



Посета на претседателот на државата д-р Ѓорге Иванов на пензионерскиот дом во Аеродром

На 19.06.2012 година пензионерите-станари во пензионерскиот дом „Јане Сандански“ во општина „Аеродром“ во Скопје имаа чест да ги посети претседателот на

пензионери кои го пречекаа пред Домот.

Пензионерите-станари во домот, изразија големо задоволство за се што е направено во домот за подоб-



Република Македонија д-р Ѓорге Иванов, со соработниците, како и градоначалникот на општина „Аеродром“ Ивица Коневски и претседателот на советот д-р Виктор Камилевски.

Овој пензионерски дом е најголем по својот капацитет во Република Македонија.

Цел на посетата беше запознавање со условите во кои живеат станарите во домот и со нивните секојдневни проблеми.

Покрај посета во неколку стамбени единици и разговор со станарите, претседателот Иванов разговараше и размени мислење и со останатите

ро живеење во период 2007–2009 год. со барање да се доврши санацијата за околу 25% од стамбените единици, што беше одложена поради економската криза.

На крај од посетата, гостите како што беа пречекани—така беа испратени со аплауз од сите пензионери.

Инаку ова е прва посета на претседател на државата од нејзиното осамостојување, на една ваква установа.

Средбата беше срдечна на задоволство на сите присутни, а вакви средби треба да има и во иднина.

Вељан Стојковски

Делегација на СЗПМ во посета на Албанија

Делегација на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија предводена од претседателот Драги Аргировски, на 21 јуни, престојуваше во Тирана на покана на Конфедерацијата на синдикатите на Албанија. Претседателот Аргировски, потпретседателот на Собранието на Сојузот Бесник Поцеста и претседателот на Здружението на пензионерите на Охрид Ѓорѓи Трпчески, ги прими претседателот на Конфедерацијата на синдикатите на Албанија **Кол Николај**.

Посакувајќи им добредојде претседателот Николај ги запозна гос-

СЗПМ за одржување Балканска пензионерска спортска олимпијада и за одржување Балканска ревија на песни, музика и игри. Иницијативата на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија, со задоволство беше прифатена од претседателот Николај и од соработниците, меѓу кои беше и **Назив Далјани**, претседател на Конфедерацијата на синдикатите од Поградец, Албанија.

—Целта за која дојдовме во Тирана во целина ја остваривме. Не само што се запознавме со состојбите и со животот на луѓето во третата животна доба во Албанија, туку се до-



тите дека во Албанија има околу 600.000 пензионери кои се организирани во неколку Сојузи и кои досега успежно дејствуваат.

На средбата се потенцира потребата за збогатување на меѓусебната соработка во интерес на пензионерите на двете држави. Беа разменети и искуства од дејствувањето на пензионерските организации во Македонија и во Албанија.

Претседателот **Драги Аргировски** ја изнесе и иницијативата на

говоривме и за зголемување на соработката и грижата за пензионерите со спроведување на европските реформи. Пензионерите и старите луѓе и во двете земји треба да имаат спокојна и мирна активна старост. Во таа насока треба да има почесто вакви средби и договори за заеднички активности — истакна за меѓумилите претседателот на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија, Драги Аргировски.

Вјолца Садику

Активно стареење со реви и спортски натпревари

Европската унија ја прогласи 2012 година за година на активно стареење и меѓугенерациска соработка и солидарност, со цел да ги поттикне општествата и сите воопшто да и посветат поголемо внимание и почит на оваа се помногубројна популација во сите земји од Европа, но и во светот. Европската година на активно стареење и солидарност меѓу генерациите е уште еден поттик за многубројни активности во кои ќе биде искористена мудроста и искуството на постарите како пример за помладите генерации.

Во активностите се вклучи и Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија. Така, почнувајќи од мај месец до септември се одржуваат реви на песна, музика и игри на кои пензионерите пеат, свират и играат. Со тоа тие даваат огромен придонес во зачувувањето на културното богатство и идентитет на сите кои живеат на овие простори. Овие верни чувари на фолклорот, обичаите и традициите се светол пример за помладите генерации. Во јуни се одржаа четири реви, а останатите две ќе



се одржат во септември. На есен ќе се одржи и 10-тата јубилејна Републичка ревија.

Активното стареење значи физичка активност. Пензионерите свесни за значењето на



спортот 17 години по ред одржуваат републички, а претходно и регионални спортски натпревари во 8 региони и тоа во 11 дисциплини. На нив им претходат и натпреварите во самите здруженија. Во септември за Денот на пензионерите на Македонија ќе се одржи 17-та Републичка пензионерска спортска „ОЛИМПИЈАДА“ на која ќе земат учество над 1000 пензионери. Тогаш ќе бидат поделени признанија и медали, а на севкупниот победник ќе му се додели преоден пехар. Посебно задоволство на сите им претставува самото учество бидејќи на крајот сите добиваат многу вредна награда: активен живот и активно стареење.

Европа ја прогласи 2012 за година на активно стареење и меѓугенерациска соработка и солидарност, но македонските пензионери активно стареат многу одамна, бидејќи 17 години има спортски натпревари, а 10 години реви. Придобивките се одлични врз психичкото и физичкото здравје. Македонија не е членка на Европската унија, но како активно се старее, Европа може да учи и од нас!

К.С.Андонова

ВО ОВОЈ БРОЈ...

НОВИ ДВА ЦЕНТРА ЗА СТАРИ ЛИЦА



стр. 2 »

МЕЃУНАРОДНА КОНФЕРЕНЦИЈА ЗА АКТИВНО СТАРЕЕЊЕ



стр. 3 »

ХРОНИКА

стр. 4 »

ИНТЕРВЈУ СО Д-Р ГОРАН НИКОЛОВ

стр. 5 »

ИНФО

стр. 6 »

ПАНОРАМА

стр. 7 »

РЕВИЈА ПРОБИШТИП



стр. 8 »

РЕВИЈА КАВАДАРЦИ



стр. 9 »

СРЕДБИ

стр. 10 »

17-ТИ РЕГИОНАЛНИ СПОРТСКИ НАТПРЕВАРИ

стр. 11 »

VIZITE NE BEROVĚ

стр. 12 »

ЗДРАВСТВО

стр. 13 »

ЗАБАВА

стр. 15 »

ВИДИЦИ

стр. 16 »

Вашата пензија секогаш на први во месецот.

НЛБ Сребрен пакет

NLB Тутунска банка

Нови владини мерки за пензионерите



Министерот за труд и социјална политика, Спиро Ристовски оствари средба со Сојузот на здруженијата на пензионери на Македонија на којашто беше презентирани новиот пакет на економско-социјални мерки на Владата.

Со новиот пакет, Владата на корисниците на пензија им овозможува 50 проценти попуст за посета на театрите, музеите, опера, филхармонија и балет. Министерот Ристовски потенцираше дека Владата уште еднаш покажува дека води грижа за оваа категорија на лица.

Со ваквата мерка обезбедуваме подобар и поквалитетен живот за пензионерите. Владата и натаму ќе продолжи да работи интензивно на спроведување на мерки со кои ќе обезбедува помирен и подостойствен живот на пензионерите во Република Македонија, како еден од врвните приоритети на Министерството за труд и социјална политика и на Владата генерално, – рече министерот за труд и социјална политика, Спиро Ристовски по средбата.

Претставниците на Сојузот на пензионерите на Македонија искажаа задоволство од мерките:

– Македонските пензионери се задоволни од последните пакет-

мерки на Владата. Тоа беа барања на Градскиот сојуз на пензионерите на Скопје и на другите здруженија, бидејќи, пензионерите и пензионерските здруженија масовно ги посетуваат културните институции и најновите музеи во државата – рече Драги Аргировски, претседател на Сојузот на здруженијата на пензионери на Македонија.

Д-р Крсто Ангеловски, претседател на Сојузот на здруженијата на пензионери на Скопје додаде дека целта на предлогот беше да се направи подостапен пристапот до културните содржини што ги нудат културните институции во Македонија за социјално ранливите категории на граѓани, за младите лица и за пензионерите. Меѓу нив има голем број интелектуалци, научни творци, професори, лекари, уметници, директори и други кои најчесто се главни посетители на Мајските оперски вечери, на театарски претстави и слично. Здруженијата на пензионерите во Скопје, Битола, Прилеп, Велес, Куманово, Штип и други градови и досега откупуваа по неколку театарски претстави годишно, а со промотивни билети тоа двојно ќе се зголеми. Меѓу пензионерите голем е интересот и за посета на музеите во Скопје.

К.С.А.

Не е важно долго да се живее, туку активно да се старее

На 23-ти мај во организација на Делегацијата на Европската Унија, Националната Универзитетска библиотека „Св. Климент Охридски“ – Скопје и ЕУ инфо точката при библиотеката се одржа предавање на тема: „Староста и доброто живеење“ по повод прогласувањето од страна на Европската Унија на 2012 година на година на активно стареење и солидарност меѓу генерациите.

Најнапред на присутните им се обрати Роберт Лидел, раководител на одделението за политика и информации, при Делегацијата на ЕУ. Потоа мошне интересно и пот-

животот. Исто така, тој потсети на третманот на старите луѓе низ вековите во разни земји и општества. Меѓу другото ги потенцираше бенефитите од активното стареење врз духовното и физичкото здравје на старите, како и потребата од меѓугенерациска соработка и взаемна почит меѓу генерациите.

– Знаењето се стекнува со образование, но мудроста е резултат на напластено искуство. За еден човек да го мине животот активно и исполнето, треба да помине барем три професии во животот, а време има бидејќи границата од која човек се смета за стар се померува со годи-



крепено со факти предавање имаше д-р Кирил Темков, професор по предметот етика и естетика на филозовскиот факултет при Универзитетот „Кирил и Методиј“ од Скопје.

Професор Темков како автор на повеќе книги зборуваше за искуството и мудроста на старите луѓе што се напластува со годините на

ните. Не е важно долго да се живее. Важно е добро да се живее и активно да се старее – рече професор Темков.

На предавањето имаше слушатели од повеќе генерации, студенти, професори, пензионери и други. По предавањето имаше и дискусија.

Калина С. Андонова

Нови два центра за стари лица

Деновиве во Скопје отворени се два нови центра за дружење и давање помош на стари лица. Едниот е на подрачје на општина Центар, во рамките на Домот на хуманитарни организации „Даре Џамбаз“, а вториот на улица Вуковарска 23 во Црвениот крст на Чаир. Ке служат за едукација на теми интересни и корисни за старите лица, ќе се организираат друштвени и други игри како домино, шах, пикадо. За нивно беспрекорно и квалитетно функционирање ќе се грижат еден социјален работник, психолог, четири медицински лица и 34 волонтери. Домашна посета за почеток ќе добијат околу 180 изнемоштени стари лица.

Од Градот и од Министерството за труд и социјална политика, иницијатори на овој проект, сметаат дека на овој начин ќе се овозможи органи-

зиран начин на минување на времето на старите лица, но и нивна меѓусебна социјализација. Во нивни рамки грижа и помош ќе добиваат и 60 изнемоштени стари лица што живеат сами – мерење шеќер, притисок, давање совети за исхрана, помош во купување прехранбени продукти, лекови, соодветна придружба при одене на лекар, на прошетка и друго. Отворена е и телефонска линија 02-3228347 на која граѓаните ќе може да се јават и да добијат информации за функционирањето на центрите, истакна на отворањето градоначалникот Коце Трајановски. Заедно со министерот Спиро Ристовски упатија апел до останатите градоначалници да го следат овој пример за разубавување на секојдневјето на пензионерите во нивните општини и на овој начин да се грижат за здравјето на постарите

сограѓани.

Градот за реализација на овој проект од буџетот издвои два милиона денари, а Министерството 700.000 денари, за адаптација и за опремување на просториите со потребна опрема и инвентар.

Претседателот на СЗПМ Драги Аргировски ја поздравил оваа активност што е во знакот на европската година на активно стареење и меѓугенерациска соработка и солидарност и дека потребата од вакви центри е голема, бидејќи отворањето на повеќе центри за дневен престој на стари лица ќе овозможи нивен по-достоинствен живот.

Секретарот на Црвениот крст на Скопје, Сузана Тунева Пауновска нагласи дека покрај едукација за корисни и интересни теми, заеднички ќе се одбележуваат разни празници и родендени, ќе се организираат прошетки, разни креативни работилници, музички активности и друго.

К.С.А.

Пикник во Мариово



Во организација на ЗП Прилеп на 29 мај се реализира заедничка средба – пикник во Мариовскиот регион. Повеќе пензионери од ЗП Битола, Прилеп, Велес, Охрид и Скопје, организирано го посетија манастирскиот комплекс на Св. Горгџа во селото Манастирец каде се запознаа со историското минато на овој регион и значајните настани од единесеттиот век. Потоа, пензи-

онерите го посетија селото Витолиште, средиштето на мариовската област, а до неодамна познат општински центар. Чистиот воздух, неодоливата природа, но и огромното ненаселено пространство, оставија посебен впечаток кај посетителите. Миграцијата и модернизацијата очигледно си го направиле своето, така оваа некогаш голема населба со над две илјади жители, сега останала само со четириесетина постари лица.

Главниот настан – пикникот се одржа во страното двориште на манастирот Св. Илија, недалеку од селото Витолиште. Тука на пензионерите им беше поделена храна, но повеќе време се одвои за дружење и средба на генерациите. За расположението да биде уште поголемо се погрижи Митре Кундески, гадџација од Прилеп. Пензионерите во свој стил со песна го одиграа:

тешкото, гадџациското, пајдушкото, мариовско право и други ора. Пикникот заврши во добро расположение, со меѓусебно дружење и размена на искуства, но и со желба вакви средби да има повеќе.

Добре Тодоровски

ЗП Штип

Пензионерско дружење со песна

По повод денот на селовенските просветители Кирил и Методиј на 23. мај 2012 година во салата на Домот на културата „Ацо Шопов“ во Штип се одржа манифестацијата „Дружење со песна“. Во таа чест пригоден говор одржа претседателот на ЗП Штип Михаил Василев, кој меѓу другото рече:

– Денес на овој голем ден се дружиме со песната на пензионерите. Пензионерските дружења се покажаа повеќе од потреба. На денешново дружење со песна, пензионерите можат да ги покажат своите способности како пејачи и музичари. Се надеваме дека манифестацијата ќе прерасне во традиционална и ќе продолжи да се одржува во најубавиот месец во годината, мај, и во наредните години, по повод денот на просветата.

Потоа претседателот на СЗПМ Драги Аргировски ги поздрави присутните, при што нагласи дека активно се старее со дружења на пензионерите и со музички и спортски манифестации и дека оваа концепција е во согласност со европските норми на живеење на пензионерите и на луѓето од третата доба.

Концертот го отворија домаќините МПГ „Пензионерски цветови“ со пригодната песна „Словенски просвети-



те. Потоа се наредија бисери од македонската ризница како: Велешките моми – Велес, Облаци скитници – Гевгелија, Лудо ми тера три коња – Неготино, Насред село тапан чука – Горче Петров, Девојченце дал ме љубиш – Берово, Погана – Прилеп, Прва ружа Калина – Радовиш, Во срце те носам – Куманово и Јана си појде в планина – Пробиштип. Некои од овие песни беа извадени од заборава на времето и за првпат беа

слушнати од публиката, која не го криеше задоволството и ги награди сите учесници со силен аплауз.

Се доделија и благодарници на здруженија и на поединци за добрата соработка и придонес.

Од музичкиот настан во градот под Исарот останаа задоволни и учесни-

ците и публиката од најмлади до највозрасни, кои изразија желба за повеќе вакви манифестации, каде што музиката ја гали душата и го подмладува срцето. Потоа дружењето продолжи со оро и песна во хотелот „Оаза“ каде пензионерите разменија спомени и искуства од дружењата во другите градови ширум нашата татковина.

Цвета Спасикова

Реконструкција на домот во Берово

Извршниот одбор на Здружението на пензионерите од општина Берово, на својата последна седница, донесе одлука за започнување на активности за реконструкцијата на Домот на пензионерите во Берово.

Станува збор за проширување на ресторанот чиј капацитет, во согласност со урбанистичкиот план, ќе биде зголемен на 250 – 300 луѓе. Според одлуката на одборот ќе се изврши и реконструкција на кровот на беровскиот пензионерски дом. Исто



така за целосното уредување на домот е потребно и поплочување на ходниците.

Со оглед на фактот, дека во летниов период не е обезбедено сместување, заради преисоплетост на туристичките капацитети, Извршниот одбор донесе одлука терминот за планираната екскурзија на пензионерите од општината Берово во Република Албанија да биде поместен за претстојнава есен.

Д. Ролевски

Меѓународна конференција на тема:

Активно стареење и меѓугенерациска солидарност

По повод европската година за активно стареење и солидарност меѓу генерациите на 19 јуни 2012 година Министерството за труд и социјална политика со Министерството за труд и социјални работи и заштита на потрошувачи на Република Австрија и Филозофски факултет – Институт за социјална работа и социјална политика „Мајка Тереза“ – Скопје организираа Меѓународна конференција на тема „Активно стареење и меѓугенерациска солидарност“. Поздравни обраќања на Конференцијата имаа: г-дин Муедин Кахвеџи, државен секретар во Министерството за труд и социјална политика на Република Македонија, г-дин Gero Stuller, аташе за социјални работи при Австриското министерство за труд, социјални работи и заштита на потрошувачите, д-р Heinz Bongartz, директор на Фондација „Фридрих Еберт“ – Скопје проф. д-р Горан Ајдински декан на Филозофскиот факултет, Скопје и проф. д-р Јован Пејковски, раководител на Институтот за социјална работа и социјална политика



„Мајка Тереза“ при Филозофскиот факултет, Скопје. Работниот дел на Конференцијата беше структуриран во три

тематски сесии:

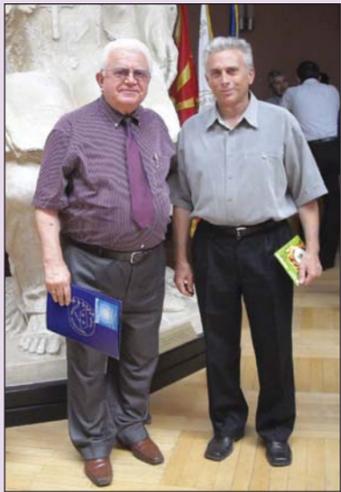
- меѓугенерациска солидарност во Европа и во Република Македонија,
- добри практики за активно стареење и доживотно учење во југоисточна Европа и
- учество, недискриминација и социјална инклузија на старите лица.

Со свои истражувања настапија повеќе научни творци од Македонија, Австрија, Германија, Хрватска, Албанија, Србија и Бугарија.

Во рамките на втората тематска сесија Драги Аргировски го изнесе заедничкиот реферат со Илија Глигоров како претставници од Сојузот на здруженија на пензионерите на Македонија, со наслов: Социјална инклузија на пензионерите преку самоорганизирање со доброволно здружување и влијанието на медиумите за јавно информирање.

И.Г.

СОРАБОТКА НА ПЕНЗИОНЕРИТЕ ПРЕКУ САМООРГАНИЗИРАЊЕ СО ДОБРОВОЛНО ЗДРУЖУВАЊЕ ПОД ВЛИЈАНИЕТО НА ЈАВНОТО ИНФОРМИРАЊЕ



Драги Аргировски, Илија Глигоров

Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија е најмасовна невладинска организација со 245.000 членови и со забележително зголемена активност во последните десет години. Во временскиот интервал од 2002 до 2011 година бројот на пензионерите во Македонија е зголемен од 200.000 на 280.000. Зголемената активност посебно се однесува за минатата 2011 година во која беше достоинствено одбележан 65-годишниот јубилеј на пензионерската организација

рање во Македонија. Рејтингот значително се зголемува и во текот на оваа 2012 година која Европската унија ја прогласи за година на активно стареење и меѓугенерациска соработка и солидарност. Со таквата активност СЗПМ се повеќе се потврдува како препознатлив фактор на најактивна невладинска, непартиска и мултиетничка организација.

Во текот на 2012 година СЗПМ, покрај другите програмски содржини, ги организира и традиционалните 17-ти Републички пензионерски спортски натпревари, како и јубилејните 10-ти по ред ревији на песни, музика и игри.

Активностите овозможуваат и значително зголемување на социјалната вклученост на пензионерите и сите стари луѓе во општествените текови, а особено во аматерскиот спорт и во фолклорните ревији.

За да се постигне саканата цел посебен придонес имаат и средствата за масовно информирање почнувајќи од печатените медиуми, преку радио-телевизиските се до најмодерните вклучително и интернетот. Информациите наменети за афирмирање на пензионерските настани ги пласираат како професионалните новинари така и голем број аматери дописници и фоторепортери. Многу од нив се од редовите на пензионерите.

Благодарейќи на медиумскиот плурализам и на развојот на медиумскиот пазар во Република Македонија се поттикнуваше активност на пензионерската организација особено во аматерскиот спорт и во фолклорните ревији со нагласка на социјалната инклузија на пензионерите преку самоорганизирање со доброволно здружување. Со тоа се овозможува и правото на

информираност на граѓаните за активностите на пензионерската популација но и за поттикнување на разновидноста во мислената и во идеите. Впрочем слободата на изразување на мислата и говорот во медиумската дејност е начело на демократското општество и е во согласност со Уставот на Република Македонија.

Ваквата медиумска услуга кон пензионерската организација и кон нејзините активности во минатите десет години, во овој случај, првенствено е спроведувана преку „Пензионерски видовици“ – месечен прилог во најстариот дневен весник Нова Македонија, преку првиот самостоен специјализиран месечен бесплатен весник „Пензионер плус“, преку специјалните изданија на Информативниот билтен за спортските натпревари и за фолклорните ревији на пензионерите, преку интернет на веб-страницата на СЗПМ, но и преку специјалните неделни емисии „Трета доба“ на МТВ и „Врати време“ на ТВ Алфа. Се напоменува дека информативниот весник на СЗПМ „Пензионер плус“ со своите содржини за сегашни и идни пензионери, се печати во 6.000 примероци и е еден од најчитаните весници во Република Македонија бидејќи го има во електронско издание а печатеното издание се доставува до сите 400 клубови на пензионери во Македонија, кајшто неделно престојуваат и другаруваат околу 150.000 пензионери и граѓани. Од 2011 година во Пензионер плус се печати една страница и на албански јазик, а во весникот на албански јазик „Коха“ се печати наменска страница за пензионерите. Во досегашните 45 броја на Пензионер плус забележително најчести теми и информации се поврзани со социјалното вклучување на пензионерите во општествените текови и за нивно активно стареење и меѓугенерациска соработка и солидарност. Актуелни известувања од настаните организирани и спроведувани од пензионерите редовно беа пласирани преку сите пишани и електронски медиуми во Републиката. Посебен акцент е ставен и на локално ниво во местата во кои се одржувани спортските натпревари и фолклорните ревији во минатите десет години.

Целта на овој труд е да се потврди статистички значајното зголемување на социјалното вклучување на пензионерите во областа на аматерскиот спорт и во фолклорните ревији под влијание на средствата за масовно информирање во рамките на здруженијата на пензионерите и на нивната асоцијација Сојуз на здруженија на пензионери на Македонија.

Направена е компаративна анализа, применет е аналитички метод и приказ на изворен материјал од документацијата на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија во десетгодишниот период од 2002 до 2011 година. Првенствено се користени податоци од информативните весници на СЗПМ, како и од моите публикации и тоа: Неговото височество пензионерот, Пензионерска сага, Во виорот на третото доба и Моето име е пензионер.

Анализата покажа дека голем број пензионери во рамките на СЗПМ и во рамките на здруженијата на пензионери, од година на година се повеќе се вклучуваат во програмските активности во општеството, а при истражувањето посебен акцент е даден на влијанието на информирањето за зголемување на вклученоста на учесниците во пензионерскиот аматерски спорт и во фолклорните ревији.

Во 1966 година, Сојузот на пензионерите на Македонија започна со реализација на идејата за организирање масовни спортски натпревари на пензионерите во нашата земја. Се сметаше дека спортувањето во поодминати години од животот овозможува да се одржува физичката и интелектуалната функција на човековиот организам. Се одржуваат натпревари, најпрво, во општинските организации на пензионерите, потоа во регионите, а завршица се еднодневни републички спортски игри.

– Првите републички пензионерски спортски натпревари се одржаа во Охрид на 28 август 1996 година со вкупно 150 учесници, од кои 45 натпреварувачи во шах, стрелаштво и пикадо. Поцелосното и подобреното информирање за спортските пензионерски натпревари придонесе тие не само да бидат афирмирани туку и да се создаде еден натпреварувачки карактер кај пензионерите, да се зголеми масовноста и да се добие подобар квалитет. Тоа придонесе во Струга во 2011 година каде што се одржаа 16-тите Републички спортски натпревари да има 1100 учесници од кои 382 натпреварувачи и тоа 200 мажи и 182 жени од вкупно 41 здружение. Овој пат пензионерите се натпреваруваа во 11 спортски дисциплини. Напредокот е очигледен.

Втора област на активности во кои се регистрира социјалната инклузија на пензионерите преку самоорганизирање се фолклорните ревији.

Значајно зголемување на бројот на учесниците е регистрирано од 2005 година кога започнува излегувањето на прилогот „Пензионерски видовици“, во весникот Нова Македонија, како и на неделната емисија „Трета доба“ на МТВ.

Информативен билтен на фолклорните ревији прв пат е објавен во 2003 година. Таа година учествувале ансамбли и пејачки групи од само 9 здруженија, а на Деветтата фолклорна ревија која се одржа 2011 година тој број се зголеми на 43 здруженија односно за пет пати.

Заклучок: направената компаративна анализа вкрстена со информирањето во јавните медиуми покажа видливо влијание на масовното јавно информирање преку општи и специјализирани медиуми за популаризација и зголемување на бројот на учесниците во анализираниите начини на социјалната инклузија на старите луѓе. Сето тоа придонесува кај пензионерите за меѓугенерациска соработка и солидарност и создавање во здраво тело здрав дух и активно стареење.

РАЗГОВОР СО ЃОРГИ СЕРАФИМОВ, ПРЕТСЕДАТЕЛ НА ЗП КОЧАНИ

Активностите и резултатите се очигледни

● Вложувате средства во отворањето на пензионерски клубови. Деновиве отворивте клуб во населбата „Калиманова глава“. Тој е шестиот по ред во ЗП Кочани. Што значат овие клубови за пензионерите?

До пред три-четири години во Здружението на пензионери од Кочани работеше еден клуб со максимален капацитет од 50 до 60 пензионери. Во овој клуб се извршуваа и други активности: собира на пензионерите од граноциите, предавања, годишни или вонредни седници на Собранието на ЗП, седенки и средби на пензионерите и слично. Врз основа на солидарната соработка со Општина Кочани, се направи размена на просториите за потребите на Општината во замена со објектот каде што беше сместена кочанската противпожарна единица. ЗП Кочани со свои средства го адаптираше просторот и го направи пријатно место за многубројни активности на пензионерите.

● Како се одвива соработката со градоначалникот и локалната самоуправа на Општина Кочани?

Примерната соработка со локалната самоуправа на Општина Кочани, со Советот и посебно со градоначалникот Ратко Димитровски, се темели на принципот на нашето начело како невладинска и непартиска организација. Задоволни сме од односот на локалната власт кон нас луѓето од третата доба, за нашето доброволно здружување и за респектот на нашите активности. Соработката продолжува и со вклучување на наши пензионери во одбори и комисии на Општина Кочани, каде што пензионерите даваат придонес со богатото работно искуство што го имаат.

Благодарение на соработката со локалната самоуправа и со

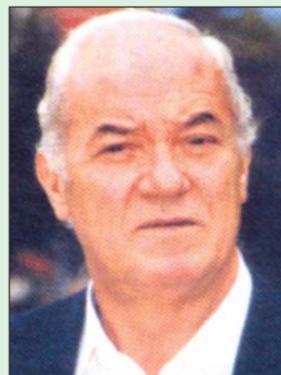
градоначалникот Ратко Димитровски, ЗП Кочани доби на управување простории во населбата Оризари, во населбата Шатровиц и во населбата „Тикешински лозја“. Во соработка со локалната управа од Чешиново-Облешево и таму е отворен пензионерски клуб кој е во функција. Клубовите се опремени со потребниот инвентар, телевизор и спортски реквизити. И во нив секојдневно голем број пензионери се дружат и играт шах, домино, табла, се информираат и договараат за разни активности.

● Кои клубови ќе бидат отворени во наредниот период?

Нашите активности и понатаму се насочени кон соработка со локалната власт и отворање нови пензионерски клубови. Годинава според Програмата ќе бидат отворени клубови во населените места Тркање и Горни Подлог. Правиме напори да создадеме услови за отворање пензионерски клуб и во Зрновоци, коешто е планирано во Програмата за 2013 година.

● До каде се активностите за изградба на Пензионерски дом кој ќе има регионален карактер?

Познато е во јавноста дека ЗП Кочани во Програмата има планирано изградба на дом за стари лица или пензионерски дом во Кочани. Во оваа насока најмногу ни помогна градоначалникот Димитровски, кој заедно со Советот на Општина Кочани направија измени и дополнување на Деталниот урбанистички план на просторот во старата касарна на површина од 8.000 метри квадратни. Домот ќе има регионален карактер за што своја согла-



ност дадоа и пензионерските здруженија од општините од регионот. За реализација на Пензионерскиот дом се преземени заеднички активности од страна на ЗП Кочани и на Општината Кочани, преку надлежните министерства при Владата на Република Македонија, а соодветна поддршка имаме и од раководството на СЗПМ.

● Здружението на пензионери на Кочани годинава ќе биде домаќин на две значајни пензионерски манифестации од регионот. Како се подготвувате?

Според одлуката на Извршниот одбор на СЗП на Македонија оваа година ние сме домаќини на две големи регионални активности: на 23 јуни во Кочани се одржаа 17-тите Регионални пензионерски спортски натпревари на источниот регион

на кој настапија пензионерски екипи од здруженијата од Берово, Делчево, Македонска Каменица, Пехчево, Веница и Кочани. Игрите успешно се одржаа на градскиот стадион „Никола Мантов“.

Веќе на 1 септември во Кочани ќе се одржи 10-тата Регионална ревија на музика, песни и игри на источниот регион на кој ќе настапат музичките ансамбли, хорови и солисти на пензионерските здруженија од регионот. Манифестацијата ќе се одржи во Домот на културата „Бели мугри“ во Кочани. Организатори на овие две активности е СЗПМ, а домаќин и соорганизатор е нашето здружение. Секоја договорена активност со СЗПМ со задоволство и успех ја извршуваме. Во таа заемност се добива потребната целина и остварување на сите програмски задачи зацртани за 2012 година.

К. Герасимов

Од свој агол

Тропање на погрешна врата

Неретко некои непромислени однесувања и постапки можат во заблуда да ги доведат креаторите на таквиот пристап и да ги затворат во маѓепсан круг од кој тешко можат да излезат. Ако тврдоглаголо останат на својата непромисленост, ќе се фатат во сопствената мрежа и уште посилено ќе се заплеткаат. Затоа, слепото поведување по сопствените мисли и верување во нечии непроверени тврдења и во практика непотврдени толкувања и состојби, бездруго, води на погрешен колосек. Откога ќе се дознае вистината, враќањето е отежнато, а и „рампата“ тешко се подига...

Сето ова вака изгледа кога теоретски се разгледува нечие однесување и постапување, а практиката бара докажана потврда на вистината. Бара аргументи и факти! Тоа особено е значајно кога станува збор за однесувањето и спроведувањето на законските прописи во пензионерската организација, во која знаењето, искуствата и мудроста треба да преовладуваат и да му даваат белег на целокупното живеење и однесување.

Сојузот на здруженијата на пензионери на Македонија се труди доследно да ја спроведува мисијата утврдена со Статутот, но и тој не може да ги задоволи вкусите на некои поединци и здруженија, кои најчесто од лични побуди и сопствени интереси тераат некаква своја правда. За среќа, брзо се откриваат крајните намери и невистината паѓа во вода,

меѓутоа последиците главно ги поднесуваат недолжни и случајно involvirани пензионери.

Таква состојба беше создадена и при поведувањето судска постапка од страна на Здружението на старосни и семејни пензионери во единицата на локалната самоуправа Горче Петров – Скопје од Скопје против СЗПМ, за наводното неосновано збогатување во претходниот мандат. Без доволно да размислат и да ја анализираат фактичката состојба, тие залудо ангажираа бранители, кои испадна дека ја бранат сопствената организација од свои напаѓачи. Доколку тужителите малку беа запознати со прописите што ја определуваат постапката околу утврдувањето и распределувањето на членарината за Здружението, која беше главната причина за спорот, немаше да отворат судски процес и да се впуштат во едногодишна беспредметна авантура поради задоволување на сопствените потреби. Епилогот речиси беше познат уште на почетокот, бидејќи се знаеше дека тропаат на погрешна врата и непотребно се конфронтираа со Сојузот на кој не му припаѓаат.

Нашата намера не е да се впуштаме во толкување на едната или другата вистина, ниту да вршиме арбитража за работа за која Судот го кажа своето мислење и ја отфрли тужбата како неоснована, туку да укажеме на некои размислувања и потреби за поинакви однесувања, а кои ќе бидат во

полза и за поука на сите членови на пензионерската организација.

Се наметнува и прашањето: зошто одговорните луѓе на Здружението во судскиот процес не се ангажирале и не го потрошиле истото време за нови иницијативи и активности кои ќе придонесат во подобрувањето на квалитетот на животот и продолжувањето на векот на своите припадници, а не да го олеснуваат нивниот буџет. И, кога станува збор за трошењето на средствата, зар тие не можеле да ги употребат за да направат нешто повеќе во полза на потрбите за разубавување и олеснување на староста во третата животна доба и да им го продолжат активното стареење на своите членови?!

Чудно е и однесувањето на подносителите и апологетите на тужбата, кои веднаш посегнале по барање судска разрешница на „спорот“ без да ги употребат етичките и демократските принципи и да побараат решение со воспоставување контакт и меѓусебно договарање или ангажирање на постојната Арбитража на Сојузот за мирно решавање на спорите без да се потрошат толку пензионерски средства.

Но, како и да било, треба да се извлече поука од ваквата судска завршница. Да се надеваме дека судската пресуда во корист на вистината и правдината ќе ги смири страстите на разлутените поборници на процесот, ќе им ги подготви очите и ќе им ги зголеми видичите. Дури тогаш и кај нив ќе дојде до израз искуството, знаењето и мудроста, кои ги красат припадниците на третата доба.

Мендо Димовски

Баба Самие - најстар пензионер во Македонија

Самие Куфлиу од тетовското село Желино, со своите официјални 107 години, веројатно е меѓу најстарите пензионери во нашата земја. Велиме „официјално“, зашто иако на нејзината лична карта стои дека е родена на 27 декември 1905 година, сознанијата на нејзините најблиски во семејството се дека тогаш била заведена во матичната книга на родените, а дека веќе имала две-три години. Како и да е, баба Самие веќе е навлезена во вториот век од својот живот и се уште добро се чувствува. Вели дека нејзината семејна пензија од 7.000 денари месечно и се доволни да се прехрани и да ги обезбеди основните услови за живот, иако најблиските се постојано со неа и не дозволуваат ништо да и недостига.



Ја прашуваме кој е рецептот за долгиот живот. Вели дека најмногу и помогнала кравјата маст. „Нема поубаво и повкусно од тоа кога на кришка леб ќе нанесете кравја маст. Три пати во денот тоа да јадам, не се наситувам. Кравја маст мачкам уште од детските денови во моето родно село Селце. Имамме крави. Ги напасував. Кога ќе дојде дома задолжително јадев леб намачкан со кравја маст, засолен со сол и црвен пипер“, вели баба Самие. Сепак, таа ни открива уште неколку свои „рецепти“ за долг живот. Пред се овошје. Вели дека јаде секаков вид овошје кое што природно созрева. Пие и чај, но обожува „руски чај“ каков постојано има покрај себе. Го пие и во топла и во разладена состојба.

Пензионерката Самие Куфлиу е опколена од 60 членови на семејството – синови, ќерки, внуци, правнуци и чукун внуци. Во нејзиниот долг живот имала и два брака во кои има пет живородени деца. Судбината и била таква и од првиот и од вториот брак сопругот да и почине. Околу неа, сепак, најмногу е нејзиниот 46 годишен внук Абдулбари. „Од 1986 година, кога беше на 81 година, живее со нас, зашто дедо ми Мемет почина. Ја наследил неговата пензија и еве 26 години како ја користи. Добро се чувствува. Разговара конструктивно. Многу помни. Посебно се интересира за секое од децата, дали одат на училиште, каков успех постигнуваат, дали се послушни... Ја краси гостопримството“, коментира Абдулбари. Овој нејзин внук додава дека иако последно време отежнато слуша и гледа, своите внуци ги препознава по гласот.

Го напуштивме семејството на баба Самие Куфлиу. И посакавме здравје и долг живот.

Гјоко Ефтоски

Отворен пензионерски клуб во с. Сопот

Пензионерите од село Сопот добија ново катче. Со отварањето на новиот пензионерски клуб, граѓаните од третта доба од Сопот ќе имаат просторија каде ќе поминуваат заеднички мигови и дружење. Пензионерскиот клуб е сместен во дел од Домот на културата кој се наоѓа во центарот на населбата, со површина од 40 метри квадратни. ЗП Кавадарци целосно ја опреми просторијата за да може во неа пензионерите да поминуваат по неколку часови во текот на денот. Во клубот има домино, шах, пикадо, табла, телевизор или со други зборови се што

пензионирањето и тие се пример за младите како треба правилно да го пополнуваат своето слободно време. Локалната самоуправа досега, но и понатаму ќе продолжи целосно да ги поддржува сите проекти и активности што ги организира ЗП Кавадарци. Вакви пензионерски клубови ќе бидат отворени и во другите населени места во општината во кои има услови за тоа.

На отварањето присуствуваше и пратеничката **Весна Пемова** која изјави: „Секое работење носи успех и оптимизам, со колективни напори и меѓусебна соработка ние сите заедно придонесовме да го разубавиме животот на пензионерите и со истото темпо ќе продолжиме“.

Во с.Сопот има над 100-тина пензионери.

„Сите пензионери заслужуваат да живеат живот во кој ќе бидат целосно ангажирани нивните потенцијали, да имаат живот во кој ќе ја добијат потребната поддршка од општеството и да уживаат во плодите на својот труд“ изјави претседателот на ИО на ЗП Кавадарци, инг. **Ристо Анѓушев**.

Инаку просториите се сопственост на Локалната самоуправа на општина Кавадарци и со одлука на Советот се отстапени за користење на пензионерите од ова село. **М. Јованова**



е потребно за рекреација и дружење на пензионерите. Како што нагласи градоначалникот на општина Кавадарци, **Александар Панов** „Патот што го одиме е сигурно патот накај

Одбележан „Денот на бабата“

Во саботата на 19.05. 2012 година по повод „Денот на бабата“ во организација на младинското движење Slow food за храна-интернационална мрежа за поддршка на филозофијата за здрава храна со цел за заштита на својата иднина во „Ореов лад“ се одржа манифестација со презентација на храна изработена од вештите раце на учениците и нивните професори од средното угостителско училиште „Лазар Танев“ и нивните поддржувачи. На манифестацијата беше поканета музичката пензионерска група „Серенада“ кои со своето учество во програмата, дружењето со песната и



поезијата на Сава Таховска придонесоа денот да помине во убаво дружење на пензионерите со младите домаќини кои покажаа дека традицијата продолжува со нов бран на спознание што значи здрава исхрана за здраво поколение.

Честитки за координаторот проф. Василка Стефановска. **С.Т.**

Јубилејна средба за паметење



Јубилејната генерациска средба, се одржа на 19 мај, во Штип. Шест и пет пензионирани учители се собраа пред некогашната зграда на Учителската школа, сега гимназија, за да ја прослават педесетогодишнината од матурирањето во далечната 1962 година. Се собраа луѓе со побелени и проретчени коси, набрчкани чела, поднаведнати од бремето на животот и годините, со видливо изменети физиономии. Следеа возбудливи средби, измешани емоции.

Емотивно пригодно обраќање имаше претседателот на Организациониот одбор **Никола Стојанов**. Во меѓуреми, четиричлена делегација од името на присутните, положи свежо цвеќе пред рељефот на патронот – истакнатиот македонски револуционер и учител Гоце Делчев.

Потоа незаборавното дружење со музика и пријатно расположение, продолжи во прекрасниот амбиент на Ресторанот „Бриони“ со незгаснат ентузијазам и желба се играше по ритмот на валцерот, евергрините и македонските ора. Се разделуваме со решение за повторни средби секоја година при крајот на мај или почетокот на јуни. За следната година е веќе закажана средба во Пробиштип каде домаќин ќе биде **Милевка Здравковска**, која за овогодинашната средба, ни ја подари следната песна:

Ти, што наликуваш на стар даб, со длабоко пуштени корени, на чии гранки расцутеа многу цветови, се родија многу плодови, со гордост те нарекуваме Штипска Сорбона. На вас што во животот не воведувавте, и со љубов воспитувавте

ви благодариме. Злобните ветрови од ветките на стариот даб многу лисја скинаа. Токму затоа, ние вашите воспитаници и другари, денес гордо стоиме и до 50 броиме, а мисли летаат, не шетаат кога малите водотеци од разни краеве во тебе се слеавме. Преплашени и срамежливи прагот твој го пречекорувавме. Четири години со детска смеа и џагор те исполнувавме, нови знаења стекнувавме.

Потоа на крстопат се најдовме. Зарм е 50 години поминаа? Ко свенати рози сме денес со коси побелени, со плеќи поднаведнати, и лица набраздени. А, ко вчера да беше, Ни чекор ни тежеше, ни неизвесност не плашеше со една мисла одевме нови генерации да водиме и успеавме. Наш патокан бевте Вие, нашите професори. И, кога некогаш на крстопат без патокази ќе се најдеме. Ете тоа е нашата генерација од 62 - рата. И што да се каже повеќе, освен на нашите соученици да им посакаме добро здравје и довидување догодина во Пробиштип.

Петар Стефанов

Есенско утро

Ме буди ветрот кој дува силно
Пред мојот прозорец
магнолија се ниша
Златни лисја о
д неа паѓаат плачејќи,
За тажна разделба
од мајка мила,
Прегратката топла и мила.

Погледувам доле
на тревникот,
Килим послан од златни лисја
Небото е тмурно и црно-темно
Огромни облаци се спремаат
Тежината своја врз килимот
да ја истурат.

Се соживувам со глетката
Чувствувам немир и тага
во мене,
Но пак надежта се буди
И знам дека едно утро друго
Ќе донесе нов живот
на магнолијата.



Евланбија Станинова
пензионерка од Скопје

ОД РАБОТАТА НА ФОНДОТ НА ПИОМ

Исполнети очекувања



Годинава, Фондот на ПИОМ, во соработка со Министерството за труд и социјална политика, организираат заедничка активност, реализација на отворените средби "Ден за Вас", чија основна цел на проектот е преку средбите Фондот низ непосреден дијалог да се доближи до граѓанинот, со цел надминување на сите отворени прашања од областа на пензиското и инвалидско осигурување, почнувајќи од: обезбедувањето на потребната документација за остварување право на пензија, потоа утврдување на податоците за стаж и плати во матичната евиденција, времетраење на постапката за решавање на правото на пензија, како и потврдување на пензиски стаж од странство и сл.

Првата ваква средба се одржа во Фондот на ПИОМ, во Централна - Скопје, каде претставници од стручните служби на Фондот, низ непосреден дијалог одговараа со цел да им помогнат на граѓаните да ги надминат проблемите со кои се соочуваат при остварувањето на правата од пензиското и инвалидско осигурување. Во таа прилика министерот Спирос Ристовски и директорот Беќим Неџири, имаа можност да слушнат и дел од проблемите со кои се соочуваат граѓаните, кои најмногу се однесуваат од недостигот на одредени документи, некомплетирани податоци за пензискиот стаж и платите, нецелосно пресметан износ на пензијата, потврдување на пензискиот стаж од странство и сл. Но, не се останало само на оваа средба. Напротив, веќе

киот стаж, со повеќе земји се потпишани меѓународни договори и веќе разрешени пензиските прашања и проблеми.

Последна ваква средба неодамна се одржа во Скопје во врска со примената на Договорот за социјално осигурување помеѓу Република Македонија и Босна Херцеговина. На средбата, присуствуваа претставници од Фондот на ПИОМ и Федералниот завод за пензиско и инвалидско осигурување МИО/ ПИО, како и од Фондот за пензиско и инвалидско осигурување на Република Српска, кои расправаа за измените на прописите во областа на пензиското и инвалидско осигурување, проблемите и прашањата при спроведувањето на Договорот за социјално осигурување меѓу Република Македонија и Босна и Херцеговина, размената на статистичките податоци за бројот на примените и решени предмети и др. Во разговорот, двете страни се согласија со почетокот на непосредната исплата, да се изврши уплата на останатите износи на пензија на име намирување на оштетното побарување од носителот кој прв го призна право.

На крајот, се донесоа заклучоци: Во случаи кога се доставува копија од работната книшка, истата да биде заверена и нечитливите делови од работната книшка: работна организација и траењето на стажот, на копираната книшка читливо да се напише името на работната организација и траењето на стажот и да се завери со потпис и печат од овластеното лице што ја води постапката за стаж или пензија, и при под-

Интервју со д-р Горан Николов

Од срце за пензионерите

● Повод за разговор со Вас, почитуван докторе, е фактот што Центарот за внатрешни болести „Срце“ е единствен во нашата земја кој мисли на пензионерите, една од најмногубројните популации во земјата. Не верувам дека при одлуката за попуст за пензионерите сте се раководеле само од финансиски причини, бидејќи оваа целна група е интересна и за други медицински и други компании и институции, па сепак не даваат попуст! Ве молам кажете ги Вашите мотиви за ваквата одлука?

На почетокот би сакал да кажам кратко за портфолиото на Центарот за внатрешни болести „Срце“ од Скопје. Основан е пред десет години, под раководство на д-р Горан Николов. Во Центарот за внатрешни болести „Срце“ може да се направат интегрирани дијагностички процедури од областа на целата интерна медицина, вклучително прегледи на срцето, крвните садови, штитната жлезда, органите за варење, бубрезите, црниот дроб, жолчката со жолчните патишта, простатичната жлезда кај мажите и друго. Во Центарот се вработени редовно двајца специјалисти интернисти од кои едниот е супспецијалист кардиолог, а консултативната служба ја сочинуваат интернисти и професори на Медицинскиот факултет, од областа на гастроентерохепатологијата, ревматологијата, ангиологијата... Со други зборови може да се добие врвна интегрирана и целосна медицинска услуга вклучувајќи поставување прецизна дијагноза, терапија и понатамошно лекување на пациентот. Што се однесува до мотивите кои доведоа до тоа да го направиме овој чекор, тие се следните:

Првата причина се актуелните економски состојби во државата, платежната моќ на граѓаните вклучително и на пензионерите како една најмногубројна популациона група во општеството на која и е потребна оваа услуга, а во извесна смисла и е недостапна. Со попустот сметаме дека на некој начин ќе им помогнеме и ќе им ја доближиме потребната квалитетна и навремена медицинска услуга.

Втора причина за да го направиме

овој чекор е таа што пензионерите се популација на која најмногу и е потребна квалитетна и навремена редовна медицинска грижа, следење и третман. Попустот за пензионерите претставува перманентна политика на нашиот Центар, а со цел и финансиски да биде достапна квалитетна услуга на сите оние на кои им е најпотребна.

Трета причина е тоа што имавме предвид дека оваа групација е се помногубројна и постара, а хроничните незаразни заболувања како што се покачениот крвен притисок, срцевите болести, болестите на метаболизмот, покачениот шеќер, малигните заболувања се сè почести меѓу постарите луѓе.

Искрено се надеваме дека со овој потег барем малку ќе им помогнеме на постарите и ќе им го направиме животот поквалитетен и подолг.

● Што им нудите во Центарот за внатрешни болести „Срце“ на пензионерите, но и на идните пензионери?

Сите прегледи кои се достапни во Центарот за внатрешни болести „Срце“ на пензионерите им се нудат во просек за 25-30% пониски цени од редовните. Консултативните прегледи исто така се пониски за 25% од редовната цена. Во тек се и акции во соработка со реномираната лабораторија АДРИА-ЛАБ, да се прават прегледи во вид на пакети: преглед на простата со одредување на туморски маркери, понатаму прегледи на штитната жлезда со одредување на хормоните на штитната жлезда како и кардиоваскуларни прегледи со одредување на нивото на шеќерот и маснотите во крвта и друго.

● Какви се идните планови на Центарот во врска со пензионерите, но и пошироко?

Засега планираме да продолжиме со истата динамика на работење, т.е. планираме овие попусти и акции да ги спроведуваме постојано и секако да ги унапредиме со т.н. превентивни прегледи кога сè уште нема манифестација и појава на болест со цел рана детекција и спречување на болестите. Отворени сме и за нови идеи кои и самите пензионери би ги дале во форма на препорака за идна соработка на ниво на пензионерските здруженија или на



Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија за евентуално спроведување на периодични помасовни превентивни прегледи.

● Вие и Центарот сте во директна врска со внатрешните заболувања особено кај повозрасната популација. Што кажуваат Вашите сознанија и истражувања?

Како и секаде и кај нас, кај повозрасната популација е карактеризирана појава на малигни и хронични дегенеративни незаразни заболувања како што се заболувања на простата, дебелото црево, желудникот, ревматолошките заболувања, кардиоваскуларните заболувања, дијабетесот и друго.

● Името на Центарот е „Срце“. Што им препорачувате на пензионерите, но и на идните пензионери во врска со овој многу животно важен орган?

Во центарот „Срце“ работат врвно едуцирани лекари специјалисти и супспецијалисти кои постојано ги следат најновите достигнувања во медицината, од областа на кардиоваскуларните заболувања, дијагностиката и модерната современа терапија. Тоа што посебно би го издвоил е дека покрај добрата дијагностика и адекватна терапија кај оваа популација од огромно значење е редовното следење на пациентите т.е. редовни контроли при кои најпрецизно може да се следи состојбата со оглед на фактот дека тоа се во основа хронични заболувања кај кои е потребно постојано следење. Превентивата и раната дијагноза се многу битни, но битна е и редовна контрола на веќе настанатата болест.

Разговорот го водеше: Калина Сливовска - Андонова



се реализирани неколку, како во Струмица (на 24 април), во Охрид (на 21 мај) и во Велес (на 11 јуни, годинава), а ќе продолжат и во наредните месеци. Планирано е вакви средби да се одржат уште во Куманово, Штип, Тетово и Битола, односно во сите региони.

Средбите се оценува дека ќе го зголемат знаењето на граѓаните за своите права, а воедно и ќе придонесат за скратување на постапката за решавање на правата од пензиското и инвалидско осигурување. Важно е да се каже дека на средбите со граѓаните, присуствуваа и раководителите од Струмица, Гевгелија, Валандово, Охрид, Струга, Дебар, Кичево, Велес, Неготино и Кавадарци.

Претставниците од Стручната служба-Централа, филијалите и деловниците на Фондот на ПИОМ, на средбите ги слушаа и со свои стручни и компетентни одговори им помогнаа на граѓаните да ги надминат своите проблеми кои во најголем дел се однесуваа на остварувањето на правата од ПИО (старосна, семејна и инвалидска пензија, пензио со примена на меѓународните договори, особено од Србија и сл.).

На средбата "Ден за Вас" во Општина Струмица, најбројни беа непосредните земјоделски производители, кои имаат и бројни нерешени прашања околу нивниот нерегистриран пензиски стаж, односно земјоделското осигурување.

Покрај активностите, Фондот на ПИОМ, развива и успешна меѓународна билатерална соработка во областа на пензиското и инвалидско осигурување на Република Македонија и други земји каде што работеле наши граѓани. За разрешувањето на прашањата од пензис-

несување на барања за потврдување на стажот, во најкраток можен рок да биде потврден и за тоа да се извести носителот кој го барал потврдувањето на стажот.

На средбата, претставниците на Фондот на ПИОМ на босанската делегација и доставија список барања за остварување право на пензија и утврдување пензиски стаж, каде што постапката трае подолго.

На 8 и 9 мај 2012 година, во Граѓанскиот информативен центар на Скопје, се одржаа советодавни денови меѓу претставниците на Фондот на ПИОМ и Германското социјално осигурување. По минатогодишната, ова е втора по ред средба од ваков вид со Германскиот орган за социјално осигурување, на која дојдоа и побараа информации 140 граѓани од нашата Република. И во оваа прилика, граѓаните најчесто поставуваа прашања за условите за остварување право на старосна (предвремена и редовна), инвалидска и семејна пензија според германското законодавство, потребната документација при поднесување на барање, потоа податоците во врска со висината на пензијата и за навршениот стаж во Германија, како и за местото на поднесувањето на барањето и постапката за враќање на придонесите. Точно поради одредени отворени прашања, беше договорено ваквите средби да продолжат да се одржуваат и во иднина, и тоа, два пати годишно, во Македонија и во Германија. Се заклучи, во 2013 година, средбите да се одржат во февруари или мај во Германија, а во октомври или ноември во Македонија.

м-р. Снежана Кутузовска

Писмо од Америка до СЗПМ

Ја сум Американец и имам 70 години, но сеуште работам. Иако сум професор по математика, многу сум заинтересиран за изворниот фолклор на Балканот, а посебно за прекрасниот фолклор на Македонија. Првпат дојдов во Македонија во 1965 година и може да се каже дека се вљубив во Вашата земја и во Вашиот изворен фолклор на прв поглед. Од 65-та

Во 2009, бев на еден пикник за пензионери од источна Македонија во Рамна Река, во близина на Делчево. Беше многу убаво. Таму видов многу убави ора, слушнав убави песни, но и се запознав со многу луѓе. На пензионерскиот пикник снимив многу фотографии и видео снимка. Ги снимив како играат, но и јас играв заедно со нив.

Ова лето ќе бидам пак на Балканот, веројатно во Бугарија, Македонија и Грција - от 7 јули до 20 август. Ако постојат такви пикници можеби би можел да посетам некој од нив. Ако Сојузот организира некој таков пикник или некое локално здружение, Ве молам да ме информирате би сакал да бидам дел од едно такво незаборавно дружење на кое ќе се игра и пее.

Извините што моето писмо има гершки се надевам дека ќе ме разберете и покрај тоа што Вашиот Сојуз има многу поважни и посериозни должности, мислам дека ќе ми одговорите. Кога ќе дојдам во Македонија ќе го посетам Вашиот Сојуз и ќе се запознаам со Вас.

Благодарам однапред и многу поздрав.

Роберт Леибман



година до 1973 година сум дошол во Македонија 6 пати. Потоа околу триесетина години неможев да доаѓам. Овие години пак почнав да доаѓам, некогаш секое лето, некогаш секое второ! Сум бил на Галичка свадба, на долненскиот фестивал и на некои други манифестации на кои има изворен македонски фолклор.

ПРАШАЊА И ОДГОВОРИ

Прашење: Кои се условите за остварување право на старосна пензија.

Истовремено Ве молиме да ми одговорите дали условите за старосна пензија се менуваат со новиот ЗПИО што е во постапка на донесување - прашува Велика Петрушевска од Скопје.

Одговор: Согласно постојниот Закон за пензиското и инвалидското осигурување правото на старосна пензија се стекнува со возраст од 62 години (жена) односно 64 (маж) и најмалку 15 години пензиски стаж. Овие услови треба истовремено да бидат исполнети.

Со новиот Закон за пензиското и инвалидското осигурување условите за старосна пензија остануваат непроменети односно не се покачува возраст ниту се менува минимумот на потребниот пензиски стаж.

Барање за остварување право на пензија може да се поднесе 30 дена пред исполнување на условите за пензија до филијалата на Стручната служба на Фондот каде осигуреникот има последно осигурување.

Со цел решението да биде донесено во најкраток можен рок проверете дали Ви се утврдени податоците за стаж и плата во матичната евиденција на Фондот.

Станка Трајкова

ПЕНЗИОНЕР илус

Весник за сегашните и за идните пензионери

Издавач: СЗПМ

Година V - број 47 јуни 2012 год.

БЕСПЛАТЕН МЕСЕЧЕН ВЕСНИК

Издавачки совет:

Драги Аргировски (претседател)
Бесник Поцеста
Методија Тошевски
Станка Трајкова
Гидо Бојчевски
Љубомир Ѓорѓиев
Павле Спасов
Софија Симовска
Милан Димитровски
E-mail: argirovski@szpm.org.mk

Редакциски одбор:

Методија Тошевски
Главен и одговорен уредник;
Калина Сливовска-Андонова
заменик главен и одговорен уредник;

Членови:

Мендо Димовски, уредник;
Цветанка Илиева
Баќи Баќиу,
Костадинка Кајмакоска,
Фруска Костадиновска

Лектор:

Верица Тоциновска

Адреса:

СЗПМ „12 уларна бригада“
бр. 2, зграда на ССМ - Скопје
П.факс. 440

Телефон: 02 3223 710

тел-факс: 02 3128 390

Web: www.szpm.org.mk

E-mail: kontakt@szpm.org.mk

Компјутерска обработка:

СЗПМ

Печати:

Графички центар Скопје

Ракописите и фотографиите не се враќаат.

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

Драмска работилница на ЗП „Куманово“

Со „Печалбари“ на Драмски аматерски фестивал во Кочани

Кочани со Драмскиот аматерски фестивал се редовна дестинација на Драмската работилница при КУД „Гого Симоновски“ на ЗП „Куманово“. Оваа година, на 48-то среќавање, кумановските пензионери во режија на Стоје Додевски се претставија со „Печалбари“ од Антон Панов. Од овој единствен пензионерски аматерски ансамбал очекувањата на гледачите се исполнија. Ансамбалот на солидно ниво ја изведе представата. Публиката сочувствуваше со судбината на Македонецот кој од дамнешни времиња е принуден да го напушти сопственото огниште и да замине на печалбарство низ светот. Успешните актерски креации беа наградувани со долготрајни аплаузи. Од името на кочанското пензионерско здружение, Горѓи Серафимов му предаде букет цвеќе на Новоко Петрушевски, носител на главната улога како Костадин, а публиката



цвеќе и подари на Надежда Булатовиќ, која ја толкуваше улогата на Симка.

Театарскиот критичар Иван Ивановски, кој ги следи збиднувањата на драмскиот развој во Македонија, изјави:

– Имам прилика во Полска да про-

следам две пензионерски претстави. Еве тоа се случи и тука благодариме на вашиот ансамбал. Претставата е полна со емоции, главното јадро е искреноста на пристапот. Имаше моменти што ме трогнаа.

Изабела Новотни се заблагодари за искрените чувства и ентузијазмот и порача и понатаму глумците да продолжат да нудат нови претстави. Драгана Лукан Николовска е воодушевена од младоста што во срцата ја носат пензионерите и ја споделија со сите во Кочани. Благој Веселинов ја воочи искрената потреба да се опише чувството за тоа како се живеело некогаш во нашата Македонија.

Импесиите на публиката ги искажа Ванчо Богоев:

– Додека ја следевме претставата, верувајте кај нас адреналинот се покачи. Тоа доволно зборува за квалитетот што го понудивте. Бевте беспрекорни во секој поглед, поединечно и екипно, музички и сценографски.

Драмската работилница го посети ЗП „Кочани“ и од претседателот Горѓи Серафимов беше запознаена со активностите на кочанските пензионери.

Т.А. К.Г.

СОБИР НА ПЕНЗИОНЕРИТЕ ОД МАКЕДОНИЈА НА ЛОКАЛИТЕТОТ ЕЛЕНЕЦ КАЈ ГОРНА ЦЕРА

Прв натпревар на пензионерите во сукање зелник и баница

Во организација на Здружението на пензионери од Македонска Каменица финансиски подпомогнато од страна на градоначалникот на оваа општина, на 3 јуни кај месноста Еленец во непосредна близина на манастирот што го носи истоименото име се одржа голем народен собир на кој учествуваа околу две илјади пензионери од десетина

вори Видан Коневски, претседател на ЗП Македонска Каменица Локалитетот Еленец кај Горна Цера дотогаш небеше видел толку народ, толку возила на едно место. Сите тие дојдени со единствена цел да присуствуваат на првиот натпревар на пензионерите во сукање и печење на зелник и баница. Рецепти безброј, марифети исто така. Велат во шегу сукарките: **не е ниту до брашното, ниту до водата, туку до рацете кои го месат тестото и ги сукаат корите за зелникот или баницата.**

Како во старите дамнешни времиња. Природно со вода, брашно, сол и зејтин, се подготвуваа вкусни старински зелници и баници и истите се печеа на лице место под вршник. Која од која беа поубави, заруменети и пред се вкусни.

Во културно уметничката програма на сцената специјално подготвена на полјаната над манастирот се редеа

бројни пејачи и играорци од повеќе градови на Македонија, членови на пензионерските здруженија. На Еленец кај Македонска Каменица меѓу присутните гости беше и претседателот на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија Драги



Аргировски, кој ги поздрави учесниците на собирот и им посака пријатен престој, успешна работа и фер натпревар.

Градоначалникот на Македонска Каменица, Дарко Митевски пред присутните ја обелодени идејата од наредната година собирот на Еленец да има меѓународен карактер со учество на пензионери од Егејскиот и Пиринскиот дел на Македонија и да стане традиционален.

К.Герасимов



пензионерски здруженија од исто толку градови на Македонија.

Собирот со пригоден говор го от-

Здружение на пензионери „Чаир и Бутел“

Посета на Кочани и езерото Градче

Надморската височина од над 800 метри, чистата природа, недопрените планински предели, мирисот на боровата и буквава-та шума, убавината на чистото езеро богато со риба, се причини на повеќе во Кочано и Езерото Градче, кои се наоѓаат на падините на Осоговски планини, деновиве ЗП „Чаир и Бутел“ за своите пензионери да организира еднодневна посета. Екскурзијата беше добро осмислена со програма како при патувањето така и во Кочани и Езерото Градче. За време на патувањето за патните градови Велес, Штип и Кочани на пензионерите им се раскажуваше за историските и туристичките знаменитости, затоа што некои од екскурзијантите за прв пат го посетуваат овој дел од државата.



По краткото разгледување на Кочани, пензионерите се упатија кон туристичкото место и Езеро Градче, недалеку од Кочани. Љубовта кон природата и желбата да се види оваа убавина им вдахна уживање во недопрениот предел. Природата и прекрасното планинско езеро, будат чувства кои неможат со зборови да се искажат. Тоа треба само да се доживее.

После прекрасниот ручек на отворено, со игра, музика и песна се создаде пријатна атмосфера, а одделни групи пензионери ја разгледаа околината уживајќи во убавата природа и забележаа уште еден незаборавен ден.

На крајот, сите видно расположени и среќни, посакаа повеќе такви екскурзии со осмислена програма, при што, нивните сознанија за нашата татковина, како и убавото меѓусебно дружење го збогатија пензионерскиот живот.

Васил Пачемски

Збогатена соработка на инвалидските пензионери

Во хотелот „Изгрев“ во Штип на 9 јуни се одржа средба на околу 300 корисници на инвалидска пензија од Битола, Тетово, Прилеп, Куманово, Кисела Вода – Скопје, Свети Николе, Велес, Охрид, Македонска Каменица и градот домакин. Иницијатори и организатори на овој собир беа Здружението на инвалидските пензионери од Штип и Здружението на инвалиди на трудот и корисници на инвалидска пензија од Тетово.

Во името на СЗПМ собирот го поздрави Стамен Филипов, претседател на Правно-економскиот форум, кој се осврна и на предлогот за донесување на Закон за пензионерско организирање во Македонија.

Оваа иницијатива беше прифатена од повеќе присутни на собирот при што се усвои заклучок дека досегашната поделба на инвалидските пензионери во повеќе Сојузи не е добра и дека негативно се одразува на работата и активностите. Поради тоа беше нагласена потребата претседателите на Сојузот на инвалидските пензионери на Македонија Љубомир Јанев и на Сојузот на ЗИТ и КИП на РМ Гидо Бојчевски да ги интензивираат работите за создавање на услови за формирање на единствена организација, Сојуз на здруженија на инвалидски пензионери на Македонија, во кој ќе членуваат сите здруженија на инвалидски пензионери во нашата земја.

Средбата мина во пријатна атмосфера.

Софија Михајлова

Пикник на зелено

Неготинското здружение на пензионери имаше чест оваа година да биде организатор на манифестацијата „Пикник на зелено“ која се одржа на 16.06.2012 година во комплехсот на познатиот манастир „Св.Горѓи“ кај Неготино. На пикникот учествуваа 2000 пензионери од Неготино, Велес, Д. Капија, Богданци, Гевгелија, Штип, Македонска Каменица, Прилеп, Радовиш и Гостивар. Пред влезот на манастирот топол пречек и пријатен престој на гостите им

пожела претседателот на Здружението на пензионери на Неготино Петар Захарчев, потпретседателот на Извршниот одбор Марија Ристова и секретарот на Здружението Симеон Христовски. Гостите беа воодушевени од прекрасните убавини и од манастирот. На присутните им беше раскажана случката од народноослободителната борба кога во манастирот биле доведени неколку млади партизани заробени од германците со цел утрентата да бидат стрелани. Во манастирот била присутна бабата Митра која ги обавувала манастирските работи. Таа дознала за намерата на германците и ноќта успеала да ја отвори портата од просторијата ка-



де биле затворени партизаните и со зборовите: „Бегајте пилци во гората“ ги ослободила сите. Утрото кога виделе германците дека ги нема партизаните ја фатиле бабата митра и жива ја запалиле. За овој настан има испеано и песна. Кога пристигнаа сите гости поздравен говор одржа претседателот на Здружението на пензионери од Неготино Петар Захарчев кој им заблагодари за присуството на толку голем број гости и им пожела пријатен престој.

Потоа гостите беа поздравени, од Градоначалникот на Општината Неготино Пана Трајков и Прота Војислав кој на присутните им го раскажа историјатот на манастирот од почетоците на изградбата до денес.

Потоа почна да свири музиката и се разви големо и весело оро. Пензионерите беа среќни и задфоловни посакаа уште многу вакви средби и дружења.

Илија Емшов

Отворен пензионерски клуб во Кривогаштани

Пензионерите од Кривогаштани покажаа голема солидарност при изградбата на овој клуб, каде волонтерски со свој труд помогнаа во изградбата на градежниот

веење на пензионерите. Претседателот на СЗПМ Драги Аргировски со пригоден говор ги поздрави присутните истакнувајќи меѓу другото дека пензионерите тре-



дел. Клубот доби модерен изглед, го збогати со опрема во вредност од 80.000,00 денари.

Претседателот на ЗП Прилеп Кирил Горѓиевски ги поздрави присутните при што истакна дека ваквата соработка е за поздравување и даде осврт на активностите на здружението за понатамошно подобрување на квалитетот на жи-

ба да имаат свое катче за дружење, напоменувајќи дека интенцијата на Европа укажува дека дружењето е еден од најважните сегменти за активно стареење.

Со пригодни зборови се обрати и градоначалникот на Општината Кривогаштани Гоце Дуртаноски.

Присутните го посетија манастирот Св.Спас. Љ.Наумоски

Проект „Туризам без граници“

На 7 мај во онакот на живописниот манастир „Свети Јоаким Осоговски“ се одржа состанок на претставници од Крива Паланка, Штип и Кустандил. Цел на заедничката средба беше Проект од ИПА

како придонес за развој на туризмот, економијата, социјалната интеграција и културна и економска соработка на овие региони.

За што подобро реализирање на проектот инсталирани се 8 електронски платформи и тоа 4 во Кустандил, 2 во Крива Паланка и 2 во Штип. Уредите се со монитори на допир и мрежно се поврзани преку специјален софтвер. Сите обезбедуваат лесен пристап до сите информации кои им се потребни на туристите. Еден таков монитор беше поставен и пуштен во употреба во манастирот каде се одржуваше состанокот.

Проектот ќе биде финансиран со договор меѓу Република Македонија и Република Бугарија од ИПА Програмата за прекугранична соработка. Проектот ќе трае 12.5 месеци и ќе чини околу 300 000 евра. Пензионерите се заинтересирани за реализација на овој проект.

А.Илиевски



програмата „Туризам без граници“. Најнапред гостите ги поздрави градоначалникот на Крива Паланка Арсенчо Алексовски. Потоа беше презентирани проектот со нов промотивен начин на презентација на културните, историските и природните богатства на пограничните места,

ПРОЧИТАВ ЗА ВАС

Она што беше небо

Проминентниот македонски писател, есеист, револуционер, дипломат, **Владо Малески** роден е во **Струга на 5.09.1919.** год. каде и почина на **23.09.1984.** год. Основно образование заврши во Скадар, а гимназија во Битола. Студирал на Правниот факултет во Белград ги прекинува поради војната. **Учесник е во НОБ на Македонија.** По ослободувањето посветено ја помага изградбата на институциите неопходни за растежот на младата држава, пред сè од областа на културата и информирањето. Раководи со националната информативна кука – **Радио Скопје**, свесен за нејзиниот придонес во афирмирањето на Татковината што се роди како замаец по десетвековното „**кој стасал - тој грабнал**“. Ги уредува списанијата **Нов ден, Современост и Разглед**, кои беа промотори и критички толкувачи на новите книжевни и други уметнички вредности. Акредитиран е за амбасадор во Либиан, Етиопија и Полска. Член е на претседателството на СРМ. Автор е на текстот на **химната Денес над Македонија** и сценариото за првиот македонски играл филм, **Фросина**.

Неговиот книжевен **опус е голем според креативните својства.** Активата ги опфаќа книгите: **Гургина алова** (раскази), **Бранувања** (раскази), **Она што беше небо** (роман), **Војната, луѓе, војната** (роман), **Разбој** (роман), **Разглед** (статии, коментари, полемики), **Кажувања** (раскази), **Записи на Езерко Дримски** (роман), **Јазли** (роман), постхумно. Неговата книжевна дарба беше препозната уште од стартот. Во 1946 год. ќе стане член на ДПМ. *Не изостаана и наградите.*

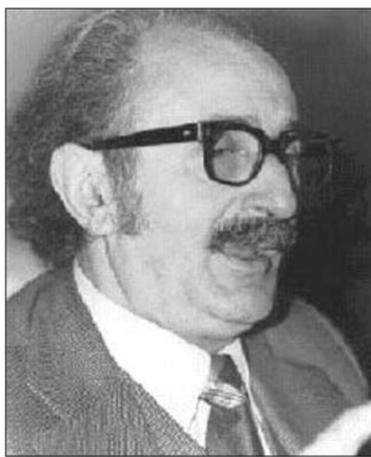
Во втората половина од педесеттите години ќе се појави романот **Она што беше небо (1958).** Веднаш го привлеке вниманието на стручната и читателската јавност. Тој е првото негово романеско остварување. И во него не го изневерува реализмот, туку го надградува со една помодерна книжевна постапка. Има во тој испис од сè по нешто а сепак во полн склад: малку дневничка документарност, експресија, импресија, надреалност, психологизација, една чудесна лирска нарација постигната со вештиот микс на креативните визури, со волшебниот јазик. Создава еден внатрешен свет преку внатрешниот глас на човековата душа во необични и тешки околности. Низ истата призма се открива и при-

родата, чии слики не се амбиентален опис, туку своето симболично значење го добиваат преку духовното око на ликот којшто во моментот е централен. Затоа е сведена на едноставни слики од кои се раскрилуваат мноштво значења. Неговите ликови не се типизирани: **секој е посебен**, внимателно вајан, без одлед колкав простор му е отстапен. Она што ги обединува е **трагиката и внатрешните противречности** на секој одделно и потрагата по сопствената смисла во нив. И нивна **разрешница.** Барањето па да се остави личен печат, трага во сопствениот живот, да се маршира некаква потрајна, здрава цел за која вреди да се живее и умре кога ќе затреба. Тие стреми помеѓу помалку се врзуваат за тековното историско време, а повеќе како трајна определба за сопствената опстојба. Раскажувачкиот тек е сложен (но не и херметичен), лишен од секаква линеарност.

Секое поглавие започнува со кус извадок од дневникот на командантот на Бригадата, **Петар Брајовиќ - Гуро.** Во него концизно се наведени податоците за патот, борбените дејства, загубите на непријателот, како и сопствените загуби, за време на **Февруарскиот** (Богомилскиот) Поход во **1944 година.**

Авторот не гради широка, епска приказна иако има таква можност. Тој се определува за еден поинаков концепт: борците за време на долгите, исцрпувачки маршеви исправени пред неизвесната судбина, без сон под клепките, уморни и премрзнати, го изодуваат сиот свој живот во едно згуснато време како пред смрт и повлекуваат црта под него, го салдираат за сопствен отчет. Така се откриваат себе си, со сите свои дилеми и противречности, безмилосно критични кон својата штирост, завардувајќи се од какво и да е забавување на својата лика на фонот на редуцираните слики на околината.

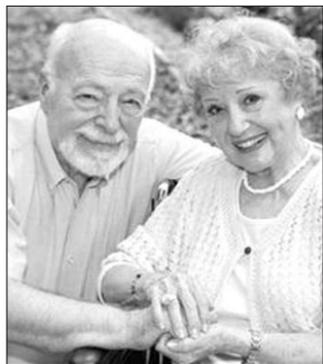
Некои ликови според објективните и творечки потреби се појарко осветлени од другите, кои се само кроки исцртани, ама функционални. Такви се, на пример, **Трпе, Бошко, Девојката од корзо** што излегла, **Русанка...** Затоа пак, **Игно Подземски** е полнокрвен лик кој само во неколку дена од предавник, кој не предал никого, но за непријателот пренел писмо од едно место на друго. Прифаќа оти на тој начин ќе може кришум да се приклучи во Бригадата и



барем еднаш во животот да остави трага по која ќе биде запаметен. Командата ќе му поверува и ќе му довери задача: **ноќе безбедно да ја извлече единицата и да ја одведе на најповолната позиција.** Сите се одушевени од беспрекорното водење на извлекувањето. Сеедно, **Денко,** неговиот син, цврст и бескомпромисен, не му простува на татка си. Знае дека до слободата се доаѓа со силна верба, без страв од што и да е, кој и да е, дури да е и самата смрт. **Наум Фурнациев** е најмлад и себе си се дефинира како **Денкова сенка,** оти сите важни одлуки во неговиот живот ги носат други, **Денко** најмногу. Тој, инаку, е највпечатлив лик. Особено трогателни се поглавијата за пресвртните, пубертетски години во Битолската богословија, по желба на мајка му. Само тој си знае како се справува, ако се справува, со сè што ќе му се испречи на патот меѓу намерата да стане поп посветен на Бога со непоматена вера, и тропотот на хормоните низ неговите вени и искушенијата пред кои тие го исправаат. Затоа кога ќе сфати дека ќе го изневери Бога и не ќе му служи како што беше се подготвувал од мал, ќе побегне кај му очи гледаат, само што подалеку од лицемерната вера, зашто за вистинска не е кадарен. Неговото вклучување во единиците на Бригадата, преку **Денко,** е избор како последна надеж да го заборава своето минато и на својот живот да му открие нов мотив и содржина за кои вреди да се помачи да живее.

Недвојбено, **Она што беше небо** е иновативен роман кој ќе влијае и на подоцнежниот развој на македонскиот роман кај други автори. Треба да се прочита и да се **влише** во него сопствената смисла. Зашто, за среќа, **никој, дури ни самиот автор, не е господар на конечната смисла на едно дело.**

Борис Шуминоски



Остана со дилемата

Животот на секој од нас наликува на роман. Некој од нив се овековечува во книга, а повеќето остануваат ненапишани, само во сеќавањата. Овој мал расказ е само дел од животниот роман на двајца луѓе во поодминати години. Нивната средба беше случајна или можеби беше судбинска...

Тој пенсионер, со успешен и исполнет живот зад себе. Интелектуалец, со многу пријатели и широко познавање. Човек кој го сака животот, но уште повеќе своите два сина, сега веќе возрастни фамилијарни луѓе, и тие татковци на синови. Им помагаше во животот, живееше за нив. Им пружи се што можеше. Според некои и повеќе. Тоа беше семејство во кое разбирањето и љубовта беа главни белези. Неговата сопруга му беше другар, пријател, подршка, му беше се. Но судбината им ја поматила среќата, љубовта, животот... Многу години се бореле со нејзината болест благодарение на неговата грижа и нега.

Денес тој е сам. Синовите си го гледаат семејството, сопругите, си-

новите.

Ништо не е исто како порано. Навечер кога ќе остане сам со спомените и фотографиите само тагата и самотијата му прават друштво.

Средбата со неа како да му даде малку светлина во животот. И таа е вдовица со возрастни две ќерки. И таа живее за нив и им пружа се. На нив и на внуците. Со нив е, но сите си имаат свој живот, свои семејства.

Нивните средбите зачестија. Можеа да разговараат за се и сешто, но највеќе си ги кажуваа маките и проблемите. Си ги раскажуваа минатите животи со сите радости и случувања. Дружењето им годеше. Утринското кафе им беше послатко кога го пиеја заедно. Убаво им беше кога одеа на прошетка, на пазар, кога си седеа на терасата...

Но и пред двајцата постоеше дилемата. Како понатаму? Што ќе ре-

чат децата? Како ќе го прифатат сето ова? Таа знаеше дека нејзините ќерки и посакуваат се најдобро. Знаеше дека во се ќе ја подржат, но тој не беше сигурен дека реакцијата на неговите синови ќе биде позитивна во однос на оваа дружба.

Радоста и задоволството од новата животна содржина им ја матеа многу прашања и дилеми иако им беше убаво што се заедно, што се дружат, шегуваат, слушаат музика, разговараат...

И еден ден сето тоа престана. Телефонот престана да звони. Што се случи се прашуваше додека си играше со внуците. Дали е сам? Зошто престана да се јавува? Можеби притисокот од синовите бил неиздржлив? Остана со дилемата: дали да му се јави и да го направи првиот чекор или да почека времето да даде одговор?

Вукица Петрушева

Пензионерите во туѓа земја

Денес речиси сите кои имаат можност патуваат. Три работи се исти за сите од 7 до 77 години. Задоволството од патување, читањето убаво книга и слушањето сакана музика. Патувањето е убаво работа и кога одите во познато место за кое ве врзуваат спомени, но и кога патувате во непознато. Секаде во светот патуваат и постарите, оние од третата доба на кои им завршил работниот век и сега се во потрага по задоволства.

За жал, кај нас во Македонија пензионерите главно патуваат во странство кај своите деца кои заминале од дома за да најдат подобар живот. Но, да почнеме од почеток на авантурата наречена „патување во странство на постарите генерации“.

Најпрво им поминува цел месец, а некогаш и повеќе во трката по виза и авионска карта. Ако тоа го обезбедат убаво. Ако најдат поевтина карта уште подобро. Ако добијат виза за десет години на среќата и нема крај. Наредните денови ги минуваат во купување на подароци за своите деца, но најчесто за внучето кое треба да се роди или се родило. Ако е зима во торбите покрај подароците ќе се најде и некоја тегла ајвар, суви пиперки и грав. Да се пренесе атмосферата од татковината, таму во туѓина. Возбудени, натоварени и со апчињата во рачната торба тргнуваат на пат во далечните прекуокеански земји со авион. Патот дотаму е најубавото нешто бидејќи знаат дека ќе го видат најмилото, а тоа, таму, ги очекува со нетрпение. На аеродромот има бакнежи, преградки и во живото гледаат своето дете: не е исто како кога го слушате по телефон или на скајп. Од солзите кои навираат не можат да си ги видат милите. Дали ослабнале?! Како изгледаат?! Гушкање, солзи, прашања, одговори...

И уште не одморени почнуваат да работат. Месат кифлички, пати, викаат сарми... За своите, но и за пријателите на своите. Со брашнави раце ги гушкаат внучињата кои зборуваат на некој нов измешан македонско-туѓ јазик. Ако пак само што се родило внучето гледаат да помогнат во се и сешто. Да им биде полесно на децата кои веќе не се деца туку возрастни луѓе. Ама такви сме ние на Балканот. Само ние од овие простори ги викаме деца дури и кога нашите синови и ќерки ја минале педесеттата.

Н.Трајкова

ЗП „Злетово“ од Злетово

За активно пензионерско живеење

На ден 18.05.2012 година на плоштадот во Злетово со почеток во 19 часот, Домот на културата-Пробиштип организира Вечер на македонските народни песни „Злетово 2012 година“. На оваа вечер учествуваа пеачки групи од Република Македонија. Од страна на ЗП Злетово беа поканети повеќе гости од кои повеќето ја испочитуваа поканата и дојдоа. Во проториите на ЗП „Злетово“ први пристигнаа пеачката група од Демир Капија, а веднаш по нив и пеачката група од Валандово.

Кога пристигнаа пензионерите на плоштадот беа пречекани со силни и громогласни аплаузи од присутните граѓани на Злетово и од околните села. На плоштадот мината беше подготвена. Водител на манифестацијата беше Сашо Ристовски актуелен глумец од Македонските народни приказни, кој средно ја отвори Македонската народна вечер и им посака добредојде на присутните. Први на бината пристапи пеачката група на ЗП „Злетово“ од Злетово. Со групата раководеше учителот Добривоје Алексовски, долгогодишен работник во културно-уметничките манифестации, а сега како

Татковците пак гледаат да помогнат во се што е „машка работа“. Одат на купување, ама маки мачат ако не го знаат јазикот на земјата во која престојуваат. Се чудат како нивните деца пазарат само еднаш во неделата и јадат замрзнат бајат леб. Се чудат на овошјето и на зеленчукот спакуван по едно или две парчиња, на резанката лубеница, двете круши, на трите пиперки.

Се чудат на животот на своите деца кои излегуваат рано наутро, патуваат цел час до работата и се враќаат навечер капнати и преуморни од работи кои често пати не се она за што ги школувале!

По кратко приспособување нашите пензионери таму ја доживуваат реалноста односно од блиску гледаат како живее неговото дете. Сликата не ја забавува ниту тоа што тоа се труди да ве прошета, да го разгледаат градот, околината, во некој ресторан особено со храна која по вкус е најблиску до нашата. На некој празник ќе ве однесат и во црква каде што се собираат „нашинците“.

Некогаш излегувате и сами во долги прошетки на кои не можете да сретнете никој познат, а може да се случи и никој да не сретнете!

Како поминуваат деновите се повеќе се чувствуваат по малку разочарани, изненадени... Децата ќе ви кажат дека сите што ќе дојдат на гости, на почетокот им изгледа волшебно и прекрасно, но кога ќе помине време мислат дека тука не би можеле да живеат.

Во вечерните часови кога сите се дома и разговарате ќе ви кажат дека било вистина оти породилното отсуство трае кратко, дека се патува долго до работното место на кое мора секој момент да се докажуваат и докажуваат. Дека им е тешко без најблиските. Дека нема никој кој може да им помогне околу децата... Но, изборот е направен, нешто ќе се изгуби нешто ќе се добие. Ќе стиснат срце и со нежна насмевка охрабрувајќи ги и нив и себе ќе речат: Вратата дома ви е секогаш отворена!

Како ќе дојде денот за враќање дома, старите се радуваат што ќе си одат таму каде што припаѓаат, но радоста е помешана со тага заради разделбата и помислата дали и кога ќе се сретнат пак. Изморени и физички и психички, патот до дома најчесто ќе го преслијат.

Н.Трајкова

пензионер. Потоа настапи пеачката група од Демир Капија, а трети бината ја збогатија пеачката група од Валандово. За секоја група беа одредени по 10 минути. Настапот на сите три групи беше поздравен со долго аплаудирање од страна на сите присутни. А временските услови беа навистина погодни-времето бгеше прекрасно.

После трите пеачки групи гостин на вечерта пееше Блага Петреска, која со своите убави македонски народни песни ги крена на нозе сите присутни. За секоја испеана песна таа добиваше огромен аплауз. Нејзиниот настап траеше околу 30 минути. На крајот пеачките групи и сите учесници во манифестацијата се упатија кон кафеаната „Злетовски бисер“ во Злетово на една мала закуска каде што беа доделени благодарници.

Ваквата културна манифестација се одржа по вторпат во Злетово почнувајќи од минатата година и ќе остане традиција за идните генерации што доаѓаат.

Покровител на манифестацијата беше Министерството за култура на Република Македонија.

Ѓ. Панов

Пробиштип: Десетта регионална ревија на песни, музика и игри Ревија со европски манири

На 6 јуни ова година, Пробиштип беше домаќин на првиот регион на Јубилејната 10-та ревија на песна, музика и игри. Истата се одржа во организација на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија, одборот и комисијата за културно-забавен живот при Сојузот, додека успешен домаќин беше Здружението на пензионерите од Пробиштип, Јубилејот започна од таму, каде пред 10 години, во 2003, за прв пат се собраа пензионери од 9 здруженија за да го означат почетокот на фолклорните средби на пензионерите, кои во себе имаат голем потенцијал во областа на фолклорот.

Имајќи во предвид дека 2012 година е прогласена за го-

дина на меѓугенерациска солидарност и соработка во тој контекст и се одржа ревијата. Во пропратните манифестации беа вклучени ученици од нижото музичко училиште, кои на самиот влез на салата, топло добредојде на гостите и учесниците им посакаа младите виолинисти изведувајќи познати композиции. Во салата пак, пионерската група при Домот на културата ги испорачаа поздравите со грст изворни ора. Во холот на киното „Рудар“ беше поставена богатата изложба на изворни и стари ракотворби на жените од Пробиштипско.

Пред гостите и бројната публика, на свечено украсената сцена, како што му прилега на еден јубилеј, прв се обрати и им посака добредојде **Груица Манасиевски** – претседател на ЗПО од Пробиштип.

Од име на градот домаќин на присутните им се обрати **Ранко Давитков**, претседател на Советот на општина Пробиштип, кој во своето излагање нагласи дека Здружението на пензионерите од Пробиштип е меѓу најактивните, со бројни награди и признанија од фестивалите, ревиите и концертните настани и спаѓаат меѓу најорганизираната категорија граѓани во општината. Токму затоа и ние од Ликалната самоуправа имаме најголема соработка со нив и ги помагаме во сите нивни активности. Горди сме што се такви, какви што се – успешни, секогаш дружељубиви и се столб на културата во општината.

Претседателот на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија, Драги Аргировски, во своето обраќање најнапред направи пресек на досегашните ревији незаборавајќи да се наврати на првата, која се одржа токму во оваа сала, во мошне непријатни услови, бидејќи времето беше студено, а затоплување немаше. Но, тоа не ги спречи пробиштипјани да ја преполнат салата, па така се протече во најдобар ред. На првата ревија, истакна Аргировски, учествуваа само 9 здруженија во кои веќе постоаа КУД или пеачки групи, но истата беше предизвик за формирање на вакви групи и ансамбли во многу здруженија за што говори податокот дека на втората ревија во 2004 година учествуваа 24 здруженија распоредени во три региони. Како годините одминуваа бројот на здруженијата се зголемуваа, па така се формираа 5 региони, а оваа година имаме дури 6 од причини што има учество на околу 50 здруженија. Која ни беше целта, нам како на Сојуз? Суштината за заштитата на ова културно наследство и подигање на свеста кај јавноста за вековно постовање на овој вид култура кај нас. Според тоа грижата за зачувување на старите музички вредности е наш аманет до помладите.

Јубилејот мислиме да го заокружимо во септември со Републичка ревија, за која познатиот режисер Тихомир Бачовски од сите региони ќе го одбере она што е најквалитетно. Тоа секако ќе преставува уште еден бисерен ѓердан кој ќе се наниже од незаборавените песни и ора, традиции и инструменти, кои пензионерите мудро и со љубов ги чуваат од незаборав. Со тоа, Аргировски десетата ревија ја прогласи за отворена.

На оваа ревија настапија КУД, хорови, пејачки групи, солисти и инструменталисти од седум здруженија и тоа: Штип, Лозово, Пробиштип, Свети Николе, Злетово, Радовиш и Струмица.

Според жанровската застапеност, овој регион спаѓа меѓу најшареноликите фолклорни прикази. Прозвучија рефрени на староградски песни, се прикажаа обичаи, се слушнаа викоичките песни по кои е карактеристичен овој крај, не изостанаа гајдите и кавалите. Се во се, беше ова прв, но многу богат регион со извонредни настани на здруже-

нијата, со многу пропратни манифестации што му дадоа европски белег.

И да потсетиме, дека јубилеите не би биле она што се ако не се случи некое пријатно изненадување. Додека траеше ревијата, зад сцена професорот по ликовна уметност м-р Гоко Антонов со своите ученици изработија прекрасна слика во масло на платно на Лесновскиот манастир која му беше подарена на СЗПМ, а од име на Сојузот ја прими Драги Аргировски а ја предаде Груица Манасиевски.

На крајот, за успешниот настап, а во знак на благодарност, од страна на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија на сите здруженија-учесници во ревијата им додели признанија што ги врач **Александар Захариев**, член на Извршниот одбор при СЗПМ.

М.Здравковска



Груица Манасиевски



Ранко Давитков



Драги Аргировски



ЗП Штип



ЗП Струмица



ЗП Радовиш



ЗП Лозово



ЗП Свети Николе



ЗП Злетово



ЗП Пробиштип



Врачување на признанија

Кавадарци: Десетта регионална ревија на песни, музика и игри

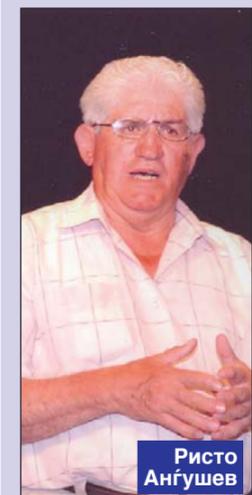
Пензионерите чувари на фолклорот и идентитетот

На 8 јуни годинава во Кавадарци се одржа Десеттата регионална ревија на песни, музика и игри во организација на СЗПМ на која успешен домаќин беше кавадаречкото Здружение на пензионери.

На Ревиијата што ја проследија голем број пензионери и други присутни во салата на Домот на културата, учествуваа пејачки групи од 8 здруженија на пензионери од регионот на Повардарјето кои се претставија со песни од богатата македонска ризница на народното музичко творештво.

Учесниците и другите присутни најнапред ги поздрави претседателот на Извршниот одбор на ЗП Кавадарци **Ристо Анѓушев** кој притоа ги истакна резултатите што пензионерите ги остварија низ многубројните активности, особено на музички план. Дружењето останува основна преокупација на Здружението без разлика низ кои форми се остварува, со единствена цел, поквалитетен живот на пензионерите.

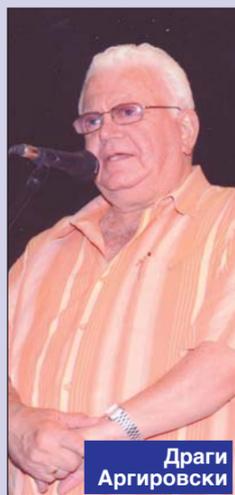
„Кавадарци и во оваа прилика ќе го покаже своето традиционално гостопримство, – истакна градоначалникот **Александар Панов**. – Со пензионерите имаме извонредно добра соработка, а некои нивни иницијативи ги прошируваме и дополнуваме како што е примерот со бесплатниот превоз. Се надевам дека во текот на годинава ќе започне и изградбата на Домот за стари лица како и отворање на нови клубови за дневен престој на пензионерите“.



Ристо Анѓушев



Александар Панов



Драги Аргировски

За организирањето на ревиите и за големата масовност остварена од одржувањето на Првата ревија во Пробиштип до денес, говореше претседателот на СЗПМ **Драги Аргировски**. Тој, при тоа, хронолошки се наврати на организирањето на оваа манифестација во изминатава деценија и на квалитетот што е постигнат, а каде што дружењето е основната придобивка. „Годинава, – рече Аргировски, – сите 6 регионални ревиии ќе ги проследи селектор кој ќе изврши избор на најдобрите за Републичкиот фестивал на народни песни и игри што ќе се одржи во септември во Скопје, по повод Денот на пензионерите“.

Потоа, тој ја прогласи Ревиијата за отворена, посакувајќи им успешен настап на учесниците. Прва на Ревиијата настапи пејачката група при ЗП Кавадарци која ги исполни песните „Заспала Јана, Јанина“, „Кажи, кажи Донке“ и „Каљо, Калино девојко“.

Вокалниот солист Трајче Лазаров од Здружението на инвалидските пензионери Кавадарци ги испеа песните „Јано ле Јанке убаво“ и „Среќата со пари не се купува“.

Пејачката група „Весела тајфа“ при ЗП Богданци на Ревиијата се претстави со сплет од македонски народни песни.

Песните: „Родопската планина“, „Марија“ и „Љубеле се двајца млади“ ги исполни пејачката група на ЗП Валандово.

На Ревиијата настапи и пејачката група на ЗП Велес која исполни две песни: „Ај што убаво ле одат, мамо, велешките моми“ и „Дигни си, Маре мори, очите“, а третата песна ја отстапија на единаесетгодишниот Александар Темелков, во рамките на меѓугенерациската соработка со нашите најмлади.

Пејачката група при ЗП Гевгелија на Десеттата регионална ревија на Повардарскиот регион се претстави со песните „Ај што ми е тешко мајко“, „Тивка летна ноќ“ и „Девере, китен девере“.

Иако формирана меѓу последните, пејачката група од Нов Дојран солидно настапи со песните „Дељо болен лежи“ и „Оти, Ано, оти ле, душо“.

Пејачката група при ЗП Неготино исполни три песни: „Три ноќи не сум заспало“, „Људо ми тера три коња“ и „Тапан чука, мила мамо“.

На сите учесници на Ревиијата, Милевка Здравковска, претседателка на Комисијата за културно-забавен живот при СЗПМ им додели благодарници за учеството.

Ревиијата заврши со заедничко дружење на учесниците и на другите гости во ресторанот на „Ангропромет – Тиквешанка“ во Кавадарци.

Ф. Костадиновска



ЗП Богданци



ЗП Велес



ЗП Кавадарци - инвалиди



ЗП Гевгелија



Врачување на признанија



ЗП Неготино



ЗП Нов Дојран



ЗП Кавадарци



ЗП Валандово

Интервју со Јован Гиновски, претседател на Собранието на ЗП Карпош

Заложби за поголеми успеси и афирмација на Здружението

Вие сте претседател на Собранието на едно од најстарите и најбројните здруженија на пензионери во РМ, кое во развојниот пат поминувало низ повеќе потешкотии и успешно се справувало со проблемите, меѓутоа, впечаток е дека повидливи резултати ЗП Карпош бележи од минатата година со изборот на сегашното раководство. Кажете ни нешто за тоа?

Да, ЗП Карпош е едно од најстарите здруженија. Некогаш во него членувале повеќе од 18.000 пензионери од општината Карпош, но и од Ѓорче Петров, Сарај и Коңдово. Со Законот за територијална поделба ЗП Карпош останало само во рамките на Општина Карпош и на 5. 1. 1978 година е регистрирано во Централниот регистар на РМ како посебно здружение. Оттогаш тоа дејствува на овој простор, иако во минатиот период, со формирањето на Здружението „Тафталице“ се појавија некои потешкотии во функционирањето, бидејќи од поединци беше оспорувана легитимноста на Раководството на Здружението. Сето ова се разреши со судска одлука, но имаше определено влијание врз активностите и дејствувањето на Здружението. Тој период беше тензичен, но благодарение на монолитноста и упорноста на раководството во докажувањето на вистината, проблемите беа надминати и Здружението цврсто застана на своите нозе. Сегашното раководство е фокусирано на задачите од Програмата за работа за 2012 година, која меѓу првите во Сојузот, ја донесе во декември минатата година и ги утврди приоритетните активности. Со задоволство сакам да истакнам дека сите планирани активности успешно се реализирани. Заложбите донесоа успеси и афирмација на ЗП Карпош.

Поголем дел активности веќе се реализирани, но според Вас, кои активности заслужуваат посебно да се истакнат?

Посебно сакам да ги истакнам едновремените екскурзии кои придонесоа за посетата и запознавањето на значајни културно-историски места, стекнување нови сознанија и меѓусебното запознавање и дру-

жење. Тука ги издвојувам посетите на Спомен-куќата – на нашата попикона Тоше Проески, на Спомен музејот Пелинце и на Манастирот Прохор Пчински. Бездруго, треба да се истакнат и активностите околу подготовките и учеството на претставници на нашето Здружение во Регионалните пензионерски натпревари и во ревиите на песни, музика и игри, како и другите активности кои имаат социјален и хуманитарен белег, а со кои, главно се занимава нашиот Актив на пензионерки. Здружението стана препознатливо и со воведувањето на свое лого, кое се става на документите и при секаква кореспонденција, како и со воведувањето на нови членски карти со слика и со основните белези на Здружението, со кои ќе се легитимираат членовите.

Здружението има воспоставено добри релации со локалната самоуправа, а успешно соработува и со СЗПМ чија членка е, но и со други здруженија, невладини и хуманитарни организации. Наведете некои конкретни содржини од таквата соработка?

Со сите субјекти што ги наведовте, успешно соработуваме, но за посебно одбележување е добрата соработка со локалната самоуправа, со градоначалникот на Општината Карпош, со која имаме потпишана спогодба, како и со Црвениот крст и други невладини и хуманитарни организации. Плод на таквата соработка е донацијата на Општината од 500 илјади денари, од кои незначителен дел се употребени за реновирање на просторите и Клубот, а останатиот дел ќе се инвестира во други значајни проекти. За истакнување е непосредната поддршка што ја имаме од градоначалникот Стевче Јакимовски, кој е присутен на сите позначајни настани, а по негова иницијатива минатиот месец, на отворањето на Спортското првенство на Здружението за селекција на најдобрите спортисти, беа доирани 120 оброци за спортистите, како и 50 маици со обележје на Општината.

Вие сте член на Правно-економскиот форум на ИО на СЗПМ кој учествува во подготовката и во



утврдувањето на иницијативниот текст на Закон за пензионерско организирање. Каков е вашиот коментар по ова прашање?

Потребата за ваков закон беше суштинска, бидејќи Законот за здруженија и фондации не ги третира проблемите околу организирањето и здружувањето на пензионерите, туку дава општи начела и појмовно ги дефинира субјектите и дејствијата. Проблемите со кои се судруваат пензионерските здруженија се специфични и затоа е потребен посебен закон.

Вашето Здружение на 5-ти јануари 2013 година ќе одбележи 35 години постоење. Иако настанот е во наредната година, за достоинствено да се прослави овој несекојдневен јубилеј, потребна е навремена и добра подготовка. Откријте ни барем дел од активностите кои ќе бидат поврзани со одбележувањето на Јубилејот?

На самиот почеток во 2013 година, како што рековте, на 5-ти јануари Здружението, ќе го прослави својот 35-годишен јубилеј. За оваа цел, со оглед на тоа што времето брзо минува, како идна значајна задача на Извршниот одбор е да се подготви и да се усвои Програма за одбележување на јубилејот. Посебен акцент ќе се стави на изготвувањето монографија на Здружението, а сите активности што ќе се одвиваат понатаму ќе имаат јубилеен карактер. Ќе се организираат спортски натпревари и други активности, ќе има доделувања благодарници на здруженија и на поединци, а ќе има и други иницијативи, кои би сакал засега да останат тајна.

Мендо Димовски

бата за животното дело доаѓа баш од тие кои се запознати со мојата творечка дејност и затоа со големо задоволство ќе ја примам, бидејќи сепак, некој го забележал и проценил тоа мое дело! – вели Јован Ѓуровски.

Инспирацијата, ќе рече, ја наоѓа во секојдневието на човековото живеење на овие простори. Во неговите дела се опишани човечки судбини, маки и патила кои се случувале кај народот. Тоа се несекојдневни прикази кои воодушевуваат со нивната содржина.

Д. Тодоровски

Внуче

Расти ми, расти златно зрно бабино класје да станеш од класјето сноп, снопот мома да го збира лична мома Ибониа Геа Марија За сведен погача бела мома да меси на аргати да донеси Расте ми, расте зрно златно класје да останеш.

Бојка Богеска Симоновска
пензионерка од Скопје



донија и еве што ни одговори:

– По вокација, како што велите вие новинарите, сум пред се професор, односно бев како таков, четириесет години: професор по македонски јазик и литература во основно училиште. Моите стручни трудови од јазикот и литературата во практиката ги објавував во „Посветен работник“, „Литературен збор“ и други стручни весници и списанија. Како посебни книги од таа моја професионална активност излегоа: „Филмска уметност“ и „Даскаловата вистина“, а имам доста написи по разни весници како нивен соработник. Носител сум на републичкото звање: Истакнат педагошки работник. Инаку, се пријавив за член на Друштвото на писателите на Македонија кога веќе имав и четири објавени романи, но како пензионер, и не бев примен! Повел-

Повелба за животното дело

Претседателството на дванаесетте „Пелагониски средби“, кои оваа година ќе се одржат во Општина Новаца, одлучи Повелбата за животното дело да му биде доделена на пензионерот – писател Јован Ѓуровски од Битола.

Ѓуровски е пензионираниот како професор по македонски јазик, а како писател не е познат на пошироката македонска јавност, се заради неговата скромност и неекспонираност во круговите на литературната бранша. Неговите дела се издаваат со помал тираж и самофинансирање. Автор е на делата: „Нивната есен на животот“, „Пријателите на Даскалот“, „Крвта вода не бидува“, „Кога вампирите шетаа по селото“, „Неподобен“, „Гулабицата од Ѓупски Баир“, „Секој човек башка будала“.

Сите овие дела ги објавува по неговото пензионирање. Како професор по македонски јазик активноста му се огледува во многуте написи и објави на хуморески, раскази со хумористична и сериозна содржина, како и поезија: Негови дела се и: „Бреќкањата на Едрејко Даскалот“, „На бавтана“, збирка хуморески, „Навраќање во неврат“ – збирка песни, а последните две збирки ги издава под наслов: „Човештината не е само во Христос“ и „Онемена тишина“.

Го прашавме зошто не е афирмиран како писател на ниво на Маке-

Сестраниот Аго Хаурдиќ

Поезијата што ја создаде, публиката одамна ја препозна. Мајсторот најавува нов поход во поетското творештво.

Повод, профилот на Аго Хаурдиќ да се најде на страниците на „Пензионер плус“ е полн погодок. Верувајте, доволно добар избор е направен за овој босански син, кој работниот век го започна и заврши токму во Куманово. И денес во третото доба од животот моментите на исполнетост ги споделува со најмилите. Доживувањата за него нема да се целосни ако не се спомене дека со пензионирањето се вклучи во активностите на ЗП Куманово каде што редовно навраќа и вели, тоа е мој втор дом.

Овој кумановски пензионер со целосна поддршка на семејството се пронајде во повеќе области, во поезија, стрелаштво и пеач на мешовитиот хор на КУД „Ѓоко Симоновски“. Благодарение на својот уникатен книжевен стил (раскази, есеи, поезија...), неговиот творечки опус е интересен за читателите со различни книжевни вкусови. Поетското творештво е нераздвојно и носталгично поврзано со неговата родна Дервента, со жуборот на Украина, со младешките години и спомени, овозможувајќи им на читателите да проживеат пријатни мо-

менти и да проникнат во длабочината на неговата душа. Својата поетска популарност ја доживеа не само кај кумановската, туку и кај дервентската публика со која кореспондира низ учество на повеќе поетски манифестации и литературни конкурси. Жири комисиите редовно знаеја да го наградат. Од работните најдраги му се „Орден на трудот со сребрен венец“ и „Орден за воени заслуги со сребрени мечеви“. Од книжевно-поетско поглавје со особено задоволство ги издвојува есејот „Ум и разум-проклетство на Европа“, поетската



збирка „Шепотот на Украина“, прва награда за најуспешна шегобијна песна на меѓународната поетска манифестација „Прљача 2011“, третата награда на меѓународната манифестација „Илинден“. Аго Хаурдиќ се заштити и со Повелба од учество на меѓународната средба на поети во Инџија и со многу награди и благодарници од ЗП Куманово. Конечно, тој е врвен стрелец. На десетите републички пензионерски спортски средби во Велес, во поединечна и екипна конкуренција го освои второто место. Овој кумановски зет има многу пријатели со кои соработува и разменува мисли за многу актуелни теми.

Т. Антиќ

Пензионерот Диме Ѓорчески – Чауш од Тетово

Највозрасен планинар на Титов Врв.

Пензионерот Диме Ѓорчески со своите 78 години е највозрасниот планинар којшто и сега се искачува на највисокиот врв на Шар Планина – Титов Врв, висок 2.747 метри. Живее во стариот дел на Тетово, познат како „Два бреста“, а во неговиот роден град го знаат како Диме Чауш. Веќе 22 години е пензионер, но е постојан „гостин“ на планините. Секогаш е со помлади од себе. Ги подучува, советува, им укажува, а тие го чувствуваат како свој, како врник, како човек кога планината го одржува во витална состојба.

„На минатогодишното традиционално искачување на Титов Врв на 29 мај, кое беше 30-то по ред јубилејно, бев прогласен за највозрасен планинар. Тоа ми причинуваше задоволство, зашто и со генерации дури три пати помлади од мене, рамноправно се искачив на „покривот на Шар Планина“. Ќе учествувам и на овојгодишното искачување на Титов Врв. И не само таму, ќе учествувам и на другите планинарски походи по Шар Планина – Љуботен, Лешница, Беловишки водопади...“, вели Диме Чауш.

Овој пензионер од Тетово секојдневно минува по 10-тина километри, пешачејќи кон тетовското Кале, околните Ѓероа чешма и Бела вода, кањонот на реката Пена до Бањиче. Никогаш не е сам. На овие релации главно го дружат негови врнци и сограѓани, тетовски пензионери. „Не наметнувам ритам, туку едноставно, лесно пешачење е прифатливо за луѓе од постаро доба. Затоа и ме дружат“.

Диме Ѓорчески 65 години е по планината. Освен Шара и Кораб, како најблиски, ги поминал и сите други планини и врвови низ Македонија, на просторите на поранешна Југославија, или како што стои запишано во пишани документи на Планинарското друштво „Љуботен“ од Тетово – „неговите нозе стапуваат од Триглав до Мусла, Пирин, Олимп, до Полските Татри“. Како

активист на планинарството, заземал и многу должности – претседател, потпретседател и секретар на Планинарското друштво „Љуботен“, кое му возвратило со голем број признанија и благодарници. Чауш не е само планинар. Започнал со скијање, бил атлетичар во неколку дисциплини, гимнастичар речиси на сите справи, фудбалер на Љуботен...

На наше прашање кој настан во животот низ планините би го издвоил, планинарот Диме Ѓорчески е категоричен: лавините кај „Казани“ на Попова Шапка и оние – мавровските.

„Во јануари 1954 година над Ваковските бачила лавина ги потфати моите драги другари Диме Флејта и Иван Чанак. Сторивме се што мо-



жевме за да ги спасиме – не успеавме. Но многупати и многумина сме спасиле.

На наше прашање до кога мисли да ги освојува планините и врвовите, Чауш со одговор:

„Се додека ме држат нозете ќе планинарам. Тоа ме исполнува и не се откажувам“, категорично одговара Диме Ѓорчески.

С. Димоски

17-ти Регионални пензионерски спортски натпревари

ОХРИД, ЧЕТВРТИ РЕГИОН

Пензионерите од Охрид и Дебрца најдобри

На 19 мај на Спортско-рекреативниот центар „Билјанини извори“ во Охрид, се одржаа 17-те регионални пензионерски спортски натпревари од 4-тиот регион, на кои присуствуваа претседателот и потпретседателот на СЗПМ, како и гости од странство: претседателите на ЗП од Поградец – Албанија, Назив Далјани и од ЗП Врање – Србија Зоран Алексиќ. Натпреварите ги следеа околу 350 пензионери од здруженијата – учесници.

Срдечно добредојде на присутните и добар успех на натпреварувачите им посака домаќинот, претседателот на Извршниот одбор на ЗП Охрид и Дебрца **Ѓорѓи Трпчески**, а во име на организаторот со приодни зборови се обратија, претседателот на СЗПМ **Драги Аргировски** и потпретседателот **Бесник Поцеста**. Ова спортско првенство, на кое се натпреваруваа 158 учесници, го отвори градоначалникот на Охрид **Александар Петрески**, кој за време на натпреварот со своите соработници оствари едновременна заедничка средба со претставни-

ците на СЗПМ, со претседателите на ЗП од градовите учесници и гостите од Поградец и Врање. Учесниците се натпреваруваа во 11 спортски дисциплини



во женска и во машка конкуренција. Најдобри резултати постигна ЗП Охрид и Дебрца и како севкупен победник го освои преодниот пехар пред Кичево и Струга. Натпреварите поминаа во најдобар ред и добра организација, а завршија со заедничка веселба и дружење на учесниците и присутните. **К.С.**

ВАЛАНДОВО, ПЕТТИ РЕГИОН

Силниот дожд не ги спречи натпреварите

Во исклучително тешки временски услови во Валандово градот на песните и калинките се одржаа на 26 мај 17-тите регионални пензионерски спортски натпревари од 5-тиот регион на кој учествуваа натпреварувачи од: ЗП Велес, ЗП Неготино, ЗП Гевгелија, ЗП Дојран, ЗП Кавадарци, ЗП Демир Капија, ЗП Богданци и домаќинот ЗП Валандово.

Најнапред присутните од името на претседателот на ЗП Валандово и од свое име ги поздрави **Томе Илиев**. Во име на градоначалникот на општина Валандово на натпреварувачите пензионери им се обрати **Јован Коцевски**, директор на Културниот дом во Валандово.

Во името на СЗПМ присутните ги поздрави **Станка Трајкова** секретар на ИО на СЗПМ која воедно ги прогласи игрите за отворени.

Во домот покрај, натпреварите во шах, табла, домино и пикадо, се одржаа и фрлање на гуле и тегнење на јаже. Иако паѓаше дожд се одржаа и натпреварите во стрелање, а останаа не извршени само атлетските дисциплини. За вос-

хит и воодушевување беа ентузијазмот и желбата за резултати иако условите не им беа наклонети на натпреваруваќи-



те. Натпреварите беа заокружени со дружење и нови пријателства и сите беа задоволни и победниците и оние кои не победија, односно победи другарувањето. Неколку дена подоцна се одржаа и натпреварите во другите дисциплини. Најдобри беа натпреварувачите од Неготино, пред Велес, Дојран и други. **К.С. А.**

КИСЕЛА ВОДА, ПРВИОТ РЕГИОН

Издначена борба на учесниците

Годинашните 17-ти регионални пензионерски спортски натпревари на повеќето здруженија на пензионери од Скопскиот регион се одржаа на 29 мај во Драчево, а домаќин беше ЗП Кисела Вода. Во име на домаќинот гостите и учесниците ги поздрави претседателот на Собранието на ЗП Кисела Вода **Доне Тодоровски** и им посака успешни резултати, повторувајќи го значењето на спортувањето за здравјето и развивањето на натпреварувачкиот дух, во знакот на синтагмата „во здраво тело – здрав дух“.

Во име на организаторот поздравен говор одржа и натпреварите ги отвори, потпретседателот на ИО на СЗПМ **Методија Тошевски**. Тој го истакна значењето на натпреварите од аспект на спортското докажување и создавањето навика за спортување, што го зачувува и јакне здравјето, а во добро расположение и дружење, што се остварува на ваквите средби, се регенерира и акумулира нова енергија за продолжување на животот во третата доба.

На ова спортско натпреварување, пензионерските сили си ги одмерија претставниците на здруженијата: Кисела Вода, Солидарност – Аеродром, Центар, Здружението на воените пензионери, Гази Баба, Солидарни пензионери – Илинден и Бутел и Чаир. Во сите 11 дисциплини се водеше

мошне интересна и издначена борба, особено помеѓу учесниците од првите три здруженија, а забележителни резултати постигнаа и воените пензионери, кои прпат во досегашното членување во СЗПМ, настапија со учесници во повеќе дисциплини.



Посебен куриозитет на спортското првенство беше настапот на најстарата учесничка од Здружението на воените пензионери, 78-годишната **Павица Зимбовска**, која во дисциплината трчање – жени, во категоријата над 65 години, го освои третото место.

За постигнатите успеси во натпреварувањето на најдобрите поединци и екипи им беа доделени признанија.

Натпреварите завршија во беспрекорна организација и со заедничко дружење и веселба на учесниците. **М.Д.**

СТРУМИЦА, СЕДМИ РЕГИОН

Најдобри натпреварувачите од Радовиш

Во организација на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија на 31.05.2012 година во Струмица се одржаа 17-тите по ред Регионални пензионерски спортски игри на кои учествуваа натпреварувачи од ЗП Штип и Карбинци, ЗП Радовиш и Конче, ЗП Свети Николе, ЗП Ново Село, ЗП Лозово и ЗП Струмица како успешен домаќин.

Свеченоста ја отвори претседателот на Извршниот одбор на ЗП Струмица **Данче Даскаловска**, а пензионерите и гостите ги поздрави и **Зоран Заев**, градоначалник на општината кој посебно ја потенцираше успешната соработка на локалната самоуправа со Здружението на пензионерите од Струмица.

Претседателот на СЗПМ **Драги Аргировски** покрај другото го истакна значењето на пензионерските спортски игри кои годинава се одржуваат во 8 региони, а најдобрите ќе земат учество и на 17-тите по ред Републички пензионерски спортски игри кои се повеќе заличуваат на вистинска пензионерска спортска олимпијада.

Претседателот Аргировски на градоначалникот Заев му го врачат признанието на СЗПМ за успешната соработка по повод 65-годишното пензионерско организирање во Ма-



кедонија, а потоа Регионалните спортски игри ги прогласи за отворени.

Во спортски дух и фер натпреварување најдобри резултати остварија натпреварувачите од ЗП Радовиш и Конче, пред натпреварувачите од ЗП Штип и ЗП Струмица. **Д.Д.**

Pensionistët të kënaqur me masat e reja qeveritare

Ministri për punë dhe politikë sociale, Spiro Ristovski, realizoi takim me Lidhjen e shoqatave të pensionistëve të Maqedonisë, në të cilin u prezantua pakoja e re e Qeverisë për masat ekonomike-sociale. Me pakon e re, Qeveria, shfrytëzuesve të pensionit ju mundëson 50% lëshim për vizitë në teatrot, muzetë, operat, filarmonitë dhe baletin. Ministri Ristovski theksoi se Qeveria edhe njëherë tregoi se mban kujdes për këtë kategori personash.

Me këtë masë sigurojmë jetë më të mirë dhe më kualitative për pensionistët. Qeveria edhe më tutje do të vazhdojë të punojë me intensitet për realizimin e masave me të cilat do të siguroi jetë më të qetë dhe me dinjitet pensionistëve në Maqedoni, si një ndër prioritetet më kulmore të Ministrisë për punë dhe politikë sociale dhe i Qeverisë, - tha pas takimit Minis-

tri për punë dhe politikë sociale, Spiro Ristovski.

Përfaqësuesit e Lidhjes së shoqatave të pensionistëve të Maqedonisë u shprehën të kënaqur me masat: -Pensionistët e Maqedonisë janë të kënaqur me pakon e fundit të masave të Qeverisë. Ato ishin edhe kërkesat tona, e Lidhjes së pensionistëve të qytetit të Maqedonisë dhe i shoqatave tjera, sepse, shoqatat e pensionistëve me masivitet i vizitojnë institucionet kulturore dhe muzetë më të reja, theksoi Dragi Argirovski, kryetar i shoqatave të pensionistëve të Maqedonisë.

Qëllimi i projektit në fjalë është që të bëhet qasje më të kapshme deri tek përmbajtjet kulturore të cilat i ofrojnë institucionet kulturore në Maqedoni për rastet e kategorive sociale të qytetarëve, personave të rinj dhe pensionistëve. **K.S.A.**

Dy qendra ndihme për 180 persona të moshuar

Më 10 qershor u hapën dy qendra të reja për shoqërim dhe dhënie të ndihmës personave të moshuar. Njëra është në Qendër, në kuadër të "Dane Xhambaz", ndërkaq, e dyta në Çair. Ata do të organizojnë lojëra shoqërore siç janë: bingo, shah, pikado si dhe shëtitje të përbashkëta. Për funksionimin e tyre do të kujdeset një punonjës social, psikolog, katër persona të medicinës dhe 34 vullnetarë. Sa për fillim, vizitë shtëpiake do të marrin rreth 180 persona të moshuar.



Nga qyteti dhe Ministria e Punës dhe Politikës Sociale, nismëtar të projektit në fjalë mendojnë se në këtë mënyrë do të mundësohet mënyrë e organizuar e kalimit të kohës për personat e moshuar si dhe për socializmin e tyre. 60 persona të moshuar me aftësi të kufizuar të cilët jetojnë të vetëm - do t'ju

matet sheqeri, tensioni, do t'ju epet këshilla për ushqim, shëtitje e të tjera.

Për këtë qëllim, është hapur linjë telefonike në të cilën qytetarët do të mund të paraqiten dhe të marrin informata për funksionimin e qendrave. Në hapje ishin: Kryetari Koce Trajanovski, ministri Spiro Ristovski, kryetari i LShPM Dragi Argirovski dhe të tjerë. Ata u bënë thirrje kryetarëve të komunave tjera që ta ndjekin këtë shembull dhe në komunat e tyre, edhe në këtë mënyrë të kujdesen për shëndetin e bashkëqytetarët të moshuar.

Për realizimin e këtij projekti, nga buxheti janë ndarë dy milion denarë, ndërkaq, nga Ministria 700.000 denarë. **K.S.Andonova**

GJYSHJA SAMIE – PENSIONISTE MË E MOSHUAR NË MAQEDONI

Samie Qufliu nga Zhelelina e Tetovës, me 107 vitet e saj oficiale, eventualisht është pensionistja më e moshuar në vendin tonë. Themi "oficiale" nga se edhe pse në letër njoftimin e saj qëndron se është lindur më 27 dhjetor 1905, të dhënat nga të afërmit e saj në familje tregojnë se atëherë ka qenë evidentuar në librin e gjendjes civile të lindjes, dhe se atëherë ka pasur dy tri vite. Sido që të jetë, gjyshja Samie tanimë ka hyrë në shekullin e dytë të jetës së saj dhe se akoma ndjehet mirë. Ajo thekson se pensioni i saj familjar mujor është 7.000 denarë, dhe se janë të mjaftueshme që të ushqehet dhe t'i siguroi gjërat elementare për jetë dhe se të afërmit janë gjithnjë me atë dhe se ato nuk lejojnë që t'i mungoi asgjë.



të gjatë. Para së gjithash pemë. Na tha se hanë çfarëdo lloj pemësh ashtu siç natyrshëm piqen. Pijë edhe çaj, por e ka për dëshirë "çajin e rusit" të cilin gjithnjë e ka pranë vetes. E pi të ngrohtë, por edhe në gjendje të ftohur.

Pensionistja Samie Qufliu është e rrethuar me 60 anëtar të familjes - djem, vajza, nipër, para nipa...Në jetën e saj të gjatë ka pasur edhe dy kurorëzime në të cilët ka të lindur pesë fëmijë të gjallë. Fati i saj ka qenë i tillë, edhe në kurorëzimin e parë edhe në të dytin i shoqi i vdes. Rreth saj, megjithatë më së shumti është nipi i saj 46 vjeçar Abdulbari. Prej vitit 1986 kur ajo ishte 81 vjeç, jeton me ne, sepse gjyshi im Memeti ka ndërruar jetë. E ka trashëguar pensionin e tij dhe ja 26 vjet e shfrytëzon atë. Ndjehet mirë. Bisedon në mënyrë konstruktive. Mban shumë në mend. Veçanërisht interesohet për secilin fëmijë, a shkojnë në shkollë, çfarë suksesi kanë, a janë të dëgjueshëm...E zbkuron mikpritja, komenton Abdulbari. Ky nip i saj shton se kohët e fundit dëgjon dhe shikon me vështrësi, ndërkaq, nipërit e saj i njeh sipas zërit.

E lëshuam familjen e gjyshes Samie Qufliu duke i dëshiruar shëndet dhe jetë të gjatë. **Gojko Eftovski**

U MBAJTËN GARAT SPORTIVE RAJONALE TË 17- ME RRADHË Triumfuan pensionistët e shoqatës së Ohrit dhe Debarcës

Në qytetin e bukur të Ohrit, gjegjësisht tek lokacioni "Burimet e Biljanës", pensionistët e rajonit jug-perëndimor mbajtën garat sportive rajonale. Në këto gara të 17-ta me radhë, morën pjesë pensionistë nga qyteti i Dibrës dhe Qendër Zhpë, Strugës, Kërçovës, Makedonski Brod, Labunishtës dhe nikoqiri Ohër.

Fitues thuajse në të gjithë disiplinat u dalluan pensionistët e shoqatës së Ohrit dhe Debarcës në vendet e para, të Kërçovës, Makedonski Brod dhe të Dibrës në vendet e dyta si dhe në vendet e treta në disa disiplina, pensionistët nga shoqatat e Dibrës dhe Makedonski Brod.

Në organizim të Lidhjes së Shoqatave të Pensionistëve të Maqedonisë, pensionistë nga shoqatat e qyteteve të lartpërmendura u takuan në këto gara që tashmë për Lidhjen e shoqatës së pensionistëve të Maqedonisë është bërë tradicionale.

Takimin e pensionistëve në këto gara e hapi kryetari i shoqatës së pensionistëve të Ohrit, dhe Debarcës Gjorgji Tërpevkii, i cili tha se këto aktivitete janë në dobi të kësaj kategorie e të moshuarve por edhe në vazhdimësi

të shoqërimin të pensionistëve nga ky rajon. Kryetari i komunës së Ohrit Aleksandar Petreski tha se komuna përkrah shoqatën e pensionistëve, pasi shtylla e shoqërisë sonë është po kjo kategori, të cilët kanë kontribuar për ne dhe ardhmërinë tonë. Petreski shtoi se komuna e Ohrit është gjithmonë pran shoqatës si në ndihmë për mjetet materiale ashtu edhe në aktivitetet tjera.



Fjalë përshëndetëse patën edhe kryetari i Lidhjes së shoqatave të pensionistëve të Maqedonisë Dragi Argirovski dhe nënkryetari i kësaj Lidhje Besnik Pocesta. Argirovski tha se garat mundësojnë që pensionistët edhe më tej të jenë aktiv në sport dhe do të jemi gjithmonë të përfshirë në të gjithë sferat në mënyrë aktive. Ndërsa Pocesta tha se garat kanë karakter sportiv, shoqëror dhe argëtues për të gjithë pensionistët.. Këto gara sportive që u mbajtën në

lokacionin "Burimet e Biljanës" u zhvilluan në 11 disiplina si: në shah, domino, pikado, tabell, atletikë, gjuajtje, litar e tjerë. Fituesit të këtyre garave, do të marrin pjesë në garat Republikane sportive të pensionistëve, që do të mbahen në muajin shtator.

Përndryshe, ky takim mbaroi me argëtimin e pjesëmarrësve në këto gara duke u zbatimit me muzikë, valle dhe këngë.

Vjollca Sadiku

VIZITË NË BEROVË

Në kuadër të aktiviteteve programore, Shoqata e pensionistëve të komunës Saraj, më 27.05.2012 realizoi ekskursion për

kryetari i shoqatës **Rufat Ramadani** nuk kishte mundësi të udhëtoi për arsye të angazhimeve tjera, pensionistëve ju dëshiroi rrugë të mbarë me



anëtarët e vet në Berovë. Autobusi me 43 pensionistë të shoqatës u nisë në orët e hershme të mëngjesit. Meqë

dëshirë që të kthehen shëndosh e mirë. Sapo u arrit në qytetin Berovë, u viz-

itua liqeni dhe penda e saj, dhe pasi u bënë disa fotografime për kujtim, u vizitua qyteti. Në kthim nga Berova u vizitua edhe qyteti Strumicë, ndërkaq, gjatë rrugës u pa edhe toka pjellore e këtij qyteti e cila pjesë e konsiderueshme ishte e mbuluar me foli, e mbjellë me kultura bujqësore...

Udhëtimi kaloi si më mirë. Edhe pse dita ishte me shi, pensionistët kaluan një ditë të këndshme. Një pjesë e këtyre pensionistëve edhe më parë kishin qenë në këto qytete. Kishte edhe prej atyre të cilët ishin së pari herë. Por, edhe për të parët edhe për atë të dytë, më e rëndësishmja ishte shoqërimi.

Ky udhëtim u udhëhoq nga **Gani Ismaili** anëtar i Këshillit ekzekutiv i shoqatës, ndërkaq për shëndetin e pensionistëve me çantën me medikamente dhe pajisje medicinale, u kujdesua mjeku **Dr. Jani Deçkov**, po ashtu anëtar i Këshillit ekzekutiv i shoqatës.

Kështu, këto pensionist, kaluan një ditë të bukur në qytetet e përmendura. U kthyen në orët e mbrëmjes, me dëshirë që të shkojnë edhe herëve tjera. **Baki Bakiu**

NË BANJAT NEGORSKI ME PËRFITIM PËR PENSIONISTËT

Anëtarët e shoqatave të pensionistëve të vendit tonë, duke filluar nga një qershor të këtij viti, mund të shfrytëzojnë përfitime të posaçme gjatë kohës së qëndrimit në institucionin shëndetësor - Banjat Negorski. Ajo u vendos në takimin e punës, i cili u mbajt më 21 maj, ku morën pjesë persona drejtues, nga më shumë shoqata të pensionistëve, pothuajse nga të gjitha regjionet e Maqedonisë, me ekipin drejtues të udhëhequr nga drejtori Ljazar Samarxhiev dhe drejtorin operativ Irena Bojaxhieva. Ajo çka duhet të bëhet është që secila shoqatë të lidh kontratë me banjën, për çka nuk ka asnjë pengesë. Secili anëtar i shoqatës së pension-

istëve i cili ka nevojë për shërim në banjat-klimatike dhe terapi fizike në Banjat Negorski, ashtu siç ishin marrë vesh, fiton lëshim prej 10 për qind nga çmimi i rregullt për vendosjen e tij në hotelet "Jasen", "Ilinden" dhe "Bozhur". Që të shfrytëzohet ky lëshim, pensionisti duhet të posedojë dokument me shkrim nga shoqata e tij amë në formë të vërtetimit ose vendimi për qëndrim në Banjat Negorski. Këtë lloj dokumenti do ta japin shoqatat. Pesë muaj gjatë vitit, pensionistët mund të shfrytëzojnë lëshim plotësues edhe prej 20 për qind në muajt: janar, shkurt, mars, korrik dhe dhjetor. Me udhëzim nga mjeku amë me të gjitha llojet e terapisë fizike të cilat praktiko-

hen në Banjat Negorski, pavarësisht nga çmimi i rregullt i shërbimeve dhe të asaj se sa lloj terapish janë të nevojshme, pensionistët do të paguanë vetëm nga 50 denarë në ditë. Për këtë lloj shërbimi terapeutik deri më tani paguhej shumë më tepër.

Përveç të gjitha të mirave të cilat i ofron kompleksi Banjat Negorski, duke llogaritur bukurinë natyrore, ambientin, qetësin dhe heshtjen, vendosjen, ushqimin dhe të gjithë tjerat, tani është bërë marrëveshje edhe për çmime më të kapshme për kategori pensionistësh që të mund në mënyrë më argëtuese t'i kalojnë vitet e "moshës së tretë", me probleme shumë më të zbutura shëndetësore të eshtrave, nyjave, organeve të tretjes, lëkurës, sistemit të urinës dhe numër të shumë të sëmundjesh të mundshme të organizmit të njeriut. **S.Dimovski**

Shoqata e pensionistëve "Gjorçe Petrov" Ligjërata shëndetësore – preventive dhe matja e tensionit të syve

Komisioni për shëndetësi në përbërje të Shoqatës së pensionistëve Gjorçe Petrov, në korniza të aktiviteteve shëndetësore – preventive, në bashkëpunim me Kryqin e Kuq dhe Poliklinikën e sëmundjeve të syve "Kirnea Medika", më 04.06.2012 kishte organizuar aktivitete shëndetësore preventive dhe edukative për

anëtarët e ShP Gjorçe Petrov dhe më gjerë. Ky aktivitet u realizua në klubin e pensionistëve në Bashkësinë urbane "Dame Gruev" Interesimi ishte i madh dhe në to morën pjesë rreth 120 pensionist. Ligjëratat dy orësh edukative në temën për sëmundjet e syve dhe masat preventive për këtë, u mbajtën nga mjek

specialist nga Poliklinika për sëmundje të syve "Kirnea Medika" Shkup. Të njëjtën kohë, të gjithë pensionistëve të pranishëm, nga ana e personave profesional ju bë matja e tensionit të syve, ndërkaq, 5 pensionistëve, Poliklinika ju ndau pesë kontrollime falas.

ShP "Gjorçe Petrov" do të vazhdojë edhe në të ardhmen me aktivitete të këtij lloji dhe ngjashëm, me qëllim të përmirësimit të gjendjes shëndetësore të anëtarëve të saj.

KOMISIONI PËR SHËNDETËSI Lubinko Ristov

Важноста на превенцијата од паѓање кај старите лица

Секоја година една третина од лицата од 65–годишна возраст а и постари, страдаат од здравствени проблеми кои се последица од паѓање. Податоците покажуваат дека во САД од 35 милиони стари лица, 10 милиони претрпуваат пад. Падовите се водечка причина за смртност и инвалидност, а тоа честопати бара трајна медицинска нега и високи трошоци за лечење. Само во 2000 година во САД имало 1,8 милиони посети на болници поради пациенти кои паѓале, со 340.000 фрактури на колкот и 16,4 милијарди долари директни медицински трошоци! Како е кај нас? Веројатно сразмерно и слично.

Причини за паѓање – Причините се всушност поврзани со интеракцијата помеѓу надворешните (изложениост на надворешни опасности) и внатрешните фактори (карактеристиките на поединечни личности). Веројатноста дека ќе се случи пад или ризик од паѓање, често може да се припише на лични причини и на влијание на средината. Личните причини ги вклучуваат карактеристиките на секој поединец, како што се: старосната доба, подвижноста, функционалните способности, хроничните болести и состојби, односно накратко здравствената состојба на поединецот. Кај постарите лица под поимот средина во која се изложуваат на ризик се подразбира нивниот стан или кука, дворот, просторот околу зградата, улицата по која секојдневно се движат и друго. Постои и ризик од сонпување од тепихот и од други предмети, од сите лизгави површини, посебно влажен и тврд под во бањата, столбови и кабли, високи елементи и од ормани кои може да се дофатат само со искачување на други предмети, како и сите нестабилни и нерамни површини во затемнети простории.

Ризици од падот – Ризиците од падот можеме да ги класифицираме на оние на кои не можеме да влијаеме и на оние на кои можеме. Во категоријата ризик на кој не можеме да влијаеме спаѓаат: полот, возраста и

вкупниот број на несреќи во минатото. Категоријата ризици на кои можеме да влијаеме ја сочинуваат: мускулната слабост на нозете, проблемите при одење и рамнотежата. Хроничните болести и состојби како што се Паркинсонова болест, мозочен удар и артритис го зголемуваат ризикот од паѓање. Спротивно на тоа, остеопорозата не го зголемува ризикот, но ја зголемува веројатноста од фрактура на колкот при секој пад. Во принцип, ризикот од паѓање се зголемува со бројот на ризичните фактори, а тие се зголемуваат со бројот на годините на живот. Примарна цел за спречување на паѓање е да се минимизираат ризичните фактори и нивниот број.

Рамнотежа и мускулна сила
Во фактори на кои можеме да влијаеме ги вбројуваме рамнотежата и мускулната сила, кои се силно поврзани. Рамнотежата може да се опише како способност за задржување одредена позиција на телото или делови на телото при контакт со подлогата која е неподвижна или се движи. Разликуваме статичка и динамичка рамнотежа. Статичката рамнотежа претставува способност за задржување на статичката позиција на телото и исправена стоечка позиција. Динамичката рамнотежа е способност за предвидување на промените при движење на телото. Динамичката рамнотежа е важна во движењето. Движење – значи да се биде подвижен, независен и да се има квалитетен живот.

Многуге истражувања покажуваат дека постарите луѓе можат да ја подобрат мускулната сила со примена на различни видови тренинг-обука. Ефектот на тренингот со цел унапредување на рамнотежата и на превенцијата од паѓање, е скромнен, иако постои голема поврзаност помеѓу силата и рамнотежата. Тоа е сложен збир на различни процеси и бара успешно поврзување на многу компоненти, вклучувајќи и неколку сензорни системи. Компонентите ги вклучуваат следните сензорни системи:



Визуелен систем – обезбедува информации за положбата и движењето на телото во просторот и ги препознава потенцијално опасните објекти и ситуации

Вестибуларен систем – се наоѓа во внатрешното уво и обезбедува информации за движењето на главата и позициите на телото во просторот

Соматосензорен систем – ја следи позицијата на телото и контакто со останатите предмети со употреба на рецептори, кои се наоѓаат во мускулите, тетивите и зглобовите

Централниот нервен систем ги обработува информациите кои доаѓаат од сензорниот систем и дава наредби на скелетната мускулатура, а тие се битни за одржување рамнотежа на телото. Ако функцијата на кој било од сензорните системи е оштетена или ослабната, се смалува можноста за одржување на рамнотежа, а се зголемува ризикот од паѓање.

Со годините се намалува мускулната сила и функцијата на сензорните системи, а со помош на лошата рамнотежа се зголемува ризикот од паѓање.

Затоа превенцијата од паѓање е мошне важна за постарите лица, а тоа се темели на одржување рамнотежа и активирање на сите сензорни системи.

Паѓањето е неминовна појава и кај младите и кај возрасните, но лекот е во претпазливоста и минимизирање на ризиците со свесност за сопствените можности, зашто подобро и поевтино е да се спречи отколку да се лечи.

Подготвила З. Кацеска

Чајот и неговите лековити својства

Легендата кажува дека кинескиот цар Shen Nung, околу 2750 година пред Христа, додека се одмарал од напорниот лов си сварил вода од потокот. Во лонецот во кој вршела водата, случајно паднале неколку листови од зимзеленото дрво кое е сродник на магнолијата, кое денес го нарекуваме чајно дрво. Пријатниот мирис допрел до неговиот нос и царот не можел да одолее да не го вкуси тој напиток. Инаку, грмушката на кинескиот чај прв пат се споменува во стариот кинески спис „Pent - Sao“.

Чајното дрво во Јапонија го донел будистичкиот свештеник Yeisei кој го открил неговото благотворно дејство на телото и духот, па веројатно е дека поради тоа својство овој напиток е толку омилен помеѓу тамошните припадници на зен учењето. Се претпоставува дека во Европа чајот стигнал преку арапските трговци во 13 или 14 столетие со брод, а подоцна се увезувал по копнен пат, по т.н. „пат на свилата“.

Постојат три основни видови на чај. Зависно од технолошкиот процес на обработка, се разликуваат: зелен чај, oolong и црн чај.

Чајното дрво се сади во големи чајни градини на надморски височини од 100 до 2000 метри. Листовите за црн чај потполно се оставаат да ферментираат, додека листовите за зелен чај се изложуваат само на параа, а потоа се сушат. Oolong или wulong чајот е со вкус помеѓу црниот и зелениот чај, а бара малку посложена обработка.

Уште од дамнешни времиња во народната медицина зелениот чај се користел за ублажување на разни болести како што е воспаление на жолчното кесе и воспаление на жлезбините и непцата. Исто така, бил ценет поради својата делотворност кај воспалението на грлото, детоксикација на организмот, уморни очи, подочници, главобол-

ка и друго. Многу козметички компании од неодамна додаваат во своите производи токму зелен чај бидејќи се покажало дека неговите состојки штитат од процесите на воспаленија настанати со UVB зрачење. Екстракт од зелениот чај исто така, ја потпомага оксидацијата на мастите, па затоа се смета за бртен сојузник во борбата против прекумерната тежина. Бројни истражувања укажуваат и на позитивните дејства од конзумирањето на црниот чај како што се: намалување на нивото на холестеролот, намалување на ризикот од појава на крвни згргутчувања и подобрување на функцијата на крвните жили. Чајот е богат е со антиоксиданси и флавоноиди и ја зголемува растежливоста на крвните жили, што доведува до подобар проток на крвта. Бидејќи содржи специфични состојки, се препорачува и како лек кај проблемите со варењето, проливи и мачнина.

Веројатно се прашувате што е подобро чај или кафе?

Кофеинот во чајот, наречен танин, откриен е 1827 година. Кафеото како и чајот, во некои традиции биле посебно почитувани, а Маите и Ацтеките ја сметале за света билка. Но, и покрај некои позитивни дејвувања на кафеото, кофеинот од чајот, за разлика од оној во кафеото, не делува негативно на срцето и крвотокот, туку напротив го засилува протокот на крвта и размена на материите во мозокот. Во чајот има околу 30% помалку кофеин отколку во кафеото. Кофеинот од кафеото се растворува веќе во желудникот, додека оној од чајот во најголем дел го растворува цревниот сок.

Кофеинот од кафеото стигнува во крвотокот нагло додека тој процес кај чајот тече побавно. Делувањето на кофеинот од кафеото достигнува врв за десетина минути, а престанува за 30 минути. Кај чајот, делувањето на ко-



феинот достигнува врв по 40, а престанува по 70 минути. Кофеинот од чај делува освежувачки, а крајните резултати се подобро расположение, намален умор и намалена поспаност.

Денес чајот после водата, е најчесто конзумирана течност. Раширен е по целиот свет и се подготвува на различни начини. Освен чаевите добиени од дрвото на билката чај, нашироко се користат и таканаречени растителни и овошни чаеви. На подрачјето на античка Грција постоела цела наука за подготовка на чаеви за превентивна но и за лекување. Тоа знаење го промовирале учители во склоп на програмат кој се нарекувал „Учење на Огнот“, а кај многу фамилии на Балканот со илјадници години постои традиција на лековити чаеви која е пренесувана од колено на колено.

Но, сепак, најпознат вид на чај е секако црниот чај, кој некои го нарекуваат уште и индиски или руски чај, кој во различни култури се подготвува на различни начини. Обично, во него се додава малку млеко да се ублажи горчливиот вкус. Индиските јогини заедно со млеко додаваат и некои зачини како што се цимет, мед, гумбир, кардамом или каранфилче.

Монасите од Тибет отишле најдалеку, па во чајот додаваат сол и путер, бидејќи сметаат дека така јак напиток ќе ги држи будни во долготрајните медитации и ритуали.
Т. Гавровска

Летото почна, но почнаа и стомачните инфекции

Стомачните инфекции почнуваат да земаат замав кога времето е топло, но придонесуваат и други фактори, како што се во прв ред хигиенските. Најчести причинители се опасните бактерии како што се салмонела, шигела, ешерихија коли и други.

Кога сме кај цревните и стомачните инфекции да ги спомнеме и најчестите симптоми. Најголем број болни се жалат на стомачни болки, гадење, повраќање и пролив, а некои од нив имаат и покачена телесна температура. Инкубацијата на овие инфекции е најчесто од 12 до 24 часа, а доколку е во прашање троење со храна, тогаш првите симптоми се јавуваат за еден до 6 часа по оброкот. Ако член од семејството има стомачна инфекција, може, но и не мора да се пренесе на другите членови. Состојбата обично се смирува за два-три дена, велат инфектолозите. Без разлика дали е полесна или потешка форма, болните мора да се јават на лекар за да се утврди какво цревно заболување е во прашање и да се даде соодветна терапија. За лекарска помош посебно треба да се обратат болните што имаат чести повраќања и проливи, и тоа до десетина пати за кратко време, зашто таквите лица дехидрираат и треба да примаат инфузија. Ова е многу битно за малите деца, кои брзо дехидрираат и тешко ја враќаат загубената течност.

Стомачните инфекции посебно тешко ги поднесуваат и постарите лица што имаат и друга хронична болест, како што се респираторна болест, болест на срцето или, пак, шеќерна болест. Ако не сте во можност да одите на лекар, пијте што повеќе течности во вид на чај од нане, од тегавец, од ковра од калинка или пијте посна купечка супа приготвена со двојно од припошаната вода, јаждете варен морков, компири и ориз. Помага и пиене на разблажена кока-кола. За оние кои не знаат, кока-колата најпрвин била лек и ја создал аптекар!
Дали ќе се лечите со лекови на кои реагираат микроорганизмите или алтернативно, многу битно е, велат лекарите, да се одржува личната и колективната хигиена на високо ниво, и укажуваат дека честото миене на рацете е една од најдобрите превентивни мерки. Рацете се оние што често ги пренесуваат бактериите и вирусите од едно место на друго, па поради тоа, нивното миене е многу важно.

Некои луѓе рацете ги мијат неправилно. Тие не употребуваат сапун или мијат само еден дел. Кога ги миете рацете, обрнете внимание на врвовите на прстите, палците, на зглобовите и меѓу прстите. Комбинацијата од топла вода и сапун помага

во отстранување на маснотиите, бактериите и нечистотијата.

Секако, треба да се внимава и на тоа од каде се купува храната, а особено на онаа од сендвичарниците и од рестораните. Покрај храната важно е и каква вода за пиење се користи, како и тоа каква вода се користи за наводнување на зеленчукот и на овошјето, кои треба добро да се мијат пред да се јадат. Инфектолозите, исто така советуваат, за оние што заминуваат на одмор по пат и во дестинацијата каде што ќе одмораат да користат амбалажна вода, бидејќи не можат сите да го поднесат бактериолошкиот состав на водата во местото каде што летуваат.

Покрај хигиената битно е и правилно да се вари и да се пече храната за да може во процесот на приготвување да се убијат микроорганизмите. Еве неколку совети:

- Овошјето и зеленчукот да се мијат под млаз вода, по можност 15 – 30 минути да се киснат или да стојат во вода со оцет или сол. Овој третман посебно треба да се применува на грозјето, зелената салата, јагодице, црешите, спанакот и друго, а краставиците, јаболката, па дури и доматите, се советува и да се лупат.
- Да се отстранат оштетените делови од овошјето или зеленчукот поради тоа што бактериите можат да навлезат токму во тие места.
- Да се внимава и на хигиената на садите и на приборот за јадење.
- Правилното подготвување (варење и печење) на храната ги убива речиси сите опасни микроорганизми.
- Посебно треба да се внимава со сечканото и меленото месо, со поголемата количина месо и целата живина, како и со сосовите, мајонезите и слатките.

● Добро варете ја или печете ја храната, посебно месото, живината, јајцата и морската храна.

● При подготвувањето супи или други варива, бидете сигурни дека се добро зовриени и дека достигнале минимум 70 Целзусови степени.

● Кога ја загревате веќе подготвената храна, направете го тоа добро.

● Подготвената храна да не се остава на собна температура повеќе од два часа, а по користењето веднаш да се стави во фрижидер.

● Остатокот од храната не треба да се чува во фрижидер повеќе од 3 дена и не треба да се притоплува повеќе од еднаш.

● Да се приготвува храна во мали количини за да се намали остатокот.

● Одмрзнувајте ја храната во фрижидер или на место со ниска температура.

Веројатно на многумина сето ова ви е познато и го знаете, но потсетувањето за секогаш е добредојдено.

Подготвила: М. Дамјаноска

ЗДРУЖЕНИЕ НА ПЕНСИОНЕРИ „ГОРЧЕ ПЕТРОВ“ Здравствено-превентивни предавања и мерење очен притисок

Комисијата за здравство во состав на Здружението на пенсионери Горче Петров во рамките на здравствено-превентивните активности во соработка со Црвениот Крст и Поликлиниката за очни болести „Корнеа Медика“ на 04.06.2012 година организираше здравствено-превентивни и едукативни активности за членовите на Здружението и пошироко. Оваа активност се реализира во клубот на пенсионери во Урбаната заедница „Даме Груев“. Заинтересираноста беше огромна и на истите присуствуваа околу 120 пенсионери. Двочасовните едукативни предавања на теми од областа на очните болести и превенција на истите беа одржани од страна на лекари специјалисти од Поликлиниката за очни болести „Корнеа Медика“ Скопје.



Истовремено на сите присутни пенсионери од страна на стручни лица се изврши мерење на очниот притисок, а на 5 пенсионери, Поликлиниката им додели пет бесплатни прегледи.

ЗП „Горче Петров“ и во иднина ќе продолжи со вакви и слични активности се со цел подобрување на здравствената и социјалната состојба на своите членови. Такви активности имаше и во Крушево.

Љубинко Ристов



НАЈЕВТИНИ РАЗГОВОРИ СО ВАШИТЕ НАЈБЛИСКИ

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

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

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

Контакт центар: 02/15-600

Симе



ЗАНИМЛИВОСТИ

Најпопуларно овошје на светот е бананата, а од Индија, Александар Македонски ја донел во Европа. Во Австралија има двојно повеќе кенгури отколку луѓе.

Либија е единствената држава со еднобојно знаме. Слоновите може да се препознаат во огледало. Цвеќињата побрзо растат со музика. Женското срце чука подолго од машкото. Ајкулите пливаат со брзина од 97 км/ч. Мозокот кај секој човек тежи околу 1.3 – 1,5 килограми.

Устата произведува околу еден литар плунка дневно.

Мачките бегаат од мирисот на портокал и лимон. Ако со кора од портокал го поминете мебелот, мачките ќе се откажат од гребење со канците.

Бамбусот е растение кое расте навистина бргу. За само 24 часа може да израсне речиси еден метар.

Ванилата е вид на тропска орхидеја. Таа е единствената орхидеја чиј плод може да се јаде.

Печурките растат во сите климатски услови. Денес постојат околу 50.000 видови, но само 200 од нив смеат да се јадат.

Шафранот се смета за најскап зачин на светот.

Доматите долго време се сметале за отровен плод. Подоцна (на почетокот на XX век) е откриено дека стеблото и листовите се отровни, а плодот може слободно да се јаде.

Слонот, меѓу другото, како едно од најголемите копнени животни, води голема грижа за останатите членови во групата, како и за повредените единки. Покрај тоа што имаат големи уши, слухот кај овие видови е многу слаб. Се движат со брзина од 6,4 километри на час. За споредба, луѓето можат да се движат дури и побавно од 4–5,5 км/ч. Што се однесува до нивната храна, тие ја џвакаат само со 4 забави.

Сетилото за вкус кај пеперутките се нивните стапала.

Свињата е рангирана како 4–то најинтелигентно суштество на Земјата, а во Библијата е спомната само 2 пати.

Бројот на автомобили во светот расте три пати побрзо од бројот на жители.

Во една ролна од тоалетна хартија има точно 333 парчиња.

Докажано е дека повеќето сообраќајни несреќи се случуваат во сабота. **З.К.**

КРСТОЗБОР

	СКАНДИ	МАША ВОДИТЕЛКА (ФОТОС)	ВИД ПТИЦИ	СКАНДИ	ДЕНАР	МЕЃУ СОЈУЗ НА САЕМИ	ГЕРМ. ИНДУСТРИЈАЛЕЦ СОКАР	АЛУМИНИУМ	АЗОТ	СЛАДОК	Ж. ИМЕ (ЕДИТА)
	ИНДИРА ГАНДИ			ГЛАВЕН ГРАД НА ТАЏИКИСТАН ЧЕДА							
	АМЕР. АРТИСТКА НАТАЛИ				КРЕМ ЗА ТОРТА ФРЕД АСТЕР					ЛЕО ДЕЛИВ ЕЗЕРО ВО КИНА	
	ВИД НЕЗАСИТЕНО ХЕМИСКО СОЕД.							ЕГИП. МЕРКА ЗА ДОЛЖИНА БИВШ ФУДБ. НА ВАРДАР			
	ЖЕНСКО ИМЕ НА ГАЛЕНО					ПРИЈАТЕН СВЕЗДА НА СЕВЕРНОТО НЕБО					АВТОНОМНА КОСОВСКА МЕТОХИСКА ОБЛАСТ
	ГРУБО ПЛАТНО				СТАРА ДРЖАВА ВО АЗИЈА ВИД МУЗ. ИНСТРУМЕНТ					АЛТ НЕБЕСНО СИНИЛО	
СКАНДИ	ФИОМ АПОЛИНЕР	"ОСНОВИ НА ТЕХНИЧКОТО ПРОИЗВ."	ШВЕД. ТЕНИСЕР БЈОРН	ЈОД	ЛИЧНА ЗАМЕНКА	ЦРКОВНА ТИТУЛА АЛПСКИ ВРВ ВО ШВАЈ.					НЕЛИ КИМ ИМЕТО НА ПИСАТЕЛОТ АКИНАРИ
ПУСТИНА ВО СРЕДНА АЗИЈА					БЛАГОРОДЕН МЕТАЛ	АВАР ВАДА НА РЕКА (РАЗГ.)				БРАШНО ШТО ГО ЗЕМА ВОДЕНИЧ. ГРАД ВО М. АЗИЈА	
КРАЈ НА МУЗИЧКО ДЕЛО				ЛИК ОД ЦРТАНИТЕ ФИЛМОВИ ДЕПАРТАМАН ВО ФРАН.				НЕБЕСНО СИНИЛО КОНФ. ЗА ЕВРОПСКА СОРАБОТКА			
ПРЕЛЕТУВАЊЕ БЕЗБОЕН ГАС						ЈАПОНСКИ БОРЧКИ СПОРТ ГРЧКА БУКВА					КРИВИНА
ЕНЕРГИЈА		РЕЗБАР ПАРИЧНА КАЗНА					ЗБОР ЗА ЗАПОВЕД НАЧИН ВИД МОРСКИ РАК				СУЛФУР КРИТИКА
ИНИЦ. НА ПИСАТЕЛОТ ГЕОРГИЈЕВСКИ			ОТСКОКНУВАЊЕ ЕДЕН ХЕМИСКИ ЕЛЕМЕНТ					БЕРИЛИУМ СТРАВОТИЈА			ИНИЦ. НА ГЛУМЕЦОТ ВЕЛС ГРУБО ПЛАТНО
ЦРНА ШУМСКА КРЕДА				ГРАД ВО ПЕРУ РЕКА ВО РУСИЈА			СЕЛО ВО МАКЕД. БРОД ВРВ ВО ГРЦИЈА				
ГРАД ВО ШВАЈЦАРИЈА						ЕЗЕРО ВО ФРАНЦИЈА 24 И 11 БУКВА		БЛАГОРОД ЗАТВОР ВО ПАРИЗ "ПЛИВАЧКИ КЛУБ"			
ЕДНА ЗАРАЗНА БОЛЕСТ						ЈАДЕЊЕ НА СКАРА ФЛУОР			ГОДИНА (ПАТ.) КИСЛОРОД		
ЖЕНСКО ИМЕ (НАТАЛИЈА)					ПОТПОЛН НЕУСПЕХ					АЛ КОРАЛИ	

Хумор

Ден по свадбата таткото на невестата и вели на жена си:
 – Требаше да научам да играм шах.
 – Зошто?
 – Дадов дама за коњ.

Го прашува дедото своето внуче:
 – Што ќе бидеш кога ќе пораснеш?
 – Пензионер!
 – Зошто баш тоа?
 – Ништо не работиш, а земаш плата!

Разговараат две стари жени:
 – Како мажот ти запомнил кога ви е годишница од бракот? Мојот секогаш заборава!
 – Совет од мајка ми: правевме свадба на денот кога му е роденден!

Доаѓа пензионер бивш спортист во луна парк и бара да стрела. Ја зема пушката и погодува точно во центар

на метата.
 – Браво дедо. Еве ти мече за успехот.
 – А да ми го замениш мечето за сендвич како вчера, знаеш пензијата ми е мала!

Стои човек цел ден крај бензинска пумпа. Утредента еве го пак. Третиот ден го прашува бензинџијата:
 – Чекаш ли некој, што е работата?
 – Се одвикнувам од пушење!

Разговараат баба и дедо:
 – Денес гледам дека сум била глупава што сум се омажила за тебе.
 – Знаш, знам, ама тогаш бев заљубен и не забележав дека е така.

– Знаеш Перо вчера се запишав во хор.
 – Зошто, што ти текна, па ти немаш ни талент?
 – Немам талент, ама имам лоша жена. Се запишав за алиби кога излегувам од дома.

Волкот и штркот

Волкот бил на некоја гозба. Јадејќи му се заглавила коска во грлото. Неможел да диши и за малку ќе умрел. Во близината имало некој штрк. Волкот го викнал на помош. Го замолил да му ја извади коската од грлото. Штркот тоа го направил и му рекол:
 – Волку сега награди ме што те спасив.
 Волкот наместо да му се заблагодари и да го награди му рекол:
 – Најголема награда ти е што извлече жива глава од мојата уста.



M.T.

Меѓугенерациска средба во гимназијата „НОВА“

Годината 2012 е прогласена за година на меѓугенерациска соработка, а во тој дух ЗП Куманово направи неколку средби со младинци.

Посебно за одбележување беше и дружењето помеѓу пензионерите од Куманово со младинците од гимназијата „Нова“ од Скопје. 19 мај имаше средба на младите и на пензионерите при одржувањето на женскиот турнир во одбојка од меѓународен карактер, на кој земаа учество 6 екипи. Покрај домаќинот, се натпреваруваа одбојкарки од Србија, Финска, Украина, Хрватска, Бугари-

тоар на Друштвото. Облечени во колоритна народна носија со самото започнување на песната „Македонско девојче“, од трибините се крегнаа младите одбојкарки, запееја, заиграа по тактот на музиката од прекрасна македонска песна создавајќи преубава атмосфера. Уште поубава беше глетката кога овие млади девојки од Хелсинки, Белград, Скопје, Загреб, Киев, Софија, облечени во спортска облека направија соединување на спортот и фолклорот проследени со бурен аплауз од присутната публика. Истата незаборавна атмосфера ја проследи



ја, земји членки на СЕСИ. По завршувањето на турнирот на свеченоста при прогласувањето на победничките екипи, чест да ја отвори манифестацијата му припадна на пензионерското КУД „Гоко Симоновски“. Оркестарот и пејачите исполнија две песни од големиот репер-

и втората песна „Јовано, Јованке“ која заедно ја пееја сите присутни во салата. Организаторот беше многу задоволен.

Тоа беше уште еден успешен настап на кумановските пензионери во негување на меѓугенерациската соработка.

С. Ламбаша

15-годишен јубилеј на Активот на жени при СЗИТ и КИП на Република Македонија - Скопје

По повод 15-години од основањето на Активот на жени при Сојузот на Здруженија на инвалиди на трудот и корисници на инвалидска пензија на Република Македонија (Тогашен назив – Сојуз на Трудови инвалиди на Република Македонија), по иницијатива на Здруженијата од Гостивар, Битола, Велес, Тетово и други во Комплексот на Лешочкиот манастир на ден

зија. На средбата присуствуваа претседателот на Сојузот на инвалидски пензионери на Р. Македонија, Јанев Љубомир и претседателот на Сојузот на здруженијата на инвалиди на трудот и корисници на инвалидска пензија на Република Македонија Гидо Бојчевски.

Со пригодни зборови на средбата се обратија: претседателот на Здружението-домаќин Југослав Ари-

занкоски, претседателката на Одборот на Активот на жени на ниво на Сојуз Сребренка Стојковска, претседателот на Сојузот на здруженија на инвалиди на трудот и корисници на инвалидска пензија на Република Македонија Гидо Бојчевски, претседателките на Активите на жени на здруженијата кои учествуваа на средбата и отецот Теодосиј.

Имаше и работна средба на сите присутни претседатели на здруженија на која беа разменети искуства и предлози за понатамошна соработка. Средбата ја следеа и повеќе телевизиски куќи кои го покриваат западниот дел на Република Македонија.

Ј. Аризанкоски



16.06.2012 година во организација на Здружението на инвалиди на трудот и корисници на инвалидска пензија од Тетово се одржа Собир – дружење на жените, кориснички на инвалидска пензија од Здруженијата Битола, Гевгелија, Гостивар, Охрид, Кавадарци, Велес, Штип, Куманово, Гази Баба, Горче Петров и Центар – Скопје и домаќинот Здружението – Активот на жени Тетово.

За разлика од условите од пред 15 години, кога е основан Активот на жени на ниво на државата, учесниците на двете манифестации беа пријатно изненадени од убавините и уреденоста на Лешочкиот манастир. Бројот на учесници на Јубилејот беше импозантен и изнесуваше преку 400 корисници на инвалидска пен-

ЗП Тетово

Масовни екскурзии во соседството

Тетовските пензионери пројавуваат се поголем интерес за прошетки и во земјата и во странство. Тоа се потврдува со досегашните екскурзии што ги организираше Здружението на пензионери. Во текот на овој и во претходниот месец, изведени беа популарни екскурзии во Албанија, Србија и Косово, во соседството, како и во Крушево и Прилеп во нашата земја. На овие прошетки зедоа учество над 300 пензионери.

Според информацији во Здружението на пензионери Тетово за Албанија била организирана четиридневна екскурзија. Постојан претстој е обезбеден во хотелот „Пирок“ во Драч, сопственост на жителот на тетовското село Пирок Шукри Бајрами. Водачот на патот Шабан Азизи, претседател на Извршниот одбор на ЗП Тетово вели дека пензионерите организирано поминале повеќе места во оваа соседна држава. Биле посетени два града сврзани за името на Скендербег: родното место Круја и местото кај што е погребан – Лежа. И на двете места посетени се музеи и други знаменитости. Тетовските пензионери ги посетиле и Скадар и Скадарското Езеро, Каваја, Берат и Елбасан. Во Тирана, остварена е средба со Иса Горица, претседател на пензионер-



ската асоцијација. Притоа, врачено му е признание за досегашната успешна соработка доделено по повод одбележувањето 65 годишнината на ЗП Тетово, како и монографија издадена по повод јубилејот. Средбата е искористена за размена на искуства, како и за можностите за натамошна соработка на двете пензионерски асоцијации.

На дводневната екскурзија во Србија, тетовските пензионери ги посетија Ниш и познатата Келе кула, Прокупље и Пролом бања. Во трите места разгледани се тамошните знаменитости. И во Косово во неколку градови посетени се историско-културните споменици.

Во Крушево, градот на првата република на Балканот, пензионерите

го обиколија комплексот Мечкин камен, како и споменикот Македоним на Гумење. Посебен интерес пројавија за објектите врзани за личноста на македонската фолк ѕвезда Тоше Проески. Посетен беше гробот на пејачот, спомен-музејот и родната куќа. За тетовските пензионери во градот Прилеп посебно интересен беше комплексот Могила на непобедените и музејот на градот. Во Прилеп беше остварена средба на претставници на двете здруженија на пензионери – тетовското и прилепското.

Според програмата на ЗП Тетово, организирани екскурзии годинава ќе се изведат и во Охрид, Струга, Дојран, Гевгелија и Берово во нашата земја и Поградец во соседна Албанија.

С. Димовски

Тодор Манев продолжува со педагошката работа

Ракетните моделари најголеми амбасадори

Тодор Манев не е непознато име меѓу педагозите во образованието. Тој се до заминувањето во пензија работеше во основното училиште Гоце Делчев како професор по техничко образование. Но, во слободното време Манев секојдневно беше присутен и во просториите на Народна техника во Штип. Ги воспитуваше најмладите членови да бидат иноватори, креатори на различни модели во ракетното моделарство. Создаде и многу државни, балкански, европски и светски шампиони во ракетното моделарство. И сега, како пензионер, не се откажува од своето хоби, да ги воспитува младите и да ја сакаат техничката култура.

Деновиве го забележавме на спортскиот аеродром кај Штип каде учествуваа во организацијата на Светскиот куп во ракетно моделарство. Меѓу учесниците на светскиот куп имаше и многу негови ученици, кои ја минале неговата школа.

„Иако имам 70 години, се до крајот

на својот живот ќе бидам со младите, ќе им ја всадувам љубовта кон ракетното моделарство. Навистина,



Македонија има многу млади таленти од овој спорт кои сами ги изработуваат моделите, но немаат пари и до крај да ја заокружат својата работа,

да купат мотори за летање на конструирани модели. Сметам дека ракетните моделари се наши најголеми амбасадори, амфирматори на македонската држава и затоа треба да бидат стимулирани. Така, во Србија најдобрите моделари добиваат стипендии од три ипол илјади до седум ипол илјади евра годишно. Кај нас сеуште не се стимулираат резултатите, а имаме и европски и светски шампиони. Впрочем на последниот светски куп во Штип што се одржа на 9 и 10 јуни, двајца македонски претставници ги освоија првите места во своите дисциплини – ракети со стример и ракетоплани. Значи имаме креативни млади техничари, но тие само треба да се прифатат. Многу млади техничари, кои се занимавале со оваа дејност сега се познати и амфирмирани бизнисмени, педагози... вели Тодор Манев, кој никогаш не се откажува од техничката култура.

К.Манев

ЗП Сарај

Посета на Берово

Во рамките на програмските активности, Здружението на пензионерите на општина Сарај, на 27.05.2012 година, реализираше екскурзија за своите членови во Берово. Автобусот со 43 пензионери од здружението тргна во раните утрински часови. Претседателот на Здружението Рифат Рамадани не можеше да патува на ова екскурзија бидејќи беше зафатен со други активности, но не заборава да излезе и да ги поздрават пензионерите во автобус и да им посака добро патување со желба да се вратат здрави и добри.

По пристигнувањето во Берово, пензионерите го посетија езерото и браната, а откако направија неколку групни фотографии за спомен, го разгледаа и градот. На враќање од Берово, го посетија и градот Струмица, а низ пат и плодното струмичко поле кое значителен дел беше покриено со фолици за земјоделски култури.

Патувањето помина во најдобар ред. И покрај тоа што денот беше дождлив, пензионерите помина еден незаборавен ден. Дел од пензионерите на ова екскурзија и порано биле во овие градови, но имаше и такви кои за



прв пат имаа прилика да ги посетат овие градови. И за едните и за другите најважно беше дружењето, шегувањето и рекреирањето.

Екскурзијата беше водена од Гани Исмаили член на ИО на здружението, а за здравјето на пензионерите на ова екскурзија, со својата ташна со медицински медикаменти и опрема, се грижеше д-р Јане Дечков, исто така член на ИО на здружението.

Баки Бакиу

СЛЕДНИОТ ДВОБРОЈ ЌЕ ИЗЛЕЗЕ НА 17 АВГУСТ