените претставници од Македонија на светски симпозиум за праисториската уметност, одржан во Карпи ди Понте (Северна Италија), одржан порд покровителство на УНЕСКО. Притоа, настапил и Настески кој посебно се задржал на две ритуални карпи по реката Пена: „Адам од Пена“, која се наоѓа во месноста Бањиче, каде што се издига една од најголемите карпи позната како „Илјадница“ и втората која е само на пет метри понагоре. И двете карпи имаат уметничка вредност и сведочат за некое дамнешно време. На симпозиумот во Капо ди Понте (2011 година), било оценето дека „ваквите и слични ритуали карпести композиции претставуваат огромно богатство кое треба да се проучи и заштети“.

Во наредните пензионерски години, Александар Настески најавува уште поголемо ангажирање во уметничкото творештво со доминантна преокупација на карпестата уметност и космосот.

Гојко Ефтоски

IN MEMORIAM

Почина Стојан Соколовски, претседател на Собранието на ЗП Тетово



На 24. ноември годинава на 74 годишна возраст почина Стојан Соколовски, претседател на Собранието на ЗП Тетово и долгогодишен активист во пензионерската организација во градот под Шар Планина. На Здружението му пристапи во 2005 година. На почетокот беше активен учесник на пензионерските спортски игри, а потоа беше биран за член на Извршнот одбор на Собранието на ЗП Тетово. Смртта го затекна како претседател на Собранието.

ПЕНЗИОНЕР плус

Весник за сегашните и за идните пензионери

Издавач: СЗПМ

Година XIII – број 149
декември 2020 година

БЕСПЛАТЕН МЕСЕЧЕН ВЕСНИК

Издавачки совет:

Станка Трајкова (претседател)
м-р Илија Адамоски
Ментор Ќоку
Менка Темелковска
Д-р Веле Алексоски
Славко Трајкоски
Спирко Николовски ОВР
Гидо Бојчевски
Славко Марковски

Редакциски одбор:

Калина Сливовска - Андонова
главен и одговорен уредник;

Членови:
Баки Бакиу,
Верица Тоциновска,
Кирил Ристески
Фруска Костадинова
Јасмина Тодоровска
Лилјана Младеновска

Лектор:
Верица Тоциновска

Адреса:
СЗПМ Бул. „Кочо Рацин“
бр. 14 – Скопје
П.фах. 440

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

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

Компјутерска обработка:
Томе Ангеловски

Печати:
Печатница Серафимовски – Скопје

Дистрибуција: „Нова Македонија“

Ракописите и фотографиите не се враќаат.

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

Пробиштип

Активности на ОО Црвен крст во време на пандемија

Кога говориме за хуманитарни организации, најчесто за нивните хумани дела, особено денес кога се наоѓаме во услови на пандемија, ОО на Црвен крст во Пробиштип, почнувајќи од 10–ти март годинава, најголемиот дел од своите активности ги насочи за помош и заштита на старите, изнемоштени и социјални групи, од пандемијата од Ковид –19. По тој

повод разговаравме со секретарот на ОО Црвен крст Митко–Мики Атанасов за активностите во изминатите 9 месеци, односно за периодот кога нашата држава се соочи со опасниот вирус. Еве што ни кажа:

– Со самиот почеток на пандемијата, ги свикав тимовите кои постојат при нашата организација, се договоривме како ќе работиме, и кој тим со што ќе биде задолжен. Во прв план ни беше да ги заштитиме старите, изнемоштените, како и што треба да преземеме за да ги заштитиме нашите сограѓани. Еден од тимовите беше задолжен за делење средства за дезинфекција и лична заштита и беа поделени 2 500 заштитни маски, над 80 литри средства за дезинфекција и гелови. Покрај граѓаните од трета животна доба, со оваа активност беа опфатени и училиштата и детските градинки, како и 175 хронично болни, стари и изнемоштени лица, лица со посебни потреби и во изолација. Од почетокот на пандемијата ангажирана е и психотерапевтот Александра Миличинска–Панова, која преку телефон им дава психосоцијална поддршка на 82 лица преку разговори, совети и насоки како да се заштитат. Досега поделивме и 465 пакети со прехранбени артикли кои беа обезбедени 50% од Црвениот крст, а 50% од донации од приватни фирми од нашата Општина. Соработката со локалната самоуправа и градоначалникот Драган Анастасов е на високо ниво. Како резултат на тоа во едно село со претежно ромско и повеќедетно население поделивме прехрабени и пакети за лична хигиена на секое семејство. Донацијата беше од Општината Пробиштип и градоначалникот Анастасов. Во училиштата и градинките покрај дезинфекционите средства подделивме и 2000 маски и ракавици. За време на „Недела за грижа на стари лица“ со наши волонтери, медицински сестри и лекар посетивме 6 села во Општина Пробиштип и 4 во Општина Кратово. Во Пробиштипско беа посетени селата Пишица, Ратавица, Бучиште, Трипатанци, Добрево и Древено, а во Општина Кратово селата Страцин, Татомир, Железница и Туралево. При посета на овие рурални средини на старите лица им беа мерени притисок и шеќер во крвта, а докторот Ѓоко Аксентиев кој цело време беше дел од екипата, вршеше прегледи, а по потреба препишуваше и рецепти за лекови.

И редовните активности како што се крводарителството и теоретската обука за идните возачи се одвива според утврдениот план и секако со почитување на мерките против Ковид–19 донесени од Владата на Македонија. Во изминатото и во ова тримесечје имаме реализирано во Пробиштип и Кратово 19 крводарителски акции од кои се собрани 845 крвни единици. До крајот на годинава ни остануваат уште две крводарителски акции и сметам дека бројката на крвни единици ќе надмине 1000. Инаку планот и досега е исполнет и натфрлен, што не вбројува во 5–те најуспешни општини во нашата држава, на што секако сме горди. Кога сме кај крводарителството да споменам дека на светскиот ден за крводарување, градоначалникот на нашата Општина додели 5 телевизори на крводарители кои дарувале крв повеќе од 50 пати. Со други зборови заедно со Општината се грижиме за сите граѓани, а особено за највозрасните како едни од најзагрозените од Ковид–19. **М. Здравковска**

Здружение на воени пензионери на РМ

Седница во време на корона вирусот со примена на мерки на заштита

На 11.12.2020 година во просториите на Домот на АРМ во Скопје, се одржа 10 седница на Извршниот одбор на Здружението на воени пензионери на РМ во проширен состав, со која раководеше Ѓорѓи Зарински, претседателот на здружението и воедно на Извршниот одбор. На седницата присуствуваа претседавачот на Собранието Добре Ефремовски, претседателот на Надзорната комисија Божин Петрески, претседателите на ограноците Центар Јовица Пановски, Аеродром Јасмина Талаја, како и претседателите на комисиите и докажани активисти на здружението Милка Гирасова и Димче Галев.

На седницата, покрај другото, беа разгледани и усвоени извештаите за активностите на Здружението во изминатиот период во услови на пандемија, со констатација дека иако се работи во отежнати околности ентузијазмот на членството не спласнува.

Донесени се одлуки за доделување на еднократна парична помош на одредени членови кои ги исполнуваат условите предвидени во Статутот и разгледани се предлози и мислења за доделување на признанија на членови на Здружението по повод 10. Декември – Денот на Здружението. Исто така усвоени се актите и мерките за подготовки за одржување на Годишна седница на Собранието на ЗВП на РМ, како и разгледани се предлози и подготовки за измени и дополненија на Статутот на ЗВП на РМ во деловите кои во досегашната примена се покажале како недоволно јасни или нецелосно регулирани. Здружението на воени пензионери на РМ и во овие – отежнати услови, во рамките на своите можности, не прекинува со своите активности предвидени со одлуките и актите на органите и телата – согласно Статутот.

Милка Гирасова

Средба со Љубица Буба – Вујадиновиќ, нов делегат во СЗПМ од ЗП Куманово

Ќе се залагам за подобрување на статусот на пензионерите

Меѓу кумановските пензионери е позната како скромна, тивка жена, но кога одблиску ќе се сретнете со неа ќе запознаете цврста, одлучна личност, комуникативна, отворена и голем борец за женските права. Токму овие карактеристики беа пресудни при нејзиниот избор за делегат во СЗПМ од ЗП Куманово. На последната седница на Собранието на ЗПК, со акламација Љубица Буба–Вујадиновиќ ја избраа за претставник, а разговорот со оваа потврдена и афирмирана кумановска пензионерка го започнавме со честитката за новата функција со прашањето што таа ќе значи за неа лично, но и какви придобивки ќе треба да очекуваат кумановските пензионери во иднина?

– Благодарам за честитките, драго ми е што токму јас ја добив довербата на кумановските пензионери и ќе се залагам за достојно и одговорно промовирање на ЗП Куманово. Активно ќе учествувам во поставувањето и решавањето на проблемите со кои се соочуваат пензионерите, како и за подобрување на стандардот и нивната улога во општеството.

● **Работевте во образовниот процес, како го оценувате тој период?**

– Својот работен век го поминав во ОУ „Браќа Миладиновци“ во Куманово, како дефектолог во паралелки со децата со посебни потреби. Тоа е многу одговорна работа, која бара посебен ангажман и посветеност. Мојата професионална ангажираност токму заради несебично залагање и помагање на децата со посебни потреби беше наградена и со највисокото признание во 2008 година како најдобар просветен работник.

● **По пензионирањето, активно се вклучувате во културните активности на ЗП Куманово, присутни сте на сите приредби, концерти, претстави. Како ги поминувате денес пензионерските денови?**

– Пандемијата од корона вирусот за жал ги прекина речиси сите културни активности во Здружението, но, сепак, јас својот пензионерски живот го исполнувам со активности на социјалните мрежи, шетам, уживам со семејството. Инаку јас сум голем вљубеник во уметноста, боите, цвеќето, природата, убавината на светот преку моето срце, душа и очи. Мојата визија е свет без предрасуди, полн со хуманост, со почитување правата на секој поединец, за достоинствен живот на сите, а особено на најзагрозените категории и старите лица. Она што ме загрижува најмногу е каков свет ќе им оставиме на нашите поколенија.

● **Се занимавате со поезија, пеење, актерство, фолклор. Која е вашата најголема преокупација?**

– Да, точно е дека се ме интересира, и не можам да издвојам што повеќе ме преокупира. Сето она што го правам е со љубов, искрено, со многу емоции, со креативност, одговорност, со убавина и естетика. Со пишувањето поезија се занимавам од средношколски денови, но верувајте никогаш не бев подготвена да ја поделам својата поезија со други луѓе. Но, денес, како пензионерка, одлучив дека преку напишаното ќе можам да проговорам за себе, за свој сензибилитет и за сето она што ме тангира како жена, мајка, баба. Кога човекот има долг живот, теми и инспирации никогаш нема да недостасуваат, ќе се сложите со мене, зар не? Инаку, – долги години сум член на хорот „Марија Магдалена“ на црквата „Свети Никола“ во Куманово, така што веднаш по пензионирањето логично беше да се вклучам во хорот и како солист. Љубител сум и на фолклорот и традициите, со гордост ги негувам народните обичаи и сметам дека за нас пензионерите негувањето на фолклорот е враќање кон нашите културни корени.

● **Се докажавте и на театарската сцена, како одлична актерка со ангелски глас, толкувајќи го ликот на Коштана?**

– Улогата на Коштана ми е доверена првенствено заради гласот, немав никакви актерски способности. Многу ми помогнаа во претставата режисерот Стое Додевски и актерот Борко Стојановски (Митке), и благодарејќи на нивната несебична поддршка и знаење, успеав овој лик да го претставам на најдобар можен начин. За жал, главниот актер на улогата Митке, Стојановски неодамна почина и се надевам дека Коштана ќе доживее нови репризни изданија во спомен на прерано починатиот Митке.

● **Да го завршиме разговорот со вообичаено прашање, како ќе ги креирате вашите пензионерски денови во иднина?**

– На годините треба да се додаде животот, а не години на животот. Ќе завршам со овој цитат: Постојат луѓе кои ги формираат своите животи плашејќи се од смртта и луѓе кои ги обликуваат своите животи радувајќи му се на животот. Првите живеат умирајќи, а другите живеејќи. Бездруго кога ќе умрам јас имам намера да умрам живеејќи. (Хорације Кален). На сите пензионери им посакувам добро здравје, благосостојба, весели семејни среќни моменти со најмилите, почитувајте ги препораките за Ковид–19, чувајте го своето здравје, радувајте му се на животот. **Јасмина Тодоровска**

Пензионерка чие име е љубов

Самото име кажува, Љубинка. Понекогаш името многу кажува за личноста. Кумовите го даваат името ја загатнуваат личноста и ѝ даваат задача. Некои имиња се обоеност на личноста или нејзини нијанси. Не е добро ако животот ти стане антипод на името. Пензионерката Љубинка е чудно поврзана со мојот живот. Впрочем таа веќе си замина минатата година. Го носеше името и со него сееше љубов. Таа ми беше професорка на факултет и секоја средба и дружење со неа и со нејзината внука оставија траен печат во мојот живот. Бевме заедно со нив јас и мојот иден сопруг на симпозиум во близината на Прилеп. Собирот третираше теми актуелни за денешното време. Професорката немаше предавање, таа беше гостинка. Сепак, од неа секако има што да се научи, дури и при секојдневно пријателско дружење. Се случи така што заедно си одевме дома. Патувавме со воз. Таа стануваше на секоја станица да види како се вика селото. Тогаш рече нешто што не можев да го поврзам најдобро со нејзината личност: „Сакам да ги знам сите македонски села“.

Патувањето беше пријатно, а таа мајчински не прегрна сите и убаво се чувствувавме.

Кога се роди моето прво дете, ја издаде својата најзначајна книга. Ме повика на промцијата и јас не знам зошто не отидов. Сега ми е многу жал. Таа со својата несебичност и широкоградост ми помогна со мојата дипломска работа. Ми даде еден преубав текст кој имаше некои специфичности и ми беше големо задоволство да го работам. Од душа и благодарам иако не знаев никогаш како да го изразам тоа, додека беше жива.

Еднаш отидов со маж ми и моето мало дете кај неа на гости. Живееше во Градскиот ѕид. Таму не пречека нејзината пудлица и што е најинтересно ја видовме порасната нејзината внука, онаа која ја запознавме на симпозиумот пред многу години. Потоа се случија тешки моменти во животот на Љубинка. Снаата го изгуби детето при нејзината втора бременост, а таа пак го изгуби синот, кој не успеа да го види своето прво чедо. Не се видовме долго време. Ја сретнав на социјалните мрежи неколку години пред смртта и уште еднаш пред тоа на Велигден. Многу се радуваше на својата внука. Работеше на многу книги како пензионерка во својата трета доба и ги издаваше. Доживеа длабока старост и никогаш не го изгуби животниот елан. Беше врвен професионалец во својата професија, вљубеник во својата работа, со знаење кое несебично го даваше и со широко срце на мајка. Овој спој за мене е нешто највредно за денешната жена. Таа мора да има многу постигнувања за да го исполни својот долг кон семејството и општеството. Сепак, мојата професорка докажа со својот живот дека жената може да постигне многу. Една мудрост вели: „на сите им ја должиме љубовта на мајката“. Јас имав чест да познавам таква жена. Таа ми го осветлува патот и сознанието на неа ме прави подобар човек.

Маја Белева

ЗП Прилеп

Да не се заборави занаетот

Во секојдневни рекламни спотови на скоро сите телевизиски канали, на порталите и во весниците за најразновидни правосмукалки, парочистачи, „џогери“ и какви не „роботи“, машини за собирање на прашина и ѓубре, во Прилеп метларот Славе Конески го „негува“ и одржува метларскиот занает. „Ова е занает од мојот татко. Тој го работеше и ми го пренесе. Јас на почетокот не бев заинтереиран, се знае, кој млад човек, посебно со завршена виша школа и сигурна работа во Тутунскиот комбинат ќе му ја мисли на метлите. Но, откако почина татко ми, а јас отидов во пензија, за да не изумре овој занает во Прилеп, а и за дополнителен приход во семејството, решив да ја продолжам семејната традиција и да правам сламени метли. Можеби некој ќе рече не е тешко да се прават. За некого можеби не е којзнае каква мајсторија да се направи метла. Но, не е така. Метлите ги плетам рачно, рачно ги шијам, а имам само едно „самоделско“ мало машинче за стегање, врзување на рачките. Во градот пред петшест години имаше неколкумина, четворица занаетчии – метлари. Сега сум само јас. Не се исплаќа да се плетат сламени метли, посебно кога нема материјал, кога не се бараат. Сега се користат модерните пластични метли, како и повеќе машини за метење и собирање на ѓубрето. Некогаш не беше така. Во времето, во пазарен ден, среда и сабота, со татко ми продававме и до четиристотини метли. Се бараа, сега не. Ако се продадат десетина метли ’полна капа’. Од друга страна, материјалот многу одамна не се сее и произведува во Македонија. На времето и во Прилеп се сееше таква посебна слама за метли. Сега материјалот го набавувам од скопско Визбегово. Таму има уште три–четворица мајстори кои набавуваат материјал – слама од Банат, Војводина. Тие кажуваат дека некогаш во Скопје имало и четириесетина метлари. Сега тоа е минато,“ вели 68–годишниот пензионер Конески.

Има ли печалба? „Печалба во зима е студот, а во лето жештините. Скапо го набавувам материјалот, за една метла покрај работата набавувам материјал за две и пол евра, а една метла ја продаваме по двеста денари. И, сега прај му го есапот“, додава Конески кој секоја среда и сабота ги нуди своите метли под еден од подвозниците на Градското пазариште во Прилеп. „Има марифет во правењето метли. Не треба сламата да биде многу ’лута’, да се крши, тоа не чини зашто брзо се арчи метлата и останува само рачката. Треба да се знае како да се собере сламата и да се врзе целата метла во рачката, која сепак треба да биде ’нежна’ да не прави плускавци на рацете додека се мете“, додава смеејќи се единствениот метлар – занаетчија во Прилеп, Конески. **К. Ристески**

ЗП Битола

„Туѓината пуста да остане“ стави печат на неговата музичка кариера

Не постои љубител на народната музика што не ја знае песната „Туѓината пуста да остане“. На својот репертоар неа ја имале и најпознатите интерпретатори на народниот мелос, но малкумина знаат дека нејзин автор е Ристо Пулевски (86) роден во с. Ниже Поле, кој денес како пензионер живее во Битола. Тој во 1955 г. од родното село за да стигне навреме во 11 ч. да пее во живо на програмата на Радио Битола, патот го минувал со трчање. Подоцна, заедно со пејачите Ајри Демировски, познат со песната „Битола, мој роден крај“, Кочо Стојановски – Кочани, Аспасија Чамовска, дуетите Ѓорѓи Андреевски – Јорданка Куцулова и Цвета и Петар Павловски стануваат меѓу најслушаните интерпретатори на ова радио. Одржуваат концерти по селата, околните градови, а нешто подоцна и сами започнуваат да создаваат свои авторски народни песни.

– Во периодот кога многу наши граѓани започнаа да заминуваат во странство, јас покрај неколкуте други песни што ги создадов, започнав да ја пеам и мојата песна „Туѓината пуста да остане“. Таа стана многу барана во емисијата „Поздрави и честитки на наши слушатели“ зашто луѓето заминувајќи во странство сакаа со песни да се разделат од своите најблиски и сакани. Компонирав и други песни но „Туѓината пуста да остане“ на својот репертоар ја имаа и Васка Илиева, Виолета Томовска и други пејачи и групи – вели Пулевски.

Тој како член и пејач со оркестарот на Радио Битола настапуваше до 1962 г., а потоа самостојно ја продолжи својата кариера, пеејќи и влашки песни. Има снимено над 30–тина на грамофонски плочи, а професионално бил во установата за детски градинки „Естреја Овадија – Мара“. Се пензионира во 1990 г., но љубовта кон пеењето не го напушти.

Пред десетина години неговата песна „Дали знаеш, мила мајко, што сум несреќна“ на својот репертоар ја постави и светски познатиот пејач Питер Габриел, кој мислел дека песната е на друг автор, а не на Ристо Пулевски. За докажување на авторството што доживеа милионски тираж, Пулевски подигна и меѓународен спор, кој се одолжуваше без решение какво што се очекуваше. Така за авторот Ристо Пулевски дознаа и други љубители на убавата песна, но тој од сето тоа немаше никаква материјална придобивка.

– Не само јас, туку и останатите тогашни пејачи на Радио Битола пеевме од љубов, не мислејќи на некаква заработувачка. Таа љубов јас сѐ уште ја негувам, настапувам на јавни собири со пеење на македонски и влашки песни. Со неодамна починатиот Панде Коминовски – Пашата од с. Буково имаме снимено заедничка плоча, а сум пеел во дует и со други пејачи – истакнува Пулевски.

Тој пензионерските денови не ги минува само во сеќавање на минатото, туку настапува и пред публика која не може да ги заборави неговите антологиски изданија. Сепак, мнозинма сметаат дека со песната „Туѓината пуста да остане“, Ристо Пулевски стави неизбришлив печат на својата богата музичка кариера.

П. Ставрев

„Сликање со светлина“ од проф. д-р Цветан Гавровски

Издавачката куќа „Матица македонска“ ја објави книгата „Сликање со светлина“ од Цветан Гавровски, национален мајстор на фотографијата и ЕФИАП на светската федерација на фотографска уметност. На 370 страници со двата циклуса, црно–бело и колор, во книгата се репродуцирани околу 200 фотографии со краток наратив. Трудот е на македонски и на англиски јазик со текст за авторско видување на креативната фотографија како ликовно изразно средство. Гавровски е уметнички фотограф, со 40 години творечко присуство во светот создаден низ објективот на фотографскиот апарат и е еден од најекспонираните автори од Македонија. Тој ги открива тајните и на својот „фотографски рапкопис“ и кои се неговите авторски стремежи. „Најмногу сакам преку фотографијата да ги прикажам атмосферата и времето. Тие ја објаснуваат сегашноста. Утре најверојатно ќе бидат исправени пред барање да послужат како објаснување за една вистина, за едно време.“

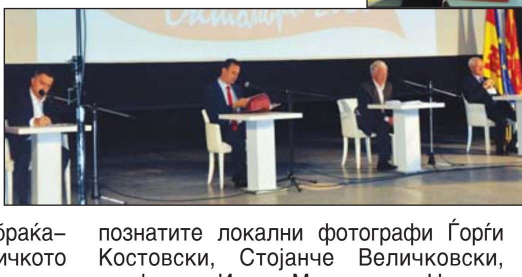
Цветан Гавровски (1947) е доктор на технички науки од областа на електрониката и е редовен професор на Универзитетот „Св. Кирил и Методиј“ во Скопје, Македонија. Арт фотографијата е негова преокупација повеќе од 40 години. Учествувал на повеќе од двесте групни изложби во земјата и странство. Автор е на 12 самостојни изложби во Македонија, Босна и Херцеговина, Бугарија, Германија, Србија, Словенија. Негови осврти и критики за фотографијата се публикувани во списанија и во дневниот печат. Добитник е на многубројни значајни награди за фотографија на домашни и меѓународни изложби. Добитник е на златни и бронзени медали од светски и интернационални асоцијации. Бил член на жирија на меѓународни изложби под патронат на меѓународните федерации на арт фотографија. Учесник е на повеќе меѓународни уметнички колонии. Претставник е на Image Colleague Society International - USA за Македонија. Член на Академскиот фотоклуб ЕЛЕМА од Скопје. Бил претседател на клубот и дал значаен придонес за негова афирмација. На два наврата бил претседател на Фото сојузот на Македонија, како и член на претседателството на Фото сојузот на Југославија. Во 1995 година на 23–от конгрес на FIAP во Андора, го претставува и придонесува ФСМ да стане национален репрезент на македонската фотографија во светската федерација, а од 1995 до 2019 година е претставник на FIAP за Македонија. Гавровски е почесен член на Бугарската фотографска академија. Ја претставува македонската фотографија со фотографии во колекциите на светските изложби во: Кина, Швајцарија, Италија, Унгарија, Луксембург, Словачка, Ирска, Индонезија, Кореја, Шпанија... До 2017 година учествувал на 61 компетитивен салон на меѓународни изложби во 26 различни земји со 287 прифатени фотографии. Носител е на звањата Мајстор на фотографија на Фото сојузот на Македонија и на EFIAP – Excellence FIAP на Светската федерација на арт фотографија.

К. С. Андонова

ЗП Крива Паланка

Промоција на Монографијата 1633-2020 Крива Паланка

Идејата за издавање на оваа Монографија, колективно авторско дело, е со цел да се направи дополнување на претходните две изданија од 1968 и 1996 година. Јордан Михајловски како приредувач ја има подредено хронолошката содржина, а поединечно за одредени теми пишувале: пензионерите Мартин Додевски, историчар, Цоне Крстевски, археолог, Гроздан Георгиевски, економист, Трајче Давидовски, правник, претседател на ЗП Крива Паланка автор на правно–политичкиот дел, Драган Величковски, етнолог, директор на ЛУ Градски музеј и Билјана Цветковска Тасевска, сообраќаен инженер, задолжена за техничкото уредување. Стручни соработници се: м–р Милан Митовски, археолог и Наталија Милковска, етнолог во ЛУ Градски музеј, Крива Паланка. Користена е литература од архивите на музејот, а автори на фотографиите се познатите локални фотографи Ѓорѓи Костовски, Стојанче Величковски, проф. д–р Ивица Милевски и Надица Маневска.

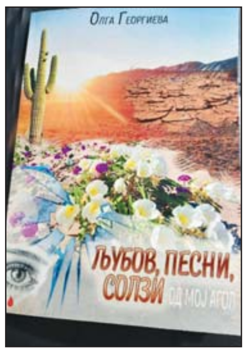


„Историјата на Крива Паланка не прави горди и не обврзува не само да ги регистрираме сите значајни моменти, но и да ги пренесеме на идните генерации. Цел на оваа Монографија не е само да се опишат хронолошки настаните, туку во неа да се претстави културното наследство, археологијата, културните институции и манифестации, спортот и спортските активности и друго, како атрибути на цивилизацискиот развој. Авторите на Монографијата имаат направено спој на минатото и сегашноста преку богата илустрација.“ Монографијата беше промовирана во чест на 76 години од ослободувањето на Крива Паланка, во киносалата при НУ Центар за култура во Крива Паланка пред голем број на гости и домаќини при што беа почитувани препораките за настани во време на пандемија. Промотор на монографијата беше Трајан Гоцевски, поранешен министер за одбрана.

Б. Стојчевска

Нова книга од Олга Георгиева

„Сонет - мајкина радост“



Овој наслов на текстов го позајмивме од истоимената песна на пензионерката Олга Георгиева, од нејзината збирка поезија насловена „Љубов, песни, солзи, од мој агол“ која неодамна излезе од печат.

Олга Георгиева е родена во Велес во 1943 година, во рботничко семејство. Во 1962 година дошла во Скопје каде што формирала семејство и останала да живее во главниот град. Желбата за пишување е дамнешна, но првите поетски обиди биле направени подоцна.

Оваа збирка поезија е всушност прв обид на Олга настаните од животот и нејзините секојдневни доживувања да ги преточи во песни. Голем е спектарот на мотиви и теми што поттикнале поетско љубопитство на оваа авторка. Времето во кое живееме, потребата од взаемна љубов, но и нивната минливост, како и за многу творци и за Олга се непресушен извор на инспирација. Во својата стихозбирка – првенец, поетесата решила да ги сподели сите среќни моменти во животот, пред сѐ оние врзани за децата и внуците, за бракот и семејството, но исто така со нас ги споделува и не толку среќните моменти, па дури и загубата на животниот сопатник и животот по тоа.

Збирката се чита со леснотија зашто е богата со поетски приказни, за животот некојпат и сега во подоцнежните години. Приказни за љубовта, за радоста и страдањата, сето она што ја допира душата и што го следи животот. Една мудра мисла вели: „Љубовта е чудесна сила која несовршенството го претвора во совршенство“. И од таму и за оваа авторка љубовта е силен извор на творечка инспирација. Но и најмилите – децата затоа Олга го испеала Сонетот – мајкина радост. Со овој наслов го започнавме текстот, со една строфа од него, го завршуваме:

Го гледам како расте
О елко во лисната шума,
Го гледам како кокиче во март
И пролетен сончев зрак.

Книгата е поддржана од Сојузот на здруженија на пензионерите на Македонија.

Цветанка Илиева

Куманово, Средба со Славе Костовски

Актерството предизвик и љубов

– Актерството го засакав уште од дете и тоа благодарение на моите родители кои иако беа учители, аматерски се занимаваа со театарската уметност. Нивната посветеност на театарот ми беше ѕвезда водителка во животот, – раскажува Славе Костовски, пензионер на 70 години од Куманово.

– На 18–годишна возраст за првпат како дел од драмската група при ЧИК Куманово, настапив на штиците што живот значат, во претставата „Свадбено патување без младоженец“ во ликот на Франц Штајнер, сликар од Минхен. Во оваа драмска група играв уште во претставите „Зона Замфирова“, „Бегалка“, „Љубовно писмо“, „Моите бебиња“, „Венчаница“, „Мангите пијат чај“, „Викенд на мртовци“, „Радован трети“, „Зла жена“, „Кате“, „Оскар“, „Хамлет“ од Долно Којнаре“.

Во 1981 година, завршив курс за режисери во Кочани. Учествував и во телевизиската серија „Наши години“ во продукција на МТВ. По пензионирањето продолжив со аматерско актерство во драмската работилница на КУД „Ѓоко Симоновски“ на ЗП Куманово. Среќен сум што бев дел од претставите „Бегалка“, „Кафанче карши Станче“, „Сомнително лице“, „Шути и рогати“ „Зла жена“, а со улогата на Тони во претставата „Зад кулисите“ за првпат заиграв и во професионален театар во Куманово. За улогите секогаш сум се подготвувал напорно, давајќи сѐ од себе да се претставам во најдобро светло. Најтешка улога за мене беше во претставата „Моите бебиња“ затоа што имав психолошки лик, а најдрага ми е улогата на Срето чизмар во делото „Зла жена“.

Во ова време на предизвици со короната, со драмската работилница на ЗП Куманово немаме активности, но се надевам дека наредната година ќе има нови претстави, гостувања, доживувања, а дотогаш со носталгија за убавите времиња ќе се сеќавам на моите успеси – ја завршува својата приказна Костовски.

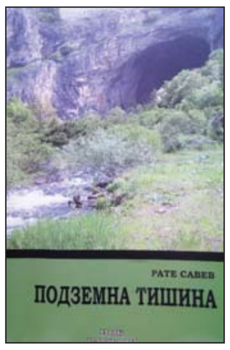
Јасмина Тодоровска

Македонски Брод

Осврт кон книгата „Подземна тишина“ од Рате Савев

„Еднаш одамна земјата почнала да плаче.
Од тага или од радост, никој не знае.
Така од нејзините солзи се создале пештерите.“
Жежовска Д.

На 26 септември 2020 г., во бифето „Чардак“ во Македонски Брод, во присуство на многубројни љубители на пишаниот збор, со почитување на мерките за заштита од Ковид–19, се одржа промоција на книгата „Подземна тишина“ од натурализираниот поречанец, пензионерот Рате Савев.



Роден е во село Сопот, Светиниколско. Малку невообичаен наслов за книгата во која се говори за поетско патување во македонското „подземје“, за најубавите пештери во Македонија, посебно во Поречкиот регион и за откривање на подземните светови и убавини.

– Првите мои обиди беа храбри кога почнав да се дружам со членови од Спелеолошкото друштво „Пеони“ и Истражувачкото друштво „Урсус спелеос“ од Скопје. Рамо до рамо со искусните спелеолози влегов низ пештерските врати и се најдов во длабоките пештерски ходници и имаше што да видам! Со нив ги запознав најубавите пештери во Поречието и во изминативе години сѐ повеќе добивав инспирација да напишам стихови за нив, за подземните убавини за кои тешко може да се најдат зборови. Се обидов, сѐ она што го видов и да го изразам во поетска слика, зашто кога се најдов во подземјето и ги почувствував мирот и спокојството, тишината ми даде за право оваа книга да ја насловам како „Подземна тишина“. Подземните убавини кои со векови се создавани во вид на разновидните фигури, сталагмитските и сталактитските творби, ќе помислиш дека ги создавал некој голем уметник, скулптор.

Во тринаесетте песни опеани се девет пештери: Пешна, Пурало (Невестинска), Слатински извор, Горна слатинска, Овчарска, Орле, Голабарник, Момичек и Змејовица, илустрирани со фотографии на ИД „Урсус спелеос“. Желбата на поетот за зачувување на природното културно наследство на Поречје кое е чувано и пренесувано со генерации, доаѓа до израз во песната „Пешна 1“:

Ој немотијо, камена тврдино,
Проговори !
Нека одѕвони твоето ехо
ќе го пуштиме по бистрата твоја гргорна вода
и по Треска и Вардар да стигне до Егеј
и да се чита од длабочините твоето име
и нашето име Македонија.

Рецензенти на книгата се д–р Билјана Гичевски и м–р Никола Илијовски. Изданието се реализира со поддршка на Министерството за култура на РС Македонија. Издавач е Здружение за книжевен развој Нов Вавилон од Битола.

Милчо Тренкоски

Është realizuar Programi dhe Plani financiar i LShPM

Jeta e pensionistëve është më e rëndësishmja

Në Programin për vitin 2021 tëLSHPM-së, gjëja më erëndësishme është jeta epensionistëve. Lidhja do tëkëmbëngul që ai të jetë mëkualitativ dhe më i pasur nëpërmbajtje edhe krahaspandemisë nga virusi

Shkup, 17 dhjetor - Kuvendi i Lidhjes së shoqa-tave të pensionistëve të Maqedonisë më 22 dhjetor do ta mbajë seancën e saj të katërt.Seancës së Kuvendit i parapriu seanca e Këshillit ekzekutiv në të cilën u shqyrtuan dhe u miratuan Programi i Lidhjes së shoqatavetë pensionistëve të Maqedonisë për vitin2021. Seanca e pesëmbëdhjetë e Këshillit ekzekutiv të Lidhjes u mbajt më 9 dhjetor. Në seancë mori pjesë edhe kryetari i Kuvendit të LSHPM-së, M-r Ilija Adamoski. Fillimisht, kryetarja e LSHPM, Stanka Trajkova potencoi që kjo është seanca e fundit e KE të LSHPM për vitin 2020 dhe si zakonisht u theksuan aktivitetet më të rëndësishme në periudhën mes dy seancave, edhe atë,është dërguar iniciativë deri te Qeveria për ndryshimin e nenit 105 në Ligjin për shoqatat dhe fondacione; është realizuar takimi me drejtoreshën Biljana Jovanovska në Fondin e PIOSM në të cilin është lidhur bashkëpunim ifrytshëm në interes të pensionistëve; linjatelefonike **3213 227** në mënyrë të vazhdueshme funksionon dhe pyetjet e marra do tëparashtrohen deri te Këshilli për siguri nacionale; disa shënime janë parashtruar edhederi te MPPS, Ministria e shëndetësisë dhederi te Qeveria; është ngritur çështja rreth vaksinimit të pensionistëve në nivel më tël artë; doli nga shtypi Buletini për revytë e18-ta rajonale të këngës, muzikës dhe lojëra-ve dhe revyja e 10-të folklorike jubilare dhe gjëra të tjera. Pastaj kryetarja dha pasqyrë koncize cilësore të Programit për punë të Lidhjes për vitin 2021 duke i the ksuar aktivitetet më tërëndësishme. Mes tjerash, ajo potencoi që në Programin për vitin 2021 të LSHPM-së,gjëja më e rëndësishme është jeta e pensionistëve. Lidhja do të këmbëngul që ai tëjetë më kualitativ dhe më i pasur në për mbajtje edhe krahas pandemisë nga virusi. Në bazë të debatit nga të pranishmit, Programi si dhe Plani financiar i Lidhjes së shoqatave të pensionistëve të Maqedonisë përvitin 2021, të cilin e shpjegoi sekretari I LSHPM, Menka Temelkovska, u miratuanjëzëri. Informacionin për përcaktimin e tëdhënave sipas shoqatave të pensionistëve dhe Informacionin për mjetet e paguara për fondin solidar (ndihma pas vdekjes) të shfrytëzuesve të pensionit, për periudhën janar-shtator 2020 i shpjegoi nënkryetari i Këshillit ekzekutiv Mentor Qoku, ndërsa u sollën edhe disa vendime të rëndësishme për punën aktuale të Lidhjes. Seanca u mbajt me respektimin e të gjitha masave për mbrojtjen e shëndetit të të pranishmëve. Kjo ishte seanca e fundit për vitin 2020.

K.S.A.

ShP Kumanovë

Bedri Rustemi - pensionist me zemër të madhe humane

Pensionisti Bedri Rustemi (1944) nga Kumanova, 12 vitet e fundit, nga viti 2008, i jeton ditët pensioniste dhe është njëri nga personat e rrallë në shtet i cili pothuajse tërë jetën e tij e ka kaluar në organizimin dhe ndërmjetësimin gjatë ndarjes së ndihmës humanitare si personave fizik, po ashtu edhe për shumë subjekte juridike, si komunave, institucioneve shëndetësore dhe arsimore si dhe për disa objekte fetare. Me punë humanitare ka filluar të merret që nga vitet e rinisë kur u bë anëtar i Kryqit të kuq në Kumanovë dhe si vozitës në Qendrën e medicinës në Kumanovë, me ç'rast ka pasur mundësi t'i shoh të gjitha mundësitë dhe mangësitë prej pajisjes medicinale e domosdoshme për të dhënë ndihmë medicinale personave të sëmurë. Më pas, në punën e tij të gjatë dhe të begatë si punëtor humanitar përmes Kryqit të kuq të Kumanovës, u bë përfaqësues për shtetet perëndimore të Evropës për Maqedoninë, me ç'rast ka bërë shumë kontakte dhe bashkëpunime me organizata humanitare ndërkombëtare në Gjermani, Austri, Hollandë, Norvegji dhe me shtete tjera. Për institucionet shëndetësore dhe arsimore ka siguruar më se 200 automjete humanitare, pajisje të medicinës dhe atij shkollor për nevojat e komunave të Shkupit, Kumanovës, Strugës, Berovës, Tetovës, Gostivarit, Vinicës, Sveti Nikolës, Lipkovës si dhe për komuna tjera të Maqedonisë. Bashkërisht me punën humanitare, pensionisti Bedri Rustemi, shumë vite, sot edhë aktiv në jetën shoqërore në shtet. Bëhet fjalë për njeri me energji pozitive, ndërkaq, për të ekzistojnë vetëm njerëz të mirë dhe të këqij masë e të cilëve janë vlerat humanitare të tyre për të cilat nga shumë komuna ka marrë shumë falënderime.

T.D.

Në botim të LShPM doli numri më i ri i Revyaleve folklorike ballkanike 2020

Edhe këtë vit, me gjithë pandeminë Kovid 19, në Lidhjen e shoqatave të pensionistëve të Maqedonisë, janë mbajtur Revyalet regjionale në 7 regjione dhe i 10 Revyali jubilar folklorik i këngëve, muzikës dhe valleve 2020, kjo duke i falënderuar dëshirës së madhe të pensionistëve që tradita të mbahet.

Në Revyalin 10. Jubilar të këngëve, muzikës dhe valleve 2020, kanë marrë pjesë vetëm shoqata Nikoqire të Revyaleve të 18, ndërkaq, edhe këtë vit ky projekt ishte mbështetur nga Ministria e kulturës e RM së Veriut, si projekt me interes, me gjithë pandeminë dhe ndryshimit të pamjes video-vizuele dhe përmbajtjes, revyalet ishin festë për sytë dhe veshët, bukuri për shpirtin. Dhe sipas saj, fundi e zbukuron veprën, është botuar Bilten në 56 faqe në ngjyra në të cilat janë vënë të gjitha ngjarjet rreth mbajtjes së revyve folklorike pensioniste në këtë vit në botim të LSHPM. Është incizuar edhe CD me video nga Revyali i 10 jubilar i këngëve, muzikës dhe valleve 2020.

K.S.A.

ShP Strugë

Program i realizuar për vitin 2020

Më 5 dhjetor 2020, në Klubin e pensionistëve në Strugë, Këshilli ekzekutiv pranë ShP Strugë, në përbërje të zgjeruar me kryetarët e komisioneve: Elizaveta llazareska me zëvendësen e saj Pavlina Kuzmanoska si kryetare e Aktivit të grave Luba Jovanoska, kryetar i Komisionit për jetën kulturore-zbavitëse, kryetari i Forumit për punë ekonomike-juridike Denço Ilieski, kryetar i Komisionit për çështje statutare Fikrie Bekteshi, kryetari i Këshillit mbikëqyrës Bllagoja Klimoski, përfaqësues dhe delegat në LShPM Hurem Dauti si dhe kryetari i Komisionit për informim, ka mbajtur mbledhjen e tetë të rregull të Këshillit ekzekutiv dhe të fundit për këtë vit kalendarik. Fillimisht, me një minutë heshtje i është bërë nderim pensionistit icili ka ndërruar jetë në periudhën e kaluar nga Kovid-19. Të pranishmëve u është ndarë nga një kopje nga numri i fundit 148 i gazetës "Penzioner plus". Rendi ditës nuk ishte i vëllimshëm, por me përmbajtje, për çka anëtarët e KE me shumë kujdes dhe me korrektësi kanë diskutuar. Lidhur me pikën e pare, kryetari I ShP Strugë dhe kryetar i KE Millorad Trposki, bëri një retrospektivë analize për punën e Shoqatës së pensionistëve Strugë, për periudhën e kaluar.

Pas pikës së dytë, pos kryetarit e cila arsyetoj Raportin e Komisionit për situatën e shtëpive për persona pleq formuar nga Këshilli ekzekutiv iLShPM, është informuar se në Komunën Strugë ka dy objekte: "Plazhi femërorë" me 30 dhoma dhe "Hpotel Galeb", i ndërtuar nga ana PIOM i cili disponon me 80 dhoma, apartamente dhe oborr, i cili është dhënë në shfrytëzim afatgjatë subjekteve të tjera, e jo edhe pensionistëve. Në këtë diskutim u kyçën më tepër anëtarë, si dhe delegati në LShPM Hurem Dauti, i cili ka njoftuar anëtarët se është diskutuar për këtë problematikë edhe në KE të LShPM, ndërkaq, kryetari i Forumit ekonomik-juridik, DelçoIlieski, në mënyrë detale dhe profesionale i ka njoftuar anëtarët dhe ka sqaruar se si duhet të zhvillohet procedura për kthimin e këtyre dy objekteve për nevojat e pensionistëve. Lidhur me pikat tjera janë sjellë konkluzione dhe vendime, ndër të tjerat është emëruar kontabilist i ri Avni Kica, e gjithashtu të pranishmit u informuan se këtë vit në Revyalin 19 të këngëve, muzikës dhe valleve do të jetë nikoqir ShP Strugë. Mbledhja është mbajtur me masa të rrepta për mbrojtje nga pandemia.

Stojan Kukuneshoski

ShP Çair

Aktivist për shembull

Kur bëhet fjalë për aktivist më të mirë në ShP Çair, pa mëdyshje personat drejtues të shoqatës na drejtuan pensionistin RashidIdrizi, anëtar i Komisionit për sport dhe anëtar i Kuvendit. Vitet i janë radhitur, ndërkaq ai, sikur të mos i ndjej. Vitaliteti i tij për vitet që ka, më nxiti që të bisedoj për dashurin e tij ndaj sportit e cila e përcjellë që nga këmbët e vogla, që nga ditët shkollore, posaçërisht disiplina kërcim nga vendi, kur gjatë pauzave, nxënësit admiroheshin në sukseset e tij. Sot, Rashid Idrizi, edhe pse ka filluar ta harxhojë dekadën e tetë, është vital dhe aktiv dhe mund ta takojmë në shoqatë ose në dyqanin e tij. Gjatë takimit, nga modestia e madhe e tij, në mënyrë të ndrojtur tregonte aktivitetet e veta, për punën dhe jetën pensioniste. Deri sa tregonte i shikonte fotografitë nga vitet të aktiviteteve të shumta dhe u kujtua për shumë ngjarje. Rashidi, edhe gjatë kohës kur ka punuar ka gjetur kohë të trajnojë. Përveç me aktivitete sportive, ai është i njohur si një ndër TV mekanikët më të mirë. Sportit dhe zanatit ia ka kushtuar jetën e tij, ka thënë Rashidi.

Ndryshe, pensionisti Rashid Idrizi, është i lindur në vitin 1949 në fshatin Nikishtan të Shkupit. Në vitin 1959 është shpërngulur në Shkup, ku ka kryer shkollën fillore dhe arsimimin e mesëm. Në vitin 1964 fillon ta mësoj zanatin për TV mekanik në TV servisin "Radio Bran", ku punonte edhe i ati i tij. Nga viti 1973 plotësisht i përkushtohet zanatit të vet të cilin e mësoj dhe trashëgojë nga i ati i tij, dhe me këtë rast hap dyqanin e vet në vendbanimin Çair. Nga ajo ditë, mjeshtri i mirë ishte i kërkuar nga të gjithë. Në vitin 2013, TV mekaniku RashidIdrizi, pensionohet dhe menjëherë u bashkohet aktiviteteve të Shoqatës, ndërkaq, biznesin e tij e vazhdon i biri i tij Dritoni, i cili është trajner ihendbollit edhe nipi i tij Enesi i cili është hendbollist në RK Rabotniçki. Edhe Dritoni edhe Enesi kanë trashëguar zanatin, por edhe dashurinë ndaj sportit, për gëzimin e madh për Rashidin, i cili edhe sot një pjesë të kohës kalon në dyqan dhe i ndihmon të birit dhe nipit. Ai me gëzim dhe me zemrën plot thotë:

- Ky na është biznesi familjar, por këtu bie edhe sporti. Pensionimi edhe më tepër më afroj te sporti. Gjithnjë garoj me zjarr sportiv për secilën pikë dhe centimetër për të fituar, me qëllim që të fitoj vend më të lartë edhe për vete edhe për shoqatën. Nuk do i arrija të gjitha sukseset pa mbështetje nga të gjithë drejtuesit e shoqatës. Në ditët pensioniste, në shoqatë gjeta paqen dhe qetësinë, ndërkaq, me shoqërimin aktiv edhe rekreimin, vetëm e plotësoj fotografinë ejetës së bukur pensioniste. Kur donë, gjithçka mundet, posaçërisht nëse për atë ekzistojnë kushte siç i jep shoqata jonë - thotë Rashidi i palodhur, duke treguar pjesë të aktiviteteve në shoqatë. Ai, tanimë gjashtë vite merr pjesë në garat sportive në disiplinën kërcim nga vendi, në nivel regjional dhe republikan, ku ka fituar gjashtë vende të larta në nivel regjional dhe një vend të tretë në nivel republikan në vitin 2014.

Shembulli i RashidIdrizit është dëshmi se dëshira për shoqërim dhe sport të pensionistëve nuk i kufizojnë vitet. Aktivitetet e pensionistëve sjellin shëndet, ndërkaq, sukseset kënaqësi dhe gëzim.

Vasil Paçemski

Игнорирањето - мајка на сите одмазди: Вака интелигентните луѓе ги победуваат сплеткарите

„Ако луѓето се обидуваат да те маргинализираат, тоа само значи дека си над нив“, вели една стара изрека.

Во денешно време кога речиси сите итаат кон успех, слава и моќ, моралот и правдата полека исчезнуваат, фер-играта станува мисловна именка, а неопходна потреба е газење преку сите за да се стигне до зацртаната цел. Суетата е дел од работниот ден, зависта и љубомората на многумина им е запишана на челото. **Неправдата поминува без казна а добрите не знаат што да прават**.

Кога во таа игра со својата работа, труд и на чесен начин ги престигнете оние амбициозните и во основа без покритие самоуверени, тие ќе осетат желба за одмазда. Ќе се фатат за сплетки и ќе се обидат со озборување да ве спуштат на нивно ниво, ќе ве збунуваат со двосмислени изјави...

Доколку ова ви се случи, мора да знаете само едно: **Игнорирањето е мајка на сите одмазди**!

„Кога е игнориран, човек се прашува зошто? Уште доколку оваа повратна реакција ја предизвикал со очигледно лоша намера, тоа нема да го смири“, вели психологот Елизабет Мајер.

Ќе се прашува што мислите, што ќе биде вашиот нареден чекор, зошто сте го направиле ова или она, дали се откриени и слично. Поради сето тоа, на крајот потполно ќе се изгубат и ќе се одмаздат на самите себе.

„Одмаздата никогаш не е добар начин. Таа е како шума – лесно е да се изгуби правецот, да се заталка и да се заборави од каде се тргнало.“

Една стара изрека вели: „Сè што е потребно за триумф над злото е тоа – добриот човек да не направи ништо.“ Тоа се однесува на нереагирање на туѓите подлости. Кога на нив воопшто не реагирате, туку се преправате како да не се случиле или дека тие личности кои тоа го прават не постојат, случките и подлите пакосни луѓе всушност немаат никакво влијание на што било.

Тие сфаќаат дека сè што направиле е залудно, а работата да биде уште полоша, не знаат ни тоа што вие знаете, а тоа ги излудува, им го заматува разумот и ги спречува да успеат во подмолната намера. И тоа е причината затоа уште еднаш ќе повториме: Игнорирањето е мајка на сите одмазди, но!

Интелигентните луѓе ја употребуваат одмаздата како оружје за свој просперитет и тоа нема врска со туѓите животи и сплетки. Тие се одмаздуваат на следниов начин:

1. Говорат низ своите дела. Обидете се да не дозволите емоциите да управуваат со вашите постапки и одмаздата да стане лична работа. Тоа ќе направи пододна да се чувствувате лошо и затоа правете го она во што сте најдобри, без осврти, озборувања и непотребни разговори со оние кои тоа не го заслужиле.

2. Не молчат само затоа за страстите да се смират. На подмолните луѓе кои сплеткарат не треба да им се попушта, да им се угодува само заради мир и привидна хармонија во опкружувањето. Напротив – мудрите на нивните двосмислени изјави им даваат до знаење дека се свесни какви личности се, за да им докажале дека не се слепи и дека тоа нема да можат да го повторат без последици.

3. Не се изолираат. Кога се нападнати, особено од блиски лица, повеќето луѓе тежнеат кон повлекување и изолација, но токму тоа злобниците го сакаат – да се изолирате и да се повлечете, како вие да сте виновни и попатно им олеснувате да го земат под своја контрола и остатокот од вашето опкружување.

4. Не возвраќаат веднаш со напад. За да избегнете да ви залепат етикета: „Нападот е најдобра одбрана“, пуштете работите да мируваат некое време. Помеѓу останатото, кога ќе се изнервирате и во гнев возвраќате на нападот, со самото тоа му ги откривате своите слабости на противникот и така го храните оној кому токму тоа му било целта.

5. Стануваат поуспешни. Ништо повеќе нема да го повреди пакосниот карактер отколку туѓата среќа. Тоа е еден во низата причини зошто интелигентните луѓе стануваат уште поуспешни тогаш кога некој се обидува да ги повлече кон дното. Најлошо што можете да направите е да возвратите со иста мерка. Во тој случај не сте ништо подобри од оној кој ви прави зло, како што вели еден острошки игумен: „Злото со зло не може да се победи!“

Т.Г.

Напад на забрзано „чукање“ на срцето поради стрес или без очигледна причина

Дали често ви се случува да добиете напад на многу брзо „чукање“ на вашето срце поради стрес или без очигледна причина? Тоа е честа појава што се случува подеднакво и кај мажите и кај жените од сите возрасти.

Чувството е многу непријатно и сакаме да го запреме што е можно побрзо.

Еве што предлагаат кардиолози од клиниката „Мајо“: три едноставни начини кои можете да ги направите за помалку од една минута и можете да ги користите за брзо дејствување на вашиот пулс за да го забавите.

1. Метод со ладна вода

Потребна ви е многу ладна вода, што е можно постудена, по можност заледена. Сè што треба да направите кога пулсот ви е забрзан е да земете длабок здив, да го потопите лицето во студената вода и да останете што е можно подолго.

Оваа постапка го стимулира вашиот нерв вагус кој дејствува на забавување на отчукувањата на срцето. Кога го држите лицето во ладна вода, телото испраќа сигнал за забавување на метаболизмот познат како нуркачки рефлекс, што исто така предизвикува брзо намалување на бројот на срцевите отчукувања. Тоа е истиот рефлекс што им помага на некои луѓе да преживеат подолг временски период во ладна вода со забавување на метаболизмот во нивното тело.

2. Многу длабоко дишење

Вдишете многу длабоко, до тој степен што не сте во можност да внесувате понатаму воздух. Потоа брзо издишете го воздухот од белите дробови. Повторете го процесот онолку колку што е потребно. Но, само длабоко дишење нема да го забави срцето, потребно е да се вдиши до крајните граници на белите дробови многу повеќе од самото длабоко дишење. Само таквиот начин на дишење ќе дејствува за забавување на пулсот.

3. Вдиши-издиши маневар

Вдишете средно силно. Затворете ги носот и устата и дувајте силно во себе без да исфрлате воздух. Задржете го овој притисок колку што можете да издржите подолго. Потоа издишете го воздухот и опуштете се.

Обидете се со секоја од овие методи по неколку пати пред да преминете на следната. По некое време, сами ќе одлучите која најмногу ви одговара, и колку брзо и ефикасно ќе го смирите „чукањето“ на срцето.

Меѓутоа, ако често имате епизоди со забрзано чукање на срцето и тие траат 20 минути или повеќе, чувствувате бессознание, многу болка и други потешкотии, побарајте медицинска помош, веднаш!

Б. Анг.

Пет најголеми грешки кои ги прават луѓето кога ќе се разболат

Здравјето е најважно и треба да го чуваме постојано, но најчесто за него почнуваме да се грижиме откако нешто ќе ни се случи. Со цел за побрзо да се дојде до оздравување, многумина прават грешки кои не само што можат да го одолговлечат оздравувањето, туку може да се предизвикаат и поголеми проблеми. Ова се петте грешки кои најчесто ги правиме кога сме болни:

1. Премногу лекови

Кога ќе „закачиме“ настинка или грип, многумина ќе посегнат по некој фармацевтски производ со надеж дека побрзо ќе оздраваат. Ако сте настинати или боледувате од грип ќе сакате што побрзо да ги смирите симптомите. Земате една доза од некој медикамент, но за 15 минути не чувствувате подобрување, па посегнувате по уште една доза. Тоа може да го одложи оздравувањето за еден или два дена, затоа пред земање на било кој производ за намалување на симптомите од настинка, проучете кое е времето на дејствување и препорачаната доза. Претераната употреба на лекови во текот на настинката може да предизвика нови несакани симптоми и нус-појави.

2. Претерано издувување на носот

Се чини логично, нели? Кога сте настинати и ви тече носот, трошите повеќе од десетина ролни хартија за што побрзо да ја „исфрлите настинката“. Сепак, силното „дување на носот“ ќе донесе моментално олеснување, но тоа може да доведе да „повлечете“ во синусите течност/слуз која содржи бактерии. Решение? Кога ќе го дувате носот, правете го тоа нежно и полека и немојте притоа да ги стискате носниците.

3. Земате стари антибиотици

Дали од лекарот еднаш сте добиле рецепт за антибиотици, но не го потрошивте целото пакување? Можеби сте меѓу оние кои го чуваат остатокот лекови за повторно ако затребаат. Антибиотиците дејствуваат на бактерии, не на вируси и нема потреба да се пијат ако е во прашање вирус. Никогаш не би требало да земате антибиотици на своја рака без препорака од лекар.

4. Не ги следите упатствата за употреба на спреј/капки за нос

Носот ви е затнат, имате проблеми со дишењето и сакате да вдишете малку кислород низ „затнатите ноздри“? Тогаш не го испуштате од рака спрејот за нос. Пред употреба секако прочитајте ги упатствата за примена и задолжително придржувајте се кон нив. Ако го користите подолго од препорачаното, тоа може да доведе до ново воспаление и дополнителни здравствени проблеми.

5. Пиете кафе со надеж дека ќе добиете повеќе енергија

Кога сте настинати или боледувате од грип, потребно е време за заздравување. Хидратацијата, освен мирувањето, е многу е важна при заздравување. Ако се обидувате да издржите уште некој ден на работа и посегнете по поголема количина на кафе, тоа не е добро. Кафето дополнително ќе го дехидрира вашиот организам и ќе ги направи нештата потешки.

Д.М.

Фстаци: лековити својства на најздравите грицки на светот

Ако често сакате нешто да грицкате, не треба да се откажете од таа навика. Само заменете ги штетните грицки со здрави, на пример со јаткасти плодови, кои освен што се вкусни, здрави се за вашиот мозок и за целиот организам. Можете да се снабдите со мешавина јаткасти плодови, на пример со бадеми, ореви, лешници, фстаци, индиски ореви или може да одберете само еден вид. Што и да одберете, ќе го почестите својот организам со здрав и вкусен оброк.

Ако сакате продукт кој го штити срцето, ја регулира тежината, го јакне имунолошкиот систем и ја прави кожата светла и убава, одберете фстаци!

Совршени грицки за здравје и убавина

Фстаците се исклучително хранливи и здрави. Содржат витамини А, Б6, Ц и Е, кои се битни за работа на срцето, јакнење на имунолошкиот систем, за заштита од штетни зрачења, превентива од рак и за зачувување на нервниот систем. Освен споменатите витамини, фстаците изобилуваат и со влакна, кои се потребни за здравје на системот за варење. Фстаците се добар извор на магнезиум, железо, калциум, фосфор, цинк, натриум, манган, калиум и бакар. Ако имате намалување на железо во организмот или страдате од грчеви во мускулите, фстаците ќе ви помогнат да ги олесните овие тегоби. Фстаците придонесуваат за забрзан метаболизам и регулирање на телесната тежина.

Благодарение на улогата на влакната, белковините и мастите, фстаците брзо создаваат чувство на ситост. Но, битно е да се напомене тоа дека иако фстаците имаат помалку калории од другите јаткасти плодови, со нив секако треба да се биде умерен!

Најдобро е да купите неизлупени фстаци. Ќе ви треба повеќе време да ги излупите, но поголема е веројатноста дека нема да претерате со количината на конзумирањето фстаци.

Лековитите својства на фстаците

Ползата од фстаците од дамнина е препознаена, а спаѓаат меѓу најстарите јаткасти плодови на нашава планета. Старите римски владетели ги сметале за вистински деликатес. Нивното конзумирање денес се препорачува не само поради пријатниот вкус туку и поради големата полза за организмот. Благодарение на богатиот нутритивен состав, со конзумирање фстаци се грижите за своето здравје и одвнатре и однадвор.

Полза од фстаците: Помагаат кај анемија; придонесуваат кон регулирање на телесната тежина; го чуваат здравјето на очите; го намалуваат нивото на (ЛДЛ) холестеролот; го намалуваат ризикот од срцеви заболувања; спречуваат развој на дијабетес; го јакнат имунолошкиот систем; штитат од рак на кожата; го регулираат варењето; ја штитат кожата од штетните влијанија; го чуваат здравјето на нервниот систем итн..

Т.Г.

Извадете ги сребрените пломби од забите и ќе спречите многу болести!

Повеќето стоматолози и лекари веројатно никогаш нема да признаат дека стоматолошките материјали поставени во вашата уста се причина за многу болести и промени во здравјето на луѓето.

Имено, конвенционалната стоматологија во голема мера придонела за зголемување на хроничен замор, емоционална нестабилност, депресија, вродени дефекти, мултиплекс склероза, Алцхајмерова болест како и рак и други дегенеративни болести.

Најпознатиот стоматолошки материјал од евтино производство – сребрена пломба – кој се користи секој ден во стоматологијата, е потенцијално смртоносен и опасен бидејќи во себе содржи жива.

Станува збор за амалгамска сребрена пломба која во својот состав содржи дури 54% жива.

Некои луѓе ја носат оваа пломба во устата и повеќе од една деценија. Стоматолозите и Светската здравствена организација ги негираат обвинувањата на експертите кои предупредуваат на опасност од овие смртоносни пломби, сепак, д–р Хал Хагинс, најпознатиот стоматолог кој прв започнал да ја разоткрива вистината за смртоносните пломби и кој се судрил со својата професија, рекол дека дури и најмалата количина на жива во човечкото тело е опасна.

Тој зел пример за човековата јајце–клетка кое, ако за момент дојде во контакт со жива, често ја губи својата способност да се закачи на ѕидовите на матката дури и ако оплодувањето било успешно.

Д–р Хагинс предупредува дека живата во устата на луѓето испушта пареа 24 часа на ден и може да предизвика опасни болести по животот на човекот.

Најчеста причина за хроничен замор всушност е живата, која се наоѓа во устата на луѓето и делува постојано, сè додека не се отстрани.

Д–р Хагинс својот живот го посветил на давање бесплатна помош на луѓето кои биле отруени со жива преку пломбите од сребро.

Можеби и не е баш сè така, сепак е добро да ги замените старите пломби со пломби од денешните современи материјали.

Б.А.

Бамји

Окра или бамја е едногодишно тропско растение кое потекнува од Африка и припаѓа на семејството слезови. Се одликува со големи жолти цветови.

Во источната медицина со векови се користи во лекување на разни заболувања, како дигестивни проблеми и цревни потешкотии, а исто така го регулира и нивото на шеќер во крвта, го намалува холестеролот, ја подобрува цревната флора и ја поттикнува правилната работа на црниот дроб. Освен тоа, му дава сила на организмот.

Токму поради сите тие благодети, бамјата е позната и како „билка од Божјата градина“. Таа е богата со јаглехидрати, магнезиум, протеини, влакна, фолна киселина и витамините Б6, А и Ц.

М. Дамјаноска

Подарок за најсаканите!
iutecredit
Кредит за пензионери со -15% попуст на трошоци и подарок новогодишно пакетче.

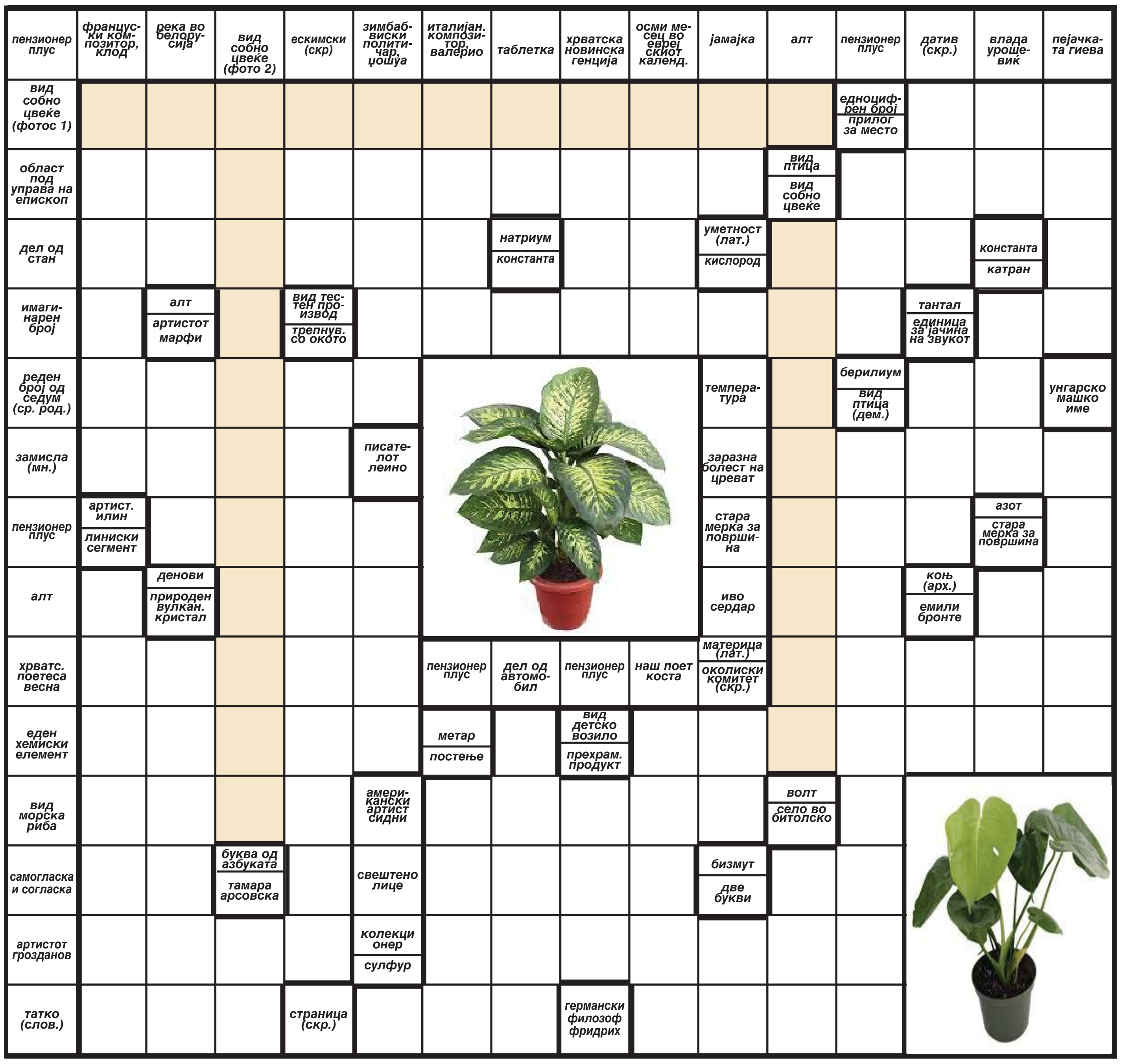
Пензија на 1-ви!
Станете корисник на услугата Пензија на 1-ви и очекувајте ја Вашата пензија порано од сите други.
Понуда и услуги за пензионери:
· Потрошувачки кредит за пензионери со фиксна каматна стапка во првите ДВЕ години почнувајќи од 6,75% и вклучена полиса за животно осигурување;
· Максимален 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

- Докажано е дека делфините им помагаат на луѓето во неволја
- Поседувањето на мачка може да ви го спаси животот. Доколку имате мачка шансите за срцев удар ќе ви бидат намалени за една третина
- Во 99% од случките потребни ни се само два збора за да препознаеме глас на некој пријател во група од многу луѓе
- Опуштањето на мозокот ги прави луѓето покреативни, па затоа голем број на интересни идеи доаѓаат додека се тушираме
- Вирусите можат да живеат на кожата до 5 минути, а пак на една банкнота можат и до 17 дена
- Осамените луѓе често се многу интелигентни луѓе и лојални пријатели
- Најголем стрес претрпуваат луѓето на возраст од 18 до 33 години. После 33 години од животот нивото на стрес се смалува
- 86% од луѓето ја користат музиката како спас од секојдневниот стрес
- Најопасна работа во САД е претседател. Преку 9% од претседателите се убиени на работа, додека втора најопасна работа е дрвосечач, од кои 0.13% погинале на работното место
- Средношколците во Шведска добиваат 120 долари месечно, за да одат во училиште
- 40% од Американците мислат дека диносаурусите и луѓето живееле во исто време
- Венеција е град кој тоне. Се претпоставува дека до 2075 година ќе биде сосема потопен
- Една акција на компанијата Кока–кола купена во 1919 за 40 долари денес вреди 9.8 милиони
- На Земјата постојат само 3 бели носорози
- Најголем број на сериски убијци се родени во ноември
- Брус Ли бил толку брз, што морале да ја забавуваат снимката за да се видат неговите потези
- Хормоните за раст се произведуваат само додека спиеме
- Луѓето во просек си го допираат своето лице на секои 5 минути
- Основачите на Адидас и Пума биле браќа
- Интелигентните луѓе често размислуваат брзо па резултат на тоа е лошиот ракопис.

М.Д.

КРСТОЗБОР



Решение: Дифенбахија, два, епископија, пауни, балкон, на, арт, к, и, а, макарони, та, седмо, т, бе, идеи, улеа, инге, рал, н, а, дни, ис, ат, пауни, утре, олово, м, ромобил, туна, полак, в, ен, ц, отец, би, мите, собира, ата, стр, ниче.

Хумор

На автобуска станица стојат една бабичка и едно момче. Бабата му вели:
– Бадијала ми зборуваш, ништо не те слушам.
– Не ти зборувам, џвакам мастика!

* * *

Ја прашува комшивката Фата кога и е роденден.
– Во декември – одговара Фата.
– Што ќе ти купи Мујо за подарок?
– Четири метра дрва!
– Дрва?!
– Да, па зима е!

* * *

При посета на Шкотска еден Американец отишол на езерото Лох Нес надевајќи се дека ќе го види чудовиштето кое се крие во езерото. Американецот го прашал туристичкиот водич:
– Кога обично се појавува чудовиштето?
– Па... обично по осмото испиено виски!

* * *

Внук го прашува деда си од што се умира. Дедото му вели:
– Прво се умира од копнеж, потоа се умира од љубов, па се умира од здодевност и на крајот се умира од вистинско умирање.

* * *

Влегува осумдесетгодишен човек во туристичка агенција и прашува:
– Прочитав подарувате патување на Хаваи за пензионери. Кои услови треба да се исполнат?
– Да дојдете во придружба на родителите!

* * *

И приоѓа млад човек на убава атрактивна девојка и и вели:
– Татко ми е многу стар и пред умирање. За неколку месеци ќе станам многу богат, омажи се за мене!
– Девојката му побарала визит карта и по неколку дена му станала маќеа!

* * *

На некој коктел една жена и вели на својата пријателка:
– Зошто го носиш прстенот на погрешен прст?
– Затоа што сум се омажила за погрешен човек!

* * *

Внукот го прашува деда си:
– Дедо дали е точно дека во некои земји во Африка момчето не ја запознава невестата пред да се ожени?
– Тоа е така внучко во сите земји! Јас ја запознав баба ти каква е дури отпосле.

* * *

Влегува инспектор во работилница и прашува:
– Колкумина работите тука?
– Со шефот десетина, а кога не е тука никој!

* * *

Го прашува синчето татка си:
– Тато зошто си се оженил со мама?
Мажот ја погледнал жена си и одговорил:
– Гледаш ли не само мене што не ми е јасно, туку и на детето не му е!

Мајмун и огледало

Мајмунот се гледал во огледало, а мечокот го гледал и го прашал:
– Каква ти е таа муцка?
Мајмунот на тоа почнал да ја криви устата, да се смее и да се прави важен, бидејќи сакал да биде личен како други пет–шест мајмуни. На тоа мечокот го прашал нели е подобро да не се обидува да биде како другите мајмуни?
Поука: „Мечокот му дал совет умен но, тој во водата падна куме“.

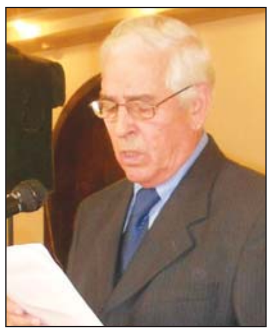
Во издание на СЗПМ излезе најновиот број на Билтенот за фолклорните ревии 2020

Оваа година и покрај пандемијата од Ковид 19, во Сојузот на здруженија на пензионери на Македонија се одржаа 18. Регионални ревии во 7 региони и 10. Јубилејна фолклорна ревија на песни, музика и игри 2020, благодарение на желбата на голем брок пензионери традицијата да се одржи.

На 10. Јубилејна фолклорна ревија на песни, музика и игри 2020 учествуваа само здруженијата домакини на 18. Регионални ревии, а и оваа година овој проект беше поддржан од Министерството за култура на РС Македонија, како проект од интерес на програмата на Министерството за зачувување на културното богатство на нашата земја. И покрај пандемијата и видеоизменетиот изглед и содржина ревиите беа празник за очи и уши, убавина за душата. И според онаа крајот го краси делото е издаден Билтен на 56 колор страници во кој се поместени сите случувања околу одржувањата на фолклорните пензионерски фолклорни ревии оваа година во издание на СЗПМ. Издадено е и ЦД со видеозапис од 10. Јубилејна фолклорна ревија на песни, музика и игри 2020. **К.С.А.**

ЗП Гази Баба

Денот на здружението одбележан со две седници, седница на ИО и на Собранието



Со одлука на Извршниот одбор и на Собранието на Здружението на пензионери Гази Баба, се предложи, денот на Здружението 12 декември, кој е во неработен ден, одбележувањето да се помести за неколку денови и да се прослави на посебен начин. Во услови на пандемија од Ковид–19, здружението активностите ги реализира во рамките на своите можности согласно со препораките на Владата, препораките на Комисијата за здравство и на СЗПМ. По тој повод во знак на одбележување на Денот на здружението, на 15 декември се одржа телекомуникациска седница на ИО и на Собранието на ЗП Гази Баба, каде што беше анализирана работата на здружението во овој тежок период и беа донесени значајни документи за натамошно дејствување и остварување на програмските задачи.

Претходно на сите членови на ИО и Собранието им беа доставени материјалите преку претседателите на разграноците. На дневен ред на седницата на ИО, која се одржа телефонски, беа разгледани и усвоени следните точки: Предлог–одлуката за усвојување на финансискиот план за 2021 година; Извештајот на ИО за работата на телата и органите; разгледување на оперативната програма за работата на телата и органите за 2021 година, формирање пописна комисија и одредување благајнички максимум и друго. На седницата на ИО беа донесени и поголем број одлуки битни за работата на здружението.

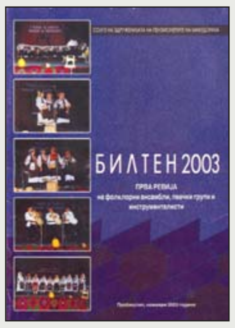
По завршувањето на седницата на ИО, Собранието на ЗП Гази Баба ја одржа својата телефонска седница на која на дневен ред беа: Предлог–одлуката за усвојување на финансискиот план за 2021 година; усвојување на извештајот на ИО за 2020 година и усвојување на оперативната програма за 2021 година. Делегатите на седница на Собранието, Извештајот за материјално-финансиското работење едногласно го усвоија, со заклучок дека наменско и рационално се трошеле средствата. Целокупната документација е уредно водена, а трошењето средства е согласно со законските прописи.

На седницата едногласно беше заклучено дека во вонредни услови немаше можност за реализирање на сите активности предвидени со оперативната програма за 2020 година, но со надеж дека оваа пандемија ќе исчезне, и пропуштеното ќе може да се надополни идната година а сите обврски кои произлегуваат како резултат од целите и задачите на здружението, а предвидени со статутот и опфатени со оперативната програма за 2021 година ќе се реализираат согласно со состојбата на моменталната пандемија на Ковид–19.

На овој ден, кога се одбележува денот на здружението, заседаваше и Комисијата за здравство при ЗП Гази Баба на која се додели еднократна парична помош на болни и социјално загрозени пензионери, кое има посебно значење оваа година со појавата на корона вирусот. На 17 пензионери се доделија средствата како еднократна парична помош од 3.000 до 5.000 денари, во зависност од степенот на болеста и социјалната загрозеност. **В.П.**

НИЗ ИСТОРИЈАТА НА СЗПМ

Прв билтен на фолклорни ревии



Првата пензионерска ревија на фолклорни ансамбли, пејачки групи и инструменталисти се одржа на 12 ноември 2003 година во Домот на културата во Пробиштип, каде што веќе постоеше културно–уметничко друштво кое долги години наназад го негуваше фолклорот и учествуваше на фолклорни приредби по повод разни свечености и фестивали. Матичното здружение на пензионерите од Пробиштип беше домаќин на оваа културна манифестација. Ревијата се одржа со 196 учесници од пријавените здруженија и претставници скоро од сите здруженија на пензионери и гости и граѓани од градот домаќин со над 300 присутни.

На Првата ревија на фолклорни ансамбли, пејачки групи и инструменталисти прв на присутните им се обрати претседателот на Комисијата за културно–забавен живот при СЗПМ Душан Перески, кој се заложи оваа манифестација да стане традиционална.

ЗП Прилеп

Награда за животно дело за пензионираниот новинар - Миле Талески

Новинарот во пензија Миле Талески е носител на награда за животно дело Златна плакета која локалната самоуправа традиционално ја доделува по повод празникот на ослободувањето на Прилеп, Трети ноември. Постхумно „Златна плакета" за животно дело, за особен придонес и создавање трајни вредности во музичката уметност и беше доделена на музичката легенда, Нина Спирова.

– Одбележувајќи го Денот на ослободувањето на нашиот град, на сите годишни добитници, на нивните семејства, на институциите, на здруженијата на граѓани им ги честитам Третоноемвриските награди. Тие се доказ, дека Прилеп, бил и останува расадник на вредни, трудољубиви, способни и талентирани граѓани, кои низ градењето на личните кариери и постигнувањето врвни резултати и успеси, претставувале и претставуваат најдобри амбасадори на својот град, – истакна градоначалникот на Прилеп, Илија Јованоски, врачувајќи им ги наградите на свечената седница.

Плакети и благодарници по повод Денот на ослободувањето на Прилеп им беа доделени и на Одделот за инфектологија при ЈЗУ Општа болница, потоа Службата за итна медицинска помош и домашно лекување, Одделението за трансфузиона медицина, за ангажирањето околу лекувањето на пациентите од пандемијата на корона вирусот. Посебни награди добија и повеќе институции и поединци за постигнати резултати во текот на годинава на повеќе полиња.

За пензионерот – новинар Миле Талески кој сè уште оди на тренингите на фудбалските терени и на другите екипи од речиси сите спортови. Талески наполни 81 година, но како што вели не се откажува од следењето на спортските настани и во овие тешки времиња на Ковид–19. Тој како некогаш што пишуваше во Нова Македонија, во белградскиот весник „Спорт", потоа долги години во информативната куќа каде што и работеше – Центарот за печат радио и телевизија, пишуваше за програмите на Радио и ТВ–Прилеп, а посебно подготвуваше спортска страница во неделникот „Народен галас". За неговата активност на полето на спортското новинарство има добиено повеќе награди во Македонија, градот Прилеп и весници од другите ЈУ – републики. Талески своевремено беше прогласен за спортски новинар на векот и се вбројуваше во десетте најдобри спортски новинари во Македонија. Тој сега и кога нема никој на терените за ракомет, пинг–понг, или кој било да е друг спорт може да се види како ги следи младите генерации и идни спортисти на Прилеп. **К. Ристески**

Пензионерите литературни творци оставаат аманет за вечноста

Во 2020 година во корона пандемија промоциите згаснаа, а пишаните медиуми и интернет порталите станаа промотори на творечката енергија и создадените дела. Покрај поединечните, се создаваат и групни дела за почит. Такво дело издадоа пензионерите на Здружението на просветни работници–литературни творци на Македонија, продолжувачи на аманетот на Климент, за да се зачува кирилското писмо и создаденото на македонски јазик. Во збирката раскази „Аманет за вечноста" на стотина страници се застапени 28 автори. Лепезата од наслови како: Кафез, На крстот, Душа носиме, Живот, Како да напишам песна, Пеперуга, се спектар од емотивни изливи низ пишан збор. Творците велат: секоја книга е како прележана болест на авторот. Претседателката на Здружението Благоја Филипчева во предговорот вели:

– Содржината на оваа збирка раскази е осведочено живеење на Македонците со кирилско писмо, каде се чувствува душевниот немир во ова време–невреме, судирот на генерации, носталгијата и копнежот по децата, роднокрајната сиромаштија и преселбата на народите. Оваа книга е вистински аманет оставен на потомците.

Филипчева ги вклучува и помладите творци како иднина на Здружението, да не згасне жарчето! Сака творците да создадат уште многу дела, каде ќе се осведочи кирилицата за да не згасне искрата македонска, која ја носеа како факел многу наши дејци низ вековите.

Книгата е уште дело чиј наслов упатува на аманетот од нашите предци за македонските потомци, зашто творештвото бара знаење, искуство, истрајност и себевложување. **Ц. Спасикова**

ЗП Лабуништа

Средба со Перо Гојани

– Гулабарството ми е хоби. На мојата тераса на покривот од куќата чувам педесетина гулаби од неколку сорти. Со нив сум преку цел ден. Не само што ги негувам, хранам, вишам, тие се моја гордост во селото Подгорци, Струшко. Со нив ја разбивам монотонијата и ги разубавувам моите и на сопругата Ката пензионерските денови, – ја раскажува пензионерската приказна страсниот гулабар, член на огранокот на ЗП Лабуништа. Го затекнавме на кровната тераса каде што ги чува гулабите при хранењето на јатото во друштво со неговите соселани кои чуваат гулаби. Притоа „фрли" неколку гулаби во висина да видиме како прават „цветови" во воздухот и други езгибиции. Гојани вели дека со гулабарство се занимава повеќе од 40 години. Уште кога бил дете на возраст од 14 години во Призрен, Косово, од каде што потекнува, а со доаѓањето во Подгорци, продолжив со нивно одгледување.

– Секој според своите желби и определби. Јас сум строго определен за овие видови и со нив работам од јајце до гулаб. И гулабите стареат како и луѓето. Не ги продавам, може само да ги заменам или на некој нов вљубеник на гулаби да му подарам. Во Подгорци, се зголеми бројот на одгледувачи на гулаби. По подгоречкото небо летаат многу јата гулаби. Јас сум член на Здружението на гулабари од Струга. Секој мој гулаб е регистриран и нумериран. **С. Кукунешоски**

Новогодишна порака

Заминува Годината стара
да не се повтори никогаш
нашата најголема желба
е повеќе здравје да има
и помеѓу луѓето да нема делба.
Во дваилјади дваесет и прва
секој со радост да се буди
во душата помалку да ни студи.
Да празнуваме одговорно, безбедно
да ги украсиме домовите наши
да се воздржиме од еуфорија
да не се претворат убавите мигови
во некоја лоша сторија.
Ние пензионерите најдобро знаеме
со најблиските убави трпези да правиме
и смирено да прославуваме.
На младите да им пренесеме порака
ќе има уште многу празнувања
славења и убави доживувања.
Нека ни е среќна годината што иде
Со многу здравје и поспокојна да биде.

Јанка Узунова

ЗП Тетово

Усвоени важни документи за 2021 година

Здружението на пензионерите Тетово, на 10.12.2020 година, ја одржа втората и последна седница на Собранието на Здружението за оваа година. На дневен ред на седницата беше усвојувањето на Извештајот за работа на органите и телата на Здружението за 2020 г., Програмата за работа за 2021 година и донесување на Одлука за усвојување на финансискиот план за 2021 година. Материјалите претходно ги разгледаа и за нив расправаа членовите на ИО на своја седница, а потоа материјалите како утврдени беа за усвојување на Собранието. Во дискусија по материјалите доминираа позитивни оценки иако програмата е реализирана во време на пандемија. Во неможност за реализирање на активностите од областите на спортот и спортските активности на пензионерите, организирањето на културно забавни активности, екскурзии и друго, ИО и другите органи и тела на Здружението своите активности ги насочија кон средување и реновирање на Домот на пензионерите, уредување на дворното место, организирање на бесплатни експрегледи на пензионерите и организирање и доделување на помош на материјално загрозени пензионери. Седницата заврши со едногласно усвојување на Извештајот за работа во 2020, Програмата и Финансискиот план за 2021 година. **С.Д.**