СЗПМ БЕСПЛАТЕН ВЕСНИК ЗА СЕГАШНИ И ЗА ИДНИ ПЕНЗИОНЕРИ

ПЕНЗИОНЕР плус

24 септември 2021 година број 158

Година XIV Излегува еднаш месечно

www.szpm.org.mk e-mail: vesnik@szpm.org.mk СЗПМ тел. 02 3223 710

ISSN 1857-7660

NLB Banka

Свечена седница по повод 75 години од пензионерското организирање

ДОСТОИНСТВЕНО ОДБЕЛЕЖАН ГОЛЕМИОТ ПЕНЗИОНЕРСКИ ЈУБИЛЕЈ

На 20–ти септември Денот на пензионерите, со Свечена седница на која присуствуваа претседателот на Владата на Република Северна Македонија Зоран Заев, министерката за труд и социјална политика Јагода Шахпаска, директорката на ФПИОСМ Билјана Јовановска, членови на Собранието и на Извршниот одбор на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија, претседатели на здруженијата на пензионерите, членки на Сојузот, и други, свечено и достоинствено беше одбележан големиот пензионерски јубилеј, 75 години од пензионерското

организирање односно од Сојузот на здруженија на пензионери на Македонија, најмасовната мултиетничка организација во нашата земја, во која членуваат над 280 000 пензионери.

По интонирањето на химната, во свечено уредената сала, со

сценографија на која беа напишани имињата на сите 53 здруженија, членки на Сојузот, и три фотографии на кои беа одбележани трите најбитни и најмасовни активности на Сојузот, спортските пензионерски натпреварувања кои оваа година одбележува 25 години од првите натпреварувања, хуманитарните активности кои особено беа нагласени во овие две пандемски години и фолклорните ревии на песни, музика и игри по кои пензионерите се препознатливи како верни чувари на нашето културно богатство, традиција и идентитет, прва на присутните се обрати првата жена на чело на Сојузот избрана по цели 73 години, Претседателката Станка Трајкова.

Откако ги поздрави високите гости и сите присутни, таа поднесе реферат во кој беа содржани сите активности и постигања на Сојузот во изминатите години кои се за почит и на кои сите сме горди:

– Почитувани пензионери, драги гости, дами и господа

На самиот почеток, дозволете ми во име на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија да се заблагодарам на присуството на премиерот Зоран Заев, кој секогаш наоѓа време да биде со нас пензионерите, за што од срце му благодариме.

Денеска со нас е и министерката за труд и социјална политика Јагода Шахпаска која добро знае што претставува пензионерската популација како огромна целна група, а со нас на овој значен ден е и Билјана Јовановска, деректорката на ФПИОСМ, институција од која ние пензионерите го добиваме решението за пензија, гаранција за нашата материјална и социјална сигурност.

На Свечената седница ги поканивме и претседателите на Сојузите на пензионери од земјите на нашето опкружување. Сите веднаш се согласија да дојдат, но подоцна го откажаа своето доаѓање заради влошување на состојбата со пандемијата. При тоа испратија срдечни честитки по повод јубилеот со желба за натамошна соработка меѓу Сојузите на нашите држави. Исто така, ги поздравувам и другите гости кои со своето присуство го зголемија значењето на ова величествено одбележување на 75 години од пензионерското организирање во нашата држава.

Како што е познато јубилеј претставува одбележување на значаен датум, а тоа главно се прави со преземање разни иницијативи и придружни активности. Јубилеј, како настан е посакуван од луѓето бидејќи при одбележувањето има пријатна атмосфера, убава музика, дружење, сеќавања и друго, но овој пат заради пандемијата бројот на присутните е значително редуциран и одбележувањето е нешто поинакво.

Како придружни активности на одбележувањето на овој голем пензионерски јубилеј се и одржаните поетско-музички средби во Прилеп кои се совпаднаа и со 100 години од раѓањето на Блаже Конески и поетското читање во Радовиш, родното место на поетот Ацо Караманов, како врв на пензионерското организирање каде што доаѓа до израз културно-уметничкиот дух на пензионерите кои творат и во услови на пандемија, затоа што пензионерите одбраа живот и иднина!

Почитувани, како што е познато здруженијата на пензионерите и Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија цели 75 години опстануваат како граѓанска организација **која се грижи за правата на пензионерите и за** унапредување на развојот на пензионерското организирање. Ентузијастите што ги формирале првите здруженија на пензионери и Сојузот, имале визија кои треба да бидат целите на ова здружување и во која насока треба да биде насочен нивниот активизам. Целта им била јасна: подобрување на пензионерскиот живот, обезбедување права и активно стареење.

Донесувањето на Законот за пензионирање во 1946 година условило да бидат регистрирани околу 2 600 пензионери и овозможило да започне и пензионерското организирање. Во тие рани почетоци своите активности пензионерите ги остварувале во рамките на други здруженија, за по одреден временски период да формираат и свои здруженија. Историски гледано, тие подоцна се обединуваат и во

НЕКА НИ Е ЧЕСТИТ 20-ти СЕПТЕМВРИ - ДЕНОТ НА ПЕНЗИОНЕРИТЕ И ГОЛЕМИОТ ЈУБИЛЕЈ 75 ГОДИНИ ОПСТАНУВАЊЕ СЗПМ

ВО ОВОЈ БРОЈ...

СВЕЧЕНА СЕДНИЦА ПО ПОВОД 75-ГОДИШНИОТ ПЕНЗИОНЕРСКИ ЈУБИЛЕЈ стр. 2 и 3

ОДБЕЛЕЖУВАЊЕ НА 75-ГОДИШНИОТ ПЕНЗИОНЕРСКИ ЈУБИЛЕЈ стр. 4

АКТИВНОСТИ стр. 5

ПАРИЧНА ПОМОШ НА 90 ПЕНЗИОНЕРИ стр. 7

ПРАВО НА УЧЕСТВО НА 25. РЕПУБЛИЧКИ ЈУБИЛЕЈНИ СПОРТСКИ НАТПРЕВАРИ ОБЕЗБЕДИЈА 32 ЗДРУЖЕНИЈА стр. 9

25-ТИ РЕГИОНАЛНИ ПЕНЗИОНЕРСКИ СПОРТСКИ НАТПРЕВАРИ ВО ОСУМ РЕГИОНИ стр. 11 и 16

ИЗБОР НА АЛБАНСКИ стр. 12

ЗДРАВСТВО стр. 13

ЗАБАВА стр. 15

ЌЕ ИЗЛЕЗАТ
21 октомври
- Прилог за пензионери во „Коха“
29 октоммври
„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

HALKBANK SKOPJE 10 YEARS

повисоки облици на организирање, а денес тоа е Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија, кој несомнено претставува синоним на добро пензионерското организирање.

Во својот развој оваа пензионерска асоцијација прерасна во најмасовна најактивна и невладина мултиетничка организација и респектабилен субјект со значајни постигања во интерес на корисниците на пензија. Денес во нашата држава има 324 066 корисници на пензија кои својата материјална егзистенција ја обезбедуваат во реформиран пензиски ситем. Право на старосна пензија користат 219 066 пензионери, семејна пензија користат 75 112 корисници на пензија, а 30 388 пензионери користат пензија стекната по основ на инвалидност. Просечната пензија изнесува 15.854 денари и нејзиното учество во однос на просечната плата изнесува 55,2%, а бројот на осигурениците кои издвојуваат придонес од платата и обезбедуваат тековен изворен приход за исплата на пензиите, изнесува 517 863. Соодносот корисник: осигуреник изнесува 1:1,6 што е далеку од добро посакуваниот сооднос 1:3. Она што за пензионерите е многу важно е што имаме редовна исплата на пензиите, а во услови на пандемија пензиите се исплатуваат предвреме во неколку групи, почнувајќи од најниските, заради обезбедување превентивна заштита на пензионерите.

Иако е јубилеј сепак заслужува да го спомeнеме најважниот институт во пензискиот систем – усогласување на пензиите преку кој се одржува реалната вредност на пензијата кој институт наназад гледано доживувал повеќе модалитети приспособувајќи се на општествено-економските услови.

Заслужува да се споменат и постигнатите резултати преку пензионерското организирање, а тоа е: заштитата на стекнатите права во пензиското и инвалидското осигурување, подобра здравствена заштита преку ослободување од партиципација за болничко лекување на пензионери со пониски примања, бањско-климатската рекреација, зголемената соработка со локалната власт и широкото поле на соработка со Црвениот Крст. Не изостана пред пандемијата и меѓународната соработка на културен и спортски план на Сојузот и здруженијата на пензионерите на Македонија со здруженија и Сојузи на земјите од опкружувањето.

Почитувани пријатели,

Посебно се импресивни резултатите во јубилејната 2021 година за кои ќе се потрудиме да не се заборават. **Не може и не треба да се заборави дека СЗПМ со Одлука на Владата оваа година во месец јули ги доби просториите (цел кат) на трајно користење со што се создадоа подобри услови за работа во време кога Сојузот работи на повеќе проекти во интерес на оваа популација, а со тоа и Владата покажа сериозен однос кон нас пензионерите, бидејќи Сојузот како граѓанска асоцијација која опстојува 75 години тоа го заслужува.**

СЗПМ застана пред предизвикот Ковид 19 и секој ден вратите на Сојузот беа отворени, секој месец излегуваше весникот „Пензионер плус", кој овој пат ни беше насушна потреба за координација меѓу Сојузот и здруженијата на пензионерите, како и меѓу самите здруженија. **Во оваа година Сојузот силно го крена гласот дека пензионерските објекти треба да се вратат на здруженијата бидејќи се изградени со пензионерскиот придонес, а тоа го бараат и сите здруженија на пензионери.** Потоа, повеќе пати е повторувано барањето да се влијае на јавниот интерес, со цел пензиите да се усогласуваат со дел од порастот на платите и трошоците на животот за да се обезбеди диверзификација од ризикот доколку еден од тие параметри заостанува.

Во оваа јубилејна година се одржаа и регионалните ревии на песни музика и игри во 8 региони во државата, како и Републичката ревија на песни, музика и игри, а на први септември, во Прилеп започнаа и регионалните пензионерски спортски натпревари во организација на Сојузот, кои завршија на 17 септември 2021 година во Виница.

Со финансиска поддршка на издавачката дејност и творештво, СЗПМ поддржа и одреден број корисници на пензија на кои перото им го олеснуваше животот во време на пандемија. Со тоа покажавме дека пензионерот со заминување во пензија не се пензионира и од работа и општеството, туку твори и создава. Тој можеби има физички дефицит предизвикан од годините, но треба да му се даде простор да го користи неговиот интелектуален капацитет.

Практикувањето и на социјално-хуманитарната дејност особено стана многу битна во услови на пандемија, кога дојде до израз заемноста и солидарноста меѓу пензионерите. Дел од **Активностите во време на пандемија застанаа, но не престанаа, затоа што во здруженијата едни активности се заменија со други. Се опремуваа клубовите, се реновираа пензионерските соби, се работеше на снабдување на пензионерите со огревно дрво, се направи согледување за состојбата со старските и пензионерските домови, како работат клубовите, дневните центри, помош на помалите здруженија, воведување на потстраница на здруженијата во рамките на веб-страницата на Сојузот, а особено значајно беше доделување на разни видови помошти покажувајќи дека пензионерот не е сам и преку инклузивни активности се работеше во подобрување на материјалниот статус на пензионерот**. Тие помошти здруженијата пред сè ги обезбедуваа од членарината како нивни изворен приход. Во тој контекст заслужува да се спомене и проектот односно воведената телефонска линија во Сојузот „Ало пензионерски прашања" на која пензионерите може да прашуваат и да добијат одговори од компетентни лица.

Почитувани, има уште многу проекти кои произлегоа од СЗПМ, од органите на Сојузот во кои членуваат пензионери од здруженијата на пензионерите кои непосредно учествуваат во донесувањето на одлуките, што значи дека резултатите на Сојузот и здруженијата се заеднички.

Дозволете ми во оваа прилика да истакнам дека не случајно е избран 20 септември за одбележување на 75-годишниот јубилеј туку затоа што тоа е и Денот на пензионерите кои во далечната 1986 година по повод 40 години од донесувањето на Законот за пензиското и инвалидското осигурување во Македонија на тогашната свечена седница на 20.10.1986 година едногласно бил донесен заклучокот 20 септември да биде одбележувана годишнината на СЗПМ со разни пригодни средби, реферати, културни и спортски активности.

Да ни е честит 20 септември Денот на пензионерите

Почитувани, ќе го завршам моето јубилејно обраќање со зборовите дека ние пензионерите ќе продолжиме по патот што сме го трасирале уште пред 75 години, со барање за подобар и подостоинствен живот со гласно укажување дека на пензионерите не треба да се гледа како товар на општеството туку како целна група со интегритет и значење, затоа што пензионерот знае да почитува и да разбира.

Ви благодарам

По почитуваната Претседателка на Сојузот на здруженијата на пензионерите Станка Трајкова, на присутните им се обрати и ги поздрави и министерката за труд и социјална политика Јагода Шахпаска:

– Почитуван Претседателе на Владата на Република Северна Македонија, господине Зоран Заев, почитувана Претседателке на Сојузот на здруженијата на пензионерите, госпоѓо Станка Трајкова, почитувани пензионери, почитувани присутни,

Ми претставува огромна чест и задоволство што денеска заедно го прославуваме „Денот на пензионерите" и што заедно одбележуваме еден значаен јубилеј – 75 години од постоењето на Сојузот на пензионери. Ви ги честитам

овие два значајни настани и Ви благодарам на посветеноста и на ентузијазмот со кој придонесувате за градењето на нашата држава.

Своето знаење, мудрост и искуство ги вградивте во темелите на нашата држава. Благодарение на вас и на вашата пожртвуваност денеска Република Северна Македонија е самостојна, просперитетна држава, членка на НАТО и земја која храбро чекори по европскиот пат, – рече министерката Шахпаска.

Таа истакна дека дека грижата за пензионерите за Владата и за Министерството за труд и социјална политика останува врвен приоритет и посочи дека одржувањето на стабилнсноста на Пензискиот фонд и во време на најголемата економската и здравствена криза предизвикана од пандемијата со Ковид 19 и редовната исплата на пензиите е потврда за тоа.

– Нашата порака е јасна, создаваме систем, според кој пензионерите ќе имаат сигурност, извесност и покачувањето на нивните пензии нема да зависи од нечија политичка волја или од тоа дали ќе има избори. Согласно Законот за пензиско и инвалидско осигурување, редовното усогласување на пензијата се врши два пати во годината, од 1 јануари и од 1 јули, според процентот на порастот на индексот на трошоците на живот во претходното полугодие во однос на полугодието кое му претходи. Пензионерите и оваа година, и покрај пандемијата, добија двапати усогласување на пензиите според порастот на трошоците за живот. Со завршувањето на кризата ќе се создадат услови никој во државата да нема пониска пензија од 10.700 денари, – потенцираше Шахпаска.

Во своето обраќање министерката се осврна и на Законот за социјална сигурност за старите лица, за Државната социјална пензија која ја користат 9.446 граѓани и друго.

Министерката Шахпаска го истакна значењето за воведувањето на услугата, помош и нега на стари лица во домот, која обезбедува грижа од страна на обучени негователи кои им помагаат на старите лица во секојдневните активности и која ќе ја спроведуваат 300 негователи, а ќе бидат опфатени 900 пензионери во целата држава.

На крајот од своето обраќање упати благодарност и честитки до пензионерите за нивната општествена одговорност кон процесот на имунизација со што директно придонесуваат за јакнењето на колективниот имунитет во борбата со пандемијата.

Потоа на присутните им се обрати Претседателот на Владата на Република Северна Македонија Зоран Заев, кој е голем почитувач и пријател на пензионерите.

Почитувана Министерке за труд и социјална политика Јагода Шахпаска, почитувана Претседателке на Сојузот на здруженијата на пензионерите Станка Трајкова, почитувани претставници на здруженијата на пензионерите од целата земја.

Во име на Владата на РСМ ви го честитам јубилејот – 75 години од основањето на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија, кој го одбележувате во годината кога славиме три децении од нашата независност, и ви посакувам уште долги години посветено и успешно спроведување на вашата благородна мисија.

Едновремено ја користам оваа свечена прилика да истакнам дека со оваа мошне почитувана невладина мултиетничка асоцијација имаме заедничка визија – градење на општество во кое ќе работиме на унапредување на квалитетот на живеење на нашите највозрасни граѓани кои го вградиле својот работен век во иднината на оваа земја.

Она што никако не смееме да го заборавиме – е фактот што токму оваа генерација граѓани на свои плеќи понесе најголем товар во времето кога државата работеше на консолидирање на економијата.

Свесни сме дека личниот влог на секој од вас е огромен и должни сме да ви изразиме неизмерна почит и благодарност.

Како претседател на Владата на Република Северна Македонија, со гордост ќе истакнам дека еден од нашите приоритети и обврски е грижата за пензионерите и посветена работа во насока на подобрување на вашиот животен стандард и благосостојба. Грижата за сите наши граѓани ја имплементираме преку концептот Едно општество за сите, кој, воедно е и еден од главните постулати на владините политики.

Во тој процес, заедно со Министерството за труд и социјална политика, силно се заложивме за исправање на неправдите и сега два пати годишно имаме усогласување на пензиите со трошоците на живот. Со ова законско усогласување од една страна ги усогласуваме пензиите со трошоците за живот, а од друга страна го штитиме фондот за ПИОМ со цел и идните генерации пензионери да очекуваат стабилни и навремени исплати на своите пензии.

Со задоволство ќе истакнам дека пензискиот фонд е стабилен, со што пензиите ќе течат редовно и ќе растат согласно законот. Тоа на сите вас, и на идните пензионери, ќе ви гарантира сигурна егзистенција за време на пензионерски денови.

Соработката на Владата со Сојузот на здруженија на пензионери на Македонија ќе продолжи и понатаму во насока на одржување на трендот на зголемување на просечната пензија и квалитетна здравствена и социјална грижа за оваа категорија граѓани со цел обезбедување квалитетен и достоинствен живот.

Заедно со Министерството за труд и социјална политика презедовме и конкретни активности во насока на подобрување на социјалните сервиси за заштита и помош на пензионерите, за што има солидна соработка со локалните самоуправи. Зголемени се капацитетите за сместувања на возрасни лица и пензионери.

Ние како Влада и натаму ќе се залагаме во насока на целосно зајакнување на независноста и одржливоста на Сојузот и здруженијата на пензионери, и остварување на неговата благородна мисија – грижата за вашите членови, особено за оние со ниски пензии, преку хуманитарни и волонтерски активности што ги спроведувате.

Уште еднаш ви го честитам јубилејот и ви посакувам сплотено делување околу вашата заедничка мисија и секако што подолго заедно со вашите најблиски да ги уживате плодовите на вашиот труд.

Ви благодарам.

Со голема чест и благодарност за особен придонес во пензионерскиот развој, а по повод големиот јубилеј, им беа доделени плакети на присутните добитници: Премиерот Зоран Заев, Министерката за труд и социјална политика Јагода Шахпаска и на директорката на ФПИОСМ Билјана Јовановска. Плакетите им ги врачи Претседателката на Сојузот Станка Трајкова.

На другите добитници, плакетите и на признанијата ќе им бидат врачени на соодветни пригодни средби.

На Свечената седница имаше пригодна културно–уметничка програма со следната содржина: рецитирање на поемата „Болен Дојчин" од Блаже Конески во придружба на две гајди; мешана македонско–албанска група со песните „Мојата серенада" и „Вољта, каљова" (Одев, поминав), хумористички скеч „Превара во корона", и музичка група со изведба на песната „Мори абер дојде Ајше".

Пензионерите ја посетија Изложбата во Кабинетот на Претседателот на државата по повод 30 години од нашата независност

На 17 септември 2021 година група пензионери од повеќе скопски здруженија ја посетија изложбата по повод 30 години од независноста на нашата земја која беше поставена во Вилата Водно во Кабинетот на претседателот на државата. Во оваа прилика пензионерите се сретнаа со претседателот на државата Стево Пендаровски.

Изложбата беше реализирана по повод чествувањето на 30 години независна македонска држава, во организација на Кабинетот на Претседателот на Република Северна Македонија. Изложбата е дел од низата културни настани со кои беа претставени значајни дела од богатата современа македонска културна ризница.

Одбележувањето на 30–годишнината на независноста во Кабинетот на Претседателот насловено „Слоеви на современоста – 30 години независност низ уметностите" со што беше нагласена клучната улога на културните и уметничките практики во демократизацијата и еманципаторските политики во општеството.

Во Кабинетот на Претседателот на изложбата беа претставени дела од реномираните македонски ликовни уметници: Димитар Пандилов Аврамовски, Никола Мартиноски, Лазар Личеноски, Љубомир Белогаски, Димитар Кондовски, Боро Митриќески, Мазев Петар, Глигор Чемерски, Драгутин Аврамовски – Гуте, Ристо Калчевски, сè до Ана Темкова, Родољуб Анастасов, Омер Калеши.

Изложбата беше отворена за секој посетител со претходно пријавување на официјалната интернет страница на Претседателот. Посетата беше организирана во зависност од бројот на пријавени граѓани, а во согласност со актуелните мерки за заштита од Ковид–19.

К.С.А.

Седница на ИО на СЗПМ

Подготвителна седница за одбележување на 75-годишниот пензионерски јубилеј

На 16 септември 2021 година се одржа седница на ИО на СЗПМ, која ја раководеше претседателката на Сојузот Станка Трајкова.

На седницата со едноминутно молчење им се оддаде почит на загинатите во пожарот во Тетово. Претседателот на Комисијата за финансиска поддршка и издаваштво, проф. д-р Васил Тоциновски, ја образложи Предлог-одлуката на Комисијата. Предложени се да добијат поддршка следниве дела:

1. Андриета Чаушевска-Цветанова за стихозбирката „На крилјата од верата, надежта и љубовта“ ЗП Ресен, средства во износ од 8.000 денари.

2. Драган Стефановски за изложба „Врвици на пензионерските години“, ЗП Демир Хисар, средства во износ од 5.000 денари.

3. Васил Маневски за стихозбирката „Тестамент“, ЗП Делчево, средства во износ од 10.000 денари.

4. Здружение „Нов Вавилон“ Рате Савев за стихозбирката „Песна на песната“ од ЗП Македонски Брод, средства во износ од 8.000 денари.

5. Слободанка Стојановиќ, изложба „Животен валцер“ ЗП Карпош, средства во износ од 15.000 денари.

6. Здружение на пензионери Ѓорче Петров „Монографија“ средства во износ од 10.000 денари.

7. Јован Дамјановски за романот „Духовните контејнери“, ЗП Тетово, средства во износ од 25.000 денари.

8. Методи Мишевски, монографија „111 години кратовски тамбураши“, ЗП Кратово, средства во износ од 10.000 денари.

9. Лилјана Стоилковска за романот „Туѓа на своето“, ЗП Солидарност – Аеродром, средства во износ од 15.000 денари.

10. Љиљана Тричковиќ за романот „Прва замолив за љубов“, ЗП Куманово, средства во износ од 10.000 денари.

11. Васил Дрвошанов, публицистичка книга „Автори и дела“, книга ВИИ, ЗП Ѓ. Петров, средства во износ од 15.000 денари.

12. Реџеп Алили, монографија „Чајлане“, ЗП Сарај, средства во износ од 10.000 денари.

13. Благоја Ивчевски, публицистичка книга „Јазичен агол 3“ ЗП Прилеп, средства во износ од 15.000 денари.

14. Драгица Славеска, збирка раскази „Живот со цел“, ЗП Ѓ. Петров, средства во износ од 10.000 денари.

15. Добре Тодоровски, збирка раскази „Да беше поинаку“, ЗП Битола, средства во износ од 10.000 денари.

16. Павле Митрески, монографија „Охридско-струшки регион“ ЗП Охрид, средства во износ од 10.000 денари.

17. Цвета Спасикова, збирка раскази „Раскази од балкон“ ЗП Штип, средства во износ од 8.000 денари.

Одлуката беше прифатена едногласно.

Потоа претседателката Трајкова детално ја образложи концепцијата за одбележувањето на 75-годишниот пензионерски јубилеј, кое треба да биде свечено и достоинствено обележан. На свечената седница ќе се обрати претседателот на Владата на Република Северна Македонија Зоран Заев кој е и покровител на седницата, а ќе присуствува и министерката за труд и социјална политика Јагода Шахпаска.

Во врска со тоа предложи да бидат донесени следните одлуки:

– Одлука: Свечена седница да се одржи на 20 септември 2021 година Денот на пензионерите, во комплексот „Ритуал“ во Трубарево, Скопје;

– Одлука за формирање на Организационен одбор за одбележување на 75 години од пензионерското организирање, односно од Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија во состав:

1. Станка Трајкова – претседател
2. Илија Адамоски
3. Ментор Коку
4. Менка Темелковска
5. Калина Андонова
6. Томче Стојков

– Одлука за издавање на јубилејното издание по повод 75 години на пензионерското организирање, односно на Сојуз на здруженијата на пензионерите на Македонија;

– Одлука за одобрување средства за Јубилејното издание;

– Одлука за доделување плакети и признанија за особен придонес во развојот на пензионерското организирање;

– Одлука да се додели парична помош на семејствата на загинатите во пожарот во Тетово во износ од 70.000 денари.

6. Разно

Сите одлуки беа донесени едногласно.

К. С. А.

ЗП Прилеп

Поетско-музичка пензионерска средба по повод два јубилеја

Пензионерите од девет градови, од исто толку пензионерски здруженија, на 3 септември 2021година на посебен начин во Прилеп, во големата сала на Домот на културата „Марко Цепенков“ ги одбележаа двата значајни јубилеја: 75 години од пензионерското организирање во Македонија и 100–годишнината од раѓањето на големиот поет, писател, лингвист Блаже Конески.

На оваа поетско–музичка средба, пензионерите читаа поетски лични творби посветени на лауреатот Конески и пееја македонски песни.

На присутните кои беа во намален број заради почитување на здравствените препораки, на почетокот им се обрати претседателката на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија Станка Трајкова, која говореше за значењето на оваа поетско–музичка манифестација посветена на двата големи јубилеја.

– За одбележување на двата јубилеја најдобро осмислено место и време е токму овде и сега во Прилеп. Пензионерите отсекогаш имаат одбрано живот и иднина, а пензионерската орга-

низација како невладина и непартиска организација опстанува цели 75 години токму заради тоа. Целта и тогаш, пред толку години, а и сега е јасна: подобрување на пензионерскиот живот и активно стареење, – рече претседателката Трајкова.

Најпрво учесниците на оваа културна манифестација, присутните посетители, претставниците од здруженијата од Битола, Охрид, Крушево, Демир Хисар, Кичево, Струга, Кавадарци, Неготино и градот домаќин Прилеп, ги поздрави претседателот на здружението домаќин Славко Трајкоски, кој им посака пријатен престој, здравје на сите пензионери и се разбира долг живот и уште многу, многу други вакви културни манифестации да се случуваат во организација на СЗПМ. Трајкоски им порача на гостите да се чувствуваат во Прилеп исто како да се дома.

По ова, за делата на Блаже Конески накратко се осврна поетесата, писателката Мирјанка Ристеска – Селчанец,

која изрецитира неколку стихови од познатата песна на Коневски „О, тешкото“. Ристеска се осврна накратко и за песната од Конески „Зборот“ каде што поетот вели: „Чувајте го зборот како добро врзан коњ“.

Потоа со своја лична творба посветена на Конески настапи поетесата Блага Тутеска од ЗП Прилеп, со песната „Светилник“, а од истото здружение својата лична творба „Место вино, солзи ли сакате да пиете“ читаше Блажо Стојаноски. Од Битола со лична творба се претстави Нада Велјанова со песната „Родна грутка“ по што КУД „Пензионер“ од ЗП Прилеп ја исполни музичката нумера „Мома крај извор седеше“. Калиопа Наумоска од ЗП Крушево настапи со својата поетска творба „Крушевски непокор“, а Борис Дамески од Демир Хисар со песната „На Конески“. Живко Новески од ЗП Кичево ја изрецитира својата лична творба „Тишина“ по што повторно КУД „Пензионер“ настапи со музичко исполнување на песната „Заспала Јана Јанинка“. Во третиот блок од оваа поетско–музичка манифестација Мирјана Трајкоска од ЗП Охрид и Дебрца ја изрецитира песната „Дојди во Охрид“, а Миланка Панделеска од истото здружение песната „Дојди, види и пак врати се“. Стојан Кукуношоски од Струга се претстави со својата лична творба под наслов „Небрегово“ по што триото „Славна Дебарца“ ја испеаја музичката нумера „Гори Балкан“. Тодорка Андова од ЗП Кавадарци се претстави со творбата „Те канам на пишијада“, а Менче Пендевска од ЗП Неготино со песната „Што е татковина“, додека Маријана Пешик од истото здружение рецитираше „Спомени“. Во завршниот дел настапи триото „Славна Дебарца“ со музичка нумера „Гледај, ме гледај“.

На учесниците на оваа манифестација што се одржа по повод двата значајни јубилеја претседателот на Собранието на СЗПМ м-р Илија Адамоски им додели благодарници.

К. Ристески

ЗП Радовиш и Конче

Поетско-музичка средба во Ораовица - Радовиш

На 7–ми септември 2021 година, во организација на СЗПМ, во живописната месност Ораовица, покрај манастирот Св. Ѓоргија а по повод одбележувањето на 75 години од првото пензионерско здружување, се слушна незаборавни стихови од пензионери поети и безвременски староградски песни од фолклорната група од Радовиш.

Меѓу раскошот на ореовите насади, во предвечерјето на државниот јубилеј, 30 години независност, прозвучија стиховите на 9–мина пензионери кои потпомогнати од Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија имаат издадено и свои книги.

На почетокот од средбата на присутните им се обрати претседателот на ЗП Радовиш и Конче Мите Стефанов како домаќин на оваа незаборавна средба, кој во своето обраќање, откако им посака пријатно и топло добредојде на присутните, накратко се наврати на животниот пат на најмладиот поет–револуционер што го имала нашата држава Ацо Караманов. Овој, дете поет, нагласи Стефанов, живеел само 17 години, запловил во поетските води на своја 7–годишна возраст, запишувајќи ги првите песни на само 9 години.

По него, од име на Советот на Општина Радовиш, се обрати градоначалникот Герасим Конзулов кој ја изрази големата благодарност што токму една ваква средба ќе се одржи во непосредна близина на Радовиш. Од Општина Конче на присутните им се обрати градоначалникот Благој Илиев, кој читаше дел од својата поезија.

Претседателката на СЗПМ Станка Трајкова, која ги удостои присутните со своето присуство, во обраќањето, откако ги поздрави се наврати на 75–годишнината од првото пензионерско здружување во Македонија во чија чест се одржува и оваа средба. Таа во своето обраќање направи пресек на активности на Сојузот и на сè она што досега го правел СЗПМ за подобрување на стандардот на пензионерите и за нивно организирање преку разни форми како што се фолклорните ревии, спортските натпревари и сега поетско–музичката средба. Претседателката Трајкова зборуваше и за идните планирања на Сојузот. Потоа ја прогласи средбата за отворена.

Како вовед во настанот, со избор стихови од Ацо Караманов се претставија ученички од гимназијата во Радовиш. Актерот во пензија Страшко Милошевски од Пробиштип, во придружба на звуците на гајда, на негов својствен начин се претстави со песната „Болен Дојчин“ од Блаже Конески, со што учесниците на средбата се вклучија во одбележување на 100–годишнината од раѓањето на основоположникот на македонската азбука и македонскиот литературен јазик. Неговата умешност во говорење стихови ги остави без здив присутните, а се чини и лисјата на ореовите дрвја престанаа да треперат. Беа тоа стихови со многу љубов, со многу емоции...

Потоа започна да се ниже гердanот од поетски творби и староградски песни. Во делот на поезијата учествуваа пензионерки и пензионери од Куманово, ЗП Велес, ЗП Лозово, ЗП Пробиштип, ЗП Кочани, ЗП Македонска Каменица, ЗП Делчево, ЗП Струмица и градот домаќин ЗП Радовиш и Конче. Средбата започна со стиховите на Гордана Поповиќ од Куманово и творбите „Невреме“ и „Болни воздишки“. Познатиот писател за деца Киро Донев го претставуваше ЗП Струмица со песните „Магарето што сака да живее во град“ и „Правдата е задоволена“. Претставничката од ЗП Велес Нада Алексоска во придружба на четири жени ги интерпретираше стиховите „Ќе се вратам“ од познатиот поет од Велес Данчо Хаџипанзов и личната творба „Татковината ме вика“.

Од ЗП Кочани се претставија Славица Цветкова со песните „Солзи во очите на мајка ми“ и „Време младешко“, а Атанас Ѓорѓиев во придружба на кемане исполни две хумористични кантавторски песни. Марија Моневска, го претставуваше ЗП Лозово. Таа од своите стихозбирки за оваа пригода ги одбрала песните „Кратово“ и за текстилната работничка „Калина“. Претставничката од ЗП Македонска Каменица се претстави со прозен текст. Како професор, на Павлина Ѓорѓиева и останале во сеќавање нејзините ученици за кои и ја одбрала темата за пишување.

Во третиот блок прв се претстави Васил Маневски, од ЗП Делчево, со песните „Зад твојот сон“ и „Војводата“. ЗП Пробиштип го претставуваше Милевка Здравковска, која преку песните ни понуди дел од македонските убавини и вечната носталгија за родниот крај, преку стиховите „Бисер Македонски“ и „Солзи на прагот“. Последна во овој блок настапи претставничката од градот домаќин Маре Манева со песните „Сама“ и „Двете во нea“.

Меѓу секој блок, настапуваше пејачкото трио во придружба на хармоника од фолклорната група од Радовиш. Прозвучија безвременските мелодии на песните „Дали памтиш, мило либе“, „Дилбел бела Марие“ и „Тесно ми го скрои, мамо“.

На крај од средбата, претседателката на СЗПМ Станка Трајкова на учесниците од име на СЗПМ им врачи благодарници.

На овој ден, 7–ми септември, не празнуваа во Ораовица само пензионерите, празнуваше и околината, празнуваше манастирот со своите фрески, празнуваа ореовите насади, празнуваше шумот на бистрите води. Мислам дека тоа беше и ќе остане ден за паметење. Би било убаво овие средби да станат традиционални, не само за мотивација на поетите, туку и за убавиот пишан македонски збор.

М. Здравковска

ЗП Чаир

Хуманитарните активности во преден план

Во услови на пандемија, согласно со препораките на државните органи, во просториите на пензионерскиот клуб во Пензионерскиот дом во Топанско Поле, со протоколите за носење заштитна маска и физичка дистанца, на 3 септември 2021 година, се одржа петтата седница на Извршниот одбор на ЗП Чаир, на која беа поставени на дневен ред повеќе точки од работата на здружението, која ја раководеше координаторот Тодор Илиев. Главната точка од дневниот ред беше информирање за активностите на Здружението во изминатиот период од 2021 година. Како резултат на доброто работење на раководството и на органите и телата, во услови на пандемија, се реализирани поголем дел од предвидените задачи. Беше констатирано дека се донесени многубројни документи, но дел од активностите се редуцирани. Активот на пензионерки има одржано две работилници, една изложба и два состанока. Меѓу другото беше речено дека и во периодот што претстои и покрај отежнатите услови заради короната, Здружението ќе продолжи и со своите многубројни активности, почитувајќи ги донесените протоколи. Координаторот Илиев наведе повеќе значајни реализирани активности, ставајќи акцент на социјално–хуманитарната активност, на културно–забавниот и спортскиот живот, како и здравствената заштита. Беше заклучено дека во целина се задоволни од постигнатото во услови на пандемија и се подготвени да учествуваат на сите настани што ги организира СЗПМ.

На седницата беа разгледани неколку битни документи. Беше донесена одлука за измени и дополнување на член 13 од одлуката за материјално финансиско работење на Здружението и одлука за организирање екскурзија за спортистите и пејачката група.

На седницата беа разгледани пристигнатите барања за еднократна помош. Извршниот одбор ги задолжи претседателите и секретарите на разграноците да приберат комплетни барања од пензионери кои имаат потреба од еднократна помош. Во дискусијата по оваа точка се нагласи, дека треба да се даде поголемо значење на еднократната и на хуманитарната помош.

Васил Пачемски

ЗП Крива Паланка

Плодна редовна седница

Во просториите на Клубот на пензионери во ЗП Крива Паланка се одржа осмата седница на Извршниот одбор. Неа ја раководеше претседателот на здружението Трајче Давидовски. Откако беше констатирано присуството на десет од единаесет членови, тоа значеше дека одборот можеше полноважно да работи.

Откако претседателот на здружението Давидовски го презентираше досегашното тековно работење, се разви плодна дискусија со која се даде апсолутна поддршка на наведените активности. Најмногу се дискутираше и се донесе заклучок за поддршка за материјална и социјална сигурност на корисниците на пензија. Претседателот Давидовски рече дека е доставена информацијата од страна на СЗПМ до Министерството за труд и социјална политика и до Владата на РС Македонија, досегашната формула за усогласување на пензиите да биде изменета, што беше објавено и во „Пензионер плус“. Извршниот одбор даде апсолутна поддршка на иницијативата, на досегашната формула за усогласување на пензиите преку индексот на потрошувачка да се измени бидејќи е лошо решение за пензионерите. Затоа го поддржуваат како критериум да влезе предлогот кој е доставен од СЗПМ, да се земе предвид и порастот на платите. Оваа поддршка произлезе од дискусијата на која се констатираше дека пензионерите во Кривопаланечко и пошироко во источниот дел од државата се со ниски пензии, под просечната.

Се даде поддршка и за компјутерска обука на членството од страна на ЕУ и локалната самоуправа која ќе биде бесплатна, како и за мерење крвен притисок и шеќер во крвта во клубот на пензионерите двапати во месецот. Останува да се уредат некои технички обврски и да се направи договор со медицинското лице, пензионерката Јадранка Павловска на која ќе и се дава симболичен надомест од 2.000 денари месечно.

Поделбата на хуманитарните пакети на пензионерите е завршена. Пакетите им се доставени на пензионерите во руралните средини лично дома, а додека во урбаната средина тие самите ги подигаа на повик.

За настапот на ЗП Крива Паланка на Регионалната ревија на песни, музика и игри во која зеде учество здружението, зборуваше претседателот на собранието Веселин Стојановски кој беше присутен на седницата. Тој даде и појаснување дека претстои и учество на регионалните спортски игри на пензионерите кои ќе се одржат во Куманово. ЗП Крива Паланка ќе земе учество во дисциплините: фрлање на кош и шутирање на голчиња мажи и жени. На седницата беше донесена одлука да се зголеми надоместокот на лицето домаќин на клубот на 4.000 денари и да се изнајде пензионер кој ќе работи во клубот, а под точката разно беше удоволен приговорот на Катица Борисовска со што и се одобри 5.000 денари за бањско лекување.

Б. Стојчевска

ЗП Пехчево

Министерката Јагода Шахпаска во посета на пензионерите

Министерката за труд и социјална политика Јагода Шахпаска имаше средба со пензионерите во Пехчево.

На почетокот на средбата претседателот на Здужението на пензионерите од Берово Борис Заринскi го поздрави присуството на министерката и во куси црти ја запозна со тековните активности на здружението. При тоа, тој истакна задоволство што во услови на пандемијата со ковид 19, пензионерите предвремено ја добиваат пензијата. Исто така, зборуваше од потребата на измена на методологијата на усогласување на пензиите, кое е разговарано и при средбата на преставници на СЗПМ со министерката.

На присутните им се обрати и министерката Јагода Шахпаска. Таа ги информираше пензионерите за новиот концепт на децентрализација на социјалните услуги со апел во тоа да се вклучат локалните власти од источниот плански регион со вклучување во обезбедување помош на стари лица, преку лиценцирани даватели на услуги.

На средбата беше истакната и потребата и начинот за поддршка на пензионерите со ниски пензии во рамките на пандемијата од вирусот ковид 19.

А. Кацарски

ЗП Злетово

Работна средба со градоначалникот на Општина Пробиштип

Помина една и половина година од појавата на пандемијата предизвикана од ковид 19, која наметна оддалеченост и послаба комуникација помеѓу членовите на пензионерските здруженија. Така е и во ЗП Злетово. Иако активностите се намалија, а дел се откажаа, сепак се одржува континуитет во работата.

Во рамките на тие активности, за одбележување е работната средба со градоначалникот на Општина Пробиштип Драган Анастасов. Средбата се одржа на 31.8.2021 година, а на истата се разговараше на повеќе теми значајни за пензионерите, со цел нивниот живот да биде поквалитетен и да бидат што повеќе вклучени во решавањето на прашања поврзани со нив. На средбата беше поставено и прашањето за сопственоста на Пензионерскиот дом во Злетово кој во моментов е во сопственост на Општина Пробиштип.

Градоначалникот Драган Анастасов, заблагодарувајќи се на поканата за средбата, истакна:

– Активностите на сите нивоа поради пандемијата се намалени, но што се однесува до соработката и грижата за најстарите граѓани во општината – пензионерите, соработката ќе продолжи и во наредниот период. Има услови за позитивно решение на сопственоста на пензионерскиот дом и ќе се трудам во рамките на своите и законските можности, секогаш да им излезам во пресрет на пензионерите.

Инаку, со почитување на протоколите: носење маски и држење физичка дистанца, во изминатите неколку месеци злетовските пензионери се почесто доаѓаа во здружението заради обезбедување со огревно дрво за грејната сезона 2021/2022 година, како и за подготовките за Регионалната ревија на песни, музика и игри и Регионалните пензионерски спортски натпревари на кои ЗП Злетово зеде учество.

За одбележување е и соработката на ЗП Злетово со Здравствениот дом „Нада Михајлова“ од Пробиштип. На пензионерите како една од најранливата и најзагрозена категорија граѓани од пандемијата, вакцинацијата им беше организирана во здравствената амбуланта во Злетово. По вакцинирањето секој пензионер доби потврда за примена прва вакцина, а по добивање на втората доза им беше издаден сертификат за извршена целосна вакцинација против ковид 19.

Д. Милосов

ЗП Куманово

Пензионерите учествуваа на 12 Меѓународен музички фестивал во Лесковац

На покана на Здружението на пензионерите на градот Лесковац, фолклорната секција при ЗП Куманово на 7 Септември учествуваше на Меѓународниот музички фестивал во градот Лесковац, Република Србија, каде што учествуваа и фолклорни секции од градовите Крагуевац, Врање, Зајечар, Смедеревска Паланка, Дољевац, Кавадарци, како и фолклорната секција од градот домаќин, Лесковац.

Меѓународниот музички фестивал во Лесковац започна со Дефиле низ улиците на градот при што фолклорната секција од Куманово имаше чест и мала привилегија по редослед да биде втора по ред и тоа веднаш зад фолклорната секција на домаќинот Лесковац, а на чело на дефилето пред сите фолклорни секции беа популарните лесковачки трубачи.

Дефилето на сите фолклорни секции заврши пред Културниот центар на градот Лесковац каде што сите учесници во знак на добредојде на фестивалот изиграа едно големо заедничко оро.

Фолклорната секција при ЗП Куманово на Меѓународниот музички фестивал во Лесковац настапи со сплетот „Билјана платно белеше“. Настапот на Кумановци кај публиката наиде на големо воодушевување и како награда следуваа големи овации и долг аплауз. По завршувањето на фестивалот сите учесници заедно имаа заедничко дружење и заеднички ручек во елитен ресторан во градот каде што пензионерите меѓусебно си разменија искуства и сеќавања со оглед на тоа дека здруженијата на пензионери од Куманово и од градот Лесковац долги години имаат успешна соработка и многу заеднички средби.

Т. Димитриевски

ЗП Охрид и Дебрца

Донесени повеќе одлуки на 17 седница на Извршниот одбор

На ден 14.8.2021 година со почитување на сите актуелни мерки и протоколи за ковид 19 донесени од Владата на РСМ, извршниот одбор ја одржа 17 седница која ја раководеше претседателот на ИО на ЗП Охрид и Дебрца Ѓорѓи Трпчески, на која беше усвоен извештајот за успешното финансиско–материјално работење за првите 6 месеци од 2021 година. Седницата се одржа во клубот на здружението по предлог на Надзорниот одбор.

На седницата беа донесени повеќе одлуки и тоа: за продолжување на натамошно редовно одржување на домот, делумна санација на покривот и надворешниот стаклен излог, молерисување и дезинфекција на заедничките простории со што ќе се подобрат условите за корисниците на пензија во Домот на пензионерите Охрид, потоа изработка на метална сталажа за чување на архивскиот материјал во посебна просторија, учество на регионалните и републичките спортски натпревари, учество на КУД „Далги“ на поетските средби во организација на СЗПМ во Прилеп на 3.9.2021 година, купување заштитни маски и средства за дезинфекција за заштита од ковид 19, купување техничка и спортска опрема и реквизити за потребите на КУД „Далги“ и за спортската екипа, како и други значајни одлуки.

Д. Стојкоски

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.
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

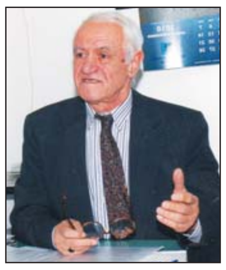
Наградата „Наџи Нааман" за Васил Тоциновски

Меѓународната книжевна награда „Наџи Нааман" е ново признание за македонскиот писател и научен работник Васил Тоциновски. Станува збор за признанија кои се доделуваат во повеќе категории и што имаат своја традиција и континуитет деветнаесет години. Востановени се во 2002 година и „се доделуваат на автори на книжевни дела кои се најеманципирани по содржина и стил, а чијашто цел е да ги оживеат и развиваат човечките вредности". Жирито ги соопшти добитниците во повеќе категории и тие биле избрани во конкуренција на 3 217 учесници од 80 земји кои пишувале, создавале на 60 јазици. Васил Тоциновски е носител на признанието за целокупен книжевен и научен опус. Во септември 2021 година, победниците соопштува организаторот, ќе ги видат своите одбрани текстови печатени во годишната книга во бесплатната литературна серија на Фондацијата за слободна култура „Наџи Нааман". Добитниците со тоа стануваат и почесни членови на Домот на културата на Намаан во Бејрут, Либан. Она што секако треба да се забележи е податокот оти носител на предлогот за можен добитник на признанието за Тоциновски е познатата поетска авторка Олга Лалиќ Крофицка, поетеса, есеист, критичар, колумнист и преведувач. Нејзин е и изборот од поетското творештво на македонскиот автор Тоциновски како посебен прилог со препеви од македонски на англиски, германски, француски, полски, хрватски и српски јазик. Податок што не изненадува, зашто станува збор за писател чии стихови биле публикувани во повеќе полски списанија, антологии, а во 2015 година е објавена неговата книга раскази „Од другата страна на морето" што била проследена со пофални критичарски толкувања и вреднувања. Творечкиот опус на Васил Тоциновски се 91 книга белетристика (поезија, раскази, романи за возрасни и за деца и млади, книжевна критика и есеистика) и македонска литературна историја, потписник е на 70 редакции и избори од македонското книжевно и публицистично наследство, бил соработник во 22 енциклопедии, учебници, прирачници и зборници. Во земјата и во странство објавил околу 2 000 книжевни студии, критики, есеи, записи. Преведуван е на дваесетина јазици и добитник е на триесетина значајни, престижни домашни и странски награди и признанија.

Т. В.

ЗИТ КИП Тетово

Парична помош на 90 пензионери



Со одлука на надлежните органи на Здружението на инвалиди на трудот и корисници на инвалидска пензија Тетово, на 90 пензионери им се доделени парични средства. На 60 од нив, како што не информираше претседателот на ЗИТ КИП Тетово, Гидо Бојчевски, доделена е еднократна помош по 2 000 денари, додека на останатите по 1000 денари. Помошта е доделена по предлог на претседателите на месните организации или по лично барање на членовите. Инаку, ова е традиционална активност што Здружението ја спроведува секоја година.

Како основни критериуми за доделување се материјалната положба или лошата здравствена состојба на секој поединец.

Здружението на инвалиди на трудот и корисници на инвалидска пензија Тетово го сочинуваат 2.200 членови организирани во 27 месни огранoци.

Г. Е.

Портрет за пензионер

Тој не е тој што беше

Другарите, пријателите, роднините, комшиите и други сограѓани што го познаваат Димче ДРЕЧКО, пензионер со наполнети 80 години, го знаеме/познаваме како ведра личност, витален, здрав–прав, комуникативен, духовит, рекреативно физички активен, енергичен, човек кој не старее.

Минував по улицата каде што живее Дречко, го забележав во дворот на неговата куќа, седи сам покрај масата под стреата и пие кафе. Застанав пред дворната ограда и гласно, имитирајќи го неговиот препознатлив стил, извикав „Еј Дречко што правиш како си?" Ме покани да влезам, јас носев маска и тој стави и се ракувавме со тупаници. Седнав, го гледам не можев да го препознаам колку физички се променил, лице со брчки, телесно ослабен.

Како сум, што правам, каде сум, ме праша, започна Дречко да зборува – ќе ти се поверам. Еве, сам можеш да забележиш како изгледам. Пред неполни две години, пред короната, почина жена ми. Потоа, како што знаеш, дојде короната и синот и внуците, со нивна добра намера, ми одредија домашен притвор. Не ми дозволуваа сам да одам на гробишта, ме опоменаа, да не речам забранија, да не одам и не се сретнувам со моите другари и пријатели во „Расположение" (кафеана во градскиот пазар), немам дозвола да шетам со пријатели во паркот, ниту да ги примам дома. Тој притвор ми го одредија, наводно да не се спријателам со Ковид 19 и да не го донесам дома. Ниту комшии, роднини доаѓаат ниту јас кај нив одам. Ти си првиот што после толку време си ми гост во дворот. Веќе скоро две години не сум бил во градината каде редовно одев и, на враќање, минував по вашата улица.

Есента пред полни две години работев нешто во градината во мојот двор, Дречко ме забележал и од улицата гласно извика „Здраво Ампо" и ме повика да излезам на улицата. Од торбата што ја носеше на велосипедот извади модри сливи и неколку лути пиперчиња и ми ги даде. На мојата покана да влезе во дворот на кафе, тој ми одговори: „Брзам, ќе ми се налутат пријателите во „Расположение", а потоа и ќе си го добијам и од жена ми."

Инаку, Дречко целиот работен век работеше во голема индустриска фирма од каде и отиде во пензија. Во слободно време се занимаваше со музика, свиреше на домашни веселби. По пензионирањето активно работеше на молерскиот занает, кој го научил од татко му. Од тој период еден негов комшија раскажуваше една случка што потоа се проширила како анегдота за Дречко: Тој комшија, кај кого молерисувал му дал едно шише пиво и излегол од собата. По извесно време се вратил да види како иде работата на Дречко, при тоа го забележал шишето празно на сред собата. Го зел и го тргнал од таму. Кога повторно дошол Дречко го прашал „каде е шишето, грлото ми се исуши треба да го исплакнам". Газдата ја сфатил поентата и му донел друго шише пиво.

Короната го смени животот на Дречко, тој денес не е веќе тој што беше.

Ампо Арсовски

Признание за животно дело на писателката Нада Алексоска од Велес

Писателката Нада Алексоска која е автор на многубројни дела поезија и проза е годинешен добитник на наградата „Коле Неделковски", која се доделува за животно дело од Клубот на писатели „Коста Солев Рацин" од Велес. Признанието, се доделува по петти пат на одбележувањето на 80–годишнината од смртта на поетот Коле Неделковски. Наградата и беше врачена на свечен начин во дворот на ССОУ „Коле Неделковски" во склоп на програмските активности на училиштето. Се обрати и директорката г–ѓа Весна Стојанова – Богоевска. Одбележувањето на годишнината од смртта, беше и во спомен–куќата на Неделковски во родното село Војница, каде што се обрати писателката и се положи свежо цвеќе пред споменикот. Нада Алексоска во своето обраќање истакна „Особена чест ми претставува што годинава јас сум добитник на ова значајно и високо признание. Пријатно сум изненадена и горда на ова признание. Иако сум пензионер јас и понатаму читам и пишувам.

Нада Алексоска родена е во Градско – населба до исконскиот македонски град Стоби. Детството и поминало покрај Вардар и Црна Река. По основното и средно училиште патот ја донесе до Филолошкиот факултет во Скопје. Потоа се нижеа градови, села и држави на нејзиното учителствување, но и инспирации за сите нејзини литературни писанија во кои се излеаја многу податоци, но и многу таги и радости по загинатите и патриотите, по блиските и непознатите. Нејзиниот животен пат го китеа црвени рози, но и разулавени бури и затоа таа верува и сè уште верува во нашето дамнешно постоење и идното утро. Верува и во бистрите води, во сочнивте утра, во убавата мисла. Тагува по поминатите убави мигови, по изгубените пријателства. Но знае дека надежта секогаш постои, дека раѓа светла иднина, неуморни чеда. Верува во Денот кога нашата иднина ќе стане разумна реалност.

Таа уште од основно училиште почнала да пишува, а продолжила и понатаму, па се до денес. Нејзини творби се објавувани во разни весници и списанија, настапувала на многу манифестации и фестивали како во државата така и надвор од неа. Како професор на Факултетот во градот Манхајм и како

наставник во дополнителните училишта по македонски јазик во многу градови во Германија учествувала со своите ученици и студенти на многу собири, а за одбележување е настапот пред спомен–плочата на Свети Методиј пред црквата во градот Елванген каде што тој бил повеќе години во заточение. Неколку години била новинар и лектор на весникот „Македонско сонце", а денес е дописник на весникот „Пензионер плус".

Инаку таа е и хуман човек за што пред две години го доби посланието Света Мајка Тереза за хумани вредности подарени за човечката среќа. Автор е на Монографијата „Смилјан Гриовски агентот на ЦИА" издадена 1998 година, стихозбирките „Кога душата говори", „Ластовичка", „Песната на ѕвездите" и збирките новели „Под сенката на брезата" и „Муабетење со умот".

В. Мојсова

Дионисиската енергија

Деновиве требаше да и помогнам на мојата внука со еден есеј за филозофот Ниче и неговата книга „Раѓањето на трагедијата". Читајќи за двете енергии кои ја раѓаат вистинската уметност, аполоновата и дионисиската, се сетив на моите баба и дедо кои беа блиску до втората енергија, дионисиската, оти беа поголемиот дел од животот земјоделци и го живееја нејзиниот ритам.

Кога човек е упатен на земјата како негова хранителка, тој и се предава на неа со целото свое битие. Таа и за главниот херој на книгата „Браќа Карамазови" е мајчинка, која треба да се сака и да се целива и на неа цврсто да се стои. Истовремено, треба да се познаваат нејзините тајни и да се биде нејзин вљубеник за да се обработува и да дава многу и изобилен род, род на спојот на љубовта на срцето и рацете.

Големиот филозоф Ниче посветува многу време да ја објасни таа енергија, која нему лично му е подрага – дионисиската, од онаа другата аполоновата. Односно тој го сака совршениот микс и спој од двете, кој според него го има во трагедиите на Софокле и трагичарите пред него. Тој ја цени дионисиската енергија како поблиска до земјата, до играњето, гозбите, пијанките и ритмичноста на природата. Ниче ја истакнува нејзината ирационалност како начин на самозаборав и сознавање преку интуицијата. Е, тие мили луѓе, баба и дедо, беа баш такви: ирационални и интуитивни. Необременети со технократијата и сознавање на науките преку учење на факултети и универзитети. Тие од многу млада возраст беа повикани на одговорност за своите семејства. Така земјата и нејзиното обработување, учење на водење домаќинство беа нивното секојдневно училиште.

Од нив извираше дионисиската енергија на борци за животот. Тие не мораа тоа посебно да го објаснуваат и потецираат или да се истакнуваат и борат за нешто илузорно, како животот на разумот и идеологиите, кој и Ниче го спомнува како неважен во однос на овој другиот. Само овие луѓе ја живееја трагедијата како форма на својот живот. Трагичното беше влегло во нив, се беше споило со нив и се беше преобразило до цврстина и силина.

Преживеале многу и убави и лоши работи и работата на поле станува нивниот етос и карактер. Тие знаеја да работат и потоа и да празнуваат. Го знам тоа оти бев дел од тие гозби. Што е многу значајно тие знаеја не разумски, туку интуитивно што е љубовта. Онаа љубов која знае и за сите атрибути на животот, која ги пробала сите вкусови на селскиот живот. Тие љубеле и тагувале и работеле и празнувале и никогаш не ја изгубиле надежта и автентичноста.

Затоа го спојувам тежнеењето на Ниче кон дионисиската енергија која ја оличуваа во овие луѓе, кои беа артисти на животот, чија најверодостојна форма Ниче ја наоѓа во трагедиите, и една од поуките на еден духовен старец кој вели: „Колку е поголема љубовта, толку е поголемо страдањето на душата.

Колку е попотполна љубовта, толку е попотполно познанието.

Колку е поогнена љубовта, толку е попламена молитвата.

Колку е посовршена љубовта, толку е посвет животот."

Маја Белева

ЗП Крива Паланка

50 години заеднички живот

Повод за средба со брачниот пар Ѓорѓиевски е неодамнешното исполнување на 50 години заеднички живот кој се темели на љубов, меѓусебно разбирање и почитување. Со љубов и гордост Драган ни раскажува:

„Во далечната 1969 година отидов да служам воен рок и тоа во Тетово. А на веселбата која ја организирав јас со моите родители ми дојде гостинот Јане Соколовски, пријател кој беше наставник во с. Жидилово. Во меѓусебен разговор му кажав дека ќе служам воен рок во Тетово, на што тој ми рече дека има сестра во Тетово и ќе рече дека сме пријатели за да ме посети на денот кога ќе даваме заклетва. Така и се случи. Васка која е од Тетово, со мајка ѝ, тетка ѝ и другарка ѝ, дојдоа на заклетва и ме поканија кај нив на ручек. Од тој ден почна дружењето, се роди симпатија, а подоцна и љубов.

По завршувањето на воениот рок Драган ја побарал за жена иако немала полни 18 години. Чекале да стане полнолетна и на роденденот на Драган се венчале. Оттогаш па сè до денес тие чекорат еден до друг 50 години во меѓусебно разбирање и почитување. Како плод на нивната љубов се нивните три деца, два сина и една ќерка кои денес се возрасни, имаат свои семејства и 4 внуци. Васка и Драган живеат во стан во градот и сакаат што побрзо да помине пандемијата па да ја прослават „златната свадба" со семејството, роднините и пријателите во некој ресторан.

Драган е веќе 8 години пензионер и воедно е кореограф и одговорен за фолклорната група во ЗП Крива Паланка, но и претседател на Комисијата за култура. Васка е 5 години пензионер. Ги поздравуваме и им посакуваме да им се оствари желбата да си ја направат златната свадба и да останат во добро здравје.

Б. Стојчевска

ПЕНЗИОНЕР плус

Весник за сегашните и за идните пензионери

Издавач: СЗПМ

Година XIV – број 158
септември 2021 година

БЕСПЛАТЕН МЕСЕЧЕН ВЕСНИК

Издавачки совет:
Станка Трајкова (претседател)
м–р Илија Адамоски
Ментор Коку
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.

НАПОЛИТАНКИТЕ И ВКУСОТ КОЈ ЈА СПОЈУВА ТРАДИЦИЈАТА СО НОВОТО ВРЕМЕ

ДЕНЕШНАТА СРЕДБА СО Г–ЃА МАГДАЛЕНА И Г. ДИМИТАР ЈА ОСТВАРИВМЕ ВО ЕДНО ЗДРУЖЕНИЕ НА ПЕНЗИОНЕРИ, ЧЛЕНКА НА СОЈУЗОТ НА ЗДРУЖЕНИЈА НА ПЕНЗИОНЕРИ НА МАКЕДОНИЈА. ПОРАЗГОВАРАВМЕ НА ПОВЕЌЕ ТЕМИ, НО ОНАА НАЈСЛАТКАТА НЕ ЗАИНТРИГИРА И СПОИ: ТЕМАТА ЗА ВКУСОТ НА **ВИНЧИНИ** НАПОЛИТАНКАТА И ТРАДИЦИЈАТА. Г–ЃА МАГДАЛЕНА СЕ ПРИСЕТУВА И НИ РАСКАЖУВА ДЕКА ВО НЕ ТОЛКУ ДАЛЕЧНОТО МИНАТО НА ГОСТИ НЕ СЕ ОДЕЛО СО ПРАЗНИ РАЦЕ, ПА ТОКМУ ЗАТОА, ЧЕСТО ЗА ПОДАРОК НОСЕЛЕ ВКУСНИ НАПОЛИТАНКИ.

СЕ НАДОВРЗА И Г. ДИМИТАР, КОЈ СЕ ПРИСЕТУВА НА СИТЕ ОДИГРАНИ ПАРТИИ ШАХ СО НЕГОВИОТ СОСЕД МИЛЕ НА КОИ СЕ ЗАСЛАДУВАЛЕ СО НАПОЛИТАНКИ, ЧЕСТА И НЕЗАМЕНЛИВА УЖИНА ЗА СЕКОЈА ПРИЛИКА И СИТЕ ГЕНЕРАЦИИ. СЕ ПРИСЕТУВАА НИЗ НАСМЕВКА ЗА СРЕЌНИТЕ МОМЕНТИ КОГА НИВНИТЕ ВНУЧИЊА БИЛЕ МАЛЕЧКИ И ЧЕСТО ПРЕД СЕМЕЈНИОТ РУЧЕК САКАЛЕ ДА СЕ ЗАСЛАДАТ СО КРЦКАВА НАПОЛИТАНКА БЕЗ НИКОЈ ДА ГИ ЗАБЕЛЕЖИ, СКРИШНО БРИШЕЈЌИ ГИ ТРАГИТЕ ОД КРЕМ И ТРОШКИ.

ТРАДИЦИЈАТА Е ОНА ШТО СЕ НЕГУВА И НА ШТО СЕ СЕЌАВАМЕ. НИЗ НИВНИТЕ ЧЕСТИ СРЕДБИ СО ПРИЈАТЕЛИТЕ ОД ПЕНЗИОНЕРСКИТЕ ДРУШТВА РАЗМЕНУВААТ МНОГУ АНЕГДОТИ И ОБИЧАИ. ПРИПАДНИЧКИТЕ НА ПОНЕЖНИОТ ПОЛ БИЛЕ КРЕАТИВНИ И ПРИГОТВУВАЛЕ ИСКЛУЧИТЕЛНО ДОМАШНО ПРИГОТВЕНА ХРАНА. БИЛЕ ИНОВАТИВНИ ВО КРЕИРАЊЕТО НА ДОМАШНИ ТОРТИ И ДЕСЕРТИ, ВО КОИ МНОГУПАТИ БИЛА НЕИЗБЕЖНА И НАПОЛИТАНКАТА.
НИЗ РАЗМЕНАТА НА МОСТРИ ЗА РАЧНО ПЛЕТЕНИТЕ МИЛЕНЦИЊА, ГЛАВЕН ПРИДРУЖНИК ИМ БИЛЕ ФИЛЏАНОТ КАФЕ И ЧИНИЈА ТАЗЕ НАПОЛИТАНКИ. ПРИКАЗНИТЕ НЕМААТ КРАЈ, ПА ТАКА И ОНАА КОГА Г–ЃА МАГДАЛЕНА КОЈА СИТЕ СЛАТКО НЕ ИЗНАСМЕА ДОДЕКА ВКУСУВАВМЕ ПО НЕКОЈА НАПОЛИТАНКА.

ВО ЕДНА РОДЕНДЕНСКА ПРИГОДА, ДОДЕКА ЗА ПРВ ПАТ НАРАЧАЛА ТОРТА ОД СЛАТКАРНИЦА ЗА НЕЈЗИНАТА ЌЕРКА МАРИЈА И НИЗ ЕДНА НЕЗГОДА СО ШУТ НА ФУДБАЛСКА ТОПКА, ГОРНИОТ КАТ ОД ТОРТАТА СЕ УНИШТИЛ. НО, ВЕШТИТЕ РАЦЕ НА МАГДАЛЕНА ВЕДНАШ НАШЛЕ РЕШЕНИЕ, КОГА СО НАПОЛИТАНКИ ОД ОБИЧНА ТОРТА, ИЗГРАДИЛА ЗАМОК ЗА ПРИНЦЕЗА И СОЛЗИТЕ НА МАРИЈА СЕ ЗАМЕНИЛЕ СО СЛАТКА НАСМЕВКА. ИСТО ТАКА, НАШИТЕ СОГОВОРНИЦИ НИ КАЖАА ДЕКА НАПОЛИТАНКИТЕ НА **ВИНЧИНИ** СЕ СЕКОГАШ ПРИСУТНИ НА СИТЕ НИВНИ СОБИРИ И ДРУЖБИ. ПОСЕБНО СЕ ГОРДИ ДЕКА **ВИНЧИНИ** Е МАКЕДОНСКИ БРЕНД И НИВНИТЕ ПРОИЗВОДИ СЕ НАПРАВЕНИ ОД ВИСОКОКВАЛИТЕТНИ И ВНИМАТЕЛНО ОДБРАНИ МАКЕДОНСКИ ПРОИЗВОДИ, А ЗА ТОА ГОВОРИ ПОВЕЌЕГОДИШНИОТ КВАЛИТЕТ И УСПЕХ ВО НИВНАТА РАБОТА.

НАТПРЕВАРУВАЧИ НА XXV РЕПУБЛИЧКИ ЈУБИЛЕЈНИ ПЕНЗИОНЕРСКИ СПОРТСКИ НАТПРЕВАРИ

Право на учество на 25. републички јубилејни спортски натпревари обезбедија 32 здруженија

25–тите Јубилејни Регионални спортски пензионерски натпревари оваа 2021 година се одржаа во знакот на два големи јубилеи: 75 години од пензионерското организирање во нашата земја и 25 години од првите натпревари на пензионерите, на регионално и републичко ниво.

Радува фактот што од година во година интересот кај пензионерите за овие активности е сѐ поголем, меѓутоа пандемијата од вирусот Ковид 19 што го зафати целиот свет го наруши нивниот континуитет така што во 2020 година тие не се одржаа.

Комисијата за спорт и рекреација при СЗПМ со цел да не се прекинува традицијата на оваа активност изготви скратена програма за спортовите само во оние дисциплини каде можат да се обезбедат сите протоколи за заштита од Ковид – 19, за да може да се одржат натпревари и во овие специфични услови. Програмата беше сведена на 5 спортски дисциплини и тоа: шутирање пенали, слободни фрлања на кош, трчање на 60 и 80 метри, фрлање ѓуле и скок од место. Таквата програма беше прифатена од сите здруженија на пензионери, членки на СЗПМ.

Така на Седница на ИО беше донесена одлука регионалните и републичките јубилејни спортски натпревари да се реализираат во текот на месец септември 2021 година. Комисијата направи распоред на кој ден во кој регион ќе се одржат натпреварите и одреди 8 здруженија за домаќини на регионалните натпревари.

III Битола, Прилеп, Ресен Крушево, и Демир Хисар, домаќин Прилеп на 01.09.2021

VI Куманово, Кратово, Крива Паланка, Пробиштип и Злетово, домаќин Куманово на 04.09.2021

IV Охрид и Дебрца, Струга, Кичево, Дебар и Центар Жупа, Македонски Брод, Вевчани и Лабуништа домаќин Кичево на 06.09.2021

V Кавадарци, Велес, Неготино, Дојран, Гевгелија, Богданци, Демир Капија и Валандово, домаќин Неготино на 09.09.2021

I Центар, Кисела Вода, Чаир, Солидарност – Аеродром, Гази Баба, Бутел и Илинден, Шуто Оризари и Воени пензионери, домаќин Солидарност – Аеродром на 12.09.2021

II Гостивар, Тетово, Сарај, Ѓорче Петров, Карпош, Тафталиџе и ОВР, домаќин Карпош на 12.09.2021

VII Радовиш и Конче, Штип, Струмица, Свети Николе, Лозово и Ново Село, домаќин Свети Николе на 13.09.2021

VIII Кочани, Берово, Пехчево, Виница, Македонска Каменица и Делчево, домаќин Виница на 17.09.2021.

Сите натпревари беа добро организирани и како резултат на тоа поминаа во најдобар ред и без никакви проблеми. На регионалните натпревари 2021 година зедоа учество 49 од 53–те здруженија, членки на Сојузот, а не учествуваа здруженијата: Струмица, Ново Село, Гевгелија и Тафталиџе. Право да настапат на Републичките јубилејни пензионерски натпревари кои ќе се одржат во Велес на Градскиот стадион „Зоран Паунов" на 29 септември 2021 година, обезбедија 32 здруженија. Инаку на 25–тите регионални спортски натпревари учествуваа вкупно 668 натпреварувачи од кои 403 во машка и 265 во женска конкуренција, а покрај натпреварувачите на терените присуствуваа вкупно 943 пензионери. На Републичките натпревари во Велес ќе се натпреваруваат 152 натпреварувачи и тоа 80 во машка и 72 во женска конкуренција. Организатор на натпреварите е Сојузот на здруженија на пензионери на Македонија, а домаќин ЗП Велес.

Здравко Петковски,
претседател на Комисијата за спорт и рекреација на СЗПМ

ПРЕГЛЕД НА ПЛАСМАН ПО ДИСЦИПЛИНИ

МАЖИ	ЖЕНИ	МАЖИ	ЖЕНИ
ТРЧАЊЕ ДО 60 ГОДИНИ		**ШУТИРАЊЕ ПЕНАЛИ**	
1. Кисела Вода	1. Кисела Вода	1. Кисела Вода	1. Центар
2. Тетово	2. Тетово	2. Карпош	2. ОВР на РМ
3. Битола	3. Крушево	3. Крушево	3. Прилеп
4. Охрид и Дебрца	4. Охрид и Дебрца	4. Вевчани	4. Струга
5. Велес	5. Кавадарци	5. Валандово	5. Кавадарци
6. Пробиштип	6. Куманово	6. Пробиштип	6. Куманово
7. Штип	7. Штип	7. Свети Николе	7. Радовиш и Конче
8. Кочани	8. Делчево	8. Виница	8. Виница
ТРЧАЊЕ НАД 60 ГОДИНИ		**СЛОБОДНИ ФРЛАЊА НА КОШ**	
1. Кисела Вода	1. Кисела Вода	1. Воени пензион.	1. Бутел
2. Тетово	2. Тетово	2. Ѓорче Петров	2. Тетово
3. Прилеп	3. Прилеп	3. Битола	3. Ресен
4. Охрид и Дебрца	4. Охрид и Дебрца	4. Струга	4. Струга
5. Валандово	5. Кавадарци	5. Велес	5. Кавадарци
6. Куманово	6. Пробиштип	6. Куманово	6. Куманово
7. Штип	7. Штип	7. Штип	7. Штип
8. Мак. Каменица	8. Виница	8. Мак. Каменица	8. Делчево
ФРЛАЊЕ ЃУЛЕ		**СКОК ОД МЕСТО**	
1. Гази Баба	1. Илинден	1. Чаир	
2. ОВР на РМ	2. Тетово	2. Тетово	
3. Прилеп	3. Ресен	3. Прилеп	
4. Охрид и Дебрца	4. Охрид и Дебрца	4. Струга	
5. Неготино	5. Богданци	5. Кавадарци	
6. Куманово	6. Куманово	6. Куманово	
7. Радовиш и Конче	7. Штип	7. Радовиш и Конче	
8. Кочани	8. Мак. Каменица	8. Кочани	

ТРЧАЊЕ МАЖИ

РЕГИОН	До 60 години	Над 60 години
I	**Кисела Вода** 1. Трајче Николов	**Кисела Вода** 1. Музафер Кадриу
II	**Тетово** 1. Зоран Велјановски	**Тетово** 1. Нејази Таири
III	**Битола** 1. Мојсо Весовски	**Прилеп** 1. Мицо Мицоски
IV	**Охрид и Дебрца** 1. Јован Јанакиески	**Охрид и Дебрца** 1. Ѓорѓи Јанески
V	**Велес** 1. Зоран Петковски	**Кавадарци** 1. Блажо Кировски
VI	**Пробиштип** 1. Горјан Манев	**Куманово** 1. Ѓоко Спасевски
VII	**Штип** 1. Љубиша Салтиров	**Штип** 1. Ристе Нетков
VIII	**Кочани** 1. Сашо Спасов	**Мак. Каменица** 1. Бранко Стоиловски

ТРЧАЊЕ ЖЕНИ

РЕГИОН	До 60 години	Над 60 години
I	**Чаир** 1. Невенка Трајковска	**Кисела Вода** 1. Лилјана Митревска
II	**Тетово** 1. Габриела Ѓоревска	**Тетово** 1. Босилка Царевска
III	**Крушево** 1. Жаклина Николоска	**Прилеп** 1. Славица Јованоска
IV	**Охрид и Дебрца** 1. Љупка Трифунова	**Охрид и Дебрца** 1. Благица Маркулеска
V	**Кавадарци** 1. Стојанка Наумова	**Кавадарци** 1. Лилјана Шалева
VI	**Куманово** 1. Јасмина Тодоровска	**Пробиштип** 1. Јовка Петрова
VII	**Штип** 1. Дафина Донева	**Штип** 1. Галаба Ѓоргиева
VIII	**Делчево** 1. Марика Цонева	**Виница** 1. Николина Колева

ФРЛАЊЕ ЃУЛЕ

РЕГИОН	МАЖИ	ЖЕНИ
I	**Гази Баба** 1. Зоран Смилевски	**Илинден** 1.Зорица Петковска
II	**ОВР на РМ** 1. Лазо Диневски	**Тетово** 1. Лилјана Давидовска
III	**Прилеп** 1. Зоран Јошески	**Ресен** 1. Бети Ангелковска
IV	**Охрид и Дебрца** 1. Насте Иваноски	**Охрид и Дебрца** 1. Јонка Јоноска
V	**Неготино** 1. Злате Симоновски	**Богданци** 1. Мара Каракамишева
VI	**Куманово** 1. Горан Стојановиќ	**Куманово** 1. Мирјана Андоновиќ
VII	**Радовиш и Конче** 1. Живко Милев	**Штип** 1. Евица Петрова
VIII	**Кочани** 1. Александар Гигов	**Мак. Каменица** 1. Велика Илиевска

СКОК ОД МЕСТО

РЕГИОН	МАЖИ	
I	**Чаир** 1. Рашид Идризи	
II	**Тетово** 1. Андреј Колевски	
III	**Прилеп** 1. Мирослав Кузманоски	
IV	**Струга** 1. Ристо Младеновски	
V	**Кавадарци** 1. Јонче Апостоловски	
VI	**Куманово** 1. Миле Златковиќ	
VII	**Радовиш** 1. Слободан Савевски	
VIII	**Кочани** 1. Ѓорѓи Николов	

КОШАРКА - СЛОБОДНИ ФРЛАЊА НА КОШ

РЕГИОН	МАЖИ	ЖЕНИ
I	**Воени пензионери** 1. Божин Петревски 2. Ангеле Марков 3. Ефтим Мишевски	**Бутел** 1. Елица Златановска 2. Даница Цајковска 3. Љубица Петрушевска
II	**Ѓорче Петров** 1. Петко Цветановски 2. Оливер Павлов 3. Ацо Робовски	**Тетово** 1. Вера Соколовска 2. Милка Илиевска 3. Благица Дишевска
III	**Битола** 1. Стево Митревски 2. Добре Тодоровски 3. Славе Танчевски	**Ресен** 1. Олга Наумовска 2. Лилјана Источка 3. Марика Ќулумовска
IV	**Струга** 1. Јован Јовановски 2. Стеван Галабовски 3. Љупчо Верушевски	**Струга** 1. Павлина Кузмановска 2. Оливера Калајџиска 3. Марија Матовска
V	**Велес** 1. Ангелче Манев 2. Душан Ангушев 3. Љубе Теов	**Кавадарци** 1. Милка Јорданова 2. Кате Каракулева 3. Маре Атанасова
VI	**Куманово** 1. Бранко Миленковски 2. Александар Ефремовски 3. Живко Крстевски	**Куманово** 1. Јованка Спасовска 2. Лилјана Тричковиќ 3. Јорданка Димитриевска
VII	**Штип** 1. Никола Андонов 2. Стојан Костов 3. Мијалче Панов	**Штип** 1. Весела Петковска 2. Марија Цонова 3. Рада Јанинкова
VIII	**Мак. Каменица** 1. Методи Ангеловски 2. Павле Захариевски 3. Санде Стаменковски	**Делчево** 1. Вера Ѓорѓиева 2. Нада Дамјанова 3. Блажана Митева

ФУДБАЛ - ПЕНАЛИ НА МАЛИ ГОЛЧИЊА

РЕГИОН	МАЖИ	ЖЕНИ
I	**Кисела Вода** 1. Ѓорѓи Илиевски 2. Борис Тодоровски 3. Борко Трајковски	**Центар** 1. Виолета Арсенова 2. Славица Данева 3. Славка Цветановска
II	**Карпош** 1. Зоран Чоневски 2. Љубомир Стефановски 3. Мирко Михајловски	**ОВР на РМ** 1. Зорица Талеска 2. Благица Диневска 3. Драга Петковска
III	**Крушево** 1. Благоја Атанасоски 2. Димитар Костоски 3. Крсте Јованоски	**Прилеп** 1. Ружица Филипоска 2. Марија Проданоска 3. Мира Илиоска
IV	**Вевчани** 1. Јован Лазаровски 2. Насте Парталовски 3. Ѓоко Мурџевски	**Струга** 1. Виолета Петческа 2. Сузана Цветановска 3. Елена Димитриеска
V	**Валандово** 1. Сотир Чурлинов 2. Панчо Танчев 3. Коце Чурлинов	**Кавадарци** 1. Данка Наумова 2. Благица Кукова 3. Лилјана Михова
VI	**Пробиштип** 1. Стефан Стојанов 2. Владо Анастасов 3. Владе Маневски	**Куманово** 1. Славица Миленковска 2. Љубинка Денковска 3. Маргарита Божиновска
VII	**Свети Николе** 1. Изет Усеинов 2. Ѓорѓи Петров 3. Тано Саздов	**Радовиш и Конче** 1. Верка Андонова 2. Маре Манева 3. Зојка Темова
VIII	**Виница** 1. Тодор Аранасов 2. Стоил Ивановски 3. Бранко Стоилов	**Виница** 1. Драгица Ристовска 2. Добринка Илиева 3. Јорданка Ампова

Пензии
Пензиите на прво место!
Редовна исплата на пензиите
• Дебитна картичка за подигнување готовина од сите банкомати во земјата без провизија.
• Дозволено пречекорување на трансакциска сметка до 2 пензии.
HALKBANK
>ВАЖНИ СЕ ЛУЃЕТО
halkbank.mk

25-ти Регионални пензионерски спортски натпревари

ЗП ПРИЛЕП, ТРЕТ РЕГИОН

Домаќините освоија најмногу први места

Регионалните спортски натпревари од Третиот регион на 1–ви септември 2021 година се одржаа на спортските терени на „Паркот на Револуцијата" во Прилеп. На натпреварите зедоа учество шеесетина пензионери од Здруженијата: Битола, Крушево, Демир Хисар, Ресен и градот домаќин Прилеп. Севкупни победници со освоени најмногу први места, беа домаќините. Минатата година спортските пензионерски игри не се одржаа заради пандемијата од ковид 19, а оваа година се одржаа со почитување на сите здравствени протоколи и со доставување сертификати за примени две вакцини на натпреварувачите. На отворањето на овие регионални спортски игри на пензионерите од регионот што се и предуслов за учество на претстојната пензионерска спортска олимпијада што ќе се одржи на 29 овој месец во Велес, присуствуваа и претседателката на СЗПМ Станка Трајкова, потпретседателот на ИО на Сојузот Ментор Ќоку, претседателот на Комисијата за спорт при СЗПМ Здравко Петкоски и претседателот на Собранието м–р Илија Адамоски. Годинешните јубилејни 25–ти по ред пензионерски спортски игри се одржуваат во рамките на одбележувањето на 75–годишнината од пензионерското организирање во Македонија. Гостите

и учесниците ги поздрави претседателот на ЗП Прилеп Славко Трајкоски кој на сите им посака уште многу вакви заеднички средби и се разбира фер и спортски дух на натпреварите, а за отворени ги прогласи претседателот на Собранието на СЗПМ м–р Илија Адамоски, кој меѓу другото ја истакна потребата во овие тешки времиња од заедничко дружење и рече:

– Не е важно кој ќе биде победник на овие пензионерски нат-

превари, најважно е што сме овде и сме победници барем засега од тешката и непредвидлива болест од вирусот ковид–19. Тоа е мошне значајно за нас пензионерите, луѓето од третата доба, да го зачуваме здравото тело, а во него здравиот дух.

Најдобри беа натпреварувачите на ЗП Прилеп, со 5 први места, а ЗП Битола, ЗП Ресен и ЗП Крушево со по две. Претседателот на ЗП Прилеп Славко Трајкоски им додели дипломи за учество на овие спортски регионални пензионерски игри на најдобрите натпреварувачи.

К. Р.

ЗП КУМАНОВО, ШЕСТИ РЕГИОН

Кумановци како и секогаш најдобри

Во организација на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија каде што домаќин беше ЗП Куманово, на 4 септември 2021 година на терените на СОТУ „Наце Буѓони" во Куманово се одржаа 25. традиционални регионални пензионерски спортски игри на коишто оваа година настапија повеќе од шеесетина пензионери – натпреварувачи од ЗП Крива Паланка, ЗП Кратово, ЗП Пробиштип, ЗП Злетово и од ЗП од градот домаќин, Куманово.

На овие регионални спортски натпревари, пензионерите од здруженијата од 6. регион, се натпреваруваа во: слободно фрлање на кош, шутирање на мали голчиња, фрлање ѓуле: скок од место во далечина и трчање.

Во овој контекс натпреварувачите во екипните и поединечните дисциплини ги постигнаа следните резултати: доминираа пензионери од ЗП Куманово коишто освоија 8 први и 2 втори места, односно освоија вкупно 123 бодови. На второто место со 3 први, 2 втори и 1 трето место со освоени 67 бодови, се пласираа пензионерите од ЗП Пробиштип, а на третото место со 2 втори, 1 трето и 1 четврто место и 34 бодови, се пласираа пензионерите од ЗП Крива Паланка.

Пред почетокот на спортските натпревари на учесниците и присутните со пригодни зборови ги поздравија и им посакаа успех на игрите градоначалникот на Куманово Максим Димитриевски, претседателот на ЗП од Куманово Благе Јакимовски, потпретседателот на ИО на СЗПМ Ментор Ќоку, кој по завршувањето на своето обраќање 25–тите регионални пензионерски

спортски игри ги прогласи за отворени.

Се на сѐ генерално гледано овие регионални пензионерски спортски игри во Куманово беа успешно организирани и реализирани, со запазени на сите заштитни здравствени протоколи во врска со моменталната пандемија со вирусот ковид 19 за што голем удел во успешната организација имаше и раководството на ЗП Куманово кое пак по завршување на игрите, а поради неможноста за заедничко дружење на пензионерите за сите учесници организираше ланч–пакети.

Т. Димитриевски

ЗП КИЧЕВО, ЧЕТВРТ РЕГИОН

ЗП Охрид и Дебрца освоија 6 први места

На 6.9.2021 година во организација на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија во Кичево, се одржаа 25–те регионални пензионерски спортски натпревари од четвртиот регион. На натпреварите учествуваа: ЗП Охрид и Дебрца, ЗП Дебар и Центар Жупа, ЗП Струга, ЗП Македонски Брод, ЗП Вевчани, ЗП Лабуништа и ЗП Кичево кое беше домаќин на натпреварите.

На присутните прв им се обрати претседателот на ЗП Кичево Душан Ристевски, а на албански и на македонски им се обрати претседателот на Собранието на здружението Мехмед Мехмеди.

Присутните гости и натпреварувачите – спортисти од сите здруженија кои припаѓаат на четвртиот реигон ги поздрави претседателката на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија Станка Трајкова која меѓу другото истакна:

– Од веќе познатите причини заради пандемијата од вирусто Ковид – 19, минатата година 2020, овие спортски пензионерски натпревари не се одржаа, но еве оваа година се охрабривте и дојдовте да се дружите и натпреварувате, со што покажавте

како и секогаш храброст и мудрост.

На сите натпреварувачи им посакувам добри резултати, добро здравје и долг живот. Ги прогласувам овие јубилејни 25–ти по ред

регионални спортски натпревари кои се одржуваат во годината кога Сојузот одбележува 75 години од пензионерското организирање во нашата земја. Натпреварите може да започнат.

Натпреварите се одржаа на Градскиот стадион, пред 117 присутни од кои беа 76 пензионери натпреварувачи и тоа 54 во машка и 22 во женска конкуренција. Најдобри резултати постигнаа натпреварувачите од ЗП Охрид и Дебрца со освоени 6 први места. ЗП Струга освои 4, а ЗП Вевчани едно и се пласираа за Републичките натпревари на 29 септември 2021 година.

А. Ристеска

ЗП НЕГОТИНО, ПЕТТИ РЕГИОН

Најдобри беа спортистите од ЗП Кавадарци

На 9 септември 2021 година, на одлично подготвените терени во Спортско–рекреативниот центар „Младост", во Неготино, а во организација на СЗПМ, успешно беа одржани 25–тите регионални спортски натпревари на кои се натпреваруваа спортисти–пензионери од 7 здруженија од петтиот регион. Во присуство на претставници од СЗПМ, претседатели на здруженија на пензионери од овој регион, на комисии за спорт и култура при здруженијата, претседатели на ограноците на ЗП Неготино, како и претставници од Домот за стари лица „ЖАНА" од Неготино, Душан Недев, посакувајќи им врвни резултати на натпреварувачите, рече дека игрите се одвиваат во посебни услови и секој учесник има уреден сертификат за вакцинација со примена една или две вакцини. Од името на Сојузот на спортистите и присутните им се обрати претседателот на Собранието на СЗПМ Илија Адамоски кој меѓу другото рече:

– Оваа манифестација е една од целите и задачите на Сојузот при што стоиме на заложбата дека физичката активност на лицата во третата доба е императив за подолг и посреќен живот. Состојбите ги детерминира пандемијата во цел свет. Овие игри ни овозможуваат да го јакнеме пријателството и да сееме љубов, а не омраза и раздор меѓу луѓето од трата доба. Не е битно кој е прв или втор. Победници сме

што сме тука присутни.

Синтагмата „во здраво тело здрав дух", ќе ја негуваме преку културата и физичката активност кои даруваат активно стареење. Овие спортисти полни се со виталност, млад дух и енергија добиена од напорните тренинзи кои веруваме ќе ја манифестираат со одлични резултати во сите дисциплини, рече на крајот од своето обраќање Адамоски и ги прогласи игрите за отворени.

По двочасовни натпревари под стручното око на судиите следеше свечено прогласување на најдобрите во сите дисциплини кои им ги додели претседателот на здружението

домаќин Душан Недев. Најдобри по третпат беа спортистите од екипата при ЗП Кавадарци со освоени 5 први места, Валандово и Велес по две и Неготино и Богданци по едно. Присуствуваа 180 пензионери од кои 131 спортист 70 мажи и 61 жени.

Збор–два и за одличната организација на домаќинот ЗП Неготино, кој во координација со Сојузот успеа да ги собере сите позитивни оценки за искреното и квалитетно гостопримство на спортистите, судиите, комисијата и сите останати учесници во овие игри од 5–ти регион.

Да потсетиме дека најдобрите од сите региони ќе учествуваат на Републичките спортски игри, на 29 септември, чиј домаќин ќе биде ЗП Велес.

Маријана Пешиќ

Seancë e KE i LShPM

Seancë përgatitore për shënimin e jubileut të madh pensionistë

Më 16 shtator 2021, është mbajtur seancë e KE të LShPM me të cilën ka drejtuar kryetarja e Lidhjes, Stanka Trajkova. Seanca filloi me një minutë heshtje për viktimat nga zjarri në spitalin modular në Tetovë. Rendi i ditës ishte konceptuar

kryesisht me një qëllim se si të bëhen sa më të mira përgatitjet për shënimin e jubileut më të madh pensionist, që ai të bëhet më me dinjitet dhe më solemn.

Në këtë seancë, fillimisht është arsyetuar propozimi i Komisionit për mbështetje e krijimtarisë dhe botimeve të LShPM. Këtë vit, mbështetje financiare kanë fituar 17 projekte respektivisht vepra.

Më pastaj, kryetarja Trajkova, në detaje ka arsyetuar konceptin për shënimin e jubileut të rëndësishëm. Ajo ka informuar të pranishmit se janë mbajtur dy lexime poetike në Prilep dhe Radovish në kuadër të shënimit të jubileut. Gjithashtu, ka thënë ajo, me sukses janë mbajtur të gjitha 8 garat sportive regjionale të pensionistëve - të 25 me radhë. Më pastaj ajo propozoi që të miratohen këto vendime:

- Vendim Seanca solemne të mbahet më 20 shtator 2021, Dita e pensionistëve, në kompleksin "Ritual" në Trubarevë, Shkup;

- Vendim për formimin e Këshillit organizativ për shënimin e 75 vjetorit nga formimi i organizimit pensionist respektivisht Lidhjes së shoqatave të pensionistëve të Maqedonisë;

- Vendim për botimin e veprës jubilare me rastin e 75 vjetorit të organizimit pensionist respektivisht Lidhjes së shoqatave të pensionistëve të Maqedonisë;

- Vendim për miratimin e mjeteve për vitin jubilar deri në shtyp dhe mjete të nevojshme për shtyp të veprës jubilare;

- Vendim për ndihmë financiare nga 70 000 denarë për familjet e të flijuarve në zjarrin e spitalit modular në Tetovë.

Të gjitha vendimet janë miratuar njëzëri.

K.S.A.

Lexim poetik në Prilep dhe Radovish në kuadër të shënimit të jubileut

Pensionistët nga nëntë qytete, më 3 shtator 2021, në mënyrë të veçantë në Prilep, në sallën e madhe të Shtëpisë së kulturës "Marko Cepenkov" i kanë shënuar dy jubiletë e rëndësishëm: 75 vite nga organizimi pensionist në Maqedoni dhe 100 vjetorin e lindjes e poetit të madh, shkrimtar, linguist Blla-zhe Koneski.

Në këtë takim poetik muzikor, pensionistët kanë lexuar vepra të tyre poetike kushtuar laureatit Koneski. Të pranishmëve që ishin në numër të zvogëluar për arsye të respektimit të masave të shëndetësisë, Fillimisht u është drejtua kryetarja e LShPM Stanka Trajkova, e cila ka folur për rëndësinë e këtij manifestimi poetik-muzikor kushtuar dy jubileve të mëdhenj. Të pranishmit i ka përshëndetur edhe kryetari i shoqatës nikoqir Sllavko Trajkovski, i cili ju ka dëshiruar qëndrim të këndshëm dhe të ndjehen si në shtëpitë e tyre.

Pjesëmarrësve në këtë manifestim që u mbajt me rastin e dy jubileve të rëndësishëm kryetari i Kuvendit të LShPM, m-r Ilija Adamoski ju ka ndarë falënderime. Më 7 shtator 2021, në organizim të LShPM në Oraovicë, afër manastirit Sv. Gjorgjija, me rastin e shënimit të 75 vjetorit nga shoqërimi i parë pensionist, janë dëgjuar vargje të paharruara nga poet pensionistë dhe këngë të vjetra të pakohë qytetare nga grupi folklorik nga Radovishi.

Në fillim të takimit të pranishmëve iu drejtua kryetari i ShP Radovish dhe Konçe, Mite Stefanov, si nikoqir i kiti takimi të paharruar, i cili në fjalën e tij, pasi ju shprehu mirëseardhje të ngrohtë të pranishmëve, shkurtimisht foli për rrugëtimin e petit-revolucionarit të ri Aco Karamanov. Pas tij, në emër të Këshillit të Komunës Radovish, ka folur kreu i komunës Gerasim Konzullov i cili ka shprehur falënderim të madh që një takim i tillë mbahet në afërsi të Radovishit. Nga Komuna Konçe, të pranishmëve ju ka folur edhe kreu i komunës Bllagoj Iliev, i cili ka lexuar pjesë nga poezia e vet.

Kryetarja e LShPM Stanka Trajkova, i ka kënaqur të pranishmit me prezencën e sajë, në fjalim, pasi ka përshëndetur ka folur për 75-vjetorin e shoqërimit të parë pensionist në Maqedoni, në respekt të cilit mbahet ky takim. Ajo në fjalimin e vet ka folur për aktivitetet e Lidhjes dhe për gjithë atë që deri më tani ka bërë LShPM për përmirësimin e standardit të pensioni-

stëve dhe për organizimin e tyre përmes formave të ndryshme siç janë revyalet folklorike, garat sportive dhe tani takimi muzikor-poetik. Kryetarja Trajkova ka folur edhe për planifikimet e ardhshme të Lidhjes. Më pastaj ka shpallur të hapur takimin.

Më pastaj ka filluar të radhitet gjerdani nga krijimet poetike dhe këngëve të vjetra qytetare. Në pjesën e poezisë kanë marrë

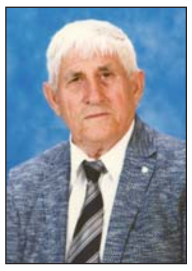
pjesë pensioniste dhe pensionistë nga Kumanova, ShP Strumicë dhe qyteti nikoqir ShP Radovish dhe Konçe.

Në fund të takimit, kryetarja e LShPM Stanka Trajkova pjesëmarrësve në emër të LShPM ju ka ndarë falënderime.

K.R. dhe M.Z.

ShP Strugë, bisedë me Hurem Dauti, delegat në LShPM nga Struga

Do të angazhohem për të drejtat e pensionistëve



Hurem Dauti është lindur në vitin 1948, në fshatin Zagraçani të Strugës, në një familje prej 15 anëtarësh. Ka të kryer së pari Shkollën e mesme të mësuesisë në Kosovë, më pastaj edhe ShLP - grupin BAT. Ka punuar si arsimtarë në më shumë fshatra të Strugës, ndërkaq, nga viti 2000 deri më 2013 ishte edhe udhëheqës i shkollës fillore në Zagraçan. Dy mandate ishte këshilltarnë Komunën e Strugës. Hurem Dauti, gjithë kohën e punës ishte aktivist, por është marrë edhe me pemëtari. Ka rreth 100 lloje pemësh të ndryshme dhe 800 rrënjë goxhi?

Huremi në shikim të parë është njeri i rëndomtë, të cilin nuk mund ta dalloni nga njerëzit e tjerë. Por, pas bisede të shkurtër, do të bindeni se rruga e tij e jetës është shumë ndryshe nga të tjerët. Huremi, pos sinqeritetit, e zbukuron edhe humanizmi. Ndihmon njerëzit, posaçërisht pensionistët. Mëngjesin e fillon me kafe dhe gotë rakie me fqinjët e vet në Strugë ku tani jeton, më pastaj, fqinjëve më të rritur ju ndihmon që të kryejnë ndonjë punë, i furnizon me bukë, qumësht, ilaçe dhe me gjithë çka kanë nevojë për atë ditë, ju paguan llogaritë dhe asnjëherë nuk mund ta shihni se lëviz në këmbë, gjithnjë është në biçikletën e tij prandaj shpejt dhe saktë i kryen obligimet e veta ditore, por bën plan edhe për obligimet në pemëtari.

- Kur shkova në pension në vitin 2019 u habita se çdo të bëj dhe me çka do të vrasë monotoninë. Zgjidhjen e gjeta me vizitën për çdo ditë për disa orë në Klubin e pensionistëve në Srtrugë, ku u propozova dhe u zgjodha delegat në LShPM, ndërkaq atje, u zgjodha për anëtar të KE. Kjo është hera e parë ShP Strugë që të fitoj anëtar të vetin në organet e LShPM.

● Si delegat në LShPM, cilat përmbajtje do i kërkoni për kushte më të mira të pensionistëve. Më konkretisht, në çfarë përmbajtjesh do të fokusoheni?

- Së pari do ju them se isha shumë i befasuar nga organizimi i pensionistëve të ShP Strugë, dhe nga puna e Lidhjes. Nuk kam besuar se aktivitete të organizuara të këtilla kanë pensionistët. Si anëtar i Kuvendit të LShPM dhe anëtar i Këshillit ekzekutiv i Lidhjes, do të angazhohem që të bëhet evidencë e saktë e anëtarëve pensionist të shoqatës, anëtare të Lidhjes. Në ShP Strugë, do kyçem tërësisht në komisionin për përpilimin e kartës sociale për pensionistët e shoqatës strugane. Do të angazhohem në Lidhje dhe institucionet kompetente si e para Shoqatë nga Struga, t' ju lihen në pronësi pasuritë dhe shtëpitë e pensionistëve të ndërtuara nga mjetet e pensionistëve. Do të angazhohem për ndërtim të shtëpive regjionale për pleq, subvencionim të çmimit nga ana e shtetit për qëndrim të pensionistëve me pensione më të ulëta në shtëpitë private pensioniste, të harmonizohen pensionet me harxhimet e jetës, për përmirësimin e mbrojtjes shëndetësore, për numër të caktuar ilaçesh të jenë pa pagesë dhe të pranishëm sidomos në këtë kohë të pandemisë e tjerë. Do të angazhohem për sigurim të ndihmës së njëhershme për pensionistët me pensione të ulëta, si dhe ndihmë me rastin e Vitit të Ri dhe festave fetare të pensionistëve të rrezikuar t' ju epet pako me ushqim dhe mjete higjienike. Me fjalë të tjera, dua të them se do të angazhohem për të drejta më të mëdha të pensionistëve në të gjitha sferat, sepse numër i madh i pensionistëve financiarisht u ndihmojnë familjeve të tyre dhe fëmijëve të cilët janë pa punë.

● Në fund, na thoni diçka për punën e ShP Strugë dhe LShPM.

- Bashkëpunimi është në nivelin më të lartë. Unë si lidhje në mes tyre të gjitha materialet dhe konkluzionet i përcjellë në ShP Strugë, ku i informoj dhe bashkërisht i përpunojmë me kryetarin e shoqatës Millorad Tërposki, marrim qëndrime për të njëjtat se si shoqata të punojë më mire.

S. Kukuneshoski

ShP Çair

Aktivitetet humanitare në plan të parë

Në kushte pandemie, në pajtim me rekomandimet e organeve shtetërore, në lokalet e Klubit të pensionistëve shtëpia në Fushë Topanë, me protokolle për mbajtjen e maskave mbrojtëse dhe distancës fizike, më 3 shtator 2021, është mbajtur seanca e pestë e Këshillit ekzekutiv të ShP Çair, në të cilën në rend të ditës ishin vënë më tepër pika nga puna e shoqatës, të cilën e ka drejtuar koordinatori Todor Iliev. Pikë kryesore e rendit të ditës ishte informimi për aktivitetet e Shoqatës në periudhën e kaluar të vitit 2021. Si rezultat i punës së mirë i drejtuesve edhe i organeve edhe i trupave, në kushte pandemie, janë realizuar numër më i madh nga detyrat e parapara. Është konstatuar se janë miratuar më tepër dokumente, por pjesë nga aktivitetet janë reduktuar. Aktivi i pensionisteve ka mbajtur dy punëtori, një ekspozitë dhe dy mbledhje. Ndër të tjera është thënë se edhe në periudhën e ardhshme, me gjithë kushtet e rënduara për arsye të koronës, Shoqata do të vazhdojë me aktivitetet e shumta të saj, duke respektuar protokollet e sjella. Koordinatori Iliev ka numëruar më shumë aktivitete të rëndësishme të realizuara, duke vënë theksin në aktivitetet socio-humanitare, kulturore zbavitëse dhe jetën sportive si dhe mbrojtjen shëndetësore. Është konstatuar se në tërësi janë të kënaqur nga e arritura në kushte pandemie dhe janë të përgatitur të marrin pjesë në të gjitha ngjarjet të cilat i organizon LShPM. Në seancë janë shqyrtuar disa dokumente të rëndësishme. Është sjellë vendim për ndryshimin dhe plotësimin e nenit 13 nga vendimi për punën materiale financiare të Shoqatës dhe vendimi për organizim të ekskursioneve për ato sportive dhe grupit këngëtar.

Në seancë janë shqyrtuar kërkesat për ndihmë të njëhershme. Këshilli ekzekutiv i angazhoi kryetarë dhe sekretarët e degëve që të sigurojnë kërkesa të kompletuara nga pensionistët të cilët kanë nevojë për ndihmë të njëhershme. Në diskutim për këtë pikë është theksuar se duhet t'i jepet më tepër rëndësi të ndihmës së njëhershme dhje asaj humanitare.

Vasil Paçemski

Tetovë ZITKIP

Ndihmë në të holla 90 pensionistëve

Me vendim të organeve kompetente të Shoqatës të invalidëve të punës dhe shfrytëzues të pensionit invalidorë Tetovë, 90 pensionistëve u është ndarë mjete në të holla. 60 prej tyre, siç na ka informuar kryetari i ZITKIP Tetovë, Gido Bojçevski, është ndarë ndihmë e njëhershme nga

2 000 denarë, ndërkaq të tjerëve nga 1 000 denarë. Ndihma është ndarë me propozim të kryetarëve të degëve ose me kërkesë personale të anëtarëve. Ndryshe, ky është aktivitet tradicional të cilën shoqata e realizon çdo vit. Si kriter themelor për ndarje janë pozita materiale ose gjendja e keqësuar shëndetësore e secilit person.

Shoqatën e invalidëve të punës dhe shfrytëzues të pensionit invalidorë Tetovë, e bëjnë 2 200 anëtarë të organizuar në 27 degë.

G.E.

Shpërblimi "Naxhi Naaman" për Vasil Tocinovski

Shpërblimi ndërkombëtar letrar "Naxhi Naaman" është mirënjohje e re për shkrimtarin dhe shkencëtarin maqedonas Vasil Tocinovski. Është fjala për mirënjohje të cilat ndahen në më tepër kategori të cilat kanë traditën dhe vazhdimësinë e vet nëntëmbëdhjetë vite. Janë themeluar në vitin 2002 dhe "ndahen autorëve të veprave letraretë cilat janë më të emancipuara në përmbajtje dhe stil, qëllimi i të cilave është t' i gjallërojnë dhe zhvillojnë vlerat njerëzore". Gjiroja ka shpallur fituesit e më tepër kategorive dhe ato janë zgjedhur në konkurrencë të 3 217 pjesëmarrësve nga 80 vende të cilat kanë shkruar, kanë dhënë në 60 gjuhë. Vasil Tocinovski është bartës i mirënjohjes i opusit të tërësishëm shkencor. Në vitin 2021, fituesit lajmëron organizatori, do t' i shohin tekstet e tyre të zgjedhura të botuara në librin vjetor në serinë letrare pa pagesë të Fondacionit për kulturën e lirë "Naxhi Naaman". Me këtë, fituesit bëhen edhe anëtarë nderi i Shtëpisë së kulturës të Naaman në Bejrut, Liban. Ajo që gjithsesi duhet shënuar është e dhëna se bartës i propozimit për fitues të mundshëm i mirënjohjes për Tocinovskin është aktorja e njohur poetike Ollga Laliq Kroficka, poeteshë, eseiste, kritikuese, kolumniste dhe përkthyese. Është zgjedhja e sajë nga krijimtaria poetike i autorit maqedonas Tocinovski si shtojcë e veçantë me ri këndime nga maqedonishtja në anglishte, gjermanishte, frëngjishte, polonisht, kroatisht dhe gjuhën serbe.E dhëna që na befason, pse është fjala për shkrimtar vargjet e të cilit ishin publikuar në më tepër revista poloneze, antologji, ndërkaq, në vitin 2015 është botuar libri i tij me tregime "Nga ana tjetër e detit" që është përcjellë me interpretime, vlerësime dhe lëvdata. Opusi krijues i Vasil Tocinovskit janë 91 libra beletristikë (poezi, tregime, romane për të rritur për fëmijë dhe të rinj, kritikë letrare dhe eseistikë) dhe histori letrare maqedonase, është nënshkrues i 70 redaktimeve dhe zgjedhjeve nga trashëgimia publicistike maqedonase, ishte bashkëpunëtorë në 22 enciklopedi, libra, doracakë dhe koleksionesh. Në vend dhe jashtë ka botuar rreth 2 000 studime letrare, kritika, eseje, regjistra. Është përkthyer në njëzet gjuhë dhe është fitues i rreth tridhjetë shpërblimeve dhe mirënjohjeve të rëndësishme prestigjioze nga vendi dhe jashtë.

T.B.

Симптоми на ослабнат имунитет

Имунитетот е многу важен за здравјето, а за време на пандемијата многу повеќе луѓе обрнуваат внимание на функционалноста на овој систем, кој го штити организмот. Експертите од областа се согласуваат дека има неколку сигнали со кои може да се препознае дека имунитетот ослабел.

Пукнатини на аголот од усните - Доколку на аголот од усните ви се појават мали пукнатини кои не изгледаат како сериозни рани, тоа може да биде знак дека имунитетот ви ослабел поради недостиг на витамини и минерали.

Постојани симптоми на настинка – Се чувствувате изморени, малку кашлате и ви тече носот? Доколку не сте болни, имунитетот ви дава до знаење дека неговата функција ослабела. Подобрената исхрана е најдобро решение за зајакнување на имунитетот.

Бавно зараснување на раните - Доколку малите повреди и гребеници ви заraснуваат побавно од обично, тоа може да биде знак на ослабен имунитет. Многу витамини, како витаминот Це, помагаат кожата побрзо да зазддрави.

Крвавење на непцата – Проблемите со забите се голем предизвик за имунолошкиот систем, па доколку ви крвават непцата, посетете заболекар и подобрете ја оралната хигиена.

Постојано сте уморни – Стресот што го доживуваме на работното место и во приватниот живот може негативно да влијае врз имунитетот бидејќи ни ја одзема енергијата. Обидете се да го намалите стресот, а повеќе да се одморате и да ја зголемите физичката активност.

Т.Г.

Босилекот е крал меѓу билките

Многумина билкари, но и лекари, сметаат дека босилекот е крал меѓу билките и дека би требало да го користиме во секојдневната исхрана на различни начини – како зачин во јадењата, како салата или чај, бидејќи содржи антибактериски и антибиотски својства. Босилекот е силен антиоксидант, содржи фолна киселина, есенцијални масла и танини, како и голем број витамини, а главната хемиска состојка која ја содржи е муестрагол илинанолол. Исто така, докажано е дека тој ефикасно влијае кај лекувањето на белите дробови, како што се настинка и туберкулоза.

– Поради антибактериските својства, босилекот е извонреден за лекување синуси, како и различни воспаленија, настинки, грип, астма и бронхитис, ублажува стомачни тегоби, го подобрува варењето и апетитот.

За лекување различни заболувања на респираторните органи, исклучително е добра мешавината од листови на босилек со ѓумбир и мед, бидејќи ги ослободува дишните патишта кои се блокирани од вишок слуз. Исто така, чајот од босилек ја ублажува иритацијата на грлото заради кашлица, како и пецкањето и гребењето во грлото.

За лекување на воспалено грло треба да се потопи босилек во топла вода, да се остави да отстои еден час, да се процеди и со таа вода да се прави гаргара. Со џвакање на листовите се лекуваат инфекции во усната шуплина, крвавење на непцата и се отстранува лошиот здив од устата и друго. Неговото конзумирање, исто така, го намалува нивото на холестеролот во крвта, а истовремено го намалува и ризикот од срцев удар и кардиоваскуларни заболувања. Тој ја јакне функцијата на бубрезите, помага за исфрлање на бубрежни камчиња. За таа цел подолго време треба да се конзумира босилек и мед.

Бидејќи босилекот покрај со витаминот Це, содржи и доса витамин А, погоден е за одржување на здравјето на очите, бидејќи ја зголемува нивната отпорност на различни болести. Тинктурата за дезинфекција на рани, како облога против различни осипи на кожа или убоди од инсекти, се приготвува така што дваесет грама ситно сечкан босилек се прелива со сто милилитри алкохол, се остава да отстои две седмици, се процедува и се чува во добро затворено стаклено шише.

Б. А.

Проблеми со зголемена простата

Најчестата причина поради која доаѓа до бенигно зголемување на простатата или бенигна хиперплазија на простатата (ВНР), се хормонските промени поради стареење.

50% од мажите, постари од 50 години имаат зголемена простата. Од тој број, 30% од нив имаат проблеми со мокрење, вели Невен Капун, доктор и специјалист по урологија.

Симптомите кои се појавуваат поради бенигно зголемување на простата

Постојат два вида симптоми:

- Иритативни симптоми: зачестено мокрење преку ноќ и ден, истекување на урината и ургенција.

- Опструктивни симптоми:

- слаб млаз
- чекање на почеток при мокрењето
- прекин на млазот
- чувство на непотполно празнење
- капење по мокрењето

„Првите знаци се јавуваат во раните 40–ти години. По 60–тата година, скоро секој втор маж има тегоби кои се предизвикани од оваа состојба. Со стареењето, симптомите стануваат сè поизразени" – вели урологот д–р Капун.

Токму иритативните симптоми се главниот „виновник" поради кои мажите најчесто посетуваат уролог. Многумина стравуваат од рак на простата, како и од потполно застанување на урината, но ретко кога симптомите напреднуваат толку брзо за да дојде до хроничен застој или каменчиња во мочниот меур. Кај хроничниот застој, во урината исто така, се појавува и крвавење, како и можност за бубрежно откажување.

„Пациентите кои имаат тегоби мора да направат урολошки преглед, кој задолжително содржи и палпација на простатата. Потребен е и детален преглед на урината, а по потреба се прави и ултразвук на мочниот меур пред и по мокрењето. Кај лицата постари од 45 години е потребно да се направи и крвна слика" – објаснува д–р Капун.

Лечењето на зголемена простата започнува пред сè со промена на животните навики, како и диететски промени, како што е избегнување на зачинета храна, газирани пијалаци, алкохол, кафе и седење на ладно. Кај помладите пациенти кои се соочуваат со овој проблем, лечењето започнува на природен начин со билни препарати, како чај од врбовица или коприва.

„Билните препарати се препорачуваат на пациенти кои имаат помали тегоби. Инаку основата на терапијата се состои од алфа–блокатори, кои ги опуштаат мускулите на мочниот меур и простатата и на тој начин се овозможува подобар уринарен млаз, како и 5–алфа дехидрогеназни инхибитори кои овозможуваат подобро мокрење. Комбинацијата од овие два лека дава најдобри резултати" – вели урологот.

Врбовица - светски позната билка која ја лечи простатата

Природата, како и обично, се погрижила за лекот, а тоа е тревата наречена **врбовица** или свиловина (Epilobium parviflorum). Поради влијанието на медицината оваа билка паднала во заборав, но може да се најде во природата или во билните аптеки. Тешкотиите поврзани со зголемена простата може да бидат многу различни, но чајот од врбовица ги лечи повеќето од нив. Потребна е една лажица исушена или свежа билка која ќе ја попарите со 2 дл врела вода. Оставете да отстои 5 до 10 минути, а потоа извадете ја билката, а чајот испијте го. Чајот се пие двапати на ден, наутро на гладно и навечер пред спиење. Овој лековит чај пијте го колку ви е потребно, но најмалку неколку недели. Првите знаци на подобрување може да ги очекувате набрзо. Овој чај успешно лечи воспаленија на простатата и мочниот меур, проблеми со мокрење предизвикани од зголемена простата, крв во урината и тешкотии и болки во простатата, но и во бубрезите, рак на простата и рак на мочниот меур. Интересно е да се напомне дека врбовицата како чај и добар лек за простата се спомената на сите континенти, култури и јазици, што кажува доволно за нејзината универзална препознатливост и успех.

Но покрај лекови и чаеви битна е и исхраната.

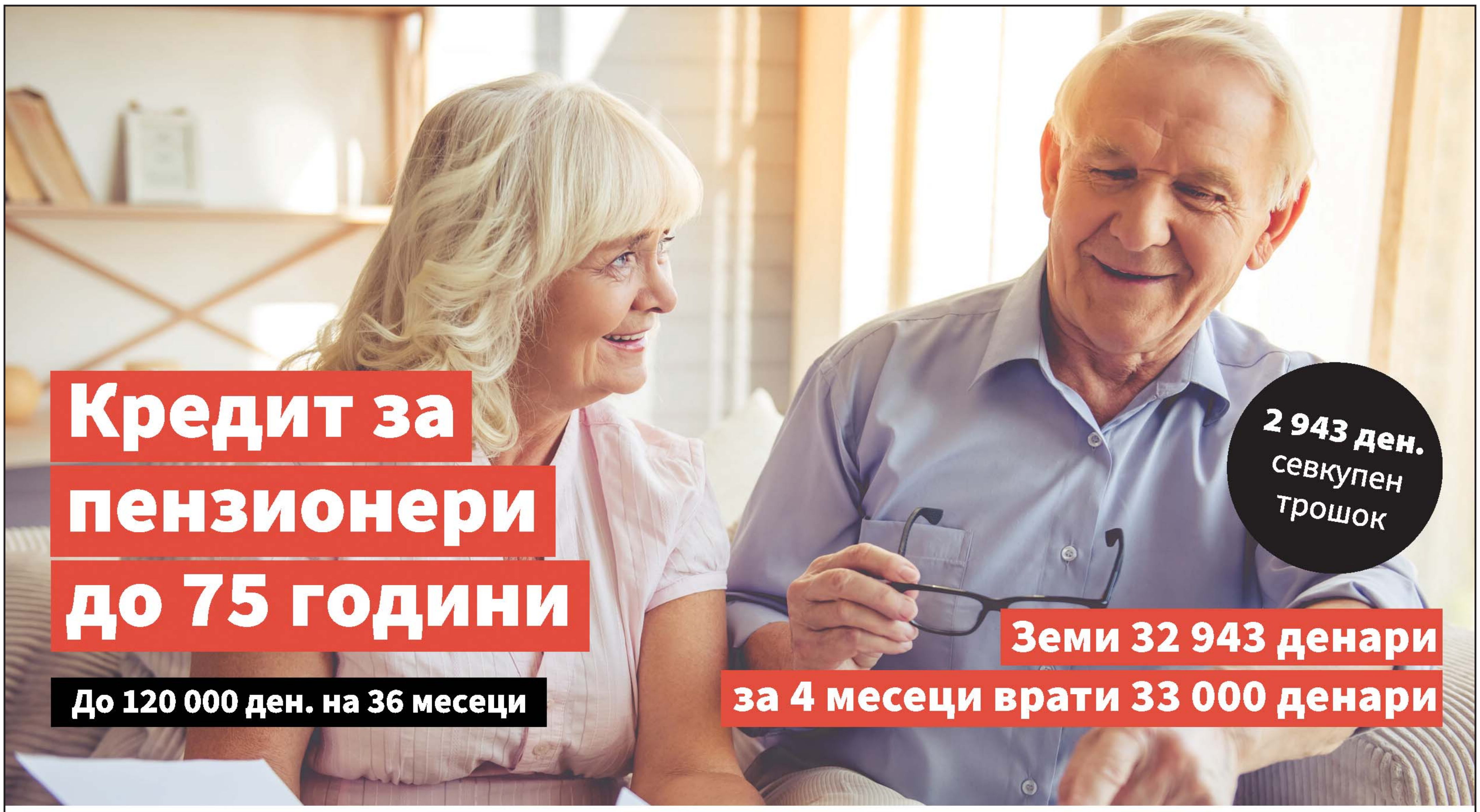
Храна која ги ублажува симптомите на зголемена простата

Одредената храна има влијание врз здравјето на простатата поради нејзиното влијание врз тестостеронот и другите хормони. Еве неколку јадења што треба да ги консумирате за да ги ублажите симптомите на зголемена простата:

- Домат: содржи ликопен, антиоксиданс кој може да биде од корист за клетките на простатата; варените домати, се подобри бидејќи содржат повеќе ликопен;
- Бобинки: јагоди, боровинки, малини и капини се одличен извор на антиоксиданси кои помагаат да се отстранат слободните радикали од телото;
- Зеленчук: брокула, карфиол, зелје и зелка: содржат хемикалии познати како сулфорафани за кои се смета дека ги таргетираат клетките на ракот;
- Јаткасти плодови: оревите се богати со цинк и минерали во трагови; цинкот помага да се балансира тестостеронот;
- Мешунки: грав, грашок, боранија, исто така се богати со цинк;
- Цитруси: портокали, лимони, ламета и грејпфрут се богати со витамин Це, кој ја штити простатата;
- Кромид и лук: едно истражување покажало дека мажите со бенигна хиперплазија на простата јаделе помалку лук и кромид отколку мажите кои не јаделе.

Колку да сте едуцирани за сè, ако имате некој од горенаведените симптоми, на лекар под итно мора да се јавите!

М. Д.



Аплицирај за кеш кредит во експозитура, на www.iutecredit.mk, на 13 333
или преку мобилната апликација MyIute и добиј -10% попуст на провизии.
Ние ќе ти помогнеме при аплицирањето. Парите се достапни за 15 минути.

iutecredit

ЗП Вевчани

Клубот на пензионери од Вевчани домаќин на „ВЕВКУЛ 2021“

Под мотото „Вевчани за Блаже Конески“, во Клубот на пензионери во Вевчани започна 10. вевчанско културно лето „ВЕВКУЛ 2021“ во чии рамки беа одбележани 100–годишнината од неговото раѓање (1921 – 2021), посветена на познатиот македонски лингвист, книжевен историчар, поет, професор, академик и кодификатор на современиот македонски литературен јазик,

што неодамно е отворена во ова познато туристичко место.

Јубилејното издание беше отворено со изложба на фотографии (портрети) и факсимили од животот и делото на македонскиот поет, раскажувач, есеист, книжевен научник и лингвист Конески од новинарите пензионери Мишо Китаноски и соработникот фоторепортерот Стојан Кукунешоски.

На настанот беа кажувани стихови од Конески и за Конески, од страна на ученици од ОУ „Страшо Пинџур“ во Вевчани, под менторство на професорката по македонски јазик во истото училишта Роза Китрозоска.

Изложбата ја посети и министерката за култура Ирена Стефоска, со своите соработници, авторот Мишо Китаноски, детално ги запозна со изложените фотографии и факсимили, притоа, посочувајќи дека се изложени досега непознати работи за Блаже Конески. Тоа се: семејното стебло на Конески кое го составил токму Китаноски, потоа еден новопронајден документ во кој се зборува за неговото ранување во НОБ, стара фотографија на која е тој со семејството од 1928 година, тимот со кој работел во Горно Врановци и друго.

Меѓу другото на изложбата се презентирани и два документа, песната за монахот Неофит (која стои како натпис на чешмата во манастирот Бигорски), од Вевчани и писмото во кое тој се заблагодарува на Вевчани и вевчанци што му ја доделија Повелбата на печалбарството.

Изложбата „Вевчани за Блаже Конески“ ја посетија и студенти на групата за македонски јазик на Универзитетот во Будимпешта, Унгарија, кои по разгледувањето на поставката поразговараа со авторите на изложбата.

Додека пак, на 26 август, пред одржувањето на митингот на поезијата „Мостови“ во Струга и доделувањето на Златниот венец, на годинешниот лауреат на СВП, британската поетеса Керол Ен Дафи, која го најави своето физичко присуство на следното издание во 2022 година. Писателите учесници на овогодишното 60 јубилејно издание на СВП – 2021, прво ја посетија изложбата за Конески, каде што беа детално запознаени од авторот Китаноски, потоа одржаа литературно читање во предворието на црквата „Св. Никола“ и за крај беа посетени Вевчанските Извори.

Според зборовите на претседателот на ЗП Вевчани, Витомор Костојчиноски, кој беше задолжен за изложбата, дознавме дека во приложената книга со впечатоци се гледа дека голем број посетители однадвор ја виделе изложбата и со восхит искажале благодарност за тоа што го сториле Вевчанци за Конески.

С. Кукунешоски

ЗП Прилеп

Петнаесет години во сервисот на болидите

Методија Талески – Германецот е пензионер на 77 години. Роден е во село Чумово, близу Прилеп, се преселил и учел занает низ прилепските училишта и претпријатија и пред 55 години заминал во Германија. Затоа сега прилепчани го викаат Германецот. Од пред 12 години тој заедно со семејството се врати во Прилеп и тука ги минува пензионерските денови. Седи по кафеаните, се разбира на отворено и разговара со своите сограѓани за времето сегашно, овде и времето некогашно кога тој бил и работел како дреер на дребунг во Келн – Германија. А, таму работел на повеќе места и на повеќе работи сè додека не се пријавил на конкурсот на сервис за изработка на делови за болидите на Формула–1 и бил примен. Таму Талески со голема прецизност ги изработувал оштетените делови од болидите, за што бил и добро наградуван. Во фабриката како специјалист за деловите на болидите изработувал и делови за нуклеарни централи. Иако бил на 45–годишна возраст бил примен „на прва што се вели“, бидејќи бил докажан и искусен мајстор во претходната фирма што ја напуштил.

– Петнаесетина години бев на штрек и дење и ноќе и делник и празник. Не се знаеше за моето работно време. Бев повикуван за да ги изработам ситните делови за дефектите во подготовките на болидите на тојота за трките на Формула – 1. Често бев разбудуван во утринските часови и дали со такси, или со моето возило веднаш се наоѓав во фабриката. Мораше да се направи делот и да се испрати каде што требаше, каде што беа тркачките автомобили. По нацртите на инженерите за најкусо време ги подготвував новите делови за да се монтираат на местото од оштетените и најбрзо да се стигне до пистите на трките насекаде во светот. Деловите пред да се транспортираат минуваа на прецизна, детална контрола. И, ете не е за фалење, – вели Талески, – во моето работно искуство од толку многу години не се случи некој дел да направам по вторпат. Осовинчиња, шрафчиња и други потребни елементи изработував со леснотија. Кога работев во сервисот на тојота, беше времето на Шумахер. Ми праќаа цртежи и по нив работев. Го носев занаетот во малиот прст. Што се вели на челикот му ја знаев душата. Некои делови ги изработував додека инженерите пиеја кафе. Им беше малку чудно како се изработени со микронска прецизност, без никакви пропусти. Ако се јавеше грешка, сам веднаш ја увидував и ја корегирав. Ме прашуваа како го правам сето тоа и за толку брзо време. Им, велев, со раце, а како поинаку! Многу беа кон мене коректни, оти на одреден начин им бев важен мајстор. На дребунгот работев подобро, отколку на современите ЦНЦ машини. Тие беа за сериски изработки, а не за поединечни делови – раскажува Талески. Поминал на курс за ЦНЦ машини, но некако не му лежело. На дребунгот бил научен да работи уште од времето на младоста кога го совладувал занаетот во ДИК „Црн Бор“ во Прилеп. Знаел како чука „срцето“ на дребунгот. Покрај тоа што го изучувал занаетот, дома во Прилеп, работел и во Бугарија, и во Хрватска на бродови. Во Германија заминал на 24–годишна возраст. Стекнал голема практика. На младите им советува да работат тоа што им лежи, тоа што го знаат и умеат. Уште ја има прецизноста на рацете. Сега многу шета, ужива во пензионерските денови. Со колегите пензионери, кои во Прилеп го викаат Германецот, а во Германија го викале Македонецот, редовно шета по околните планини. Со планинарите има минато и освоено повеќе планински врвови во Македонија, Бугарија, Србија, Грција... Ја сака планината и ловот. Тој му е во крвта и на тој план ја има докажано својата прецизност. Има уловено, тогаш кога е дозволено, повеќе диви свињи и друг дивеч.

– Убаво се чувствувам дома, со семејството и пријателите, – вели Методија Талески – Германецот, Македонецот, односно прилепчанецот.

К. Ристески

ЗАНИМЛИВОСТИ

Мисли на писателот Ремарк

1. Таков е светот – може да се претворите во ангел, будала или криминалец – и никој нема да забележи. Но, ако ви недостасува едно копче, сите ќе го видат.
2. Сè што може да се организира со пари, е поевтино.
3. Само кога конечно ќе се разделиш со еден човек, почнуваш вистински да стануваш заинтересиран за сето она што го засега. Ова е еден од парадоксите на љубовта.
4. Нема ништо позаморно од тоа да си во друштво на некој кој го демонстрира својот ум. Особено ако нема ум.
5. Само несреќниот знае што е среќа. Светлината не сјае кога е светло. Таа свети во темнина.
6. Кој гледа многу назад, може лесно да се сопне или да падне во дупка.
7. Само болниците укажуваат што е војната.
8. Сожалувањата се бесмислените на овој свет. Човек не може да врати, ниту да поправи нешто. Инаку сите ќе бевме светци. Целта на животот не е да бидеме совршени. Совршенството е за музеите.
9. Храбар е само оној кој го познава и стравот.
10. Секоја љубов сака да биде вечна. Во тоа е и нејзиното вечно страдање.
11. Никогаш не комплицирај нешто што е едноставно. Ова е една од најголемите животни мудрости кои постојат. Многу тешко применлива.
12. Никогаш, никогаш и пак никогаш нема да бидеш смешен во очите на една жена, ако направиш нешто за неа.
13. Она што не можеш да го добиеш, секогаш ти се чини поубаво од она што го имаш. Во тоа се состои романтиката и идиотизмот на човечкиот живот.
14. Принципите понекогаш треба да се прекршуваат. Инаку не ти носат радост.
15. Токму во тоа е несреќата на светот. Ние самите никогаш не го чувствуваме она што им го правиме на другите.
16. Слободен е само оној кој изгубил сè, поради што вреди да се живее.
17. Жената мора да ја обожуваш или да ја напуштиш. Нема средишна положба.
18. Да се родиш глупав не е срамно, срамно е само да умреш глупав.
19. Сеќавањата стареат. Тајната на вечната младост е во вештината да се заборави.
20. Опасно е сè што не владееш целосно добро, а ако го владееш, тогаш е уште поопасно – тогаш човекот станува лекомислен.
21. Љубовните страдања не можат да се надминат со филозофија. Тоа е можно само со помош на друга жена или на друг маж.
22. Никој не може да ни биде туѓ, во кој сме биле вљубени некогаш.
23. Единствено оној кој не еднаш бил сам, ја познава среќата да биде со некој близок.
24. Човекот е лош, но го сака доброто, ако го прави некој друг.
25. Кога човек може сам да се измачува, тој не пропушта ниту еден детаљ

М. Б.

КРСТОЗБОР

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

Хоризонтално: 16. и 20. ДЕН НА НЕЗАВИСНОСТА НА РЕПУБЛИКА МАКЕДОНИЈА; 17. Вид северен елен; 18. Град во Италија; 19. Обвивка на Земјата; 21. Името на Фити, економист, професор и академик (1950); 22. И така натаму (крат.); 23. Името на американскиот глумец, продуцент и филантроп Даглас (1916–2020); 24. Вид пијалак; 25. Лична заменка; 26. Релација на еден наспроти друг; 27. Автознак за Скопје; 28. Вид иглолесно дрво; 29. Согласка; 30. Хемиски симбол за фосфор; 31. Женско име; 32. Музичка нота; 33. Припадник на стар народ; 35. Европски (крат.); 36. Потпечено парче леб; 37. Нестручен, непрофесионалец; 38. Скандинавска парична единица; 39. Капетан на брод (турц) 40. Превој меѓу планините Дрен и Бабуна; 41. Место на полуостровот Пелешац; 42. Волшебна формула во хиндуизмот (крат.); 43. Вид долгоопашест папагал; 44. Време што ќе настапи.

Вертикално: 1. Инсект сличен на пчелата (мн.); 2. Кујнски прибор; 3. Висок чиновник во царска Кина; 4. Автознак за Израел; 5. Согласка; 6. Епаарх, владика (мн.); 7.Името на полскиот политичар и државник Валенса (1943); 8. Единица за метење на електричен отпор; 9. Струшки вечери на поезијата (крат.); 10. Вид геодетски инструмент (мн.); 11. Автознак за Шпанија; 12. Коњ; 13. Родољубец; 14. Стара мерка за тежина (мн.); 15. Град во Белгија; 17. Автознак за Турција; 18. Силен вик на животно; 20. Француски филозоф и социолог, Огист (1798–1857); 21. Хрватски композитор и професор, Крсто (1888–1965); 23. Хемиски симбол за нобелиум; 24. Килолитар (крат.); 25. Коњ; 26. Град во Русија; 27. Место на Синајскиот полуостров; 28. Хемиски симбол за алуминиум; 29. Див трендафил; 33. Ад акта (крат.); 34. Рибонуклеинска киселина (крат.) 36. Автознак за Сплит; 37. Тремоло (крат.); 38. Хемиски симбол за калај; 40. Знак за радиус; 41. Автознак за Германија.

Лик и состав: Георги Хаџи-Васков

Решение: ОСМИ СЕПТЕМВРИ, лос, Неапол, СИАЛ, Таки,итн, Кирк, пиво, тие, однос, СК, кедар, ж, П, Донка, ла, Латин, евр, тост, лаик, оер, реис, Плетвар, Стон, мантри, ара, иднина.

Хумор

Одат двајца пијани по пруга.
– Многу скали бре Перо.
– Не се грижи, еве го иде лифтот.

* * *

Се качил пензионер во такси и го прашал таксистот колку ќе го чини да го однесе до дома.
– Сто денари – одговорил таксистот.
– А јас имам само триесет.
– Не може, ранам деца, морам да купам млеко, леб...
– Ако де, јас сум пензионер, имам време, ќе дојдам со тебе, не ми се брза, важно да ме однесеш дома!

* * *

Му се фали Трпе на Перо:
– Утепав три женски муви и пет машки!
– Е како знаеше кои се машки, а кои се женски?
– Многу лесно: Трите беа на огледалото, а петте на пивското шише!

* * *

Разговараат двајца:
– Што би избрал млада жена за една недела или стара и убава за повеќе години?
– Првата! Колку да е убава манџата не ја сакам од завчера!

* * *

Разговараат две комшивки:
– Како го спречи мажот ти да не брка други жени?
– Му ја скршив ногата и си седи дома!

* * *

Постар човек кој отседнал во хотел се спрема да си легне. Во собата му упаѓа млада жена во проѕирна ноќница.
– Простете сум ја згрешила собата – му вели таа збунето.
– И не само што сте ја згрешиле собата, туку сте задоцниле дваесетина години

* * *

– Замисли Трпе дадов оглас во весник дека барам жена.
И?
Ми се јавија 275 души со иста понуда: земи ја мојава!

* * *

На погреб еден маж плаче и се удира во главата.
Го прашуваат:
– Што ти беше покојникот што толку го жалиш?
– Најголем должник, ми должеше многу пари!

* * *

Малиот Трпе го прашува татка си:
– Тато, знаеш ли кој воз доцни најмногу?
На тоа таткото одговара:
– Не знам сине. Ајде кажи ми.
– Воз кој доцни најмногу е оној кој ми го вети за роденден, тато.

* * *

Синот:
– Тато како е кога си пијан?
– Па сине ги гледаш оние две дрвја? Кога си пијан гледаш четири!
– Ама, тато таму има само едно дрво!

* * *

Маж отишол во полицискста станица и побарал да разговара со крадецот кој претходната вечер влегол во неговиот дом и извршил кражба.
– Ќе имате можност на судот. – Му одговорил дежурниот полицаец.
– Не, не, инсистирам сега и насамо да го прашаме нешто! – Упорно приговарал човекот.
– Што е тоа што не можете да го прашате во судницата?
– Сакам да знам како влегол дома среде ноќ, без да ја разбуди жена ми. Со години се обидувам да го направам тоа и никако не ми успева!

Двајца патници и мечката

Двајца пријатели патувале заедно. Ненадејно се појавила мечка и едниот од нив се качил на дрво и се скрил, а другиот останал долу. Легнал на земја, го задржал здивот и се преправил како да е мртов, бидејќи слушал од старите дека мечките не ги допираат умрените. Мечката му се приближила и го помирисала. Кога таа заминала, другиот пријател се симнал од стеблото и го прашал пријателот што му шепнала мечката на уво. Овој му одговорил:
– Никогаш не патувај со пријатели кои те оставаат сами во неволја.

М.Т.

25-ти Регионални пензионерски спортски натпревари

ЗП СОЛИДАРНОСТ – АЕРОДРОМ, ПРВ РЕГИОН

Со 4 први места најдобро ЗП Кисела Вода

На спортските терени во училиштето „Александар Македонски“ во населбата Лисиче, на 12.9.2021 година се одржаа 25–тите регионални пензионерски натпревари на кои присуствуваа 149 пензионери од кои 115 спортисти и 34 членови на здруженија и гости. Присутните прв ги поздрави претседателот на Здружението на пензионери „Солидарност – Аеродром“ од Скопје кое е е едно од најголемите и најактивни здруженија, членки на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија. Тој им посака добредојде на сите, а на спортистите пензионери успешно натпреварување. Од името на СЗПМ на присутните им се обрати потпретседателот на ИО на Сојузот Ментор Ќоку кој меѓу другото истакна:

– Денес се одржуваат 25–тите спортски натпревари од првиот регион во организација на СЗПМ, а домаќин е ЗП Солидарност – Аеродром. Во оваа прилика сакам да истакнам дека овие наши обраќања пред почетокот на игрите имаат свое значење и тежина, со што покажуваме дека сме организирани субјекти, а вие заслужувате да ве поздравиме.

Ги поздравувам сите спортисти – натпреварувачи од здруженијата од првиот регион, и тоа: домаќинот Солидарност – Аеродром, Гази Баба, Центар, Кисела Вода, Чаир, Воените пензионери, Бутел, Илинден и Шуто Оризари.

Посебно ја поздравувам нивната одлучност и храброст што и покрај состојбата со пандемијата од ковид 19 се охрабрија да бидат учесници на овие натпревари.

Почитувани, спортските натпревари не се одржаа во 2020 година поради пандемијата и сите здруженија се изјаснија дека нема да учествуваат. Оваа година Сојузот подготви скратена програма за одржување на спортските натпреварувања за што сите членки на Сојузот, позитивно се изјаснија. Убеден сум дека и денешното ќе се одвива во најдобар ред, дека сите ќе ги почитуваме мерките и протоколите донесени од надлежните органи и на тој начин ќе превенираме натпреварите да поминат без несакани последици, како што завршија неколку натпревари од другите региони. Знам дека сите натпреварувачи посакуваат да постигнат најдобри резултати, меѓутоа само еден може да биде прв. Фер и коректно нека победат најдобрите. На сите им посакувам успех, а убеден сум дека на крај сите ќе бидеме победници со тоа што учествуваме на оваа спортска манифестација. Ги прогласувам 25–тите регионални спортски натпревари од 1–от регион за отворени.

На натпреварите најдобри беа спортистите од Кисела Вода со 4 први места, а Чаир освои 2 први места. Останатите освоија по едно.

Никола Маркоски

ЗП КАРПОШ, ВТОР РЕГИОН

Традиционално најдобри тетовци

На 12–ти септември 2021 година се одржаа 25–тите јубилејни пензионерски натпревари од вториот регион. Натпреварите беа во убавиот амбиент на Спортско–рекреативниот центар Сарај, во Скопје. Натпреварувачите ги поздрави и им посака добредојде и успех во натпреварувањето претседателот на Здружението на пензионери Карпош од Скопје, Трифун Донев. Потоа на присутните им се обрати претседателката на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија Станка Трајкова. Во своето обраќање таа зборуваше за значењето на физичката активност на луѓето од трета доба особено во овој период во кој здравјето е загрозено особено на возрасните, исто така намалени се и дружењата и другите активности. Претседателката Трајкова потенцираше дека овие пензионерски натпревари се во знакот на два пензионерски јубилеја: 75 години од пензионерското организирање во нашата земја и 25 години спортски натпревари во рамките на Сојузот.

– Ова се традиционално најмасовни активности на пензионерите на кои секој сака да постигне подобри резултати за себе, но и за своето здружение кое го претставува. На сите ви посакувам добри резултати и добро здравје и расположение. 25–тите регионални јубилејни пензионерски натпревари ги прогласувам за отворени. Натпреварувањата можат да започнат.

На овие регионални натпревари од вториот регион земаа учество пензионери спортисти од здруженијата: Гостивар, Тетово, Ѓорче Петров, ОВР и домаќинот Карпош.

На натпреварите присуствуваа 120 пензионери од кои 94 спортисти натпреварувачи и 26 набљудувачи и гости. Од спортистите натпреварувачи 60 беа мажи и 34 жени.

Најдобри беа како и секогаш тетовци со освоени 7 први места. Пензионерите од ЗП ОВР освоија 2 први места, а ЗП Ѓорче Петров и ЗП Карпош освоија по 1 прво место.

На крајот на натпреварувачите им беа доделени благодарници за учество со желба за нови средби и дружења. Благодарниците им ги врачи претседателката на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија Станка Трајкова.

Душан Јовановиќ

ЗП СВЕТИ НИКОЛЕ, СЕДМИ РЕГИОН

Штипските пензионери освоија 7 први места

Ипонатаму живееме во корона период, но пензионерите членови на Сојузот на пензионерите на Македонија, сепак се активни на сите полиња од животот. СЗПМ заедно со здруженијата на пензионерите од целата наша убава земја, оваа година ги организираше добропознатите Спортски пензионерски игри, приспособени на сегашните услови заради пандемијата. Во организација на СЗПМ на 13–ти септември во Свети Николе се одржаа 25–тите јубилејни спортски регионални игри од седмиот регион. Учесниците беа здруженија на пензионери од Радовиш и Конче, Штип, Лозово и Свети Николе. Не учествуваа ЗП Струмица и ЗП Ново Село.

Претседателот на здружението домаќин Никола Атанасов во спортската сала „Цар Самоил“ ги пречека гостите и натпреварувачите со топло добредојде. На сите им посака добро здравје, а на натпреварувачите фер борба и постигање на што подобри резултати. Овој настан со своето присуство го увеличија претставниците од СЗПМ, секретарот Менка Темелковска и претседателот на Комисијата за спорт и рекреација при СЗПМ Здравко Петковски. Секретарот на ИО на Сојузот Менка Темелковска со убави и одбрани зборови ги поздрави присутните истакнувајќи дека е најважно дружењето, активното стареење и создавање нови пријателства. На крајот од своето обраќање таа ги прогласи за отворени 25–тите регионални пензионерски спортски игри во Свети Николе и натпреварувањето започна.

Домаќинот беше мошне добар организатор на натпреварите, бидејќи сѐ се одвиваше според програмата. Својата снага и спортскот дух пензионерите ги одмерија во пет дисциплини: трчање на 60 и 80 м, фрлање ѓуле, скок од место, кошарка и шутирање на мали голчиња.

Според постигнатите резултати најдобри беа спортистите од ЗП Штип со освоени 7 први места, втори беа пензионерите од ЗП Радовиш и Конче со освоени 3 први места, а трети беа натпреварувачите од ЗП Свети Николе со освоено едно прво место. Овие здруженија ќе се натпреваруваат на Републичката пензионерска олимпијада која ќе се одржи во Велес на 29 септември 2021 година, на Градскиот стадион „Зоран Паунов“. На најдобрите екипи претседателот Атанасов им врачи благодарници.

На настанот присуствуваа 83 лица од кои 64 спортисти: 36 мажи и 28 жени.

Вукица Петрушева

ЗП ВИНИЦА, ОСМИ РЕГИОН

Од осумте натпревари овие се одржаа последни

На 17 септеври 2021 година се одржаа последните регионални натпревари од осмиот регион. Организатор беше Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија, а домаќин Здружението на пензионери Виница.

На присутните прв им се обрати и ги поздрави претседателот на здружението Петруш Данилов. Тој во поздравното обраќање им посака на сите натпреварувачи фер натпревари истакнувајќи дека најбитно е да се учествува, бидејќи на крај ќе бидат победници сите, само да се здрави.

Присутните ги поздрави и градоначалникот на Виница, Ивица Димитров. Од името на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија на присутните им се обрати и срдечно ги поздрави потпретседателот на Извршниот одбор на Сојузот Ментор Ќоку, кој им го честиташе големиот пензионерски јубилеј 75 години од организираното дејствување на пензионерите од нашата земја кое започнало во далечната 1946 година и рече:

– Денес присуствуваме на уште еден јубилеј: 25 години од првите и најмасовните пензионерски активности, спортските натпревари. Денес ќе се натпреваруваат спортисти пензионери од здруженијата членки на Сојузот: Кочани, Берово, Пехчево, Македонска Каменица, Делчево и здружението домаќин Виница. Им посакувам на сите добро дружење и добри резултати, а нека победат најподготвените, но и тие кои ќе ги следи среќата. Спортот е важен бидејќи во здравото тело поседува и здрав дух. Натпреварите можат да отпочнат!

Пензионерите се натпреваруваа со желба да постигнат што подобри резултати. Со постигнати 3 први места најдобри беа натпреварувачите од ЗП Виница, ЗП Македонска Каменица и ЗП Кочани, а 2 први места освои ЗП Злетово.

Во Виница присуствуваа 129 пензионери и гости, од кои 81 спортист.

Натпреварите поминаа во фер и другарска атмосфера, онака како што тоа го прават со години наназад пензионерите со мудроста и искуството стекнато со годините.

Петруш Димитров