



Министерот за труд и социјална политика Спиро Ристовски во посета на СЗПМ

## Обезбедување достоинствен живот за пензионерите

**М**инистерот за труд и социјална политика Спиро Ристовски и директорот на Фондот на ПИОМ Беким Незири, на 25 април 2012 година учествуваа на проширенот состанок на Извршниот одбор на Собранието на СЗПМ со претседателите на здруженијата на пензионери од Сојузот и членовите на Правно-економскиот форум. Најавата на министерот Ристовски и неговото излагање беа поздравени со аплауз од присутните како израз на задоволство за досегашната добра соработка и заинтересираност за решавање на пензионерските проблеми и подобрување на квалитетот на животот во третата доба.

На почетокот министерот Ристовски ја нагласи обостраната корист од досегашните среди и соработка со СЗПМ, бидејќи многу прашања од остварувањето на правата од пензиското осигурување и социјалната заштита се во фокусот на работата на Министерството, а обезбедувањето достоинствен живот на старите лица и на пензионерите, е еден од приоритетите на Владата и на Министерството за труд и социјална политика.

– Во таа насока, од 2006 година до сега пензите се зголемени за 38%, така што просечната пензија во 2006 година изнесуваше 7683,00 денари, а во декември 2011 година 10.628,00 денари, додека најниската пензија од 2006 година до сега се зголеми за 55%. Исплатата на пензите, пак, се врши во првата седмица од месецот. Во услови на повеќегодишна светска економска криза некои држави преземаат рестриктивни мерки во пензис-



оваа година, кога е предвидено пензиите да се зголемат за 5%, а во истиот месец во 2013 година за 7,5% и во декември 2014 година за 10%. Во контекст на подобрувањето на квалитетот на животот и зачувувањето на здравјето на пензионерите, тој истакна дека и во наредните 4 години ќе продолжи да се реализира проектот за баланско-климатската рекреација со кој треба да се опфатат вкупно 40.000 корисници, а зборуваше и за реализацијата на Националната стратегија за стари лица 2010–2020 година, со која се планира изградба нови регионални домови и центри за прифаќање и престој на стари лица.

Министерот Ристовски говореше и за новиот текст на Законот за пензиско и инвалидско осигурување со кој, покрај другото, се предвидува и потврдува учеството на СЗПМ во управувањето со Фондот на ПИОМ, со задолжително учество на свој претставник во Управниот одбор.

Потоа тој со задоволство одговараше на прашања на присутните, а за време на паузата, заедно со претседателот на СЗПМ Драги Аргировски и директорот на Фондот на ПИОМ Беким Незири, дадоа изјави за медиумите, кои со голем интерес ја следеа средбата.

Во продолжението на состанокот се дискутираше за спроведената јавна расправа по иницијативниот текст на Законот за пензионерско орга-

низирање во Македонија, за што воведни забелешки даде претседателот на СЗПМ Драги Аргировски. Притоа, тој ја истакна поддршката на министерот за труд и социјална политика на иницијативите на СЗПМ и го нагласи значењето на донесувањето Закон за пензионерско организирање, кое го нарече историско. Затоа, СЗПМ по вградувањето на предлогите од ЗП во работната верзија, навреме ќе го достави текстот на Предлогот за што побрзо да влезе во собраниска процедура.

– Со преземањето конкретни активности од интерес за членството на пензионерската организација, како што е и оваа иницијатива за донесувањето на Закон, СЗПМ стана препознатлив фактор во Република Македонија и токму во оваа година која ЕУ ја прогласи за година на активно стареенje и меѓугенерациска соработка и солидарност, се потврди и уште повеќе се афирира како најактивна невладина, непартишка и мултиетничка организација, – истакна претседателот Аргировски.

Потоа, претседателот на Правно-економскиот форум Стамен Филипов ги информираше присутните дека Форумот ја утврди иницијативната работна верзија на Законот за пензионерско организирање, кој беше доставен до сите здруженија на пензионери во Републиката, за да дадат предлози, сугестији и мислење за подобрување на содржината на текстот. При тоа текстот на Законот беше доставен и до другите сојузи членки на Одборот на регистрираната организација за солидарен фонд и членарија. Рокот за спроведување на јавната расправа беше оптимален и во тој рок стигнаа најголем број мислења.

Во дискусијата, во која учествуваа: Зоре Мицкоски, Никола Николовски, Данче Даскаловска, Васко Калески, Благоја Бојчиев, Илија Адамоски, Милорад Ристовски, Руфат Рамадани и други, уште еднаш се потврди поддршката што ја дадоа здруженијата на пензионери за потребата за донесување на Законот за пензионерско организирање, со кој ќе се воведе ред во пензионерската организација и со кој многу спорни прашања и проблеми побрзо ќе се разрешат.

Мендо Димовски



кото осигурување што резултира со намалување на правата или „замрзнување“ на висината на пензијата за неколку години. Во Република Македонија пензите и понатаму се исплатуваат редовно и се врши законското усогласување според порастот на платите и според трошоците за живот два пати годишно, со цел да се зачува реалната вредност и да се заштити стандардот на пензионерите, – рече министерот Ристовски.

Тој даде и ветување дека Владата на РМ нема да отстапи од програмата за работа во која е дефинирано усогласување на пензите за периодот 2012–2015 година и тоа почнувајќи од декември

**Спиро Ристовски,**  
Министер за труд и социјална политика:

На средбата со претседателите на ЗП од СЗПМ разговаравме за повеќе теми од кои една беше во врска со измените и дополнувањата на Законот за пензиско и инвалидско осигурување, кој е во собраниска процедура и секако за оние активности кои се поврзани со Стратегијата за стари лица. Во оваа прилика сакам да изразам лична благодарност до СЗПМ, чии здруженија на пензионери дадоа целосна поддршка на измените на Законот за пензиско и инвалидско осигурување. Истовремено од нас беа побарани гаранции дека пензите ќе се исплаќаат редовно во првата недела од месецот, и тие гаранции ги дадовме. Пари за пензии има и тие ќе продолжат да се исплатуваат во првата недела од месецот. Сите наши ветувања за зголемувањето на пензите се реални и тие ќе бидат зголемени согласно со она што е планирано во програмата за работа на Владата...

**Драги Аргировски,**  
претседател на СЗПМ:

– Имајќи ја предвид економската состојба и постојаното опаѓање на животниот стандард на пензионерите, упатуваме барање до Владата да ја испита можноста планираното вонредно зголемување на пензите од 5%, наместо во декември, да се реализира од јули оваа година. Исто така, го искажавме нашето инсистирање за поинтензивно реализирање на Националната стратегија, како и настојувањето во соработка со ФПИОМ и локалната самоуправа, да се интензивира изградбата на клубови и центри за дневен престој на стари лица, бидејќи и во практика се покажа дека токму во нив пензионерите и старите лица манифестираат разни активности со кои си го разбираат и олеснуваат животот, го зачуваат здравјето и активно стареат. Тоа е тенденција и на Европската унија која оваа година ја прогласи за година на активно стареенje и за меѓугенерациска соработка и солидарност...

**Беким Незири,**  
директор на  
Фондот за  
ПИОМ:

– И денешната средба покажа дека Фондот за пензиско и инвалидско осигурување на Македонија е во тесна соработка и во директен линк со Сојузот на здруженијата на пензионери на Македонија. Значи, Фондот на ПИОМ и натаму ќе продолжи со соработката и унапредувањето на правата на секој пензионер на Република Македонија. Со самиот факт што во новиот Предлог-закон за пензиско и инвалидско осигурување е предвидено во Управниот одбор по автоматизам да има еден член од СЗПМ, указувам дека политиката на ФПИОМ ќе биде во тесна врска со пензионерите и дека на овој начин, Сојузот на здруженијата на пензионери ќе може директно да парциципира во генералната политика на ФПИОМ за подобрување на правата на пензионерите во Република Македонија.

## ВО ОВОЈ БРОЈ...

ИНТЕРВЈУ СО  
ГРАДОНАЧАЛНИКОТ



стр. 2 ►

ИНФО

стр. 4 ►

ТРИБИНА

стр. 5 ►

ПЕНЗИОНЕРИТЕ  
ЗАСЛУЖУВААТ  
ПОСЕБЕН  
ЗАКОН



стр. 7 ►

ПРИЈАТНА СРЕДБА  
ВО ДОШНИЦА



стр. 8 ►

ГОЛЕМАТА  
ПОЕТСА  
СВЕТЛНА  
ХРИСТОВА  
ЈОЦИЌ



стр. 10 ►

ЕМИСИЈА  
„НЕДЕЛЕН  
ВИТРАЖ“ НА ТВ СОНЦЕ

стр. 11 ►

MONOGRAFI  
PËR  
JUBILEUN  
E  
PENSIONISTËVE  
TETOVË



стр. 12 ►

ЗДРАВСТВО

стр. 13 ►

ЗАБАВА

стр. 15 ►

ВИДИЦИ

стр. 16 ►

Вашата пензија  
секогаш на први  
во месецот.

НЛБ Сребрен пакет

Интервју со Владимир Тодоровиќ, градоначалник на општина „Центар“

## Поквалитетен живот на пензионерите - еден од приоритетите на Општината



Општината „Центар“ има околу 15 илјади пензионери, но во неа живеат и други стари луѓе кои не се пензионери. На подрачјето на истата дејствува ЗП „Центар“, како и два огранци од Здружението на воените пензионери од Република Македонија. Кажете ни каква е Вашата соработка со пензионерите и другите стари луѓе во општината?

- Потребите на старите лица се разликуваат од потребите на било која старосна група. Делумно тоа се должи на самите промени кај старите лица (физиолошки и психолошки промени, како и осиромашување на социјалните контакти и функционирање во социјалното поле), како резултат на процесот на стареење. Генерално потребите и проблемите со кои се соочуваат старите лица се однесуваат на влошената здравствена состојба, пристапот до соодветни институции, како и задоволување на дневните потреби (храна, хигиена, информирање, културен и социјален живот). Но, имајќи го предвид процесот на децентрализација со кој самата локална самоуправа се здоби со надлежности кои порано беа дел од централната власт, постои законска обврска (почнувајќи од 2006 година) овој проблем да се третира и на локално ниво.

Како што и самите велите, бројот на лица кои го остваруваат правото на пензира, а се жители на Општината, е голем имајќи го предвид вкупниот број на жители во Општината. Токму и затоа оваа целна група и активностите

насочени кон истата е еден од приоритетите на кои работат стручните служби, па и јас како Градоначалник.

Општина Центар има воспоставено соработка со неколку здруженија на пензионери кои функционираат на територијата на Општина Центар. Со нивни претставници одржуваме редовни состаноци од кои произлегуваат конкретни активности согласно состојбите и проблемите со кои тие се соочуваат.

**Учествуваат ли пензионерите и старите луѓе во органите и телата на Општината, и во колкав процент?**

Пензионерите и старите луѓе се вклучени во органите на Општината преку претставници (советници) во Советот на Општина Центар, па оттука на овој начин се претставуваат и реализираат нивните права и потреби. Во наредниот период предвидено е да се потпише и Меморандум за соработка со Здружението на пензионери на Општина Центар. Овој Меморандум ќе предвиди вклучување на пензионерите кои се повитали во улога на комунални инспектори или контролори. Нивното активирање ќе биде на доброволна основа, во насока на вршење на контрола и увид на јавните површини и пријавување на констатираните проблеми до стручните служби на Општината.

Врз основа на одржаните средби со пензионерите преку нивните здруженија и согласно нивните потреби, креираме Програми чија реализација би значела задоволување на нивните потреби. Генерално сметам, дека конкретно во Општина Центар постојат голем број на пензионери чиј потенцијал и способности можат во голема мера да се искористат во насока на подобрување на состојбите во Општината.

**Општината презема низа активности, колку се присутни пензионерите и старите луѓе во сето тоа?**

- Општина Центар досега има реализирани повеќе проекти во кои пензионерите биле директно вклучени како нивни реализатори, но и индиректно како корисници на бенефитите од

тие проектни активности. Би сакал да извршам некои од нив кои можат да послужат како позитивен пример. Во изминатата година реализираме едно истражување со кое ги мапираме потребите на старите лица кои се жители на Општина Центар. Она што би сакал да го истакнам како позитивно во овој случај е дека, во самиот процес на дистрибуција на анкетите прашалници беа вклучени самите пензионери кои придонесоа за поефективно спроведување на истражувањето. На тој начин од една страна, пензионерите се вклучија активно во проектот, а од друга страна беа постигнати очекуваните исходи од планираниот проект.

Исто така како доста позитивен би го извршил и проектот, кој го спроведовме заедно со АЛФА ТВ и Хортикултурното здружение на Македонија, со цел вклучување на повозрасната популација и на пензионерите во активности за уредување на зелени површини. Целта на проектот беше формирање на катчиња за дружење и релаксација на повозрасната популација, кои сами ќе ги одржуваат. Сметам дека овој модел на вклучување на оваа категорија и како директни реализатори и како индиректни корисници на активностите е најдобар модел со кој ги поттикнува пензионерите да бидат поактивни и во исто време да имаат корист од она што е сработено.

**На кој начин се грижи и помага Општината животот на старите луѓе да биде поквалитетен и подобар и постои ли можност, како во некои соседни земји, Србија и Хрватска, за пензионерите да се воведат картички за купување животни намирници во големите маркети со пониски цени?**

- Општината континуирано води грижа за подобрување на животот на старите луѓе, преку различни активности, имајќи ги предвид нашите законски можности. Примерите од соседните земји се доста позитивни, но сепак треба да се испита можноста за инкорпорирање на овие модели во нашата држава, согласно законските регулативи.



Се планира да се гради пензионерски дом во општина „Центар“. Ќе учествува ли Општината во тој проект и на кој начин?

- Процесот за изградба на пензионерски дом во општина Центар беше предложен како иницијатива од страна на Здружението на пензионери на Општина Центар, што претставува основа врз која Владата на Република Македонија треба да им го додели земјиштето на трајно користење на Здружението. За овој објект Општина Центар веќе има изработено идеен проект и доколку се додади земјиштето, Општината е спремна да учествува со сопствени средства во изградба на истиот. Покрај Општината и самото Здружение би учествувало со свои средства, а доколку е потребно не е исклучено и можноста за приватно партнество. Во секој случај, во согласност со законските регулативи Општината ќе стори се сето тоа и да се оствари, само во насока на подобрување на условите и квалитетот на живот на повозрасната популација.

**Вашата општина и Вие лично познати сте по Вашите многубројни хумани дела и акции. Имате ли некои планови за хуманитарна или друга помош за пензионерите и за старите луѓе воопшто во Општината?**

- Секако дека поддршката и помошта за пензионерите и воопшто старите луѓе, кога станува збор за мене лично, никогаш и не престанувам. Секако дека сум спремен да излезам во пресрет на нивните барања, бидејќи како што веќе кажав оваа категорија луѓе и те како може да придонесе во подобрување на квалитетот на животот во било која заедница, без оглед дали се работи за Општина Центар или пошироко. Капацитетите и способностите кои ги поседуваат овие луѓе и по заминувањето во пензија не исчезнуваат, туку напротив треба да се искористат на начин на кој и самите тие ќе се почувствуваат корисни, а во исто време и целата популација од оваа категорија ќе ги почувствуваат бенефитите.

Мендо Димовски

## Конкретизирање на соработката помеѓу СЗПМ и ФПИОМ



Според веќе воспоставената практика за соработка, на 10 мај 2012 година помошникот директор на Фондот на ПИОМ Трајко Премчески имаше работна посета на Сојузот на здруженија на пензионери на Македонија.

На состанокот присуствуваа: претседателот на СЗПМ Драги Аргировски, потпретседателот на Собранието на СЗПМ Бесник Пощеста, потпретседателот на Извршниот одбор Методија Тошевски и секретарот на ИО на СЗПМ Станка Трајкова.

Најнапред претседателот Аргировски изрази задоволство дека соработката со Фондот на ПИОМ се одвива според договорената динамика и во посакуваниот обем. Сето тоа ќе придонесе многу прашања од заеднички интерес на двете страни да се разрешат. Како приоритетен проблем беше истакнато продолжувањето на заедничкиот проект за уредување на евидентацијата на членството, а со цел таа да биде точна, навремена и заштитена. Подготовките од страна на СЗПМ се речиси при крај и се чека да биде потписан Договор за соработка меѓу СЗПМ и ФПИОМ за уредување на оваа проблематика. Со реализација на овој

проект податоците во ФПИОМ и СЗПМ ќе бидат идентични и навремени. Покрај евидентацијата на членството, во рамките на проектот спаѓа и добивање разни прегледи и информации за состојбите во оваа популација која зазема голем дел од осигурениците во земјата. Воедно беше побарано Фондот да одреди лице за контакт со кое СЗПМ ќе комуницира за сите актуелни прашања и информации, а со цел пензионерите и нивните здруженија навремено и точно да бидат информирани.

На состанокот претседателот на СЗПМ го запозна помошникот директор Трајко Премчески дека СЗПМ изготви иницијативен текст на Закон за пензионерско организирање кој преку Министерството за труд и социјална политика ќе биде доставен до Владата. Општиот заклучок беше дека нема да има никаков застој во отпочнатите работе и во продолжување на соработката. Желба и волја за соработка има од двете страни, што се потврди и на досегашните два состаноци на менаџерскиот тим на Фондот на ПИОМ со претседателите на сојузите и здруженијата на пензионери во Република Македонија.

Калина С. Андонова

Еднаесетта седница на Извршниот одбор на СЗПМ

## Утврден иницијативниот предлог Закон за пензионерско организирање

На 17 мај Извршниот одбор на здруженијата на пензионери на Македонија ја одржа еднаесеттата седница на која беше утврдена иницијативата за донесување на Закон за пензионерско организирање во Македонија со Предлог закон. На седницата присуствуваа и: Бесник Пощеста, потпретседател на Собранието на СЗПМ, Стамен Филипов, претседател на правно-економскиот форум, Доне Николовски, претседател на Надзорниот одбор, Никола Николовски и Љубомир Наумовски, членови на работната група.

Најнапред со едно минуто молчење му беше одадена почит на починатиот Асим Јусуфи долгогодишен пензионерски активист од Тетово.

Уводно излагајќи за Предлог законот за пензионерско организирање даде секретарот на ИО на СЗПМ Станка Трајкова, главен носител на проектот. По неј-



зиното излагање беше констатирано дека се поминаати сите нивои во постапката за донесување ваков многу важен закон кој се однесува на 280 000 пензионери. При тоа, работната група ги прифатила сите релевантни и битни забелешки, предложи и сугестији што придонело за подобрување на квалитетот на предлог законот. Беше констатирано дека во јавната дискусија сите здруженија дале поддршка за донесување Закон

онерско организирање во Република Македонија со заклучок истиот да биде препратен до Министерството за труд и социјална политика за натамошна процесура.

На седницата претседателот Аргировски информираше и за подготовките за регионалните пензионерски спортски игри и за ревиите на песни, музика и игри. К.С.Андонова

# ОДБЕРЕТЕ УДОБНОСТ И СИГУРНОСТ



Триглав Осигурување Ви нуди пакет на удобност и сигурност, комбинирајќи ја за Вас заштитата што ја добивате при осигурување од последици на несреќен случај и осигурување на домаќинства.

Ова пакет осигурување Ве чини само 200 денари месечно, доколку имате стан од 50м<sup>2</sup>, а Ви го дава најдоброто решение за

вложените средства. Уживајте во најповолните услови за заштита, кои Ви осигуруваат побезбеден дом и посигурна иднина.

\*Месечниот износ од 200 денари вклучува осигурување на стан од 50м<sup>2</sup> и осигурување од последици на несреќен случај.  
За повеќе информации јавете се на тел.: 02 510 21 04; 02 510 21 80

ПАКЕТ ОСИГУРУВАЊЕ ЗА ПЕНЗИОНЕРИ

 **triglav**

[www.triglav.eu](http://www.triglav.eu)  
[www.triglav.mk](http://www.triglav.mk)

ТРИГЛАВ ОСИГУРУВАЊЕ ад

## Во Скопје: Дневни центри за стари лица и центар за давање помош во домашни услови

Проектот има за цел развивање на форми за волинституционална заштита и обезбедување грижа и здравствена заштита на стари и изнемоштени лица во домашни услови. Целна група на проектот се најмалку 120 стари лица. За оние кои се повитали и физички активни во рамките на проектот ќе функционира дневен центар со две простории прилагодени за работа со нив. Просториите се во Хуманитарниот дом Даре Чамбаз и во ООЦК ЧАИР. Повеќе од 60 стари лица ќе имаат можност на организиран начин да го користат своето слободно време со психолог и социјален работник заеднички да работат на тематски и обмислени активности ка-

ко што се: прадавања, натпревари во друштвени игри, одбележување на празници и роденден, организирање прошетки и работилници и друго. Исто така, во центарот ќе биде отворена телефонска линија на која граѓаните ќе можат да се јават и да добијат информации за работата на центарот.

Останатите 60 изнемоштени стари лица кои живеат на територијата на општина Центар, Кисела Вода, Шут Оризаре, Чаир и Бутел, а притоа живеат сами ќе добиваат грижа во домашни услови од страна на две медицински лица и 14 волонтери. Секое старо лице ќе биде посетено од страна на волонтери медицинско лице и ќе му бидат пружени следните

услуги: мерење шекер и притисок, контакт со матичен лекар, снабдување со лекови, совети за терапија за исхрана, придружба за одење на лекар, разговори за социјализација, помош за набавка на прехранбени производи, завршување на административни работи и слично.

Со проектот ќе се промовира волонтерството, вклучување на граѓаните во доброволна работа во активноста на Програмата на град Скопје и во Програмата на други организации кои нудат социјални и слични услуги. Исто така проектот ќе придонесе во подобрување на квалитетот на животот, здравјето и психофизичката состојба на старите и изнемоштени лица.

K.C.A.

## Незаборавна недела во Бањата Негорци

Бањата Негорци се наоѓа на оддалеченост од само три километри од Гевгелија, на надморска височина од 60 метри. Тоа е модерен туристички и здравствен центар за продолжен третман и рехабилитација на пациенти од областа на физикалната медицина. Тоа е комплекс од три објекти, „Јасен“, „Илинден“ и „Божор“, сместен во подножјето на планината Кожуф, откружен со парк од ретка јасенова шума, со блага клима, природно питом крај пријатен за престој и за прошетки.

По пристигнувањето и сместувањето во удобните двокреветни, трокреветни и четврокреветни соби гостите имаат можност да добијат лекарски преглед во самиот објект. Може да се советуваат со докторката за здравствената состојба и за тоа како и колку да го користат базенот со топла вода која е со висок минералитет. Од дамнината се познати нејзините лековити својства, кои во својот состав имаат калциум, магнезиум, рубидиум, цезиум, радон и други минерали. Бањите постојат од далечната 1864 година. А за тоа дека престојот во оваа наша, надалеку позната минерална бања е спој на здравје, убавина и релаксација е најистина тоа можев и самата да се уверам. Дваесет и четиричасовната

грижа за здравјето на гостите им е доверена на лекарската екипа предводена од д-р Билјана Ичева, физијатор, специјалист по физикална медицина, потпомогната од медицинските сестри Маја Митрова, Златка Василева, Аница Трајкова, Невена Алаѓозова. Од први мај оваа екипа е засилена со д-р Благородна Каркова - Таковска.

Основен тај бањите се опремени со најmodерна апаратура за сите видови терапија. Широк е спектарот на болестите кои се лекуваат во овие бањи. Почекувајќи од ревматски заболувања, дегенеративни заболувања на коските и зглобовите, на 'рбетниот столб, посттрауматски и постоперативни состојби од ортопедија, остеопороза, болести на органите за варење, кожни, нервни заболувања, болести на уринарни систем, кардиоваскуларни и респираторни заболувања. Беа последните денови на месец март, кога престојуваше првата група пензионери, од кои поголем број беа од Скопје, а имавме прекрасно сончево време, што придонесе на нашите престој да биде уште попријатен. Од самиот прием на рецепцијата, неодминлив е впечатокот од љубезнот однос на домаќините!

Пријатно е да се забележи задоволството кај повеќемина додека се

шетаа во близината на бањите. Другарувањето, овде се раѓа спонтано како неодмил дел од програмата, кошто го зборува еднонеделниот престој. Имав скреќа да ги слушам ведете досетки и виџеви од моите „цимерки“ Марија Серафимовска и Драгана Георгиева од Скопје, како и сопствената Стојна, на која секогаш многу добро и поаѓаше од рака да не насмеје. А понекогаш се случува и заедно да запееме некоја убава песна или да го заинграме „пайдушкото“.

- Навистина прекрасно се одмориме, запознавме наши врснички од други градови на Македонија и би сакале повторно да дојдеме, – речиси едногласно изјавија тие.

- Како долгогодишен посетител на бањата сакам да изразам благодарност кон сите вработени кои од сите среќе се трудат, престојот на сите гости да го направат поудобен и попријатен, – додаде Славка Ристоска, пензионерка од скопска Кисела Вода. Едноставно едно големо БЛАГОДАРАМ, за прекрасно поминатата незаборавна недела, при што многу бабички и дедовци имаат можност да ги „наполнат батерите“ и со позитивна енергија да се вратат кај своите внучиња!

M. Паунова

## Битола: превоз цела недела

Врз основа на согледувањата од остварените контакти со претставниците на урбантите заедници, како и изнесените мислења и предлози на самите пензионери, се дојде до заклучок дека потребата од користење на градскиот превоз од страна на пензионерите е многу поголема и не само во пазарните денови вторник и петок, како што беше до сега, кога се имаше право на бес-

платен градски превоз.

Во таа насока, а со цел да се излезе во пресрет на членовите на битолското здружение на пензионери, заклучено е да се изнајде решение, со истите средства кои до сега се одвојуваат за градски превоз, да се овозможи користење на целонеделен превоз.

Во договор со превозниците изнајдено е заедничко решение со кое

пензионерите при користење на градскиот превоз ќе парциципираат со 50% во еден правец на сите линии. Со договорот се опфатени десетина превозници.

Идентификацијата за член на Здружението на пензионери Битола, ќе се врши со членска книшка, а истата се издава од страна на ЗП Битола.

Оваа поволност се однесува и на пензионерите од Општините Mogila и Novaci.

D. Тодоровски

ЗП „Солидарни пензионери“ – Илинден

## Стремеж кон подобро пензионерско живеење

Напорот на неколку ентузијасти пензионери од општина Илинден главно бил насочен кон реализација на желите, потребите и мислењето на пензионерите. На 22 декември 2010 година оваа желба била

имплементирана кога Здружението „Солидарни пензионери“ било регистрирано и во скромни услови почнало со работа.

– Со територијалната поделба, која заживеа општината Илинден, се наметна идејата за формирање на здружение во рамките на нашата те-

риторија и брзо ја реализираше. По регистрирањето, почнавме да живееме и да дејствувааме како организација со околу 1400 пензионери, која стана и членка на СЗПМ. Сите активностите ги извршуваат според Програмата и со значителна материјална и финансиска помош и поддршка од градоначалникот Жика Стојановски, – вели претседателот на ИО Мирослав Стојановски.

Ова здружение на пензионери досега сите зацртани задачи од Програмата за 2012 година редовни и целиосно ги остварува. Од активностите посебно заслужуваат да се спомнат екскурзите кои мошне успешно се организираат, при што се посетуваат туристички места и значајни културно-историски споменици и други знаменитости широк Република Македонија. Здружението, исто така, покажува резултати во остварувањето и заштата на правата стекнати по основа на пензиското и инвалидското осигурува-

ње на членството. Тука посебно внимание се посветува на здравствената заштита, доделувањето хуманитарна помош, спроведувањето на културно-забавните и спортско-рекреативните активности, информирањето и друго.

Посебна заложба на Раководството е манифестирана во создавањето услови за работа и дејствување на оградите, за што досега се отворени три клубови и тоа во селата: Кадино, Младиновци и Марино, од кој клубот во Кадино е најдобро опремен и најмногу посетен. Се создадени подобри услови за подготовката на екипите за учество на регионалните пензионерски спортски натпревари.

Во Здружението се чувствува голема раздвиженост и сите се ангажираат во изнаоѓањето подобри форми и начини на организирање на активностите кои се ползуваат за исполнување на слободното време, за заедничко дружење и зборување на пензионерското живеење.

Васил Пачемски



реализирана кога Здружението „Солидарни пензионери“ било регистрирано и во скромни услови почнало со работа.

– Со територијалната поделба, која заживеа општината Илинден, се наметна идејата за формирање на

ЗП Злетово

## Здружението е мало, а постигањата се големи

Злетово е формирано во 1998 година. Пред тоа беше во состав на ЗП Пробиштип. Досегашни претседатели на Здружението биле: Радослав Михајлов, со два мандата, Данка Јосифова, сега почината, Страхиј Михајлов со еден и пол мандат и сега е претседател Трајан Петровски. Здружението го



Злетово се мошне активни. Тие многу често изведуваат екскурзии до најблиските излетнички места во општината и во соседните општини. Редовно ги примаат и читаат весниците „Нова Македонија“, „Пензионерски спортски игри во 2009 година имаше освоено второ место во домино-дами, второ место во пикадо, а во 2011 година второ место во пикадо мажи во Струга.

Не заостануваат и активностите на Комисијата за здравство која за новогодишните празници подели пакети со прехранбени производи на пензионери со мали пензии. Најголем успех на здружението е тоа што во 2010 година изгради свој објект-нов, двоспратен, на кој првиот спрат е пензионерски клубифе, а вториот е канцеларија и просторија во која вежбаат членовите на културно уметничкото друштво. Голема е придобивката што здружението има пензионерски клуб, кој претставува втор дом на пензионерите. Тие таму читаат, играат карти, шах, домино, табла, пикадо, се пие топол чај и се договараат состаноци, се гледа телевизија и се разговара општо за подобрување на пензионерскиот живот.

Здружението медиумски е покриено со телевизискиот канал „Протел“ од Пробиштип. Во составот на Здружението активно работи и Активот на жените пензионерки.

Во ЗП Злетово продолжуваат со активности за подобрување на условите на живот на секој пензионер, за да може тој активно да живее и старее.

Горѓи Пенов

Здружение на цивилни инвалиди во Кичево

## Традиционална средба на инвалиди од војната

На шести април во Кичево се одржа 36-та традиционална средба на цивилните инвалиди од војната на Македонија, на која присуствуваат над 150 инвалиди од Републиката предводени од претседателот на Националниот сојуз на цивилните инвалиди, Душко Нешевски заедно со домаќините од Здру-

гостите дека градот Кичево е шест пати ослободуван од рацете на окупаторот, а на 11 септември 1943 година станал прв слободен град во Македонија, кога била создадена слободна територија од Буковик на север до селото Ботун Охридско на запад. Но, слободата била скапа платена, за што сведочат моштите на 555 паднати борци и жртви на фашистичкиот терор, сместени во Спомен-костурницата на кичевското кале, погинати во борбите за Кичево и Кичевијата од цела Македонија.

Во Спомен домот на културата „Кочо Рачин“ во Кичево гостите во името на градоначалникот ги поздравија Веќко Стаматоски, а од името на здружението на инвалидите во Кичево говореше Раде Јолески. Со пригоден говор на присутните им се обрати и претседателот на Националниот сојуз на цивилните инвалиди од војната на Македонија, Душко Нешевски, кој зборуваше и за последиците од војната. Со куса фолклорна програма настапи и Културно-уметничкото друштво „Рацин“ од Кичево, а пред присутните гости се читала литератуарни творби со содржина против војната како најголемо зло за човечеството.

Ангелина Ристоска



жението на цивилни инвалиди во Кичево, како и претставници на Сојузот на борците од НОВ во Кичево. Учесниците пред пладнето ја посетија Спомен-костурницата на паднатите борци и жртвите на фашистичкиот терор на кичевското кале, а на бистата на првоборецот од Кичево Јанко Михајловски – Јанчица свежо цвеќе положија претседателот на Сојузот Душко Нешевски и секретарот Драган Дојчиноски.

Пред присутните гости за историските настани од втората светска војна 1941 – 1945 година, говореше Раде Јолески, а пред присутните гости се читала литератуарни творби со содржина против војната како најголемо зло за човечеството.

Интервју со Јордан Костадинов, претседател на ЗП Радовиш и Конче

## Активности за респект

Помина една постизборна година. Тоа значи дека се заокружува резултатите од работата на новото раководство. Како ја оценувате досегашната работа во вашето здружение и дали сте задоволни од постигнатите резултати?

– На почетокот да кажам дека во нашето здружение членуваат 3460 пензионери, организирани во 9 огранци од кои 5 во градот и 4 во населените места на општините Радовиш и Конче. Минатата година беше успешна и во целост беа реализирани програмските активности. Нашето здружение во континуитет се развива остварувајќи видни резултати. На 1 април минатата година новото раководство усвои содржината на програма за чија реализација имаше потреба од многу труд и енергија како и рационално користење на финансиските средства. Верувам дека во тоа успеавме.

**Во минатата година првпат беше формирана Комисија за здравство и хуманитарни активности? Какви се придобивките од работата на комисијата?**

– По повод Велигденските, Новогодишните и Божиќните празници организирано ги посетивме болните и изнемоштени пензионери во нивните домови. На 162 пензионери им беше доделена хуманитарна помош во храна и хигиенски производи. Исто така во соработка со Црвениот крст и Здравствениот дом од Радовиш за пензионерите редовно организираме превентивни здравствени прегледи, како и едукативни предавања за актуелни теми кои се интересни за пензионерите. Можам да кажам дека новоформираната комисија е мошне успешна.

**Пензионерите од нашето здружение досега организирано одеа на одмор и рекреација во одмаралиштата во нашата земја. Дали и понатака тоа ќе го практикувате?**

– Да, нашите пензионери најчесто ги користат услугите на „Негорски бањи“ и „Цар Самоил“. За оваа намена здружението партиципира со 40% од трошоците до десетдневен престој. Оваа можност ја имаат сите пензионери кои досега немаат ко-ристено одмор преку Здружението.

**Со своите активности Вашето здружение се афирмира како едно од подобрите во СЗПМ. Кажете ни што е тоа што го прави посебно?**

– Нашето здружение дејствува на територијата на општините Радовиш и Конче и е на сите пензионери (старосни, семејни, инвалидски, воени и земјоделски) ова не го сметам за некоја посебност, но сепак претставува позитивен пример на организирање. Секое расцепкување на пензионерската организација ги намалува шансите за успешна работење и за постигање на поголеми резултати. Нема да бидам нескромен ако кажам дека кога е во прашање здружението, забавата, игрите, песните и спортувањето од општините Радовиш и Конче, нема конкуренција. Ние секогаш сме најбројни и кога сме домаќини и кога сме гости, просекот е од 400 до 700 пензионери на средба. Овде како пример ги спомнуваме средбите во: Гостивар на Мавровското Езеро, Неготино, Плачковица, Дојран, Ораовичкото манастирче и многу други.

Штипјанка мисли на пензионерите

## Проект за селски туризам

**В**о акцијата „Осмели се“ до Владата на Македонија дос-тавија проекти 104 кандида-ти од 23 градови. Второто место го освои штипјанката Евица Димитриева, која доби парична награда од 1000 евра, колку што добија уште пет иноватори во Македонија.

Евица Димитриева се пријави со еден оригинален проект, во кој целна група беа пензионерите. Проектот се однесуваше за бесплатен престој на пензионерите од по 7 денонощја во фарма во близина на Пробиштип. Во фармата Димитриева планирала сместувачки ка-

Каква е улогата на жените во организацијата и колку тие се вклучени во реализацијата на програмските активности?

– Жените се доста активни и би рекол дека тие се поактивни и од мажите. Жените учествуваат во реализацијата на сите програмски активности. Овде посебно ја истакнувам нивната улога во здравствено-хуманитарните акции, спортските натпревари, ревиите на песни и игри, учество во општествено-корисни акции, како и нивното масовно учество во заедничките друштва. На 10 ноември, одбележувајќи го големиот Јубилеј 65 години од пензионерското организирање, жените и овој пат активно се

вклучуваат во реализацијата на програмата. Новоформираната пејачка група блеска со сиот сјај, а исто така 40 хумани и вредни пензионерки подготвија богат коктет од свои специјалитети.

**Во досегашните Ваши јавни настапи често ја истакнувате транспарентноста од работењето на здружението, како го обезбедувате во практика?**

– Една од карактеристиките на работата во нашето здружение е обезбедување на јавност и отчетност за целокупната работа. Во почетокот тоа одеше малку потешко, но денес веќе обезбедуваме се подобри услови за информирање како на пензионерите така и на пошироката јавност. Членовите на здружението ги информираат преку нивните преставници кои учествуваат во работе на органите и телата. МТВ и локалните медиуми „Еми“ и ТВ „Кобра“ секогаш се на нас и ги информираат граѓаните за сите наши позначајни активности. Дел од активностите објавуваме и во весникот „Пензионер плус“, а исто така и преку нашите службени соопштенија,

**Кои се приоритетни задачи во натамошното дејствување?**

– И во наредниот период ќе се залагаме за остварување на правата на пензионерите. Исто така се приклучуваме кон барањето за вонредно зголемување на пензии. Ова барање е сосем реално затоа што во последно време многу се зголемија цените на животните трошоци, а тоа најмногу ги погодува пензионерите. Во рамките на нашите можности ќе се залагаме за што посекоро донесување на Законот за пензионерско организирање, затоа што местото и улогата на пензионерите во државата треба да биде озаконето.

**Во интервјуто од ваков вид неизоставни се и прашања од личниот живот. Кажете ни накратко за Вашиот животен пат?**

– Средно образование завршив во Штип, а дипломиран на Филозофскиот факултет-Група за општонародна одбрана во Скопје. Првите 10 години работов во фабриката „Декортекс“ Радовиш. Наредните 16 години работов во Територијалната одбрана, како началник на бригада и командант на Општинскиот штаб. Во 1994 година се вработив во Армијата на Република Македонија и работов како заменик и командант на северната граница на РМ цели 10 години. Во 2003 година се пензионира. Како семеен човек со сопругата имаме син и ќерка кои веќе имаат семејства, имаме 3 внуки Мелани, Габриела и Тамара и еден внук – Јордан.

Лъилјана Младеновска



Лъилјана Младеновска  
пациенти за пензионерите кои ќе престојуваат во истата. Планирани биле од 8-10 соби. Пензионерите, за време престојот, во фармата ќе се рекреирале, односно за 7-дневниот престој сами ќе подготвуваат македонски традиционални јадења, како и ќе учествуваат во изработка на македонски ракотворби кои ќе бидат интересни и за странските туристи.

Како што вели Евица Димитриева има доста пензионери кои миг-

рирале од селата во градовите, а сега повторно се заинтересирани да се вратат во селата. Според проектот се планира во непосредна близина на фармата да се отвори и етно соба, која ќе ги привлече странските туристи со што ќе се обезбедило поднамичен развој на селскиот туризам, а во истовремено и пласман на вишокот прозиводи.

Димитриева истакнува дека во реализацијата на проектот ќе се

OD РАБОТАТА НА ФОНДОТ НА ПИОМ

## На ред се значајни зафати



**Наплатата за користењето на станите во пензионерските домови е добра, а се прават напори истата да се подобри за закупениот деловен простор. Во три пензионерски домови во 2012 год. ќе се инвестираат 2 милиони денари**

Меѓу прашањата кои се во центарот на вниманието на работата на Фондот на ПИОМ, секако дека спаѓаат и домовите за живеење на пензионерите во нашата држава. Во таа смисла се и постојаните настојувања и покрај ограничениите, а сега значајни средства што се одделуваат со Годишниот финансиски план, секоја година да се инвестира во нив, со цел постојано подобрување на условите и просторот за живеење на пензионерите во нив. Треба да се знае дека во Република Македонија има вкупно 37 домови за живеење на корисниците на пензија, а Фондот на ПИОМ стопанисува со 13, додека со останатите 24 стопанисуваат здруженијата на пензионери. Пензионерски домови со кои стопанисува Фондот се во населбата Аеродром со 142 стана, потоа во Горче Петров, кој има 30 станови, па пензионерскиот дом во Автокоманда со 44 станови, како и пензионерските домови во Прилеп со 20, Делчево 13, во Гевгелија со 16, во Пробиштип со 9, во Виница со 3, во Крива Паланка со 10, во Кочани со 8, во Свети Николе со 9, во Гостивар (нов дом) со 16 и во Гостивар (стар дом) со 21 стан. Од погорното може да се види дека Фондот на ПИОМ располага со 341 стан во 11 градови во државата.

Според податоците, становите целосно се исполнети и се користат, а во Скопје каде се чека подолг период за сместување на корисниците на пензија кои ги исполниле условите за сместување во домовите за живеење на корисниците на пензија.

Со оглед на тоа дека во домовите се сместени само корисници на пензија, наплатата тече без проблеми и процентот на наплатата во 2011 година изнесува 99,28 и е подобро од наплатата во истиот период претходната година за 1,22%.

Што се однесува до делот што недостасува до 100%, произлегува од нередовното плаќање на закупнините од страна на застекнати станари (со преземањето на домовите во 2001 год.), кои не се пензионери и не склучиле договор со Фондот на ПИОМ. Такви станари има во Горче Петров – 3, Аеродром – 1, во Прилеп – 6, Гевгелија – 1, во Крива Паланка – 2, Кочани – 1, Свети Николе – 2 и во Гостивар (нов дом) – 3 и Гостивар (стар дом) – 1. Заради неплаќање на закупнината подолг период, имаше покренато судско постапка за присилна наплата и иселување против станар сместен во домот во Автокоманда, но постапката е завршена и долгот е наплатен преку извршител. Исто така, до правната служба е доставена документација за покренување на постапка за наплата и иселување на станар сместен во Домот за живеење на корисници на пензија во Гевгелија, а доставени се и 12 опомени до нередовните плаќачи на закупнините. Меѓутоа, алармантна е состојбата со Пензионерскиот дом во Прилеп во кој што од 20 станови, само во 9 се сместени корисници

на пензија, а останатите се узурпирани од деца на починати корисници на пензија. Ова од причина што Домот во Прилеп, иако е преземен од Фондот на ПИОМ, во катастарска евиденција се уште се води на ЈП за стопанисување со станбен и деловен простор. Но, направен е невиден преседан, имено во 2008 година еден стан е продаден врз основ на договор за закуп, поради тоа што ЈП официјално не го има предадено домот во Прилеп на стопанисување на Фондот на ПИОМ согласно Законот за пензиското и инвалидското осигурување. Од овие причини, Фондот не е во можност да презема мерки и активности во врска со состојбите во Домот во Прилеп.

За надминувањето на ваквата неповолна состојба на штета на Фондот на ПИОМ, Одделението за стопанисување со фондовскиот имот, има доставено информации и предлог мерки за надминување на ваквата нелогична состојба до надлежните органи на Фондот и до Владата на Република Македонија, преку Министерството за труд и социјална политика, за што се чека конечен одговор и разрешување на ова отворено прашање. Како резултат на тоа, Владата на седницата одржана на 7 февруари година, формира Работна група составена од претставници на Фондот на ПИОМ, министерствата за финансии и труд и социјална политика, Агенцијата за катастар за недвижности и Акционерското друштво за изградба и стопанисување со станбен и деловен простор од значење за Републиката, со цел да подгответ информација до Владата за моменталниот статус и состојбата на пензионерските домови и клубови, како и да предложи мерки за секој одделен дом и клуб.

Во овој момент важно е да се истакне дека во Пензионерскиот дом во Делчево ќе се изведат градежно-занаетчиски работи на скалишниот простор, покривот е дотраен и потребна е интервенција, бидејќи на дел од истиот нема кровен покривач и се појавува течење на вода. За таа цел, ќе се заменат делови од покривот со нови керамиди и санирање на лимаријата.

Во Пензионерскиот дом во Свети Николе пак, сите за живеење се без посебен санитарен јазол. Истите имаат заеднички санитарии кои се во лоша состојба и е потребно да се санираат, односно реконструираат. Исто така, ќе се санираат водоводните вертикалки кои се во сите, и ќе се изврши монтиривање на заедничките простории и собите. Што се однесува до Пензионерскиот дом во Крива Паланка, ќе се изведат одредени интервенции на кровната конструкција, замена на еден дрвен светларник со метален или ПВЦ светларник, санација на водоводната инсталација и други неопходни интервенции.

За овие инвестициони зафати, според финансискиот план на Фондот на ПИОМ во 2012 год. ќе бидат вложени 2 милиони денари средства, со што ќе се подобрат и условите за живеење во овие пензионерски домови.

м-р. Снежана Кутузовска

вклучи и Владата на Македонија со обезбедување субвенции за пензионерите кои ќе престојуваат во фармата.

Со овој проект е информирано и Здружението на пензионерите во Штип. Претседателот на Здружението Михаил Велиев вели дека проектот е прифатлив и ефектите од него би биле големи. Особено за развој на селскиот туризам.

К. Манев

## ПЕНЗИОНЕР *плус*

Весник за сегашните и за идните пензионери

Издавач:

СЗПМ  
Година V – број 46  
мај 2012 год.

БЕСПЛАТЕН МЕСЕЧЕН ВЕСНИК

Издавачки совет:  
Драги Агировски (претседател)  
Бесник Постоја  
Методија Тошевски  
Станка Трајкова  
Гидо Бојчевски  
Љубомир Ѓорѓиев  
Павле Спасов  
Софija Симовска  
Милан Димитровски  
E-mail: argirovski@szpm.org.mk

The image shows a happy senior couple sitting at a wooden table in a garden setting. The man is holding a skateboard, and they are both smiling. In the bottom left corner, a smartphone screen displays the emporia ELEGANCE phone's interface, including the time (12:35), date (Fri 20.08.2010), and a pink-themed keypad. The emporia logo is visible at the bottom of the phone screen.

# Совршен пакет за сите пензионери!

Конечно телефон и тарифа за пензионери! Новиот телефон Emporia, наменет токму за секој пензионер, нуди едноставно мени на македонски јазик, екран во боја, силен звучник и големи букви за подобра видливост. Дополнително тука е и тарифата „Пензионер“ на T-Mobile, со совршена понуда за секој пензионер, разговори за само 3,43 денари со сите пензионери како и со најблиските 4 броја избрани во Мојот круг, и сето тоа за најниска месечна претплата од само 236 денари.

Побарајте ја Пензионер тарифата во најблиската продавница на Телеком.  
Повеќе информации на [www.t-mobile.mk](http://www.t-mobile.mk)

## Сподели доживувања

## Од свој агол

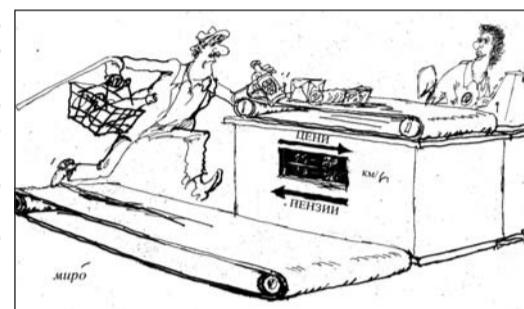
## Ке има зголемување на пензиите!

Тврдењето од насловот не е шега, ниту пак дезинформација. Ова е информација од прва рака и од сигурни извори. Ке има и редовно и вонредно зголемување на пензиите, но кога и колкаво, тоа е друг дел од информацијата. Министерот за труд и социјална политика Спиро Ристовски на неодамнешната средба во Сојузот на здруженијата на пензионери на Македонија беше јасен и дециден:

„Владата нема да отстапи од својата Програма за работа во која има зацртано зголемување на пензиите од 5 отсто при крајот на декември оваа година“.

Згора на тоа, ваквото зголемување на пензиите ќе се позголеми и со процентите од редовното усогласување што им припаѓа на пензионерите во однос на порастот на платите и трошоците на животот и така ќе нараснат процентите, дури ќе станат „импресивни“! Нема сомнение и за доследноста во примената на Законот и на прописите, а најголемата гаранција за релевантноста на податоците што се користат ги дава Републикиот завод за статистика, кој ги следи и анализира состојбите и стој зад процентите за порастот или падот на животниот стандард на граѓаните, кои се главната основа за усогласување на пензиите. Затоа со право, одговорните тврдат дека во пресметката нема да има неправилности, бидејќи Заводот се потпира врз научната, односно статистиката, која ги изразува состојбите во бројки. Така, некако, теоретски стој објаснувањето и оправдувањето на работите околу усогласувањето, односно зголемувањето на пензиите од 0,31% за второто шестмесечје од минатата година, кое неодамна, со одредена доза на нездадовост го примија пензионерите.

Додека талкав по објаснувањето и го делев мислењето со



триски и неиндустриски производи, чија цена останала фиксна или значително паднала под вредноста. Уште се додаваат и вбројуваат други животни производи и потребствини, чии количини се вагаат, се споредуваат нивните цени и се утврдуваат просечните вредности. Така се доаѓаат до реалната бројка за пораст или падот на животниот стандард на граѓаните изразена во проценти, која не мора на сите да им се допаѓа... Затоа, минатата година е завршена без нарушување на стандардот, а пензионерите, сепак, го добија „реалното“ покачување на пензиите согласно со статистичките податоци! За волја на вистината, во статистичките согледувања имало обиди да се пресметува „кошничката“ за нормално прживување и опстојување кај по-големиот дел од населението, меѓутоа преовладало „научното“ согледување како порелевантно и поиздржано. Така се си е според законот, иако многумина граѓани и пензионери се чудат како

Мендо Димовски

официјалното зголемување на животот е околу 2%, а во само-послуга некои производи поска-пеле и по 20%!

Ваквите размислувања кај пензионерите, веројатно се поради оддалеченоста на периодот во кој се утврдуваат процентите за усогласување на пензиите, но не им е и најјасен начинот на тоа се пресметува. Стандартот паѓа многу побрзо, а актуелната состојба наметнува нови проблеми и економски тешкотии. Како и да било и како и да е сега, барањата на пензионерите за забрзување на вонредното зголемување на пензиите, се реални и поддржани од СЗПМ. По средбата со министерот Спиро Ристовски, во изјавата за медиумите претседателот на СЗПМ Драги Аргировски го повтори барањата на пензионерите:

„Имајќи ја предвид економската состојба и постојаното опаѓање на животниот стандард на пензионерите, упатуваме барање до Владата да ја испита можноста планираното вонредно зголемување на пензиите од 5%, најмногу во декември, да се реализира од јули оваа година, бидејќи покачувањето во декември е фактички покачување за 2013, а не за 2012 година.“

Заложбата на СЗПМ за подобрување на стандардот и квалиитетот на животот на членството е нагласена и во други барања и предлози до Владата на РМ за решавање приоритетни прашања особено од Националната стратегија за стари лица, за кои стана збор на споменатата средба, како и за обостраната поддршка на измените и дополнувањата на Законот за пензиско и инвалидско осигурување, како и поддршката на иницијативниот текст за нов закон за пензионерско организирање, со чие донесување многу проблеми ќе се надминат и ќе зајакне улогата на пензионерската организација.

Мендо Димовски

Разговор со Никола Николовски, претседател на ИО на ЗП Крушево

## Пензионерите заслужуваат посебен закон



Поводот за разговорот со Вас е што Вие сте еден од активните членови на СЗПМ кој секогаш со своите дискусији давал и дава конкретни, обмислени и конструктивни предлози. Се должи ли тоа на Вашата претходна едукација и работно искуство или тоа прашање се гените?

– Веројатно станува збор и за едното и за другото. Инаку јас сум втор дипломиран правник во Општината Крушево која во далечната 1962 година броеше нешто повеќе од 16.000 жители. Роден сум 1936 година во село Арилево, во непосредна близина на Крушево. Од таму ми се корените. Бев именуван и избран на повеќе работни места и функции во Општината и така го стекнав моето искуство. При тоа бев исполнителен и крајно одговорен кон работата, а таков сум се уште. Покрај тоа и самостојно се едуцирај со проучу-

вање на стручна литература и со постапано следење на законските прописи и нивната примена. За мојата стручност и професионалност многу ми помогна членството и работата во Законодавно-правната комисија при Собранието на СРМ каде еден мандат беше делегат. По пензионирањето на крајот од 1998 година, активно се вклучив во работата на Здружението на пензионери во Крушево. Во 2002 година беше избран за претставник во Собранието на СЗПМ и член на Извршниот одбор. Во вториот мандат беше избран за претседател на Правно-економскиот совет на ИО. Имам дадено значителен придонес во работата на советот во изготвување на иницијативи и во примена на новиот Закон за здруженија и фондации, особено во изработка на новиот статут на СЗПМ. Сега сум претседател на ИО на Здружението на пензионери во Крушево.

Во СЗПМ се подготви иницијален текст на Закон за пензионерско организирање во Македонија. Кажете ги Вашите согледувања за бенефитите од донесување на еден ваков закон?

– Пред да дадам целосна поддршка на иницијативата за донесување закон за пензионерско организирање, сакам да нагласам дека пензионерската асоцијација ги поседува сите потребни атрибути за еден ваков закон, бидејќи таа претставува граѓанска организација која е најшироко распространета и сеопфатна на своето членството од целата територија на државата. Инаку, прашањето за донесување посебен закон на пензионерско организирање, не е ново барање, но се покажа дека се

гашното раководство поседува сили и енергија да ја реализира оваа работа до крај.

Лично ја поддржувам иницијативата за донесување на предметниот закон од причини што пензионерската организација има посебни специфичности кои не се опфатени во постојниот закон за здруженија и фондации. Во постотниот закон има пропусти и недоречности кои претставуваат пречка за поефикасно дејствување на организацијата на пензионерите. На пример: со ниеден пропис не е решен статусот на Регистрираната организација која расположи и управува со средствата на со-лидерниот фонд и членарината што претставува многу важно прашање. Исто така, во постојниот закон нема никакви одредби за органите на здруженијата на пензионерите и нивната поврзаност со матичните здруженија. Новиот закон што се предлага да се донесе, треба да овозможи пензионерската организација да биде активен член и партнёр со другите учесници во социјално-економскиот совет при решавањето на прашања од социјалната сфера. Треба активно да учествува во изготвувањето и донесувањето на прописите од социјалната и здравствената заштита. Верувам дека при пишувачкото на законот областените предлози ќе го имаат предвид придонесот на пензионерите во развојот на општествените односи и дека пензионерите не треба да бидат оставени на маргините на општеството.

Во моментов сте претседател на ИО на ЗП Крушево и како Ви оди работата во здружението?

## Роден крај

Мариово мое,  
убавино моја  
во тебе се родив  
со тебе живеам  
остана само и  
празно, со  
пасишта зелени и трла празни  
бистар кладенец нариган стои  
црквичето бело  
завет од времето  
се гледа  
и понеко старец  
потпрен на бастун

огништа одамна згаснати.  
Ни плач на дете  
не се слуша веќе  
ни мома оро и  
песна средседло  
да води и пее.  
Бистар кладенец нариган стои  
црквичето бело  
завет од времето  
се гледа  
и понеко старец  
потпрен на бастун

чека подобро утре.  
Денес само појот  
на птиците се слуша  
и зуењето на ветрот  
Мариово мое  
убавино моја  
животот твој  
судбината го згасна

Бојка Богеска  
Симоновска  
пензионерка од Скопје

Во Штип, старите жени–пензионерки– жртви на насилиниците

## За 4 месеци - 42 случаи пријавени во полицијата!

**З**е Штип важеше констатацијата дека е мирен и безбеден град. Но, според она што се случува во последно време, оваа констатација како да не важи. Се повеќе стигнуваат информации за физички малтретирања на стари и изнемоштени лица, особено на пензионерки, кои живеат сами. Тие се на удар и жртви на малолетници, кои влегуваат во нивните домови и физички ги малтретираат, најчесто барајќи од нив пари. Често овие „блиски средби“ со старите и изнемоштени лица завршуваат и со тешки последици.

Само во првите четири месеци од годинава биле пријавени 42 случаи на физичко малтретирање, пред се на стари жени, на возраст и до 80 години. Ова го потврдуваат и од Невладината организација ЕХО во Штип. Полицијата никако да се справи со овој вид криминалитет. Со право, жените го кре-ваат гласот и бараат заштита.

Досега не помогна ни превентивното делување на полицијата, социјалните работници и невладините организации. Бројот на жртвите врз недолжните жени се зголемува.

Нормално, старите жени се исплашени. Не можат да се одбранат од несаканите гости кои доаѓаат во нивните домови и преку денот и во вечерните часови. Во целата ситуација добро е што повеќе за овие појави не се молчи, туку жените се охрабрени и ги пријавуваат во полицијата.

Сепак, и тоа не помага. Некои извршили, малолетници, ги повторуваат злоделата. Родителите на насилиниците, поради нарушените односи во семејството, не можат да влијаат на своите деца. Сè

жените, треба да се вклучат и невладините организации, социјалните работници, судовите.

Можеби едно од излезните решенија е и изградбата на најавениот старски дом во населбата Дузлак. Како што вели претседателот на Здружението на пензионерите, Михаил Василев, овој старски дом насоку ќе почне да се гради, со капацитет од 120 места, преку јавно приватно партнерство. И локалната самоуправа во Штип е заинтересирана старскиот дом што побрзо да се изгради и во него да можат да се сместат стари и изнемоштени лица, кои згрижени во дом повеќе нема да бидат жртви на насилиниците.

Кирил Манев

## шево денес?

– Иако Општината Крушево е двојачна со македонски и албански службен јазик, во Крушево, исто така, живее и етничка заедница на влашка националност. Етничките власи го зборуваат својот мајчин јазик во органите на локалната самоуправа и во Општината Крушево се промовираа како трет службен влашки јазик. Со задоволство можам да констатирам, а тоа не е само мое мислење, дека меѓуетничкиот соживот во Крушево задоволува. Нема меѓусебни судири на национална основа. Така е и во нашето здружение.

Што прави Општината и другите институции во градот да им го олеснат животот на пензионерите и старатите лице?

– Што се однесува до соработката со локалната самоуправа, можам да констатирам дека и покрај потписаната спогодба за меѓусебна соработка, таа не е на посакуваното ниво. Не функционира заедничкото паритетно тело кое е формирано и на нашите иницијативи не се посветува посебно внимание во сите области на општествениот живот во градот, но се надеваме на подобра соработка во иднина.

И на крајот кажете ни, покрај тоа што сте активен во Вашето здружение и во Сојузот, со што друго си ги осмислувате деновите како пензионер? Имате ли некое хоби?

– Покрај редовната работа во Здружението, го уредувам дворот од мојата семејна кука, а посебно хоби ми е собирање шумски плодови: капини, малини, шипинки, а најголемо задоволство ми претставува собирањето на шумски јагоди кои навистина се многу вкусни и слатки.

Разговорот го водеше Калина С. Андонова

Средба на претседателите на ГСЗП со градоначалникот на Скопје

## Донирани средства за реновирање на РЦ Катланово

**В**о кабинетот на градоначалникот на Скопје **Коце Трајановски**, на 10 мај оваа година беше одржана работна средба со претседателите на здруженијата на пензионери од Градскиот сојуз заедно со претседателот Крсте Ангеловски,

годбата помеѓу овие два субјекти потпишана во 2009 година.

Запознавајќи ги учесниците со реализацијата на Договорот на Градот со Градскиот Сојуз на ЗП за соработка од 2010 година, градоначалникот Трајановски нагласи дека



на која присуствуваше и претседателот на СЗПМ **Драги Аргировски**. Во воведниот збор градоначалникот Трајановски истакна дека соработката со Градскиот сојуз на ЗП е примерна и се остварува согласно Спо-

тата година по ред се планираат средства во буџетот на Скопје наменети за реновирање на одмаралиштето во Рекреативниот центар Катланово. По тој повод на средбата беше потписан Договор за дони-

рање средства за таа намена во вредност од 500.000 денари, со ветување дека истите во наредната година ќе бидат дупло зголемени, за да се заокружи комплетното реновирање на Центарот. Покрај тоа, Градоначалникот ги наведе и другите активности за поддршка на пензионерите, како што е организирањето групен превоз до излетнички дестинации во Скопје, како и на територијата на државата, бесплатен превоз на возрасни лица два дена во неделата (вторник и петок), бесплатни слободни легитимации за јавниот превоз за инвалидски пензионери, поддршка на спортски манифестиции и други активности на ЗП од Градскиот сојуз и слично.

Благодарност за таквата поддршка исказа претседателот на Сојузот на ЗП на Скопје **Крсте Ангеловски**, по што беше потписан Договор, а Градоначалникот одговараше на прашања на претседателите на здруженијата.

М.Д.

Демир Капија

## Пријатна средба во Дошница

**П**о повод двегодишнината од формирањето на Здружението на пензионерите во Демир Капија во излетничкото место Дошница на 12 мај беше организирана пензионерска средба на зелено на која учествува над илјада членови на СЗПМ од Неготино, Кавадарци, Валандово, Богданци, Гевгелија, Дојран, Ново Село, Пробиштип, Кочани, Македонска Каменица, Демир Хисар и Демир Капија.

Срдчен поздрав до сите присутни најпрвин уплати **Благоја Кавазовски**, претседател на Здружението на пензионерите на Демир Капија, а потоа пригодно обраќање имаше градоначалникот на општината **Трајче Димитриев** при што нагласи дека Локалната самоуправа е директно инволвирана во општественото уредување и во градењето на човековите вредности и многу добро може да ги оцени потребите на лицата кои се спој на искуството и традициите, како и нивниот животен предизвик да се продолжи со сигури чекори напред и со придонес во зачувувањето на обичаите, традициите и културниот идентитет. Здружението на пензионерите на Демир Капија успешно соработува со институциите на системот, со невладините орга-

низации и граѓанскиот сектор. Улогата на пензионерите во реализацијата на договорените заеднички проекти секогаш е значајна и незаменива и служи за пример. На крајот посакувајќи топло добро дојде од името на градот домакин, градоначалникот Гевгелија, кој ги поздрави учесниците и ги благодарил за јасните и интересни теми на објектите на изложбата.

За значењето на оваа пензионерска манифестија говореше и **Драги Аргировски**, претседател на

СЗПМ напоменувајќи дека и средбата во Дошница се одржува во духот на Европската година на активно стареенje и на меѓугенерациска соработка и солидарност и дека со година програма Сојузот планира повеќе активности во спроведувањето на европските реформи во пензионерското организирање и дејствување.

Добрата организација и убавото време придонеса средбата на зе-



чалникот Димитриев укажа дека пензионерите секогаш знаат како на вистински начин да ги организираат активностите со кои се придонесува за поквалитетен живот на припадниците на третата добра.

За значењето на оваа пензионерска манифестија говореше и **Драги Аргировски**, претседател на

зелено кај Дошница да мине во мошне пријатна атмосфера. Убав пример на меѓугенерациска соработка беше и присуството на ученици од Демир Капија, кои заедно со бабите и девоците изиграа и неколку македонски ора. Со нив се радуваше и 93 годишен пензионер Илија Петков.

А.Д.

ла спортска олимпијада за одмерување на силите на пријавените учесници во дисциплините во кои ќе се напреваруваат на повисоко рамнинште. На оваа манифестија, беше поканет и градоначалникот на Општина Карпош **Стевче Јакимовски**, кој ги поздрави учесниците и им посака добри успеси и пријатно дружење. Обраќање имаше и претседателот на Собранието на ЗП Карпош, **Јован Гиновски** кој посебно му се заблагодари на градоначалникот за покажаната поддршка што секогаш му ја дава на здружението во исполнувањето на зацртаните цели и задачи.

– Со локалната самоуправа имаме интензивна и близка соработка. Градоначалникот Јакимовски сестрано ги поддржува нашите активности и секогаш е подготвен со значителни материјални и финансиски средства да го помогне Здружението, за што ние пензионерите му сме многу благодарни – рече претседателот Гиновски.

За успехи на здружението во изминатите четири месеци ни зборуваше и претседателот на ИО на Собранието **Трајко Савески**, кој посебно ги истакна преземените мерки за поддршка на просторните услови за работа и афирмирање на Здружението. Во таа насока е и обезбедувањето донација од два комплета компјутери од АД „Макретрол“ – Скопје, за што Раководството посебно му е благодарно на претседателот на Управниот одбор **Andreja Josifovski**. Компјутерите ќе бидат употребени за унапредување на административното работење и веќе се воведува компјутерска обработка на податоците. Во рамките на оваа иновација влезе и обработката на документите со препознатлив меморандум како и воведувањето членски карти на пензионерите од ова здружение. Членските карти имаат лого, значаен белег на здружението, фотографија и лични податоци.

М. Димовски

ЗП Карпош

## Со засилено темпо

**З**дружението на пензионери „Карпош“ 2012 година ја започна со мошне амбициозна програма, која во практика ја остварува со засилено темпо. Анализата на работата на Собранието за 2011 година, што беше извршена минатиот месец, му помогна на раководството поадекватно да ги насочи активностите за поголеми постигнувања, така што



веднаш се покажа дека Здружението чекори по вистински патеки. Подобрувањето на квалитетот на животот на членството е приоритетна задача и сите активности се насочени кон остварувањето на оваа определба.

Здружението посебно се подготвува за претстојните регионални спортски натпревари и, за да го достигне посакуваниот квалитет и да настапи со најдобрите спортисти. Комисијата за спорт и рекреација, на 5-ти мај организираше ма-

брой членови.

Здружението, исто така, на 6 април за повеќе свои членови организираше екскурзија во Скопје, при што беа посетени позначajни културно-историски споменици и музеите, а со Жичарницата гевгелиските пензионери се искачија до Крстот на Водно, од каде се вратија задоволни и со незаборавни впечатоци.

На покана на ЗП Виница пензионерите од Гевгелија присуствуваа и на манифестијата „Томина недела“ со посета на музејот на Виничките теракоти и манастирот во Јакимово.

Извршниот одбор на Здружението се ангажира за решавање и на тековните проблеми со двата пензионерски дома и викендцата на Кожув планина во летувалиштето Смрдлива вода.

Б. Кусеников

Разговор со Ѓорѓи Зарински, потпретседател на ЗВП на РМ

## Дејствување за подобри успехи

Во Здружението на воените пензионери се забележува голема раздвиженост уште од почетокот на оваа година, а Извршниот одбор речиси секој месец одржува по две седници. Врз основа на што се должи таквата интензивна активност?

– Навистина е така, Раководството на Здружението никогаш не било толку активно како што е сега. Всушност, таа интензивност започна во март 2011 година кога беа избрани нови раководни органи кои внесоа раздвиженост и посебен елан за работа. Уште поголема раздвиженост во работата се почувствува со изборот на нов потпретседател на ЗВП и подмладувањето на ИО со нови членови. Со измените во Статутот на ЗВП се создада услови и се формираат повеќе комисии и Актив на пензионерки, а ИО, на седниците кои се држат двапати месечно, покрај другото, ја анализира својата работа односно работата на Здружението во целост.

Инаку сега во тек се подготвки и избор на натпреварувачи и екипи за учество на регионалните пензионерски спортски натпревари. Нашето здружение е мало во однос на другите членки на СЗПМ, а во изминатите години од оправдани причини не е подмладувано со нови членови, така што не сме во можност да составиме екипи кои ќе можат рамноправно да се носат со учесниците на регионалните натпревари во сите 11 дисциплини. Затоа, на овие спортски игри, а евентуално и на завршните републички натпревари, ЗВП ќе учествува во дисциплините: шах, пикадо, домино и стрелаштво во машка конкуренција и пикадо и трачење на 60 метри во женска конкуренција. Подготовките за овие натпревари навреме ги започнуваме, но во многу тешки услови, бидејќи немаме свои простории и терени за тренинг. И покрај тоа, се надеваме дека успешно ќе го претставиме Здружението.

Што се однесува пак до нашето учество на Десеттите регионални и републички ревии на песни, музика и игри што ги организира Сојузот на здруженијата на пензионери на Македонија, нашите можности исто така, се ограничени од веќе наведените причини, меѓутоа, се подготвуваме за скромен настап, само со солисти и изведувачи на народни и забавни песни, а можеби и со читање на поезија.

Здружението на воените пензионери во целост ја поддржа иницијативата за донесување Закон за пензионерско организирање и

да остане здруженето во посебно здружение на воени пензионери. Такво здружение треба да имаат и пензионерите од внатрешни работи, бидејќи ние сме дел од одбранбено-безбедносните структури на државата и треба да останеме поврзани со активните припадници на АРМ и МВР, што би било невозможно ако видеме расцепкани. Такво здружение би имало само во Скопје, бидејќи факт е дека членството на ЗВП е главно распоредено на територијата на Скопје, а градот Скопје се смета за посебна територијална единица. Се надеваме дека така и ќе биде и дека и понатаму ќе постомиме како здружение.

ЗВП на РМ оваа година ќе го прослави 20-годишниот јубилеј од неговото формирање. Што подготвувате по тој повод и со какви активности ќе го одбележите Јубилејот?

– Сите активности во Програмата за оваа година имаат јубилеен предзнак. На Денот на Здружението – 10 декември ќе одржиме свечена седница на Собранието со присуство на голем број гости од Скопје и пошироко од Републиката. За поспешна реализација на прославата избралиме Организационен одбор кој подготви посебна програма за одележување на Јубилејот. По тој повод ќе излезе и Монографија со податоци за дејствувањето на Здружението во изминатите години, а на истакнати членови од ЗВП, на СЗПМ, на здруженија на пензионери и на други невладини и хуманитарни организации со кои ЗВП остварува успешна соработка, како и на претставници на Министерството за одбрана и Генералштабот на АРМ, ќе им бидат доделени плакети, благодарници и други признания.

К.С.А.



Вашата пензија  
секогаш навреме.

## НЛБ Сребрен пакет



### НЛБ Сребрен пакет

- VISA Electron дебитна картичка
- ПЕНЗИОНЕР+ Maestro картичка
- Зегин - НЛБ Тутунска банка картичка
- Кредитни картички

- Трајни налози
- Сребрен кредит за пензионери
- Депозити за пензионери

ПОН ВТО СРЕЧ ЧЕТ ПЕТ САБ НЕД  
1 2 3 4  
5 6 7 8 9 10 11  
12 13 14 15 16 17 18  
19 20 21 22 23 24 25  
26 27 28 29 30 31

NLB Тутунска банка

### Поволности

- Пензија на првиот работен ден во месецот
- Плаќање на рати без камата во сите аптеки на Зегин
- 3% попуст во ВЕРО маркетите за имателите на ПЕНЗИОНЕР+ картичката

NLB Тутунска банка

[www.nlbtb.com.mk](http://www.nlbtb.com.mk)

Контакт центар: 02/15-600

Во ЗП Центар

## Несекојдневна промоција на исклучителен автор

Пред голем број членови на Здружението на пензионери на општина „Центар“ деновиве беше промовирана книгата „Мама, при чај ми“ од авторката Оливера Гроздановска – професорка во пензија. Промоцијата ја отвори претседателот на ИО



Павле Спасев, а за ликот и делото на авторката говореше историчарката на уметност Виолета Калиќ. Авторката прочита неколку нејзини песни и изводици од проза, а паралелно со промоцијата беа изложени и ликовните дела на Гроздановска.

Професор Оливера Гроздановска, иноватор, научно-стручен и книжевен преведувач, поетеса, писател и сликар е родена во 1938 година во Никиш. Завршила гимназија во Цетиње, а Филозофски факултет, група француски јазик и литература со историја на уметност во Скопје.

Од своето вработување во 1969 година во „Стакларницата“ и по пензионирањето работи и твори самостојно и инвентивно како иноватор во областите на образоването и воспитанието, науката, техниката, културата, уметноста, информирањето и другите области на општествениот живот.

Паралелно со пишувањето, Оливера и слика. Инспирација за своето книжевно и ликовно творештво нај-

многу наоѓала во погоните на скопската Стакларница и во пејсажите во природата. Напишала повеќе книги на српски јазик, од кои две ги превела на македонски. Книгата „Мама, при чај ми“, е едукативна, стручна, научна и историска со туристички карактеристики. Во книгата пишува за мајка и, за жената која и помогнала да работи, создава, придонесува. Пишува за една добра, вредна, пожртвувана и хумана личност и нејзината несебична лъбов кон ќерката. Пишува за личноста, која во времето во кое имало многу неправди и насилиство, во времето на националните не-треливости, судири и издавнувања успеала да ја заштити својата ќерка.

Гроздановска ни открива во книгата дека најмногу и е благодарна на својата мајка, што секојпат била покрај неа, па и во најтешкиот период од животот кога работела во „Стакларницата“ и кога со својата работа и твореш-

тво се трудела да се реализираат правата на работниците за подобар општествен стандард, подобри услови за живот, поголеми лични доходи и надградба.

На тоа укажува и делот од песната „Плети, мајко“.

**Плети**  
Плети како симбол на твоето постоење. Плети во континуитет на твојот живот, работа и творештво. Како просветен и културен работник. Плети и денес како некогаш. Плети за денешните и новите генерации. Проф. Гроздановска како порака до читателите на „Пензионер Плус“ истакна:

– Животот е борба, не е забава. Борба е меѓу позитивните и негативните влијанија. Животот е работа и творештво, просветно-културни, спортички, научно-стручни, општествено-политички и други активности. Во животот победуваат посилните. Не треба да се потпаѓа под негативни влијанија. Од нив треба да се ослободуваме со работа и творештво, но и со разноврсни активности. Секој човек без разлика на годините треба да биде психички и физичкиjak. Треба да биде храбар. Треба да биде амбициозен. Треба да биде активен, вреден и упорден. Треба да издржи. Треба да иштрае, – вели Гроздановска.

Цветанка Илиева

## Дедо Иљо нашол утеха во природата

Дедо Иљо уште малу ќе ја потрошши и деветата десетка. Кога ќе го видиш имаш впечаток дека еnomлад. Сигурно се прашувате каде живее? Како живее што и покрај годините изгледа така?

Дедо Иљо живее во близина на градот во своето лозје. Другарува со природата. Наутро го буди појот на птиците. Ке стане, ке се измие, ке појадува и почнува да работи. Околу лозите, околу бавчата, кокошките... Иако носи многу години на своите плеки, се уште работи се сам. Одгледува се што му е потребно: домати, пиперки, домати,

кромид, компири... Сам си ги храни пилињата. Кога ќе седне да се одмори си разговора со неговиот верен другар кучето. Него му ги кажува сите новости: дека уште малку ќе ја заврши работата, дека ручекот е готов, дека треба да набави нешто кога ќе оди вград. Понекогаш слуша радио и гледа телевизија. Но најубава музика му е шумењето на ветерот низ лозите. Најубава глетка му е кога го гледа како расете она што го одгледува. Навечер кога небото ќе се посее со звезди се зборува со денот што завршил.

Ако не го фаќа сон се враќа со мис-

## Одбележана 109-годишнината од смртта на Гоце Делчев

На 04.05.2012 година огранокот „Гоце Делчев“ при Здружението на пензионери – Прилеп достојно го прослави денот посветен на Великанот. Горди што нивната урбана средина го носи неговото име, и што најблиското основно училиште го носи Гоцевото име, а уште погорди се пензионерите што нивниот огранок го носи името на Гоце

Великанот на Македонската револуционерна борба – посебно потсетува неговата максима „Јас светот го разбираам како поле за културен натпревар меѓу народите“. Следејќи ја оваа негова мисла, огранокот на пензионери „Гоце Делчев“ од ЗП Прилеп, за 109 годишнината од неговата смрт, подготви пригодана културно уметничка програма во организација на претседателката Снеже Димеска. Претседателот на комисијата за култура при ЗП Прилеп Благоја Спиркоски прочита реферат за животот и дело на Великанот. Покрај бројните посетители манифестијата беше уестоена и со присуство на градоначалникот на Општина Прилеп Марјан Ристески.

КУД „Пенка Котеска“ и КУД „Пензионер“ презентираа програма со патриотски и народни песни, а учениците од истоименото училиште рецитираа стиховрби за Гоце Делчев. Манифестијата заврши со желба да стане традиционална.

Љубомир Наумоски

лите во минатото. Се сеќава на убавите денови, но и на тажните. Се сеќава на деновите кога го изгубил единствениот син на млади години. Се сеќава на денот кога го загубил и другиот син. Се сеќава и на денот кога ја загубил и домаќинката. И тогаш многу е тажен. Му се чини дека срцето ќе му пукне. За да заспие ќе си ре: утре: ќе одам в град да ги видам внуците и правнуците. И таа мисла му е како лек за смирување, лек за заспивање.

И утредента така и ќе стори. Ќе дојде со својот некогашен дом, ќе си ги види најмилите и пак тивко како што дошол, ќе си замине таму каде што си наоѓа мир и спокој-



ПРОЧИТАВ ЗА ВАС

## Големата поетеса



шен ковчег, Сињо, Еа, Хагада, Заточие, Поетски устав, Самица, Silento (експеранто)

**Големата молитва.** Значен е нејзиниот придонес и во литературата за деца; **Последната битка** (раскази) Алка за нишалка (поезија) Гуларпот (новела) Македонската царица (роман). Пишува и одлични есеи.

Многу нејзини песни објавени се во повеќе антологии кај нас и во светот.

Тогаш кога не пишува поезија – **слика.** Всушност, повторно е на лето на создавањето само со еден поинаков јазик. Јазикот на светлината и бите.

Историјата на светската литература познава автори со обемни библиографии, кои останале на ниво на просечноста и автори со опус по скромен по обем во кој пулсира вселената со сите тајни недоодгледнати, недофатливи и насетини смисли и противречности. Светлана Христова – Јоциќ припаѓа на втората група.

Никогаш не сум го делел поетописот на машки и женски. Се разбира некои природни разлики иманентни на едини или на другиот пол, не се игнорираат, но границата не е реска. И едините и другите талкаат и алкаат низ мракот во потрага по тајната на посебноста, со нескриена надеж дека ќе создадат сопршена целина. Генерално, преовладува мислењето дека поетите можат повеќе го истакнуваат интелектуалното наспроти сензуалното на жените. Но еве, со Светлана Христова – Јоциќ и тој стереотип паѓа, зашто таа еднакво е **страсна колку и умна** во својата поезија. И не го прави тоа од желба да се наптреварува со кого и да е, или пак да ја покаже својата умност (интелектуализам, кој е неспорен) за да заведе, да шашардиса, да искомпенсира некои слабости. Не. **Нејзината поетска постапка е елементарно природна:** "Песните настанија така како што се зафаќа / Непознат вез: прав бод, кос, крстец, бод со бод / Рококо, полнтица, вртен конец / Така во детството зафаќав вез од друшките! / Така ги зафаќав и песните: / Од збор, ползбор, од глас, од созив-издив / Од гест: од содишка и воздишка! / Од сите сказанија / Од сестра Зиновија / Во нејзината сачемка ќелија". (**Самица**).

Со трепетливо и трепетливо ткаење на мисловните и емоционалните слики се раѓаше песната – магија. Раѓањето беше нејзината најголема

творечка радост. Зрното како семе прерасна во доминантен симбол и метафора. И водата, како средина во која се заврзува животот. Женската утроба.

Неблагодарно е да се набројуваат сите семирски теми, симболи и метафори со кои е изнавезан големиот мозаичен гоблен на нејзиното поетско писмо, без сериозна анализа на можните но и неочекувани спрери, чие значење се открива низ комплексна промисла: низ призматата на чувственоста и здраворазумноста. Дополнително земајќи го предвид: заумното, окултното, метафизичкото. Затоа ќе го задржам нивото на основен податок и на мојот восхит од необичните поетски изблizи и поетски светови со очудувачки волшебства.

Во што се состои нејзината поетска уникатност? Темите не се нови, вечно се. Нов е пристапот. Таа експериментира со зборовите, со фонемите, со графемите, ги открива првично значењата и ги става во современ контекст. **Академик Старделов** ќе забележи: ...."не само што се пее со зборовите, туку и самите зборови пеат: **Верверице ведренице / свесели ме веселице, / опашице свиленице / заскокај ме скокалице**". (**Жиг**) Нејзината поезија го допира самиот раб меѓу битисувањето и струполувањето во бездната. Тоа ѝ дава драматичен тон. Не се чита целата на еден ист начин. **Има песни што се мислат и други што се слушат**. Најдобра потврда за песните што треба да се слушнат е Поетскиот устав, зашто притамот го имаат пораките. Ја позајмува формата на правните уставни поглавја, а со својата лексичката виртуозност и семиотика, конституира Поетски устав со кој се уредуваат односите во **Поетската република**, во "земјата прозирна како рожница", во која сета власт е на **Зборот**, и главниот град е **Зборот**, *"ист сјај и сончето и колзата имаат"*, во неа "сите сме исти / Со сила и право. / И бессилност..."

Во нејзината поезија нема еклептичност, дескрипција, одгатки на загатките. Не поради творечка немојќи, туку поради вербата во читателот.

Го препорачувам внимателниот избор со наслов **Душница**, што го направи д-р Георги Старделов и го проследи со еден инспириран, сестрано аналитичен вовед кој помага да се осознае и доживее **големината на поетското писмо на Големата поетеса**.

Борис Шумински

## СРЕДБА СО ЉУБОМИР КОТЕВСКИ, ИСТАКНАТ ПЛАНИНАР Планините кријат волшебни убавини



Природата е вечно отворена книга. Тој што ја сака и што ја чита го облагородува, му подарува знаење и здравје, оптимизам и полет, елан. А планините се најубавите страници на таа чудесна книга. До Шара, Кожуф, Пелистер... за да станеме нивен верен пријател, почитувач и проучувач. Средбите со жуборливите извори, со високи буки, со зелени пространите падини, се носят во спомениките како нешто скапоцено. Затоа со планините секогаш е пријатно да се разговара, да се разменат мисли за убавините што ги доживуваат, за деновите исполнети со незаборавни доживувања. Еден од нив е и Љубомир Котевски, пензионер и долгогодишен, искушен планининар. Разговорот со него прилегаше на замислено патување по македонските планини.

**Вие сте позната планининар? Како и кога се роди кај Вас љубовта кон планините и планинарењето?**

Природата ме привлекува уште од моите најрани години. Тогаш почнаа и првите излети. Подоцна дојдоа и првите зачленувања во извидничките одреди, планински друштва и организираното планинарење. Тоа за мене претставуваше предизвик, авантура и искушение. Така јас и го посветив животот на природата, на планините. Таа моја голема љубов беше наградена со многу признанија, од кои најзначајна е наградата на Сојузот на спроводите на Скопје „13 Ноември“.

**Што преземате за популаризација на планинарството во Република Македонија?**

Јас сум претседател на планинскиот клуб „Кораб“. Ние сме добитници на високото признание „Даре Цамбаз“. Освен планинарењето, во летописот на нашиот клуб се регистрирали многу еколошки и хуманитарни акции. Посебно внимание му посветувме на афирмирањето на планинарството меѓу помладите генерации, преку едукативни програми и атрактивни содржини.

**Наашата земја има повеќе знаменити планини. Што е посебно карактеристично за некои од нив?**

Две третини од просторот на нашата земја се планини. Нашиоте планини се гостопримливи за планините. Богати се со шуми, ливади, реки, во-

дпади, дивеч и со други богатства и убавини што ги привлекуваат посетителите. Секоја планина, освен заедничкото со другите, има и нешто посебно, своја душа. За тоа чудесно убавата Бистра се огледува во мавровските води за да сфати колку штедро ја наградила природата. Пелистер се гордее со неповторливатата молника, Шара со питомите предели што се простираат до недоглед и не привлекуваат во секое време...

**Дали како држава создаваме услови за развој на планинарството?**

Во планинарството вложуваме во рамките на финансиските можности на државата, но, мислам дека треба да издвојуваме повеќе, зошто ресурсите што ги нудат нашите планини би можеле да го унапредат туризмот и зимските спортови. За тоа е неопходна подобра инфраструктура и организација.

**Вашиот клуб „Кораб“ реализира домашни и странски активности. Кажете ни нешто поконкретно за тоа.**

„Кораб“ е планински клуб со добра и богата традиција. Освен домашните планински врвови, имаме освоено планински врвови во Бугарија, Грција, Србија, Словенија, Италија, Франција, Австроја, Кенија, Танзанија, Русија, Иран, Турција, па дури и на Хималаите и во Шри Ланка. Посебно сме горди на меѓународната манифестија „Исклучување на Голем Кораб“, по повод Денот на независноста – 8 Септември, кога во нашата земја учествуваа 2500 планинари од 24 земји од целиот свет. Со вакви активности што го афирмираат македонското планинарство ќе продолжиме и во иднина.

П. Миленкоски

## Сместување во старски домови, дневни центри и пензионерски домови

**Н**ајголема сигурност за квалиитетно живеење на една личност е чувството да има свое место – дом за живеење, што е особено значајно за возрасната популација од третата доба, бидејќи пензионерите најголемиот дел од времето го поминуваваат во домот.

Затоа, не случајно во Програма за работа на Сојузот на здруженија на пензионерите на Македонија, во 11 точка е утврдена задача за следење и ангажирање во изградба на домови, дневни центри и пензионерски клубови, што е во согласност со Националната стратегија за стари лица 2010–2012 година.

Интересот како да се добијат информации за сместување во старски, односно, пензионерски домови беше мотив за истражување.

Во оваа Стратегија, како исклучително значаен документ на Владата на РМ е зацртано дека со изградба на пензионерски домови и други форми на сместување низ целата држава ќе се обезбеди подонстоинствен живот и спречување на маргинализација на старите лица, односно пензионерите, во основните егзистенцијални сегменти од нивното живеење.

Кога станува збор за квалитетот на живеење на старите лица, тоа во голема мерка е поврзано со улогата што ја

има семејството, а што е регулирано и со Законот за семејство каде се назначени обврските на децата за издржување на немоќните родители.

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 врз основа на Законот за семејство, можат да остварат право од социјалната заштита меѓу кои:

дневно згржување кое се остварува во вид на дневен престој, исхрана, одржување на лична хигиена, организирање на културно-забавни и работни активности. Таков облик на дневно сместување има дневниот центар во Чашка кој постои 10 години како подрачна единица на Мегуопштински центар за социјална работа – Велес. Од 2009 година работи и дневниот центар во Битола. Министерството за труд и социјална политика заедно со единиците на локалната самоуправа, преку центрите за социјална работа, заради подобрување на минималната животна егзистенција, обезбедува бесплатен оброк на корисниците на пензија кои може да ги поддират трошоците за сместување во овие домови.

Покрај наведените домови за сместување на стари лица, постојат и приватни домови за стари лица преку вложување приватни ресурси и капитал.

Инаку, Фондот на пензиско и инвалидското осигурување на Македонија, стопансува со стамбен простор за корисници на пензија во следните домови: Аеродром, Горче Петров,

Автомакоманда – Скопје, Прилеп, Делчево, Гевгелија, Пробиштип, Виница, Крива Паланка, Кочани, Свети Николе, Гостивар (нов дом) и Гостивар (стар дом).

Условите и критериумите за стекнување право за сместување во пензионерски дом се утврдени со Правилник за условите и начинот за стекнување право за доделување на

стамбен простор под закуп во домовите за живеење на корисници на пензија со кои управува Фондот на пензиското и инвалидското осигурување на Македонија.

Согласно 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 поседувал стан или куќа поголема од 100 м<sup>2</sup>, без оглед кога е отуѓена;

– да може самостојно да опстојува и сам да се гржи за одржување на станот;

– да е корисник на пензија со ниски пензиски примиња.

Потребна документација за стекнување право за сместување во пензионерски дом е следната:

– барање од корисникот на пензија  
– доказ дека е корисник на пензија (чек од пензија)

Н. Трајкова

Емисија „Неделен витраж“ на ТВ Сонце  
Интервју со Драги Аргировски, претседател на СЗПМ

## Создавање на модерна и европска пензионерска организација

**П**ретседателе Аргировски, Вие сте повеќе од една година на чело на СЗПМ и како прв човек на највозрасната популација кај нас, какви се Вашите впечатоци од првата година од мандатот во кој го одбележавте и 65-годишниот јубилеј на пензионерското организирање во Македонија?

– Пред сè со остварените активности и резултати во работата и со нивното благовремено и објективно информирање на јавноста, успеавме рејтингот на СЗПМ како најмногубројна и најактивна невладина, неполитичка и мултиетничка организација постојано да се зголемува и од десетто да се искачи на самот врв. Станавме пример како треба да дејствуваат организациите од граѓанскиот сектор. Тоа дојде како резултат на добро избраниот тим на изборната седница на Собранието на СЗПМ што се одржа на 31 март 2011 година, на колективното ангажирање и проширување на меѓусебната доверба на Извршниот одбор и работните тела на Сојузот со здруженијата, бидејќи успехот немаше да биде на тоа ниво, ако не беше забелешителна и нивната активност. На тој начин овој нов тим успешно се вклопи во европските интенции на организирањето на вака масовна пензионерска организација. Во тој дух беше и одбележувањето на 65-годишнината на пензионерското организирање во Македонија и 20-годишнината на независноста на Република Македонија. Во долгата историја на СЗПМ за прв пат покровител на прославата беше претседателот на државата Ѓорѓе Иванов, кој во својот пригоден говор истакна дека за проблемите на пензионерите треба да се грижат сите граѓани и државата. На свечената академија во Домот на Армијата во Скопје пред околу 800 пензионери и гости од Словенија, Хрватска и Србија говореше и министерот за труд и социјална политика Спиро Ристовски кој нагласи дека пензионерите заслужуваат и со својот капацитет и со својата мудрост да бидат повеќе ценети во секое општество, при што укажа дека во текот на оваа година за подобрување на пензионерскиот стандард покрај редовното усоглашување ќе има и вонредно зголему-

вање на пензите од 5 отсто, идната од 7,5 отсто и во 2014 година од 10 отсто. Во рефератот што го поднесов на академијата посебно се задржава развојниот пат и на континуитетот на успехите на пензионерската организација кај нас, но и на транзицис-

проблематика. Добро е што во новиот Закон за пензиското и инвалидското осигурување, кој е во собраника процедура, е поддржано наштето настојување да имаме член на Управниот одбор на оваа многу значајна институција за пензионерите.



ките застои и проблеми кои треба да се надминат.

Секако, пригодни свечености по повод јубилејот одржаа и повеќе здруженија на пензионерите. Со еден збор се беше достоинствено, соодветно на настанот.

**Познато е дека во овој период и соработката со Фондот за пензиско и инвалидското осигурување значително Ви е подобрена?**

– Да, со изборот на новиот генерален директор на Фондот на ПИОМ Беким Незири се воспостави интезивна соработка со СЗПМ, што е многу позитивно и од заемен интерес. Се одржаа и два состаноци со сите претседатели на пензионерскиите здруженија за согледување на сите проблеми и сметат дека таа интерактивност значително ќе придонесе за зајакнување и за продлабочување на соработката и на нашите здруженија со подрачните единици на Фондот, за подобрување на евиденцијата на членството по општините, за Солидарниот фонд и друго. Наше барање е СЗПМ со вкупно 245.000 членови, да има член на Управниот одбор на Фондот на ПИОМ, за да можеме преку наш претставник preventивно и тековно да дејствувааме во решавањето на пензионерската

делегација на СЗПМ имаше средба и со директорката на Фондот на здравственото осигурување на Македонија Маја Парнариева-Змејкова со барање за подобрување на снабденошта со лекови и нивно поевтичување, а ја актуелизирааме и потребата нашата држава, прокламирана како социјална, да изнајде можности сите стари лица над 65 години да бидат ослободени од плаќање партиципација за здравствена заштита и за лекарства. Значајно е да се одбележи дека СЗПМ подолго време има член на Управниот одбор на овој Фонд.

**Забелешителни активности има и во новата акција „Од Вас за Вас“. Во што е суштината на оваа акција?**

– Од неколку новитети што ги уведомија акцијата „Од Вас за Вас“ даде посебно добри резултати. Интенција е средствата од членарината на корисниците на пензија преку оваа и другите акции на некој начин да им се враќа. Само во септември минатата година во месецот на независноста на Република Македонија и јубилејот на нашата организација, во активностите што ги организира Сојузот и здруженијата беа вклучени над 100.000 наши членови. Во овој период мошне масовни и содржани

беа средбите на зелено во Маврово, во радовишката Ораовица, во Пелинце, кај манастирот Свети Пантелеј – Кочани, во Стар Дојран, во Лесново и други, а годинава и во Демир Капија. На овие пикник-средби пензионерите не само што се дружат, сеближуваат и се разондуваат, туку настанува и едно многу потребно меѓуетничко сожителство. Многу е пријатно кога на оро еден до друг играат Македонец, Албанец, Турчин, Србин, Влав и Ром. Со тоа СЗПМ е пример како треба да се негува соживотот. Тоа се забележува и во околу 400 клубови за дневен престој на пензионери широк земјава каде што секојдневно околу 150.000 членови играат шах, домино, табла, се дружат, читаат весници, разменуваат информации и слично, со што тој контакт за активно стареење доаѓа до полн израз. Во овој период значително се зголемени и хуманитарните активности и помош на стари лица во домашни услови за што е интензивирана и соработката со Црвениот крст на Македонија.

**Како гледате на европските зајдови во врска со грижата за стари лица?**

– Годинава Европската унија ја прогласи за година на активно стареење и за меѓугенерациска солидарност и соработка. Во духот на овие европски интенции ќе продолжи акцијата „Од Вас за Вас“, потоа отворање нови клубови на пензионери во соработка со локалната самоуправа, како и центри за дневен престој на стари лица, а ќе се заложиме и за отпочнување на градба на нови пензионерски и старски домови, што е долгогодишна неминовна потреба. По повод 9 мај – Денот на Европа, е објавен и новиот проект „Европска унија-пријател на старате“ со кој до 2020 година се планира овозможување на сите возрасти да имаат достоинствен живот, можност за доживотно учење, ангажирање и активно стареење. За тоа е потребна поголема меѓугенерациска соработка и солидарност. Во тој дух потребно е и отворање на нови мултимедијални центри каде што слободно време ќе го минуваат стари и млади. При ова треба да се потенцира дека секое вработување на млади кадри мора да радува, бидејќи на тој начин се добиваат добри услови за живот и на старите луѓе, уште повеќе што треба да биде практика во виорот на младоста да се создаваат услови за посигурна старост. Европската унија е категорична дека достоинството на старите лица треба да биде на повисоко ниво, да се корис-

ти нивното знаење, искуство и мудрост. Тој процес почнува да се развива и во нашата држава. На тоа укажува и усвоената Национална стратегија за стари лица од 2011 до 2020 година, која е подготвена по европски терк. Во неа се прифатени нашите заложби за изградба на илјада легла за стари лица, за подобрување на стандардот и на квалитетот на животот на оваа масовна популација, а во тие рамки веќе трета година се спроведува Владиниот проект за бесплатна бањска рекреација на пензионери со ниски пензии.

**Во минатите месеци успешно се реализира и Програмата на СЗПМ за 2012 година. Имате голем број на активности. За анимирање на пензионерите се и традиционалните спортски натпревари и ревии. Какви се подготвките за овие значајни пензионерски манифестијации?**

– Најпрвин на почетокот на оваа година ги подготвиме новите правила за спортските игри и за ревии, како и за арбитража кои се преведени и на албански јазик, а во тек е дефинирането на нашиот Предлог-закон за пензионерско организирање во РМ, кој беше и на јавна дискусија во сојузите и во здруженијата на пензионерите. Донесувањето на овој закон треба значително да придонесе за подобар ред и организација на 280.000 старосни, семејни и инвалидски пензионери.

**Во нашите здруженија во полн ек се подготвките за Седумнаесеттите регионални спортски натпревари кои во втората половина на мај ќе се одржат во Охрид, Валандово, Кисела Вода - Скопје и Струмица, а во јуни во Пробиштип, Гостивар, Ресен и Кочани. Републичките пензионерски спортски игри се планира да се одржат на 9 септември.**

Годинава Десеттите јубилејни регионални ревии на песни, музика и игри ќе се одржат во шест региони: во јуни во Пробиштип, Кавадарци, Куманово и Тетово, а во септември во Кочани и Битола. Јубилејната републичка ревија се планира да се одржи на 18 септември во Скопје.

Секако, создавање на модерна и европска пензионерска организација кај нас бара нови плодотворни активности. Тоа што е добро за сите пензионери треба да се поддржува, бидејќи секогаш може и треба да биде подобро. Тоа се сериозни стремежи и задачи, а за тоа репер и гаранција е досега постигнатото.

Разговорот го водеше  
Виолета Петровска

Во Битола

## Регионална средба на пензионерите

**С**огласно остварените консултации и ука- жаната потреба на претседателите на здру- женијата од југозападниот регион, на 26.4.2012 година, во просториите на

ранието на СЗПМ Бесник Потеста.

Откако претседавачот ги информира присутните за реализацијата на заклучоците од претходната седница, во исклучително

заштита, за проблемите околу евидентијата на членството во здруженијата и друго.

Средбата е искористена и за договор за одржувањето на традиционалните

спорчки и ревии со здруженијата на пензионери од југозападниот регион на Република Македонија.

Претседателот на СЗПМ **Драги Аргировски** информираше за прорицата на ИО со претседателите на здруженијата со министерот за труд и социјална

политика Спиро Ристовски, при што објасни некои законски одредби околу зголемувањето на пензиите, како и за проблемите и потребите на пензионери-те во целата држава.

– Пред само неколку години имавме пензионерски мрак, при што пензионерите беа едно беззначај- но тело. Сега е едно друго време и може да се рече дека денес играме една важна улога во државата, со оглед на многобројноста на пензионерите. За сите преземени мерки, предложи и сугести- тии, здруженијата на пензионерите редовно се информираат – истакна Аргировски.

Потпретседателот на Собранието на СЗПМ **Бесник Потеста** наведе дека сите иницијативи и предлоzi од страна на здруженијата на пензионери од југозападниот регион во органите и телата на СЗПМ општено се разгледуваат.

Домаќинот на овие сре-ди, претседателот на ИО на ЗП Битола, **Томе Илиовски** ја истакна оцената

дека работата на здруженијата е транспарентна и конструктивна. Тој информираше и за организацијата на „пикникот“, кој ќе се остварил на падините на Баба Планина со присуство од околу 3-4000 пензионери од целата земја.

Д. Тодоровски



Здружението на пензионери во Битола, се одржа седница, четврта по ред, со однапред утврден дневен ред.

На седницата со која претседаваше **Крсто Стојановски**, беа присути и претседателот на СЗПМ Драги Аргировски, како и потпредседателот на Соб-

ротна и конструктивна атмосфера, во дискусиите активно учество зедоа реши сите присути. Се расправаше за актуелните состојби, како и за усогласување и зголемување на пензиите, за иницијатива-та за донесување Закон за пензионерското организирање, за иницијатива-та за здравствената

ЗП Велес

## Трибина, предавање, активности

**З**а многу претстави (репризи и премиери) Театарот „Јордан Хаџи Константинов-Цинот“ од Велес резервира влезници исклучиво за Здружението на пензионери. Само во месец април Здружението откупи 200 влезници за две претстави. А во знак на благодарност велешкиот театар му додели бесплатно 50 влезници на Здружението и тоа за претставата „Исти на различен начин“. Оваа извонредна претстава „ги подмлади“ гледачите пензионери за неколку години, зашто беше преполн со хумор. Па, нели, на хуморот се смееме, а пак смеате да продолжува животот.

Но, за гледање на претстави потребен е добар вид. Токму во тој контекст на 27 април Општинската организација на Црвен крст организираше трибина, во рамките на Хуманитарниот караван, од областа на офтальмологијата под наслов „Целосна грижа за вашите очи“. На оваа трибина најбрзо беа највоздрасните на чело со велешките пензионери. Предавачи на оваа трибина беа врвни офтальмологи од Поликлиниката за очни болести „Корнеа Медика“ – Скопје и тоа: магистер офтальмолог Гордана Златева, д-р Роза Ангелова, офтальмолог, д-р Снежана Зечевиќ, офтальмолог, д-р Ана Ангеловска, доктор по медицина, Анета Златева –

оптичар и Снежана Јевтиќ – главна медицинска сестра. Главна цел на оваа хуманитарна акција на Црвениот крст и оваа очна поликлиника беше да се едуцира населението за да не дојде до некои посериозни очни болести, да се препознат првите симптоми на болестта и навремено да се побара помош. Откако беа поставени и одговорени бројни прашања, беа доделени пет вачуери на случајно избрани слушатели за бесплатен преглед во нивната поликлиника.

Имајќи предвид дека на сите лица во трета доба им е најесенцијална потреба одржувањето на здравјето, на 4 април годинава ЗП и Активот на пензионери организираше трибина од областа на интернатската медицина наречена „Здравјето пред се и над с

## Ardhja dhe fjalimi i Ministrit për punë dhe politikë sociale fitoi duartrokitje nga pensionistët

**A**nëtarët e Këshillit ekzekutiv, anëtarët e forumit ekonomiko-juridik dhe kryetarët e të gjithë 55 shoqatave të Lidhjes së pensionistëve të Maqedonisë, më 25 prill 2012 mbajtën mbledhje të përbashkët në LShPM me Ministrin për punë dhe politikë sociale **Spiro Ristovski**, në të cilën mori pjesë edhe drejtori i FSPIM (FPIOM) **Bekim Neziri**.

Ardhja e Ministrit Spiro Ristovski si dhe fjalimi i tij para të pranishmëve, u prit me duartrokitje, sepse ai është një ndërministrat e rrallë i cili ka bashkëpunim të mirë me pensionistët dhe që është i interesuar për problemet e tyre.

Në fjalimin e tij, ministri Ristovski theksoi se Qeveria edhe më tutje do ta vazhdojë bashkëpunimin dhe do të punojë në përparimin e situatave në realizimin e të drejtave të tyre. Ministri theksoi gjithashtu se pensionet do të paguhën rregullisht në javën e pare të muajit, dhe ashtu siç ishte premtuar, duke filluar prej dhjetorit 2012, ato do të rriten për 5%, në dhjetor 2013 për 7,5%, ndërkohë, në dhjetor 2014 për 10%, dhe se edhe këtë vit do të vazhdojë të realizojë projektin e Qeverisë për argëtimin në banja me të cilin do të përfshihen rreth 40.000 shfrytëzues të pensionit. Ministri Ristovski i informoi pensionistët edhe për atë se në drejtim të realizimit të përcaktimave të Qeverisë së Republikës Maqedonisë për përmirësimin e jetës së personave pleq, ishte aprovar Strategjia nacionale për persona pleq përvitet 2010-2020, dokument me të cilin është paraparë ndërtimi i shtëpive të reja regionale për persona pleq, me çka kapacitetet nacionale, do t'ju afrohen standardeve evropiane për përkujdesjen institucionale për pesonat pleq. Tani, 4 shtëpitë ekzistuese shtetërore, per-

mes nismave personale, si dhe me ndihmë dhe përkrahje të institucionale.



ve përkatëse, nëpërmjet rikonstruimit të objekteve dhe furnizimit me pajisje me mjetë të reja për punë, ti përmirësojnë kushtet e strehimit.

Kryetari i Lidhjes së shoqatave të pensionistëve **Dragi Argirovski**, ndau qëndrimin e ministrit për bashkëpunimin e mirë me Qeverinë dhe me këtë rast theksoi:

- Lidhja përpjeket që me veprimin e saj, ta përpjeket dhe thellojë bashkëpunimin, sepse pa një bashkëpunim të tillë, përpjekjet dhe kërkasat e pensionistëve nuk do të mundet të plotësohen. Ai, gjithashtu, ministrit ia për-  
colli kërkasë e pensionistëve që rritja e pensioneve në vend prej dhjetorit, ajo të bëhet prej korrikut 2012.

Drejtori i FSPIM (FPIOM) **Bekim Neziri**, në deklaratën e tij për mediat theksoi se në drejtim të bashkëpunimit të mirë me përfaqësuesit e pensionistëve, janë edhe ndryshimet e fundit të ligjit të cilat parashohin që një anëtar i Këshillit drejtues i Fondit të jetë nga Lidhja e pensionistëve. Në këtë mënyrë pensionistët do të mund të marrin pjesë në politikën e përgjithshme të Fondit dhe në përmirësimin e të drejtave të pensionistëve.

## Projekt: QENDRA DITORE PËR PERSONA PLEQ DHE QENDRA PËR DHËNIE NDIHMË NË KUSHTE SHTËPIAKE

**P**rojekti ka për qëllim zhvillimin e formave për mbrojtjen dhe sigurimin e kujdesit dhe mbrojtjes shëndetësore jashtë institucionale në kushte shtëpiake të personave pleq dhe ato me aftësi të kufizuar. Grup qëllimor i projektit janë së paku 120 persona pleq. Për ato të cilët janë më vital dhe fizikisht aktiv, në korniza të projektit do të funksionoj qendër ditore me dy hapësira të adaptuara për punë me ata. Hapësirat janë në Shtëpinë humanitare Dare Xhambaz dhe në OOCK Çair. Më se 60 persona pleq do të kenë mundësi që me psikolog dhe punëtor social në mënyrë të organizuara bashkërisht ta shfrytëzojnë kohën e lirë, bashkërisht të punojnë në aktivitete tematike siç janë: ligjë-

rata, gara në lojëra shoqërore, shënim të festave dhe ditëlindjeve, organizim shëtitjesh dhe punëtorish etj. Gjithashtu, në qendër do të jetë e hapur linja telefonike në të cilën qytetarët do të mund të paraqiten dhe të marrin informata për punën e qendrës.

Gjashtëdhjetë personat pleq me aftësi të kufizuar të cilët jetojnë në territorin e komunës Qendër, Kisella Vodë, Shuto Orizare, Çair dhe Butel, të cilët jetojnë vetë, do të marrin ndihmë në kushte shtëpiake nga dy persona të medicinës si dhe nga 14 vullnetarë. Secili person plak do të vizitohet nga personat vullnetar të medicinës me ç'rast do t'i jepen shërbimet në vijim: matja e sheqerit dhe tensionit, kontakti me mjekun amë, furnizimi

Më pas, kryetari i forumit ekonomiko-juridik **Stamen Filipovski** i informoi të pranishmit me atë se Forumi e ka vërtetuar versionin punues të Ligjit për organizimin pensionist, i cili ishte dërguar në të gjitha shoqat e pensionistëve në Republikë, me qëllim që të jep propozimet, sugjerimet dhe mendimet e tyre përmirësimin e përbajtjes së tekstit. Ai theksoi gjithashtu se teksti i Ligjit ishte dërguar edhe në Lidhjet tjera anëtarë të Këshillit të organizatës së regjistruar për fond solidar dhe anëtarësi. Afati për realizimin publik ishte optimal dhe në atë afat arriti numër më i madh mendimesh prej të cilave është evidente ajo që ishte sugjeruar nga Lidhja, teksti i ligjit ishte shqyrtuar prej shoqatave. Me këtë rast, numri më i madh i shoqatave, në formën me shkrim kishin pranuar se është kohë e fundit që të sillet një ligj i tillë sepse atë e meritorish 280.000 pensionistë.

Në takimin përmendor, në diskutim morën pjesë: Ilija Adamovski, Vasko Koleski, Gojko Eftovski, Blagoja Bojaxhiev, Dançe Daskalovski e të tjerë.

Në mbledhje ishte sjellë konkluzion që të gjitha propozimet dhe zgjerimet nga diskutimet publike do të shqyrtohen me seriozitet dhe se ato të cilat realisht janë favor të përmirësimit të kualitetit të Ligjit do të pranohen, respektivisht do të vihen në tekstin nismëtar të ligjit i cili më pas do të vërtetohet nga Këshilli ekzekutiv në përbërje të gjérë. Pas mbarimit të mbledhjes ministri Ristovski, drejtori i FSPIM (FPIOM) Bekim Neziri dhe kryetari i LShPM Argirovski, dhanë deklarata për mediat të cilat në takimin e mbajtur ishin të pranishëm në numër të madh.

K.S.Andonova

me barna, këshilla për terapi, këshilla për ushqim, shoqërimi për të shkuar te mjeku, biseda për socializmin, ndihma përfurnizimin me artikuj ushqimor, kryerja e punëve administrative dhe njashëm.

Me këtë projekt do të promovohet vullnetarizmi, duke përfshirë qytarët e kërkimorët e programit të qytetit të Shkopit dhe në Programin e organizatave tjera të cilat ofrojnë kushte sociale dhe shërbime të ngashme. Gjithashtu, projektet do të kontribuojnë në përmirësimin e kualitetit të jetës, shëndetin dhe gjendjen psikofizike të pleqeve dhe personave me aftësi të kufizuar.

K.S.A

## Konkretizim i bashkëpunimit më LShPM dhe FSPIM

**S**ipas praktikës së vënë të deritanishme për bashkëpunim, më 10 maj 2012, ndihmës drejtori i Fondit për SPIM Trajko Premçevski, realizoi një takim në Lidhjen e shoqatave të pensionistëve të Maqedonisë.

Në këtë takim morën pjesë: kryetari i LShPM Dragi Argirovski, nënkyetari i Kuvendit të LShPM Bresnik Poesta, nënkyetari i KE Metodija Toshevski dhe sekretari i KE të LShPM Stanka Trajkovska. Kryetari Argirovski, së pari shprehu kënaqësinë që bashkëpunimin me Fondin për SPIM zhvillohet si pas dinamikës dë vëllimit të paraparë. E gjithë kjo do të kontribuojë që shumë çështje të cilat janë me interes të përbashkët, të zgjidhen me sukses.

Në këtë takim morën pjesë: kryetari i LShPM e njoftej ndihmës drejtorin Premçevski, se LShPM ka përgatitur tekst nismëtar të Ligjit për organizim të pensionistëve i cili nëpërmjet Ministrisë për punë dhe politikë sociale do të dërgohet në Qeveri.

Ishte konkluzion i përgjithshëm se

nuk do të ketë asnjë ndalesë në punët e fillura dhe në vazhdimin e bashkëpunimit. Dëshirë dhe vullnet për bashkëpunim ka nga të dy anët, e cila u vërtetua edhe në dy takimet e mbajtura të deri tanishme të titit menaxhes i Fondit të SPIM me kryetarët e lidhjeve dhe shoqatave të pensionistëve të Republikës së Maqedonisë.

Kalina S. Andonova

## SHOQËRIM I PËRBASHKËT GRAVE PENSIONISTE NGA REGJIONI I MAQEDONISË PERËNDIMORE NË BREGUN E LIQENIT TË OHRIT

**S**i "Struga nuk ka tjetër" ishte motoja e përbashkët në takimin e përbashkët të pensionistëve nga regjioni perëndimore i Maqedonisë



i cili u mbajt në hotelin "Biser" në bregun e liqenit të Ohrit. Në këtë takim morën pjesë aktivet e grave nga Prilepi, Krusheva, Ohri, Kërçova, dhe Dibra. Takimin e hapi kryetaria e aktivit të pensionistëve të Strugës Vera Stojanska, e cila falënderoi Shoqatën e pensionistëve të Strugës që ju mundësoi

që të mbahet ky takim i bukur.

Të pranishmëve, me fjalë përshtendetëse iu drejtua edhe kryetari i Lidhjes së pensionistëve të Maqedonisë Dragi Argirovski, i cili theksoi se së shpejti do të fillojnë takimet e lojërave sportive dhe kulturore të pensionistëve në të gjitha regjionet e republikës së Maqedonisë, në të cilat si gjithnjë do të vijë në shprehje shoqërimi i përbashkët i pensionistëve.

Takimi ishte përbushur me program të pasur dhe muzikë, ndërkohë, pas drekës së përbashkët në hotelin "Biser", pensionistet bashkërisht vizituan kompleksin e manastirit i cili gjendet në rrithin e hotelit. Takimi mbaroi në orët e pas ditës me dëshirë të përbashkët që takime të tilla të vazhdojnë edhe në të ardhshmen.

A. R.

Tetovë

## Monografi për jubileun e pensionistëve Tetovë

**M**onografia "65 vjet organizatë e pensionistëve Tetovë" e cila kohë më parë doli nga shtypi, ishte promovuar në mbledhjen e zgjeruar të Këshillit ekzekutiv të Kuvendit të ShP Tetovë. Në këtë promovim, ishte theksuar se është bërë përpjekje që të shënohet gjithë kohë e organizatës së pensionistëve të tetovar i kanë pasur dhe i kanë arritur në periudhën 6,5 dekadash, nga organizimi i tyre deri më sot.

Në këtë promovim, autorë Gojko Eftovski, posaçerish i ndal në punën kërkimore duke theksuar se në një periudhë më të gjatë pot-huajse rreth 2,5 dekadash, nuk është mundur të gjenden dokumente dhe materiale të shkuara, për çka edhe ekziston një sasi zbratëtire në monografi, por ai shpreson se ajo do të plotësohet me sukses me ndonjë botim të ardhshëm.

Monografia është dhënë në dy gjuhë - magjedonish dhe shqip, me tekste identike dhe në një tërësi, e cila në formën si libër, në mënyrë të barabartë është e kapshme për njoftësit e të dy gjuhëve. Është e ilustruar me fotografie nga jetë e pensionistëve, angazhimet e tyre, pjesëmarrja e tyre në jetën kulturore-argëtuese dhe fushën sportive, numrin e madh të ekskursioneve dhe shëtitjeve dhe mbaron me emrat e të zgjedhurve në organet dhe trupat e Shoqatës prej vitit 1990 dhe deri në zgjedhjet e vitit të kaluar. Krejtësisht në fund, është i vendosur vendimi për ndarjen e mirënjohjeve, lëvdatave dhe falenderimeve me rastin e 65 vjetorit, si dhe disa nga mirënjohjet më të mëdha të cilat i ka marrë Shoqata e pensionistëve Tetovë.

S. Dimovski



In memoriam

**Asim Jusufi (1928-2012)**

Më datë 8 maj, në shtëpinë e tij të lindjes në fshatin Zhelinë, në moshën 84 vjeçare, ndërrroi jetë Asim Jusufi, aktivist shumëvjeçarë në Lidhjen e pensionistëve të Maqedonisë dhe në Shoqatën e pensionistëve Tetovë.

Asim Jusufi ishte lindur në vitin 1928. Në anën e Tetovës ishte i njohur si aktivist politiko-shoqëror. Ishte shembull në pranim dhe realizim obligimesh. Gjithnjë konstruktiv dhe i shkathët i cili me mençuri përcilte dituritë dhe përvjetorë e tij gjenerata e reja. Në fshatin e tij të lindjes gjithnjë ishte në anën e qetësimit të tensioneve ndërmjet grupeve dhe interesave të ndryshme.

Në organizatë e pensionistëve ishte që nga fitimi i të drejtës për pension më 1989. Gjithnjë ishte i zgjedhur në organet dhe trupat e Shoqatës së pensionistëve Tetovë. Ndërrroi jetë si anëtar i Këshillit ekzekutiv dhe i Komisionit për çështje të statutit dhe kuadrove. Angazhimi i tij i fundit ishte si anëtar i Këshillit redaktues dhe koautor i monografisë "65 vjet organizatë e pensionistëve Tetovë". Në referatini e dhënë me rastin e jubileut është e shënuar: koleg u ynë dhe aktivisti Asim Jusufi, ka dhënë kontribut të madh në ShP Tetovë dhe në LShPM më të cilat ishte dekade. Puna e tij meriton respekt të veçantë sepse ishte shembull përgjeneratat e tanishme dhe të ardhshme të pensionistëve".

Për herë të parë në LShPM ishte i zgjedhur në vitin 1994, si delegat i Shoqatës së pensionistëve Tetovë. Prej atëherë dhe deri në zgjedhjet e vitit 2011 ishte i zgjedhur në Këshillin ekzekutiv, ku dha maksimumin në realizimin e përbajtjes së programit të këtij organi më të lartë.

Faqen e redaktoi Baki Bakiu

## Чувајте куче или мачка

**М**ногубројни студии спроведени низ светот, го докажале чудотворното влијание на домашните миленичиња врз емоционалното, менталното и физичкото здравје на нивните сопственици. Меѓу другото, било откриено дека сопствениците на кучиња и мачки, многу помалку одат на лекар и обично пијат многу помали количини на лекови од луѓето кои страдаат од истата болест, а немаат миленичиња. Со други зборови, ако нашето куче или мачка може да помогне во решавањето на проблемите на емоционално и ментално ниво, можноста за физичка болест ќе биде значително намалена.

И тикиот убиец – стресот секојдневно полека, но сигурно го поткопува нашиот имунолошки систем и не прави подложни на многу болести.



Установено е дека луѓето кои имаат домашни миленици, генерално се помалку подложни на стрес и на неговите негативни последици.

Истражувачите тврдат и дека близината на домашното милениче значително го подобрува расположението, правејќи не повеќе весели и отпуштени.

Интересно е да се напомне дека членовите на семејствата кои имаат домашно милениче, генерално се повеќе поврзани, и многу полесно и побрзо ги решаваат меѓусебните конфлиktи.

Покрај тоа, кучињата и мачките ја надополнуваат нашата потреба за физички допир и галење, што особено им недостасуваат на постарите лица и осамените луѓе. Позитивен ефект врз луѓето, е забележан и во домовите за стари и изнемоштените лица, како и во психијатриските институции. Со истражување било утврдено дека на пациентите за време на хоспитализацијата или по напуштањето на болницата, закрепнувањето им од многу побрзо во присуство на животни.

Сигурно се прашувате: во што е тајната на лековитата моќ на животните? Тајната на исцелување со помош на кучиња и мачки е делумно скриена во нивната способност да влијаат на нашите позитивни емоции, кои на крајот го забрзуваат заздрравувањето, но се разбира, ова не влијае исто кај сите.

Еден од најстарите пензионери во К. Вода порачува:

## Хуморот е здравје

**П**ри првот контакт со 82 годишниот Никола Лазаревски се чувствува како од него извира позитивна енергија, и уште на почетокот на разговорот се назира неговата креативност и осет за хумор. 82 годишниот Никола Лазаревски објаснува, дека изворот на силата и здравјето го храни смењето.

Се уште витален, со чиста мисла, сака да пишува, да раскажува за неговиот богат и турбулентен живот. Родум од велешко, почетоците му се како учител на што е горд, бидејќи „ако човек мисли на иднината, треба да образува луѓе“. Рогачево, Челопек, Бревеница, ... се само дел од местата каде што ги образувал и воспитувал тогашните генерации. Како учител часот го почнувал со некоја смешка, за да го подигне расположението кај учениците кои, како што потенцира, секогаш потоа подобро го следеле часот. Пред педесеттина години почнал да собира вицеви, афоризми, анегдоти, еротски приказни и решил да ги комплетира и објави во збирка. Насловот на збирката е „Многу хумор на едно место“.

– Почнете го денот со хумор, ќе ви се продолжи животниот век, – пишува авторот Лазаревски во воведот. Зборувајќи за човекот, го користи следниот афоризам: „Животот е куршум кој минува низ времето и обично не ја погодува целта“. Со збирката, нагласува тој, ќе бидете поблиску до целта. Со доза на сатиричност тој посакува сето она што го собрал да засимува генерации, но се разбира, како што вели, оние што ќе ги читаат. Авторот секогаш се трудел во животот да има повеќе пријатели, „затоа што ако имаш барем еден добар пријател, тогаш си богат човек“.

Иако збирката почнува со хумор актуелен во педесеттите години на минатиот век, насловите: „Месен одбор и граѓанинот“, „Поречанец во Војводина“, „Секретарка“, „Домаќинка“, „Нудистичка плажа“ и денес во ератата на дигиталната технологија и интернетот звучат оригинално. Вториот дел се вицеви и хумор собирани со години од весници и списанија. „Не е храна за човекот само она што го консумира. Најдобра храна за човекот е духовната, која се прима на средби и контакти со пријателите, слушајте добронамерници, убавите зборови, ненадејната срека...“, вели авторот.

Излегувајќи од неговиот дом богат со признанија, одликувања, пофалници, дипломи и слики од семејството, останува и натаму да ве држи ведрото расположение и насмевката на лицето од дружењето со Никола Лазаревски.

Христо Марковски

## Природни антибиотици

**К**олку и да се обидувате да го зајакнете Вашиот имунитет и имунитетот на вашите блиски понекогаш сепак може да дојде до инфекции. Во тој случај медицината препорачува антибиотици. За жал, антибиотиците не се безопасни, бидејќи заедно со патогените бактерии уништуваат и милиони „добри“ бактерии, кои се неопходни за правилно варење. Но, постојат и алтернативи – природни антибиотици, кои исто така, можат да помогнат кај инфекциите, а не се штетни за здравјето. На Вас е да одберете кој тип на антибиотик ќе го користите и во кои случаеви.

● **Ехинацеа** – Ехинацеата потекнува од Северна Америка. Листовите и коренът отсекогаш ги употребувале Индијанците како лек за разни видови рани. Ехинацеата спречува настапување на инфекции и го зајакнува организмот на тој начин што предизвикува организмот да произведува лимфоцити. Лимфоцит е најмала клетка на срвното ткиво која има одбранбена улога така што произведува антитела. На тој начин ехинацеата успева да спречи болести или значително да го скрати нејзиното траење. Ехинацеата го зајакнува имунолошкиот систем на природен начин спречувајќи бактериски и вирусни инфекции. Особено е ефикасна во спречување на настинка, треска, воспаление на увото, грипоз на состојба.

● **Лук** – Од бројните благодети на лукот најмногу се познати неговите антибактериски својства. Од историјата знаеме дека лукот се користел во борба против чума и други епидемии. Неговите антибактериски својства се проучуваат веќе неколку децении. Во 19 век, Луј Пастер во лабораториски услови потврдил дека лукот ги убива бактериите. Современите истражувања потврдуваат дека лукот е ефикасен против многу видови бактерии, вируси и габи. Wright Државниот универзитет ја споредува ефикасноста на лукот со пеницилин. За разлика од модерните антибиотици, бактериите не развиваат отпорност на лукот.

● **Колоидно сребро** – Колоидната сребрена вода е природен, сигурен, неотровен антибиотик, ефикасен во уништување на повеќе од 650 причинители на болести, вклучувајќи вируси, бактерии и габи. Пред 1934 година, кога е открiven пеницилинот,

среброто било единствен лек за многу болести. Во 1983 година Министерството за здравство на САД го признало колоидното сребро како безопасен лек кој може да се добие без рецепт. Меѓутоа, со брзиот развој на индустријата на антибиотици, среброто паѓа во заборав. Научно е докажана моќта на колоидната сребрена вода како антибиотска супстанца и ефективно средство против сите инфекции.

● **Ехинацеа** – Ехинацеата потекнува од Северна Америка. Листовите и коренът отсекогаш ги употребувале Индијанците како лек за разни видови рани. Ехинацеата спречува настапување на инфекции и го зајакнува организмот на тој начин што предизвикува организмот да произведува лимфоцити. Лимфоцит е најмала клетка на срвното ткиво која има одбранбена улога така што произведува антитела. На тој начин ехинацеата успева да спречи болести или значително да го скрати нејзиното траење. Ехинацеата го зајакнува имунолошкиот систем на природен начин спречувајќи бактериски и вирусни инфекции. Особено е ефикасна во спречување на настинка, треска, воспаление на увото, грипоз на состојба.

● **Прополис** – Прополис е смолоста супстанца, која настапува со преработка на билни сокови, кои пчелите ги собираат од различни билки. Пчелите го користат прополисот за хигиена на кошниците, кои се познати како најстерилен простор во природата. Лукот одамна го користат прополисот како природен антибиотик, кој штити од бактерии и го јаки имунитетот. За разлика од обичните антибиотици, прополисот делува и на вируси. Истражувањата покажуваат дека земањето прополис во сезона на грип и настинки го намалува ризикот од овие заболувања дури за 53%. Прополисот е ефикасен во лечение на кашлица, воспаление на грлото, синусите и крајниците. Кремот од прополис е одлично средство за лечение на габични и бактериски инфекции на кожата.

● **Витамин Ц** – Лукот одамна ги

познавале својствата на витаминот Ц и го користеле за превентивни цели. Витаминот Ц е природен антиоксидант, кој игра специфична улога во мобилизација на одбранбените сили на организмот. Овој витамин е крал во превенцијата и оној што го користи има огромна предност во сезоната на грип и настинки. Спроведени се огромен број истражувања со ефектите на витаминот Ц на вирусите и бактериите, кои потврдија дека витаминот Ц е на прво место кога се работи за превенција од инфекции. Занимливи се истражувањата на д-р Фред Кленер кој го применувал витаминот Ц интравенски. Неговите истражувања го потврдиле дејството на витаминот Ц не само на вирусите и бактериите, туку и на токсините (зимски отрови).

● **Масло од оригано** – Маслото добиено од листовите на оригано содржи лековита состојка царвацрол, која има неверојатни антибактериски својства. Истражувањата на Универзитетот Џорџтаун покажале дека маслото од оригано може да се бори против инфекциите со иста ефикасност како и класичните антибиотици. За сега е потврдено дека маслото од оригано е ефикасно против 25 различни бактерии, вклучувајќи ги и бактериите кои развиле отпорност на модерните антибиотици.

● **Екстракт од лист од маслина** – Екстрактот од маслиновиот лист е познат по своите анти-микробни својства кој ја штитат маслинката од патогени микроорганизми. Антимикробните својства на овој екстракт повеќе пати се тестирали, а податоците за неговата делотворност се објавени во бројни медицински списанија. Маслиновиот лист е јак антиоксиданс, делува инфламаторно и ја ублажува болката. Се препорачува екстракт од маслинов лист секогаш да имате во вашата домашна аптека.

Овие природни антибиотици се достапни и може да ги заменат фармацевтските лекови. Меѓутоа, ако Вашиот живот е во опасност, се препорачува да не се користат лекови на своја рака. Консултирајте се со лекар кој е квалификуван да Ви одреди терапија и да Ве следи за време на лечењето.

подготвила: З. Кацеска

## Влијанието на сонот врз здравјето

**В**о минатото столетие изведените многубројни истражувања за влијанието на сонот врз здравјето на луѓето и добиени се занимливи резултати. На пример, во 1999 година направена е студија во која учествувале 11 млади и здрави луѓе, а набљудувани се функциите на ендокрините жлезди и на метаболизмот.

Во текот на студијата, лицата 16 ноки поминувале без престан во една клиника и низ триериоди спиеле одреден број часови. Така во првият период спиеле 8 часа, во вториот 3-4 часа, а во третиот 12 часа. Се покажало дека токму во вториот период нивниот организам бил најмалку отпорен на стрес, па е забележан дисбаланс на хормоните. Исто така, нивното тело не било во состојба правилно да ги апсорбира јаглено-хидратите како ни да ја процесира гликозата, што на крај доведува до зголемена количина на инсулин. Помошно е забележано дека ако лицето долго време поминува ненаспиено, односно ако има лоши навики на спиење, тоа може да доведе до различни болести како што се депресија, шизофренија, разни хормонални промените и така натаму.

Што се случува за време на спиењето? Кога одиме на спиење се намалува температурата на телото па

на тој начин полека се јавува поспаност. Трошењето на кислород се намалува за околу 8%, мускулите и нервите во телото се отпуштаат.

Заблуда е дека нашиот мозок за време на спиењето се одмора, напротив, тој е и тоа како активен. Телото се одмора додека мозокот ги процесира разните информации и искуства собрани во текот на денот како и некој потвесни содржини собрани во текот на нашиот живот.

Покрај медитацијата, спиењето е еден од благословите на природата кој ни овозможува да се исчистиме од насобраниот животен стрес наталожен во свеста кој го спречува менталниот развој. Можеме да кажеме дека со постот го чистиме телото од нечистотии, додека со здравиот сон и со медитацијата го чистиме својот ум.

Еве некои интересни податоци кои докажуваат зошто сонот е важен за човекот:

- Скоро третина од животот го поминуваат спиејќи;
- Иако улогата на сонот не е наполно јасна, сонот се подредува меѓу најважните човечки потреби.

- Без доволно сон немаме доволно енергија да функционираме.

- Важните животни решенија тешко ги донесуваме ако сме ненаспие-

ни. Низ целата историја, не постои народ кој немал развиено знаење или барем приказни поврзани со соништата или спиењето. Низ соништата се пророкувала иднината и се толкувала сегашноста.

Доказано е и дека сонот:

- го подобрува помнењето, креативноста и координацијата;
- влијае на здравјето на срцето;
- битен е за слабеењето;
- ги зајакнува интелектуалните и физичките способности;
- ја поттикнува убавината и долговечноста;
- штити од депресија;
- го зајакнува имунитетот;

И додека спиењето се случуваат одредени нешта, односно постојат фази на спиење и три основни состојби на свеста, а тоа се: будна состојба, сонување и спиење без сон. Тие состојби меѓусебно се менуваат низ нашиот секојдневен живот, а проследени се со таканаречени Алфа, Бета и Делта мозочни бранови. Секоја личност без разлика на старосната добра, полот или на религијата секојдневно ги искорусува овие состојби и фази.

Модерната наука го поделила спиењето на 4 стадиуми кои се повторува



### Фиксна телефонија на ONE

ONE Ви нуди најевтино решение за фиксна линија со кое добивате:

- Најниска месечна претплата од 149 денари
- Бесплатно го задржувате стариот број
- Иста цена за разговори во цела земја
- Без надоместок за приклучок (со 24-месечен договор)
- Најповолни цени за разговор
- Бесплатен фиксен телефон – HWCD399

Повеќе информации во Центарот за грижа за корисници на (02) 181.



[www.one.mk](http://www.one.mk)



АД ЕЛЕКТРАНИ НА МАКЕДОНИЈА - СКОПЈЕ  
Подружница „ЕНЕРГЕТИКА“ – Скопје  
16-та Македонска бригада бр.18, 1000 Скопје, п. фах 734, Р. Македонија

### ПОЧИТУВАНИ СО ГРАЃАНИ!

АД ЕЛЕМ, ПОДРУЖНИЦА ЕНЕРГЕТИКА  
СО ПОСЕБНА ЧЕСТ И ЗАДОВОЛСТВО,  
ВЕ ПОКАНУВА НА "ОТВОРЕН ДЕН НА ЕНЕРГЕТИКА"  
КОЈ ГО ОРГАНИЗИРАМЕ ЗА ВАС, СО ЦЕЛ  
ДА СЕ ЗАПОЗНАЕТЕ СО РАБОТАТА  
НА "ЕНЕРГЕТИКА" - ВАШИОТ ПРИЈАТЕЛ  
ВО СТУДЕНТИТЕ ДЕНОВИ. КЕ ИМАТЕ МОЖНОСТ  
ДА ГИ ИЗЛОЖИТЕ ВАШИТЕ СТАВОВИ, ИДЕИ,  
СУГЕСТИИ И ЖАЛБИ, НО И ДА ПОСТАВИТЕ  
ПРАШАЊА ВО ВРСКА СО НАШАТА РАБОТА.

ЗАТОА, НА ДЕН 26.05.2012 ГОДИНА, ПОВЕЛЕТЕ!

СО ПОЧИТ!  
"ЕНЕРГЕТИКА", ул. 16та Македонска бригада бр.18



## ЗАНИМЛИВОСТИ

**Корката од лебот, има витамиини.**

Во студија извршена во Германија во 2002, научниците откриле дека печењето создава нов тип на антиоксиданте во лебот кој помага во борбата против рак, и дека тој е 8 пати поконцентриран во корката отколку во остатокот од лебот.

**Надвор со влажна коса, ќе настинете.**

Ќе ви студи, но што се однесува до здравјето, нема да ви биде ништо. Во студија направена во Англија, група доброволци биле изложени на обичен вирус, по што половината седеле во топла соба, а другата половина се истуширале и стоеле во ходник половина час без да се исушат. Симптомите на настинка се развиле во ист број и кај оние на кои им било топло, и кај оние кои се смрзнувале.

**Треба да јадете кога имате настинка и да гладувате кога имате треска.**

Во двета случаи, јадете и пијте, но пијте многу повеќе. „Хидрацијата е најважната работа, зашто губите многу течности кога сте болни“ вели д-р Џим Сирс. Тој додава и дека нема потреба од специјални напитоци, освен ако се работи за посериозна дехидрација.

**Јадењето овоштие и зеленчук го одржува здравјето.**

Јадењето повеќе овоштие и зеленчук од кој било вид е важно за спречување на повеќе хронични болести, како срцеви проблеми, висок крвен притисок и дијабетес.

**75 проценти од топлината се губи преку главата.**

Оваа пресметка најверојатно е направена со бебе, бидејќи нивните глави се пропорционално поголеми во однос на телото. Затоа е важно главата на бебето да е покриена во студено време. Кај возрасните, тоа е околу 10 проценти. И не заборавајте дека топлината се губи преку секој изложен дел (стапала, раце, длани), па шапката не е ништо поважна од ракавиците.

**Јадењето риба ве прави паметен.**

За деца стари до три или четири години, ова е факт. Рибата, особено мрсните, како лосос, се полни со омега-3 масни киселини. Во студија од 2008 година, бил забележан пораст на вокаубуларот и разбирањето кај четиригодишниците кои добиваат дневна доза на риба. Ако не сакате риба, тогаш омега-3 има и во авокадото и оревите.

**Не треба да пливате еден час по оброк.**

По оброкот, поголема количина на крв се повлекува од екстремитетите и оди во дигестивниот систем, па ако претерате со физичка активност може да дојде до грчеви. Можеби нема да имате доволно енергија за напорно пливање, но не би требало да имате потешкотии да се опуштите или оладите во водата.

**Топло млеко ќе ви помогне да заспите.**

Млекото содржи мала количина триптофан (аминокиселина) но за да има ефект ќе треба да испиете десетина литри. Ефектот за кој зборуваат некои луѓе е рутина за опуштање создадена уште од детството и тоа може да има плачејќи ефект без оглед што вели науката.

избор: М. Дамјанска

СКАНДИ	ИНВА-ЛИДИТЕТ	ЗНАК ЗА НОБЕЛИУМ	НЕОФ. КРАТЕНКА ЗА АЛЖИР	БОЖЈА КАЗНА (ТУР.)	СКАНДИ	БОР	ЕМИЛИЈА АНДРЕЕВА	ЗАСЕБНО МЕСТО ВО ГЛЕДАЛИШТЕ	ДУБРОВНИЧКИ ПИСАТЕЛ АНТУН МАРИЈА	НАШ ГЛАС НА ФОТОСОТ
ЛОКАЗНА ЗАМЕНКА					НЕСРЕЌА (АРХ.) ФРАНЦУСКИ КРАЛ					
БЕЗБОЈНА ТЕЧНОСТ ШТО СЕ ЛАЧИ ОД ОЧНИТЕ ЖЛ.					ЈАПОНСКИ ОСТРОВ ВО ЈАДРАНОТ ОСТРО					
АМПЕР	ЛИТЕРА-ТУРЕН РОД ХЕМИСКИ ЕЛЕМЕНТ					ТЕМПЕРА-МЕНТ ЈАЛОВИНА				
ИНИЦИЈАЛИТЕ НА АРТИСКАТА БОУ		ИТАЛ. ФУДБАЛ-СКИ КЛУБ НЕСРЕЌА (РАЗГ.)						АЛТ ОДРЖУВАЊЕ РАМНОТЕЖА		
ЖРТВЕНИК (ЛАТ.)			РЕКА ВО ФРАНЦИЈА ЕДНА ОД ТРИТЕ МУЗИ ВО ГРЧ. МИТ.				БОРИС НОВКОВСКИ ИМЕТО НА ПЕЛАЧКАТА НОВАКОВИК			
СТРАНСКО МАШУКО ИМЕ				ЕДЕН ХЕМИСКИ ЕЛЕМЕНТ РЕВОЛУЦИОНЕРот ГРУВЕВ					СКАНДИ	КИСЛОРОД
СТАРОГРЧКИ ФИЛОЗОФ								ПОКАЗНА ЗАМЕНКА ОБЛАСТ ВО МЕСОЛОПАМИЈА		
ВОДОРОД	ИСТОИМ-ЕНИК (ТУР.) ЖАК АРТИН				ЛАКОМА АДЕНЗИН-ТРИФОС-ФАТ				АРКАНЗАС ТЕРИ ЈАНГ	
ИНИЦИЈАЛИТЕ НА ПИСАТЕЛОТ ЖУПАНЧИЧ		ГРАД ВО ЈАПОНИЈА ВИД КОЛАЧИ			ГРСПОДАР (ГРЧ.) АРТИСТОТ ФОНДА				ИНИЦ. НА ПИСАТЕЛОТ АРСОВСКИ КУТИЈА ЗА ТУТУН	
ИНДУСТРИЈСКА ОБЛАСТ ВО ГЕРМАНИЈА			ЗНАК ЗА ЕТИОПИЈА ГЕРМ. АДМИРАЛ КАРЛ				ПРЕЦИЗНА ПУШКА НИЗА, РЕДИЦА			
ТОН	ПРЕДЛОГ НАПРАВА ЗА СЕЧЕЊЕ ТУТУН			ВРЕМЕНСКИ РАЗДЕЛ ИНД. БОЖЕСТВО НА ОГНОТ					ЖРТВЕНИК (ЛАТ.) АЛЕК-САНДАР ИВАНОВСКИ	
КОЦКА (ЛАТ.) ПРИСТАНИШТЕ ВО ШВЕДСКА					ЖИВЕЦ ИМЕТО НА ПИЈАНИСТОТ БЕРТОНЦЕЛ				СКАПОЦЕН КАМЕН, АХАТ (ТУР.) "НЕТО"	
ПРЕДВОДНИЦА (ЛАТ.)								ЖИТЕЛ ПО ТЕКОТ НА РЕКАТА НИЛ ЕНИРКО КАРУЗО		
СЕЛО ВО СКОПЈЕ									ЖЕНСКО ИМЕ НА ГАЛЕНО ВОДОРОД	
ТАЈНА БОЖЈА СЛУЖБА (МН.)					ФИЛО-ЗОФОФ ФРАНСИС				АНРИ РАБО	

## Хумор

Го прашува Трпе Трајчета:

– Како си, како се чувствуваш?

– Како ученик!

?

– Пензијата ми е колку цепрлак, а од бабата се кријам кога пушам!

Влегува стара жена во автобус и вели:

– Синко, немам пари за автобус, можели да ти дадам едно јајце?

Кондуктерот:

– Може бабо, влезаи!

Така направила бабата и наредниот ден и наредниот ден и наредниот... По третиот ден, кондуктерот и вели:

– Влези баба, влези, ама немој веќе да носиш јајца.

Доѓа бабата петиот ден и носи во рацете кокошка.

– Што е бабо. Кокошка ли си купила?

Бабата му вели:

– Ова ми е Месечна!

Се сртнале Спасо и Тасо и Спасо му вели на Тасо:

– Здраво пријателе стар! Дај ми една цигара?

– Немам, се одвикнав!  
– Од пушење?  
– Не, од давање цигари!

Ана е во болница и во посета и доаѓа колешка од работа. Ана ја прашува:

– Како е на работа кој ја работи мојата работа?  
– Се е во ред. Вера вари кафе, Соња ти ги решава крстословките, а јас те „заменувам“ кај шефот!

Фата го буди Муjo околу полноќ:  
– Нешто тропа. Изгледа влегол крадец?  
– Не се секирај, спиј си! Ке си оди кога ќе види дека пари немаме, злато немаме, а и фрижидерот е празен!

Докторе, грозно се чувствуваам! Слушам гласови, а никого нема во собата.

– Кога ти се случува тоа?  
– Кога телефонирам.

Докторе, ми треба потврда дека сум неспособен за работа.  
– Добро, а што ти фали?  
– Па тоа, потврда!

## Комарецот и лавот

Комарецот дошол кај лавот и му рекол:

– Јас воопшто не се плашам од тебе, тврдам дека не си појак од мене. Ако мислиш дека не е таќа, дојди, еве сум, да си ги проблеме силите. Јас сум многу, многу посилен од тебе.

Откако го кажал ова комарецот веднаш почнал да лета околу лавот, да брми и да пиши, па се пуштил да го бочка по голите места, без влакна, околу носот и устата.

Бранејќи се, лавот сам се ранувал со сопствените канци и така премалел. Кога победил, комарецот забрмчел победничка песна и си одлетал. Опен од радост, не гледал кај лета и се сплеткал во пајакова мрежа. Кога требало да биде изеден од пајакот, почнал да тажи:

– Ах, каков край ме снајде. Ме упропасти една никаква живинка и тоа по мојата победа над најсилниот!



М.Т.

Драмската работилница при КУД – Гоко Симоновски од Куманово

## Премиерна изведба на „Печалбари” од Антон Панов

**Н**а почетокот на мај годинава, драмската работилница при КУД „Гоко Симоновски“ од Куманово, се претстави со премиерна изведба на „Печалбари“ од Антон

дин и Симка. Заслуга за тоа најповеќе имаат пензионерите Новко Петрушевски и Надежда Булатовиќ.

Сценографската и костимографската постановка со музичката



Панов во режија на Стоје Додевски. Текстот иако е пишуван одамна и денес е актуелен заради современата транзиција и одливот на млади кадри низ светот. Актерската екипа успешно си ја изврши задачата и беше на ниво на очекувањата, посебно ликовите на главните јунаци, Коста-

илустрација уште повеќе го доловија времето на триесеттите години на минатот век кога сиромасите заминуваат на печалба во тубина, а често заради болест или несреќа никогаш не се враќаат дома, како што тоа е случајот со Костадин.

Бројната публика која дојде да ги

охрабри актерите им даде силна поддршка во заокружувањето на проектот.

Кон првичните позитивни оценки свое видување даде Драги Аргировски, претседател на СЗПМ, кој рече:

– Браво за Кумановци. И во драмската секција покажавте дека сте најдобри. Вашите evidentни успехи охрабруваат и уверуваат дека пензионерите не водат пасивен живот. Поранешниот претседател Душко Шурбановски се смета за „виновен“ што идејата за формирање на драмска секција се преточи во дело:

– Продолжете понатаму, успесите ќе дојдат – вели тој.

Премиерната изведба во полната сала на Националната установа на културата „Трајко Прокопиев“ ја следеше и селекторот на драмскиот аматерски фестивал во Кочани, Лука Кортина:

– Јас сум воодушевен од она што го видов и почувствуваам. Режисерскиот период и актерската екипа направија крајниот резултат да понуди нова свежина и пристап.

Татјана Антиќ

Разговор со Марија Димкова, пензионер од Штип

## Песната од родниот крај ја понела во срцето

**М**арија Димкова е препознатлива по песната од Егејскиот крај на Македонија и слушана не само во Штип, туку и надвор од границите на Република Македонија. Родена е во Пожарско – Воденско, Егејска Македонија. Со граѓанската војна во Грција и таа ја дели судбината на многите деца бегалци раселени по светот. Таа песната изврнала – егејска, македонска, ја понела во срцето и ја пее со душа, онака како што ја слушнала од своите.

– Марија Димкова е наша пензионерка, таа настапува на пензионерските концерти и дружења. За нејзините успеси ЗП Штип реши да и додели благодарница и еднократна парична награда, – ни рече претседателот на ЗП Штип Михаил Василев.

За почетоците на својата музичка кариера еве што ни изјави Марија:

– Виорните времиња на граѓанската војна во Грција ги однесеа децата бегалци низ целиот свет. Песната беше таа што ни го крепеше духот и ни кажуваше од каде сме и што сме. Јас песната од родниот крај ја понесов во срцето. Пеам од дете. Нај-

првин настапував на приредите во училиштето. Кога се доселимме во Битола беше забележана од стручните

здржанието „Македон“ за песната „Деца бегалци“ во која се говори за судбината и конкнектот на децата од Егејскиот дел на Македонија, на децата-бегалци по родните огништа.

На прашањето кои се нејзините идни планови Марија ни откри:

– Наградата од ЗП Штип, како и другите награди ме радуваат и задолжуваат да пеам додека можам. Песната ми го продолжува животот. Но и кај мене важи: зад успешна жена стои успешен маж, а тоа е нејзиниот сопруг Стојан Димков долгогодишен претседател на здружението „Македонски Егеј“.

– Откако Марија дојде во Штип се вклопи во моето семејство и во оркестарот на „Браќата Димкови“ кои го негуваат мелосот од Егејска Македонија, – вели сопругот Стојан.

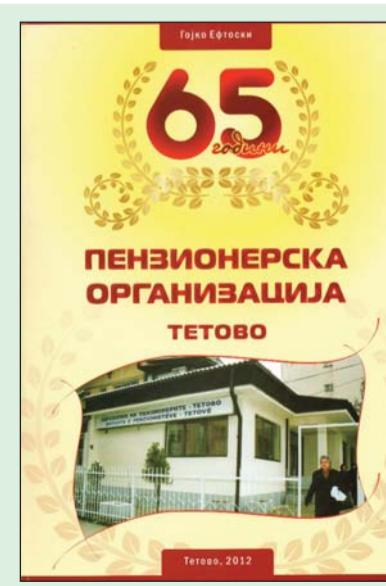
Инаку, Марија Димкова пее и во Градскиот хор, настапува пред пензионерите и со нејзиниот изворен глас ги носи песните на оригинални начин испеани, онака автентично на егејски дијалект. Марија има снимено ЦД со песни од Егејот, а има напишано и книга „Песни и обичаји практикувани долу“ – од фолклорната ризница на Марија Димкова, книга која содржи записи на песните и обичаите од родното место, а се многу малку истражувани или запишани. Оваа книга претставува буквар за децата бегалци и нивните идни поколенија.

Цвета Спасикова

луѓе на „Радио Прилеп“, и таму го имав мојот прв јавен настап. Подоцна пеев на собирите што ги организираше здружението „Македонски Егеј“. Ете сега, на пензионерски години ми се отвори патот за настапи на Фестивалот на родољубиви и патриотски песни „Гоце фест“, каде освоив прва награда од стручното жири и втора награда од публиката. Посебно драга ми е наградата „Златна плакета“ од

празнината во монографијата, но, тој се надева дека оваа празнина успешно ќе се надополни со некој натамошен издавачки зафат.

Монографијата е издадена на два јазика – македонски и албански, со идентични текстови и во една целина, која обликувана како книга, подеднакво е достапна за познавачите на двета јазика. Илустрирана е со фотографии од животот на пензионерите, нивните ангажирања, настапите на културно-забавно и спортско поље, големиот број екскурзии и прошетки, а завршува со имињата на избраните во органите и телата на Здружението од 1990 година до минатогодишните избори. Сосема на крајот е поместена одлука за доделување признанија, пофалници



благодарници по повод 65 годишнината, како и некој од големите признанија и повелби што ги добило Здружението на пензионерите Тетово.

С. Димовски

Активи на пензионерките од Западниот регион на РМ

## Дружење за паметење

**К**ако „Струга нема друга“ беше заедничкото мото на собирот на пензионерките од западниот регион на Македонија што се одржа во хотелот „Бисер“ на брегот на Охридското Езеро. На средбата зедно учество имале активите од Прилеп, Крушево, Охрид, Кичево и Дебар. Средбата ја отвори претседателката на активот на пензионерките од Струга Вера Стојановска, која се заблагодари на Здружението на пензионерите од Струга што им може да им овозможи да се одржи оваа прекрасна средба.



пензионерите во сите региони на Република Македонија на кои средба како и секогаш ќе дојде до израз на единичкото дружење на пензионерите.

Средбата беше исполнета со богата програма и музика, а по заедничкиот ручек во хотелот „Бисер“, пензионерките заеднички го посетија и манастирскиот комплекс што се наоѓа во околината на хотелот. Средбата заврши во попладневните часови со заедничка желба ваквите дружења да продолжат и во иднина.

А. Ристоска

ЗП Охрид и Дебрца

## Стрелаштвото - животна опсесија

**М**еѓу најпознатите и најдобри спортисти во дисциплината стрелаштво во Охрид, се вбројува и Цветко Попоски, актуелен претседател на Месниот огранок „Седми ноември“. Речиси нема спортист кој не го познава Попоски, бидејќи тој уште од своето рано детство се занимава со овој спорт каде има постигнато одлични резултати во својата стрелачка кариера на Општинско, Републичко ниво, и во поранешна Југославија. Со овој спорт се занимава уште од 1959 година кога бил вработен во фабриката за пластични производи „Лихнида“. Тој се натпреварувал не само со воздушна пушка, туку и со автоматска, полуавтоматска и пиштол.



Во својата повеќе годишна кариера Попоски, има освоено повеќе од 100 дипломи, пофалници, благодарници, признанија, пехари и над 70 златни и сребрени медали, и други воени одликувања во стрелаштво. Од Стрелачкиот сојуз на Македонија во 1995 година е прогласен за најуспешен спортист во Република Македонија за освоено прво место со 368 круга, со воздушна пушка за што бил награден со позлатена статуетка – стрелец.

По пензионирањето во 2007 година, по општинските и регионалните нат-

превари, Попоски за прв пат учествува на 12-те републички Спорчки натпревари, на кои Охрид го освои првото место во екипна и поединична конкуренција. Од следната 2008 година во Самоков, на регионалните натпревари, и на републиките во Радовиш и Струга, па се до минатата година, Попоски со најмногу освоени кругови континуирано е најдобар стелец.

Минатата година на 16-те Републички спорчки натпревари во Ливадиште кај Струга, со освоени 87 кругови, беше прогласен за најдобар – стрелец, поединец, за што доби и пехар, а охридските стрелци за освоеното прво место во екипна конкуренција го добија златниот медал.

Попоски не само како спортист, тука бил и тренер, судија по стрелаштво и во повеќе наврати член на Управниот одбор на Стрелачкиот сојуз на Охрид, а во 1994 година и негов петседател.

Цветко Попоски е активен и како пензионер. Сега е претседател на Месниот огранок „Седми ноември“ и благодарение на неговиот несебичен ангажман, во многу придонесува во активноста на огранокот кој важи за еден од поактивните во Охрид.

К. Спасикова

Традиционален концерт на КУД „Гоко Симоновски“

## Надминати очекувањата

**В**о мај, најубавиот месец во годината, Комисијата за културно-уметнички дејности при ЗП „Куманово“ традиционално ја организира пролетната манифестија „Мајски ракувања“. Според оцените, сите до сегашни концертни програми беа успешни. Последната, што се одржа на 10 мај 2012 година, по многу нешто беше поинаква и ги надмина очекувањата. Заедно со музичките и играорните акорди на членовите на КУД „Гоко Симоновски“ во програмската содржина беа вклучени нивните колеги од Пензионерското културно-уметничко друштво „Пензионер“ од Лесковац.

Кумановските пензионери и јавноста воопшто однапред препознаа интересна и квалитетна програма. Од тие причини големата сала во НУК „Трајко Прокопиев“ беше исполнета до последното место. Тандемот Мирјана Насковска и Киро Петковски, со водителска умешност го најавуваа сценаријот на вечерта. Почетните минути беа резервирали за настапот на мешовитот хор под диригентската палка на Александар Георгиевски. Беа интерпретирани неколку македонски песни и новосоздадената химна за Куманово. Бурните аплаузи за пењето зборуваат за квалитетен избор и бреспрекорен

настап. Публиката не ги штеде дланите и кога во пријуджа на оркестар на народни инструменти настапија солистите Елка Тодоровиќ, Буленд Даутовски, дуетите Достана Иванова и Петар Димковски и Достана Иванова и Добрила Јаневска. Во сценската претстава беа вклучени и фолклорниот ансамбл со сплет игри од Егејска Македонија и Кумановско поле, како и поетесата Фотја Стојчевска и Кирил Илиевски кој со шегобијата песна „Масерка“ предизвика висотинско воодушевување кај публиката.

Гостите од Лесковац пријатно изненадија со одбрана програма која наполно ги задоволи очекувањата и вкусовите на публиката. Феноменалната изведба на фрула на Радован Илиќ, соло интерпретациите на Мирјана Јовановиќ и на Бранимир Ѓорѓевиќ како и фолклорниот настап на мешовитиот ансамбл со сплет на игри од врањско и од Србија, публиката ја анимираа непрестано да аплаудира и да се насладува од понуденото.

„Мајските ракувања“ завршија со ракување на првите луѓе на двете пензионерски културно-уметнички друштва и члените луѓе на здруженијата со отворена покана кумановските пензионери да настапат пред лесковачката публика.

Т. Антиќ

Тетово

## Монографија за јубилејот на пензионерите од Тетово

**М**онографијата „65 години пензионерска организација Тетово“ која неодамна излезе од печат, беше промовирана на пршина седница на Извршниот одбор на Собранието на ЗП Тетово. Притоа, беше истакнато дека во монографијата се прави обид да се набележат сите успеси и проблеми, достигања и резултати што тетовските пензионери ги имале и ги постигнале во 6,5 деценијскиот период од нивното организирање и до денес.

На промоцијата, авторот Гојко Ефроски посебно се задржа на истражувачката работа наведувајќи дека за еден подолг временски период од речиси 2,5 деценији не можело да се најдат документи и писани материјали, заради што и постои известна