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

Емисијата „Трета доба“ се емитува на МРТ 1 првата сабота во месецот од 13:20 часот, а наредната сабота оди репризата

СЗПМ
БЕСПЛАТЕН ВЕСНИК ЗА СЕГАШНИ И ЗА ИДНИ ПЕНЗИОНЕРИ

ПЕНЗИОНЕР плус

2 ноември 2022 година
број 171

Година XV Излегува еднаш месечно
www.szpm.org.mk e-mail: vesnik@szpm.org.mk СЗПМ тел. 02 3223 710
ISSN 1857-7660

NLB Banka

35 седница на Извршниот одбор на СЗПМ

Период богат со активности и резултати за почит

На 2.11.2022 година, Извршниот одбор на Сојузот на здруженија на пензионери на Македонија одржа седница на која покрај членовите на ИО присуствуваа и: претседателот на Собранието на СЗПМ м–р Илија Адамоски, претседателот на Надзорниот одбор Митре Стојаноски, претседателот на Комисијата за спорт и рекреација Здравко Петковски, а седницата ја раководеше, успешно како и секогаш, Претседателката Станка Трајкова.

Менка Темелковска, секретар на ИО на СЗПМ, го образложи Финанскиот извештај за остварените приходи и извршените расходи во период јануари – септември 2022 година на СЗПМ, и рече:

– Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија, во периодот јануари – септември 2022 година, своите активности ги насочи за остварување на програмските цели утврдени со Програмата за работа во 2022 година, Статутот и со другите акти на Сојузот.

Во 2022 година, Сојузот ги оствари предвидените активности, за што беа создадени и подобри услови со смирување на пандемијата од ковид 19.

За остварување на целите и задачите во овој период остварени се следните приходи и расходи, и тоа:

1. ВКУПНИ ПРИХОДИ 6.971.415 денари
2. ВКУПНИ РАСХОДИ 6.169.445 денари

Во периодот јануари – септември 2022 година, вкупните приходи и вкупните расходи се остварени во рамките на планираните износи со финансискиот план за 2022 година, со благ пораст на приходите од членарината, а кај расходите се забележува зголемување кај одредени ставки поради повеќе извршени активности во оваа година.

Потоа Митре Стојановски претседател на Надзорниот одбор на СЗПМ рече:

– Извештајот за остварените приходи и извршените расходи во периодот Јануари – Септември 2022 година, е сеопфатен, јасно се прикажани сите приходни и расходни ставки при што е дадено подетално образложение за приходите и расходите за посочениот период на Финансиското работење на Сојузот. Расходните ставки бележат значително отстапување во однос на периодот од претходната година е со констатација дека тоа е заради големиот број на активности на Сојузот и на здруженијатадека работењето. Констатирано е законито, наменско и рационлно располагање и користење на средствата. Исто така не се забележани неправилности во финансиското работењето.

По дискусијата Извештајот едногласно беше усвоен бидејќи на истиот немаше забелешки.

На седницата Претседателката Трајкова информираше дека во периодот меѓу двете седници, Сојузот и здруженијата негови членки, имаа голем број активности, од кои ги истакна само овие две случувања:

– Сојузот поднесе барање до Владата за да добие статус на Организација од јавен интерес. На наше големо задоволство, на 27.9.2022 година, Владата на РС Македонија донесе Решение Сојузот на здруженија на пензионери на Македонија да биде Организација од јавен интерес. Со овој статус треба да се усогласат актите на Сојузот за што ќе бидете известени.

Исто така Сојузот конкурираше со проектот „2022 година на РУРАЛЕН ПЕНЗИОНЕР“ во соработка со Црвениот крст на РСМ во рамките на проектот „Зајакнување на отпорноста на старите лица и лицата со попреченост за време на ковид 19 и идни катастрофи и друго“, и заради важноста и квалитетот на проектот „Рурален Пензионер“, Сојузот доби гранд од 5.700 евра од Европската унија.

Извештајот за 26–ите републички спортски игри на пензионерите во 2022 година, детално го образложи претседателот на Комисијата за спорт и рекреација на ИО на СЗПМ Здравко Петковски, кој меѓу другото рече:

– На 14 септември 2022 година во Охрид, во организација на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија, се одржаа 26–ите пензионерски републички спортски натпревари, а домаќин беше ЗП Охрид и Дебрца. Отворањето на игрите се изврши во салата на Спортско–рекреативниот центар „Билјанини Извори“. По започнување на настанот во предвиденото време, на присутните со пригодни говори им се обратија: претседателот на ЗП Охрид и Дебрца Ѓорѓи Трпчески, од името на Општина Охрид ги поздрави Димитар Спасески, од името на МТСП Наташа Димеска, од Сојузот на пензионерите на Србија Братислав-Бата Здравковиќ, а од името на СЗПМ на присутните им се обрати и игрите ги прогласи за отворени претседателката на СЗПМ Станка Трајкова. На 26. РПСН право на настап обезбедија 280 натпреварувачи од кои 136 во женска и 144 во машка конкуренција, од 38 здруженија кои се натпреваруваа во 9 спортски дисциплини и 19 категории.

Најуспешно во многу силна конкуренција оваа година беше ЗП Охрид и Дебрца со освоени 95 бодови, а учествуваше во 13 спортски дисциплини од кои 5 во екипна и 8 во поединечна конкуренција, и притоа освои 3 златни, една сребрена и 4 бронзени медали, пред ЗП Тетово кое освои 87 бодови, а учествуваше во 12 дисциплини освојувајќи 4 златни и 2 бронзени . На трето место се пласира ЗП Прилеп со 51 бод.

Извештајот за учеството на ЗП Кисела Вода и ЗП Кавадарци на фестивалот Трета животна доба во Љубљана, во 2022 година, го образложи Велин Стојанов, и рече:

– По две години пауза, поради ковид–пандемијата, на 21–от фестивал на трета животна доба (ФЗЖД), во Љубљана, од 27 до 29 септември оваа година СЗПМ го претставуваа здруженијата на пензионери од Кавадарци и Кисела Вода. На фестивалот покровител беше градоначалникот на Љубљана Зоран Јанкович. На отворањето, од сите странски учесници, само учесниците од Македонија беа посебно споменати. По свеченото отворање нашите здруженија имаа впечатлив настап на таканаречената отворена сцена, за што беа наградени со силен аплауз, а беа и придружени од публиката во орото кое се поведе во холот на Цанкаревиот дом, при што се вееја многубројни наши знамиња. Ова направи силен впечаток кај домаќините кои изјавија дека сме дале енергија на фестивалот и побараа да го повториме истото и наредниот ден, при вториот наш настап. Вториот ден на фестивалот бевме први на програмата, што ни даде повеќе време за настап и се повтори истата атмосфера како и претходниот ден, а дојдоа и гледачи кои веќе ги следеле нашите настапи.

Утрото се состанавме со домаќините, со раководниот тим на фестивалот, на чело со извршниот директор Тихомир Ковачич, при што во релаксирана атмосфера ги сумиравме ефектите од нашето учество, единаесетто по ред, а во име на СЗПМ на домаќините им се заблагодари Велин Стојановски, член на Комисијата за меѓународна соработка кој ја предводеше делегацијата на СЗПМ.

На седницата беа донесени и други одлуки важни за работата на Сојузот.

СЗПМ

ВО ОВОЈ БРОЈ...

РАБОТНА СРЕДБА СО ПРЕТСЕДАТЕЛИТЕ НА ЗДРУЖЕНИЈА стр. 2
ДОСТОИНСТВЕН НАСТАП НА МАКЕДОНСКИТЕ ПЕНЗИОНЕРИ ВО ЉУБЉАНА стр. 3
АКТИВНОСТИ НА ЗДРУЖЕНИЈА стр. 4

ЛИЧНА КАРТА НА ЗП КРИВА ПАЛАНКА стр. 5

ИНТЕРВЈУ СО Д-Р САИТ САИТИ стр. 7
ПАНОРАМА стр. 8
ТРИБИНА стр. 9

РАЗГОВОР СО БРОНХИЛДА СТАНКОВСКА стр. 10
ЗДРАВЈЕ стр. 11
ИЗБОР НА АЛБАНСКИ стр. 12
ЕКСКУРЗИИ стр. 13
ЗАБАВА стр. 15
ВИДИЦИ стр. 16

ЌЕ ИЗЛЕЗАТ
17 ноември
- Прилог за пензионери во „Коха“
25 ноември
„Пензионер плус“

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

ЗП Прилеп

За 11 Октомври пензионери од 29 здруженија во Прилеп

Весело и мошне разиграно беше во Прилеп на 11 Октомври, Денот на македонското вооружено востание, кога пред 81 година во Прилеп и Куманово пукна првата партизанска пушка против фашистичкиот бугарски окупатор. На овој ден во организација на Здружението на пензионери од Прилеп се одржа традиционалната пензионерска средба по повод овој голем македонски празник. На овој ден во Прилеп се собраа повеќе од 400 пензионери од вкупно 29 здруженија членки на СЗПМ. На средбата присуствуваа претседателот на Собранието на СЗПМ, м-р Илија Адамоски, Претседателката на Сојузот, Станка Трајкова и потпретседателот на СЗПМ, Ментор Ќоку.

Најпрво на средбата пензионерите ги поздрави и им го честита Денот на вооруженото востание претседателот на ЗП Прилеп, Славко Трајкоски кој меѓу другото ги запозна присутните со значењето на Празникот 11 Октомври и големиот придонес на борците од Прилеп и околните градови, заради што Прилеп е прогласен за град Херој. Трајкоски ги запозна присутните и со имињата на сите 15 народни херои, за нивниот придонес во НОБ. Тој на сите им посака многу здравје, долг живот и уште многу, многу вакви средби кои за време на пандемските две години и не се одржуваа.

Присутните гости од повеќе градови на Македонија ги поздрави и претседателката на СЗПМ, Станка Трајкова која исто така им посака весел, среќен и долг живот на сите пензионери, честитајќи им го Празникот 11 Октомври. По ова имаше весело дружење.

К.Р.

ЗП Струга

Претседателката Трајкова на работна средба со претседатели на здруженија за значајни прашања од интерес на членството

Во убавата Струга, а во уште поубавиот амбиент на хотелот „Бисер“ на брегот на Охридско Езеро, на 14 октомври 2022 година, се одржа работна средба со претседателите на здруженијата на пензионерите од југозападниот дел на Македонија. Работната средба ја организираше Сојузот на здруженијата на пензионери на Македонија, под раководство на претседателката на Сојузот Станка Трајкова, а присуствуваа и претседателот на Собранието на Сојузот м-р Илија Адамоски, потпретседател на Сојузот Ментор Ќоку и секретарот на Извршниот одбор Менка Темелковска.

На средбата присутни беа претседателите на ЗП Струга Милорад Трпоски како домаќин, на ЗП Дебар и Центар Жупа, ЗП Охрид и Дебрца, ЗП Вевчани, ЗП Лабуништа, ЗП Битола, ЗП Македонски Брод, ЗП Демир Хисар, ЗП Крушево, ЗП Прилеп и ЗП Ресен.

Работната средба ја отвори претседателот на ЗП Струга Милорад Трпкоски, кој ги поздрави присутните, им посака добредојде и добар престој во Струга. Потоа претседателката побара едноминутно молчење во чест на починатиот претседател Гого Трпкоски на ЗП Ресен, и рече:

– Остварувањето на работната средба е во согласност со Програмата на работата на СЗПМ за 2022 година, за разгледување прашања од заеднички интерес за здруженијата и Сојузот. Оваа средба е и како посебна обврска во Програмата за работа за актуелни прашања од работата на здруженијата. За време на пандемијата Сојузот и здруженијата активно работеа согласно со условите за работа, вратите не беа затворени, а не изостанаа и традиционалните активности: се одржаа ревиите на песни, музика и игри, спортските натпревари и друго, иако активностите беа со редуцирана содржина и со почитување на протоколите за заштита на пензионерите, – рече Трајкова. Претседателката Трајкова, се осврна по трите точки од дневниот ред, и тоа:

- Информирање за работата на здруженијата на пензионери и Сојузот на здруженија на пензионери на Македонија и прашања значајни за пензионерите (усогласување на пензиите, антикризните мерки, статус од јавен интерес, даночна реформа, посмртна помош и друго).
- Проблеми со снабдување со огревно дрво на пензионерите.
- Престојните избори во СЗПМ и здруженијата.

На темата усогласување на пензиите беше дадено информирање за најновото усогласување од 6,8 %, со кое се усогласени сите пензии. Посебно внимание се посвети на ниските пензии за што од Сојузот се доставени предлози за заштита на пензионерите со пониски пензии во рамките на антикризните мерки.

На работната средба од здруженијата беа дадени позитивни искуства во однос на функционирање на социјалните сервиси, а се третираа повеќе прашања за кои Сојузот ќе подготви согледување на ниво на сите здруженија и тој материјал ќе биде разгледан од органите на Сојузот. Исто така, претседателката се осврна на новата најава за даночна реформа и донесување нов Закон за здруженија и фондации, кои прашања беа разгледани и од Извршниот одбор на Сојузот. На работната средба претседателката даде значајна информација дека СЗПМ од Владата доби статус од јавен интерес. Покрај тоа таа информираше дека Сојузот преку Инклузива-М каде аплицираше доби средства како потпроект „Рурален пензионер„ кои средства ќе се поделат на одделни здруженија согласно со утврдени критериуми. Претседателката Трајкова им обрна посебно внимание на претседателите на здруженијата дека можат да побараат средства за своите активности од локалната самоуправа, согласно член 22 од Законот за локална самоуправа. Со свои проекти можат да конкурираат за влез во буџетите на општините.

Претседателот на Собранието на СЗПМ м-р Илија Адамоски, зборуваше за престојните избори за кои рече дека треба да се разгледаат препораките од Собранието на Сојузот со цел да се оствари фер и демократски избори без политички влијанија, на кое претседателката Трајкова дополни:

– Избори се вршат на секои четири години и тие имаат цел да се провери довербата, постигнатите резултати и сигурноста дека гласот што ќе биде даден ќе биде заслужен со очекување дека активностите во здруженијата ќе се одвиваат уште поквалитетно и во интерес на членовите.

Потпретседателот Ментор Ќолу, поопширно се задржа за солидарниот фонд – посмртна помош на корисниците на пензија, што на корисникот на пензија, со негова согласност, му се запира дел од пензијата за обезбедување средства потребни за исплата на посмртна помош на членовите од неговото семејство во висина од 30.000 денари.

– Средствата за солидарен фонд – посмртна помош, Фондот на пензиското и инвалидското осигурување на РМ ги уплатува на посебна потсметка со назнака „Средства за солидарен фонд – посмртна помош на корисници на пензија“. Ќоку, исто така, зборуваше дека состојбата во солидарниот фонд е стабилизирана и редовно се исплатува посмртната помош од 30.000, како и 5.000 денари кои согласно со Одлуката на Одборот им се враќаат на примателите.

На крајот од работната средба, имаше конструктивна дискусија по одделни прашања на кои претседателката даде соодветни исцрпни одговори.

Стојан Кукунешоски

Работилница со дописниците на СЗПМ

Сојузот има солидна дописничка мрежа

На 30.9.2022 година, се одржа Работилница со дописниците на весникот „Пензионер плус“, на весникот „КОХА“ и на веб-страницата на Сојузот, на која присуствуваа Претседателката на Издавачкиот совет и на СЗПМ Станка Трајкова, членовите на Издавачкиот совет Ментор Ќоку и Менка Темелковска, како и членовите на Редакцискиот одбор. Таа се одржа според Програмата на Сојузот, а се одржуваат и секоја година како една од формите за подобрување и унапредување на информирањето во Сојузот, кое е двонасочно и е многу важно за здруженијата, за Сојузот и за целото наше општество.

Работилницата ја отвори главниот и одговорен уредник на весникот „Пензионер плус“ Калина С. Андонова. Таа ги поздрави сите изразувајќи задоволство што тие со своето присуство го покажуваат својот одговорен однос кон значењето на информирањето во Сојузот. Според дневниот ред на Работилницата на присутните им се обрати Претседателката на Издавачкиот совет и на СЗПМ Станка Трајкова, која меѓу другото истакна:

– Почитувани присутни, информирањето во СЗПМ како статутарна обврска се одвива, пред сè, преку издавање на весникот „Пензионер плус“, страницата за пензионерите во весникот „КОХА“ и преку нашата веб-страница. Весникот „Пензионер плус“ ја одигра својата улога како месечен весник кој го привлече вниманието на пензионерот. Радува фактот што пензионерите го очекуваат неговото излегување со нетрпение и го читаат сè повеќе. Во многу здруженија се бараат и се наоѓаат разни начини како тој да дојде до пензионерот, но тоа треба да биде уште поактивно и позасилено.

Почитувани, во услови на пандемијата, весникот излегуваше редовно и беше единствената врска, покрај телефоните, меѓу здруженијата и Сојузот. Вие пишувавте за состојбите и вашите активности во тие тешки денови. Тоа ќе биде важен запис што историски како податок ќе се чува во Сојузот.

Во овој изминат период преку Комисијата за информирање се правеа напори да се унапреди содржината на „Пензионер плус“ со нови содржини како што е страницата со лична карта на одредено здружение, информации битни за сегашните и идните пензионери, занимливости за убавините на нашата земја, но со изоставање на некои страни како што беше случајот со „здравството“ на кој начин го зголемуваме интересот повторно да се врати. Полека сакаме да се промени стереотипот од многу информации кои личат на обичен записник, кон текстови со податоци кои може да доведат до анализи со извлекување на заклучоци. За да се постигне тоа треба да ви се достапни и податоци, но, свесни сме дека вие како дописници имате одредени ограничувања и контрола, наместо да преовладува разбирање, знаење, вистина, комуникација, предлози итн. Вие сте дописници за весник што го издава СЗПМ, и од Вас се очекува да застанете пред тие предизвици, да ги следите и да ги афирмирате сите активности и проекти кои ги подигнуваат здруженијата и Сојузот, како и прашања важни за пензионерите. Тоа, вие, и го правите. Оваа година беше прогласена за година на рурален пензионер. Вие, бевте многу активни и како резултат на тоа беа прогласени пет најактивни здруженија. Кога се работи за нашиот „Пензионер плус“ би била среќна, како претседател, да се претставиме со нови форми на пренос на информации врз база на досегашните искуства. Тоа значи, почитувани, дека би требало сите заедно да работиме на подобрување на содржините на весникот, а може и да прогласиме најдобар дописник за оваа година.

По нејзиното афирмативно и поттикнувачко излагање, на Работилницата зборуваше главниот и одговорен уредник на весникот „Пензионер плус“ Калина Сливовска – Андонова, која рече:

– За разлика од претседателката, јас ќе зборувам за некои практични работи кои ќе ја унапредат и олеснат вашата дописничка дејност во техничка и новинарска смисла. Како што знаете денес компјутерот и интернетот станаа неразделен дел од животот и на повозрасните. Пред десетина години многумина од постарата генерација, не само што не користеа интернет туку и не знаеја како би го користеле. Денес го користат сите вклучително и луѓето од третата доба, и тоа од ден на ден станува неразделен дел од животот како едукација, разонода и другарување. Радува фактот што сите вие сте сè поуспешни и сè помалку зависни од туѓа помош, кога е во прашање компјутерот. За да бидете уште подобри и понезависни ви подготвив материјал со најосновните совети кои треба да ги практикувате при создавање на вашите написи. Пред две години беше изготвен Прирачник за користење на Интернет и компјутер кој беше поделен по сите здруженија, но овој материјал е лично за вас. Во него имате куси совети како се прави нов документ, како се отвора стар документ, како се праќа порака и фотографија, како се чита добиена порака и друго, со која големина на буквите да ги пишувате текстовите, и друго, но има и неколку новинарски упатства бидејќи меѓу вас има искусни новинари, но и аматери-ентузијасти. За да биде написот добар и јасен, секогаш треба да ги имате на ум овие пет зборчиња: **кој, што, каде, кога и како!**

На крајот се надевам дека наредната Работилница ќе биде со примена на повеќе илустративна техника во согласност со новите технологии кои се применуваат на вакви работилници.

Потоа имаше дискусија од присутните. Од дискусиите можат да се извлечат следните

Заклучоци:

➢ „Пензионер плус“ ги задоволува сите елементи на информативен весник;

➢ Во написите да има и критички осврт на случувањата во граница на можностите;

➢ Да се афирмираат активностите на здруженијата и Сојузот во секој поглед;

➢ Бидејќи претстојат избори дописниците да помогнат да бидат избрани најквалитетните и најкомпетентните луѓе;

➢ Буквите да бидат поголеми, како и фотографиите;

➢ Повеќе здруженија бараат да добиваат поголем број весници, затоа да се изврши ако е можно прераспоредување на бројот по здруженија и по другите институции каде што се доставува весникот.

СЗПМ

Достоинствен настап на македонските пензионери во Љубљана

По две години пауза, поради ковид–епидемијата, на 21–от фестивал на третата животна доба, (ФЗЖД) во Љубљана, од 27 до 29 септември оваа година СЗПМ го претставуваа здруженијата на пензионери од Кавадарци и Кисела Вода, за што се изборија со успешните настапи на Републичката ревија на песни, музика и игри.

ФЗЖД е најголем фестивал од овој тип во Европа на кој пензионерите во културната програма се претставуваат со настапите на своите групи, во едукативната програма можат да се информираат за најактуелните проблеми сврзани со староста, а во изложбениот дел да се запознаат со производи и апарати наменети за унапредување на здравјето и активното стареење. На фестивалот, кој имаше 13 600 посетители, во културната програма настапија 80 пејачки, танцувачки и музички групи од Словенија, Македонија, Италија, Хрватска и Унгарија.

Подготовките за учество оваа година траеја пократко, но благодарејќи на добрата соработка меѓу претседателите на здруженијата Бранко Шемов (Кавадарци) и Момчило Петровиќ (Кисела Вода), и помошта од Станка Трајкова, претседателката на СЗПМ и координаторот Димитар Димитриевски, истите беа мошне успешно завршени, со што се создаде хармонија меѓу двете здруженија која се манифестираше од самиот почеток на патувањето. Самото патување беше удобно и безбедно благодарејќи на возачите кои и претходниот пат беа со нашите учесници. Домаќините, како и секогаш и овој пат, обезбедија убаво сместување за нашите учесници со одлични услови за одмор.

Првиот ден од фестивалот бевме пречекани од домаќините и ни беа доделени два водича кои нè одведоа на свеченото отворање на фестивалот, чиј покровител оваа година беше градоначалникот на Љубљана Зоран Јанкович. На отворањето, од сите странски учесници, само учесниците од Македонија беа посебно споменати. По свеченото отворање нашите здруженија имаа впечатлив настап на таканаречената отворена сцена, за што беа наградени со силен аплауз, а беа и придружени од публиката во орото кое се поведе во холот на Цанкарјевиот дом при што се вееја многубројни наши знамиња. Ова направи силен впечаток кај домаќините кои изјавија дека сме дале енергија на фестивалот и не замолија да го повториме истото и наредниот ден, при вториот наш настап. Убавата атмосфера продолжи и на ручекот во ресторан со словенечки национални обележја во Комплексот на Господарско Раставишче, каде што се пееја и песни посветени на водичите како признание за нивната посветеност.

Попладнето временските услови се поправија и нашите водичи нè поведоа на убава прошетка низ пешачката зона на Стариот Град во Љубљана, што беше добра прилика да се запознаеме со некои знаменитости и да се купи спомен од Словенија. Вечерта во предворјето на хотелот продолживме со песни и игри, на што се придружија и странци кои како гости престојуваа во хотелот, при што се внимаваше да се запази куќниот ред на резортот Љубљана.

Вториот ден на фестивалот бевме први на програмата, што ни даде повеќе време за настап и се повтори истата атмосфера како и претходниот ден, а беа дојдени и гледачи кои веќе ги гледале нашите настапи, меѓу кои и дечиња од градинка заедно со нивната воспитувачка.

Утрото беше искористено да се состанеме со домаќините, со раководниот тим на фестивалот, на чело со извршниот директор Тихомир Ковачич, при што во релаксирана атмосфера ги сумиравме ефектите од нашето учество, единаесетто по ред. На домаќините од страна на нашите здруженија им беа врачени пригодни подароци со обележја од Македонија, а во име на СЗПМ на домаќините им се заблагодари Велин Стојановски, член на Комисијата за меѓународна соработка.

После настапот, полни со впечатоци се упативме назад кон Македонија, одржувајќи ја веселата атмосфера по целиот пат. Попатно застанавме на вечера при што продолжи меѓусебното дружење на членовите на двете здруженија. Владееше општо задоволство од нашиот настап, нашето дружење, отсуството на каков било несакан инцидент и сознанието дека достоинствено ја претставуваме Македонија во секоја прилика. Заедничка желба на двете здруженија беше да продолжат со соработка и дружење во иднина.

Димитар Димитриевски

Уште една успешна активност и соработка помеѓу СЗПМ и Црвениот крст на РС Македонија

Добиен Грант од Европската унија за поддршка на старите лица во рурални средини

Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија е асоцијација која се грижи за пензионерите во граница на своите можности. Сите активности се насочени во интерес на луѓето од третата доба. Во тој контекст 2022 година беше прогласена за година на **РУРАЛЕН ПЕНЗИОНЕР** и е посветена на старите луѓе во руралните средини.

Со овој проект Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија конкурираше преку Црвениот крст на РС Македонија за средства во рамките на грант–договорот „Зајакнување на отпорноста на постарите лица и лицата со попреченост за време на ковид–19 и идни катастрофи„ со Европската унија. Проектот „2022 година на Рурален пензионер“ како корисен и соодветен беше прифатен, и на 6.10.2022 година беше потпишан договор помеѓу Црвениот крст на РС Македонија, од страна на генералниот секретар д–р Саит Саити и Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија претставуван од Ментор Ќоку, потпретседател на Извршниот одбор на Сојузот. Грантот изнесува 5.700 евра и средствата ќе бидат реализирани исклучително за помош на старите луѓе во руралните средини, во вид на помош и поддршка, особено на пензионери со ниски пензии, болни и изнемоштени.

Заради утврдување на одредени постапки и начини на реализирање на овој проект, на 25.10.2022 година, во Сојузот се одржа работен состанок на кој присуствуваа: Љупка Петковска, раководител на Секторот за програми и Жаклина Поповиќ, сам. стручен соработник за финансиско работење од страна на Црвениот крст и Станка Трајкова, претседателка на СЗПМ, Ментор Ќоку, потпретседател и Менка Темелковска, секретар на Извршниот одбор на Сојузот и други.

Состанокот беше корисен, а вакви состаноци ќе има уште за што поуспешна реализација на Грантот добиен од Европската унија, за што Сојузот се заблагодарува во име на 290.000 пензионери, негови членки.

Добиените средства Сојузот ќе ги употреби за помош на руралниот пензионер од здруженијата на пензионери, според одредени мерила и критериуми согласно со склучениот договор.

Калина С. Андонова

ЗП Пробиштип

Незаборавно дружење на пензионерите во Лесново

Здружението на пензионерите од Пробиштип, на 21 септември 2022 година, ја организираше традиционалната средба на пензионерите во живописното Лесново, сместено во подножјето на вулкански карпи, поставено амфитеатрално, во прегратките на лескова и борова шума. Тука се наоѓа и еден од најстарите, најзначајните и најубавите манастири „Свети Гаврил Лесновски“, кој потекнува од првата половина на 14 век, располага со богат фрескоживопис, а иконостасот спаѓа меѓу најубавите и највредните градби. Треба да се спомнат и многубројните пештери кои кријат многу тајни, сè уште неиспитани, а тука е и пештерата во која живеел пустиножителот Гаврил Лесновски со своите браќа по вера Јоаким Осоговски, Прохор Пчински и Јован Бигорски.

Иако дружењето на пензионерите во Лесново се одржуваше по 21–ви пат не изостана интересот кај здруженијата, за што говори бројката од 35 здруженија ширум нашата држава и над 10 илјади пензионери.

Додека на сенаменското игралиште, гостите ги забавуваше групата Еуфорија, од Пробиштип, се виеја македонски ора, се пееја песни, а некои се прошетаа низ селото, а во салата на некогашното подрачно училиште се одржа средба на претседателите на здруженијата – гости кои средбата ја искористија да ги презентираат своите активности кои ги завршиле до сега, а направија и пресек на она што ги очекува до крајот на годината.

На почетокот на средбата, на гостите прв им се обрати претседателот на ЗП Пробиштип Груица Манасијев, кој им посака пријатно и топло добредојде и убав ден кој ќе биде исполнет со многу музика и многу нови пријателства. Претседателот Манасијев, воедно ја прочита и пораката од претседателката на СЗПМ Станка Трајкова, која се извинува и жали што не може да биде на средбата во Лесново, за кое има најубави спомени од нејзините претходни присуства. Во пораката, таа воедно им го честиташе Денот на пензионерите, 20 септември, со најубави желби за добро здравје, за многу нови пријателства и за убаво и незаборавно поминат ден.

Со своето присуство, на ова пензионерско дружење, ги удостои присутните градоначалникот на Општина Пробиштип Драган Анастасов. И тој, со своето обраќање, најнапред упати искрени желби за добро здравје на овие граѓани кои мошне успешно го организираат животот во третата доба, си го прават поинтересен, а со тоа си го продолжуваат животот со желба за активно стареење. Тој ја истакна и добрата соработка што ја има локалната самоуправа со ЗП Пробиштип и рече дека „секогаш кога ќе имаат некоја активност, и кога имаат потреба општината е тука да помогне и обратно“, при што рече:

– Јас сум среќен што денес сум меѓу вас, да ги слушнам вашите активности и планирања, од кои ние помладите треба да учиме.

И, додека во салата се држеше средбата на претседателите на здруженијата, останатите гости се прошетаа и го ргледаа локалитетот. Некои се искачија на највисокото место од каде што се гледа панорама на Злетово и Пробиштип, а некои пак се одмараа во боровата шума, се фотографираа за спомен, едноставно убаво се забавуваа. Може да се каже дека 21–ви септември е вистински празник и за жителите на селото. Сите се подготвиле да ги прифатат и угостат гостите, да им покажат некои знаменитости и да се приклучат на дружењето.

Во разговор со неколкумина од гостите кои првпат се во Лесново, ми рекоа дека се презадоволни од организацијата на ЗП Пробиштип, кое се потрудило ништо да не недостасува. Сè на сè, средбата во Лесново на пензионерите од 35–те здруженија ќе им остане долго во сеќавање и се надеваме дека и наредната година ќе бидат гости во Лесново.

М. Здравковска

ЗП Центар

Отворени два нови клуба

ЗП Центар, на 4 октомври 2022 година, на свечен начин го отвори пензионерскиот клуб „Миле Арсовски“, а една седмица пред тоа, исто така, беше отворен пензионерскиот

клуб „Гоце Делчев“. Како што е познато, отворањето на овие клубови и нивното функционирање е плод на успешната соработка меѓу Општина Центар и Здружението на пензионери од оваа општина.

На свеченото отворање на клубот „Миле Арсовски“ присуствуваа голем број пензионери од подрачјето на овој дел од општината, претседателот на Здружението на пензионери Центар Злате Стефановски како и градоначалникот на општината м–р Горан Герасимовски, со својот тим соработници.

На присутните пензионери најнапред им се обрати претставник на фамилијата Љупчо Арсовски, роднина на патронот на Клубот „Миле Арсовски“. Со големо внимание беше проследено потсетувањето за ликот и делото на овој македонски партизан, борец за слобода на Македонија и учесник во НОВ. Миле Арсовски бил бестрашен борец, особено сакан од своите соборци. Загинал при нападот на Женската гимназија во Скопје.

Присутните ги поздрави и градоначалникот на Општина „Центар“ м–р Горан Герасимовски. Градоначалникот најнапред ја истакна добрата соработка на општината со пензионер-

ската организација, грижата за пензионерите и особено на оние на кои им е потребна посебна помош и при тоа потсети дека општината има многу проекти како за помош и соработка со помладите жители, така и за повозрасните. Градоначалникот Герасимовски ги израдува пензионерите со информацијата дека со Ребалансот на Буџетот на општината, ќе се издвојат средства за подмирување на сметките за струја на пензионерите со пониски пензии, кое како прашање и проблем пред градоначалникот, беше подигнато на последната седница на Собранието. Претседателот на Здружението Злате Стефановски, му се заблагодари на градоначалникот за успешната соработка и особено за брзата реакција за помош на пензионерите со ниски примања. Инаку Клубот „Миле Арсовски“ се наоѓа зад трговскиот центар „Буњаковец“, до катната гаража.

Исто така, градоначалникот пред една седмица го отвори и Пензионерскиот клуб „Гоце Делчев“, што се наоѓа во катната гаража кај Судската палата. Клубот е отворен повторно како резултат на добрата соработка со локалната самоуправа. Овој клуб е во просториите на ЈП ПОЦ и е за жителите на населбите Крњево и Кале. Овде највозрасните граѓани ќе можат да играат шах, домино и карти, ќе можат да се дружат и квалитетно да го поминуваат слободното време. Градоначалникот Горан Ге-

расимовски при отворањето одигра партија шах. Публика беа пензионерите од овој огранок на здружението.

И градоначалникот и претседателот на Здружението Злате Стефановски посакаа соработката да продолжи како и досега, пензионерите да излегуваат почесто од дома и помасовно да ги користат клубовите, зашто тие ќе им го направат животот поинтересен, поисполнет и позабавен.

Цветанка Илиева

ЗП Гази Баба

Традиционална пензионерска средба

По повод верскиот празник „Вера, Нада и Љубов“ кој Активот на пензионерки при ЗП Гази Баба го одбележува како свој празник, организираше пензионерска средба и друже-

ње на која учествуваа 320 пензионери од здруженијата со кои имаат поблиска соработка од Скопје и Републиката. Со свои претставници присуствуваа здруженијата на пензионери од Струмица, Битола, Прилеп, Куманово, Кичево, Тетово, Виница и Охрид, а од скопските здруженија, Илинден, Тафталиџе, Војните пензионери, Ѓорче Петров и Карпош.

Пензионерите најпрво ги поздрави и им посака долг и здрав пензионерски живот Ѓорѓе Андонов, претседател на ЗП Гази Баба, честитајќи им го овој ден на пензионерите, меѓу другото истакна:

– Верувам дека и оваа средба ќе ви го разубави денот и ќе ве направи среќни. Убави се ваквите дружења. Ова е еден од начините на кој се гради вистинско пријателство меѓу пензионерите.

Присутните ги поздрави и Магдалена Спировска, претседател на Активот на пензионерки при ЗП Гази Баба, која зборуваше за значењето на ваквите средби. Таа изрази задоволство од долгогодишната успешна соработка со активите на пензионерки од Републиката, а зголемениот број пензионерки кои присуствуваа на средбата е резултат на добрата соработка со активите. Иако овој ден е посветен на жените, односно на ќерките, денес заедно го прославуваат ослободени од секакви лоши мисли кое се заснова на меѓусебната позитивна енергија.

Градоначалникот на Општина Гази Баба Бобан Стефковски, ја истакна одличната соработка со здружението на пензионери, нагласувајќи дека сите нивни активности и потреби се поддржани од Општината, а грижата за највозрасната група граѓани продолжува да се унапредува, со цел овозможување на поубави и безгрижни пензионерски денови.

Во знак на благодарност за учеството на средбата и добрата соработка, претседателката Спировска им подари скромни подароци на претседателките на активите од гостинските здруженија, при што им посака поголема меѓусебна соработка. Средбата помина во пријатно расположение, со оро и песна.

Васил Пачемски

ЗП Солидарност – Аеродром

Промовирана збирка литературни трудови на пензионери

На 27 септември 2022 во просториите на клубот „Аеродром“ при Здружението на пензионери „Солидарност – Аеродром“, Скопје, се одржа промоција на третата збирка со литературни трудови на пензионери од Македонија, „Пензионерите творат 2022“.

На промоцијата учествуваа шеесет автори – пензионери, со творби во повеќе литературни жанрови: поезија, проза, афоризми. Сите дела се пишувани на чист македонски литературен јазик.

Книгата ја подготви Редакциски одбор во состав: Јован Мазгански, Благојка Филипчева и д–р Васил Тоциновски. Сите подготовки се реализираа на волонтерска основа.

Печатењето го финансираше Здружението на пензионери Солидарност – Аеродром, тоа го прави по четврти пат за Клубот на љубителите на книгата и станува традиција.

Промоцијата помина во убава атмосфера, со автори од Скопје и од други градови од Македонија.

Покрај обраќањето на Димитрија Богатиноски, претседател на ИО при Здружението на пензионери „Солидарност – Аеродром“, Скопје, претседателот на Клубот на љубители на книгата Јован Мазгански и членот на Редакцискиот одбор Благојка Филипчева, делови од своите литературни трудови читаа и присутните автори.

Покрај читањето на дел од своите авторски дела, атмосферата ја збогатија и вокалните интерпретации на Ристана – Рина Николова и Лилјана Стоилковска.

Сите автори кои учествуваа со свои литературни дела добија или ќе добијат бесплатен примерок од книгата.

Јован Мазгански

ЗП Кичево

Чествување на паднатите борци во село Кленоец

Деновиве во селото Кленоец во револуционерната Копачија се одржа чествување на паднатите борци од НОВ, каде што во далечната 1943 година, на 6 октомври, се одвивала познатата битка за одбрана на слободната територија позната меѓу населението како „Македонска Кадињача“.

По тој повод борците и почитувачите на придобивките од НОВ од Кичево, заедно со пензионерите од ЗП Кичево, делегација од резервните старешини, делегација од револуционерната Дебрца и жители од селото Кленоец, положија свежо цвеќе на споменикот на паднатите борци во НОВ.

Во познатата битка кај село Кленоец, битка за одбрана на слободната територија, животот го положија голем број борци од Првиот македонски баталјон „Мирче Ацев“, меѓу нив заменик–командантот на баталјонот Трајан Белев, заменик–комесарот на баталјонот Мите Трпоски, како и заменик–комесарот на Втората оперативна зона во НОВ народниот херој Јосиф Јосифоски – Ѓорче Свештарот од Гевгелија.

Пред присутните почитувачи, своја творба рецитираше пензионерот од ЗП Кичево Целе Соколески.

Пензионерите во заедничко дружење, по селските падини на прекрасното есенско сонце, го напуштија селото Кленоец.

А. Ристоска

ЗП Кратово

Период со реализирани голем број активности

Во овој период Здружението на пензионери на Кратово имаше експанзија на активности. Имено, беа одржани седници на Извршниот одбор, на Комисијата за спорт и рекреација, Комисијата за култура и ревии, Статутарната комисија и Комисијата за солидарност, Активот на пензионерки и на Комисијата за здравство на кои беа договорени повеќе претстојни активности.

Најнапред се изврши рангирањето на пензионерите спортисти за учество на Меѓуопштинските натпревари и Регионалните спортски натпревари. На Меѓуопштинските натпревари првиот дел се одржа во Пробиштип, а вториот дел во Кратово, каде што учество зедоа пензионерите од ЗП Кратово, ЗП Пробиштип, ЗП Крива Паланка и ЗП Свети Николе. Истовремено се учествуваше на Регионалните спортски натпревари одржани во Ранковци и Републички спортски натпревари на пензионери во Охрид, каде што беа освоени еден златен и еден сребрен медал.

Во меѓувреме ЗП Кратово претставувано од пензионерите од Кратовските тамбураши зедоа учество на Регионалните ревии кои се одржаа во Крива Паланка, а на кои учествуваа ЗП Чаир, ЗП Центар, ЗП Куманово, ЗП Кратово и ЗП Крива Паланка. Тие зедоа учество и на Меѓународниот фестивал на шлагери и староградски песни „Пеј срце“ што се одржа во Ќустендил, Р Бугарија, каде што ја освоија наградата ГРАНД ПРИ. Во организација на фондацијата „Сивика“ во Скопје, пред Спомен–куќата на Мајка Тереза во склоп на презентација на невладините организации, во музичкиот дел единствени настапија пензионерите од составот на Кратовските тамбураши, при што оставија одличен впечаток кај присутните.

Статутарната комисија на својата седница ги усогласуваше донесените одлуки од Извршниот одбор и Собранието на ЗП Кратово, а Активот на жените и Комисијата за здравство посетија болни пензионери и пензионерки со мали примања и од ризичната група и им доделија пакети. Пензионерите од Кратово организирано ги посетија Еленец, Ораовица, Пониква, Прохор Пчински и Берово, а овие денови ќе го посетат и манастирот во Лесново, и градот Врање, Р Србија.

Методи Мишевски

ЗП Неготино

Дотурот на огревно дрво, сè уште проблем

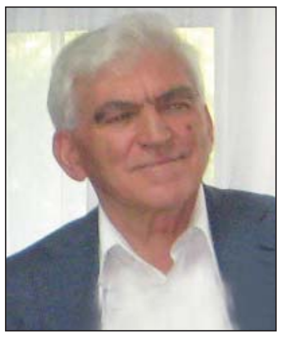
Традиционално, со години по ред ЗП Неготино редовно ги снабдува околу 450 пензионери од општината со огревно дрво. Практиката е да се плаќа на рати, а успешно продолжува и традиционалната соработка со Државните национални шуми, подружница Демир Капија. До минатата година проблеми со дотурот на договорената количина немаше сè се завршуваше според склучениот договор и уплатената сума, вели претседателот на ЗП Неготино Душан Недев и додава дека годинава за прв пат се појави проблем со навремениот дотур на количината.

– Според склучениот договор требаше тоа да заврши до крајот на месец септември. Рокот веќе е поминат а наместо договореното сега месечно ни се врши дотур од 20 до 30 кубни метри и според досегашната динамика едвам се дотурени 20% од целокупната бројка од околу 2500 кубни метри. Кога се појави овој мал дотур започнав веднаш со консултации со подружницата од Демир Капија. На состанокот што го имавме во СЗПМ со Претседателката Станка Трајкова и раководството на Македонски шуми при што ни беше ветено дека во најкраток рок ќе се направат напори да се динамизира дотурот. Со зголемување на цената на дрвото, прифативме да доплатиме до висината на новата цена, со цел пензионерите да ги заштитиме од високите цени на дрвото. За да се реши овој проблем, имавме средба и со министерот за земјоделство и шумарство, при што ни беше ветено дека дотурот ќе се интензивира. Веруваме во искрените ветувања и се надеваме дека оваа зима нашите пензионери нема да останат без огревно дрво, истакна на крајот претседателот.

Маријана Пешиќ

ЗП Крива Паланка - лична карта

Здружение на пензионери Крива Паланка и Ранковце
Ул. Никола Тесла 6б, Крива Паланка
Тел. 031 620 933; Моб. 071 650 001
E-mail zpkrivapalanka@gmail.com



Трајча Давидовски
претседател
на ИО и на ЗП
Крива Паланка и Ранковце

Здружението на пензионери Крива Паланка и Ранковце според податоците со кои располага здружението формирано е во 1959 година, како Подружница Крива Паланка,

која во тоа време броела само 160 членови–пензионери. Овие податоци се од декември месец 1959 година. Пред да биде формирана Подружницата Крива Паланка, пензионерите биле организирани во Здружението на пензионери во Куманово.

Во текот на повеќегодишното постоење Здружението поминувало низ тешки моменти, со подеми и падови, и опстанало до денес.

Во шеесеттите години од минатиот век бил изграден Дом на пензионери со 9 соби и Клуб за дневен престој на пензионери. Подоцна е направена замена и Домот е даден на Републичкиот фонд за пензиско и инвалидско осигурување на Македонија, а за тоа добиен е друг помал простор во зградата на ФПИОМ со бифе–клуб и канцеларија.

Како што минувало времето се менувале и раководствата на Здружението.

Прв претседател бил Филип Филиповски, а со најдолг стаж бил Славко Стојановски, до изборите во 2019 година, кога за претседател на Здружението е избран Трајча Давидовски.

За време на постоењето Здружението имало богати активности и денес е едно од најактивните здруженија, членки на Сојузот на здруженија на пензионери на Македонија. За тоа сведочат голем број признанија и пофалби добиени од СЗПМ и од други институции со кои соработува ЗП Крива Паланка и Ранковце. Посебно заслужува да се истакне наградата од Општината, која ја има добиено досега двапати по повод Денот на ослободувањето на Крива Паланка, 8 октомври.

Како и другите здруженија, членки на Сојузот на здруженија на пензионери на Македонија, и ова здружение има свои органи и тела, како и свој Статут, а секоја година донесува програма за работа и усвојува извештај за работа и годишна сметка.

Со изборите во 2019 година, новоизбраното раководство е фокусирано главно на програмските цели и задачи зацртани во програмата и на активностите, во интерес на членството.

Што се однесува до финансиското работење, Здружението средствата добиени од членарината се обидува да им ги врати на пензионерите преку разни форми и активности.

Соработката на Здружението со Општината и со Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија е на посакуваното ниво, и учествува во сите активности организирани од Сојузот и од градот. Речиси секоја година зема учество на регионалните ревии на песни музика и игри, а неколку пати е и успешен домаќин. Во 2022 година, Здружението се натпреваруваше и на Републичката ревија на песни, музика и игри, како и на повеќе фестивали во земјата и во странство. Забележителен успех имаше на фестивалот „Пеце Атанасоски“ кој се одржува секоја година во село Долнени.

Исто така, учествуваше и на спортските натпревари организирани од Сојузот, на регионално и локално ниво.

Посебно треба да се истакне хуманитарната дејност на Здружението. Како такво минатата година ЗП Крива Паланка беше прогласено и доби признание за едно од најактивните на ниво на Сојузот. Особено е активен Активот на пензионерките, кој и оваа година покажа значајни резултати во рамките на Проектот „2022 година на рурален пензионер“.

Посетиле пет села и 39 пензионери.

Во Здружението има пензионерска библиотека, а во клубот се држат предавања и мерење на крвен притисок и шеќер во крвта.

Тоа организира и екскурзии за да им го разубави животот на своето членство кое членува во шест ограноци и тоа: Крива Паланка, Ранковце, Петралица, Мождињак, Дубровница и Жидилово.

ЗП Крива Паланка одлично соработува со другите здруженија, членки на Сојузот, со ОО на Црвениот крст од градот и со други организации и институции кои се грижат за највозрасните жители. Особено има добра соработка со Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија, во чии тела партиципира со свои членови и придонесува во решавање на разни проблеми и прашања.

Трајча Давидовски – претседател на ЗП и ИО
Веселин Стојановски – претседател на Собрание
Душко Стамболиски – секретар.

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

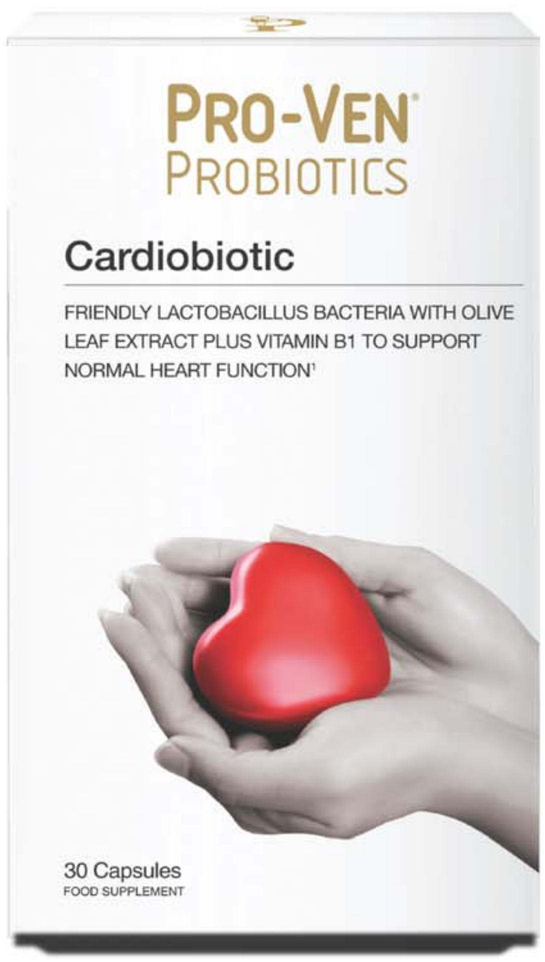
NLB Banka

www.nlb.mk Контакт центар: 02 / 15-600

PROVEN PROBIOTICS

ZEGIN
ВАША СЕМЕЈНА АПТЕКА

Cardiobiotic



една 30 КАПСУЛИ на ден

- 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 нормалната функција на срцето

Интервју со д–р Саит Саити, генерален секретар на Црвениот крст на РС Македонија

Плодната соработка продолжува во континуитет

● Иако Црвениот крст како организација и како „лого“ им се познати на сите гнерации, Ве молам на почетокот накусо опишете ни ги главните цели и задачина оваа организација.

– Црвен крст на Република Северна Македонија како хуманитарна организација работи на спречување и ублажување на човековото страдање, заштита на животот и здравјето, унапредување на социјалната состојба, обезбедувајќи почит и достоинство на граѓаните, особено во случај на несреќи и катастрофи, го промовира Меѓународното хуманитарно право и хумanите вредности, го поттикнува доброволното ангажирање и постојано вложува во јакнење на капацитетите за подготвеност за соодветен одговор на предизвиците со кои се соочува ранливото население. Целите и задачите се утврдени и регулирани со Законот за Црвениот крст на Република Македонија и Статутот на организацијата, и овие документи се основа за нашето функционирање и поставеност во државата. Црвениот крст своите цели и задачи ги остварува врз основа на седумте фундаментални принципи на меѓународното движење на Црвениот крст и Црвената полумесечина.

● Од кога постои Црвениот крст во Македонија и каква е неговата организациона поставеност?

– Црвениот крст на РС Македонија е формиран на 17 март 1945 година. Организацијата е призната како национално друштво на Црвен крст од Меѓународниот комитет на Црвениот крст во 1995 година, кога станува и полноправен член на Меѓународната федерација на националните друштва на Црвениот крст и Црвената полумесечина, како 169 членка на Меѓународното движење. Оваа година се бележат 77 години од основањето на организацијата. Работата на Црвениот крст на РСМ е организирана и координирана од централната канцеларија на националното друштво лоцирано во Скопје, и 33 општински организации на Црвен крст и Црвен крст на град Скопје кој ја координира работата на петте општински организации на територијата на град Скопје. Според податоците од 2022 година, Црвениот крст на РСМ има 18 100 регистрирани членови. Во организацијата на годишно ниво придонес даваат околу 2 400 активни волонтери ширум државата.

● Помеѓу Црвениот крст на РС Македонија и Сојузот на здруженија на пензионери на Македонија има потпишано Меморандум за соработка. Како ја оценувате таа соработка во изминатите години?

– Во 2008 година беше потпишан Меморандум за соработка помеѓу двете организации, би рекол повеќе регулирано од формално правен аспект, инаку нашата меѓусебна плодна соработка трае многу години и пред тоа. Особено би сакал да ја истакнам соработката со Сојузот во однос на заеднички вложувања во иницијативи за подобрување на квалитетот на животот на лицата во третата доба. Во 2016 година на иницијатива на Црвениот крст на РСМ во рамки на проект поддржан од Европската унија, формирана е мрежата Инклузива М за социјална инклузија на постарите лица во која членуваат здруженија на граѓани, и секако СЗПМ. Ова беше и можност за јакнење на внатрешните капацитети на организациите за застапување со цел да се поттикне јавното влијание во носење одлуки за прашања од општествен интерес.

● Населението кај нас и во светот од ден на ден е сè повозрасно. Во тој контекст се поголема е синергијата меѓу нашите две организации. Кои проекти би ги издвоиле како позначајни во минатото, а кои се во тек на реализација?

– Во многу земји, постарата популација претставува значителен дел од вкупното население. Трендот дефиниран како „стареење на популацијата“ како и во многу земји и во РСМ наметнува низа здравствени, социјални и економски предизвици што имплицира на зголемената потреба од соодветни здравствени и социјални услуги кои би биле во прилог за промовирање здраво стареење и имплементирање на услуги за заштита на старото население.

Во оваа насока и организацијата на Црвениот крст на РСМ континуирано дава придонес и вложува во развој на услугите за постарите граѓани. Со поддршка на меѓународни фондови, како и Европската унија, имплементира проекти преку кои обезбедува поддршка за иницијативи за активно и здраво стареење. Би сакал да издвојам неколку проекти на Црвениот крст. Во 2017 година, во рамки на Регионален проект за социјална вклученост на постарите граѓани Црвениот крст додели под грантови на десет здруженија на граѓани, меѓу која поддршка за имплементација на проектот „Превентивни домашни посети за активни и здрави пензионери“ беше обезбедена и за СЗПМ. Со особено задоволство би го истакнал и неодамнешниот настан на кој Црвениот крст потпиша договори со 10 здруженија на граѓани на кои им се доделени средства за поддршка на мали иницијативи во рамки на Регионалниот проект „Градење на отпорност на постарите лица за време на КОВИД 19 и други кризни состојби“, поддржан од Европската унија. Поддршка за проект е обезбедена и на Сојузот кој ќе се имплементира во наредните десет месеци. Во текот на оваа година во рамки на регионалниот проект, Црвениот крст на РСМ додели еднократна финансиска помош на 1 000 корисници со право на гарантирана минимална помош, во чии домаќинства има член над 69–годишна возраст. Отворени се 5 телефонски линии во Скопје, Битола, Гостивар, Велес и Кочани за обезбедување на психо–социјална поддршка на возрасни граѓани. Особено би го истакнал значењето на работата на дневните центри за стари лица и центри за помош на стари лица во домашни услови кои функционираат преку Црвениот крст на град Скопје. Со цел поттикнување на активно и здраво стареење функционираат клубови за лица од третата доба преку ОО Црвен крст Крива Паланка, Велес, Неготино, Прилеп и Охрид. Отворени се 9 центри за испорака на услуги за нега и помош во домот, со кои се опфатени вкупно над 450 постари граѓани. Услугата се испорачува од страна на сертифицирани негуватели. Оваа услуга е поддржана од страна на МТСП. Во Скопје во моментот се пилотира нова услуга преку сервисот „Итно копче“ – за поддршка и помош на стари лица и лица со попреченост во нивните домови со која се опфатени 110 корисници. Услугата им овозможува да се чувствуваат безбедно во домот и покрај тоа што живеат без придружба. Црвениот крст воведе и нова услуга за наменски транспорт на лица кои не се во животозагрозувачка ситуација на кои им е неопходен превозот.

● Како функционираат општинските организации на Црвениот крст во другите градови, освен во Скопје, и каква е нивната соработка со нашите здруженија на пензионери?

– Ако земеме во предвид дека Скопје е една третина од нашата држава во однос на населението, тогаш можеби е разбирливо дека во Скопје се организираат повеќе и разновидни услуги и активности за здраво стареење. Примерите на позитивни практики кои се спроведуваат преку Црвениот крст на град Скопје, Црвениот крст на РСМ прави напори и вложува истите да се пресликаат, односно, развиваат и во другите средини во државата преку ОО на Црвениот крст. Црвениот крст и здруженијата на пензионери организираат активности од заеднички интерес за лицата во третата доба и истите успешно се спроведуваат. Во оваа насока би сакал да истакнам дека нивната соработка не може да се искаже поинаку од констатацијата дека Црвениот крст на РСМ и СЗПМ имаат воспоставено добра и плодна соработка. Силниот потенцијал на двете организации, се членството и волонтерскиот ангажман и придонес, кој секако треба да се негува и јакне.

● Што ќе им порачате на пензионерите и на сите возрасни луѓе во овие тешки денови оптоварени со кризи од болести и друго?

– Секако најзначајно е да се зачува своето здравје и здравјето на најблиските. Пензионерите и сите возрасни граѓани кои имаат големо богато животно искуство можат да се вклучат и да бидат активни чинители во општествените промени. Преку своето ангажирање ќе стимулираат интерес и кај помладата генерација за создавање услови за поквалитетен живот. Црвениот крст секогаш е отворен за иницијативи кои ќе претставуваат позитивни промени во заедниците.

Калина С. Андонова
Главен и одговорен уредник на весникот „Пензионер плус“

Состанокот на Координативното тело на активите на пензионерки

Пензионерките секогаш најактивни

На 28 септември 2022 година, по повод 1–ви Октомври, Меѓународен ден на старите лица, Координативното тело на активите на пензионерки ја

одржа 7–та седница. На неа присуствуваа пензионерки – активистки од повеќе здруженија. Воедно присуствуваше и претседателката на Сојузот на

здруженијата на пензионерите на Македонија Станка Трајкова. Состанокот го раководеше потпретседателката на Координативното тело Марија Монева, која истакна дека за дневен ред на оваа седница се прашања за активностите на активите на пензионерките во 2022 година, поврзување на повеќе заеднички активности на активите, начин на изработка на проекти за спроведување на активностите во здруженијата и предлози за одбележување на Неделата за грижа на стари лица, од 21 до 28 ноември.

На седницата на присутните им се обрати претседателката на Сојузот Станка Трајкова, која зборуваше за значењето на 1–ви Октомври, Меѓународен ден на старите лица, прогласен од Обединетите нации во 1990 година. Исто така, информираше дека, 20 септември, Денот на пензионерите на Македонија, како и секоја година и оваа беше свечено и достоинствено одбележан во рамките на Проектот „2022 година за рурален пензионер“. На денот беа доделени признанија на пет здруженија на пензионери (Кратово, Гевгелија, Валандово, Штип и Сарај), кои со своите дејности беа најактивни во давањето помош, поддршка и грижа на пензионерите од рурални средини.

Пензионерките од активите од повеќе здруженија, дискутираа и за нивните активности во 2022 година, а особено за дејностите кои беа преземени при посетата на пензионерите од руралните средини, а за кои пишуваше и во неколку броеви на весникот „Пензионер плус“. Беше спомнат и проблемот со набавка на дрва за пензионерите, по кое прашање претседателката Трајкова истакна дека е во тек решавањето на овој проблем со Националните шуми.

Една од точките на дневниот ред беше и: Начин на аплицирање на проекти за спроведување на активности во здруженијата на пензионери, по која точка кратко и конкретно објаснување даде Калина С. Андонова, која има најголемо искуство во аплицирање на проекти од страна на Сојузот во изминатите години.

По дискусијата на пензионерките од активите се донесоа следните

ЗАКЛУЧОЦИ и КОНСТАТАЦИИ

1. На 28.9.2022 година, се одржа состанок со проширен состав на Координативното тело на активите на пензионерки по повод 1–ви Октомври, Ден на старите лица.

2. Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија, во 2022 година, во давање помош и грижа на пензионерите како возрасни лица, 20 септември, го одбележи под мотото Рурален пензионер. По овој повод Сојузот избра пет здруженија кои биле најактивни во давање помош на руралните средини.

3. Здруженијата на пензионерите на локален и меѓународен план треба да се поврзуваат со цел пренесување на традиционалните активности и искуствата во меѓусебното работење.

4. Здруженијата на пензионерите при подготвување на финансиските планови за 2023 година да предвидат средства за покривање на трошоците на активите на пензионерки со цел тие да можат да остварат низа хуманитарни активности, креативни работилници, посета на пензионери во нивните домови, организирање на бесплатни прегледи, дружење и друго.

СЗПМ

ЗП Куманово

По повод 1-ви Октомври посетен старскиот дом „Зафир Сајто“

Иовaа година членовите на ЗП Куманово заедно со активисти на Црвениот крст го одбележаа 1–ви Октомври, Меѓународниот ден на старите лица. Поддршка на своите членови пензионери, учесници во пригодна

програма во домот беше како и секогаш раководството на ЗП Куманово. Младите нека знаат дека процесот на стареење е пат кој што го одиме сите. Затоа активистите на Црвениот крст и ЗП Куманово пееја, читаа поезија и ги насмеаја со хумористичен скеч станарите во Старскиот дом „Зафир Сајто“ во Куманово. Во катчето за поезија Гордана Поповиќ читаше за „Мерак“ и ги потсети што е тоа мерак. Мирјана Стојчева ја прочита нејзината песна „Раскош од убавини“ посакувајќи им да не куртулат од убавини. „Староста е убава“ е песната со која се претстави Борјанка Ралиќ. Младите активисти на Црвениот крст ја пееја „Македонско девојче“ и неповторливата „Јовано Јованке“. Симе Бојаџиевски го бараше своето либе низ прекрасната изведба на „Ах каде е мојто либе“. Радосвет Стил Илиевски не прошета низ Широк сокак пеејќи ја „Ако одам во Битола“ која не ја даваше ни за Солуна ниту пак за Стамбола. Потоа следеше „Јас те пратив на вода Калино“ и Калина Бошковска. Текстот за скечот „Митра Пијандура“ го напиша Љиљана Тричковиќ која и ја одигра Митра Пијандура. Секако скечот не можеше да се замисли без другарките на Митра Ленка и Менка, а нив маестрално ги одиграа Зора Ивановска и Ротка Јакимовска. За крај сите заедно ја испеаја „Налеј, налеј, налеј“.

Љиљана Тричковиќ

ПЕНЗИОНЕР плус

Весник за сегашните и за идните пензионери

Издавач:
СЗПМ

Година XV – број 171
ноември 2022 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;
Васил Пачемски
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.

Интервју со градоначалникот на Демир Капија, Лазар Петров

Силно и посветено ќе работиме на највозрасните граѓани да им обезбедиме безгрижни и мирни пензионерски денови

● Здружението на пензионери во Вашиот град спаѓа во едно од најмалите здруженија членки на Сојузот на здруженија на пензионери на Македонија. И покрај тоа здружението бележи значајни активности. Вие сте присутен на настани кои ги организираат пензионерите, на што се должи тоа иако сте релативно млад човек?

– Присутен сум на сите настани кои ги организираат пензионерите од нашиот град затоа што според мене станува збор за лица кои се значаен сегмент од нашата заедница и јас како градоначалник се трудам да им овозможам да го добијат заслуженото место во општественото живеење. Имам чести средби со претставници од здружението на пензионери и јас како градоначалник и општината во целост сме подготвени да излеземе во пресрет за сите идеи кои што ги имаат и да ги вклучиме во поголем број на проекти со што би им се олеснило нивното секојдневие.

● Активностите можат да бидат уште помногубројни кога здружението би имало простории каде би работело во интерес на пензионерите и каде тие би се дружеле. Можете ли да помогнете во решавање на овој проблем?

– Општина Демир Капија постојано ги следи потребите на граѓаните и секогаш се обидува да им излезе во пресрет. Здружението на пензионери стопанисува со објект Пензионерски Дом за кој е потребно да се обезбедат финансиски средства за реновирање и опремување на просторот. Пензионерите од Општина Демир Капија се висок приоритет за нас и затоа ние како локална власт се трудиме да им обезбедиме содржини кои ќе им бидат интересни, места каде што ќе се претставуваат, катче каде ќе се среќаваат, ќе се дружат и квалитетно ќе го поминуваат слободното време.

● Во разговор со раководството на здружението дознавме дека соработката со локалната управа од ден на ден е се подобра. Покрај Вашата помош за обезбедување на деловен простор што уште има во Вашите и во плановите на општината во врска со највозрасните жители во Вашиот град?

– Според мене она што е потребно на општинско ниво е развој и испорака на услуги кон најранливите наши граѓани, вклучувајќи ги и возрасните лица. Во оваа претходно здравствена, а сега и економска криза ние како општина заедно со Здружението за поддршка и развој „Хуманост“ во рамки на проектот за подобрување на социјалните услуги на Министерството за труд и социјална политика, финансиски поддржан од Светска банка, испорачуваме услуга „Помош и нега во домот“, односно домашна нега од сертифицирани негуватели што значи испорака на сервис за најранливите категории на наши граѓани, возрасни лица на кои таа нега им е повеќе од потребна. Она што го добиваат овие корисници е професионална нега во однос на помош и поддршка во секојдневните активности, подготовка на храна и поддршка во делот на социјализација на корисниците. Токму од овие причини овозможуваме овие стари лица да останат подолго во нивните сопствени домови без да ја имаат потребата од институционално сместување и водиме кон подобра социјализација и подобрување на состојбата на корисниците. Тоа го правиме за да овозможиме грижа за постарите лица и нормално да бидеме сервис на самите луѓе коишто се во поодминати години.

● Сигурно Општина Демир Капија покренува одредени проекти. Учествуваат ли и пензионерите во нив?

Пензионерите учествуваат во проекти кои финансиски се поддржани од Општината, како директни учесници и корисници на придобивките од истите. Здружението на пензионери заедно со Општина Демир Капија, ЈУ Меѓуопштинскиот центар за социјални работи – Неготино, Центар за вработување – Неготино, Здруженија на граѓани од Демир Капија и ЕПТИСА, директно учествуваа во изработка на „Социјалниот план за 2021–2024 година“ на општина Демир Капија. Исто така, учествуваат во проектот „Нега и грижа во домот“ чии активности се насочени кон давање помош и нега на стари лица во домашни услови.

● Колку се застапени пензионерите во разни институции во градот?

Пензионерите како значајна алка во општеството, па и во нашата општина активно се вклучени во работата на органите и институциите на општината посебно се вклучени во работата на комисиите каде што имаат советодавни функции кои се базирани на искуство. Во однос на проектите кои се однесуваат на пензионерите, неизбежна е консултација со оваа група на граѓани. Во координација со нив ние како Општина ги носиме одлуките и истите се во насока на подобрување на нивниот живот. Кај пензионерите има капацитет кој може да биде искористен од нас помладите посебно во решавање на прашања и проблеми од нивен интерес. Ниту еден проект кој има цел нивно подобро секојдневие нема да биде реализиран без консултација и меѓусебна соработка.

● Што би им препорачале на највозрасните жители од Вашата општина, особено во овие тешки кризни времиња кај нас, во нашето опкружување и пошироко?

– Би им препорачал да се чуваат во овие кризни времиња бидејќи се една значајна алка во секојдневното функционирање на општината и нас како млади ни е потребно искуството кое што го имаат и кое несебично го споделуваат со нас. Јас како градоначалник и Општина Демир Капија силно и посветено ќе работиме на највозрасните граѓани во општината да им обезбедиме безгрижни и мирни пензионерски денови.

Калина С. Андонова

Средба со Драган Станкоски, наш сограѓанин, а живее во Австралија

Срцето и душата ми се овде, во Македонија

При запознавањето, деновиве со Драган Станкоски, кој одморот го поминува во својот роден град, најпрво ни кажа дека тој е од Тризла Маало, но сега живее во Мелбурн, Австралија.

– Јас, сум веќе возрасен, пензионер треба да бидам, оти сум 74 години. Но, да знаете во Австралија нема пензионери! Чудно нели? Се знае, додека може човек да работи, работи, ако има куќа, стан, бизнис, каков било ќе го троши тоа што го спечалил додека може да работи. А, ако не може, тогаш му се дава социјална помош. Наши, Македонци имаше порано повеќе, сега сакаат да седат, како и овде и да земаат пари. Едноставно да уживаат. Е, тоа таму го нема.

Со Станкоски во понатамошниот разговор дознавме дека тој уште рано, некаде на свои 22 години ја напуштил тогашна Југославија и почнал да работи во Германија. Негова блиска другарка, која работела во Австралиската амбасада во Салзбург му помогнала и успеал да замине за Австралија. Таму створил фамилија. Се оженил за нашинка, од Ракле, има две ќерки и од нив пет внуци. Посебно се фали и при срце му е внукот Самоил којшто сега е во Прилеп и ги бара во Ракле бабините корени. Сака да знае од каде потекнува по мајка, односно баба.

– Најпрво во Австралија, работев како обичен работник, се разбира додека го совладав јазикот. Потоа почнав да работам во електро сервис на Филипс. Не знам каде сè немам патувано за сервисирање и во којзнае во кои градови и далечни места. Мојот сервис беше главен сервис – центар во Мелбурн. По осум години работа и заедништво со застапништво на оваа компанија, се префрлив да бидам главен сервисер на компанијата Самсунг од Кореја, за која и сега работам јас и околу 80 други сервисери во мојот сервис во Мелбурн. Ние сме сервисери за сите производи на Самсунг. Не ми е мака и сакам уште да работам иако сум во години. Ми е криво за овде. Таму сум во одборот црковен, на времето заеднички со овдешниве Македонци купивме една поранешна српска црква. Ја реновиравме, ја поправивме и сега е именувана како Свети Илија. Направивме голема сала и се знае се извршуваат сите црковни обреди. А, за овде не знам и не можам да ги сфатам младиве. Нема пари без работа, без труд, без пот. И, во Австралија без работа нема долари. Порано во сервисот имаше вработено и наши Македонци и прилепчани, ама иако свои, претеруваа, бараат преку леб погача. Мислат ете Драган има и ќе им дава секој петок плата без работа. Сега во сервисот најмногу има Корејци и Виетнамци, а наши помалку.

Прилеп можеби е убав за живеење, но не е во модерен терк, не се знае многу за хигиена, чистота иако се мие и се чисти само центарот на градот. Уште многу треба да се направи во градот за тој да го добие изгледот на европски, да не речам познат светски тутунски град, центар, – додава Станкоски. Нашиот соговорник раскажуваше за состојбите и за таму, во Австралија. За поранешните проблеми што ги имаа како тамошни Македонци со македонските црковни власти.

– А, инаку уште во далечните осумдесетти години од минатиот век, ние успеавме и собравме пари за набавка на апарат за магнетна резонанца. Го испративме оттаму, но каде беше и дали беше тогаш монтиран и ставен во функција не знам. Јас бев иницијатор, без да се фалам, за формирањето на фудбалскиот клуб. Македонски „Весела Македонија“ и сега постои, се натпреваруваа, познат е во далечниот петти континент. Ние тамошните Македонци се ангажиравме и вложувавме пари и мислам дека тоа беа и сè уште се за формирање на македонски културно-уметнички друштва, кои ќе го запознаваат светот преку песна, игра и македонскиот фолклор насекаде. Но, сето тоа е таму, овде е срцето и душата што на овој или оној начин ја однесовме таму, премногу далеку одовде.

К. Ристески

ЗП Прилеп

КУД „Пензионер“ на гости во Врњачка Бања

На последниот ден од септември месец, пензионерите, членови на оркестарот и хорот при КУД „Пензионер“ од ЗП Прилеп, одржаа ревијален концерт во Врњачка Бања, Р Србија. Прилепскиот КУД „Пензионер“, беше гостин на тамошното, исто така, пензионерско и градско културно-уметничко друштво „Коста Абрашевиќ“ со кое од пред некоја година се збратимени. Всушност, овој концерт што предизвика голем интерес кај граѓаните и љубителите на музиката во Врњачка Бања, беше во знакот на сеќавањето на починати членови од тамошното КУД, а посебно на еден од иницијаторите за збратимување на македонските и српските музиканти, Ванчо Рунтески.

– Во дводневното наше гостување во Врњачка Бања, навистина бевме дочекани како вистински побратими. Заедно со оркестарот и хорот бевме 22 пензионера од Прилеп, а со нас на заедничкиот концерт покрај домашните членови на КУД „Коста Абрашевиќ“ учествуваа и три детски хорови од „Врњачки искрици“ и едно КУД од Сопот, блиску до Белград. Ние настапивме со седум наши македонски и прилепски песни, а гостите од Сопот со четири музички исполнувања, од кои три беа наши, македонски. Многу, многу аплаузи имаше по секој наш настап од многубројната публика, бидејќи настапот беше на отворено. Скоро секој од публиката пееше заедно со нас. Ги сакаат нашите песни, нашиот македонски мелос како да им лежи на срце, – ни рече водачот на патот, учесник и член на хорот на КУД „Пензионер“ Ѓоре Рунтески. Како што ни кажа Рунтески публиката после секоја песна не само што аплаудирала, но и барала БИС. Прилепските музиканти – пензионери оставиле голем впечаток кај тамошната публика, со исполнувањето на музичките нумери „Во наше село“, „Ќе пијам, ќе се веселам“, „Елено ќерко, Елено“, „На пенџер стојам“, „Запри дожду“ и др.

Според она што ни го кажа Рунтески, добрите гости од Прилеп ги поканија и мошне добрите домаќини и побратими идната година да им бидат гости, и заедно да одржат ревијален концерт, исто така, на отворено, во Прилеп. **К.Р.**

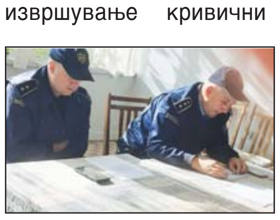
Да бидеме заедно
што е тоа?
Дали од тоа имаме полза
или ќе се разделиме
со врела солза?!

Света Стоилковиќ,
Здржение на пензионери, Врање

ЗП Лозово

Работна средба со претставници на МВР

Пензионерите од ЗП Лозово во своите простории имаа работна средба со полициски службеници за превенција од МВР Свети Николе, каде што се спроведе превентивна активност, посветена на проблематиката околу спречување на извршување кривични дела: кражби во куќи и станови, џебни кражби и измами, чијшто таргет особено се постарите лица, односно пензионерите. Игор Златановски – помошник командир и Дејан Костов – сменоводач од МВР Свети Николе, зборуваа на тема „Тешка кражба и измами“. Пензионерите често се мета на криминалци и измамници. Со конкретни примери, илустрираа повеќе случаи на измамени, ограбени или физички малтретирани стари лица. Во непосредна комуникација со пензионерите, полициските службеници укажуваа за препознавање и превенција, а беа презентирани низа начини за внимателност и самозаштита.



– Внимавајте кого ќе пуштите да влезе во вашиот дом и не му верувајте на секој непознат. Ако веќе се случи насилно да влезат во вашиот дом, не паничете, не пружајте отпор. Концентрирајте се што повеќе можете нешто карактеристично да забележете кај насилниците како полесно би ги идентификувале. Веднаш по насилното влегување, откако ќе си заминат, јавете се во полициска станица, – ги советуваа пензионерите.

Инаку, целта на активноста беше да се дејствува превентивно и едукативно во насока на намалување на бројот на кривични дела, заштита на својот личен имот од кражби во куќи, станови и други објекти, како и заштита од џебни кражби и измами.

Марија Моневска

Граѓаните да бидат спокојни, пари ќе има и за исплата на пензии и за плати

„Пензионерите ги добија септемвриските пензии, зголемени за 6,8% и согласно со новата методологија, усогласување на пензиите ќе има два пати во годината, септември и март. Целта на ваквото решение е воспоставување на систем за постојан раст на пензиите. Во бројки пензионер со просечна пензија во август 16.376 денари, во септември добил 17.490 денари, споредено со јуни 2017 година, тоа е околу 3500–4000 денари повеќе пари на сметката на секој пензионер“, рече Тренчевска.

Новата методологија предвидува усогласување на пензиите и тоа, според движењето на индексот на трошоци за живот во висина од 50% и порастот на просечно исплатена плата на сите вработени во државата во висина од 50%, согласно со официјалните податоци на Државниот завод за статистика.

„Граѓаните да бидат спокојни, пари ќе има и за исплата на пензии и за плати“, рече Тренчевска. Посочувајќи дека средства за исплата на пензии, плати и надоместоците за социјална и детска заштита, се предвидени во Буџетот.

Министерката информираше дека, со здруженијата на пензионери веќе е разговарано и за зголемување на минималната пензија, за што ќе се отвори социјален дијалог и ќе се креира најиздржаното решение.

Министерката се осврна и на коментарот за новата методологија на усогласување на пензиите и линеарното зголемување на пензиите, при што посочи дека преку процентот за пораст на пензиите, согласно со новата методологија се потврдува дека системот е праведен. Затоа што правото за остварување на пензија е уставно загарантирано право и секој работник со исполнување на условите за пензионирање, односно со навршување на 64 години за маж и 62 години за жена, во формирањето на висината на пензијата се зема предвид вкупниот работен стаж и просекот на плата што ја земал во работниот век.

Министерката истакна дека, повисока плата значи и повисока позиција и поголеми одговорности, затоа праведно е процентуалното зголемување на пензиите. Линеарното зголемување од 600 денари што го правеше минатата власт е непочитување на законското решение и популистичка мерка. Преку усогласувањето на пензиите согласно со новата методологија, пензиите имаат постојан раст и притоа, секое усогласување влегува во основицата на пензијата.

Таа потсети дека, со јануарското усогласување на пензиите од 2,9% и заедно со 6,8% за месец септември, оваа година пензиите пораснале за 9,7%.

К.С.А.

Продолжуваме со зголемување на капацитетите на домовите за стари лица

Министерката за труд и социјална политика, Јованка Тренчевска, заедно со градоначалникот на Општина Берово, Звонко Пекевски, потпишаа договор за соработка помеѓу Министерството за труд и социјална политика и Општината. Исто така беше потпишан и договор за групни набавки и реконструкција на Домот за стари лица „Иван Влашки“ во Берово со што ќе се зголеми капацитетот за 28 корисници.

„Соработката со Општина Берово секогаш вродува со плод. Со потпишувањето на договорот ја зацврстуваме нашата соработка. Апелирам до сите општини да го следат примерот на Берово и на градоначалникот“, рече Тренчевска.

Со потпишаниот договор се уредува соработката и дејствувањето за активности од јавен интерес за унапредување, промоција и поддршка на политиките за развој на социјалните услуги на локално ниво и подобрување на квалитетот и пристапот на услугите согласно со потребите на граѓаните во социјален ризик и социјална исклученост.

Договорот за јавни набавки изнесува 14.165.699,40 денари вкупна вредност со ДДВ, а средствата ќе бидат наменети за градежни работи со што објектот на Домот за стари лица „Иван Влашки“ ќе биде реконструиран и адаптиран за поквалитетен живот на старите лица кои престојуваат во него. Финансиските средства се во целост обезбедени од страна на Министерството за труд и социјална политика.

Градоначалникот на крајот од средбата се заблагодари за можноста за соработка.

Министерството за труд и социјална политика известува дека во насока на унапредување и развој на социјалните услуги на локално ниво и подобрување на квалитетот и пристапот на услугите согласно со потребите на граѓаните во социјален ризик и социјална исклученост, во континуитет ќе продолжи со активности за финансирање на проекти за изградба, доградба, адаптација и опремување на објекти за проширување на капацитетите за обезбедување на услугите со средства од Буџетот на Министерството за труд и социјална политика или со други извори на средства.

За таа цел се повикуваат општините да достават апликација со комплетна документација за проект за изградба, опремување и одржување на објекти за социјална заштита (документација наведена во јавниот оглас за аплицирање и тоа: образец за апликација, имотен лист, основен проект и спецификација за опрема).

Општините што ќе достават комплетна документација ќе бидат предмет за разгледување и оценување за финансирање по обезбедување на средства од страна на Министерството.

Во апликацијата се содржани и објекти за стари лица, амбуланти и друго. Здруженијата треба да се вклучат во ова заедно со своите градоначалници.

МТСП

Дали е во ред да се смести блиска личност во дом за стари лица?

Многумина од нас се нашле пред дилемата дали е во ред или не, блиска личност од семејството: баба, дедо, мајка или татко, да се смести во дом за стари лица? Кое решение е правилно? Како што минуваат годините темпото на живот е сè побрзо, обврските се сè поголеми и покомплицирани, а животниот век на луѓето се зголемува заради подобра исхрана, подобра грижа за сопственото здравје и друго. Така, семејствата сè повеќе се соочуваат со проблемите што да прават со нивните најблиски кои стареат и стануваат беспомошни, особено во големите градови каде што луѓето се сè поотуѓени и со родниците и со соседите. Иако традиционалните семејства сакаат сами да се грижат за своите постари, грижата станува сè потешка, и тие се принудени да разгледаат некои други опции кои ги нуди општеството. Ако ги сместат своите во дом, многумина имаат чувство на вина, и се прашуваат дали исправно постапиле и дали ја избрале најдобрата можност.

Така е кај нас, но не и во развиениот свет каде што тоа е нормален и вообичаен начин на згрижување.

При сместувањето постојат и други дилеми бидејќи домовите за стари лица се разликуваат многу по квалитетот, намената и по цената. На тоа се надодава и раширената „вистина“ таму, во некои домови, условите се лоши, па дури станарите се малтретирани, што и не е така барем од моите сознанија, и ако ги има тоа се исклучоци. Како позитивен пример ќе го спомнат домот за стари во кој е сместена мојата братучетка и каде што живее веќе 16 години и добро се чувствува! Значи, старските домови се добра опција во кои старите луѓе можат убаво да ги поминат своите години згрижени во друштво на своите врсници.

Ако фамилијата одлучи да се грижи за болен член на семејството дома, наместо да го смести во дом за стари лица, тогаш е потребна секојдневна физичка грижа на домашните или треба да се ангажира некое лице за тоа, за што пак се потребни финансиски средства. Сепак, старото лице треба да има и посебна соба, приспособен соодветен кревет, бања, станот да е на приземје или да има лифт, но и покрај тоа стариот човек е осамен и се чувствува како товар на семејството. Сето ова го нарушува квалитетот на животот на целото семејство.

Потребата за таква грижа и сместување е само за стари. Таа може да се јави и заради разни болести: деменција, Алцхајмерова болест, кома, тежок аутизам и друго.

Се разбира, домовите за стари и изнемоштени лица, пензионерските домови и домашната нега чинат пари. Здравственото осигурување може да се грижи за некои трошоци, но често финансиските ресурси играат голема улога во одлуката да се најде дом за стари лица, а секоја варијанта чини пари.

Друг фактор е одлучувањето дали домашната нега е правилна и мудра одлука со оглед на природата на односот со саканата личност. Саканата баба која ги дава своите најдобри години за да се грижи за семејството може да добие подобра грижа во старскиот дом отколку во семејниот дом. За многумина е попријатен и подостоинствен, но, за жал, сè уште не е така кај муслиманската популација.

Калина С. Андонова

Ноемвриски облаци

Еден фотограф на уметничка фотографија ми кажа дека во ноември се најубавите облаци. Многумина го доживуваат ноември депресивно, оти сончевите денови се малку. Настаните на светската сцена се згуснуваат, некои синтагми постојано се повторуваат. Температурите се пријатни и детскиот џагор го разубавува денот. „Душата се лекува покрај децата“ – велел великиот Достоевски. Убаво е кога сретнуваш убаво воспитани деца, кои знаат да кажат: добар ден. Тоа е благодат во помалите градови. Сите со сите се знаат, никој не чувствува недостаток од човечки збор и општење, нема голема отуѓеност.

Еден мудар човек од соседството во едно интервју кажа некои интересни работи. Имено, тој потврди дека според книгата на Марин Барлети Скендербег, се смета за потомок на истото племе на Александар Македонски. Дека 95% од оние што живеат во Грција се всушност Македонци. Сега, за да не ви текне за кое интервју се работи можеби треба да прекинам тука. Но, само ќе кажам дека иако многу копја се кршат за да се пронајде потеклото на името Македонија, одговорот е многу лесен и јасен. Има топоним во Библијата, Магедон, а Евреите се дел од нашето ДНК.

Затоа, иако англискиот јазик е сега скоро насекаде влезен како неминовен, во цивилизациските потреби, сепак, нашиот македонскиот, е од злато исткаен. Тоа е најверојатно јазикот и на античките Македонци, тоа е древниот јазик на словенскиот род. Врвни духовни личности и ерудити од пред многу векови, тој јазик го воведоа во тековите на цивилизацијата. Прекрасните Методиј и Кирил и нивните ученици. Нашата историја, која затоа што е толку вековна, службите на социјалниот инженеринг толку многу се трудат да биде поништена и понижена и предадена на други. Токму затоа.

Истиот тој мудар човек, вели Македонците не си ја знаат својата историја и својата вредност. Исто така, ни порача да не губиме храброст, поради тоа што се случува со нашата неможност за влез во ЕУ и проблемот со Бугарија. Имено, не сè на политичката сцена е достојно за внимание и не сè води онаму каде што нè убедуваат дека води. Ако политиката ја набљудуваме како театар, тогаш има и заткулисни игри, можност за радикални пресврти и добар крај. Сепак, не сите ја црпат својата вредност на исто место. Но, факт е дека ако нешто е вредност и има перспектива, тоа несомнено ќе потрае повеќе и ќе биде прифатено.

А во една поширока перспектива, добро е да се вратиме на старите знаења, кои нашите баби и дедовци го сметаа за вредност. Да имаме парче земја и да градиме своја независност. Па така нема да останеме само на сценаријата на Елон Маск за преселба на Марс или некоја друга планета. Сега е најпогоден момент луѓето да живеат многу убаво и удобно на Земјата, со сите пронајдоци и напредувања во многу сфери на животот. Но, на владејачите од сенка, како тоа најмногу да им пречи промовираат се некакви препреки за човекот да живее безбедно и убаво на оваа планета.

Не залудно овој текст е именуван со облаци во ноември. Не само од естетски причини и потреба од уметност и убавина. Односно не само како повик да се восприема убавината, која природата ја поседува, туку и како повик за размислување како филозоф, како што беше познатиот Ентони Флу (Antony Flew), или како повик да се размислува како физичар, како Божидар Кемич, или како главниот лик во народната приказна Силјан штркот, за која нашиот познат писател Венко Андоновски вели дека секој Македонец треба да ја знае.

Облаците во ноември се создатели на приказни и чувства, на обратна врска со земното и површноста на сите и на сè.

Маја Белева

Насилство врз старите лица

Еминентни стручни лица врз основа на своето искуство даваат свое аргументирано мислење и укажуваат за насилството врз старите лица посебно во семејна заедница. Во последните години е се поголем бројот на старите лица кои трпат одреден тип семејно насилство од различни причини, поводи и друго, а обично како главни извршители, во дадена ситуација се јавуваат лица од блиското сродство. Семејното насилство се почесто е присутно и кај нас, со злоупотреба на моќта над друго лице во семејството со употреба на сила, заструшување и манипулирање. Пензионерите се први на удар на семејно насилство. Поради намалените физички активности на старото лице, истото има помала можност да даде отпор кон лицето кое е извршител на семејното насилство. Тие се жртви, не само на физичко, туку и на психичко и економско семејно насилство и тортура, од најблиските. Неретко чеда креваат рака на своите стари родители, а причина во таквите случаи е банална семејна расправија, нерешени економски проблеми, алкохол, дрога или психичко растројство.

За жал, бројот на жртви на оваа девијантност, наместо да се намалува, од година на година тој број е речиси непроменлив. Семејното насилство е форма на абнормално и деликвентно однесување. Како главни показатели на овој вид малтретирање се наведуваат изолацијата, дистанцирањето и повлекување во себе на старото лице, како и страв од секаков вид комуникација. Насилството како поим подразбира малтретирање, телесно повредување како најтешка форма, навредување, загрозување на сигурноста, полово или друго психичко или физичко насилство со кое се предизвикува чувство на несигурност, загрозување или страв. Најчесто насилството кон старите лица, поради тоа што како главни извршители се од блиското сродство, жртвите поради срам и страв од осуда, поради личниот и семејниот углед, не го пријавуваат, поради што останува со незабележливи форми на заштита према старите лица. Старото лице со слабите физички способности има голем ризик да трпи одредено насилство, но не е секогаш во состојба тоа да го каже, да го пријави во делот на извршувањето на семејното насилство, особено во руралните средини со патријархални сфаќања, каде што многу тешко се доаѓа до сознанија дали врз лицето е направено одредено насилство. Кај старите лица, свесни за својата немоќ и зависност од помладите, најчесто непријавувањето е резултат на тоа што не знат каде да пријават. Секаде како и кај нас, се вложува голем труд оваа општествено–девијантна појава да се намали. Но, државните институции не можат сами да се „борат“. За таа цел, заедно треба да работат центрите за социјална работа, полицијата, Јавното обвинителство и невладиниот сектор. Со цел кај старите лица да се подигне свеста за овој вид тортура, потребна е едукација за превенција од насилство, што ќе придонесе за негово намалување. Воедно треба старите лица да се запознаат со главните причини, показатели и со начинот на реагирање, односно институциите каде што ќе можат да се обратат за прва помош. Затоа, потребни се повеќе едукативни кампањи, со кои ќе се подигне свеста на јавноста. Медиумите, исто така, се битен елемент и средство со кое може да се постигне намалување на бројот на насилствата врз старите лица. Потребно е и во здруженијата на пензионери да се организираат предавања на тема семејно насилство со посебен акцент на насилството врз старите лица.

Васил Пачемски

Разговор со Бронхилда Станковска, Швеѓанка од Куманово

„Ја сакам уметноста во сите нејзини облици“

● **Почитувана Бронхилда, кажете им на нашите читатели како дојде до тоа патот да ве однесе од Куманово во Шведска?**

– Јас сум кумановка. Отидов да работам во Шведска како медицинска сестра, по убедување од брат ми Владимир Станковски, тогаш професор на Металуршкиот факултет во Скопје, доктор на науки. Тој го прошета светот за време на студиите и по вработувањето. Ми рече: „Направи така! Добро ќе биде, ќе го видиш светот со свои очи.“ Му поверував. Имам песна напишано за тој разговор.

● **Ве фаќа ли носталгија и како се справувате со тоа чувство?**

– Дали ме фаќа носталгија?! Таа живее во мене сето ова време додека живеам во Шведска. Се справувам пишувајќи, превртувајќи по спомените од детството, посетувајќи ги моите роднини, мојот град. Секоја година патувам за Куманово. Чекорам по уличките со калдрма, размислувам. Се враќам со тажно срце во Шведска. Секојпат!

● **Каков е животот на пензионерите и старите луѓе во Шведска, за нас малку позната земја?**

– Животот на пензионерите, како член на пензионерско друштво, не ми е многу познат бидејќи не сум член на ниедно. Инаку луѓето тука живеат долго, јадат здрава храна, доста шетаат... Постојат домови за стари луѓе. Сум била на активности организирани за старите лица на кои има музика, пеење, изложби. Одам на секција за фотографија. Имаме изложби во таквите домови. Интересно е дека во секцијата учествуваат членови од сите возрасти. Раководителот е постар човек – пензионер.

● **Вие сте мошне интересна личност. Со што се исполнети вашите пензионерски денови?**

– Слободното време го исполнувам со читање, пишување, фотографирам, цртам, сликам со масло на платно... Одам на состаноци на Социјалдемократската партија во Малме. Имаме локал во мојот кварт. Член сум на Македонското културно спортско друштво во Малме. Многу години пеев во Црковниот хор на Св. Наум Охридски, во Македонската православна црква во Малме, имам другарки од разни националности од Колумбија, Чешка, Србија, Шведска... Одиме еднаш месечно на заеднички ручек.

● **Присутна сте и на социјалните мрежи со свои стихови и слики, но закачувате и туѓи кои филиграмски ги одбирате. Кој поет и сликар би го издвоила како омилен?**

– Да, активна сум на социјалните мрежи. Закачувам моја поезија и мои слики, но и туѓи кои ќе ми ја допрат душата. Мои омилени поети се: Руми, Гете, Тагоре, Јесенин... Уметниците Ван Гог, Едвард Мунк... Ја сакам уметноста во сите нејзини облици!

● **Имате ли издадено збирка на поезија или организирано изложба кај нас во Македонија или во Шведска, за да можат и други да уживаат во траговите што ги оставате како спомен, како убавина?**

– Немам издадено книга со поезија. Изложба имам направено со фотографии во разни домови за стари лица, цркви, школи... Мои уметнички слики имам изложено во просториите на ИКФ „Интернационално женско удружение“ во Малме.

● **Вашата порака до пензионерите во Македонија.**

– Исполнете си ги пензионерските денови со содржини и сакајте си ја татковината како нешто најдрагo.

...гледајќи го парчето на сивото зимско небо
сонувам... за едно – одредено, единствено, топло лето
сонувам за нашето сино небо!

● **На крајот не можам, а да не ве прашам од каде и како сте го добиле името Бронхилда. Тоа не е ни македонско, а уште помалку кумановско?**

– Требало да се викам Брунхилде. Моите две сестри и брат ми, мошне постари од мене, сакале малата сестричка да се вика Брунхилде, по епопејата на Нибелунзите, Нибелуншкиот прстен. Читале лектира и името на северната кралица Брунхилде, многу им се допаднало. Според преданијата Брунхилде била силна, исклучителна личност, од нордиските краеви. Брунхилде изгорела во пламен, заради љубов. Вагнеровата опера за Брунхилде е единствена и многу убава!

Ме крстиле во црква, скришум, бидејќи татко ми бил комунист! Свештеникот запишал Бронхилда!

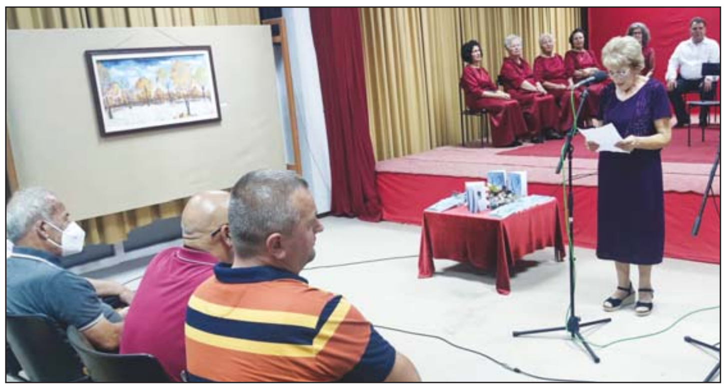
Калина Сливовска - Андонова

ЗП Свети Николе

Промоција и изложба на слики на Вукица Петрушева

„Книгите ја бришат прашината на душата од секојдневието на животот.

Тие се подарок кој можеш да го отвораш одново и одново.“



Во салонот на библиотеката, при Домот, беше убава атмосферата. Беа присутни околу 60 љубители на уметноста, од сите возрасти. Присутен беше и градоначалникот на Свети Николе Дејан Владев, а од Домот на културата директорот Николче Тренчев со вработените. Најнапред се разлеаја преубави звуци на музика во изведба на тамбурашкиот оркестар „Пензионер“ и пејачката група од ЗП Свети Николе, која добредојде на присутните им посакаа со композицијата „Балада за мојот крај“, посветена на Овчеполието, а потоа во текот на програмата имаа уште две изведби на изворни македонски песни. Музиката за Баладата е напишана од Кирил Трајковски, а текстот е на неговата внука Тамара Вуковиќ.

– Навреда за животот е, живот заспан да се живее, а Вукица наша, денешнава гостинка, воедно и домаќинка на вечерашнава програма, и покрај сите искушенија што и го донел животот, животот го живее со полни гради. Како сестрин уметник во душата, таа креативно и творечки ги минува своите пензионерски денови, оставајќи траги кои ќе сведочат за нејзината креативност: книгата „Животот раскажува“, како и нејзините слики.... – Со овие убави зборови присутните ги поздравија водителките на програмата Нина Бојановска и Евдокија Маркова. Нејзиното ликовно творештво го претстави Петре Колев, наставник во пензија, а самиот е ликовен уметник.

– Да се забележи едно сеќавање или чувство не е незначителна работа. Да се претстави на јавноста своја идеја или мотив, меѓу другото значи да се има личен аспект на гледање и на интерпретирање на работите, а за тоа никогаш не е доцна. Во мотивите од природата претставена е перцептивно просторна организација од слободен лирско–инпресионистички колорит во гваш–техника. Главна карактеристика на делата претставува изразувањето на внатрешните чувства, размисли и стремежи. Импулсивен израз, топлина и видлива саможелба за сликање. Станува збор за импресии или импровизации сликани во зависност од годишното време. Карактеристично за пејзажи што понекогаш се испреплетуваат и надополнуваат. Формалната претстава е фигурална асоцијација и укажува на природен амбиент, интимно доживеан од авторката. Покрај пејзажи претставени се птици и цвеќе. На Вукица и посакувам понатамошни успеси во сликањето.

Во улогата на промотор на присутните им се обрати и Панче Насков, професор по македонски јазик и книжевност во пензија.

– Присуствувам на еден несекојдневен настан, ликовен и книжевен, во чест на нашата сограѓанка Вукица Петрушева. Несекојдневен, затоа што со својот книжевен првенец се претстави во поодминати години како пензионер. Ликовното и литературното изразување само се надополнуваат и ја отсликуваат душевната состојба на авторката која е свртена кон убавините на животот кој и во третата доба може да биде исполнет со радост, за што и зајдисонцето знае да го исцрта небото со прекрасни бои. Што се однесува до делото, уметничката зрелост кај Вукица се среќава во повеќе раскази. Нејзините описи на природата и на ликовите се прикажани со таква едноставност која не го оптоварува читателот. Преку внатрешниот монолог таа ја отсликува психолошката состојба и карактерот на личностите, а лирските моменти само ги засилуваат чувствата и го откриваат внатрешниот свет на ликовите. Нејзините кратки раскази се како сон, само за еден миг се доживува цел еден живот. Тагата, радоста и љубовта се испреплетуваат во повеќе раскази. Луѓето од секојдневието, секој со својот животен товар, различно се снаоѓаат во лавиринтот на животот, но таа со чудна енергија им вдахнува желба и верба во ново поубаво утре. Таа не бара нејзините јунаци читателот да ги сожалува заради нивните несреќи во животот, но укажува кој е еден од многуте начини да не се живее само од спомените. Во опис на природата покажува мајсторство, што секако и помага сликањето со бои. Креативното живеење, пишувањето, сликањето за Вукица се одлична терапија, која великодушно ја препорачува на сите. Се надеваме дека Вукица наскоро ќе ни се претстави со нова книга раскази или можеби роман.

На овој преубав настан Петрушева од срце им се заблагодари за нивното присуство, а благодарност упати до сите кои придонесоа во текот на нејзиното творење книгата да се објави, а сликите да бидат изложени, и рече:

– Листајќи ги страниците од книгата, и ако пишаните зборови допрат до вашите срца и предизвикаат некои чувства–та и се најдете во некоја приказна, ќе ми биде драго, и книгата ќе ја исполни целта. Исто така, се надевам дека и моите слики ќе ви донесат убави емоции и ќе ви го разубават денот. – На крајот таа на сите пензионери им го честита Денот на пензионерите и им посака сè најубаво. На оваа промоција таа со радост ќе се сеќава. Сè беше како сакаше и замислуваше. Времето беше пријатно, дојдоа тие кои ги очекуваше и и значат, иако неколку нејзини драги особи не присуствуваа.

П.В.

ЗП Лозово

Промовирани два романа „Карма“ и „Десетка + џокер = политика“ од Марија Моневска

На почетокот на месец октомври, се одржа промоција на романите „Карма“ и „Десетка + џокер = политика“ од познатата авторка Марија Моневска, која отвора ново поглавје во творечкиот свет, а која промоција со големо задоволство беше проследена од присутните. Промотори беа Милевка Здравковска и Савка Тодоровска. Промоцијата имаше и хуманитарен карактер, по повод Меѓународниот ден на старите лица, први октомври, беше понуден романот „Карма“ на продажба, а средствата ќе бидат донирани во старски дом на лица на кои најмногу им се потребни. Покрај интересните прилози од книжевноста, настанот беше збогатен и со музичка изведба на „Кратовските тамбураши“ и со популарната хероина од документарниот филм „Медена земја“, Атиџе Муратова.

Марија Моневска е автор на две збирки поезија „Светот во мене и светот до мене“ и „Текстилки“ и на романите „Карма“ и „Десетка + џокер = политика“. Учествувала на домашни и меѓународни литературни манифестации и конкурси, при што има добиено повеќе признанија и дипломи.

Во романот „Карма“ на моменти преовладуваат лирски чувства како во поезијата. Овој роман е еден вртлог во којшто писателката ја спушта убавата матурантка, Емилија, за која многу машки срца чезнееле и многу љубовни воздишки останале невозвратени. Од мирниот идиличен, провинциски живот, во кој сите тајни и случки ги дели со својата верна другарка Елица (Ели), од малото гратче, писателката ја воведува во огромниот велеград, ја воведува во сјајот и бедата. Емилија жедна да ја вкуси журналистиката оди на студии. Тешкотијата за приспособување во големата градска средина ја олеснува нејзината цимерка Дара. Кармата ова млада провинцијалка ја фрла во прегратките на Владимир, чија убавина и шарм ја заслепуваат, таа ја доживува првата љубов, но со таа љубов, Владимир ја носи на дното од пеколот. Кармата е таа која, во животниот вртлог, ја вади од пеколот.

Во романот „Десетка + џокер = политика“ низ животните пребивања на главните херои, Александар и Ангелина, понесени од матицата на политичките заплети и расплети, ја доживуваат својата голема љубов но, доживуваат и многу животни горчини. Политиката е како игра со карти. Понекогаш, добива само најдобриот играч, а почесто добива оној на чија страна е наклонета среќната карта, или оној кој мами во играта. Според тоа, романот го носи насловот „Десетка + џокер = политика“. Настаните се испреплетени, во ретроспектива. Во моментот на сегашноста, писателката нè води во минатото, преку движење, напред и назад во времето. На крајот од ателјето, ја истакнала и сликата, „Корона“, на чие дно се нашла Ангелина, која во борбата меѓу смртта и животот, победува Ангелина. Таа излегува од дното на пеколот, а во рацете го зема својот новороден внук. Тоа е хронологијата, фабулата, ама писателката сижето го почнува од средината на развојот на настаните. Главниот јунак, Александар, е жртва на политичкиот систем. Последиците, од самиот почеток, па речиси до самиот крај, односно до пензионирањето, го влечкаат Александар од болница до судница, до затвор, па до слобода. Тој е мала, небитна карта во играта, ама сепак одлучувачка за исходот на играта.

Романот изобилува со многу стилски фигури: симбол, метафора, компарација, персонификација, како и во поезијата. Изобилува со многу дијалози, а истовремено и раскажувачката нишка, допира насекаде.

Милевка Здравковска

Битола

Збирка раскази „Да беше поинаку“ од Добре Тодоровски

Неодамна во Офицерскиот дом во Битола, се одржа промоција на збирката раскази од познатиот писател Добре Тодоровски. На промоцијата, за делото зборуваа, Љубе Мирејчески, писател и Биљана Т. Димко, книжевник. Промоцијата ја отвори д-р Лили Бошевска, со краток осврт на содржината на книгата „Да беше поинаку“.

– Книгата раскази насловена „Да беше поинаку“ претставува рустикална книжевна разгледница од дваесет раскази. Тематскиот опус на расказите се всушност фрагментирани настани – размисли на демирхисарскиот човек претставен преку неговиот дијалект кој му дава една хумористична и симпатична тежина на сериозниот наратив на Тодоровски.

Велат, пишуваат дека Петре М. Андреевски е ненадминат, па некако тешко се излегува од под неговиот плашт, а всушност тој е темелник, но ако имате прилика одреден период да живеете меѓу демирхисарци, па и уште генетиката да ви е оттаму, брзо ќе разберете дека се работи за околија каде што изобилува еден несекојдневен устен наратив кој секогаш има тенденција да биде накитуван до моментот дури не стане сензација доволно добра за да се запише, па така станува книжевен спомених.

Тодоровски е одличен запишувач на такви сензационални усни наративи. Нашите баби и дедовци беа извори на приказни, кои се емитуваа во живо. Ним не им требаше потсетник, или книга, но ги везеа приказните, впрочем, ги пренесуваа од колено на колено. Во оваа книга секој расказ си има одреден домен од човечката егзистенција. Тие кои што ќе се осмелат да ја прочитаат книгата ќе сфатат дека сè се менува само човечкото однесување не, наравот и отсекогаш имале лоши и добри, мудри и заблудени луѓе и на крајот од патот сите завршуваат на исто место... – ќе рече Биљана Т. Димко.

Со свое излагање и осврт кон расказите се претстави и промоторот, писателот Љубе Митревски, кој го изнесе своето видување за темите и мотивите во книгата.

Ако се сметаше дека промоциите се одвиваат на маргините и за нив нема некоја посебна заинтересираност, сепак со оваа промоција се покажува спротивното, читачката публика ја има и е желна за нови дела од македонските автори.

На промоцијата присуствуваа и претставници на Здружението на пензионери, Активот на жени пензионери од Битола.

Сè на се една скромна но убава културна манифестација, посветена на книгата и книжевноста. Инаку книгата „Да беше поинаку“ беше поддржана минатата година од страна на СЗПМ, а со цел поттикнување на творештвото на нашите членови пензионери.

Т.Д.

Витамини и суплементи кои не треба да ги земате заедно

Имате еден тон витамини за внесување на ден, но не сте сигурни кога точно, или дали треба да ги земете сите. И, иако секогаш треба да се свртиме кон храната за нашето внесување на витамини и минерали, понекогаш додатоците на витамини може да ни помогнат да ги пополниме празнините во нашата исхрана. Значи, тука сте со вашите избрани витамини и не знаете која е најдобрата стратегија за да ги земете. Еве шест комбинации на витамини кои дефинитивно не треба да ги земате заедно.

Магнезиум и калциум заедно со некој мултивитамин – Многу луѓе сакаат да земаат магнезиум навечер, бидејќи може да поттикне чувство на смиреност и поддржува мускулна релаксација. Но, ако земете магнезиум, се препорачува да не го земате истовремено со мултивитаминот, бидејќи може да ја попречи апсорпцијата на железото и цинкот. Дополнително, треба да се воздржите од земање на калциум, магнезиум или цинк заедно бидејќи тие „ќе се натпреваруваат за апсорпција“. Калциум и магнезиум помага да се спречи остеопорозата, но со цел да се максимизираат придобивките, земете ги со разлика од два часа.

Витамини Де, Е и Ка – Студиите покажуваат дека апсорпцијата на витаминот Ка кај една личност може да се намали кога други витамини растворливи во масти како што се витаминот Е и витаминот Де се земаат заедно. Се советува да ги земате овие витамини со растојание од најмалку 2 часа за да ја максимизирате вашата апсорпција. За среќа, нема штетни несакани ефекти, но едноставно нема да биде ефикасно бидејќи способноста на вашето тело да ги апсорбира витамините ќе се намали ако ги земате заедно.

Рибино масло и гинго билоба – Додека додатоците на рибино масло омега–3 се одлични за здравјето на срцето, а гинко билоба може да се користи за помош на когнитивно оштетување, и двете имаат потенцијал за разредување на крвта и земањето на двете заедно може да го зголеми ризикот за неконтролирано крвавење или неможност за згрутчување„.

Бакар и цинк – Ако земате додатоци на бакар поради негов недостаток, избегнувајте да земате цинк во исто време. Цинкот може да помогне во зајакнувањето на имунолошкиот систем, но може да ја попречи апсорпцијата на бакарот од вашето тело. Ако мора да ги земете и двете, земете ги со растојание од најмалку два часа. Знаците дека сѐ уште се соочувате со недостаток на бакар вклучуваат замор, слабост, кршливи коски, чувствителност на ладно и лесно создавање модринки.

Железо и зелен чај – Иако зелениот чај не е додаток, тој е вкусен пијалак со антиоксиданси во кој многумина од нас уживаат поради неговите здравствени придобивки. За жал, земањето додатоци на железо заедно со зелен чај не е одлична мешавина. Зелениот чај всушност може да предизвика недостаток на железо ако се зема во големи количини подолг временски период, вели д–р Трипатија. Железото, од друга страна, може да ја намали ефикасноста на зелениот чај. Кое е решението? Прескокнете го зелениот чај во деновите кога земате додаток на железо и намалете ја неделната потрошувачка.

Витамин Це и Бе12 – Според д–р Ејри, некои студии покажале дека витаминот Це може да го разложи витаминот Бе12 во вашиот дигестивен тракт, намалувајќи ја апсорпцијата на Бе12. Затоа тој препорачува да почекате најмалку два часа пред да земете витамин Це со вашиот витамин Бе12. Витаминот Бе12 игра важна улога во производството на црвените крвни зрнца и правилното функционирање на вашиот нервен систем.

Мешањето на суплементите може да биде лошо. Еве што вели во врска со тоа д–р Стоукс: „Јас секогаш ги земам моите мултивитамини и додатоци од куркума наутро, а магнезиум и пробиотик навечер. Тоа е основниот распоред. Во зависност од сезоната, може да додадам дополнително цинк и витамин Де3, кои ги земам со ручекот. Откако ќе влезете во рутина, таа ќе стане дел од вашите секојдневни навики. Не мора да биде комплицирано.“

Б. А.

Најнови сознанија за мозочен удар

Со доаѓањето на есента и честите временски промени лекарите велат дека бројот на мозочни удари е знатно зголемен. Како да ги препознаеме?

Мозочните удари можат да предизвикаат типични и помалку познати симптоми. Класичните и помалку познати симптоми се објавени во новиот извештај во списанието Circulation. Дадени се најновите сознанија за симптомите на кардиоваскуларните заболувања, вклучително и мозочните удари. Акутен мозочен удар или „мозочен напад“ е кога крвниот сад што го снабдува мозокот се блокира или пука. Мозокот тогаш гладува за кислород и се оштетува! Препознавањето и реагирањето на симптомите е „суштинско“. Навременото лекување може да спречи долготрајна инвалидност и смрт. На секои четириесет секунди, некој во САД доживува мозочен удар, а тоа е водечка причина за смрт и долготрајна инвалидност. Тоа може да му се случи на секого, но ризикот од добивање варира од личност до личност. На пример, ризикот кај црната раса е речиси двојно поголем отколку кај белата, а веројатноста се удвојува секоја деценија од 55–тата година од животот. Медицински состојби како дијабетес, висок крвен притисок, дебелината и високиот холестерол може да го зголемат ризикот од мозочен удар кај луѓето. Мозочниот удар е водечка причина за смрт, но може да се лекува доколку симптомите се забележат рано.

Класичните симптоми на мозочен удар вклучуваат „овенато лице“, нејасен говор и слабост на екстремитетите. Тие обично започнуваат ненадејно и вклучуваат: вкочанетост или слабост во лицето или екстремитетите (обично на едната страна од телото), отежнато зборување, конфузија, вртоглавица, проблеми со одење поради губење рамнотежа или координација и промени во видот во едното или во двете очи. Според извештајот, атипичните симптоми на мозочен удар се: „делумен сензорен дефицит“ – што вклучува неможност целосно да се почувствува допир, болка или температура, како и вртоглавица и двојно гледање. Во извештајот се вели дека жените при мозочен удар имаат поголема веројатност да имаат главоболка, да се чувствуваат збунети или да паднат во кома отколку мажите. Исто така, жените имаат поголема веројатност од мажите да добијат нефокални симптоми, кои не се поврзани со одредена област на мозокот, според прегледот на истражувањето од 2021 година, цитирано во извештајот. Овие симптоми покрај главоболка вклучуваат изменета ментална состојба, кома и ступор, состојба кога некој не реагира речиси на ништо освен на енергичната физичка стимулација.

М. Д.

Музиката лечи

Кардиологот од белградскиот Ургентен центар, професор д–р Предраг Митровиќ, научно докажа дека слушањето на омилената музика има ефективно влијание врз луѓето со болно срце. Од 2002 година го проучува влијанието на музиката врз срцето, а за да ја направи својата работа повалидна, прегледал две групи од по 370 пациенти и да, резултатите се позитивни.

– Многубројни истражувања покажуваат дека алкохолот е штетен, но во ред е да се пие една чаша црвено вино дневно, чоколадото дебелее и создава шеќер, но добро е да се јаде малку темно чоколадо со висок процент на какао, во ред е да се изеде седум бадеми на ден... И тогаш си помислив „што е со музиката, како таа ни влијае“ – вели д–р Митровиќ.

За да го направи истражувањето повалидно, тој прегледал две групи од по 370 пациенти, на едната и било дозволено да ја слуша омилената музика, додека другата не можела да ужива во музиката која им се допаѓа.

– Прво со помош на анкета го одредивме жанрот, потоа темпото и тоналитетот. На почетокот имавме некои проблеми, на некои пациенти им беше срам да признаат каква музика слушаат. Тоа што не ја сакаат таа музика го покажа притисокот кој почна да расте, а според параметрите тоа не требаше да се случи. По повторено истражување и користење на дополнителен метод на невролошки преглед, го утврдивме нивниот жанр и ситуацијата беше значително подобра, а потоа дојде редот на тоналитетот. На пациент со висок крвен притисок му дадовме потивка музика, додека на пациентите со низок притисок им се пушташе погласна музика.

Пациентите најчесто слушале попмузика и народна музика, а дури третина од пациентите слушале комерцијален џез и класична музика. Постарата генерација, која најчесто доживува инфаркт, најчесто слушала музика од „нивно време“, која била домашна поп и хитови. На повеќето пациенти им се допаѓале класиците, а најмногу го изненадило тоа што луѓето кои сакаат народни песни добро реагираат на Моцарт или на Бах. Д–р Митровиќ смета дека работата на срцето може подобро и поефикасно да се контролира со музика и правилно избрана терапија, но потребно е и подобрување на начинот на исхрана, избегнување стресни ситуации, подобрување на физичката активност и намалување на пушењето. Тој дошол до заклучок дека музика треба да се слуша двапати на ден по 12 минути.

– Музиката влијае на нас, влијае на ослободување на хормонот „задоволство“, а со тоа го намалува крвниот притисок и отчукувањата на срцето. Овие хормони се излачуваат во телото и срцето е „поштедено“.

Слушањето вистинска музика придонесува за побрзо закрепнување по срцев удар, го спречува неговото повторување и ја намалува можноста за цмпт од кардиоваскуларни заболувања.

Заклучок: слушајте музика и уживајте. Лекот е пријатен и е без пари!

Д. М.

Paraqitje e suksesshme e pensionistëve tonë në Lubjanë

Pas dy viteve pauzë, për arsye të Kovid-epidemisë, në festivalin e 21-të të moshës së tretë, (FZZHD) në Lubjanë, nga data 27 deri më 29shtator të këtij viti, LSHPM e përfaqësuan shoqatat e pensionistëve nga Kavadari dhe Kisella Voda, për çka u angazhuan për paraqitje të suksesshme në Revyalin republikan të këngëve, muzikës dhe valleve.

Në festivalin, i cili kishte 13 600 vizitorë, në programin kulturorë janë paraqitur 80 grupe këngëtarësh, vallesh dhe muzikore nga Sllovenia, Maqedonia, Italia, Kroacia dhe Hungaria.

Përgatitjet për të marrë pjesë këtë vit kanë zgjatur më pak, por duke falënderuar bashkëpunimin e mirë në mes kryetarëve të shoqatave Branko Shemov (Kavadarci) dhe Momçillo Petroviq (Kisella Voda), dhe ndihma nga Stanka Trajkova, kryetare e LSHPM dhe koordinatori Dimitar Dimitrievski, ata mbaruan me shumë sukses me çka u dha harmoni ndërmjet dy shoqatave.

Në festivali këtë vit u mbajt nën patronazhin e kreut të komunës së Lubjanës Zoran Jankoviç. Në hapjen, nga të gjithë pjesëmarrësit nga jashtë, vetëm pjesëmarrësit nga Maqedonia ishin përmendur posaçërisht. Pas hapjes solemne, shoqatat tona kanë pasur paraqitje me përshtypje me të ashtuquajturën skenë e hapur, për çka janë shpërblyer me duartrokitje të fuqishme, si dhe ishin shoqëruar nga publiku në vallen e cila u mbajte në hollin e Cankariev dom, ku valëviteshin shumë flamuj. Pasdite vizituam Qytetin e Vjetër në Lubjanë. Në mbrëmje, në para oborrin e hotelit vazhduam me këngë dhe valle, ku na shoqëruan edhe të huajte të cilët si mysafirë qëndruan në hotel, ku kishte kujdes që të ruhet rendi shtëpiak i hotelit Lubjana.

Ditën e dytë të festivalit ishim të parët në program, që na dha më tepër kohë për paraqitje dhe u përsërit e njëjta atmosferë sikurse në ditën e parë, ndërkaq kishin ardhur edhe shikues të cilët tanimë i kishin parë paraqitjet tona, ndër të cilët edhe fëmijë nga foshnjorja bashkërisht me edukatoren e tyre.

Mëngjesi ishte shfrytëzuar që të takohemi me nikoqirët, me timin drejtues të festivalit, në krye me drejtorin ekzekutiv Tihomir Kovaçiç, ku në atmosferë të relaksuar i përmblodhëm efektet e pjesëmarrjes tonë. Nikoqirëve, nga ana e shoqatave tona ju dhuruan dhurata përkatëse me shënim nga Maqedonia, dhe në emër të LSHPM nikoqirëve u falënderojë Velin Stojanovski, anëtar i Komisionit për bashkëpunim ndërkombëtar.

Të dy shoqatat me dinjitet e përfaqësuan Lidhjen, shoqatat, qytetet e tyre dhe R e Maqedonisë së Veriut.

Dimitar Dimitrievski

Mbledhje e Trupit koordinues i aktiveve të pensionisteve

Aktivet e pensionisteve si çdo herë me shumë aktivitete

Me rastin e 1 tetorit - Ditës ndërkombëtare të personave pleq, Trupi koordinues i aktiveve të pensionisteve ka mbajtur seancën e 7-të. Në të kanë marrë pjesë pensioniste-aktiviste nga më tepër shoqata. Njëherësh ka marrë pjesë edhe kryetarja e Lidhjes së shoqatave të pensionistëve të Maqedonisë Stanka Trajkova. Nënkryetarja e Trupit koordinues Marija Moneva, ka theksuar se për rend dite në këtë seancë janë çështje që kanë të bëjnë me aktivitete të aktiveve të pensionisteve në vitin 2022, lidhja e më tepër aktiviteteve të përbashkëta të aktiveve, mënyra e punimit të projekteve për realizimin e aktiviteteve në shoqatat dhe propozime për shënimin e Javës për kujdesin ndaj personave pleq, nga data 21 deri më 28 nëntor.

Në seancë të pranishmëve u është drejtuar kryetarja e Lidhjes Stanka Trajkova, e cila ka folur për rëndësinë e 1 tetorit - Ditës ndërkombëtare të personave pleq, shpallur nga Kombet e bashkuara në vitin 1990. Gjithashtu, ka informuar se, 20 shtatori, Dita e pensionistëve të Maqedonisë, si çdo vit edhe ky, është shënuar në mënyrë solemne në kuadër të Projektit "2022 viti i pensionistit rural". Në këtë ditë janë ndarë mirënjohje pesë shoqatave të pensionistëve (Kratovë, Gjevgjeli, Vallandovë, Shtip dhe Saraj), të cilat me veprimtaritë e tyre ishin më aktive në dhënien ndihme pensionistëve nga mjediset rurale.

Pensionistet kanë diskutuar edhe për aktivitetet e tyre në shoqatat në vitin 2022, e sidomos për veprimtaritë të cilat ishin marrë gjatë vizitës së pensionistëve nga mjediset rurale. Në takim është përmendur edhe problemi i furnizimit me dru për pensionistët, për të cilën pyetje, kryetarja Trajkova ka theksuar se është në rrjedhë zgjidhja e këtij problemi me Pyjet nacionale.

Një ndër pikat e rendit të ditës ishte edhe: Mënyra e aplikimit të projekteve për aktivitetet në shoqatat e pensionistëve, pikë për të cilën sqarim ka dhënë Kalina S. Andonova, e cila ka përvojë më të madhe në aplikimin e projekteve nga ana e Lidhjes në vitet e kaluara.

Pas diskutimit të pensionisteve nga aktivet, janë sjellë këto

KONKLUZIONE

1. Më 28.9.2022, është mbajtur mbledhje në përbërje të zgjeruar e Trupit koordinues e aktiveve të pensionisteve me rastin e 1 tetorit - Ditës së personave pleq.
2. Lidhja në vitin 2022 në dhënien ndihmë dhe kujdesin për pensionistët si persona të rritur, 20 shtatorin, e ka shënuar me moton "Pensionisti rural". Me këtë rast Lidhja ka zgjedhur pesë shoqata të cilat ishin më aktive në dhënien ndihmë në mjediset rurale.
3. Shoqatat e pensionistëve në planinlokal dhe ndërkombëtar, duhet të lidhen me qëllim mbartjen e aktiviteteve dhe përvojave tradicionale në punën në mes tyre.
4. Shoqatat e pensionistëve gjatë përgatitjes së planeve financiare për vitin 2023 të parashohin mjete për mbulimin e shpenzimeve për aktivitetet e pensionisteve me qëllim që ato të munden ti realizojnë aktivitetet humanitare, punëtori kreative, vizitë pensionistëve në shtëpitë e tyre, organizim i kontrolleve mjekësore pa pagesë, shoqërime etj.

SZPM

SHP Dibër dhe Qendër Zhupë

Shënohet 8 shtatori, Dita e çlirimit të Dibrës dhe pavarësia e Maqedonisë

Me rastin e 8 shtatorit, 79 vjetorit të çlirimit të Dibrës, delegacion i veteranëve nga Peshkopia, RP e Shqipërisë, udhëhequr nga kryetari Alush Stojku, Ilmi Cani, nënkryetar dhe anëtar i Udhëheqjes qendrore i SB nga Tirana, Besnik Lamja, sekretar dhe Valentina Haliti-Doda, kryetar i Këshillit në Peshkopi, kanë vizituar Dibrën, të shoqëruar nga kryetari i SNOB, sekretari Marijonka Ushtelenca, numër i madh pensionistësh, luftëtarësh, qytetarësh dhe nxënësish, kanë vënë lule të freskëta në përmendoren e luftëtarëve që kanë humbur jetën, dhe në kujtim-shenjtoren e heronjve popullor nga Dibra.

Sekretari MarijonkaUshtelencaka përshëndetur të pranishmit duke ju dëshiruar mirëseardhje dhe qëndrim të mirë në Dibër me ç'rast ka thënë:

- Për banorët e Dibrës, 8 shtatori, është datë e rëndësishme, ngase Dibra është ndër qytetet e para të çliruara në Luftën e dytë botërore dhe shembull për heroizëm të luftëtarëve të cilët dhanë jetët e tyre. Sot shënojmë edhe 31 vit nga pavarësia e Republikës së Maqedonisë, - tha Ushtelenca.

Më pastaj, të dy delegacionet janë pranuar nga kreu i Komunës Dibër d-r Hekuran Duka, i cili ka përshëndetur mysafirët dhe ju ka dëshiruar qëndrim të këndshëm, ndërkaq delegacionit nikoqir ju ka uruar dy festat.

Në bisedimet, të dy delegacionet kanë shprehur pajtueshmëri se lufta për çlirimin nga fashizmi ishte e përbashkët, ashtu siç ishin të përbashkët edhe shumë luftëtarë të rënë, dhe se ekziston bazë dhe vullnet për zhvillim dhe forcim të mëtejmë të bashkëpunimi të ndërsjellë.

Marijonka Ushtelenca

Qytetarët të jenë të qetë, të holla do të ketë për pensione dhe për rroga

"Pensionistët i morën pensionet e shtatorit, të rritura për 6.8% dhe në pajtim me metodologjinë e re, harmonizim të pensioneve do të ketë dy herë në vit, shtator dhe mars. Qëllimi i këtij vendimi është vënia e sistemit për rritje të vazhdueshme të pensioneve. Në numra, pensionist me pension mesatar në gusht 16.376 denarë, në shtator ka marrë 17.490 denarë, krahasuar me qershorin 2017, ajo është rreth 3500 - 4000 denarë më tepër të holla në llogari të çdo pensionisti", ka thënë Trençevska.

Metodologjia e re parashikon harmonizim të pensioneve edhe atë, sipas lëvizjes të indeksit të harxhimeve për jetë në lartësi prej 50% dhe rritjes së rrogës mesatare të gjithë të punësuarve në shtet në lartësi prej 50%, në pajtim me të dhënat oficiale të Entit shtetëror për statistikë.

"Qytetarët të jenë të qetë, të holla do të ketë edhe për pagesën e pensioneve edhe për rroga", ka thënë Trençevska. Ajo ka thënë se mjete për pagesën e pensioneve, rrogave dhe shtesave për mbrojtjen sociale dhe fëmijërore, janë të parapara në buxhet.

Ministrja ka informuar se, me shoqatat e pensionistëve tanimë është biseduar edhe për rritjen e pensionit minimal, për çka do të hapet dialog social dhe do të krijohet një vendim më me përmbajtje.

Ministrja ka prekur edhe në komentin për metodologjinë e re të harmonizimit të pensioneve dhe rritjen lineare të tyre, për çka ajo ka përmendur se përmes përqindjes së rritjes të pensioneve, në pajtim me metodologjinë e re vërtetohet se sistemi është i drejtë. Për arsye se e drejta për pension është e garantuar me kushtetutë dhe secili punëtorë me plotësimin të kushteve për pensionim, respektivisht me mbushjen 64 vjet për meshkuj dhe 62 vjet për femra, në formimin e lartësisë së pensionit merret parasysh gjithë stazhi i punës dhe mesatarja e rrogës që ka marrë gjatë kohës sa ka punuar.

Ministra ka theksuar se, rrogë më e lartë do të thotë edhe pension më i lartë dhe përgjegjësi më të mëdha, prandaj me të drejtë është rritja me përqindje e pensioneve. Rritja lineare prej 600 denarësh që e bënte qeverisja e kaluar është mos respektim i vendimit ligjorë dhe masë populistike. Përmes harmonizimit të pensioneve në pajtim me metodologjinë e re, pensionet kanë rritje të vazhdueshme si dhe secili harmonizim hynë në bazën e pensionit.

Ajo kujtoj se, me harmonizimin e pensioneve të janarit prej 2.9% dhe bashkë me 6.8% për muajin shtator, këtë vit pensionet janë rritur për 9.7%

K.S.A.

SHP Strugë

Kryetarja Trajkova në takim me kryetarë shoqatash

Më 14 tetor 2022, është mbajtur takim pune me kryetarët e shoqatave të pensionistëve nga ana jugperëndimore e Maqedonisë. Takimin e punës e ka organizuar Lidhja e shoqatave të pensionistëve të Maqedonisë, nën udhëheqjen kryetares së Lidhjes Stanka Trajkova, ndërkaq ka marrë pjesë edhe kryetari i Kuvendit m-r Ilija Adamoski, nënkryetari i Këshillit ekzekutiv i Lidhjes, Mentor Qoku dhe sekretari i Këshillit ekzekutiv Menka Temelkovska. Në takim ishin të pranishëm edhe kryetarët e SHP Strugë Millorad Tërposki si nikoqir, i SHP Dibër dhe Qendër Zhupë, SHP Ohër dhe Debarcë, Vevçani, Labunishta, Manastiri, Makedonski Brod, Demir Hisar, Krushevë, Prilep dhe Resnjë.

Takimin e punës e hapi kryetari i SHP Strugë Millorad Trposki, i cili ka përshëndetur të pranishmit, ju dëshiroj mirëseardhje dhe qëndrim të mirë në Strugë. Më pas, kryetarja kërkoj një minutë heshtje në shenjë nderimi për kryetarin e SHP Resnjë Gogo Trposki i cili kishte ndërruar jetë. Në fjalën e saj ajo ka thënë:

- Realizimi i takimit të punës është në pajtim me Programin e punës të LSHPM për vitin 2022, për shqyrtim të çështjeve me interes të përbashkët të shoqatave dhe Lidhjes. Ky takim është edhe si obligim i veçantë në Programin për punë për çështje aktuale nga puna e shoqatave. Gjatë kohës së pandemisë, Lidhja dhe shoqatat punuan në mënyrë aktive në pajtim me kushtet për punë, dyert na ishin të mbyllura, por nuk munguan as aktivitetet tradicionale: u mbajtën revyalet e këngëve, muzikës dhe valleve, garat sportive e të tjera, edhe pse aktivitetet ishin me përmbajtje të reduktuar dhe me respektim të protokolleve për mbrojtjen e pensionistëve, - ka thënë Trajkova.

Kryetarja Trajkova, ju referua tre pikave të rendit të ditës, edhe atë: informim për punën e shoqatave të pensionistëve dhe Lidhjes dhe çështje të rëndësishme për pensionistët (harmonizim i pensioneve, masat kundër krizë, statusi nga interesi publik, reforma tatimore, ndihma pas vdekjes e tjerë); problemi me furnizimin me dru për ngrohjetë pensionistëve dhe zgjedhjet që na presin në LSHPM dhe shoqatat.

Në temën harmonizim i pensioneve u dha informacion për harmonizimin më të ri prej 6,8 % me çka janë harmonizuar të gjitha pensionet. Vëmendje e posaçme iu kushtua pensioneve të uleta për çka prej Lidhjes janë dërguar propozime për mbrojtjen e pensionistëve me pensione më të uleta në kuadër të masave kundër krizë.

Në takimin e punës të kryetarëve të shoqatave u dhanë përvoja pozitive në raport me funksionimin e serviseve sociale, ndërkaq u trajtuan edhe shumë çështje për të cilat Lidhja do të përgatis pikëpamje në nivel të gjitha shoqatave dhe ai material do të shqyrtohet në organet e Lidhjes. Gjithashtu, kryetarja iu referua edhe dukurisë së re për reformën tatimore dhe sjelljes së Ligjit të ri për Shoqata dhe fondacione,çështje të cilat ishin shqyrtuar edhe nga Këshilli ekzekutiv i Lidhjes. Në takimin e punës kryetarja ka informuar se LSHPM nga Qeveria ka fituar status të interesit publik dhe se Lidhja përmes Inkluzivit-M, ka fituar mjete si nënprojekt "Pensionisti rural" mjete të cilat do të ndahen disa shoqatave në pajtim me kriteret e vërtetuara. Kryetarja Trajkova, vëmendje të posaçme ju ka kushtuar kryetarëve të shoqatave që të kërkojnë mjete për aktivitetet e veta nga komunat, në pajtim me nenin 22 të Ligjit për LS për të konkurruar për hyrje në buxhetet të komunave.

Kryetari i Kuvendit të LSHPM m-r Ilija Adamoski, ka folur për zgjedhjet që na presin për të cilat tha se duhet të shqyrtohen rekomandimet nga Kuvendi i Lidhjes, me qëllim që të realizohen zgjedhje ferr dhe demokratike pa ndikime politike, për tëcilën kryetarja Trajkova ka plotësuar se duhet të zgjidhen persona aktivist të cilët do të veprojnë në interes të pensionistëve.

Nënkryetari Mentor Qoku, më gjerësisht u përqendrua për fondin solidar - ndihmën pas vdekjes të shfrytëzuesve të pensionit për çka ka informuar se situata në fondin solidar është stabilizuar dhe rregullisht paguhet ndihma pas vdekjes prej 30.000, si dhe 5.000 denarë të cilat në pajtim me Vendimin të Këshillit ju kthehet pranuesve. Në fund të takimit të punës, kishte diskutim për disa çështje për të cilat kryetarja ka dhënë përgjigje adekuate.

Stojan Kukuneshovski

ЗП Кичево

Посета на манастирот Св. Јоаким Осоговски

Деновиве организирано над 50 пензионери од ЗП Кичево го посетија преубавиот манастир од 12 век посветен на светителот Јоаким Осоговски. При посетата пензионерите беа воодушевени од убавиот иконостас и олтарските двери. Беа информирани дека во средината на 19 век во овој манастир работел и творел македонскиот учител и преродбеник свети Јоаким Крчоски, кој заедно со преродбеникот од Теарце, Тетовско, Кирил Пејчиновиќ, се школувале во кичевскиот манастир Света Богородица Кичевска, по што Јоаким се нарекол Крчоски. Јоаким Крчоски престојувал со семејството во кичевското село Осломеј, каде што работел неговиот татко во окното на рудникот за јаглен Осломеј, а потоа заминал во Осоговијата и продолжил со учителската и преродбенската дејност каде што издал повеќе свои книги. Тука, пензионерите се сретнаа со повеќе икони од Јоаким Крчоски, оставија подароци, а потоа одморија во прекрасните конаци и во дворот на манастирот, се фотографираа и си купија за спомен повеќе манастирски реликти.

По разгледувањето на Крива Паланка се спуштија во рударскиот град Кратово, каде што го посетија „Радиниот мост“ кој е опеан во народната песна „Мост ми сидале девет мајстори“.

Така кичевските пензионери задоволни се вратија од ова преубаво патување во Осоговијата. **А. Ристоска**

ЗП Прилеп

Околу петстотини пензионери во Пашино Рувци

Денот на пензионерите, 20 септември, Прилепското здружение на пензионери заедно со гости од Битолското го одбележаа на посебен начин. Тие, два дена по 20-ти, во манастирот Св. Ѓорѓија, близу селото Пашино Рувци, го одржаа вториот по ред годинава пензионерски пикник. Покрај четиристотините пензионери од прилепското здружение како гости на ова заедничко другарување беа поканети и зедоа учество педесетина пензионери, еден автобус со членови на ЗП Битола. Заедничкото другарување на овој шести досега пикник организиран од страна на ЗП Прилеп помина во веселба, размена на идеи, предлози и мислења.

Како што на почетокот на оваа заедничка средба, или екскурзија, рече претседателот на ЗП Прилеп Славко Трајкоски, ова е забава што се организира за продлабочување на соработката на двете соседни и побратимени пензионерски здруженија.

– Ви посакувам уште многу вакви заеднички средби со нашите побратими од соседна Битола, на сите овде присутни, но и на сите пензионери во Република Македонија им го честитам 20-ти септември, денот на пензионерите, и им посакувам многу здравје, среќа, убав и весел и, се разбира, долг живот. Предлагам, а се договоривме и со претседателката на ЗП Битола Данче Петличкова, овој наш ден да го одбележуваме заедно, но ваквите собирања да станат традиција и на нив да присуствуваат и повеќе од илјада пензионери од регионалните здруженија како: Крушево, Ресен, Демир Хисар, Македонски Брод, рече во поздравната реч претседателот на ЗП Прилеп Славко Трајкоски.

Свои честитки со поздравни говори на оваа заедничка средба искажа и претседателката на ЗП Битола Данче Петличкова, која го поддржа предлогот за заедничко и регионално одбележување на Денот на пензионерите.

Заедничкото дружење продолжи со песната „Ако одам во Битола“, која беше подеднакво прифатена од сите присутни. Оваа пензионерска средба со своето присуство ја збогати и претседателот на Собранието на СЗПМ м-р Илија Адамоски.

Манастирот Свети великомаченик Георгиј, во Пашино Рувци, е изграден врз темелите на постара црква во месноста Црквиште, на 1,5 километар на исток од селото. Камен-темелник е поставен и осветен на 6 мај 1991 година, а манастирската црква е осветена на 8 мај 1993 година. Интересно е што овој манастир е изграден со поголема донација од иселеникот од Пашино Рувци, Живко Кочоски, кој во 1984 година заминал на работа во Њу Џерси во САД, од каде што меѓу нашите македонски иселеници ја иницирал, со доброволни прилози, изградбата на манастирот во неговото родно село. **К. Ристески**

ЗП Струга

Пензионерките се искачија на Пелистер

Септември, најубавиот летен месец, е како создаден за посета на Пелистер и градот Битола, градот во плодната рамнина Пелагонија, градот на конзулите, градот под Тумбе кафе, градот на Манаки. Вториот по големина град во Македонија изобилува со историја и културно-историски споменици, прекрасни стари градби. За многумина Битола е најубавиот и најградскиот град во Македонија. За Битола се испеани и најубавите македонски песни.

Педесеттина жени пензионерки, членки на Активот на пензионерки од ЗП Струга, изведоа еднодневна екскурзија во Битола и го посетија Пелистер, предводени од претседателката на Активот Елисавета Лазороска и потпретседателката Павлина Кузманоска, во придружба на претседателот на ЗП Струга Милорад Трпоски.

Најнапред, тие се упатија кон градот Битола, попатно панорамски беше разгледан градот на јаболкото Ресен, каде што на 27 септември, на верскиот празник Крстовден, секоја година се одржува манифестацијата Преспанскиот јаболкобер.

Прва пауза беше направена во Битола, каде што претседателот Трпоски ги почести со кафе на Широк сокак, најпознатата и најфреквентната улица – шеталиштето во Битола, место кое секој гостин треба да го посети. По разгледувањето на симболот на градот, Саат-кулата, која се наоѓа во паркот во центарот на градот, како и Офицерскиот дом, кој плени со своите исклучителни архитектонски и естетски вредности.

Пензионерките се упатија по кривулестиот и тесен пат да ја освојат и планината Баба, која има многу тајни, но најголемата, најубавата и највозбудливата ја чува врвот Пелистер. Магијата на Пелистер се чувствува уште во подножјето од каде што патот богат со живописни пејзажи поминува низ селата Трново и Магарево, па низ густата шума од ендемичниот бор каде што моликата расте од подножјето до речиси самиот врв на планината Баба. Планината Баба е волшебна планина која, меѓу другото, ја има ретката молика и двете леднички езера: Големото и Малото.

Постојат две легенди поврзани со името Пелистер. Едни велат дека името потекнува од грчкиот збор пелистер што значи гулаб, оти кога планината се гледа оддалеку наликува на гулаб. Другата, пак, е поврзана со петиглестиот бор пет-листер, па оттаму и името Пелистер.

Со веселото меѓусебно дружење со песна и игра, придружувано од пензионерите музичари Евгенија Јовчевски, на прим, и Никола Матоски, на гитара, заврши еднодневната екскурзија.

– Многу видовме, но и многу остана невидено за некоја друга посета на Пелистер, – рекоа задоволни пензионерките од Струга. **Стојан Кукунешоски**

ЗП Кочани

Екскурзија низ западниот дел на Македонија

Врз основа на Програмата за работа на Здружението на пензионерите за 2022 година, беше организирана екскурзија на 28 и 29 септември оваа година. Првиот ден од екскурзијата пензионерите ја посетија Западна Македонија, Националниот парк „Маврови анови“ и манастирот „Св. Јован Бигорски“ којшто е изграден во 17 век, каде што имаа можност да ги погледаат и да се воодушевуваат на фреските и резбите од тој временски период.

Ја посетија и Струга правејќи прошетка по реката Дрим и „Мостот на поезијата“. Потоа заминаа во Охрид каде што беше организирано посета на повеќе културно-историски споменици. Од таму отидоа во хотелот којшто е лоциран во туристичка населба „Св. Стефан“ на 4 км од Охрид, којшто е идеално место за одмор и рекреација. Вечерта во хотелот беше организирана забава со жива музика со која можеа да се забавуваат до доцните часови во ноќта.

Утрото на 29-ти септември беше организирана посета на манастирот „Св. Наум“. Овој храм бил изграден во десеттиот век од Св. Наум Охридски, каде што тој работел како учител. Последните години од неговиот живот ги поминал во манастирот каде што починал и во него е погребан. Пензионерите имаа можност да ги погледаат убавите фрески кои беа насликани на ѕидовите од манастирот.

Екскурзијата продолжи за Битола каде што пензионерите имаа можност да го посетат древениот град Хераклеа и да направат прошетка низ Широк Сокак. Водич на екскурзијата беше претседателката на Активот на пензионерите Елица Зафирова, во кој членуваат сите ограноци. **Илија Стојанов**

ИЗВИНУВАЊЕ

Во весникот „Пензионер плус“ бр. 169, во написот за традиционалното дружење во Пониква на Осогово – Кочани на 13.8.2022 година учествувале околу 1 300 пензионери а не 600.

Најголема активност била на Комисијата на жени пензионерки на ЗП Кочани кои подготвиле 1 300 сендвичи за присутните, што претставува активност за пример на другите здруженија.

Од Редакцијата

ЗП Тафталиџе

Наградни излети во Охрид и Лесново

Во својата богата програма ЗП Тафталиџе води континуирана грижа за одморот и рекреацијата на пензионерите. Притоа се посетуваат познати туристички места, но и цркви и манастири, наши духовни светилишта. Таквата ориентација беше испочитувана и годинава. Таа цел беше постигната неодамна со организирање два наградни излета. На 14 септември 2022 година, педесетина пензионери, учесници на спортските пензионерски натпревари и на ревиите на песни, музика и игри, го посетија нашиот туристички бисер Охрид. Со сините езерски води се сретнаа по краткиот одмор на Стража, каде што се освежија со кафе и сок.

Сончевиот есенски ден им понуди пријатна прошетка по езерскиот брег и ново запознавање со градот. Посебно внимание им посветија на 26. републички спортски натпревари. При што им честитаа на сите натпреварувачи, а посебно на најуспешните.

Освежени и со убави впечатоци во попладневните часови се вратија во Скопје.

И вториот награден излет беше исполнет со пријатни доживувања и со изблик на родољубие и почит кон нашето духовно и културно богатство. Тоа на стотината пензионери им го овозможи посетата на манастирот во Лесново, Злетовско, изграден во живописен предел, во четиринаесеттиот век, посветен на св. Архангел Михаил и св. Гаврило Лесновски.

Беше празник Мала Богородица, 21 септември. Неколку илјади пензионери од целата држава ги продлабочија своите знаења за ова наше прекрасно светилиште, порано познат препишувачки центар. Сите тие уште еднаш се уверија дека нашите многубројни манастири и цркви биле и денес се: и љубов и прошка, и скрб и утеха, и венчавка и погреб, и ука и наука, книга и слово. Тие го одржале нашиот народ со јазикот и верата, со обичаите. Убавиот ден беше разубавен со песни и ора, со средби и разговори како третата доба од животот да биде поподнослива и попријатна. Оваа средба, рекоа во еден глас, ќе ги мотивира почесто да ги посетуваат и другите манастири чиј број во нашата земја е импозантен. **Перо Миленкоски**

Кредит за
пензионери
до 75 години
До 160 000. на 36 месеци
Месечна
рата
2 608
денари
Земи 40 000 денари
Рок на отплата 24 рати
Аплицирај за кеш кредит во експозитура, на www.iutecredit.mk, преку мобилната
апликација MyIute или на телефон 13 333. Ние ќе ти помогнеме при аплицирањето.
Парите се достапни за 15 минути.
iutecredit

Пензија на 1-ви!
Станете корисник на услугата Пензија на 1-ви и
очекувајте ја Вашата пензија порано од сите други.
Понуда и услуги за пензионери:
· Потрошувачки кредит за пензионери со фиксна каматна стапка во првите
ДВЕ години почнувајќи од 6,75% и вклучена полиса за животно осигурување;
· Максимален износ до 300.000 МКД;
· Трансакциска сметка и дебитна картичка;
· Без надоместок за следење на Електронско банкарство.
За дополнителни информации посетете ја нашата веб-страница www.sparkasse.mk
или информирајте се преку Контакт центарот на телефонскиот број 02-3200-600.
SPARKASSE
Bank
Банка на вашето семејство
*Клиентот при доспевањето на последната рата од кредитот може да има максимум полни 70 години.
14,28% СВТ за потрошувачки кредит на износ од 300.000 МКД; рок на отплата 6 години; фиксна каматна стапка од 6,95% п.а. за првите две години и променлива каматна стапка од 8,75% п.а. за преостанатиот период; трошоци за апликација 1.000 МКД;
провизија за одобрување на кредитот 1.000 МКД и премија за животно осигурување за лице на 64 години од 42.229МКД (според условите на осигурителната компанија). Врз висината на СВТ влијае рокот на отплата на кредитот, износот на кредитот,
надоместоците за аплицирање и обработка на барањето за кредит, премијата за животно осигурување како и висината на номиналната каматна стапка.

Цитати од д-р Антони Флу - британски филозоф

„Јас сега верувам дека постои Бог... Јас сега мислам дека (доказите) укажуваат на креативна интелигенција скоро целосно поради истражувањата на ДНК. Тоа што сметам е дека ДНК материјалите покажаа, преку скоро неверојатната сложеност на аранжманите кои се потребни за да се создаде живот, дека интелигенцијата мора да била вклучена во спојувањето на овие извонредно различни елементи да дејствуваат заедно.“

„Науката потенцира три димензии на природата кои упатуваат на Бог. Првата е фактот дека природата се покорува на законите. Втората е димензијата на животот, на интелигентно организираните битија кои имаат смисла, а настанале од материјата. Третата е, самото постоење на природата. Но, не ме водеше само науката. Ми помогна и обновената студија на класичните филозофски аргументи.“

„Ако земеш една равенка која ја објаснува веројатноста нешто да се појави од вакуум, ти сепак ќе треба да прашаш зошто таа равенка се применува. А Хокинг всушност ја забележа потребата, креативниот фактор да вдишува оган во равенките.“

„Гералд Шредер истакнува дека постоењето на условите кои се поволни за живот не објаснува како самиот живот настанал. Животот може да опстане само поради поволните услови на нашата планета. Но, не постои природен закон, кој ѝ дава инструкции на материјата да создава ентитети кои се насочени кон крајот кои се самореплицираат.“

„Ниту еден мејнстрим филозоф не развил систематско, сеопфатно, оригинално и влијателно изложување на атеизмот како што може да се најде во педесетгодишните антитеолошки списи на Антони Флу.“

„Она што го заклучи од своите анкети е дека во суштина, дека она во што веруваш до својата 13–та година, е тоа во што ќе умреш верувајќи.“

„Практично ниту еден голем научник денес не тврди дека финото подесување било чисто резултат на случајни фактори кои дејствуваат во еден единствен универзум“.

***Дополнителни цитати на иста тема**

„Излегува дека атеизмот е премногу едноставен. Ако целиот универзум нема значење, никогаш не требаше да дознаеме дека нема никакво значење.“ К. С. Луис

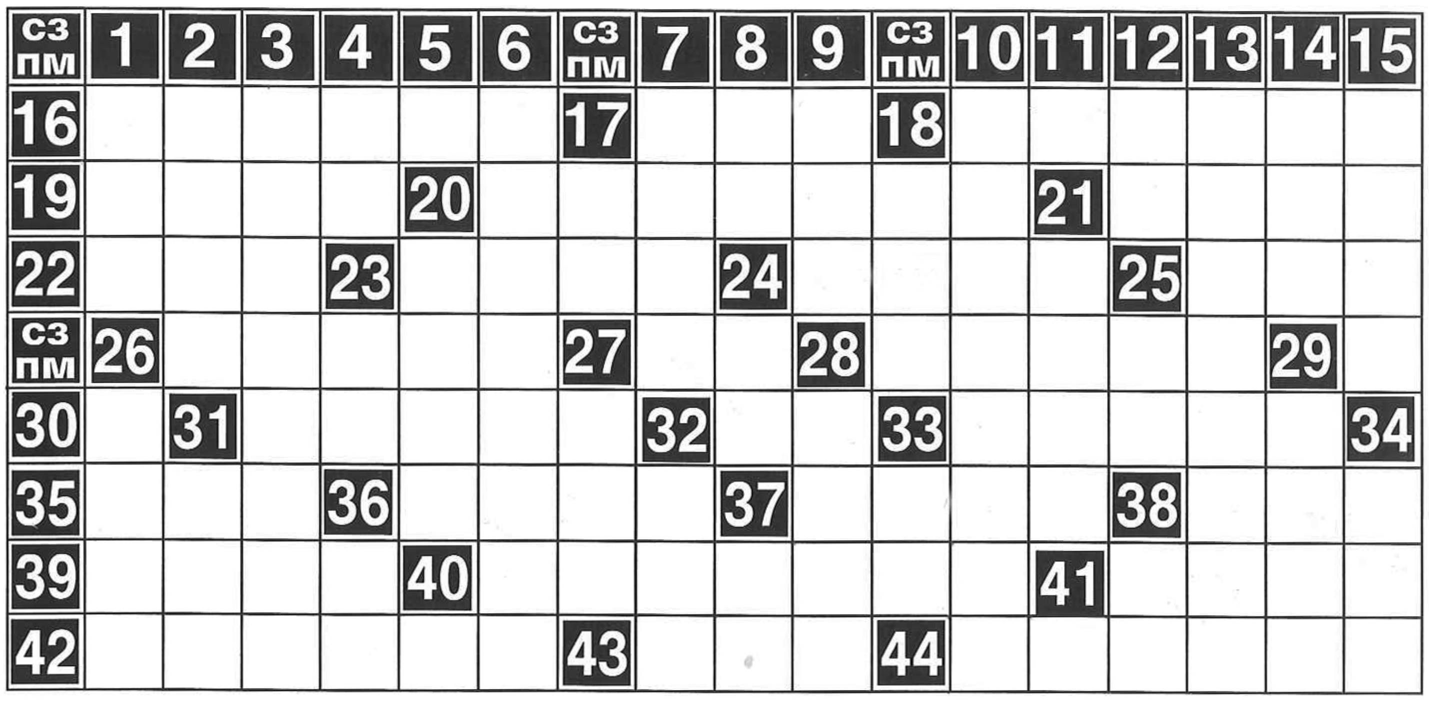
„Задоволен сум со мистеријата на вечноста на животот“. Ајнштајн

„Атеизмот е толку бесмислен. Кога гледам во Сончевиот систем, ја гледам земјата на вистинското растојание од сонцето за да ги прими соодветните количини на топлина и светлина. Ова не се случи случајно“. Исак Њутн

„Алфа брановите во човечкиот мозок се помеѓу 6 и 8 херци. Фреквенцијата на брановите на човечката празнина резонира помеѓу 6 и 8 херци. Сите биолошки системи работат во ист опсег на фреквенции. Алфа брановите на човечкиот мозок функционираат во овој опсег и електричната резонанца на земјата е помеѓу 6 и 8 херци. Така, целиот наш биолошки систем – мозокот и самата земја – работат на исти фреквенции. Ако можеме да го контролираме тој резонантен систем по електронски пат, можеме директно да го контролираме целиот ментален систем на човештвото“. Никола Тесла

Маја Белева

КРСТОЗБОР



Хоризонтално: 16., 17., 18. и 19. ДРЖАВЕН ПРАЗНИК – ДЕН НА ВОСТАНИЕТО НА МАКЕДОНСКИОТ НАРОД; 20. Град во Словенија; 21. Името на македонскиот писател, член на МАНУ Старова (1941–2022); 22. Индиска авионска компанија (Air India International) (крат.); 23. Опера од Џузепе Верди (1813–1901); 24. Името на македонската телевизиска водителка Филиповски (1971); 25. Присвојна заменка; 26. Англиски писател Лоренс (1713–1768); 27. Согласка и самогласка; 28. Антологиска песна на Кочи Рацин (1908–1943); 29. Знак за час; 30. Хемиски симбол за калиум; 31. Писмена потврда; 32. Место за печат (крат.); 33. Женско име; 35. Предвремен; 36. Остарен; 37. Името на германската глумица Зомер (1940); 38. Единечен вектор; 39. Еднаква; 40. Град во Белгија каде Наполеон ја изгубил последната битка; 41. Обар; 42. Поранешен украински професионален боксер и политичар, Виталиј (1971); 43. Малајски отров за стрели; 44. Пристап (мн.).

Вертикално: 1. Женско име; 2. Американска организација за интервенција на домашно насилие (Domestic Violance Intervention Services) (крат.); 3. Материи што иритираат; 4. Автознак за Ниш; 5. Знак за алт; 6. Взаемност, солидарност; 7. Место во Косово и Метохија; 8. Боцкаво животно; 9. Вулкан на филипинскиот остров Лузон; 10. Астрономски инструмент; 11. Сврзник; 12. Данска мерка за количини во парчиња; 13. ГРАД ВО КОЈ (заедно со Прилеп) Е КРЕНАТО НАРОДНОТО ВОСТАНИЕ НА 11 ОКТОМВРИ 1941; 14. Основа на сè според таоизмот; 15. Словенечки поет, есеист и театарски критичар, Франце (1901–1975); 17. Одење; 18. Град во Франција; 20. Старогрчки бог на војната; 21. Името на македонскиот поет, есеист, препејувач, публицист и политичар Поповски (1931–2003); 23. Латински сврзник; 24. Единица за електричен отпор; 25. Буква од абецедата; 26. Продорен извик; 27. Лична заменка; 28. Машко име; 29. Град во Романија; 31. Град на Синајскиот полуостров; 32. Место во Србија, кај Гуча; 33. Исти согласки; 34. Прост број; 36. Унгарски учен и поет, Карољ (1823–1864); 37. Епос; 38. Вид мајмун; 40. Хемиски симбол за калиум; 41. Автознак за Романија.

Лик и состав: Георги Хаџи-Васков

Решение: ЕДИНАЕСЕТТИ ОКТОМВРИ, Домжале, Луан, АИИ, Аида, Лил, мои, Стерн, ќо, Ленка, Ч, К, атест, МП, Стана, ран, стар, Елке, орт, иста, Ватерло, авар, Кличко, ипо, приоди.

Хумор

Пензионерски денови во Франција:
– Чаша вино и цел ден на плажа.
Пензионерски денови во Англија:
– Чаша виски и цел ден во пабови.
Пензионерски денови во Македонија:
– Чашка со мокрача и цел ден пред ординација.

* * *

Двајца згодни спасители стојат на брегот. Едниот вели:
– Види ја онаа постара госпоѓа. Кога ќе ме види на смена веднаш се фрла во водата и почнува да се дави!

* * *

– Докторе, каде да се допрам со прстот секаде ме боли.
– Дај да видам. Скршен ти е прстот.

* * *

Дошол некој скржавец да купи јаболка на пазар.
– Колку се јаболката?
– Ако земеш повеќе цената ќе биде пониска.
Скржавиот извадил неколку торби и почнал да ги полни.
– Што правиш, бре?!
– Правам да станат беспари!

* * *

– Миличок, облечи го новиот костум и седни да ручаш?
– Зошто? Што има за ручек?!
– Печурки!

* * *

– Трпано, слушам си се омажила за онај смотан болникав пензионер. Што те привлече да го земеш за маж?
– Пензијата. Има воена пензија. Тие се најголеми!

* * *

Земјотрес. Мажот ја фаќа жената и ја носи кон излезот.
Од гардероберот се слуша глас:
– Изнесете го и гардероберот. Скап е!

* * *

Трпе: Зошто кога лекарите тврдат дека пивото е добро за бубрези не бараат да биде на позитивна листа за лекови?

Вчера бев на забар. Матичен ни е на цело семејство.
Го прашав:
– Ќе боли ли?
– Мислам да. Ќе издржиш ли.
– Да, па јас сум маж!
– Синоќа бев со жена ти!

* * *

Четворица играат карти. Едниот само молчи. Го прашуваат што му е.
– Жена ми е бремена.
Еден од нив пребледува.
– Не е, се шегувам. Само сакав да дознаам со кој се среќава.

* * *

– Нешто не е в ред со мене, Трпано.
– Зошто?
– Ќе земам да читам книга, заспивам. Ќе седнам да гледам телевизија, заспивам.
– Ќе легнам да спијам, сон не ме фаќа!

* * *

Го застанува полиција Трпе мртов пијан и го прашува:
– Име и презиме?
– Трпе Трпев.
– Година на раѓање?
– 1988.
– Брачна состојба? – Неподнослива.

* * *

На плажа некој поставил табла:
„Не садете пикавци во песокот. Нема да никнат“.

Глушецот и лавот

Еден глушец претрчал преку лавот додека тој спиел. Лавот се разбудил и почнал да го бара. Тоа го видела лисицата и потсмешливо му забележала на лавот:
– Каков моќник си ти, ако се подготвуваш за борба со глушец.
Лавот се оправдал:
– Не се подготвувам да се борам со глушецот, туку сум изненаден од неговата храброст што се осмели да трча преку лав додека тој спие.

ЗП Демир Хисар

Првиот комбајнер во Демирхисарско

„Тајната на успехот во животот не е во тоа да се работи тоа што се сака, туку да се сака тоа што се работи" – Черчил.

Блажевски Ангелко, а помеѓу неговите соселани бараковчани познат како Ангеле, е еден од најуспешните пензионери – земјоделци во Општина Демир Хисар, а исто така, е и првиот кој во демирхисарските ниви го донел првиот комбајн. Роден во с. Бараково во 1938 година, основно завршил во Демир Хисар, а цел живот работи како земјоделец. Од најраните години имал тешко детство. Неговиот долг земјоделски пат го

почнал занимавајќи се со овчарство, а подоцна долго време се занимавал со сточарство (чувал крави и телиња). Паралелно со тоа имал голема желба и мерак и за земјоделските машини.

Благодарение на добро познатиот случај заради народни неправди, во јавноста познат како „Случката во чаиррот бараковски" и правосилната пресуда од 2 години, во Идризово Ангеле се научил да управува комбајн. По отслужувањето на казната и после 17–дневниот курс во Земун, Р Србија, со последните пари на неговото семејство, во родното Бараково пристигнала големата машина. Така, од далечната 1972 година, веќе ништо не било исто и толку тешко. Оттогаш, цели 26 години, Ангеле работел со неколку типови комбајни. Првиот бил модел 780 – Змај, а потоа 133 и 142.

– Со комбајнот обработував различни житни култури. Со него жнеев, вршев и собирав во еден процес, односно косење на житарките, раздвојување на класот со зрната од стракот слама и плевелот и балирање на сламата од ожнеаното жито. Иако на почетокот луѓето беа скептици околу ова „ново чудо„ сепак, со тек на време сфатија дека е поминато времето на српот, – стручно ни објаснува дедо Ангеле.

Кога почнал со работа со комбајнот, тоа значело зголемување на квалитетот на жетвата, минимизирање на загубите и кршење на зрната жито, повисока чистота на истото. Меѓу житариците кои ги жнеел со комбајнот биле пченицата, овесот, 'ржта, јачмен, пченка, соја, лен, сончоглед и друго. Отпаднатата слама оставена на нивата со преостанатите исушени стебла и лисје на културата е богата со хранливи материи, сецкана во нивата или во вид на бали се користи за добиточна храна или како постелнина за добитокот.

– Со работа почнував од кога ќе станеше росата, цел ден и цела ноќ, се додека луѓето насабајле не почнеа да одат на тутун во 04:00 ч. Дневно трошев по 100 л нафта т.е. цел резервоар или во просек дневно жнеев над 40 хектари, – ни вели Ангеле.

Ни раскажува дека цел Демир Хисар го „ранел" од Обедник па се до Прострање и Суво Поле. Со жетвата се почнувало на празникот Леунтија, а се завршувало на Мала Богородица, цели 3 месеци без престан.

Работата во таква тешка средина го земала својот данок. Прашината и осилките од житариците му направиле штета по очите и затоа видот му е доста намален, но и во овие негови 84 години, желбата и меракот за комбајните го тера понекогаш да се „вртка" околу комбајните во неговиот двор и по малку да му помага на синот и внукот околу работата со земјоделските машини.

Зоран Стевановски

ЗП Дебар и Центар Жупа

Одбележан Денот на ослободувањето на Дебар и независноста на Р Македонија

По повод 8 Септември, 79 години од ослободувањето на Дебар, делегација на ветераните од Пешкопеја, НР Албанија, предводена од претседателот Аљуш Стојку, Илми Цани, потпретседател и член на Централното раководство на СБ од Тирана, Бесник Ламја, секретар и Валентина Халити – Дода, претседател на Советот во Пешкопеја, го посетија Дебар и придружувани од претседателот на СНОБ, секретарот Маријонка Уштеленца, од голем број пензионери, борци, граѓани и ученици, положија свежо цвеќе на Споменикот

на загинатите борци и на спомен–обележјата на народните херои од Дебар.

Секретарот Марijонка Уштеленца ги поздрави присутните, им посака добредојде и добар престој во Дебар и рече:

– За жителите на Дебар, 8 септември, е значајна дата, бидејќи Дебар е меѓу првите ослободени градови во Втората светска војна, и пример за херојството на борците кои ги дадоа своите животи. Денес одбележуваме и 31 година од независноста на Република Македонија, – рече Уштеленца.

Потоа двете делегации беа примени од градоначалникот на Општина Дебар д–р Хекуран Дука, кој ги поздрави гостите и им посака добар престој, а на делегацијата домаќин им ги честиташе двата празника.

Во разговорите, двете делегации изразија согласност дека борбата за ослободување од фашизмот беше заедничка, како што беа заеднички и многу паднати борци, и дека постои основа и волја за натамошно развивање и јакнење на меѓусебната соработка.

Марijонка Уштеленца

ЗП Чаир

Екскурзија во Албанија

Во Здружението на пензионери Чаир, активностите се одвиваат во согласност со програмите на ограноците вградени во Програмата на здружението за 2022 година. Активности имаа рана во Република Албанија. Во заедничка дружба тие поминаа два убави различни денови, толку потребни за оваа возраст, ослободени од монотонијата на секојдневието.

преку целата година, но овој септември беше особено богат. Така, во рамките на својата редовна програма за 100 пензионери со мултиетнички состав, здружението организираше дводневна екскурзија до Леж, Скадар, Драч и Тирана во Република Албанија.

Двата града, Леж и Скадар, богати со историско и културно наследство, беа добра дестинација за одмор и прошетка по личен избор, како и посета и разгледување повеќе знаменитости, а забележлива била мешавината на новата и старата архитектура со убави тесни улици. По разгледувањето на двата убави града, заминале кон најголемото пристаниште во Албанија, Драч. Освен одморот, сместувањето и ноќевањето, имале доволно време и за неколкучасовна прошетка, каде што уживале во глетката и мирисот на бескрајната морска шир, широките булевари и шеталишта, коишто за некој од пензионерите, тоа било посебно доживување. Наредниот ден пет–шестмина од пензионерите покрај прошетката го искористиле убавиот сончев ден да влезат и во морските води.

Предвидена и неодминлива дестинација за посета секако бил и главниот град на Република Албанија, Тирана. Прошетката била неодложна во центарот на градот. По кусиот одмор, задоволни од она што го виделе и почувствувале во овој град, пензионерите од ЗП Чаир го заокружиле нивното патување и заминале за Скопје. Овие два дена, кај сите пензионери оставиле преубави впечатоци, од каде што понеле спомени овековечени со фотографии.

Васил Пачемски

Македонски Брод

Неуморниот пензиониран професор Рате Савев

Пензионираниот професор од Македонски Брод Рате Савев и по пензионирањето продолжува со творење со учеството на разни литературни манифестации низ државата. Пред извесно време учествуваше на поетско–музички фестивал „Разиграни искри на поезија и музика" во организација на Милица Паулус, поетеса и дипломиран книжевник и амбасадор на македонската поезија во Домот на културата „Ацо Ѓорчев" од Неготино. На авторите им беше врачена Интернационалната антологија за литература и уметност од претседателот Тандафил Симпетру и потпретседателката Милица Паулус.

Во антологијата се најдоа и девет песни од пензионираниот професор од Македонски Брод, Рате Савев на кој му беше доделена и Златна плакета за поетска творба на фестивалот, диплома за севкупно поетско творештво и благодарница како член на жири–комисијата. На поетско музичкиот фестивал учествуваа поети од повеќе земји, како и пејачи од македонската естрада, Ѓоко Ѓорчев и Ацо Тришковски на кои им беа доделени златни статуетки за нивниот придонес во реализација на овој настан, кој се одржува секоја година во различни градови во Македонија. Професорот Рате Савев е активен и на полето на заштитата на животната средина. Савев го реализира проектот „Обезбедување одржлива заштита на споменикот на природата Слатински извор" во село Слатино, кој е многу значаен и има туристички потенцијал за општината. Двете здруженија, од Македонски Брод и Слатино имаат долгогодишна соработка со заеднички спроведени проекти како еколошко спелеолошки кампови во 2002, 2003, 2004 и 2005 година. Сите природни реткости претставуваат убава можност за развој на спелеолошкиот туризам. Савев истакна дека овие активности ја зголемуваат обврската за постојано следење на заштитените подрачја.

Истражувачкото друштво го реализирал проектот „Воспоставување на ефикасен механизам за одговор на пожари во споменикот на природата Слатински извор" во кој е обучувач на тренинг за доброволни пожарникари и логистичка поддршка при гаснење на шумски пожари. За уредување на дворното место пред пензионерскиот клуб на ЗП Македонски Брод Рате Савев изработи идеен проект кој е предаден на одговорните луѓе во здружението заради обезбедување на финансиски средства за реализација на проектот, со што просторот би се облагородил, а пензионерите би добиле ново модерно катче за дружење.

А. Кацарски

Одбележан Меѓународниот ден на старите лица

1 Октомври за светски ден на старите лица прогласен е од Обединетите нации во 1990 година. Значењето и улогата на Меѓународниот ден на старите лица има цел да ја подигне јавната свест за проблемите и предизвиците на стареењето, да го нагласи придонесот на старите лица во општеството, да ја искорени дискриминацијата поради возраста, злоупотребата на старото лице во домаќинството и општеството, којашто предизвикува депресија и физичко заболување на старото лице. Во денешни тешки услови на живеење Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија го одбележи овој ден под мотото „РУРАЛЕН ПЕНЗИОНЕР" бидејќи 2022 година е прогласена за година на рурален пензионер. На 20 септември на Денот на пензионерите беа избрани пет здруженија кои биле најактивни во давање помош и грижа на пензионерите како возрасни лица. Покрај овие активности по повод Денот на старите лица, здруженијата на пензионери спроведуваат низа хуманитарни активности, креативни работилници, посета на пензионерите во пензионерски домови, организирање бесплатни прегледи, дружење со цел да се постигне исполнет живот во третата доба. Во овој контекст во просториите на ЗП Неготино се одржа свечена средба на која присуствуваа и штитеници од Поликлиниката „Жана" од Неготино. Од името на ЗП Неготино пријатен престој и убава дружба им посака секретарката Нада Солакова која истакна дека со домот „Жана" имаат успешна долгогодишна соработка, која од година во година веќе станува традиционална. Претседателот на неготинските пензионери Душан Недев, истакна дека незаборавна е средбата со овие лица, посакувајќи им добро здравје и убав живот. Присутните ги поздрави и Софија Мечева прогласена за најдобар долгогодишен соработник и активист, која им посака убаво дружење. Таа ги запозна присутните со активности во разни секции во домот. На средбата зедоа учество неколку штитеници со свои творби и прозни состави. Познатата ликовна уметничка и активистка од Кавадарци, Ружица Јосифова на домаќинот му подари уметничка слика, а како благодарност од впечатливата средба со клубот од Кавадарци, Мечева им подари рачно изработен експонат. Членовите на Клубот на поети пензионери од Кавадарци настапија со свои творби. На дружбата и орото им немаше крај, но на разделбата си ветија дека оваа традиција и понатаму ќе продолжи.

По повод 1–ви октомври во ЗП Штип, се одржа предавање од физеотерапевтот Роска Гркова Стојанова од ФИЗИО–М, а во соработка со Црвен Крст Штип. Темата предизвика голем интерес. Со пензионерите остварија средба и учениците од ДСУ „Искра", по повод месецот на лица со Даунов синдром. Претседателот на Здружението Ристо Нетков, на гостите и присутните им посака убави сознанија од предавањето кое би помогнало за подобрување на здравјето. Секретарот од Црвениот крст, Деспина Димитриовска информираше дека засега е постигнато придружба и нега од асистенти на лица до 65 години.

И ЗП Кавадарци, 1–ви октомври, Меѓународниот ден на стари лица, беше одбележан со низа активности. Беа организирани посети на стари и изнемоштени лица од страна на волонтери од Црвен Крст, со кои здружението успешно соработува. Во просториите на здружението, од страна на социјален работник се одржа предавање на кое пензионерите беа запознати со проектот „Нега на стари лица во нивниот дом". Како што истакна Трајанка Митрова, координатор на овој проект, помогнат со средства од Светската банка, до сега функционираат 20 обучени сертифицирани негователи кои опслужуваат 43 лица. Според проектот, активностите на овој план продолжуваат, но потребно е вклучување и на млади луѓе.

Од дописниците на СЗПМ

Крива Паланка

Половина век неразделни

Љубица и Санде Стојчевски, од Крива Паланка, неодамна ја прославија педесеттата годишнина од брачниот живот. На свечениот чин присутни беа нивните деца и внуци како и најблиските роднини и пријатели. Во знак на јубилејот, годишнината, неизбежно беше сечењето на славеничката торта. Љубица видно расположена ни рече:

– Бевме вработени во некогашната фабрика за декоративни ткаенини „Карпош". Санде работеше како благајник, додека јас бев во моделарското одделение, каде што се изработуваа модели за ткаените платна. Таму секојдневно се гледавме и така се роди нашата љубов која по две години ја крунисавме со брак. Како плод на нашата љубов ни се роди ќерката Изабела и синот Гоце.

Инаку, Санде е пензионер веќе четиринаесет години, а Љубица седумнаесет. И двајцата се дружељубиви. Сакаат дел од денот го поминува во дружење со своите колеги, додека Љубица е и активен член на Собранието и на Извршниот одбор на Здружението на пензионери Крива Паланка.

Љубица уште како млада била наклонета кон зачувување на македонската традиција и фолклор. Членува во фолклорната група при здружението уште од нејзиното основање и учествува на музичките настани.

На прославата на јубилејот сите им посакаа среќен и долг заеднички живот со љубов, почитување и разбирање.**Б.С.**