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

ЕМИСИЈАТА „ТРЕТА ДОБА“ СЕ ЕМИТУВА СЕКОЈА САБОТА ВО 13.20 ЧАСОТ НА МТВ 1
ЕКИПАТА МЕСЕЧНО ПОДГОТВУВА 2 ПРЕМИЕРНИ ИЗДАНИЈА, А ПО ЕМИТУВАЊЕТО НА ПРЕМИЕРАТА, СЛЕДНАТА САБОТА ВО ИСТИОТ ТЕРМИН СЕ ЕМИТУВА РЕПРИЗНОТО ИЗДАНИЕ
ЕМИСИИТЕ ДОПОЛНИТЕЛНО СЕ РЕПРИЗИРААТ ВО ДРУГИ ТЕРМИНИ, НА МТВ 1 И НА САТЕЛИТСКАТА ПРОГРАМА

СЗПМ БЕСПЛАТЕН ВЕСНИК ЗА СЕГАШНИ И ЗА ИДНИ ПЕНЗИОНЕРИ

ПЕНЗИОНЕР плус

28 јули 2023 година
број 180

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

Сојузот издаде монографско специјално издание „Активности и согледувања“ 2019 - 2023

во кое се поместени резултати, активности, иницијативи и проекти во посочениот период

➡ стр. 2

Со новите избори во СЗПМ за период 2023 - 2027 година избрани се 20 нови претседатели од вкупно 53 здруженија или 37 %. Од нив 12 се жени претседателки со што се подобри и родовата еднаквост

➡ стр. 2

Во законот пишува...
„Старо лице кое не е во состојба да се грижи само за себе, а поради семејна или станбена положба нема можност да му се обезбеди заштита на друг начин, може да оствари право на сместување во јавна установа за стари лица, како право на институционална заштита, но...“

ТЕШКО СЕ ДОАЃА ДО МЕСТО ВО ДРЖАВНИТЕ СТАРСКИ И ПЕНЗИОНЕРСКИ ДОМОВИ

➡ стр. 3

Републичките спортски натпревари на пензионери ќе се одржат на 17 септември 2023 година во Брвеница, Тетово

Со свои натпреварувачи успеаја да се квалификуваат 43 здруженија кои ќе настапат со 371 натпреварувач од кои 224 во машка и 147 натпреварувачи во женска конкуренција

➡ стр. 2

На 10.7.2023 година ЗП Куманово беше организатор и домаќин на 5-тиот Меѓународен фестивал на хорови и пејачки групи

➡ стр. 5

Репу–
двор
нат–
хрид,
8 и 9

ЧЕСТИТ ИЛИНДЕН
СЗПМ

ВО ОВОЈ БРОЈ...

АКТИВНОСТИ НА СЗПМ стр. 2
ИНФО стр. 3
АКТИВНОСТИ НА ЗП стр. 4
АКТУЕЛНОСТИ стр. 5
ТРИБИНА стр. 7
СПОРТ стр. 8 и 9
КУЛТУРА стр. 10

ЛИЧНА КАРТА НА ЗП ЦЕНТАР стр. 11
ИЗБОР НА АЛБАНСКИ стр. 12
ЗДРАВЈЕ стр. 13
ЗАБАВА стр. 15

Терминот на емитување на емисијата „Трета доба“ се менува и не е постојан од програмски причини на МТВ

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

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

Специјално монографско издание „Активности и согледувања 2019 – 2023“

Чекорење по зацртаниот пат

Специјалното монографско издание „Активности и согледувања 2019 – 2023“ е издание во кое опфатениот период е особено богат со активности.

Годините минуваат. Останува само она што во тие години било реализирано, како доказ, како аманет за идните генерации. Такви траги ќе остави и периодот 2019 – 2023 година, период кој по многу нешта ќе биде запишан во историјата на најголемата невладина, мултиетничка асоцијација Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија во која самоволно се здружени 53 здруженија во кои членуваат околу 290 илјади пензионери, асоцијација која е формирана пред 76 години и која опстанува како препознатлив и активен субјект во нашето општество, асоцијација која се грижеше за правата, стандардот и достоинството на своето членство и во минатото, а така беше и во периодот 2019 – 2023 година. Преку ова издание, периодот 2019–2023 година, ќе остане забележан во меморијата на пензионерите и пошироко по многу нешта.

Прво, по фактот што првпат по 75 години постоење, за претседател на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија беше избрана жена, познат стручњак и човек со големо искуство од пензионерската проблематика, Станка Трајкова.

Второ, во овој период се консолидираше евиденцијата на членството.

Исто така, беа подигнати голем број проекти меѓу кои за прв пат се доби грант од Европската унија преку Црвениот крст на Република Северна Македонија за проектот „Рурален пензионер“ за поддршка на пензионери во рурални средини.

И покрај тешките услови, за време на двегодишната пандемија, Сојузот не престана со работа и се грижеше за своето членство со низа хуманитарни активности, а грижата беше континуирана и преку низата мерки за редовна пензија и покачување на истата, во добрата соработка со Владата, нејзините министри и министерства. Како резултат на таа добра соработка Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија доби и простории на трајно користење без надоместок, а на 76–годишниот јубилеј покровител на свеченото одбележување беше Владата на РСМ.

Сојузот се грижеше за своето членство и преку големиот број предлози и иницијативи кои благодарение на раководството на Сојузот, раководствата на здруженијата и на секој поединец, вродуваше со плод, иако секогаш можеше да биде и подобро, но ограничувања имаше и од објективен и субјективен карактер.

И во време на кризни моменти Сојузот бараше патишта и начини животот на членството да биде подобар, поисполнет, предлагајќи антикризни мерки.

Во овој период и покрај сè не изостанаа и традиционалните активности како што се ревиите на песни, музика и игри, учеството на Меѓународниот фестивал за трета животна доба во Љубљана, спортските натпревари, поддршката на творештвото на пензионерите, многубројните масовни собири и друго, на кои доаѓаше до израз меѓуетничкиот карактер на Сојузот.

Заради сите постигања и резултати Сојузот се стекна со статус од јавен интерес каков што имаат само шест организации во нашата земја.

И покрај големиот број активности Сојузот работеше со позитивни финансиски резултати, а истите беа одбележани континуирано во весникот „Пензионер плус“, страницата за пензионери во весникот на албански јазик „КОХА“ и веб–страницата на Сојузот, како и во емисијата на МТВ „Трета доба“. Секоја година се одбележуваше и 20 септември, Денот на пензионерите во Македонија, а ова специјално монографско издание е одбележување на сите активности и согледувања од 2019 до 2022 година, во кој период Сојузот и здруженијата беа раководени од луѓе со големо искуство, знаење и интелектуален потенцијал, а ова дело го создадоа без надоместок, што е за пример и почит.

К. С. Андонова

На истокот, шест здруженија, пет претседателки

Со новите избори се избраа 20 нови претседатели и се подобри родовата еднаквост

За изборниот мандат 2023 – 2027 година избрани се дваесет нови претседатели од вкупно 53 здруженија на пензионери, што претставува 40% од претседателите, од кои 12 се жени или 37%, а само 5 се од источниот регион.

Од шесте здруженија на пензионери во општините Кочани, Виница, Делчево, Берово, Пехчево и Македонска Каменица, во дури пет на чело на пензионерските здруженија се жени, а само во едно е маж. Имено, новоизбрани претседатели се: на ЗП Кочани – Јелица Зафирова, на ЗП Виница – Павлина Ангеловска, на ЗП Делчево – прим. д-р Виолета Арсова, на ЗП Пехчево – Павлина Цековска, и на ЗП Македонска Каменица – Јаворка Соколовска. Единствено на ЗП Берово претседател е Гоце Здравковски.

На прашањето, како резултат на што жените остварија голема доминација кога се во прашање раководните функции во пензионерските здруженија, Јелица Зафирова со одговор:

– Јас уште од деведесеттите години се борам жените да земат што поголемо учество во функционирањето на здруженијата и воопшто во секојдневниот живот и работа. Се радувам што достигнавме над 40 проценти застапеност, но посакувам сите заедно да се бориме да го достигнеме рамноправниот процент од 50 отсто. На тој начин ќе докажеме дека можеме подеднакво квалитетно да одговориме на сите предизвици и да го дадеме својот придонес за подобрување на севкупните услови на пензионерите.

Сето ова значи дека наводите од „незадоволните“ дека постојано се избираат исти претседатели на здруженија, не се точни.

Л. Димитров

Хумана акција на СЗПМ и Болницата „Жан Митрев“

На основа на склучен Меморандум за соработка помеѓу СЗПМ и болницата „Жан Митрев“, а по претходно остварени средби на претседателката на Сојузот Станка Трајкова и менаџментот на болницата, се спроведе хуманитарна акција на бесплатни кардиоваскуларни прегледи на пензионери во текот на мај и јуни оваа година.

Целта на акцијата беше да им се овозможи квалитетен интернистички кардиоваскуларен преглед од страна на искусни кардиолози на пензионери од помалите места, кои не можат да си дозволат да поднесат трошоци за прегледи во Скопје поради немање специјалисти кардиолози во нивните места на живеење.

Акцијата започна во Источниот регион и во нејзината организација и одвивање зедоа учество членовите на Комисијата за здравство на СЗПМ д–р Стојанче Стефаноски и д–р Димитар Димитриевски, а од страна на болницата „Жан Митрев“ Јадранка Накова и медицинска екипа.

Во просториите кои ги обезбедуваа самите здруженија на пензионери во текот на еден работен ден се прегледуваа по петнаесет пензионери кои до тогаш немале можност да се прегледаат во оваа приватна болница, а по претходно направен список во консултација со локалната здравствена служба, при што се внимаваше на родовата застапеност.

На 15.5.2023 акцијата започна во Виница, а продолжи следните три дена во Кочани, Македонска Каменица и Делчево, а на 8.6.2023 и 9.6.2023 во Пехчево и Делчево.

Во Западниот регион на 15 и 16 јуни, како и од 28 до 30 јуни беа опфатени Кичево, Струга, Прилеп, Македонски Брод и Крушево.

Во текот на акцијата беа направени вкупно 187 кардиоваскуларни прегледи. Постоеше голем интерес така што се пријавуваа и пензионери кои не беа на списоците, но за жал поради ограниченото време и должината на траењето на прегледите немаше можност да се прегледаат повеќе пензионери и покрај добрата волја на докторите.

Во рамките на своите можности сите здруженија на пензионери кои како домаќини учествуваа во акцијата, направија сè за да се покажат како добри домаќини. Како проблем се јавуваше немањето добра интернет–врска во просториите, но тешкотиите се надминуваа со дополнителен ангажман на медицинскиот тим.

Акцијата се покажа како многу корисна, бидејќи на многу пензионери им беа констатирани здравствени проблеми кои бараат понатамошни испитувања, а истата беше и можност многумина да добијат упатства и предлози за терапија на нивните хронични болести, за што пензионерите ја изразуваат својата благодарност кон тимот од болницата „Жан Митрев“.

Д-р Димитар Димитриевски

ЗП Тетово

Републичките спортски натпревари на пензионери ќе се одржат на 17 септември 2023 година во Тетово

На 30.6.2023 година, делегација на раководството на Сојузот на здруженија на пензионери на Македонија, предводена од претседателката на Сојузот Станка Трајкова и потпретседателот на ИО на СЗПМ Ментор Ќоку, престојуваше во седиштето на ЗП Тетово, каде што се одржа неформалната средба со раководството на ова здружение. Во оваа прилика, претседателот на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија упати честитки до раководството на пензионерите домаќини за сработеното во објектот на здружението и организирањето на различни активности, со цел поддршка на пензионерите со ниски примања.

Претседателот на ЗП Тетово, Селвер Мемети, откако им посака добредојде на гостите од Сојузот, изрази уверување дека ЗП Тетово работи во добри просторни услови, развива активности во текот на целата година, има воспоставено соработки на локално и централно ниво, притоа координирајќи со Сојузот и сето тоа со цел да ги поддржува и помага на различни начини пензионерите, чии приходи едвај ги покриваат трошоците за живот.

Потоа двете делегации, го посетија населеното место Брвеница (на

три километри од градот Тетово), каде што извршија увид на спортските терени. Заедничка констатација беше дека спортските терени во Брвеница нудат максимални можности за одржување на Републичките спортски натпревари на пензионери. Претседателот на Комисијата за спорт при Сојузот Здравко Петковски изјави дека во ниту едно друго место во Република Македонија нема спортски терени како овие во Брвеница. Тој нагласи дека овие терени создаваат можности за реализација на сите спортски дисциплини предвидени со Програмата на Сојузот.

Одлучено е Републичките спортски натпревари за пензионери да се одржат на 17 септември во Брвеница, каде организатор ќе биде Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија, додека домаќин ќе биде Здружението на пензионери од Тетово.

Останува во наредниот период, до одржувањето на натпреварите, Комисијата за спорт и спортски активности на Здружението на пензионери од Тетово, во соработка со раководството на здружението и други активисти, да ги направат потребните подготовки, со цел ова масовно спортување на пензионерите да се одвива според планот.

Мурсел Мурсели

Седница на Координативното тело на активите на здруженија

Донесена е програмата за 2023 година

На 30.6.2023 година Координативното тело на активите на здруженија на пензионери членки на Сојузот на здруженија на пензионери на Македонија ја одржа конститутивната седница во новиот состав кое ќе ја координира работата на активите во периодот 2023 – 2027 година. На седницата од страна на раководството на Сојузот присуствуваше Менка Темелковска, секретар на Извршниот одбор на Сојузот која ги поздрави присутните и им посака успешна работа. Потоа едногласно за претседател на Координативното тело на активите на здруженија на пензионери беше избрана Марија Моневска, а за заменик Благојка Настова, и досега едни од најактивните членки во ова тело, кое за првпат беше формирано во мандатниот период 2019 – 2023 година и кое се покажа мошне корисно во изминатиот четиригодишен период бидејќи како што е познато активите се еден од столбовите во здруженијата на секој план.

По изборот со седницата раководеше новоизбраната претседателка. Таа елаборираше што би требало да содржи Програмата на ова тело за 2023 година и меѓу другото рече:

– Координативното тело на активите на пензионерки е значајна форма на дејствување на жените – пензионерки. Негови главни цели се:

- Развој на социјално–хуманитарната дејност во здружението;
- Инклузивни активности на активите на пензионерки во рамките на здружението;
- Соработка со локалната самоуправа, Црвениот крст, центрите за социјална работа и други граѓански организации кои во своето дејствување ја имаат заштитата на старите лица;
- Заштита на старите лица од семејно и друг вид на насилство;
- Следење на родовата застапеност на жените во пензионерското организирање;
- Иницирање на активности во организирањето на работилници за правна помош, особено на имотноправните односи и друго.

Програмата ќе ги реализира сите активности како и досега заедно со сите комисии во здруженијата и Сојузот. Потоа имаше дискусија по која Програмата се усвои со заклучок дека таа е отворена и секогаш може да се надополнува со нови активности.

Калина С. Андонова

Тешко се доаѓа до место во државните старски и пензионерски домови

Најголема сигурност за квалитетно живеење на една личност е чувството да имаш свое место – дом за живеење што е особено значајно за возрасната популација од третата доба, бидејќи пензионерите најголемиот дел од времето го поминуваат во домот.

Станка Трајкова, претседателката на Сојузот на здруженија на пензионери на Македонија (СЗПМ), вели:

– Не е случајно што во Програмата за работа на СЗПМ, е утврдена програмска задача за следење и ангажирање на изградба на **старски и пензионерски домови, дневни центри и сервиси.**

Во Сојузот формирана е комисија која работи и се залага за подобрување на условите за домување во пензионерските домови, за стандардот на пензионерите, особено во насока за подобрување на условите за живеење на најранливата категорија пензионери, со најниски пензии и без приходи за живот. Ова е во насока да се обезбеди достоинствен живот за пензионерите. Капацитетите во домовите се полни, цените се високи, па затоа и на секоја средба во Владата, во Министерството за труд и социјална политика, разговараме за овие проблеми. Во земјата има околу 330 илјади пензионери, а околу 75 илјади од нив припаѓаат во категорија примачи на најниски пензии. Бараме субвенционирање од државата на оние пензионери што се со ниски пензии и не можат да бидат сместени во приватните домови. На тој начин ќе се ублажи проблемот, додека да се изградат нови домови. Тука е и локалната самоуправа, која треба да се заложи за овој проблем.

Кога станува збор за квалитетот на живеење на старите лица во голема мера е поврзано со улогата што ја има семејството, а што како значајна правна рамка е Законот за семејство каде што се регулирани обврските на децата за издржување на немоќните родители. Интересно е да се истакне фактот што во Законот за семејство на РС Македонија од 296 членови само во еден член, 181 пишува: **Децата се должни да ги издржуваат своите родители кои се неспособни за работа, а немаат доволно средства за издржување или средствата за издржување не можат да ги остварат од својот имот.** По исклучок, судот може да го

одбие барањето за издржување кога издржување бара родител, на кој му било одземено родителското право, иако детето за тоа има можности или ако судот, ценејќи ги сите околности на случајот, најде дека тоа би била очигледна неправда за детето. Најголем број од другите членови се обврски на родителите кон децата! Од ова произлегува дека во овој закон нешто мора да се менува.

Старо лице кое не е во состојба да се грижи само за себе, а поради семејна или станбена положба нема можност да му се обезбеди заштита на друг начин, може да оствари право на сместување во јавна установа за стари лица, како право на институционална заштита, во центрите како јавни установи популарно наречени старски домови. Во нашата земја ги има овие установи во државна сопственост:

1. ЈЗУ Геронтолошки завод „13 НОЕМВРИ" - Скопје
Адреса: ул. „4–ти Јули" бр. 129 – Скопје
Телефон за контакт: 02/2031–238; 02/2041–582 (амбуланта)
Одделение „МАЈКА ТЕРЕЗА" - Злокуќани
Адреса: Злокуќани – Скопје
Тел. за контакт: 02/3096–176 и 075/498 015
Капацитет: 111 легла

2. ЈУ Дом за стари лица „ЗАФИР САЈТО" - Куманово
Адреса: ул. „Братство и Единство" бб – Куманово
Тел. за контакт: 031/426–636 и 076/280 120
Капацитет: 197 легла

3. ЈУ Дом за стари лица „СЈУ РАЈДЕР" - Битола
Адреса: ул. „Илинденска" бр. 156 – Битола
Капацитет: 150 легла
Телефон за контакт: централа 047/237 559 директор 047/224–107; 071/ 244 868

4. ЈУ Дом за стари лица „КИРО КРСТЕСКИ - ПЛАТНИК" - Прилеп
Адреса: ул. „Нада Ламеска" бр. 1а – Прилеп
Капацитет: 151 легло
Тел. за контакт: 048/428–807 и 078/251–469

5. Општинската јавна установа за социјална заштита на стари лица „Д-р Иван Влашки" - Берово
Адреса: ул. „Маршал Тито" бр. 8 – Берово
Капацитет: 29 легла
Тел. за контакт: 033/550 999 и 070/234 303

Овие домови располагаат со околу 800 легла, а да се добие легло се чека и по неколку месеци и тоа се случува лица некој од станарите ќе почине. Нешто слободни места има во домот „Зафир Сајто", во Куманово, но бројот е лимитиран бидејќи нема доволно персонал.

Согласно со Законот за локална самоуправа и Законот за социјална заштита, три од центрите – јавни домови се дадени на управување на локално ниво, додека одделот „Мајка Тереза" при Геронтолошкиот завод „13 Ноември" сè уште е на државно ниво. Во овие старски домови се сместуваат и пензионери кои материјално не се обезбедени како и корисници на пензија кои може да ги исплатат трошоците за сместување во овие домови, – вели претседателката на СЗПМ Трајкова.

На неодамнешната посета на Општинската јавна установа за социјална заштита на стари лица „Д–р Иван Влашки" – Берово, министерката на МТСП Јована Тренчевска меѓу другото истакна:

„Како Влада и надлежно министерство во континуитет работиме на унапредување на квалитетот на живот на старите лица. Како особено значајно сакам да ја истакнам соработката со локалната заедница, затоа што секоја Општина најдобро ги познава потребите на своите жители", истакна министерката Тренчевска.

Таа дополни дека, истовремено се работи заедно со Општина Пробиштип и со Општина Кавадарци на проектната документација за изградба на нови домови за стари лица.

Во нашата земја, покрај погоре наведените домови за сместување на стари лица постојат и приватни домови за стари лица преку вложување приватни ресурси и капитал. Такви домови има вкупно 40 од кои 33 во Скопје и 7 во внатрешноста. Капацитетот на овие домови е околу 1 100 легла.

Кога се во прашање цените во приватните домови се речиси три пати повисоки од државните!

Покрај старските домови постојат и пензионерски домови кои своевремено се изградени со средства на пензионерите и Сојузот се залага истите да им бидат вратени на здруженијата.

Фондот за пензиското и инвалидското осигурување на РС Македонија, стопанисува со станбен простор за корисници на пензија во следните домови: Аеродром, Ѓорче Петров, Автокоманда – Скопје, Прилеп, Дебар, Делчево, Гевгелија, Пробиштип, Виница, Крива Паланка, Кочани, Свети Николе, Гостивар (нов дом) Гостивар (стар дом). Условите и критериумите за стекнување со право за сместување во пензионерски дом се утврдени со Правилник за условите и начинот за стекнување со право за доделување на станбен простор под закуп во домовите за живеење на корисници на пензија со кои управува Фондот на пензиското и инвалидското осигурување на Македонија.

Согласно со наведениот правилник потребно е пензионерот да ги исполни следните услови:

● да не поседува имот на свое и на име на сопружникот најмалку 5 години до денот на поднесување на барањето
● да не поседуваат стан или куќа, без оглед кога е отуѓена
● да може самостојно да опстанува и сам да се грижи за одржување на станот
● да е корисник на пензија со ниски пензиски примања.

Потребната документација за стекнување со право за сместување во пензионерски дом е следната:

● барање од корисникот на пензија
● доказ дека е корисник на пензија (чек од пензија)
● копија од лична карта
● извод од матична книга на родени и венчани
● доказ за имотната состојба на барателот и неговиот сопружник
● доказ за имотната состојба пред да остане без имот како и кога е отуѓен имотот
● основ по кој живее на наведената адреса (договор за закуп)
● семејна состојба (доколку живее кај член од семејството)
● потврда од матичен лекар за психофизичката здравствена состојба на барателот.

Комисијата има право да побара и дополнителни документи докази доколку и за кои смета дека се од битно значење за донесување на праведна и законска одлука.

Барање за сместување во пензионерски дом со потребната документација се поднесува до првостепената Комисија, преку филијалите и деловниците на Фондот на пензиското и инвалидското осигурување на Македонија, во која живее корисникот на пензија. На одлуката на првостепената Комисија незадоволниот барател има право на жалба до второстепената Комисија преку првостепената Комисија во Фондот на ПИОМ, за решавање по приговор.

– Според Законот за социјална заштита старите лица кои се материјално необезбедени, немаат имот и имотно право од кое може да обезбедат приход и не можат да обезбедат издршка по основ на Законот за семејство, можат

да остварат право на: дневно згрижување кое право се остварува во вид на дневен престој, исхрана, одржување на лична хигиена, организирање на лична хигиена, организирање културно–забавни и работни активности. Таков облик на дневно сместување има Дневниот центар во Чашка кој постои 10 години како подрачна единица на Меѓуопштинскиот центар за социјална работа – Велес. Од 2009 година работи и Дневниот центар во Битола. Такви центри има и во Сарај и Чаир. И покрај сè, и покрај тоа што во домовите старите лица се згрижени во секој поглед тие најмногу би сакале да останат во својот дом. Затоа улогата на дневни центри за стари лица стануваат се попопуларни како форма на вонинституционално згрижување, – вели претседателката Трајкова.

К. С. Андонова

Средба со Зоран Смилевски

Непобедливиот атлетичар

Секогаш тивок и скромен, Зоран Смилевски, член во здружението на пензионери Гази Баба, се издвојува и по многу особини што никогаш не ги истакнуваше. Неговите квалитети постепено излегуваа на виделина и се склопуваше мозаикот за ликот на овој врвен спортист, пензионер. Со вклучувањето во спортско-рекреативниот живот во здружението, внесе свежина, а резултатите во спортските натпревари, заслужуваат пофалби. Во дисциплината фрлање ѓуле, тој го покажа својот талент од младоста и со леснотија постигнува забележителни успеси. Најсвеж пример за тоа е освојувањето на првото место во дисциплината фрлање ѓуле на овогодишните регионални спортски натпревари, во исклучително конкуренција во неговата категорија со постигнување резултат од 9,80 метри.

– Во спортот постигнувам добри резултати, бидејќи сум во добра кондиција благодарение на мојата секојдневна физичка активност, – вели Смилевски.

Тој со својата преданост кон спортот дава пример и збогатување на активностите за афирмација на спортот меѓу најмладите.

Зоран Смилевски во пензија заминал во 2016 година, а целиот свој работен век го поминал во КПД Идризово и со право може да се каже дека е еден од поактивните пензионери во здружението. Зоран е човек кој ја сака атлетиката. Иако е веќе 7 години во пензија, не се откажува од атлетиката. Како младинец, на свои 15 години започнал да тренира во атлетскиот клуб Скопје и отсекогаш му лежеле дисциплините фрлање ѓуле, копје и диск. Помеѓу тогашните великани, Смилевски се издвојувал со своето широко интересирање, длабоко познавање на начинот на спортување во трите дисциплини кои му се „фах". Уште на почетокот се забележувала неговата атлетска способност, кој подоцна се вброил во врвните атлетичари со добри резултати, со што потврдил дека е ак-

туелен број еден во трите атлетски дисциплини и неприкосновен пред останатите ривали и со тоа поставил рекорди во овие дисциплини. Зоран Смилевски е еден од оние спортисти кои со своите резултати и освојување на бројни трофеи се искачувал повеќе пати на победничкиот трон.

Тој е спокоен, едноставен, но пред сè, еден од најдобрите атлетичари во тоа време. Неговите резултати, во трите дисциплини, ретко некој можел да ги постигне. Дваесет години се занимавал со спорт од кои седум активно. Денес, во атлетските кругови, сè уште се раскажува за неговите достигнувања и постигнати резултати. Како пензионер два до три дена во неделата поминува по 50 километри со велосипед а учествувал и на натпревари во одење до врвот на Водно. Но пред повеќе години ни учествувал и на трки на студентските спортски натпревари каде го има освоено третото место.

– За мене атлетиката секогаш ми била при срце. Сум се натпреварувал и сум добивал многу признанија за тоа. Тука се чувствувам релаксирано, сигурно и на одреден начин секогаш сум задоволен и горд. Таква е атлетиката, има и добри и лоши моменти. Добрите бргу ги заборавaме а лошите, ако се проследени со киксови, се паметат цел живот, – додава Зоран Смилевски, кој сè уште не се откажува од спортувањето и атлетиката.

Кога се зборува за овој врвен мајстор во атлетиката, важно е да се каже дека на Смилевски посебно му значат освоените медали и пехари. Тука вреди да се спомене за овој веќе познат и признаен атлетичар кој во својата атлетска кариера во 1983, 1984, 1985 и 1986 година е првак во Македонија во фрлање диск. Две години по ред е првак на Македонија во фрлање ѓуле, а во дисциплината фрлање копје, една година е првак на Македонија и еднаш го има освоено третото место.

– Убаво е да се спортува. На младите им раскажувам за мојата атлетска приказна, за љубовта кон спортот, за успесите, за прекрасните моменти поминати како атлетичар, за да ги поттикнам да тргнат по мојот пат, – вели пензионерот Зоран Смилевски. **Васил Пачемски**

ЗП Тетово

Поддршка за 598 пензионери со ниски примања

Вообичаено е Здружението на пензионери од Тетово, во пресрет на верските празници, финансиски да ги наградува пензионерите – членови на Здружението, кои земаат ниски пензии. И оваа година Здружението во текот на месеците од оваа пролет, подели и парична помош прво во пресрет на празникот Рамазан–Бајрам и Велигден, а потоа и во пресрет на празникот Курбан–Бајрам. Со оваа форма на поддршка пензионерите некако ја ублажуваат својата тешка социјална состојба, бидејќи се снабдени со прехранбени и други производи неопходни за нивниот секојдневен живот.

Во пресрет на празникот Рамазан–Бајрам и Велигден, Здружението на 378 пензионери им подели по 2.000 денари, додека во пресрет на Курбан–Бајрам, уште 220 пензионери искористија ваучер во вредност од 1.500 денари и можност за набавка на прехранбени продукти од маркетите на трговската компанијата „Кипер“.

Треба да се напомне дека во овој период на пензионерите од руралните средини им беа поделени 15 пакети со прехранбени производи и други производи. Овие пакети до Здружението на пензионери од Тетово ги достави Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија добиени од средства од Европската Унија преку Црвениот крст на РСМ.

Врз основа на критериумите за доделување помош, Здружението на пензионери од Тетово финансиски ги поддржуваше и тешко заболените пензионери, како и тие кои поради елементарна непогода претрпеле голема материјална штета од поплави, пожар и др.

Како што велат од раководството на Здружението различните форми на поддршка ќе продолжат и во наредниот период, со цел да се подаде рака на помош на сите пензионери кои со своите примања немаат можност ниту да ги покријат трошоците за живот. **Мурсел Мурсели**

ЗП Битола

Одржана седница на Собранието

За работењето на ЗП Битола опширно и конструктивно се расправаше на четвртата седница на Собранието, која се одржа на 18 јули 2023 година во просториите на здружението, со присуство на сите делегати. Седницата на Собранието ја свика и ја водеше претседателот на Собранието Крсте Белевски. На дневен ред беше разгледувањето на полугодишниот финансиски извештај од 1 јануари 2023 година до 30 јуни 2023 година. Во расправата учествуваа повеќе членови на Собранието кои ги поддржаа постигнатите резултати за шестмесечниот период во здружението. Притоа беше истакнато дека вкупните приходи се во согласност на планираните, додека вкупните расходи за овој период се во согласност со реализираните активности планирани со Годишната програма. При нивното усвојување, Собранието гимимаше предвид утврдените заклучоци и одлуки на овие значајни документи од страна на ИО, како и предлозите, мислењата и забелешките од страна на одборите и ограноците, кои претходно ги разгледаа на своите состаноци. Одлуката за усвојување на финансискиот извештај на ЗП Битола од 1 јануари 2023 година до 30 јуни 2023 година беше едногласно усвоена. **Д. П.**

ЗП Крива Паланка

Еднодневна екскурзија до Смоларски Водопади

На 26 мај Здружението на пензионери од Крива Паланка организираше еднодневна екскурзија за педесетина пензионери кои тоа утро

со автобус тргнаа кон Смоларските Водопади. Убавиот сончев ден наведуваше пријатно патување, кое со песна и досетки стана уште поинтересно. Но, восхитот кај сите пензионери се зголеми со стигнувањето до Смоларските Водопади. Вгнездени длабоко во северните падини на планината Беласица, скриени помеѓу високите букови дрвја, над селото Смолари, се наоѓаат Смоларските Водопади. За да се види оваа убавина треба да се совлада значајна висинска разлика и патека од камени скали. Спротивставувајќи им се на годините и со желба да се совлада секоја пречка, успешно се искачија речиси сите пензионери. Глетката беше преубава: по темната и мазна карпа се лизга водата, а самиот водопад и чувствата што ги буди, не може да се опишат, тоа треба само да се доживее.

Доживеаното и виденото за да остане подолго запаметено, фотографирањето беше неодложно кај сите посетители, кои уживаа во убавината што природата во раскош ја растурила. По повеќе од два часа, понесувајќи незаборавни доживувања, екскурзијантите се упатија кон Струмица каде што имаа доволно време да го разгледаат градот. Потоа го посетија и Радовиш, каде што имаа краток одмор, а некои од пензионерите ја посетија црквата „Св. Троица“.

Насмевката што ја имаше на лицата на пензионерите зборуваше за едно поминато незаборавно дружење и патување за кое долго време ќе зборуваат. Понесувајќи незаборавни доживувања, во попладневните часови тие се вратија во Крива Паланка со нескриена желба вакви екскурзии да има повеќе. **Б. Стојчевска**

ЗП Гази Баба

Бесплатно мерење на крвен притисок и шеќер во крвта

Активот на пензионерки, во соработка со Поликлиниката „Железара“ во рамки на планираните годишни активности и грижата за пензионерите, на 24 јуни 2023 година, организираше акција на плоштадот во населбата Автокоманда, бесплатно мерење на нивото на шеќер во крвта, мерење притисок и кожен лекар за сите пензионери и жители на Општина Гази Баба. Акцијата наиде на огромен интерес од страна на пензионерите и граѓаните на Гази Баба со цел рана детекција и навремено лекување и превенција. Исто така беа давани и лекарски совети како и стручна помош.

– Целта на оваа акција е да се подигне свеста на луѓето што повеќе да се вклучат кон вакви иницијативи во интерес на своето здравје. Во иднина вакви акции ќе има сè повеќе, вели Стојна Тодоровска, претседател на ЗП Гази Баба.

На пунктот на плоштадот, доктор и медицински персонал ги вршеа потребните мерења, а воедно даваа и совети за правилна регулација на крвниот притисок и шеќерот во крвта.

– Бидејќи се работи за постара популација, редовно треба да земаат лекови, контрола на храна, дијабетско–хигиенски режим. Компликациите од болеста може да се спречат со добра контрола на шеќерот во крвта. Да не претеруваат со храна и со напорна работа, редовно да посетуваат лекар, истакна докторката.Таа додаде дека користа од вакните иницијативи е голема. Пред сè добро е да се знае како и во кој случај се преземаат мерки за регулација на шеќерот, бидејќи најголем проблем се јавува кај лицата кои не знаат како да го регулираат. Шеќерот иако не се пренесува од човек на човек како заразна болест, но зазема епидемиолошки размери.

Во текот на повеќечасовната акција на пункт беа прегледани повеќе од 100 граѓани. **В. Пачемски**

ЗП Пробиштип

Голем интерес за екскурзии и летување

Од секогаш кај пензионерите од Пробиштип во овој период е изразена желбата за екскурзии и посета на значајни места и атрактивни локалитети. Раководството на ЗП Пробиштип, како и минатата, така и годинава, им излезе во пресрет на своите членови и започна со организирани посети и дружења на пензионерите. Интересот беше повеќе од очекуваното.

Најнапред, 80 пензионери беа во посета на Цера во месноста Еленица, каде што повеќе години се одржува манифестацијата „Бабина баница“ на која учествуваат пензионери од повеќе здруженија.

Еднодневна екскурзија беше организирана до село Ранчанци, Светиниколско, каде што беа присутни пензионери од повеќе здруженија, кои беа дојдени во посета на манастирот „Света Недела“. Се дружеа со песни и ора стари познаници, а се родија и многу нови. Потоа следеше една од најпосакуваните и најинтересни дестинации, Дојран и Дојранското Езеро. Денот како да беше во прилог на посетителите, а ги имаше од многу краеви на Македонија. Пензионерите се одмораа на сенка под столетните јавори од каде што уживаа во убавото езеро. Некои пак, кои сакаа да видат повеќе, се прошетаа низ градот, други отидоа дури до граничниот премин со Грција. Љубителите пак на атракции се искачија на највисокото место во градот, го посетија летното кино, ја разгледаа околината и се вратија воодушевени од панорамата и од видикот што го доживеаја.

Според зборовите на претседателот на ЗП Пробиштип, Груица Манасиев, досегашните места каде што се патувало ги посетиле 250 пензионери, членови на здружението.

– Нема да се застане тука. За да се задоволат желбите на поголем дел од членството, во наредниот период планираме уште неколку екскурзии и посета на повеќе значајни места, каде што до сега не сме биле. Се планираат и некои патувања во соседните држави, како што е Бугарија, Србија и Албанија, но за тоа ќе говориме во друга прилика, – изјави Манасиев. **М. Здравковска**

ЗП Ѓорче Петров

Повеќе активности

Хорската група при Здружението на пензионери Ѓорче Петров по завршувањето на Републичката ревија на песни, музика и игри продолжи и понатаму активно да работи и да го претставува здружението во јавноста.

Таа зеде активно учество во ТВ–емисиите Везилка и Качамак на ТВ Алфа, а воедно и на ТВ Сител. Покрај хорската група, програмата беше збогатена со соло–пејачи како и со информации за знаменитостите и другите убавини на Ѓорче Петров, кои ги даде Наталија Наумовска член на Комисијата за култура.

Исто така ЗП Ѓорче Петров во соработка со невладината организација WVP-GROUP – инвестициско финансиско друштво за консалтинг услуги, во Центарот за култура во Ѓорче Петров пред повеќе од 100 присутни пензионери, претставници од споменатата организација, одржаа свое предавање на тема: како да се заштедат финансиски средства вложувајќи ги во банките и останати финансиски услуги од доменот на плаќањето на банкарски услуги при плаќањето на вода, струја, кредити и други трансакции.

На 28.6.2023 година по повод 102 години од смртта на Ѓорче Петров претставници од ЗП Ѓорче Петров положија свежо цвеќе пред споменикот во реонскиот парк во истоимената населба. **Љубинко Ристов**

ЗП Солидарност – Аеродром

Модна ревија за пензионерки

Модната ревија за пензионерки која се реализираше на ден 15.06.2023 година е дел од програмата за работа за 2023 на Активот на пензионерки. Иницијативата на претседателката на Активот за организирање на ваква ревија беше со задоволство прифатена од пензионерките. Тие се погрижија да донесат парчиња облека во која ќе се чувствуваат најудобно и најсвечено за овој чин. Освен учесниčки во ревијата имаше и пензионерки гостинки кои ги охрабруваа пензионерките во нивниот настап.

Пред да започне модната ревија на присутните им се обрати претседателката на Активот која презентираше мал осврт на модните ревии воопшто во светот, и која е нивната цел и кој стандарди се применуваат за нивното одржување. Но, за ревијата на пензионерките при ЗП Солидарност – Аеродром не беа потребни посебни стандарди за учество. Единствена и главна цел за нејзиното одржување беше дружењето во трето доба и споделување на убави моменти. Секоја од учесничките продефилира со уникатни парчиња од фустани, костуми, шалови, чанти и шапки. Глетката беше прекрасна и поздравена со аплауз од присутните. **М. Мишковска**

Извадок од Законот за здруженија и фондации
6. Извештаи за работа
Член 53

„(1) Организациите се должни на својата веб страница или на друг начин да ги објавуваатгодишните извештаи за нивното работење.

(2) Организациите се должни да подготват годишен финансиски извештај, да го достават до надлежниот орган во согласност со закон и да го објават на својата веб страница или на друг соодветен начин да го направат достапен до јавноста.

(3) Извештаите од ставовите (1) и (2) на овој член, организациите се должни да ги објават најдоцна до 30 април за претходната година.“

Интервју со Градоначалникот на Општина Ѓорче Петров, Александар Стојкоски

Дружењето со пензионерите ми причинува задоволство

● Откако бевте избран на оваа важна функција, градоначалник на Општина Ѓорче Петров, Вие веднаш ја покажавте Вашата грижа за жителите на општината, вклучително и за пензионерите. Ве молам кажете колку и како се вклучени пензионерите во животот во општината и каква е Вашата соработка со највозрасните граѓани?

– Воден од принципите на својата професија: хуманост, неселективност и еднаков пристап кон проблемите на сите граѓани вклучувајќи ги и пензионерите, моја заложба е Ѓорче Петров да стане организирана и модерна урбана општина, но и хумана животна средина, во која сите жители врз целосно рамноправна основа ќе ги остварат своите права и за себе и за своите семејства и ќе обезбедат достоинствен, пристоен и просперитетен живот. Ефикасноста и ефективноста на услугите, квалитетот на живеење преку развој на модерно и современо образование, грижата за здравјето, како и заштита и развој на здрава животна средина низ целата Општина се втемелени во моето работење односно во работењето на општината.

Пензионерите се популација во која е акумулирано искуство, знаење и мудрост. Од нив треба да учиме. Првата моја средба со делегација на раководството на здружението на пензионери беше на 16 ноември 2021 година непосредно по моето стапување на функцијата градоначалник на Општина Ѓорче Петров.

На работната средба се дискутираше за продолжување на соработката која Здружението ја имало со претходниот градоначалник. Од страна на Здружението беа посочени неколку барања и тоа:

– Склучување на меѓусебен договор за користење на просториите во месните и урбаните заедници како клубови на пензионери;

– Сите комунални трошоци (електрична енергија, вода и друго) да паднат на товар на општината;

– Во буџетот на Општина Ѓорче Петров да се предвидат финансиски средства за помагање на Здружението во реализација на нивните проекти;

– Посебна грижа општината да посвети на социјално ранливата категорија на пензионери, а за тоа да се формира заедничка работна група за изготвување на локална социјална карта;

Јас на средбата изразив подготвеност за прифаќање на сите ваши барања, а воедно прифатив да бидам покровител на Регионалната ревија на песни, музика и игри во организација на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија, на којашто во 2022 година домаќин беше ЗП Ѓорче Петров. Ми беше особено драго што мојата прва средба како градоначалник ми беше со вас пензионерите.

Како што знаете, според договореното продолживме да работиме, во граници на можностите на општината. Бев присутен на вашата свечена седница по повод 20 години постоење на вашето здружение, се среќаваме по повод рани празници и значајни датуми. Така ќе биде и во иднина.

Пензионерите се вклучени во сите активности на општината, како и во решавање на проблеми од нивен интерес. Нашата соработка е добра, но се разбира секогаш може да биде подобро.

Дружењето со пензионерите ми причинува задоволство иако сум релативно млад човек затоа што тие се популација во која е акумулирано искуство, знаење и мудрост. Од нив треба да учиме.

● Почитуван градоначалник, Вие бевте присутен на одбележувањето на 20 години од постоењето на ЗП Ѓорче Петров. Бевте присутен и на 27-мите регионални спортски натпревари на 11.6.2023 година на терените од Рекреативниот центар Сарај каде што домаќин на натпреварите беше Здружението на пензионери Ѓорче Петров. Ги поздравивте присутните и дадовте интересно ветување. Ќе го одржите ли ветувањето?

– Дадов ветување и се надевам дека ќе го исполнам: вакви натпревари наредната година да се одржат на терените од Општина Ѓорче Петров, поточно на убавите терени во село Кучково.

На крајот Ви изразувам голема благодарност во името на пензионерите од нашето здружение што по преселувањето на Општината во нова зграда дел од просториите ги дадовте на користење на Здружението на пензионери Ѓорче Петров.

Љубинко Ристов

По 15 години се ажурира позитивната листа на лекови

Во просториите на Сојузот на здруженија на пензионери на Македонија, на 3 јули 2023 година а во организација на СЗПМ и Американската стопанска комора во Северна Македонија, се одржа предавање, пред голем број пензионери по иницијативата од Владата на РС Македонија, за изнаоѓање можно трајно решение за ажурирање на позитивната листа на лекови, со цел поефикасно задоволување на потребите на граѓаните, а со тоа и подобрување на здравствениот систем во земјата.

Најнапред претседателката на ИО на СЗПМ Станка Трајкова ги поздрави гостите и им посака добредојде, при што свое излагање имаа Јелена Арсовска, извршен директор и д–р Александра Ивановска од Американската стопанска комора во РС Македонија.

На средбата беше потенцирано дека списокот на лекови кои паѓаат на товар на Фондот за здравствено осигурување не е ажурирана веќе 15 години и е неопходно да се прочисти, а лековите кои се застарени да се сменат со нови, без при тоа да има финансиски последици врз буџетот, во исто време, додека се бараат начини за воведување нови лекови. Долгорочното решение на овој проблем подразбира воспоставување систем за редовно ажурирање на позитивната листа на лекови на отворен и транспарентен начин. Ова може да се постигне единствено преку обезбедување механизми за навремен и соодветен пристап до современи, висококвалитетни лекови. Затоа, приоритет е деблокирањето на процесот на воведување нови лекови на листата кои паѓаат на товар на Фондот за здравствено осигурување.

На средбата се дискутираше и за Правилникот, за начинот и методологијата за утврдување и донесување на списокот на лекови кои паѓаат на товар на Фондот за здравствено осигурување на РС Македонија, кој беше донесен во март 2023 година и беше нагласено дека на здравството треба да се гледа како на инвестиција, а не како на трошок. Беше оценето дека овој Правилник е добра основа за изнаоѓање трајни одржливи решенија за обезбедување на неопходните лекови за сите граѓани. Со носењето на Правилникот за начинот и методологијата за утврдување и донесување на списокот на лекови, се отвора можноста да се воспостави функционален и одржлив систем за редовно обновување на листата на лекови. Редовното ажурирање на позитивната листа на лекови не е од корист само за пациентите туку и за целиот здравствен систем. Со успешно лекување на болестите додека се во полесна фаза, се избегнуваат трошоците за болничко лекување во подоцнежна фаза. Со ставање нови лекови на позитивната листа, здравствените власти имаат поголема контрола над буџетот и можат да избегнат негово оптоварување. Не само што им се овозможува на пациентите континуиран пристап до лековите, туку им се овозможува и на лекарите да го препишат најсоодветниот лек. Овој проблем постои поради тоа што позитивната листа на лекови не е ревидирана повеќе години. Се однесува за списокот на лекови што се на товар на Фондот за здравствено осигурување, односно, кои граѓаните ќе можат да ги купат на рецепт. Во овие 15 години многу работи се сменети во фармацијата, регистрирани се многу нови лекови, но пациентите во Македонија сè уште примаат стара терапија.

Во таа насока, се нагласи дека наскоро се очекува да се формира комисија за позитивната листа и да се најде решение за прочистување на списокот и негово дополнување со нови лекови а за таа цел потребно е поедноставување на процедурите.

Васил Пачемски

ЗП Куманово

5-ти меѓународен фестивал на хорови и пејачки групи

На 10.7.2023 година на овој топол и пријатен јулски ден ЗП Куманово беше организатор и домаќин на 5–тиот меѓународен фестивал на хорови и пејачки групи. На фестивалот се претставија: ЗП Лесковац со женската група „Невен“, мешовитиот хор „Учитељска Лира“ од Ниш, Р Србија, како гости и нашите здруженија: ЗП Кратово со „Кратовските тамбураши“, ЗП Прилеп, пејачка група која го негува, старроградскиот мелос, ЗП Гази Баба со македонската песна и фолклорот, ЗП Велес со пејачката група „Распеани пензионери“, ЗП Битола со песните испеани од пејачката група „Сирма Војвода“ и секако мешовитиот хор при Културно–уметничкиот клуб „Ѓоко Симоновски“ од ЗП Куманово.

Најнапред откако гостите беа пречекани во ЗП Куманово, беше организирано дефиле по главните улици во Куманово, каде што учесниците беа поздравувани од граѓаните.

По пристигнувањето во НУЦК Трајко Прокопиев започна свечената манифестација. Водителка на настанот беше Гордана Поповиќ – претседателка на Активот на жените при ЗП Куманово. Претседателот Ристо Бошков, ги поздрави присутните и им посака добредојде, со желба за што почести вакви средби и дружења.

На присутните им се обрати и претседателката на СЗПМ Станка Трајкова, која истакна дека оваа наша културна и богата ризница од македонски песни постојано треба да ја надоградуваме, да ја негуваме и да ја чуваме зашто тоа сме самите ние, по што сме препознатливи во светот. Таа ги поздрави присутните и го прогласи Меѓународниот фестивал на хорови и пејачки групи за отворен. На манифестацијата присуствуваше и Ментор Ќоку, претседател на ИО на СЗПМ и Снежана Андова.

Се нижеа песни од сите пејачи. Атмосферата во фоајето при НУЦК Трајко Прокопиев каде што се одржуваше манифестацијата беше мошне пријатна, затоа што со пејачите пееја и гледачите кои ги наградуваа со силен аплауз.

Оваа манифестација докажа дека ЗП Куманово работи на сплотување и дружење со други здруженија и преку песните, кои се меѓу нас и во нас и треба да излезат на виделина, зашто така ја надградуваме нашата препознатливост, пренесувајќи ја и на идните генерации.

Росица Митиќ

ЗП Берово

Меѓународна пензионерска средба

Здружението на пензионери на Општина Берово беа домаќини на своите колеги пензионерите од Микрево Република Бугарија.

Средбата која се одржа во село Ратево е прва ваква средба помеѓу двете здруженија. Средбата помина во пријатна атмосфера, во дружење, во размена на искуства и убава музика. Се склопија нови познанства и пријателства на пензионерите од двете држави. Се донесе одлука ваквите средби да станат почести и традиционални.

На средбата присуствуваше и градоначалникот на Општина Берово Звонко Пекевски кој ја искористи можноста да им се обрати на присутните пензионери посакувајќи им пријатен престој и пријатно дружење во Берово.

А. Кацарски

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

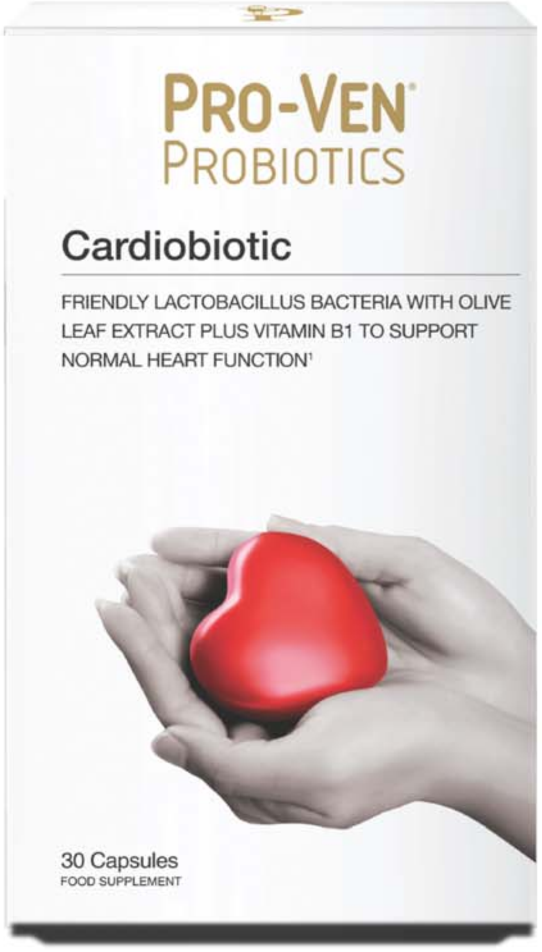
NLB Banka

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

Нови пензионерски домови само со зборови

Речиси сите податоци во нашата држава укажуваат на зголемување на бројот на старото население за сметка на младото. Покрај тоа и стандардот на пензионерите е далеку под потребното ниво и многу опаднат. Особено е комплексно и значајно прашањето за недостиг од пензионерски домови во државата, кое се провлекува повеќе години. Потребни се државни домови кои ќе бидат наменети за пензионерите со ниски примања, кои не можат да си дозволат престој во приватните старски домови. Сместувањето во државните пензионерски домови е привилегија која ја користат малкумина. Незначителен број пензионери од цела Македонија имаат можност да дојдат до соба во пензионерските домови, со кои стопанисува ФПИОСМ, во кои за симболични цени добиваат солидни услови за живеење. Во Скопје има четири пензионерски домови, што е премалку за огромниот број пензионери. Тоа се во населбите Аеродром, Автокоманда, Чаир и Ѓорче Петров, кои се реконструирани, објектите се енергетски ефикасни и условите за сместување се многу подобрени. Во голем број градови во Македонија нема изградено пензионерски домови, каде пензионерите се соочуваат со проблемот со неможно користење на станбен простор. Но, вистината е таа. И, се разбира, решение за овој проблем треба да се бара, но со сеопфатна издржана национална стратегија, со што ќе се дадат насоки за постигнување на оваа цел при што, ќе се потенцира важноста и значењето на ваквите капацитети за потребите на старите лица. Во изминатите децении континуирано е вложувано средства за изградба и одржување на изградените објекти, наменети за живеење на пензионерите, со општествени средства. Но, проблемот со недостиг од сместувачки капацитети за стари лица во државата постои одамна и се префрлува како усилба и ден-денес. Се наметнува потребата за изградба на современи домови, во кои пензионерите станари, покрај тоа што ќе бидат сместени, би имале услови и можности за разонода и дружење, при што се става акцент на грижата за стари лица, како една група граѓани.

Кога станува збор за изградба на пензионерски домови, засега сè уште, сè останува само на зборови, без конкретни резултати. Стари напуштени објекти можат да се реновираат и пренаменат во пензионерски домови. Слабата грижа за старите лица во државата, најблаго речено, навистина треба да ги загрижува надлежните органи. Пензионерите се дел од државата, која мора да се грижи за нив и не треба да се остават на маргините на општеството. Тие не го заслужуваат тоа. Но, овие проблеми не можат бргу да се решат. Во такви околности помошта од државата е неизбежна. Во таа насока треба да се мобилизираат сите сили за надминување на овој проблем, во согласност со законите и соработка на надлежните органи на централно и на локално ниво, за обезбедување средства за изградба на нови пензионерски домови.

Грижата што перманентно ја води ФПИОСМ за заштита на стандардот на пензионерите во нашата Република, се огледа во постојано вложување во веќе постоечките пензионерските домови за подобрување на условите за живеење. Така, од вкупниот број пензионерски домови низ Републиката, Фондот стопанисува со станбен простор за корисници на пензија со одреден број, во кој се сместени пензионери самци и брачни парови. Средствата остварени од наплатата за издадениот станбен простор, согласно со програмата, строго наменски се користат за тековно одржување на објектите наменети за корисниците на пензија.

Што се однесува за вложувањето во домовите за живеење, се извршени поголеми зафати во повеќето објекти, кај оние кои се со постар датум на градење, како и помали зафати на пензионерски домови низ Републиката, со цел подобрување на условите за живеење на пензионерите. Фондот на ПИОСМ е единствената институција која во име на државата управува со домовите за живеење на пензионерите. Право на користење на станбен простор под закуп во домовите, со кои управува Фондот, покрај корисниците на пензија, имаат и нивните брачни другари, но под услов да не се во работен однос. Условите и критериумите за стекнување со право за сместување во пензионерски дом се утврдени со Правилник за условите и начинот за стекнување со право за доделување станбен простор под закуп во домовите за живеење на корисници на пензија со кои управува Фондот на пензиското и инвалидското осигурување на Македонија.

Заинтересираноста за користење стан во пензионерските домови е голема. Оттука произлегува дека во Републиката има потреба од изградба на нови пензионерски домови. Но, и понатаму тоа прашање останува рак-рана за пензионерите, бидејќи во моментот за слободна соба се чека повеќе години. Грижата што перманентно се води за заштита на стандардот на пензионерите во нашата Република, се огледа во постојаното вложување во веќе постоечките пензионерските домови, кои повеќето од нив има потреба да се реновираат.

Решението на проблемот на пензионерите може да се најде само со зголемување на капацитетите на постоечките и изградба на нови домови кои ќе бидат под капата на државата, а ќе ги згрижува пензионерите со минимални примања. Во нив луѓето од третата доба ќе можат да ги минуваат миговите на спокојство, да го надминат нерасположението и осаменоста, карактеристични за поворасните луѓе.

Васил Пачемски

Лето за љубов

Летово не дојде лесно, летово дојде по многу ладната пролет, необично ладна. Средината беа поројните дождови кои во некои места направија штета. Но, после нив, се случи преродување. Тревата порасна енормно многу во планинските краеви. Вредните појлоделци и сточари веќе ја собраа за сточна храна. Што мене ме израдува се билките, дивите билки кои почнаа да извираат од сите страни. Заклучувам, живеејќи на планинско место, дека не секоја година има исти билки квантитативно. А за боите да не зборувам. Сега по булките, кои како да не беа оваа година премногу, се појавија високите медицински жолти високи билки кои наликуваат на свеќници и едни нежно виолетови цвеќиња, кои ги има насекаде. Првпат се размножија толку што доминираат по полињата нежно виолетови роеви цвеќиња.

Ова лето не е само за љубов, туку и за философски муабети. Но, денес со философија се занимаваат реки поединци и философите се некои чудни луѓе обично кои летаат во облаци. Но, зошто е летото за љубов? Па мислам дека ова годишно време постои за љубов. Бидејќи мораме да собереме многу нешта, за да ја поминеме зимата. Па така некако се наглредуваме и надишуваме убавина која не држи расположени потоа долго време. Кога ќе ја погледнеме природата наоколу, не може а да не ни се отме восхит. Не знам зошто ја направив оваа релација на летото и љубовта? Љубовта ја доживувам како исполнување и давање, а летото ни дава можност да најдеме време за да видиме колку ни е полн садот. Нели ако тргнеме од фактот дека нашата внатрешност е како еден сад, кој постојано се празни и полни.

Нашата библиска земја исто празнува празник на светите Петар и Павле и тоа е многу важно. Важно е за моето интуитивно избирање на насловот. Имено, најубавата песна за љубовта е токму „Химната за љубовта" на светиот апостол Павле. Приложувам еден мал извадок, кој одговара на многу социолошки и емоционални прашања и задира во длабочината на човечките односи: „Љубовта долго трпи, љубовта е милостива, љубовта не завидува, не се фали, не се вообразува, не се однесува непристојно, не го бара своето, не се раздразнува. Не држи сметка за зло, не ѝ се радува на неправдата, а ѝ се радува на вистината; сè премолчува, сè верува, на сè се надева, сè трпи."

Химната има и други слоеви делови и сфаќања, кои по малку навлегуваат и во областа на трансцендентното и мистичното. Сепак мене погорните стихови од неа, секогаш кога ќе ги прочитам, како да се будам од сон и чувствувам како ми се загрева срцето. Па површноста е јасна. Кога се слават овие апостоли на љубовта, се случува лето. И најубаво е да ни се случи и лето во срцето, т.е. срцето да ни е живо и загреано. Да се угледаме на Павле и неговиот пат за Дамаск. Така можеби ќе разбереме дека срцето наше не е само обична пумпа на крвта во телото, туку и духовен орган.

Исто така, нашата Македонија и покрај својата древност, никогаш нема да може да биде онтолошки откината од својата изнедреност од Библијата. Таа била земјата на божицата Мајка во древноста, а сега е земја Градина на Богородица. А мајката е љубов.

Маја Белева

„Тешкото" е 80 пати посилно од морфинот!

Македонија е единствената земја во светот која има 7/8 такт. Со играње на орото на даден ритам, ние ги креваме вибрациите на Земјата и ги лекуваме нашите органи. Секое оро е одговорно за одреден орган, така што не мора да одиме на јога, и да вежбаме за да се опуштаме. Беровката го лекува дебелото црево, Драчевката го тонизира срцето и лимфниот систем – ова оро работи во фреквенцијата на љубовта. Како што знаеме, живееме во постојан страв: од вести, болести, катастрофи, од економска криза. Постојан страв и од ништо. Така си ја даваме енергијата на темнината. Кога човек ќе почувствува љубов, тој вибрира на 50 херци, 150 е безусловна љубов (на пример, од мајка кон дете), 205 херци е самопожртвувана љубов. Пајдушкото оро ги крева вибрациите на љубовта, работи таму каде што е лимфниот систем. „Тешкото" има многу важна функција, бидејќи кога го играме, се ослободува ендорфин, кој ја влажнува болката и е 80 пати посилен од морфинот, состојка на морфиумот. Не треба ништо друго да правиме, освен да свириме, играме и да ги пееме нашите песни.

Петар Сиљановски

Сите учествуваме во процесот на едукацијата и воспитувањето на младите

Во повеќе од 300 000 пензионери, членови на СЗПМ, има голем број кои целиот свој работен век го имаат поминато со дневник во рацете, воспитувајќи многу генерации од кои денес имаме илјади и илјади професори, доктори, инженери, архитекти, геодети и да не набројувам натаму. Сите ние кои со години имаме вложено голем труд за нивното изидгнување, денес со најновите случувања во нашите училишта, и не само во нашите туку и пошироко, се чувствуваме многу непријатно кога слушаме за одредени настани. На сите ни е познато дека за воспитување на детето се почнува од денот на раѓањето во кругот на семејството, но вистинското воспитување е од 6 и 7 година, односно кога почнува детето да оди во училиште. Овие два дела се неразделиви еден од друг и кога еден ученик односно дете ги има поминато како нормална фаза во животот нема да биде проблематично ни во фамилијата, ниту во училиштето, ниту во понатамошниот приватен живот. Кои се факторите кои може и треба да ги има во процесот на воспитувањето:

1. Семејството, односно родителите се тие кои на детето му го внесуваат едукативно – воспитниот однос. Ако детето расте во добра, културна, хумана фамилија бидете сигурни дека тоа ќе биде и како дете и кога ќе порасне, добар и воспитан граѓанин на нашата татковина. Тука треба да го имаме предвид и односот на другите членови на фамилијата вклучувајќи не и нас бабите и дедовците, каков е нивниот меѓусебен однос, како и колку се почитуваат тие меѓу себе, бидејќи детето гледа сè и тоа што го гледа така и се однесува. Ако родителите лошо се однесуваат кон своите родители, детето така ќе се однесува кон нив кога тие ќе остарат, но лошо ќе се однесува и кон сите возрасни луѓе воопшто. Во воспитувањето на децата можеме многу да помогнеме и ние возрасните, бабите и дедовците со нашето искуство и знаење.

2. Не помалку е важно и училиштето. Педагогот на училиштето е лицето кое е ангажирано за успешна реализација на воспитно-образовниот процес во училиштето. Тој е најповиканата личност кога ќе се појават разни недоразбирања, односно проблеми. Тој треба да има вештини и да е подготвен да одржува разни предавања пред наставниот кадар и пред учениците со цел позитивно да влијае кај нив. Педагогот, исто така, треба да е личност која треба да влијае во ефикасноста на соработката во триаголникот училиште-родител-ученик. Да се биде педагог во училиште е голема и одговорна работа, бидејќи тој треба да контролира стотици и стотици ученици и голем број наставници кои знаат некогаш да бидат и неподготвени за одржување на дисциплината, редот и целокупниот процес во училиштето.

3. Во училиштата треба да има и психолог. Која е неговата улога во современото училиште во денешните услови? Психологот на училиштето се занимава со психологијата на децата, но и со психологијата на наставниот кадар бидејќи на сите ни е познато дека сите воспитувачи, односно наставници не се исти по квалитет и по однос кон нивните ученици. Психологот во училиштето во прв ред треба да им помага на децата од аспект на учењето, но и на нивното однесување кон наставниците. Советите на психологот кога се наменски и на место многу им помагаат на учениците во позитивна смисла.

Денес е многу полесно да се работи со младите затоа што тие сега се повеќе подготвени од некогашните ученици. Тие умеат да комуницираат со сите средства од модерното време. Интернетот, компјутерот и другите медиуми за нив сега не претставуваат никаков проблем. Драги колеги, зар сега да се жалите дека имате слаби ученици кога во паралелките едвај има по 15 ученици и работата и контролата над паралелката е многу полесна.

За сите горенаведени факти треба да бидеме загрижени и да се прашуваме во кој правец ни оди младото поколение? Да заклучиме со следното барање или совет до сите педагози, психолози и раководни кадри во училиштата заедно со родителите да работат тимски, родителите да се известат на време за да можеме во иднина да имаме здрава, културна и образована младина затоа што на нив останува иднината. И да не заборавиме дека сите учествуваме во процесот на едукацијата и воспитувањето на младите вклучително и ние бабите и дедовците.

Ресул Бектеши

ПЕНЗИОНЕР плус

Весник за сегашните и за идните пензионери

Издавач:
СЗПМ

Година XVI – број 180
јули 2023 година

БЕСПЛАТЕН МЕСЕЧЕН ВЕСНИК

Издавачки совет:

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

Редакциски одбор:
Калина Сливовска - Андонова
главен и одговорен уредник;
Васил Пачемски
уредник
Членови:
Баки Бакиу
Верица Тоциновска
Кирил Ристески
Јасмина Тодоровска

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.

XXVII РЕГИОНАЛНИ ПЕНЗИОНЕРСКИ СПОРТСКИ НАТПРЕВАРИ

Активно учествуваа 25 000 пензионери

1. На 29.5.2023 година се одржа Првиот регионален натпревар во 2023 година, во седмиот регион на кој домаќин беше ЗП Штип. Отворањето на игрите се изврши во спортската сала „Јордан Мијалков“, а на присутните со пригодни говори им се обратија претседателот на ЗП Штип Ристе Нетков и претседателката на СЗПМ Станка Трајкова која говореше и за значењето за спортските натпревари. На натпреварот непосредно учество со свои натпреварувачи зедоа сите 6 здруженија што го сочинуваат овој регион со 159 натпреварувачи од кои 106 во машка и 53 во женска конкуренција. Инаку на натпреварот беа присутни и меѓусебно се дружеа вкупно 257 пензионери. Најдобри резултати постигнаа натпреварувачите од ЗП Штип кои освоија 9 први места пред ЗП Радовиш и Конче со 7, Струмица со 4 први места.

2. На 31.5.2023 година натпревар се одржа во шестиот регион а домаќин беше ЗП Пробиштип. Овде учество зедоа сите пет здруженија што го сочинуваат овој регион со 162 натпреварувачи од кои 106 во машка и 56 во женска конкуренција од можни 235 натпреварувачи. На натпреварот по сите основи беа присутни и меѓусебно се дружеа вкупно 195 пензионери. Како резултат на одличните подготовки и услови натпреварот се одвиваше многу брзо и без никакви проблеми. Најдобри резултати постигнаа како и секогаш пензионерите на ЗП Куманово кои освоија 10 први места пред ЗП Пробиштип со освоени 7, Кратово 4 и Злетово 1 прво место. На присутните им се обратија: претседателот на ЗП Пробиштип Груица Манасиев, градоначалникот на Штип Драган Атанасов и потпретседателот на СЗПМ Ментор Ќоку кој покрај другото се осврна на значењето и потребата од спортување од страна сите возрасни лица од третата доба за на крајот да ги прогласи игрите отворени.

3. На 8.6.2023 година се одржа натпревар во осмиот регион на кој домаќин беше ЗП Делчево. Учествуваа сите 7 здруженија од овој регион со 195 натпреварувачи од можни 325 од кои 125 мажи и 66 жени или вкупно 268 пензионери. На присутните со пригодни говори им се обратија: претседателката на ЗП Делчево д–р Виолета Арсова, градоначалникот на Делчево Горан Трајковски и претседателката на СЗПМ Станка Трајкова која ги прогласи игрите за отворени. Што се однесува до подготовките на терените забелешка е што стрелиштето не беше прописно подготвено. Најдобри резултати постигнаа натпреварувачите од ЗП Кочани кои освоија 7 први места пред ЗП Делчево со 5 и ЗП Берово со 3 први места. Сите здруженија успеаја да се пласираат на републичкиот натпревар.

4. На 10.6.2023 година, се одржа уште еден натпревар и тоа во првиот регион на кој домаќин беше ЗП Гази Баба. Терените беа добро подготвени освен теренот за трчање. На присутните со пригодни говори им се обратија: претседателот на ЗП Гази Баба Стојна Тодоровска, градоначалникот на Општина Гази Баба Бобан Стефановски и претседателот на СЗПМ Станка Трајкова која и ги прогласи игрите за отворени. На натпреварот непосредно учество зедоа сите 9 здруженија од регион со 266 натпреварувачи од кои 162 во машка и 104 во женска конкуренција. На натпреварот беа по сите основи присутни 420 пензионери. Најдобри резултати постигнаа натпреварувачите од ЗП Гази Баба со 9 први места. Радува фактот што од 9 здруженија 8 успеаја да се пласираат на републичките натпревари, со исклучок на Шуто Оризари. Посебно беше присутен проблемот со неносење документи за идентификација. Имаше поплака од ЗП Бутел во дисциплината трчање жени која од страна на Комисијата за поплаки и жалби беше оценета како неоснована.

5. На 11.6.2023 год. (недела) во вториот регион на кој домаќин беше ЗП Ѓорче Петров се одржа натпревар на терените на СРЦ Сарај. Учество зедоа сите 7 здруженија со 216 натпреварувачи од кои 147 мажи и 69 жени или по сите основи на натпреварот беа присутни и се дружеа 311 пензионери. На присутните со пригодни говори им се обратија: претседателот на ЗП Ѓорче Петров Митко Стојаноски, градоначалникот на Општина Ѓорче Петров Александар Стојковски и претседателката на СЗПМ Станка Трајкова која поопширно говореше за значењето на овие спортски игри и обврските на СЗПМ како организатор и истите ги прогласи за отворени посакувајќи им на сите успешни и фер спортски натпревари. Најдобри резултати постигнаа натпреварувачите на ЗП Тетово освојувајќи овој пат само 9 први места, ЗП ОВР освои 4 и ЗП Гостивар 3 први места. Сите 7 здруженија успеаја да се квалификуваат за републичките натпревар.

6. На 15.8.2023 година натпревар се одржа во петтиот регион каде што домаќин беше ЗП Дојран. На истиот непосредно учество зедоа сите 8 здруженија со 261 спортист од кои 161 во машка и 100 во женска категорија, а по сите основи беа присутни вкупно 324 пензионери. Терените беа релативно добро подготвени. Отворањето се изврши на тениското игралиште, а на присутните со пригодни говори им се обратија: градоначалникот на Општина Дојран Анго Ангов, а од името на СЗПМ говореше секретарот на ИО на СЗПМ Менка Темелковска која и ги прогласи игрите за отворени. На натпреварот најдобри резултати постигнаа натпреварувачите на ЗП Велес освојувајќи 7 први места, ЗП Неготино освои 5, а ЗП Кавадарци, ЗП Валандово и ЗП Богданци освоија по 3 први места.

7. На 17.6.2023 година се одржа уште еден натпревар и тоа во четвртиот регион а домаќин беше ЗП Македонски Брод. Учество зедоа седумте здруженија коишто го сочинуваат овој регион со 184 натпреварувачи од кои 129 мажи и 55 жени или вкупно 257 пензионери. Отворањето на натпреварот се изврши без разглас во кругот на мотелот, а на присутните со пригодни зборови им се обратија: претседателот на ЗП Македонски Брод Вељко Ристевски, градоначалникот на Општина Македонски Брод Жарко Ристевски и претседателот на СЗПМ Станка Трајкова која ја нагласи потребата од активно стареење на пензионерите преку движење и спортување и ги прогласи игрите за отворени. Терените за одвивање на спортските дисциплини беа солидно подготвени. На натпреварот најдобри резултати како и секогаш досега постигнаа натпреварувачите на ЗП Охрид и Дебрца, освојувајќи 10 први места, ЗП Кичево освои 7, а ЗП Струга и ЗП Дебар и Центар Жупа освоија по 2 први места.

8. На 21.6.2023 година се одржа последниот регионален натпревар во третиот регион на кој домаќин беше ЗП Ресен. На истиот учествуваа сите 5 здруженија со 141 натпреварувач од кои 88 во машка и 53 во женска конкуренција, а по сите основи беа присутни вкупно 186 пензионери. На присутните со пригоди говори им се обратија: претседателот на ЗП Ресен Илија Романовски, градоначалникот Јованчо Тозиевски, а од името на СЗПМ им се обрати и игрите ги прогласи за отворени секретарот на СЗПМ Менка Темелковска.

На натпреварот најдобри резултати постигнаа натпреварувачите од ЗП Битола кои освоија 10 први места, ЗП Прилеп освои 6 први места, а ЗП Ресен 4 први места.

По 3 години оваа година натпреварите се одржаа во сите спортски дисциплини предвидени во Правилникот за спортски игри на СЗПМ. Оваа година 5 регионални натпревари се одржаа во работни денови, а 3 во сабота и недела. На истите непосредно учество зедоа сите 53 здруженија, членки на СЗПМ, со 1 584 натпреварувачи од кои 1 028 во машка и 553 натпреварувачи во женска конкуренција. Инаку по сите основи на натпреварите присуствуваа и меѓусебно се дружеа 2 215 пензионери.

Треба да се има предвид дека во еден подолг временски период од 2 до 3 месеци на регионалните натпревари му претходат опширни подготовки по ограноците и во меѓусебни натпревари во здруженијата се врши селекција на најдобрите спортисти по спортски дисциплини за да учествуваат на регионалните натпревари. Во тој период по здруженијата е присутна голема раздвиженост на спортски план во кој се активни околу 25 000 пензионери. Зголемениот број натпреварувачи од сите здруженија се должи на ослободувањето од стегите на пандемијата предизвикана од ковид 19 која не држеше затворени повеќе од 2 години во своите домови. Иако бројот на натпреварувачите е во постојано зголемување, место за уште поголема активност постои ако се има предвид дека на регионалните игри можат да настапат околу 2 500 натпреварувачи. Оваа година само дваесетина здруженија настапија со над 40 натпреварувачи.

За истакнување е фактот што на овогодишниве регионални спортски натпревари во 7 региони на натпреварите присуствуваа градоначалниците, освен во Штип.

Треба да се напомне во извештајот дека во дисциплините трчање жени во категоријата до 60 години и шах во категоријата на жени последните години не можат сите здруженија да обезбедат натпреварувачи. Така оваа година во дисциплината трчање жени до 60 година на Републичките натпревари немаа свои натпреварувачи 3 региони и тоа 1, 7 и 8 регион, а во дисциплината шах жени свои екипи немаат 7 и 8 регион. Посебно треба да се истакне проблемот со изборот на квалитетни судии кој е присутен се повеќе и како резултат на тоа често доаѓа до недоразбирање при донесување одлуки во врска со судењето. Исто така, потребно е да се истакне непочитувањето на обврските за утврдување на идентитетот на натпреварувачите, со неносење документи за идентификација. Оваа година на Републичките натпревари со свои натпреварувачи успеаја да се квалификуваат 43 здруженија кои ќе настапат со 371 натпреварувач од кои 224 во машка и 147 во женска конкуренција. На крајот сакам да истакнам дека и покрај појавата на доста проблеми во реализација на натпреварите истите протекоа и завршија на задоволително ниво.

Претседател на Комисијата
за спорт и рекреација
Здравко Петковски

ПРЕГЛЕД НА ПЛАСМАН ПО ДИСЦИПЛИНИ

МАЖИ	ЖЕНИ	МАЖИ	ЖЕНИ
СТРЕЛАШТВО		**ТРЧАЊЕ НАД 60 ГОДИНИ**	
1. Гази Баба	1. Центар	1. Чаир	1. Гази Баба
2. ОВР на РМ	2. Тетово	2. Сарај	2. Тетово
3. Прилеп	3. Прилеп	3. Битола	3. Битола
4. Кичево	4. Кичево	4. Кичево	4. Охрид и Дебрца
5. Велес	5. Дојран	5. Велес	5. Неготино
6. Пробиштип	6. Куманово	6. Куманово	6. Куманово
7. Штип	7. Штип	7. Штип	7. Струмица
8. Мак. Каменица	8. Кочани	8. Делчево	8. Делчево
ШАХ		**ДОМИНО**	
1. Центар	1. Центар	1. Илинден	1. Илинден
2. Тетово	2. Карпош	2. ОВР на РМ	2. ОВР на РМ
3. Битола	3. Битола	3. Битола	3. Крушево
4. Охрид и Дебрца	4. Охрид и Дебрца	4. Дебар и Цен. Жупа	4. Кичево
5. Кавадарци	5. Валандово	5. Кавадарци	5. Богданци
6. Куманово	6. Куманово	6. Пробиштип	6. Злетово
7. Штип	7. ________	7. Струмица	7. Струмица
8. Кочани	8. ________	8. Виница	8. Берово
ПИКАДО		**ТАБЛА**	
1. Гази Баба	1. Гази Баба	1. Воени пензио.	1. Гази Баба
2. Тафталице ДДД	2. ОВР на РМ	2. Гостивар	2. Тетово
3. Битола	3. Крушево	3. Битола	3. Прилеп
4. Кичево	4. Охрид и Дебрца	4. Охрид и Дебрца	4. Кичево
5. Богданци	5. Велес	5. Неготино	5. Валандово
6. Пробиштип	6. Кратово	6. Кратово	6. Куманово
7. Радовиш и Конче	7. Радовиш и Конче	7. Радовиш и Конче	7. Штип
8. Берово	8. Делчево	8. Пехчево	8. Делчево
ТЕГНЕЊЕ ЈАЖЕ		**СКОК ОД МЕСТО**	
1. Гази Баба		1. Чаир	
2. Тетово		2. Тетово	
3. Прилеп		3. Демир Хисар	
4. Дебар и Центар	Жупа	4. Кичево	
5. Неготино		5. Неготино	
6. Пробиштип		6. Куманово	
7. Радовиш и Конче		7. Штип	
8. Берово		8. Кочани	
ФРЛАЊЕ ЃУЛЕ		**ШУТИРАЊЕ ПЕНАЛИ**	
1. Гази Баба	1.Сол.–Аеродром	1. Гази Баба	1. Гази Баба
2. Тетово	2. Тетово	2. Тетово	2. Гостивар
3. Прилеп	3. Битола	3. Ресен	3. Прилеп
4. Охрид и Дебрца	4. Охрид и Дебрца	4. Кичево	4. Струга
5. Неготино	5. Богданци	5. Валандово	5. Велес
6. Куманово	6. Куманово	6. Злетово	6. Пробиштип
7. Радовиш и Конче	7. Радовиш и Конче	7. Радовиш и Конче	7. Струмица
8. Виница	8. Делчево	8. Кочани	8. Мак. Каменица
ТРЧАЊЕ ДО 60 ГОДИНИ		**СЛОБОДНИ ФРЛАЊА НА КОШ**	
1. Кисела Вода	1. ________	1. Чаир	1. Бутел
2. Тафталице ДДД	2. Тетово	2. Гостивар	2. Ѓорче Петров
3. Битола	3. Ресен	3. Битола	3. Ресен
4. Охрид и Дебрца	4. Охрид и Дебрца	4. Струга	4. Охрид и Дебрца
5. Велес	5. Кавадарци	5. Велес	5. Велес
6. Кратово	6. Куманово	6. Пробиштип	6. Пробиштип
7. Штип	7. ________	7. Штип	7. Штип
8. Кочани	8. ________	8. Кочани	8. Кочани

ФУДБАЛ - ПЕНАЛИ НА МАЛИ ГОЛЧИЊА

РЕГИОН	МАЖИ	ЖЕНИ
I	**Гази Баба** 1. Милан Јакимовски 2. Владо Стојановски 3. Часлав Радојковиќ	**Гази Баба** 1. Славица Дојчиновска 2. Доцка Зафировска 3. Лена Костадинова
II	**Тетово** 1. Душко Маринкоски 2. Живе Јанчевски 3. Злате Блажевски	**Гостивар** 1. Вадије Зендели 2. Менка Марковска
III	**Ресен** 1. Боге Велјановски 2. Умер Комина 3. Наумче Илиевски	**Прилеп** 1. Ружица Филипоска 2. Марија Проданоска 3. Милјана Илиоска
IV	**Кичево** 1. Никола Јовановски 2. Љубе Ристовски 3. Перо Трајковски	**Струга** 1. Марија Гура 2. Виолета Опетческа 3. Олга Јовевска
V	**Валандово** 1. Панде Танчев 2. Трајан Невеселов 3. Ацо Кочев	**Велес** 1. Нада Алексовска 2. Снежана Гиновио 3. Светлана Гоева
VI	**Злетово** 1. Мијалче Јованов 2. Мијалче Зарев 3. Иванчо Глигоров	**Пробиштип** 1. Перса Серафимова 2. Злата Николовска 3. Македонка Миновска
VII	**Радовиш и Конче** 1. Славчо Иванов 2. Миле Штерков 3. Бранко Ефремов	**Струмица** 1. Павлина Чевнова 2. Душка Камчева 3. Лилјана Тонева
VIII	**Кочани** 1. Миле Каровски 2. Ацо Стојанов 3. Мите Митев	**Македонска Каменица** 1. Весна Попова 2. Данка Огњановска 3. Јорданка Деспотова

СТРЕЛАЊЕ СО ВОЗДУШНА ПУШКА

РЕГИОН	МАЖИ	ЖЕНИ
I	**Гази Баба** 1. Јовица Гелевски 2. Методија Кондевски 3. Јован Митровски	**Центар** 1. Ангелина Темелковска 2. Трајанка Стоилковска 3. Јорданка Ромова
II	**ОВР на РМ** 1. Драги Левков 2. Живко Петревски 3. Стевко Поповски	**Тетово** 1. Вера Шаини 2. Трајанка Петковска 3. Снежана Трајановска
III	**Прилеп** 1. Јован Стефановски 2. Христо Камчески 3. Петар Николоски	**Прилеп** 1. Билјана Мантароска 2. Трендафилка Грнчароска 3. Блага Талеска
IV	**Кичево** 1. Стојан Толевски 2. Чедо Митревски 3. Родољуб Настевски	**Кичево** 1. Ангелина Ристовска 2. Божана Милошевска 3. Донка Трајановска
V	**Велес** 1. Ѓоре Петров 2. Злате Димитров 3. Зоран Стојчевски	**Дојран** 1. Танка Ајцева 2. Весна Донева 3. Ташка Димова
VI	**Пробиштип** 1. Драганчо Јаначков 2. Кочо Николов 3. Гоце Ѓоргев	**Куманово** 1. Злата Трајковска 2. Богица Димитриевска 3. Маргарита Станиќ
VII	**Штип** 1. Киро Стоилковски 2. Благој Стојанов 3. Томе Томев	**Штип** 1. Гордана Полазарова 2. Тодорка Неткова 3. Загорка Тодорова
VIII	**Македонска Каменица** 1. Митко Гоцевски 2. Диванис Гоцевски 3. Џемал Неутаповски	**Кочани** 1. Стојанка Скаловска 2. Бина Карајанкова 3. Ѓурѓа Илиева

НАТПРЕВАРУВАЧИ НА XXVII РЕПУБЛИЧКИ ПЕНЗИОНЕРСКИ СПОРТСКИ НАТПРЕВАРИ

ШАХ

РЕГИОН	МАЖИ	ЖЕНИ
I	**Центар** 1. Миле Трајковски 2. Мирослав Ивановски 3. Зоран Мукаетов 4. Гоце Јордановски	**Центар** 1. Љиљана Славевска 2. Љубинка Крстева
II	**Тетово** 1. Михајло Илиќ 2. Миомир Костиќ 3. Шпенд Салиху 4. Ратко Трајановски	**Карпош** 1. Наташа Цветиќ 2. Мирјана Михајлова
III	**Битола** 1. Томе Тодороски 2. Тома Секуловски 3. Златко Таневски 4. Ѓорѓи Карапетров	**Битола** 1. Мери Цафлиева 2. Валентина Дамјановска
IV	**Охрид и Дебрца** 1. Јане Ангеловски 2. Бранко Китановски 3. Павле Чепинуноски 4. Љубе Чифлиганоски	**Охрид и Дебрца** 1. Вера Димитриеска 2. Цветанка Стојанова
V	**Кавадарци** 1. Борче Боев 2. Жарко Тренчев 3. Борис Ѓорѓиев 4. Коле Кимов	**Валандово** 1. Анкица Ѓеорѓиевска 2. Милева Прочкова
VI	**Куманово** 1. Иванчо Доцевски 2. Ѓокица Младеновски 3. Душко Петрушевски 4. Милорад Стојмановски	**Куманово** 1. Загорка Трајановска 2. Јагодка Илиќ
VII	**Штип** 1. Момчило Смолиќ 2. Донче Јорданов 3. Димитар Донев 4. Андон Поетов	
VIII	**Кочани** 1. Владимир Мицов 2. Јане Атанасов 3. Драги Ангелов 4. Бошко Стојменовски	

КОШАРКА - СЛОБОДНИ ФРЛАЊА НА КОШ

РЕГИОН	МАЖИ	ЖЕНИ
I	**Чаир** 1. Фари Груби 2. Фатон Ислами 3. Измир Коџакиклу	**Бутел** 1. Борка Атанасова 2. Јадранка Илиевска 3. Нада Манасиева
II	**Гостивар** 1. Ристо Коруноски 2. Благоја Кипроски 3. Синиша Софрониевски	**Ѓорче Петров** 1. Благица Цветановска 2. Кате Јовановска 3. Владанка Јовановска
III	**Битола** 1. Зоран Стоиќ 2. Пеце Божиновски 3. Стефче Митревски	**Ресен** 1. Лилјана Источка 2. Олга Наумовска 3. Жаклина Недановска
IV	**Струга** 1. Јован Јовановски 2. Стефан Голабовски 3. Ферид Абдула	**Охрид и Дебрца** 1. Доле Грујоска 2. Мара Тодоровска 3. Цвета Крстановска
V	**Велес** 1. Љубомир Теов 2. Душан Анѓушев 3. Верољуб Додевски	**Велес** 1. Стојанка Димитриоска 2. Горица Станоева 3. Ленче Тончева
VI	**Пробиштип** 1. Драги Спасовски 2. Ацо Стоилков 3. Драган Стоилков	**Пробиштип** 1. Јанѓа Тодосова 2. Цвета Младеновска 3. Бранка Велкова
VII	**Штип** 1. Никола Андонов 2. Трајче Донев 3. Мијалче Панов	**Штип** 1. Снежана Шалева 2. Весела Петкова 3. Ологица Кукувалска
VIII	**Кочани** 1. Јанко Данилов 2. Димитар Заков 3. Ѓорѓи Мијалев	**Кочани** 1. Милица Крстева 2. Лепа Митева 3. Радмила Јакимова

ТЕГНЕЊЕ ЈАЖЕ

РЕГИОН	МАЖИ	
I	**Гази Баба** 1. Владо Илиевски 2. Симе Стојанов 3. Ѓуро Стефковски	4. Стево Арсевски 5. Марјанчо Петрушевски 6. Кочо Јовановски
II	**Тетово** 1. Чедо Петревски 2. Благоја Николовски 3. Андре Спасеновски	4. Мемет Имери 5. Злате Несторовски 6. Златко Богоевски
III	**Прилеп** 1. Кронислав Мантароски 2. Зоран Паризовски 3. Ѓорѓи Ѓеговски	4. Ѓорѓи Котески 5. Илко Неделкоски 6. Стефан Илиоски
IV	**Дебар и Центар Жупа** 1. Африм Бекировски 2. Љатиф Сеферовски 3. Арслан Илјазовски	4. Раим Асановски 5. Рашид Ислаимовски 6. Сеим Насуфовски
V	**Неготино** 1. Душко Јанев 2. Трајче Јовановиќ 3. Стојче Трајков	4. Димо Михајлов 5. Драги Митров 6. Бранко Димов
VI	**Пробиштип** 1. Ванде Маневски 2. Дончо Христов 3. Драган Атанасов	4. Делчо Заревски 5. Голуб Ѓорѓиев 6. Тимчо Петров
VII	**Радовиш и Конче** 1. Крсто Ристов 2. Петар Илиев 3. Јован Ристов	4. Јордан Јовчев 5. Ристо Крстев 6. Јане Коцев
VIII	**Берово** 1. Горан Чучуроски 2. Горан Биковски 3. Ѓорѓи Белчевски	4. Златко Белчевски 5. Васил Мадевски 6. Глигор Галабовски

ФРЛАЊЕ ЃУЛЕ

РЕГИОН	МАЖИ	ЖЕНИ
I	**Гази Баба** 1. Зоран Смилевски	**Солидарност-Аеродром** 1. Ангелина Антевска
II	**Тетово** 1. Димчо Кузмановски	**Тетово** 1. Горица Јовановска
III	**Прилеп** 1. Борис Ковевски	**Битола** 1. Лилјана Спировска
IV	**Охрид и Дебрца** 1. Насте Иваноски	**Охрид и Дебрца** 1. Јонка Јоноска
V	**Неготино** 1. Гласе Симоновски	**Богданци** 1. Марија Каракамишева
VI	**Куманово** 1. Миле Златковиќ	**Куманово** 1. Мирјана Андоновиќ
VII	**Радовиш и Конче** 1. Живко Милев	**Радовиш и Конче** 1. Слободанка Захариева
VIII	**Виница** 1. Здравко Анакиевски	**Делчево** 1. Рајна Ристова

ПИКАДО

РЕГИОН	МАЖИ	ЖЕНИ
I	**Гази Баба** 1. Ласте Игњатов 2. Славе Божиновски 3. Никола Ѓурчиновски	**Гази Баба** 1. Милка Младеновска 2. Гордана Јовановска 3. Мица Савовска
II	**Тафталиџе ДДД** 1. Бранко Милевски 2. Стојан Крстевски 3. Митре Божиновски	**ОВР на РМ** 1. Верче Ѓеровска 2. Драга Петковска 3. Јаворка Николовска
III	**Битола** 1. Сашо Митровски 2. Владо Димовски 3. Гоце Талевски	**Крушево** 1. Милка Талеска 2. Василика Костадиновска 3. Анастасија Преш
IV	**Кичево** 1. Томислав Белјановски 2. Драган Стојаноски 3. Стефан Шурбановски	**Охрид и Дебрца** 1. Снежана Јаневска 2. Марика Николоска 3. Мира Кецеска
V	**Богданци** 1. Ристе Пешков 2. Владо Иванов 3. Јован Лисичков	**Велес** 1. Вера Ѓорѓиева 2. Нада Леова 3. Лила Арсовска
VI	**Пробиштип** 1. Стојанчо Митевски 2. Томе Димитриев 3. Томе Насевски	**Кратово** 1. Елица Ампева 2. Верка Алексовска 3. Деса Стоилкова
VII	**Радовиш** 1. Велин Ѓорѓиев 2. Димитар Ефтимов 3. Драган Јовановски	**Радовиш** 1. Станка Тодорова 2. Љиљана Ничева 3. Зорка Тушева
VIII	**Берово** 1. Димитар Кржовски 2. Диме Василев 3. Душан Перунковски	**Делчево** 1. Снежана Спасевска 2. Цвета Цабирска 3. Тимка Стојковска

ТРЧАЊЕ МАЖИ

РЕГИОН	До 60 години	Над 60 години
I	**Кисела Вода** 1. Трајче Николовски	**Чаир** 1. Аднан Шакири
II	**Тафталиџе ДДД** 1. Славчо Петрушевски	**Сарај** 1. Реџеп Леза
III	**Битола** 1. Мојсо Велевски	**Битола** 1. Иван Грозданoвски
IV	**Охрид и Дебрца** 1. Петар Кочоски	**Кичево** 1. Фоне Милановски
V	**Велес** 1. Зоран Петковски	**Велес** 1. Диме Тодоров
VI	**Кратово** 1. Фиданчо Илиев	**Куманово** 1. Ѓоко Спасевски
VII	**Штип** 1. Павле Тодоров	**Штип** 1. Ристе Нетков
VIII	**Кочани** 1. Александар Гигов	**Делчево** 1. Бранко Стоиловски

ТРЧАЊЕ ЖЕНИ

РЕГИОН	До 60 години	Над 60 години
I	---------- __________	**Гази Баба** 1. Лепа Менкова
II	**Тетово** 1. Филка Матовска	**Тетово** 1. Цена Петреска
III	**Ресен** 1. Катерина Милошевска	**Битола** 1. Дијана Славевска
IV	**Охрид и Дебрца** 1. Вера Наумова	**Охрид и Дебрца** 1. Љупка Трифуновска
V	**Кавадарци** 1. Стојанка Наумова	**Неготино** 1. Радмила леова
VI	**Куманово** 1. Слаѓана Младеновска	**Куманово** 1. Јасмина Тодоровска
VII	---------- __________	**Струмица** 1. Бранкица Зашлева
VIII	---------- __________	**Делчево** 1. Марика Цонева

ДОМИНО

РЕГИОН	МАЖИ	ЖЕНИ
I	**Илинден** 1. Ацо Јовановски	**Илинден** 1. Стојна Митровска
II	**ОВР на РМ** 1. Симеон Дамјановски	**ОВР на РМ** 1. Станка Николовска
III	**Битола** 1. Велимир Алексовски	**Крушево** 1. Јелена Трајковска
IV	**Дебар и Центар Жупа** 1. Назми Куртиши	**Кичево** 1. Блага Велјановска
V	**Кавадарци** 1. Блажо Грозданов	**Богданци** 1. Суза Мандалова
VI	**Пробиштип** 1. Сточо Костадинов	**Злетово** 1. Станка Тасевска
VII	**Струмица** 1. Варга Иштван	**Струмица** 1. Мирјана Гогова
VIII	**Виница** 1. Киро Коцев	**Берово** 1. Добрина Мирчевска

ТАБЛА

РЕГИОН	МАЖИ	ЖЕНИ
I	**Воени пензионери** 1. Ангелче Џоков	**Гази Баба** 1. Магдалина Попова
II	**Гостивар** 1. Аким Зулбеари	**Тетово** 1. Цвета Јовановска
III	**Битола** 1. Димче Цуцуловски	**Прилеп** 1. Славица Јованова
IV	**Охрид и Дебрца** 1. Сезаир Назиф	**Кичево** 1. Роза Милошевска
V	**Неготино** 1. Блажо Ристов	**Валандово** 1. Соња Танчева
VI	**Кратово** 1. . Коле Митев	**Куманово** 1. Борјана Ралиќ
VII	**Радовиш и Конче** 1. Николчо Иванов	**Штип** 1. Снежана Симоновска
VIII	**Пехчево** 1. Борис Јовевски	**Делчево** 1. Станојка Атанасова

СКОК ОД МЕСТО

РЕГИОН	МАЖИ	
I	**Чаир** 1. Рашид Идризи	
II	**Тетово** 1. Таир Исмани	
III	**Демир Хисар** 1. Зоран Дуковски	
IV	**Кичево** 1. Стоимир Андревски	
V	**Неготино** 1. Николче Данев	
VI	**Куманово** 1. Дине Младенов	
VII	**Штип** 1. Мијалче Маџаров	
VIII	**Кочани** 1. Ѓорѓи Николов	

ЗП Охрид и Дебрца

Прослава на празникот Петровден, во манастирот Св. Петар и Павле, во село Брежани

Членовите на КУД „Далги“ при здружението на пензионерите на Општините Охрид и Дебрца, по пока-

на од црковниот одбор од манастирот Св.Петар и Павел од село Брежани кое се наоѓа на 1128 м надморска височина, земајќи учество со своја фолклорна програма го прославија големиот празник Петровден заедно со големиот број на православни верници, дојдени од сите страни на нашата земја во посета на своите стари огништа во Македонија.

КУД „Далги“ се претстави со сплетот „На сред село“ со колаж на изворни песни и ора од поблиската околина на Охридско – Коселскиот регион.

Пензионерската пејачка група „Славна Дебрца“ исполни неколку традиционални песни од Дебрца. Сите учесници беа облечени во оригинални народни носии од селата во овој регион, а музичката придружба беше со гајда и тапан.

За своето учество во прославата и прикажаната програма, како и за вложениот труд беа топло поздравени од сите присутни.

Главен носител на забавниот дел од прославата беше ангажираниот естраден уметник Јордан Митев, кој неуморно испеа голем број на македонски народни песни. **В. Ристеска**

ЗП Струга

Јубилејна монографија по повод 160-годишнината од смртта на браќата Миладиновци

Во Струга, одбележана 160–годишнината од смртта на Македонските преродбеници Димитрија и Константин Миладиновци. Во Центарот за култура „Браќа Миладиновци“, настанот беше збогатен со промовирање монографија на праправнукот Ристе Миладин, Јубилејна монографија (1968 – 2008 – 2018), 50 години театарска дејност, 10 години драмско студио „Миладин“ на која имаше присутни и доста пензионери.

Промотори на Монографијата беа проф. д–р Иван Додовски, декан на Универзитетот „Американ колеџ“ – Скопје, проф. д–р отец Стефан Санџакоски, редовен професор на Богословскиот факултет „Св. Климент Охридски“ – Скопје и писателите Димитрие Дурацоски од Струга и Живко Грозданоски од Скопје, кои воедно се и рецензенти на овој труд, кој е потпомогнат за печат од страна на ЗП Струга. Монографијата „Педесет години Христо Д. Миладинов“ и десет години драмско студио „Миладин“ се доживува како логичен продолжеток на Монографијата „Сто и пет години организиран театарски живот во Струга“.

– Христо Д. Миладинов е бележит актер и режисер на струшката и македонската театарска сцена. Роден е 1949 година во истакнатото семејство на преродбениците на современата македонска книжевност, браќата Димитрија и Константин Миладиновци, – истакна промоторот Санџакоски.

– Христо Миладинов потекнува од славната лоза на Миладиновци (Димитрија). Во 19 век тие му подарија на нашиот народ две неповторливи личности – книжевните преродбеници, браќата Димитрија и Константин Миладиновци. Во 20 век, Струга ја имала привилегијата да биде збогатена од творечкиот дух во областа на театарот, изразен преку таткото Димитрија Миладинов и синот Христо Миладинов, – продолжи Додовски, вториот промотор.

Промоторот Живко Грозданоски, истакна:

– Активноста со која се занимава Христо Миладинов, денес пензионер, е аматерскиот театар, и таа не претендира да биде ништо повеќе од тоа. Но, мене театарската активност на Христо Миладинов многу повеќе ми наликува на уметноста на правењето бисер, и тоа е втората метафора во овој текст. Имено, театарот на Христо Миладинов како зрнце песок навлегува во скромната јавна сфера на градот Струга.

Не може секој град да е Струга, и не може секој Христо да е Миладинов, но јас би сакал секој град да има барем по еден човек што барем мал-

ку би потсетувал на Христо Миладинов.

На промоцијата, истакнатиот струшки писател Дурацоски, рече:

– Покрај киното и фудбалските натпревари на „Караорман“, една од омилените забави во Струга е аматерскиот театар. Многумина стружани беа членови на аматерскиот театар долги години, но најдоследен и најконсеквентен беше двигателот на театарот во градот, вистински „Спиритус Мовенс“, прочуениот потомок на Браќата Миладиновци, фотограф Димитрие Миладинов. Актерскиот занает е создаден да ги поведе луѓето во еден убав сон, а тој цел живот свој живот го сонува Ристе Миладин, и како актер и како режисер.

Авторот на монографијата Ристе Миладин, на претседателот на ЗП Струга Милорад Трпоски лично му ја врачи Монографијата.

С. Кукунешоски

ЗП Штип

Заеднички настап на пензионери и пионери

Штипското Здружение се грижи за културниот живот на пензионерите. Така на 8.6.2023 година во салата на НУ–ЦК „Ацо Шопов“ во Штип им овозможи на пензионерите да присуствуваат на концертот на КУД „Ристо Донев – Учителот“, кој го започнал подучувањето на учениците додека беше учител, а во пензионерските денови организирал игроорна група. Сега неговиот син Бажо Донев ја продолжува оваа благородна работа, кој со група ентузијасти формираше КУД за да се оддолжи на својот татко. На почетокот здружението имаше 140 членови, едни доаѓаа, други заминуваа, а друштвото стана расадник на млади таленти. Оркестарот од народни инструменти под водство на професорот Илија Ќосев, им дава несебична поддршка на игроорците. На концертот настапија игроорни групи од пионери до пензионери.

Претседателот на ЗП Штип, Ристо Нетков вели:

– Покрај настапите на Регионалната и Републичката музичка ревија, ние како Здружение сакаме да се слушнат пејачките групи и во нашиот град. По покана на директорот на КУД Бажо Донев, каде што има игроорна група од пензионери, прифативме да настапат и пензионерите со хорот „Распеани штипјани“, како и гости со хорот и мешовита пејачка

група од ЗП Гази Баба од Скопје. За оваа цел откупивме 200 карти за нашите пензионери, кои сакаат и уживаат во музиката.

Пензионерката од игроорната група Ленче Ристова, изрази задоволство од членувањето и дружењето со младите членови во Друштвото со игроорци. Еве што вели за ова таа:

– Ние како игроорна група постоиме 10 години. Забавни се патувањата во земјава и странство. Учествуваме на „Илинденски денови“ во Битола, гостувавме во Полска, каде што има многу Македонци, и сите се наслодуваа на нашиот убав мелос.

Трајан Јанинков, долгогодишен член во хорот на ЗП Штип, ги нагласи почетоците на хорското пеење во Штип, кога неговиот татко пеел во црковниот хор, а потоа со формирањето на хор во ЗП Штип, настапувал во тоа време. Времињата и луѓето се менуваат, а хорското пеење во ЗП Штип продолжува да се негува, – задоволно вели Јанинков.

На овој концерт од пионери до пензионери, се играа ора, се пееја песни кои ја кренаа публиката на нозе.

Цвета Спасикова

ЗП Солидарност – Аеродром

Пригодно одбележување на годишнината од смртта на Рацин

Во предвечерието на 80–годишнината од смртта на основоположникот на современата македонска литература Коста Солев Рацин, на 12.6.2023 година група негови почитувачи од Скопје, во Охрид и Кичево одржаа музичко–драмско поетски перформанс, насловен „Невен–Пеј“. На драматизација и режија од Снежана Коневска – Руси, перформансот го изведе Лилјана Стоилковска во улогата на Невенка Вујиќ, проследена со музика на младата виолинистка Сања Здјелар, а низ програмата водеше Елеонора Николовска. Пред драмската изведба, за Рацин, за неговото творештво и значењето за македонската книжевност, но и за неговиот љубовен живот зборуваше проф. д–р Васил Тоциновски.

Во Кичево, за поетот револуционер зборуваше и писателката Оливера Ширговска. Поети од Скопје, Охрид и Кичево читаа поезија посветена на Рацин, а Живко Поповски – Цветин учествуваше со илустрации посветени на поетот.

Патувањето беше овозможено со поддршка од Здружението на пензионери „Солидарност – Аеродром“, Скопје, т.е. на неговиот клуб „Љубителите на книгата“, од чии членови и потекна иницијативата и организацијата за манифестацијата, при што учесниците се заблагодаруваат на ИО при ЗП „Солидарност – Аеродром“, Скопје.

Благодарност за соработката и поддршката до: Собранието на Град Скопје; Културниот дом „Кочо Рацин“, Скопје; библиотеката „Григор Прличев“, Охрид; и Националната установа – Центар за култура „Кочо Рацин“ од Кичево.

Клубот на љубителите на книгата при ЗП „Солидарност – Аеродром“, ги продолжува активностите и резултатите со своите членови кои придонесоа за реализирање на манифестацијата.

Перформансот се одржа и на 13.6.2023 година во Домот на културата „Кочо Рацин“ во Скопје. **Јован Мазгански**

Стихозбирка „Тага во свила“ од Бронхилда Станковска

Збирката песни од Бронхилда Станковска содржи стихови изнедрени од длабочините нејзиното битие. Некои песни се сјајни и светли, некои тежат од тага. Така наредени заличуваат на ѓердан од бели и црни бисери, на ѓердан во кој сепак преовладуваат белите! Стиховите во песните на Бронхилда Станковска напишани се со интересен стил. Песните се преубава приказна за чувствата од кои извира носталгија по детството, по младоста, по минатото, испреплетена со носталгија за нејзината татковина во која сè е потопло, дури и небото е посино.

Преку песните Станковска ја бара логиката на постоењето во опкружувањето, но и таму каде понекогаш не владеат закони на логиката или каде владее една поинаква логика, во земја кај што ја однел чекорот на животот. Како резултат на нејзините видувања се добива интересна слика на една полицентрична стварност составена од повеќе слики понекогаш комплементарни, друг пат спротивставени.

И покрај сè и покрај тагата, Станковска преку своите песни искажува надеж во своето опстанување како и секој од нас, но притоа се обидува тагата да ја завитка во свила, да ѝ даде нежност, мекост и убавина, за да биде тагата поподнослива, попријатна.

Секоја песна поместена во стихозбирка „Тага во свила“ претставува слика насликана со зборови, што воопшто не е чудно, бидејќи авторката слика, фотографира, пишува. Нејзиното око го гледа она што многумина и не можат да го видат или да го слушнат. Тоа е затоа што Бронхилда Станковска ја сака уметноста во сите нејзини облици, затоа што таа и се предава на уметноста со сето срце и душа. Дел од нејзините слики го красат и ова нејзини дело.

Инаку авторката е родена во Куманово, во Македонија, а младоста ја одвела заради сплет на животни околности во Шведска. Самото нејзино име Бронхилда, кажува дека станува збор за исклучителна личност како и нордиската жена – борец Брунхилде, по која и го добила името. **Цветанка Илиева**

Свети Николе

Концерт на оперски арии

Неодамна пензионерите од Свети Николе имаа можност да присуствуваат на два културни настани во организација на Домот на култура „Крсте Мисирков“. На отворање на Изложбата на карикатури „Жената – глава на семејството“ на која беа изложени дел од сликите од фестивалот на хумор и сатира „IN VINICA VERITAS 2022“ која традиционално ја организира Домот на култура „Тошо Арсов“ од Виница. Изложените дела кај публиката, а добар дел беа припадниците на највозрасната популација, измамија многу насмевки и одушевувања. Сите се забавуваа, а лицата им блескаа од задоволство, уживаа гледајќи хумористични слики каде што жената секогаш е на прво место и во сè е победник.

Втор културен настан беше Концертот на оперски арии за мецосопран. И повторно, речиси, повеќе од присутните беа пензионери. Навистина беше уживање да се слуша нашата позната оперска пејачка по соло–пеење Александра Коцевска, во пијано придружба на познатиот пијанист Глигор Гелебешев. Ни подари преубави мигови и задоволство со изведбите на арии од дела на познати композитори: Бизе, Моцарт, Верди, Масне, Меркаданте. Арија од операта Кармен на Бизе, доби најмногу аплаузи. Александра Коцевска топло се заблагодари и по громогласниот аплауз имавме задоволство да уживаме во истата арија уште еднаш.

Имав чест и лично се запознав со г–ѓа Коцевска. Во разговорот меѓу другото, таа на пензионерите им посака добро здравје, што повеќе да слушаат музика, која им се допаѓа, бидејќи музиката растоварува и облагородува и е лек за душата. Им порача да уживаат во секој момент и да се дружат и со помладите генерации. И беше задоволство што во нејзините изведби уживаа и највозрасните граѓани на Свети Николе, и што можеше барем за миг да ги развесели. **В.П.**

Пензионери спортисти

Пензионери спортисти
на спортски натпревари одат
и квалитетен живот водат.
На внуци пример им даваат
и аманет им оставаат
и тие да спортуваат
и од спорт да не се откажуваат
зашто секој човек станува горд
кога се занимава со некој спорт.
Да бидеш успешен не е лесно
треба да тренираш многу често
спортистите се како сестри и браќа
и Господ сила им праќа
кога спортуваат се радуваат
и со медали се закитуваат.
Затоа да спортуваме, да се движиме
Зашто водите што не течат
стануваат бари
пензионерите што не спортуваат
изгледаат постари.
Спортот и песната се најдобар лек
за здравје, живот и долг век.

Јана Узунова

ЗП Центар - лична карта

Здружение на пензионери Центар
Ул. „Живко Чинго“ бр. 7 - Скопје
Тел. 02 3230 102
e-mail: zpcentar.skopje@gmail.com

Злате Стефановски
претседател на ИО и на ЗП Центар

Според архивските податоци со кои располага Здружението на пензионери Центар – Скопје, членка на СЗПМ, има своја историја, од каде што се гледа дека е меѓу првите здруженија формирани во нашата земја. Но, како што се одвивале активностите, така се менувала структурата на здружението. Идејата за негово формирање била на неколкумина интелектуалци. Првото Собрание на кое било формирано здружението, се одржало на 22 јануари 1954 година, кое работело по донесените правилници. Здружението тогаш било наречено Идадија, според општината. Во текот на повеќегодишното постоење, минувало низ тешки моменти, со подеми, падови, а опстанува и ден–денес. Во 1956 година донесен е првиот Статут, на кој се до 2010 година се вршени повеќепати измени и дополнувања. На 16–ти декември 1977 година, Општинското здружение на пензионери Идадија, го менува називот во Општинско здружение на пензионерите и трудовите инвалиди Центар – Скопје со својство на правно лице. Претседатели на Извршниот одбор на ЗП Центар биле: Иван Вељановски, Боро Ангеловски, Трајанка Колевска, Славе Здравковски, Киро Доневски, Јордан Шушевски, Александар Нешовски, Ѓоко Петровски, Александар Нешовски (втор мандат), Павле Спасов (5 мандати), Спиро Николовски, Злате Стефановски (актуелен претседател).

Пензионерите во ова здружение дејствуваат во сите сфери на живеење и работење преку неговите органи. Како што минувало времето се менувале и раководствата на здружението. Во своето чекорење тоа секогаш се движело во нагорна линија, како со зголемување на членството, така и со повеќе активности. Членството, здружението на еден или на друг начин го сметаат за свој втор дом. Во ова големо семејство има место за сите од третата доба без разлика на стручното образование, како и на национална, етничка и верска припадност.

Активностите територијално ги спроведуваат преку своите ограноци во повеќе урбани средини. Здружението го има решено просторното прашање со функционални и добро опремени простории за работа. Последната година, со доаѓање на чело на новото раководство, доста е направено, односно ЗП Центар дејствува во повеќе активности, а пред сè, подобрена е соработката со Општина Центар, со градоначалникот и неговите соработници, зголемен е бројот на активностите со локалната самоуправа. Работата на здружението продолжува да се одвива по нагорна линија, во насока на подобрување на животот на пензионерите од општината и подобрување на нивниот стандард, подобрување на здравјето, физичките и спортските активности, и помош особено на оние на кои им е потребна дополнителна материјална поддршка.

Здружението успева квалитетно да ги исполни пензионерските денови на своите членови за да се разбие монотонијата со организирање екскурзии, посети на историски знаменитости, а годишната програма е отворена за дополнување преку целата година.

ЗП Центар има добра и плодна соработка со локалната самоуправа, со повеќе здруженија од Скопје и Републиката, со невладини организации и со општинскиот Црвен крст. Особена активност во своето долгогодишно успешно функционирање ЗП Центар има постигнато завидни резултати особено за периодот на актуелното раководство на чело со претседателот Злате Стефановски.

Здружението на пензионери Центар, за своите активности има добиено многубројни благодарници, признанија, пофалници, а на спортски план златни, сребрени и бронзени медали и други значајни награди.

Во него работат повеќе комисии избрани од Извршниот одбор, и тоа: Комисија за културно–забавен живот, Комисија за спорт, Комисија за одмор и рекреација, Комисија за здравство и Комисија за информирање.

Активот на пензионерки е едно од најактивните тела во здружението. Пензионерките се носители на голем број активности. Не постои ниедна хуманитарна или друг вид акција без да бидат вклучени во неа. Активот има своја програма, а во реализирањето на истата, се настојува да бидат вклучени што повеќе пензионерки.

Активно здружението учествува во спортските натпревари организирани во рамки на СЗПМ, културно–забавни ревии и манифестации, во разни дружења, со цел да се збогати содржината на активностите на пензионерите. Во 2018 година ЗП Центар беше успешен домаќин на регионалните пензионерски спортски натпревари на кои учествуваа околу 350 пензионери спортисти од 8 здруженија. Спортистите пензионери од здружението ги покажаа своите квалитети како на регионалните така и на републичките спортски натпревари.

Здружението на пензионери Центар учествува и на ревиите на песни, музика и игри, на регионалните и на републичките во организација на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија. Во 2019 година на 17–тата регионална ревија на песни музика и игри која се одржа на 13 мај во домот на АРМ во Скопје, Здружението на пензионери Центар беше добар домаќин. Во 2023 година, на 21–та регионална ревија на песни, музика и игри на 4 мај ЗП Центар по втор пат беше домаќин, на кои ја потврди определбата за негување изворна народна музика и фолклор. Пензионерите ги збогатуваат своите видици и со организирање предавања и литературни читања на творби од пензионери членови на здружението.

Информирањето за работата на органите и телата на здружението претставува статутарна обврска при што континуирано е застапена во сите форми. Тоа се постигнува преку огласни табли во здружението и клубовите, со директно информирање, контакти, преку информативните емисии на МТВ и други електронски и јавни медиуми, а посебно преку весникот „Пензионер плус“.

Во здружението веќе функционираат 8 ограноци, во кои постојат 8 пензионерски клубови. Од нив 5 се сместени во општински простории а за 3 клубови здружението плаќа кирија.

Здружението постигнува убави резултати благодарение на интелектуалниот и организациски потенцијал кој го поседува раководството и неговото членство. Може слободно да се каже дека тоа спаѓа во категоријата на најактивни здруженија членки на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија.

СЗПМ

Botim special monografik i LSHPM "Aktivitete dhe pikëpamje 2019 - 2023"

Ecje drejt rrugës së planifikuar

Vitet kalojnë. Mbetet vetëm ajo e cila në ato vite është realizuar, si dëshmi, si amanet për gjeneratat e ardhshme. Gjurmë të tilla do të le edhe periudha 2019 - 2023, periudhë e cila për shumëçka do të shënohet në historinë e osociacionit më të madh joqeveritar shumetnik Lidhja e shoqatave të pensionistëve të Maqedonisë. Përmes këtij botimi, periudha 2019-2023 do të mbetet e shënuar në kujtesën e pensionistëve dhe më gjerë për shumëçka.

E para, pas faktit se së pari herë pas 75 viteve ekzistimi, për kryetar të Lidhjes të shoqatave të pensionistëve të Maqedonisë ishte zgjedhur grua, eksperte e njohur dhe njeri me përvojë të madhe nga problematika pensioniste, StankaTrajkova.

E dyta, Në këtë periudhë konsolidohej evidenca e anëtarësisë. Gjithashtu, ishin ngritur numër i madh projektesh ndër të cilët për herë të parë është fituar grant nga Unioni evropian përmes Kryqit të kuq të Republikës së Maqedonisë së Veriut, për projektin "Pensionisti rural" për mbështetje të pensionistëve në mjediset rurale.

Me gjithë kushtet e vështira, gjatë kohës dyvjeçare të pandemisë, Lidhja nuk ndaloj së punuari dhe kujdesej për anëtarësinë e vet me aktivitete të shumta humanitare, ndërkaq, kujdesi ishte në vazhdimësi edhe përmes masave të shumta për pensionin e rregullt dhe rritjen e sajë, në bashkëpunimin më të mirë me Qeverinë, ministrat dhe ministritë e saj.

Si rezultat i këtij bashkëpunimi të mirë, Lidhja e shoqatave të pensionistëve të Maqedonisë, fitoj edhe lokale në shfrytëzim afatgjatë pa pagesë, ndërkaq, jubileu 76 - vjeçar, patronazh i shënimit solemn ishte Qeveria e RMV.

Lidhja është kujdesur për anëtarët e vet dhe përmes numrit të madh të propozimeve dhe nismave të cilat duke ju falënderuar drejtuesve të Lidhjes, drejtuesve të shoqatave dhe i secilit person. Ka dhënë rezultate, edhe pse gjithnjë ka mundur të jetë edhe më mirë, por kufizime pati si për arsye objektive, po ashtu edhe të karakterit subjektiv. Edhe në kohë të momenteve të krizave, Lidhja ka kërkuar rrugë dhe mënyra që jeta e anëtarëve të jetë më e mirë, më e përmbushur, duke propozuar masa kundër krizë.

Në këtë periudhë, nuk ka munguar edhe aktivitetet tradicionale siç janë shfaqjet e këngëve, muzikës dhe lojërave, pjesëmarrja në Festivalin ndërkombëtar të moshës së tretë në Lubjanë, garat sportive, mbështetja e krijimtarisë së pensionistëve, takimet e shumta masive e tjerë, në të cilat vinte në shprehje karakteri ndërkombëtar i Lidhjes.

Me gjithë numrin e madh të aktiviteteve Lidhja ka punuar me rezultate pozitive financiare, të cilat janë shënuar në vazhdimësi në gazetën "Penzioner plus", faqes për pensionistë në gazetën në gjuhën shqipe "KOHA" dhe ueb faqen e Lidhjes, si dhe në emisionin MTV "Mosha e tretë". Ky botim i monografie speciale është shënimi i të gjitha aktiviteteve dhe pikëpamjeve prej 2019 deri më 2023, periudhë në të cilën Lidhja dhe shoqatat ishin drejtuar nga njerëz me përvojë të madhe, dije dhe potencial intelektual, ndërkaq këtë vepër e kanë bërë pa pagesë, që është shembull dhe nderim.

K.S. Andonova

Aksion humanitar në LSHPM dhe Spitalin "Zhan Mitrev"

Në bazë të Memorandumit të nënshkruar për bashkëpunim në mes LSHPM dhe spitalit "Zhan Mitrev", për çka, nga takimet e realizuara paraprake të kryetares së Lidhjes Stanka Trajkova dhe menaxhmentit të spitalit, gjatë muajit maj dhe qershor, është realizuar aksion humanitar i kontrollimeve kardiovaskulare pa pagesë i pensionistëve.

Qëllimi i aksionit ishte që t'ju mundësohet kontrollim kualitativ internist kardiovaskular nga ana e kardiologëve me përvojë pensionistëve nga vendet më të vogla, të cilët nuk mund të lejojnë që të mbajnë harxhime për kontrollime në Shkup, për arsye të mungesës së kardiologëve specialist në vendet e tyre ku jetojnë.

Aksioni filloi në Regjionin lindor dhe në organizimin dhe realizimin e tij kanë marrë pjesë anëtarët e Komisionit për shëndetësi në LSHPM d-r Stojançe Stefanoski dhe d-r Dimitar Dimitrievski, ndërkaq nga ana e spitalit "Zhan Mitrev" Jadranka Nakova dhe ekipi i medicinës.

Në lokalet të cilat i siguruan vet shoqatat e pensionistëve gjatë një dite pune, janë kontrolluar nga pesëmbëdhjetë pensionistë të cilët deri atëherë nuk kanë pasur mundësi që të kontrollohen në këtë spital privat, që u bë në bazë të listës së përgatitur më parë në konsultim me shërbimin lokal shëndetësorë, për çka ka pasur kujdes në përfaqësimin gjinor.

Më 15.5.2023, aksioni ka filluar në Vinicë, ka vazhduar tre ditët në vijim në Koçan, Makedonska Kamenica dhe Dellçevë, ndërkaq më 8.6.2023 dhe 9.6.2023 në Pehçevë dhe Dellçevë.

Në Regjionin perëndimor më 15 dhe 16 qershor si dhe nga 28 deri më 30 qershor janë përfshirë Kërçova, Struga, Prilepi, Makedonski Brodi dhe Krusheva.

Gjatë aksionit janë kryer gjithsej 187 kontrollime kardiovaskulare. Pati interesim të madh ashtu që janë paraqitur edhe pensionistë të cilët nuk ishin në listat, por për fat të keq për arsye të kohës së kufizuar dhe gjatësisë së zgjatjes të kontrollimeve nuk kishte mundësi që të kontrollohen më tepër pensionistë me gjithë vullnetin e mirë të mjekëve.

Në kuadër të mundësive të veta të gjitha shoqatat e pensionistëve të cilat morën pjesë si nikoqir në aksion, bënë çmos që të tregohen si nikoqir të mirë. Si problem është

paraqitur mungesa e lidhjes së mirë internete, por vështirësitë u tejkaluan me angazhimin plotësues të ekipit të medicinës.

Aksioni u tregua si shumë i dobishëm, sepse shumë pensionistëve u janë konstatuar probleme shëndetësore të cilat kërkojnë kontrollime të mëtejme, e kjo ishte mundësi që shumica të fitojnë udhëzime dhe propozime për terapi të sëmundjeve të tyre kronike, për çka pensionistët kanë shprehur falënderimin e tyre ndaj ekipit të spitalit "Zhan Mitrev".

D-r Dimitar Dimitrievski

Marrim pjesë të gjithë...

Në mes mbi 300 000 pensionistëanëtarë tëLSHPM ka numër të madh nga ata të cilëtgjithë kohën e punës së tyre e kanë kaluar me ditar në duart, duke u vënë shumë gjenerata nga të cilët sot kemi mijëra dhe mijëra profesorë, mjekë, inxhinier, arkitektë, gjeodez dhe të mos numërojmë më tej. Për të gjithë ne të cilët me vite kemi dhënë mund të madh për ngritjen e tyre, sot me ndodhitë më të reja në shkollat tona dhe jo vetëm në tonat, por edhe më gjerë, ndjehemi shumë të pakëndshëm kur dëgjojmë për disa ndodhi të cilat ndodhin sot. Për të gjithë ne është e njohur se për edukimin e fëmijës fillohet nga dita e lindjes në rrethin familjar, por edukimin e vërtetë fillon nga mosha 6-7 vjeçare, respektivisht kur fëmija fillon të shkoj në shkollë. Këto dy pjesë janë të pandashme njëra nga tjetra dhe kur një nxënës apo fëmijë i ka këto dy pjesë të kaluara ashtu siç duhet, nuk do të jetë problematike as në familje, as në shkollë, as në jetën e mëtejme private. Cilët janë faktorët të cilët munden dhe patjetër që t'i ketë në procesin e edukimit:

1. Familja, respektivisht prindërit janë ata të cilët fëmijës i japin raport edukativ. Nëse fëmija rritet në familje të mirë kulturore, humane të jeni të sigurt se ai do jetë edhe si fëmijë edhe kur të rritet, i mirë dhe qytetar i edukuar i atdheut tonë. Këtu duhet të kemi parasysh edhe raportin e anëtarëve tjerë të familjes duke përfshirë edhe neve gjysheve dhe gjyshërit, se si është raporti i tyre reciprok, si dhe sa respektohen ata në mes veti, ngase fëmija sheh gjithçka dhe ashtu siç sheh ashtu edhe to të sillet. Nëse prindërit sillen keq ndaj prindërve të tyre të moshuar, ashtu do të sillet ndaj tyre edhe fëmija kur ata do të plaken, por do të sillet keq edhe ndaj të gjithë qytetarëve të rritur nëpërgjithësi. Në edukimin e fëmijëve mund të ndihmojmë shumë na të rriturit, gjyshet dhe gjyshërit me përvojën dhe dijen tonë.

2. Jo më pak është e rëndësishme edhe shkolla. Pedagogu i shkollës është personi i cili është i angazhuar për realizimin me sukses të procesit edukativ-arsimor në shkollë. Ai është personaliteti më i thirrur kur në shkollë paraqiten moskuptime të ndryshme, të mos them probleme. Ai duhet të ketë shkathtësi dhe të jetë i përgatitur që me ligjërata të ndryshme të cilat do t'i mbaj para kuadrit arsimor dhe para nxënësve me qëllim që të ndikoj pozitivisht te ata. Pedagogu i shkollës duhet të jetë gjithashtu ai i cili duhet të ndikoj në efektin e bashkëpunimit në trekëndëshin shkollë - prind - nxënës. Të jesh pedagog në shkollë është punë me përgjegjësi të madhe, sepse ai ka punë me qindra dhe qindra nxënës dhe numër të madh mësimdhënësish të cilët dinë ndonjëherë edhe të papërgatitur për mbajtjen e disiplinës, rendit dhe procesit të përgjithshëm në shkollë.

3. Në shkollë duhet të ketë edhe psikolog. Cili është roli i tij në shkollën bashkëkohore në kushte të sodit? Psikologu i shkollës merret me psikologjinë e fëmijëve, por edhe me psikologjinë e kuadrit mësimorëngase të gjithë e kemi të njohur se të gjithë edukatorët, respektivisht mësimdhënësit nuk janë të njëjtë për nga kualiteti dhe në raport ndaj nxënësve të tyre. Psikologu i shkollës në radhë të parë duhet t'ju ndihmoj fëmijëve në aspektin e të mësuarit, por edhe në sjelljen e tyre ndaj mësimdhënësve. Këshillat e psikologut kur janë me vend ju ndihmojnë shumë nxënësve në kuptimin pozitiv.

Sot është shumë lehtë të punohet me nxënësit e rinj sepse ata sot janë shumë më tepër të përgatitur sesa nxënësit e dikurshëm. Ato sot kanë aftësi të komunikojnë me të gjitha mjetet e kohës moderne. Interneti, kompjuteri dhe mediat tjera për ata sot nuk përfaqësojnë asnjë problem. Kolegë të nderuar, a sot do të ankoheni se kanë nxënës të dobët kur në paralele mezi që ka 15 nxënës dhe puna dhe kontrollimi i paraleles është shumë më i lehtë.

Për të gjitha këto fakte të përmendura më sipër duhet të jemi të mërzitur dhe të pyetemi se në ç'drejtim na shkon gjenerata e re? Të përfundojmë me më kërkesën në vijim ose këshillë deri te të gjithë pedagogët, psikolog dhe kuadër drejtues në shkolla bashkërisht me prindërit që të punojnë në mënyrë ekipore, prindërit të lajmërohen me kohë që të mundemi në të ardhmen të kemi rini të shëndosh kulturoredhe arsimore sepse atyre ju mbetet e ardhmja. Dhe të mos harrojmë se të gjithë marrim pjesë në procesin e edukimit e të rinjve duke përfshirë neve gjyshet dhe gjyshërit.

Resul Bekteshi

Garat sportive Republikane të pensionistëve do të mbahen më 17 Shtator të vitit 2023

Me skuadrat e tyre garuese marrin pjesë 43 shoqata

Më 30 qershor të vitit 2023, në selinë e Shoqatës së Pensionistëve të Tetovës qëndroi një delegacion i udhëheqësisë së Lidhjes së Shoqatave të pensionistëve të Maqedonisë i udhëhequr nga kryetarja, Stanka Trajkova dhe nënkryetari, Mentor Qoku.

Fillimisht delegacioni u prit në selinë e Shoqatës së pensionistëve të Tetovës, ku edhe u zhvillua një takim joformal me krerët e kësaj shoqate. Me këtë rast, kryetarja e Lidhjes së Shoqatave të Pensionistëve të Maqedonisë përgëzoi udhëheqësinë e pensionistëve nikoqir për punët e kryera në objektin e shoqatës dhe organizimin e aktiviteteve të shumëllojshme, me qëllim të mbështetjes së pensionistëve me të hyra të ulta.

Kryetari i Shoqatës së pensionistëve të Tetovës Selver Memeti, pasi u dëshiroi mirëseardhje mysafirëve të Lidhjes, shprehu bindjen se Shoqata e pensionistëve të Tetovës vepron në kushte të mira hapësinore, zhvillon aktivitete gjatë tërë vitit, ka krijuar bashkëpunime me niveleve lokale e qendrore, ndërsa koordinohet me Lidhjen e shoqatave të pensionistëve të Maqedonisë, e gjithë kjo për t'i mbështetur e ndihmuar në forma të ndryshme pensionistët, të cilët me të hyrat e tyre vështirë se i mbulojnë shpenzimet jetësore.

Në vazhdim të dy delegacionet, ai i Lidhjes dhe Shoqatës së Tetovës, vizituar vendbanimin Bërvenicë (tre kilometra larg qytetit të Tetovës), ku dhe bënë inspektimin e terreneve sportive. Ishtet konstatim i përbashkët se lokalitetet në Bërvenicë ofrojnë mundësi maksimale për zhvillimin e garave republikane të pensionistëve. Kryetari i Komisionit për sport në kuadër të Lidhjes, Zdravko Petkovski deklaroi se në asnjë vend tjetër në Republikën e Maqedonisë nuk ka terrene sportive, siç janë këto në Bërvenicë. Këto terrene krijojnë mundësi për zhvillimin e të gjitha disiplinave sportive të parapara me libri i Rregullive e Lidhjes, nënvizoi ai.

U vendos që garat sportive Republikane të pensionistëve të mbahen më 17 Shtator të vitit 2023, ku organizatore do jetë Lidhja e shoqatave të pensionistëve të Maqedonisë, ndërsa nikoqir-Shoqata e pensionistëve të Tetovës.

Mbetet që gjatë periudhës së ardhshme, deri në mbajtjen e garave, Komisioni për sport dhe aktivitete sportive i Shoqatës së pensionistëve të Tetovës, në bashkëpunim me udhëheqësinë e shoqatës dhe aktivistë të tjerë, t'i bëjë parapërgatitjet e nevojshme, në mënyrë që ky aktivitet sportiv masiv i pensionistëve të zhvillohet sipas planit.

M. Murseli

Nga aktivitetet e Shoqatës së Pensionistëve të Tetovës

Mbështetje për pensionistët me të hyra të ulta

Nga buxheti i Shoqatës kësaj radhe përfituan gjithsej 598 pensionistë

Tashmë është bërë zakon që Shoqata e Pensionistëve të Tetovës, në prag të festave fetare, t'i shpërblejë financiarisht pensionistët-anëtar të Shoqatës, të cilët marrin pensione të ulta. Ky aktivitet i përmotshëm i Shoqatës është realizuar edhe gjatë muajve të kësaj pranvere, duke ndarë ndihma financiare fillimisht në prag të Fitër Bajramit dhe Pashkëve dhe pastaj edhe në prag të festës së Kurban Bajramit. Me këtë formë të mbështetjes, pensionistët sado pak e zbusin gjendjen e tyre të rënduar sociale, duke u furnizuar me artikuj ushqimor dhe produkte të tjera të nevojshme për jetën e tyre të përditshme.

Në prag të festave Fitër Bajrami dhe Pashkët, Shoqata ndau nga 2.000 denarë për 378 pensionistë, ndërsa në prag të Kurban Bajramit, 220 pensionistë të tjerë përfituan nga një vauçer në vlerë prej 1.500 denarë dhe me mundësi për t'u furnizuar në marketet e ndërmarrjes tregtare "Kiper".

Do theksuar se gjatë kësaj periudhë, për pensionistët e viseve rurale, janë ndarë edhe 15 pako me produkte ushqimore dhe prodhime të tjera të nevojshme për jetën e përditshme. Këto pako Shoqatës së Pensionistëve të Tetovës ia dorëzoi Lidhja e Shoqatave të RMV.

Gjithnjë duke u bazuar tek kriteret mbi ndarjen e ndihmës, Shoqata e pensionistëve të Tetovës, gjatë periudhës së kaluar, i ka mbështetur financiarisht edhe pensionistët që i janë nënshtruar ndërhyrjeve të ndryshme kirurgjikale, ku si pasojë kanë bërë shpenzime financiare të papërballueshme. Janë ndihmuar edhe pensionistët që u janë shkaktuar dëme nga fatkeqësitë elementare, siç janë përmbytjet, zjarret, etj.

Siç pohojnë krerët e Shoqatës, me format e ndryshme të mbështetjes do të vazhdohet edhe gjatë periudhës së ardhshme, me qëllim që t'u shtrihet dora e ndihmës të gjithë pensionistëve, të cilët me të hyrat e tyre, as për së afërmi nuk kanë mundësi t'i mbulojnë shpenzimet jetësore.

M. Murseli

Мисли од д-р Јеротиќ за настанокот на заболувања

● Што се всушност психосоматските болести? Тоа се физички болести чие настанување и тек се под битно влијание на психичките фактори. Често затоа се вели дека тоа се болести кои го вклучуваат и духот и телото, негативното влијание на органите, нивното функционирање и предизвикуваат нездрави промени на нив.

● Иако терминот „психосоматски" се појавува дури во 19 век, размислувањето за уделот на психичките фактори во настанокот и лекувањето на физичките заболувања е старо колку и најстарите цивилизации. Сократ сметал дека телото не може да се излекува, ако не се излекува душата, а Хипократ дека не може да се лекува болеста, ако не се лекува болниот.

● Познато е дека главен тригер за појава на чир на желудникот е всушност стресот. Пред неколку векови откриле дека тригер за чир може да биде и хеликобактеријата, но, професорот покажал дека и таа е поврзана со психосоматското заболување. Хеликобактеријата може да се излечи со антибиотици, но по некое време се враќа и повторно настанува чир. Ако постојано сме под стрес поради нешто, ја преминуваме границата на стресот, го оштетуваме телото и тогаш настануваат болестите.

● Хипертензијата и инфарктот се психосоматски болести. На тој начин хипертензијата, како последица на зголемен стрес, се повеќе се јавува кај луѓе кои немаат генетска предиспозиција за висок притисок.

● Ракот е познат ако болест уште од медицинскиот дел на уметничкиот еп Рамајана од 2000 година пред нашата ера и од египетските папируси од 1500 година пред нашето време. Славниот грчки лекар Хипократ и го дал прв името на болеста карцином, сметајќи дека таа доаѓа поради нарушените односи помеѓу крвта, секретот и жолчта.

● Друг грчки лекар Гален, од вториот век од нашата ера, мислел дека црната жолч предизвикува рак, така што кон оваа болест се склони луѓето со меланхоличен темперамент.

● Истото ова го мислел и познатиот арапски лекар од 1000 година – Авицена. Согласно со тибетанско-ламаистичката медицина, со векови се мисли дека најглавната причина за рак е факторот на личноста.

● Уште во 19 век, поголемиот дел од познатите лекари мислеле дека ракот полесно настанува кај луѓето кои се склони кон зголемена и продолжена нервна напрегнатост, но и жалост.

● Кон крајот на 19 век во болниците во Англија за првпат започнале систематски изучувања, кои покажале дека од 250 испитаници, 15 имале, пред болеста да се појави, тешки душевни оптоварувања, особено предизвикани со смрт на некој близок роднина.

● Не тврдејќи секако, дека ракот е последица само на психичката состојба, логично е да се претпостави дека во неговото настанување учествува сиот организам, што значи и душевната состојба

● Уште во 1931 година Форг нагласил дека покрај сигурните фактори т.н. карциногени фактори, како што се зрачењето, испарувањата, никотинот, вирусите итн. и емотивните чинители мораат да го подготват теренот за почетокот на карциногеното дејство на штетните материи. Форг особено внимание обрнал на депресивните состојби кои влијаат на ендокрината рамнотежа, а нејзините нарушувања ги подготвуваат клетките да бидат осетливи и приемчиви за канцерогени материи.

● Ризикот од психосоматски заболувања и понатаму ќе расте бидејќи и времето е сè попредизвикувачко и постресно.

● Меѓутоа, Јеротиќ само во една реченица објаснил како некој може со години да остане здрав: „Затоа што е психички здрав. Психичкото здравје е релативно единство на телото, душата и духот."

Маја Белева

Пијте чај за да бидете здрави

Нема ништо поубаво од чај наутро за да го започнете денот во зима или голема чаша ладен чај за да ве олади во летните горештини. Повеќе од 5 000 години, разни народи и култури низ целиот свет уживаат во пиењето чај, што го прави најконсумиран пијалак по водата. За среќа, нашите предци кои пиеле чај ја препознале неговата вредност, па затоа ја продолжиле традицијата на уживање во овој пијалак за кој сега знаеме дека нуди моќни здравствени придобивки.

Пред две години, една од најголемите студии за влијанието на пиењето чај врз здравјето на срцето беше објавена во Артериосклероза, тромбоза и васкуларна биологија. Студијата следела повеќе од 37 000 луѓе во Холандија во период од 13 години и покажала дека луѓето кои пијат многу чај имаат помала веројатност да умрат од срцеви заболувања од луѓето кои не пијат чај. Учесниците во студијата кои пиеле три до шест чаши чај дневно, имале 45% помала веројатност да умрат од срцеви заболувања од оние кои пиеле помалку од една чаша дневно, а пиењето повеќе од шест чаши чај дневно носи 35% помал ризик од развој на срцеви заболувања отколку да пиете помалку од една чаша дневно.

Постојат четири типови чај. Иако сите четири типови чај познати како вистински чаеви – бел, зелен, улонг и црн – нудат огромни здравствени придобивки, повеќето студии покажуваат дека црните и зелените чаеви се покорисни за здравјето на срцето. Секој вид чај се прави од лисјата на зимзелената грмушка Camellia sinensis, но разликите меѓу нив се должат на начините на кои тие се преработуваат. Белиот чај е најмалку обработен и се прави од пупки и одредени лисја од растението. Зелениот чај се произведува од свежо собрани лисја, кои веднаш се ставаат на пареа за да се спречи оксидација или изложеност на кислород. Улонг чајот се остава кратко време да оксидира, а црниот чај е целосно оксидиран.

Неколку неодамна објавени студии покажуваат дека моќните антиоксиданти во зелениот чај помагаат во спречувањето на атеросклероза, поточно коронарната артериска болест заради нивните антиинфламаторни ефекти врз формирањето на плаки во крвотокот и на артериските ѕидови. Една анализа објавена во списанието на Американското здружение за диететика од 2011 г. објавила дека „конзумирањето на зелениот чај се поврзува со статистички значајно намалување на нивоата на вкупен и LDL холестерол".

Една студија од 2012 г. открила дека пиењето три чаши црн чај дневно во тек на 12 седмици доведува до значително намалување на нивото на шеќер и триглицериди во крвта, зголемување на нивото на HDL холестерол и зголемено ниво на антиоксиданти, што може да заштити од оксидативен стрес и воспаление.

Други Хербални чаеви - И покрај тоа што зелениот, бел, улонг и црниот чај ги содржат најмоќните антиоксиданти, и хербалните чаеви се здрава опција. Хербалните чаеви имаат пониски концентрации на антиоксиданти затоа што хемискиот состав варира многу кај растенијата. Честа состојка кај многу хербални чаеви е хибискусот, кој исто така е добар за срцето, а редовното консумирање може да го намали крвниот притисок кај возрасните лица со хипертензија. Хербалните чаеви особено се препорачуваат за оние кои не сакаат зелен или црн чај.

Иако има таблети со состојки од чај, кои исто така може да бидат корисни, експертите препорачуваат чај во течна форма. Секако, не треба да пиете неколку литри одеднаш. Пијте чаеви во сите периоди на денот за да одржите високо ниво на антиоксиданти во вашето тело, чисти крвни садови и да спречите формирање на тромбови и атеросклероза.

Б. А.

ЗП Кавадарци

Здравјето на пензионерите е најважно

Една од поактивните комисии кои дејствуваат во рамките на ЗП Кавадарци е Комисијата за здравство и социјална политика, чија основна задача е да води грижа за здравјето на луѓето од третата доба, да ги советува како да го сочуваат и да се чувствуваат витални во овој период од нивниот живот.

За оваа цел нè информираше претседателот на оваа комисија, д-р Диме Алексов: „Се организираат разни предавања од областа на медицината, кои ги држат поканети доктори од разни специјалности на актуелни теми кои се од големо значење, да се зачува најголемото богатство на секој човек – здравјето. Организирани се предавања за заболување на срцето, малигни заболувања, шеќерна болест, мозочни заболувања и други теми со цел пензионерите да бидат информирани за сè. На тој начин се грижат за своето здравје и притоа да користат разни услуги, како на пример бањско и климатско лекување, како и повраток на трошоци направени при разни оперативни зафати. Позитивно е тоа

што комисијата ги разгледува нивните барања за партиципација и спрема степенот на нивната болест, одлучува со колку средства ќе бидат помогнати. Висината на помошта зависи и од висината на нивната пензија."

Пензионерите се запознаени дека со пензија до 15.000 денари партиципацијата изнесува 30 %, до 19.000 денари – 20 % и до 23.000 денари – 10 %. За вакцинација од сезонски грип 50% од трошоците за пензии до 22.000 денари. За двајца брачни другари за бањско климатско лекување се собираат пензиите се делат на 2 и се постапува по одлуката за партиципација. Членовите на оваа комисија посебно водат грижа да им обезбедат парична помош на заболените од тешки хронични и малигни заболувања во вредност од 10.000 денари.

За одбележување е соработката со здравствените установи од градот и со ОО на Црвен крст. Секоја среда кога е и пазарен ден во Кавадарци, во просториите на здружението работи медицинска сестра со долгогодишно искуство, Љуба Глигорова, која им мери притисок и шеќер на пензионерите.

По потреба се обезбедува помош и нега во домот на болните пензионери над 65 години со ограничена способност, за што се акредитирани 20 негуватели. Во овој контекст се организираат и разни хуманитарни акции преку кои пензионерите добиваат разни надоместоци како во прехрана така и во лекови. При изведувањето на екскурзии за пензионерите задолжително е и присуство на лекар, се со цел пензионерите да бидат заштитени и релаксирани.

Лилјана Илиева

Колку е (не)здраво да ги пуштате миленичињата во постела?

Луѓето кои имаат домашни миленици често уживаат во нивното друштво толку многу што ги пуштаат во нивниот кревет, да спијат со нив. Едно ново истражување сугерира дека оваа практика може да има позитивно влијание врз физичкото и емоционалното здравје на сопствениците, но и...

Домашното миленче може да ја намали анксиозноста и осаменоста на сопственикот – Некои луѓе одбираат домашно миленче, особено куче, за заштита. Кучето во куќата може објективно, но и субјективно да ја зголеми безбедноста на сопственикот. Кучињата исто така можат да обезбедат чувство на удобност и сигурност на луѓето со посттрауматско стресно нарушување кои имаат кошмари.

Бројни истражувања дошле до заклучок дека домашните миленици генерално позитивно влијаат на менталното здравје на луѓето. Научниците велат дека релаксирачкиот ефект од интеракцијата со домашно миленче е барем делумно поради физичкиот контакт. Многу луѓе тврдат дека спиењето со домашно миленче влијае на нивниот сон, а претходното истражување покажало дека луѓето кои имаат домашни миленици имаат помала веројатност да земаат апчиња за спиење од оние кои немаат. Присуството на кучиња или мачки значително влијае на тоа кои бактерии ќе се најдат во домот, а недостатокот на разновидна изложеност може да биде виновен за порастот на алергиите и автоимуни нарушувања.

Според некои истражувања, присуството на животни во домот го зајакнува имунитетот – Некои истражувања покажуваат дека галењето куче го зголемува имунолошкиот одговор, така што блискиот контакт, споделувањето на просторот за спиење, може да биде од корист за имунолошкиот систем.

Ризици од спиење со домашните миленици – Иако спиењето со домашни миленици им носи радост на многумина, тоа исто така може да претставува ризик за некои луѓе. Луѓето кои се алергични на животни и имаат домашни миленици обично ги држат надвор од спалната соба, дури и во текот на денот, за да избегнат изложување на влакна и првут. Утврдено е дека имањето мачка како домашно миленче само во зрелоста е поврзано со егзема. Фактот што домашните миленици внесуваат повеќе микроорганизми во вашиот дом има и предности и недостатоци. Од една страна, изложеноста на повеќе бактерии и други микроби може да помогне во зајакнувањето на човечкиот имунолошки систем. Од друга страна, домашните миленици можат да внесат и штетни бактерии, вируси и паразити, со што нивните сопственици се изложени на ризик од зооноза. Зоонози се заразни болести кои животните ги пренесуваат на луѓето.

Анкетите покажуваат дека мачките можат да го нарушат сонот на човекот повеќе од кучињата – Луѓето кои се повеќе склони кон инфекции, оние со ослабен имунитет и оние со отворени рани треба да избегнуваат да спијат со домашни миленици. Сопствениците на домашни миленици треба да бидат свесни дека дозволувањето на нивното миленче да им го лиже лицето или рацете го зголемува ризикот од разни болести. Домашно миленче во вашиот кревет навечер може да предизвика нарушување и на сонот. Во едно истражување, 20 проценти од луѓето изјавиле дека милениците ги вознемируваат додека спијат во иста просторија. Последиците од споделувањето кревет со куче врз квалитетот на сонот се веројатно релативно благи. Меѓутоа, ако сакате да го намалите нарушувањето на спиењето, истражувачите откриле дека вашето куче сепак треба да спие на друго место во спалната соба. Нарушувањата на сонот може да зависи и од типот на домашно миленче. Во едно истражување, жените кои делеле кревет со куче пријавиле помалку нарушувања на спиењето од оние кои делеле кревет со мачка. Сепак, потребни се повеќе истражувања пред да се заклучи дека мачките повеќе го попречуваат спиењето.

М. Дамјаноска

КОРИСНИ СОВЕТИ

Оцет и сода бикарбона

Со само две евтини и природни состојки, можете да исчистите половина од куќата.

Можете ефикасно да го исчистите вашиот дом без средства полни со хемикалии кои се опасни за нашето здравје и животната средина. За чист и уреден дом потребни ви се сода бикарбона и алкохолен оцет и, секако, малку време и добра волја. Со овие состојки, кои веруваме дека сите ги имате дома, ќе ги полирате кујната и бањата уште подобро отколку со скапите производи од продавниците.

Чистење на кадата, туш-кабината, мијалникот – Најлесен начин да се ослободите од бигорот во кадата, туш-кабината или мијалникот, кои обично се таложат околу славината или на места кои многу мократ, е со обичен оцет. Тие места натопете ги со оцет, а недостапните места намачкајте ги со памучна или волнена крпа натопена во оцет. Оставете малку за да дејствува оцетот и само исплакнете.

Затнати и валкани одводи – Најдобар лек е сода бикарбона и оцет. Нечистите одводни канали ќе ги исчистите така што прво ќе истурите топла вода во нив, потоа ќе додадете сода бикарбона и потоа ќе додавате оцет по малку. Со додавање на оцет, содата ќе почне да се пени и на тој начин ќе ја исчисти внатрешноста на цевките и каналите. Оставете да отстои повеќе од еден час. Потоа само измијте ги.

Машина за перење или машина за миење садови – Истурете две чаши оцет во дозерот на машината за перење и вклучете една од програмите за перење, по можност на 60 степени. За жал, надворешните рабови, како и гумата ќе мора да ги измиете рачно, исто така со раствор од оцет и вода.Ова ќе го реши и проблемот со застареното мирис. Едноставно истурете чаша оцет на дното на машината за миење садови и потоа вклучете ја празна за да ги отстраните сите наслаги од бигор и непријатните мириси.

Сода бикарбона за дамки на пластични садови и за сјај на среброто – Дамките и секој непријатен мирис на пластичните садови за храна измијте ги со сода бикарбона и ладна вода. За чистење на среброто, користете три спрема една мешавина од сода бикарбона и вода. Намачкајте ја смесата на среброто, а потоа исплакнете и исушете со мека крпа.

М. Д.

ЗП Крива Паланка и Ранковце

Учество на Фестивалот „Пеце Атанасовски“ во Долнени, Прилеп

На 30 јуни и 1 јули 2023 година се одржа дводневниот фестивал на народни инструменти и песни во Прилеп и на Рудина кај Долнени. Фестивалот е во организација на Министерството за култура при Владата на РС Македонија и Македонски институт за фолклор.

Свеченото отворање на Фестивалот беше првата вечер на камената бина на плоштадот „Александрија“ во Прилеп, а додека втората се одржа на Рудина кај Долнени. Овогодишното 49–то издание на Фестивалот го отвори градоначалникот на Општина Прилеп Борче Јовчески, кој ги поздрави многубројните гости и над триста изведувачи на изворниот народен македонски мелос од сите краишта на земјата како и гости од Бугарија и Србија. Меѓу другото тој рече:

– Чест ми е што нашата Општина и оваа година е поддржувач на овој значаен фестивал којшто скоро 5 децении го пренесува на новите генерации богатото национално изворно творештво на Република Македонија. Овој фестивал е единствен од ваков тип во Македонија и на Балканот, преку кој го негуваме и одржуваме изворниот мелос и богатата фолклорна традиција.

Првата вечер во Прилеп, а втората на Рудина кај Долнени одекнаа тапаните, се разлеаја звуците на гајдата, кавалот, зурлата, ќемането, на кои публиката не остана рамнодушна наградувајќи ги со бурни аплаузи.

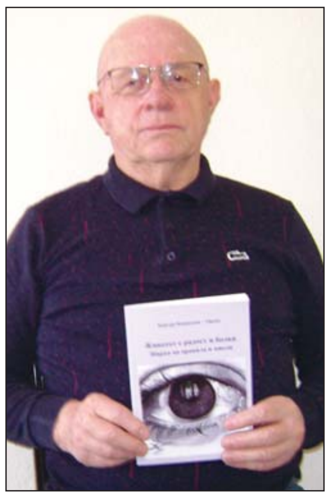
Оваа година на 49–тото издание на Фестивалот настапи вокално пејачката и инструментална група, која е во склоп на фолклорната група на ЗП Крива Паланка и Ранковце. Во состав Славица Вучковска и Јонка Стојковска ја исполнија песната „Излегов да се прошетам“. Додека дуетот придружуван од вокалистот Драги Младеновски ја исполнија песната „Дојдоа гости на гости“, „Укажа Ѓорги Војвода“. Инструменталната група со ќемане и гајда се претстави со кореографиите на ората: „Паланечка тројка“, „Мори Маро дилиндаро“ и „Кукуњеш“. Членовите на вокално пејачката и инструменталната група, не само што се чувари на старата изворна македонска песна, тие успешно ги негуваат и песните од кривопаланечкото поднебје, достојно претставувајќи го Здружението на пензионери на Крива Паланка и Ранковце. Но, овој пат, го претставуваа и градот Крива Паланка, бидејќи настапот беше во организација на НУЦ за култура Крива Паланка.

Б. Стојчевска

Прилеп, Блаже Бошкоски – Окото

„Животот е радост и болка“

Збирката на правила и мисли „Животот е радост и болка“ на авторот Благоја Бошкоски – Окото е негов прв обид на полето на книжевноста, во куса форма, позната како афоризам. Афоризмите на Бошкоски се систематизирани во 18 меѓусебно поврзани поттематски групи со следниве наслови: Живот, Љубов, Мудрост, Законот на животот, (Како да се живее, Страв, Жената, Силен дух, Вистина, Среќа, Искуство, Медитација, Судбина, Скромност, Срцето, Свесност, Позитивност, Негативност и Карма). На не многу страници се пласирани авторовите погледи за наведените поттеми, врз основа на неговото лично и семејно животно образовно и професионално искуство, искуства на неговите современици и средината и она што се искуства на родната земја и народ и светот и човештвото во целина. Во афоризмите во неговата книга се вградени и колективни и лични мудрости од минатото и од сегашноста, од кои последниве се застапени во интегрална верзија, со точно означување на авторот. Вака се изјаснува, пишува во својата рецензија, Слободан Беличански.



Во својот осврт и Тодор Алексоски за книгата првенче на Блаже Бошкоски, укажува на силниот дух, судбината, медитацијата и срцето, како значајни мотиви во афоризмите кои се пред читателите кои се определуваат да ја земат в раце книгата „Животот е радост и болка“, пишува Алексовски.

– Оваа книга, напишана со емотивен набој, зборува за љубовта која дава сила да го живееме животот, за срцето кое има душа и како најсилен водич во животот е центар на нашата моќ, – додава Тодор Алексовски.

Бошкоски е пензионер, роден е во Прилеп пред 76 години, а од пред пет години е во пензија. Во Прилеп го завршил средното економско училиште, а потоа ја завршил Вишата комерцијална школа, па дипломирал на Правниот факултет при Скопскиот универзитет. Во својата долгогодишна професионална кариера активно учествувал во општествено–политичкиот живот во Прилеп и пошироко. За неговата несебична работа има добиено повеќе признанија и благодарници од повеќе организации и институции. И, како што вели авторот, нема да застане само на оваа негова прва книга. Веќе во подготовка му е и втората книга. Пензионерите треба да се релаксираат на повеќе начини, вели тој, а тоа го има и во неговата збирка на правила и мисли „Животот е радост и болка“.

Кирил Ристески

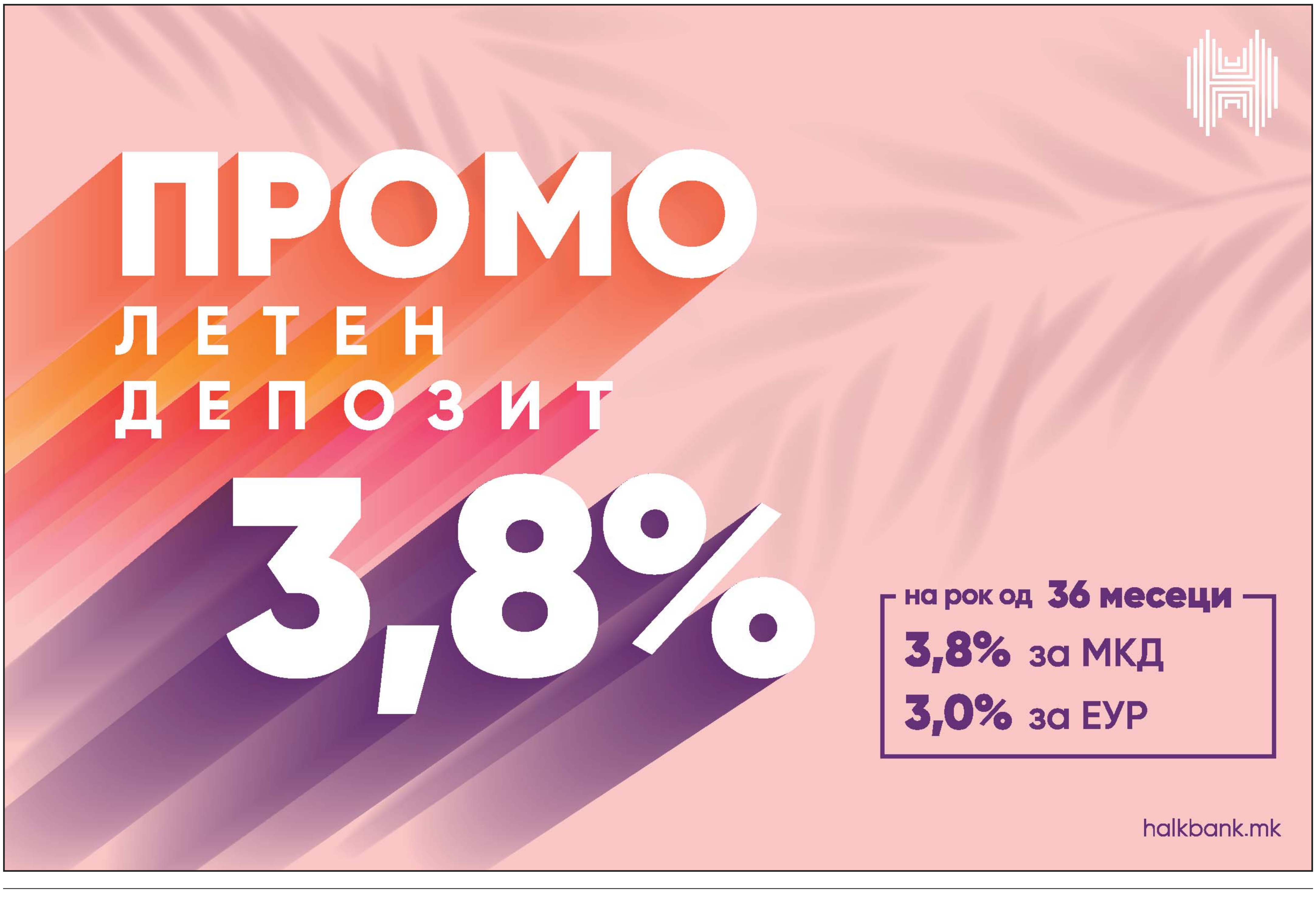
Гевгелија

55 години од матурирање

Генерацијата 67/68 година од Хемиско–технолошко техничкото училиште „Борис Кидрич“ во Велес, се собраа на 29.5.2023 година да одбележат 55 години од матура. Тука учеа ученици од цела Македонија

зашто беше единствено училиште во тоа време. Се собравме во дворот на училиштето, со прегратки и сеќевања дека од средбата пред пет години не сме се измениле. Во близина на училиштето во новоизградената црква Св. Кирил и Методи запаливме свеќи за оние кои не се веќе меѓу нас. Во некогашниот Офицерски дом во убаво уредената сала продолжи дружењето во пријатна атмосфера со ручек. Инспиративно беше обраќањето на пензионерката Јанка Узунова која прочита дел од нејзината поезија кое предизвика аплауз и смеа. Секоја средба буди несекојдневни спомени и убаво поминат ден. Се разделивме со прегратки и желба да не чува здравјето па догодина повторно средба во мај.

Јанка Узунова



ПАТУВАЈТЕ - СОНУВАЈТЕ

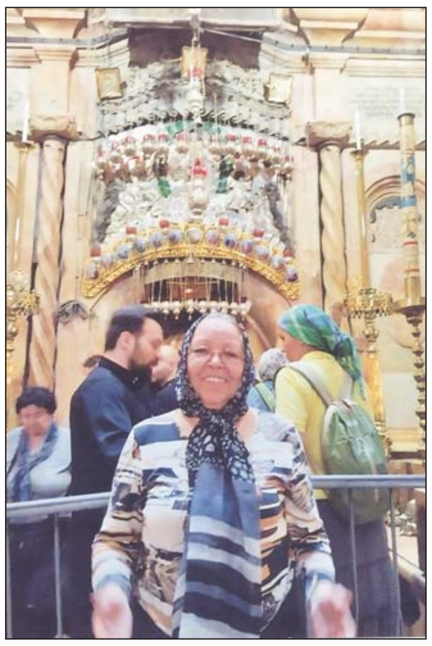
Добрила Димовска стана аџика

Добрила Димовска веќе седум години е пензионерка. Пензионерските денови се труди да ги минува што посодржајно и по исполнето. Од сите активности што ги практикува најмногу што сака е да патува. Со пензионерите ја користи секоја прилика да посети некои знаменитости и природни реткости или да ужива во убавините на нашата земја, но и надвор од неа.

Неодамна Добрила заедно со група пензионерки го посети Ерусалим и стана аџика. Еве што раскажува за ова интересно патување:

– Можеби некој нема да верува ама ова патување беше по желба и со помош на мојата свекрва. Бевме блиски, иако тоа ретко се случува меѓу снаа и свекрва, особено сега во овие времиња кога многу работи се сменија. Како да исчезнува меѓугенерациската почит, освен ако не е базирана на интерес. Но, да кажам како станав аџика. До Солун одевме со автобус, а од Солун до Ерусалим со авион. Ерусалим личи како цел свет да е собран на едно место. По неговите улици срекаваш луѓе од многу земји, речиси од цел свет. Во него има голем број цркви. Во Ерусалим душата ќе ви се отвори на посебен начин.

Во деновите кои следеа бевме маѓепсани од убавата комплексност на Ерусалим, посебно од Стариот Град. Зад тие стари ѕидини кои сè уште стојат силно и прекрасно, се наоѓаат толку знаменитости што вредат да се посетат.



Ерусалим е лулка на многу култури. Ерусалим е уникатен – нема друго место како него. Тој е град на традицијата, религијата и историјата. Во овој град научиле да живеат и христијаните и муслиманите и евреите, во некој хармоничен соживот, кој е тивок, а сепак толку мелодичен.

Стариот Град е поделен на квартови. Па затоа имате христијански кварт, муслимански кварт и еврејски кварт. И секој еден од нив вреди да се посети, да се видат сите култури и начини на живот, и да се проба од таа разновидна храна. Но, не можам ако не го издвојам фалафелот како впечатлива храна, која плени со аромата на кимот кој го ставаат како зачин.

Впрочем, секоја уличка во Стариот Град (што е како пајажина од лавиринти) има свој посебен мирис: темјан, миро (светено масло), стари парфеми, разновидни зачини, нежни ткаенини кои те носат во некое друго време.

Во средината на Стариот Град, се наоѓа Црквата на Воскресението, која е огромна прекрасна градба, а под која се наоѓаат Голготата (каде бил распнат Исус Христос), плочата на миропомазанието, и Гробот на Исус Христос. Секој еден дејствува на посебен, уникатен начин. Мене ми влијаеше така што да можам да ги заборавам сите неубави нешта од минатото, и да им простам на сите, а со тоа и да се ослободам. Да станам посреќна, посмирена.

Внатре во Стариот Град, а и надвор од него, има прекрасни манастири, испоснички пештери и знаменитости. Реката Јордан има големо значење за јудаизмот и христијанството. Малку ќе биде ако кажам дека Светата Земја ми го исполни срцето и душата. Малку ќе е и да споменам дека ме промени. И едното и другото се вистина, но нема зборови да се опише сè на начин како тоа беше доживеано.

На ова патување собравме пари и купивме крст за црквата во Зрзе во која имаше пожар. Моја препорака е секој да може да го посети ова ќоше од земјата, за да види како може срцето вистински да сака, како може душата вистински да живее, и како може телото вистински да трепери.

К. С. Андонова
Марика Дамјаноска

Цитати од книгата „Никомахова етика“ од Аристотел

Аристотел, чие име значи „најдобрата цел“, се родил во 384 пр. н.е. во Стагира (кај денешно Казанџи Маало), Халкидики, околу 55 км источно од денешен Солун. Неговиот татко Никомах бил личен лекар на Аминта III Македонски. Иако малку се знае за детството на Аристотел, тој веројатно поминал некое време во македонската палата, запознавајќи се за првпат со македонската монархија.

*„Значи, тогаш Среќата е очигледно нешто централно и самодоволно, што е крајот на сите работи што се (во тој центар) и што може да се направат“.

*„Сега за Главното Добро (т.е. за среќата) луѓето се чини дека ги формираат своите поими од различните начини на живот, како што природно би можеле да очекуваме: многумина и најниските сметаат дека тоа е задоволство, и оттука тие се задоволни со животот на сензуално уживање“.

*„Поентите што се бараат во Среќата се наоѓаат во комбинација од нашата размисла за неа. Некои мислат дека тоа е доблест, други – практична мудрост, други – некаква научна филозофија; други дека се овие, или пак некои од нив, во комбинација со задоволство, или барем не независно од него; додека други ја сместуваат во надворешниот просперитет.“

*„Ние го фалиме Разумот или Рационалниот дел од душата, затоа што тој поттикнува на исправен и на најдобар пат: но јасно е дека во нив, покрај Разумот, има и некој друг природен принцип кој се бори и се напрега против Разумот“.

*„Секоја уметност и секоја наука сведена на форма што може да се научи, а на сличен начин и секоја акција и морален избор, води кон некое добро“.

*„Има приближно три најповолни животи – живот на задоволство, на политичка активност и трето – на учење. Многумина, највулгарните, се чини дека доброто и среќата го сфаќаат како задоволство... Тука изгледаат сосема ропски, бидејќи животот за кој се одлучуваат е живот на пасење животни; а сепак имаат некаков аргумент во своја одбрана... Култивираните луѓе, оние активните [во политика], го сфаќаат доброто како чест... Ова, сепак, се чини дека е премногу површно за да биде она што ние го бараме, бидејќи се чини дека повеќе зависи од оние кои почитуваат отколку од почитуваниот, додека ние интуитивно веруваме дека доброто е нешто што е наша сопственост и тешко може да ни се одземаме... Третиот живот е животот на учење.“

*Доблеста е од два вида, доблест на мислата [на пример, мудрост, разбирање, интелигенција] и доблеста на карактерот [на пр., великодушност, воздржаност, храброст, правда]. Доблест на мислата се јавува и расте најмногу од наставата, и затоа е потребно искуство и време. Доблеста на карактерот [т.е. на етосот] резултира од навика [етос]; оттука и неговото име „етичко“ малку се разликува од „етос“. Затоа е и јасно дека ниту една од доблестите на карактерот не се јавува кај нас природно“.

Маја Белева

КРСТОЗБОР

пензионер плус	река во боливија и бразил	душа (лат.)	коренитост	поранешен боксер шкаро	прерамки	јаз на река за регулирање на водостојот	држава во африка	град во јапонија	јадење	алберт ајнштајн	радиус	автор на романот “песна” оскар	женско име	талентираност	пензионер плус
американска актерка (фотос)															лична заменка
старогрчки филозоф											прибор за работа / итал. фудбалски клуб				
наука за наставата, за наставните методи										прегледи / виетнамци					
арапски главатари						храна за болен / висорамнина во шпанија									вид врба
еден сврзник, макар					занимавачи со механика / река во словенија										
радиус		ангстрем / чувар на поле		цел англиско машко име					чешка афирмац. / вид скапоцен камен (мн				евентуално / шпанско женско име		
ракоплескање							девојче / крива сабја					хрват. нафтена индустр. / актерка мек гроу			
италијански скулптор / жителка на оран															пензионер плус
пријатни мириси (лат.)								вид мајмун / лик што се моли во хрис.ум							кислород
украсни нишки					корални острови / планина во канада						еднакво				
руска земјоделска задруга						мерка за површ. (мн.) / река во герман.									
азот		осмиум	стара ефипет. харфа / лудолф. број						исти самогласки						
место каде што се копа руда				длабоки бакарни чинии / сулфур											
помошници															

Решение: Марша Гејхарден, анаксагора, алат, дидактика, увиди, емири, понадица, иако, механичари, р, а, мета, ано, ев, аплауз, моме, ина, Андреја Пизано, одората, ателес, реси, атоли, исто, артел, ари, н, нанга, коп, сазни, асистенти.

Хумор

– Трпано, кажи ми книга на која си плачела најмногу?

– Збирка задачи по математика...

* * *

Мажот има 3 главни животни функции:

1. Да го чува Семејството
2. Да ја брани Татковината
3. Да дојаде, за да не се фрла...

* * *

Влегува Трпе во пекара:

– Дајте ми едно ѓеврече.

– А зошто очите ти се покриени со маската?

– За да не го гледам бурекот...

* * *

– Тато, утре ќе дојде дечко ми да ме побара за жена. Немој ни случајно да паѓаш на колена и да викаш „спасителу наш“. Доволно е да климнеш со главата...

* * *

Трпе на смртна постела:

– Мила, сакам да се омажиш за комшијата Цветко!

– Ама како така, нели го мразиш?!

– Е па баш затоа!

* * *

Една жена имала маж многу мераклија за други жени. Каде и да го испрати било на пазар било во аптека или на родителски секаде ќе го најдела со жена. Но кутриот немал век па умрел. Го погребале. Утредента жена му зела погача зела вино и отишла на будење. Кога отишла на гробот нашла едно писменце. Го отворила и прочитала:

– Не сум тука барајме преку три гроба кај Трпана сум на кафе...

* * *

– Ало, се јавуваме во врска со вашата исчезната сопруга, бидете подготвени за најлошото!

– Аман бе, зарем ќе се врати?

* * *

– Ало тато, пукна гумата, не знам што да правам! Му ѕвонам на дечко ми не се јавува!!

– Резервата каде ти е?

– И тој не се јавува!!!

* * *

– Ало здраво, вртимо ви од Шпаркасе банку.

– Да изволте.

– Дали користите наши услуге?

– Да, к’д проваѓам покрај вашу банку огледују се на излог...

* * *

Разговараат двајца постари пензионери:

– Ах, кога ќе се сетам колку многу сакав една девојка кога бев млад.

– И што се случи? Се омажи ли за друг?

– Ма не. За жал се омажи за мене!

* * *

Во полициска станица ѕвони телефонот. Се јавува возбуден женски глас:

– Во станот ми влезе крадец.

– Како изгледа?

– Висок, згоден, со сини очи.

– Веднаш доаѓаме да го уапсиме.

– Не, не мора веднаш, може и утре.

* * *

Ајше вари грав и го поместува тенџерето те на една, те на друга, те на трета рингла.

– Зошто правиш така, – ја прашува комшиката.

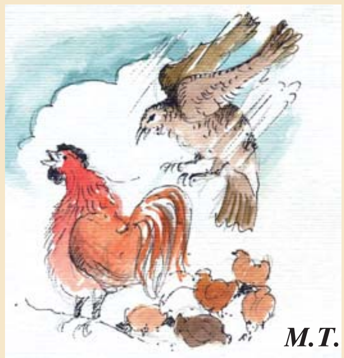
– Абе, Рамче го поврзал шпоретот на семафорот пред куќата!

Два петла

Два петла кои долго време живееле пријателски, се скарале поради една кокошка. Оној што победил се качил на покривот и славно почнал да кукурика и бучно да мавта со крилјата. Тоа го забележал јастребот и го грабнал.

Победениот петел се вратил меѓу кокошките. Кога влегол сите го опколиле и му укажувале чест и внимание, а никој не го споменувал неговиот пораз.

Поука: Не е добро да ве заслепи победата или успехот, бидејќи лошо ќе поминете.



M.T.

Проект „Нега за стари лица во домашни услови“ во Општина Центар

Пензионерите со примања до 35 000 ден. или без приход можат да користат домашна нега

Општина Центар го измени Правилникот за начинот, условите и критериумите за остварување право на бесплатни пакети за нега на возрасни лица во Општина Центар – Скопје односно за право на користење на проектот „Нега за стари лица во домашни услови“. Преку овој проект Општина Центар обезбедува вежби и совети од лиценцирани физиотерапевти, негуватели и социјални работници во домашни услови за пензионерите во Центар. Имено, измените се однесуваат на зголемување на висината на примањата односно социјалната помош или пензијата. Градоначалникот на Општина Центар Горан Герасимовски вели дека корисници на проектот можат да станат лица кои примаат пензија или социјална помош до 35 000 денари месечно наместо до 30 000 денари како што беше досега.

„Со зголемувањето на висината на примањата на пензионерите создаваме услови за пријавување на повеќе заинтересирани пензионери кои услугите може да ги користат во домашни услови. Овој проект верувајте е навистина значаен за сите пензионери кои имаат потреба од нега или помош во одржување на домаќинството“, смета Герасимовски.

Корисници на проектот покрај граѓаните со полни 62 години, адреса на живеење во Општина Центар и примања до 35.000 денари можат да бидат и граѓани кои не остваруваат никаков приход. Тие ќе треба да достават Потврда од УЈП за остварени приходи во претходната година и истата да не надминува нето–приход од 420.000,00 денари годишно.

Сите заинтересирани граѓани доколку сакаат да бидат корисници на проектот најдоцна **до 15-ти секој месец може да доставуваат барање до Архивата на Општина Центар. Потребно е да приложат фотокопија од лична карта, фотокопија од потврда за примена пензија и фотокопија од медицински документ за здравствената состојба не постар од една година. Додека условите кои треба да ги исполнуваат корисниците се: лицето да е жител на Општина Центар, да е на возраст над 62 години, да е корисник на социјална помош или пензија и да нема други примања, висината на пензијата или социјалната помош не смее да надминува 35.000 денари месечно, корисникот на пензија може да биде 1 член од семејството исклучок од ова може да биде само доколку се приложи извештај за специјална медицинска состојба за која е потребно вклучување на посебна нега и третман за второто лице.**

Општина Центар им излегува во пресрет на сите граѓани во Општината олеснувајќи ја нивната старост. **З. С.**

ЗП Крушево

Реализирани екскурзиите според Програмата за 2023

Согласно со Програмата за работа на Здружението на пензионерите од Крушево за 2023 година, и програмите за работа на ограноците во текот на оваа година планирано беше секој огранок со своите членови да организира еднодневна екскурзија во рамките на државава.

Одборите на ограноците од Крушево заедно со комисиите за спорт и рекреација на седницата одржана на 30.5. 2023 година, донесоа едногласна одлука еднодневна екскурзија двата огранока да изведат на 13.6. 2023 година (среда) на релација Крушево – Врање, Република Србија.

Бројот на учесниците беше неограничен за сите членови од овие огранoци. Интересот од страна на пензионерите/ките беше голем и вкупно се пријавија 129 пензионери.

Управата за изведување на оваа екскурзија изготви посебен Протокол и за учесниците обезбеди квалитетен превоз со два автобуса и едно комбе, преку Туристичката организација „Бран“ од Прилеп.

Патувањето од Крушево до Врање и назад беше добро организирано, проследено со соодветни паузи за одмор, а престојот во Врање, дружењето, песната и орото беа составен дел на оваа незаборавна екскурзија. Учесниците побараа вакви дружења да се организираат што почесто.

Огранокот од Житоше изведе дводневна екскурзија на релација Житоше – Струга – Елбасан – Драч. Дружењето, престојот и посетата на повеќе значајни места во Драч и околината оставија голем впечаток на 30–те пензионери – учесници.

Одборот на Огранокот од Свето Митрани заедно со Комисијата за спорт и рекреација организираа еднодневна екскурзија на релација Свето Митрани – Кичево – Лешок – Скопје со 32 учесника.

Учесниците во екскурзиите беа задоволни од дружењето и барањата на сите беа идентични, вакви средби да има што повеќе, а по можност да се организираат заеднички екскурзии со пензионерите од сите огранoци на ова здружение. **Д. Трајкоски**

ЗП Македонски Брод

Неуморни и пример за сите пензионерки

На последниот настап на Фестивалот на народни инструменти и песни „Пеце Атанасовски“ кој се одржа во Прилеп и село Долнени двете неуморни пензионерки: Даница Максимовска и Стојмирка Новеска, членови на ЗП Македонски Брод го докажаа својот ентузијазам кој беше и повод да ги истакнат нивните способности и активности.

Даница е пензионерка од 2008 година и веќе 15 години учествувала во спортски натпревари, а посебно на регионалните и републичките, освојувајќи прво место во пикадо 2018 и 2022 година и доби диплома и признанија за најдобар поединец – жена. Таа учествувала и на регионалните ревии на песни, музика и игри во Кичево, Струга и Гостивар, на костенијадите во Македонски Брод и на фолклорните изворни народни песни во трио со Слободанка Саракиноска и Стојмирка Новеска одржувани во повеќе градови низ Македонија. Од оваа година таа е претседателка на активот на жени – пензионерки.

Стојмирка е пензионерка од 2007 година и веќе 16 години е активна во Здружението на пензионери од Македонски Брод и учесничка во повеќе манифестации и спортски натпревари. Во 2015 година била победник во пикадо освојувајќи го првото место поединечно, а спортскиот натпревар се одржал во Кичево. Исто така, била учесник на сите манифестации на фолклорни изворни народни песни на регионални и републички ревии на песни, музика и игри кои се одржувале во повеќе градови низ Македонија, на костенијадите во Македонски Брод и други општински ревии и културни настани. Била долги години претседател на активот женипензионерки при ЗП Македонски Брод.

На крајот кога ги прашав и двете која ќе биде пораката за крај од разговорот ми рекоа: „Испраќаме порака до сите пензионерки да се вклучат активно во реализација во нивните програми да формираат фолклорна пејачка група, хор од пензионерки и драмска група. Тогаш нашето здружение ќе има уште поголем успех во сите активности што ги организира СЗПМ и ЗП Македонски Брод“. **Рате Савев**

ЗП Битола

Здружението гордо на своите членови победници

На 21.06.2023 година во Ресен се одржаа 27. Регионалните спортски игри на пензионери организирани од Сојузот на здруженијата на Македонија.

Домаќин беше Здружението на пензионери Ресен. На регионалните спортските игри учествуваа Здружението на пензионери Битола, Прилеп, Крушево, Демир Хисар и Ресен од третиот регион. Здружението на пензионери Битола освои десет први места и стана екипен победник на регионалните спортските игри во третиот регион.

Честитки за нашите пензионери – спортисти кои зедоа учество на овие игри, а посебни честитки за победниците и освоените први места во следните дисциплини: трчање на 80 м. мажи до 60 години, трчање на 80 м. мажи над 60 години, трчање на 60 м жени над 60 години, кошарка мажи, шах жени, шах мажи, пикадо мажи, домино мажи, табла мажи и ѓуле жени.

Победниците ќе учествуваат на Републичките спортски игри кои ќе се организираат наскоро. И покрај тоа што спортските игри значат дружење на пензионерите, активно стареење сепак освојувањето на 10–те први места значи голем успех за битолските пензионери, а тоа е резултат на учеството на поголем број пензионери, транспарентно објавеното соопштение, одржаните подготовки и извршената селекција од страна на претседателот на комисијата за спорт при здружението. **Д. Петличкова**

ЗП Пехчево

Вредна пензионерка, годините не се пречка

Со денешната соговорничка подолго се договаравме да направиме средба, но поради нејзината зафатеност со договорените нарачки и патувањето кај синот во Германија, по неколку одложувања средбата се оствари.

Фроска Каракутовска е родена во Пехчево каде што го

завршува основното образование, во Берово, а потоа и курс за фризери. Се мажи во Струмица каде што завршува и средно текстилно насока моделар. Отвора два фризерски салона во Струмица за потоа да се вработи во конфекцијата „Единство“, каде што работи како моделар за детска конфекција и инструктор, обучувач на курсити. Раководството на фабриката увидувајќи ја креативноста на својата вработена ја испраќаат на специјализација во Германија и Грција. Во струмичката конфекција работи до 1979 година, а потоа се враќа во Пехчево и се вработува во конфекцијата „Комуна“, како шеф на производство со која учествува на Скопскиот саем за текстил и освојува прво место за сафари колекција за деца.

Креативноста на Фроска Каракутовска и претприемачкиот дух доаѓаат до израз преку нејзината прва регистрирана занаетчиска работилница, од каде што извезува сопствени модели. Во работилницата вработува 60 работници, а со време бројот на вработени достигнува 170 работници.

И по пензионирањето Фроска продолжува да биде активна и работи за странски фирми за кои покрај другото врши и контрола на готовите производи. Нејзината креативност продолжува да се изразува преку сопствените изработки. Таа продолжува да плете, ткае, шие, везе и создава разни рачни изработки, но шиењето и е во крвта.

– По пензионирањето волната ми беше предизвик, бидејќи живеам во рурално подрачје каде што има доста волна. Суровата волна сама ја перам, сушам, чешлам, влачам и приготвувам за понатамошна обработка преку постапката т.н. филцање. Постојат два начина на филцање: мокро, каде што со вода и сапун волната се обликува со раце во саканиот производ и суво филцање, каде што со специјални игли се изработува саканиот производ. Готовите производи ги украсувам со навезени цветови. Произведувам: калци, елеци, мантили, капути, детски елечиња, сукњи, чанти и друго. Вообичаено работам по порачка, а дел од производите ги продавам и преку интернет. Правам напори младите да ги заинтересирам за овој вид производство, но досега не најдов интерес. На конкурсот за изработка на навлаки за шишиња за вино на „Тиквеш“, Кавадарци мојот модел е избран како најдобар и сега производува. Редовно учествувам и на Етно саемот „Пехчевски Павловден“ каде што посетителите на традиционалниот Фестивал на дувачки оркестри имаат можност да видат и купат дел од широкиот асортиман на традиционални етно производи. **А. Кацарски**

ЗП Карпош

Димитрија Николовски - истакнат активист

Здружението на пензионери Карпош Скопје составено од осум огранoци, е најстаро здружение во Р Македонија. Редно е да се истакне најмалиот огранок на ова здружение, Нерези. Еден од најстарите активисти од овој огранок е Димитрија Николовски, кој со својот огромен и перманентен ангажман во последните 15 години, беше за пример, како колега, другар и пријател, ценет сопруг, родител и дедо. Ветеранот Димитрија, е еден од основачите на огранокот, кој во почетокот имал околу 200 членови, а денес благодарение на неговото ангажирање, има околу 370 членови.

Со својата несебична посветеност на задачите, тој даде голем придонес во развојот и унапредувањето на пензионерското организирање како во огранокот Нерези така и во целото Здружение. Тој придонесуваше за поуспешна соработка со голем број на други општински здруженија, како на спортски, така и на културен план. Пред пензионирањето долго време работел како советник во Општина Карпош, а ја водел и матичната служба во град Скопје. Така Димитрија имал можности успешно да соработува особено со градоначалниците на Општина Карпош, Андреј Петров, Стефан Богоев, а особено со Стефче Јакимовски, сегашен актуелен градоначалник. Со негово целосно ангажирање и посветеност, огранокот своите активности ги остварува во рамките на правата и должностите утврдени со Статутот на здружението.

Димитрија Николовски кој беше долгогодишен активен член и ветеран во ЗП Карпош, е човек за почит од секој аспект, мошне сериозен и рационален. Тој се вклучил во пензионерска организација уште во 2009 година, влегол во потеснот круг на раководството на ЗП Карпош и станал еден од најпознатите и најпризнатите активисти. Диме бил заменик–претседател на Извршниот одбор на ЗП Карпош. За време на своето членство извршуваше повеќе функции во Здружението. Диме беше вреден и ценет другар од кого многумина научија многу. Димитрија Николовски замина, но спомените остануваат. **Душан Јовановиќ**

Миломир Главчиќ - еден од најголемите хуманисти

Да имаш и подаруваш на другите за да не се чувствуваат гладни и жедни, особено за време на големите празници, затоа што и самиот знаеш што е празен стомак и немање пари. Србинот од Канада Миломир Главчиќ, е старец со бистар и остар ум. Иако има многу години, неговите дела се големи, особено кога пред големите празници како што се Божиќ и Велигден праќа убава сума пари на луѓето од неговиот роден крај. Овој човек кој сега живее во Канада, не гледа ништо големо во неговите дела, туку само смета дека тоа е подадена рака кон оние на кои тоа им треба. Тоа го прави затоа што добро знае што значи да си гладен!

Трнлив, тежок и полн со жртви бил неговиот животен пат. Од сиромашно сираче кое било повеќе гладно отколку сито, до успешен бизнисмен во Канада, Миломир е човек кој има сѐ, но на кој најмногу му недостасуваат полињата, ливадите, реките и планините околу Краљево, каде што ги направил првите чекори како сиромашен овчар.

Големиот српски дарител е роден во 1924 година во селото Ковачи. За да преживее, како момче им служел на селаните во селото за ситни пари, се снаоѓал како знае и умее.

– Бев без родители, работев дење и ноќе. Кога потпораснав, отидов во Белград да научам занает. Таму ме затече и Втората светска војна. По отслужувањето на воениот рок решив да ја напуштам државата.

Прво отидов во Грција, од таму во Италија и по игра на судбината во Канада, каде што решив да ги засукам ракавите, да создадам нешто со овие две раце и со чесна работа. Успеав да создадам нешто за себе, за моето семејство, но никогаш не го заборавив мојот роден крај, мојот народ, мојата родна земја Србија. Да помагам, тоа беше моја желба и ја остварив. Уште се држам, нешто работам, пишувам, деновите минуваат. Среќен сум што успеав да можам да помогнам некому, уживам во тоа! По мојот есап мислам дека досега сум донирал над 10 милиони канадски долари. Помагам на бездомници, гладни, болни, на училишта, болници, клиники, помагам да се градат патишта, училишта, мостови... Изградив градинка, на болницата и подарив мамограф... Давам од срце. Господ ја награди мојата добрина со многудетно семејство, хармонија, здравје и остар ум, што и денес ми служи исклучително добро, вели тој. **В. Петрушева**