ПЕНЗИОНЕР плус

СЗПМ **БЕСПЛАТЕН ВЕСНИК**
» за сегашни и за идни пензионери

Излегува еднаш месечно. Редакција тел. 02 3223 710 **e-mail: kontakt@szpm.org.mk www.szpm.org.mk**

NLB Тутунска банка

Година VII, број 68 — 28 март 2014 година

Отчетна седница на Собранието на СЗПМ

Собранието на Сојузот на здруженија на пензионери на Македонија на 24 март 2014 година ја одржа својата отчетна седница на која беа усвоени Извештајот за работа и Завршната сметка за 2013 година, како и Одлуката за утврдување на единствени критериуми за матријално–финансиско работење на здруженијата и Сојузот.

На седницата беше заклучено дека според резултатите 2013 година е една од најуспешните години на Сојузот, за што забележително обраќање имаше претседателот на СЗПМ, **Драги Аргировски**.

Обраќање на претседателот Драги Аргировски на седмата седница на Собранието на СЗПМ

Патот по кој чекори Сојузот е исправен и транспарентен - доказ се резултатите

Драги Аргировски
претседател на СЗПМ

Најнапред поздрав до сите Вас присутни. Задоволство е да се раководи и соработува со луѓе какви што сте сите вие, претставници на вашите здруженија. Поздрав и до гостите и сите оние кои дадоа придонес нашата најбројна и многу активна невладина, неполитичка и мултиетничка асоцијација, која во последните години постигнува забележителни резултати, благодарејќи на единството на членството и раководните органи на сите нивоа, од огранок до Сојузот, да биде уште поуспешна.

Како што ви е позната наша најважна цел е остварувањето на програмските задачи во заштита и унапредување на правата од пензиското осигурување. Наш приоритет е да имаме достоинствена старост и здраво и активно да стареење во рамките на реализацијата на европските препораки во соработка со локалната и државната власт.

Иако нашите цели се јасни, а нашето дејствување транспарентно, во јавноста повремено се појавуваат несоодветни и непримерни критики, кои се најверојатно од недобра информираност или на одредени структури на кои не им е во прилог и не им се радуваат на нашите успеси, на кои можат да ни позавидат и многу побогати и поразвиени општества, бидејќи ние сме богати со дух, енергија и правичност. Впрочем, тоа се одлики на сите оние кои живеат на овие простори, а особено на постарата генерација на која припаѓаме сите ние. Недолични критики неодамна изнесе и новоформираната „Партија на обединети пензионери и граѓани" со тврдење дека постигнувањата на Сојузот и на здруженијата на пензионерите не се реални и вистинити, туку се со предзнак на популизам и дека ништо особено не е постигнато за подобрување на положбата и стандардот на пензионерите. Уште повеќе неразбирливи се нивните изјави и Програми во кои се потенцира дека таа партија е формирана за да ги заштити пензионерите од оние кои не покажале слух за нив, а тоа, според нив, е раководството и претседателот на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија!. Ваквите изјави се невистинити и далеку од реалноста во која за жал живеат и овие гласно говорници, кои имаат високи пензии, згрижени семејства и ги уживаат сите бенифиции што ги озборуваат, а ги остварува СЗПМ на сите полиња од секојдневниот живот. Ниту раководството, ниту партијата не се презент на пензионерите и на граѓаните за кои тврдат дека ги претставуваат. Ако толку се грижат за стандардот на оваа популација, каде беа да го кажат своето мислење, да го покажат својот отпор кога пензиите го допреа минимумот од под 49 %? Каде беа да го кажат своето „не" кога пензиите редовно не се исплаќаа. Секој сака да биде подобро, да бидат пензиите повисоки, стандардот подобар. Да. Не треба голема мудрост за овој заклучок. Но како, од што? Па нели не се само пензионерите во Република Македонија.

Каде беа ови душегрижници и така наречени водачи припадници на маргинална партија во која членуваат само седумстотини пензионери и уште толку бивши припадници од разните партии кои заради својата неспособност или лакомост останале незадоволни. Па така има и ќе ги има секогаш и во опозицијата и во позицијата.

СЗПМ не е партија, но за разлика од државите на Балканот каде што се формирани вакви партии, пензионерите во Република Македонија имаат евидентно поголеми резултати. Нашиот потврден дигнитет и кредибилитет некому му пречи, затоа не напаѓаат. Се поставува прашањето зошто токму сега се толку чести измислиците за Сојузот, поради предизборието ли, или заради свои лични интереси.

Сојузот на здруженијата на пензионери на Македонија остварува очигледни резултати кои никој не може да ги негира, зошто се вистинити и непобитни и највисоки во историјата на пензионерското организирање во Македонија, сакале тие да признаат или не. Фактите се на страната на вистината и тие се на наша страна.

Со најновиот Закон за пензиско и инвалидско осигурување на наше барање, се утврди, со доброволна согласност, грижата за собирањето на членарината и за солидарниот фонд законски да ја има Фондот на ПИОМ што е уникатен пример во Европа. На сите ни е кристално јасно дека ако сами ја собираме членарината и 120 денари за солидарниот фонд, Сојузот и здруженијата на пензионерите тешко ќе можеа да функционираат. Многу корисно се покажа тоа што во овој период членарината се зголеми од 20 на 30 денари, со што се обезбедија значително поголеми средства за зголемени активности на здруженијата, а Одборот на регистрираната организација утврди еднаква висина за исплата по 500 евра од солидарниот фонд и тоа се врши преку подрачните единици на Фондот.

Просечната пензија од 7.683 денари во 2006 година сега во 2014 година се зголеми на 12.455, или што е пораст од 62 отсто, најниската пензија во овој период е зголемена од 4.330 на 7.620 денари, или за 76 отсто, а највисоката од 27.606 во 2006 стана 36.000 денари, или за 30,43 отсто.

Значително поголем број пензионери со задоволство го прифатија и дополнителното усогласување на пензиите по 600 денари на секој пензионер, што за 11 месеци од годинава кумулативно изнесува по 107 евра, средства од буџетот, а не од фондот. Ова е уште позначајно ако се анализираат официјалните податоци од Државнот завод за статистика, редовното зголемување за второто полугодие од минатата година ќе беше само 0.08 отсто, односно за највисоката пензија од 36.000 денари само околу 3 денари месечно. Ефектот ќе беше минимален, бидејќи според утврдената методологија 50 отсто од порастот на цените споредбено на првото со второто полугодие во 2013 година изнесува минус 5 отсто, а 50 отсто од порастот на платите изнесува само 0.08 отсто.

За да се добие реална слика треба да се согледа и куповната моќ на пензионерите на Балканот и пошироко. Според последните податоци на „Евростат" од Европската унија Македонија има најефтина храна, пијалоци и тутун во цела Европа. Храната кај нас е за 42 отсто поефтина од просечната цена во Европа, тутунот за 75 отсто и пијалоците за 35 отсто. Така е и со некои други продукти.

Според оваа анализа лебот и житарките во Македонија се за 46 отсто поефтини од европските, месото за 55 отсто, а млекото и млечните производи се за 33 отсто поефтини од европскиот пазар. Приближно исти цени како кај нас се регистрирани во Полска, а трета на листата на земји со најефтин леб и житарици, месо, риба и млечни производи е Албанија.

Во анализата на „Евростат" се напоменува, додека лебот во Македонија се купува за 25 денари, во Хрватска за 51 денар и во Велика Британија за 54 денари, а куповната моќ на населението во тие земји е многу поголема. Килограм домати во нашата земја во просек е 59 денари, во Хрватска 164 и во Британија 185 денари, тој сооднос за кило јаболко е 30–66–147, за шест јајца 45–70–144, за кило шеќер 34–43–73, литар млеко 40–54–73, литар масло 53 – 61–148, кило компири 30–102–111, два литра кока кола 69–90–146 итн.

Според анализата на Танјуг во повеќе европски држави просечните плати и пензии се за десет пати поголеми во споредба со балканските земји. Просечна плата во Велика Британија и Франција е околу 2.040 евра, а просечна пензија околу 1.120 евра.

Според извештајот на Танјуг највисока просечна пензија на Балканот е во Хрватска, околу 300 евра. Во Македонија просечната пензија изнесува 12.455 денари или 202 евра, во Босна и Херцеговина 170 евра, во Србија околу 200 евра, во Бугарија, Албанија и во Косово околу 150 евра. Значи, македонските пензионери немаат најниски пензии на Балканот.Во сите овие земји замрзнато е покачувањето на пензиите, а зголемена е староснаta граница за пензионирање.

Значајна бројка на пензионери во Македонија, која опфаќа над 150.000 пензионери, кои имаат пензија помала од просечната, од 2013 година добија право на бесплатно болничко лекување, а над 28.000 пензионери со пониски пензии ја користеа и ќе користат седумдевна бањско–климатска рекреација. Старите луѓе во Скопје, Битола, Прилеп, Велес, Кочани и други градови имаат и бесплатен автобуски превоз во одредени денови со тенденција да се зголеми и бројот на градови, но и на денови.

На наше барање Владата ни излезе во пресрет давајќи ни простории за работа во зградата на МРТ и тоа 161 квадратен метар за трајно користење без надомест. Во повеќе градови благодарејќи на успешната соработка со локалната самоуправа отворени се повеќе современи клубови за дневен престој на пензионерите, како и неколку центри за престој на стари лица. Нашите ревии на песна, музика и игри се прогласени манифестации од национален интерес за културата на државата, а за сите театарски претстави во Скопје и внатрешноста пензионерите имаат попуст за влезници од 50 отсто и друго. За овие постигнувања постојано добиваме честитки од најголем број пензионери, како и од сојузите на пензионерите од Словенија, Хрватска, Србија, Бугарија, Албанија и Косово, со кои развиваме меѓународна соработка.

За успесите на СЗПМ и на здруженијата заслужни се голем број на пензионери. Овој тренд и нашето заедништво треба да продолжи. Ве повикувам да останеме здружени и сплотени, заради големите успеси, но и заради визиите и мудроста која оваа популација ја носи во себе за сите прашања од животна важност на државата, но и на нашиот народ и на генерациите кои доаѓаат. И понатаму да чекориме еден до друг во одбрана и унапредување на правата на пензионерите, за зголемување на активностите и за создавање што подобри услови во третата животна доба, за изградба на пензионерски домови и центри за престој на пензионерите, за домаќинско работење и зголемена хуманитарна активност, за уште подобри резултати на полето на спортот и културата, на организирање пикник средби, екскурзии и друго. Заедништвото ќе не направи уште посилни и поуспешни.

Нека ни биде успешна 2014, Годината на солидарноста, принципот врз кој е создаден нашиот пензионерски систем. Само по тој пат се оди напред, другите патишта се безпаќа, а дека тоа е така, ќе покаже времето.

ВО ОВОЈ БРОЈ...

ПОТСЕТУВАЊЕ НА АРГУМЕНТИТЕ — стр. 2

НОВ ДОМ ЗА СТАРИ ЛИЦА ВО БИТОЛА — стр. 3

АКЦЕНТИ ОД ИЗВЕШТАЈОТ ЗА 2013 НА СЗПМ — стр. 4 и 5

ТРИБИНА — стр. 7

ИНТЕРВЈУ СО ЃОРГЕ АНДОНОВ — стр. 8

ФЗО - ЛИСТА СО ЛЕКОВИ БЕЗ ДОПЛАТА — стр. 9

ОТЧЕТНИ СЕДНИЦИ — стр. 10 и 11

ИНФО — стр. 12

ТАНЕ — стр. 13

MBLEDHJA E KE TË LShPM

стр. 14

ОСМОМАРТОВСКИ ПРАЗНУВАЊА — стр. 15

КУЛТУРА — стр. 16

ЗДРАВСТВО — стр. 17

ЗАБАВА — стр. 19

МИНИСТЕРОТ СПАСОВ ВО ПОСЕТА НА КАТЛАНОВСКА И ДЕБАРСКА БАЊА

стр. 20

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

Колумна

Нека се честити!

Методија Ст. Тошевски

Кога бевме деца, нестрпливо очекувавме да дојде Велигден или Божик. Имаше многу причини за тоа, но во нашите детски сништа се моткаа само мислите дека за тие празници некои од поголемите браќа и сестри ќе добијат нови алишта или чевли, а ние помалите со радост очекувавме да не променат во алиштата или чевлите на своите постари братчиња или сестрички. И сѐ така, со години. Одењето во црква и причестот беше неизбришлив настан, а враќањето со запалена свеќа во рацете во тие послеполноќни велигденски часови во цика темнина, и стремежот оганот да се донесе до куќата, не исполнуваше до бескрај. Тие денови беа празник за детските души и заради празничните јадења што ги подготвуваа нашите баби, понекаде и мајки, постари сестри. Но за децата имаше и други празници, кога мајките ги променуваа во најново што имаа, и ги украсуваа со црвени марами, мали знаменца на стапче и ги носеа со нив на гласачките места. А таму, редици по двајца во колона од училишната врата, до преку дворната училишна порта на сокакот... На денешните плукачи на тоа време кои анатемисуваат сѐ што слушнале, а не разбрале, не им верувајте. Сетете се на своите почетоци, на тој и таков живот... Како да одиме натаму ако заборавиме низ што и како сме поминале, за да стигнеме до тука. Како да го промениме на поарно, ако не знаеме што било, а што не било арно.

Мене не ми е срам да го кажам ова. И чувствувам некакво благо, притаено задоволство кога се потсетувам на тоа време. Во тие мигови, свесно ставам завеса пред очите, ги исклучувам ушните сетила да не ми го враќаат тропотот по железничките шини којшто секојдневно ми ѕуни во ушите, ме следи и вознемирува. Сакам да го заборавам патот на егзодусот низ кој минувавме, а не можам. Ме следи како ѕвер што го следи пленот!

Сега, децата од мојата генерација која измина сличен пат, повторно има можност да ги слави своите празници. Додуша, имињата на овие празници останаа исти, но се измени нивната содржина. Поблиски сме до значењето на тие празници, поинаку ја сфаќаме и толкуваме нивната содржина. Во соседството до нас и со нас, други наши врсници светло ги одбележуваат своите празници, кои нам како деца, барем во мојот крај не ни беа познати, се слеваме во заедничкото одбележување на светите дни. Но, новото време донесе и нови празнувања.

Овие и наредните денови, мојата генерација е пречекана од нови празнични одбележувања. Свечено и празнично, но и грижливо и неизвесно, како и во некои поодамнешни времиња. Станавме недолжни славеници и проколнатици по овие нови празнувања, секој според верបата во својот нов „Бог“, и според очекувањата за празникот да се добие нешто поинакво од некогашните детски надежи. Пред нас се нови избори, двојни избори во едно време кога на недалечни пространства од нас се коби ново светско премерување на силите, и на нехуманоста. А устите ни се полни од грижата за правата на луѓето од сите меридијани, за еднаквоста во можностите, за демократските процеси коишто само што не ја свртеле нашата судбина... Во исто време, сите светски и локални медиуми не клукаат со информации за семожни и неможни природни катастрофи и катастрофи шти ги причинува лудиот човечки ум, сеедно на која точка од земјината топка, и сеедно од чија глава изродени. Стрепиме од денес до утре. И каква разлика. Кога бев ученик од Лешок преку Слатино, секојдневно и по сонце, и по дожд, и по ветер и по снег, со неколкуте врсници одевме сами во училиштето во Теарце. Сега, секојдневно, по исти прилики се среќавам со моите врсници во дворот на училиштето каде ни учат внуците, за да ги прифатиме и безбедно да ги однесеме до дома! Каков пресврт, каква мака, не физичка, мисловна. Отидовме немерливо напред, животот ни приреди и многу среќни и честите дарби, ама да се плашиме секој ден што се може да им се случи на децата, нашите, на соседите, на пријателите, на непознатите од трета улица, тоа ме распарчува како бука од преголем студ. Немир којшто ми пречи во дишењето. Ама, тоа ти е. Згора на тоа и по некое старечко гајле. Ама, кој ги нема! Утеха нека ни биде празнувањето...

Ете почитувана генерацијо. Во сите други слави и празници да ги пречекаме и овие двојни празнувања. Ќе избираме претседател на државата и нов состав на Собранието на Републиката. Нека се честити! Ама, за да го изговориме овој благослов на крајот од празнувањето, не чека разрешувањето на уште неколку дилеми. Треба добро да процениме каде на избирачките ливчиња ќе го заокружиме името на нашиот фаворит.

Таа одговорност често се сфаќа несериозно, како чин на забава, како досетка на некој шегобиец кој во своето медитирање открил дека сеедно што ќе заокружите, и на кого ќе дадете доверба, се е исто. Дека сите се исти. Дека ветуваат додека не се согласите да го заокружите бројот, а потоа имате чувство на измамена девојка од која додворувачот ја добил премијата, и повеќе нема зошто да игра, премијата е една и таа „паднала“!

Слушавме и ќе слушаме најразлични понуди за кои секој ќе треба да си направи сериозни „преслушувања во себе“ за да знае дека овој пат нема да згреши, ако такво чувство има за изминатите процеси.

Според мене, ако слушнеме кој што нуди и какви шанси има да го оствари тоа во иднината што доаѓа, имаме надежна комбинација.

Ако слушаме само, кој што, повеќе или помалку направил од другиот, или, кој што не направил, а имал шанси за тоа, ќе имаме тешка дилема каде да го оставиме нашето мастилаво кругче.

Ако не слушнеме ништо од ова, и ако комшивката Перса и тетка Севда си испратат само клетви и прокоби за тоа колку спротивната страна повеќе мамела и крадела во минатото, колку возови испуштила на патот до вечноста, колку љубовни сеанси се претвориле во политички афери, и т.н и т.н. не ќе ни биде лесно да направиме две кругчиња, а меѓу нив да ставиме разделна црта (која јазичарите ја викаат „тире“).

Гледам како, и сега, мојата генерација, како и во минатиот век, ќе минува пат со „одот по маките“, ќе ја изодува повторно, и повторно својата кривулеста патека и на стари години.

Сепак, за да бидеме на чисто, ќе кажам, дека јас верувам оти мојата генерација го знае својот долг, и смело, мудро и достоинствено ќе ја изврши, како и многу пати досега, успешно, својата општествена мисија на мирот. А мирот значи демократија, а демократијата значи напредок ако е демократија, а напредокот значи слобода, и пак ќе повторам, дека мојата генерација секогаш знаела да го избере вистинскиот пат до слободата. Тоа е патот по којшто треба да одат тие што ќе ги избере, тие што ќе ја добијат довербата да водот, за да може мојата генерација да го одживее остатокот од својот дел од слободата, во слобода...

Ова не е проглас. Ова не е манифест. Ова не е парола залепена на оградата на штотуку започнатата изградба на куќа на мојот комшија Слободан Пишманот, којшто, веројатно со доза на иронија, но и на неговата вродена шегобијност, сакаше да не потсети на некои далечни времиња, па напишал „Сите на избори! Кој не излезе, ќе влезе!“

Минувам, гледам, правам некој чекор, се вртам наназат, не ми се верува, пак читам и си мислам, боже, Пишманот којшто е народен трибун во нашето маало, противник на секаков активизам, станал активист! Нека му е на здравје!

Кого да избереме, за кого да гласаме!? Не ви кажувам. Настапи молкот и нема да правам прекршоци и кривични дела за кои и инаку никој досега не бил земен на одговорнот. Ама бил земен.

Најважно од се, сепак е чувството, кога после изборите, на „х“ или „у“ дата, или по било кој повод ќе седнеме на семеен, генерациски, или деловен ручек, средба или собир, да не рече некој дека, еве „и сега ја утнавме работата„ ами дека „и овој пат погодивме“! Да не излезе како во детството, само што ќе го избереш велигденското јајце, она другото, што ќе го избере братот или сестрата, другарот или братучедот, ти изгледа појако и поубаво!

Е, ама се заплеткав, никако да го завршам ова мое потсетување на детството. Мислите дека е тоа некоја посебна намера? Не, не е така. Верувам дека и вие често сте таму каде што некогаш сте биле, само треба некој да ве поттурне, да се сепните, и да сфатите дека сум во право. А и да не е така, нема да ви забележам. Само бидете внимателни. Без детството, животот е како слобода без демократија! Нека се честити, но не така чести!

Изборите!

Од отчетната седница на Собранието на СЗПМ

Единствени во дејствувањето и одлуките

На 24 март 2014 година СЗПМ ја оддржа својата отчетна седница. Присутните на седницата, најнапред ги поздрави и им се обрати со гордост заради постигнатото, претседателот на СЗПМ, **Драги Аргировски**. Покрај сумирањето на постигнатото и реализираното, тој се осврна и на неодамнешните напаѓања врз Сојузот од страна на „Партијата на обединети пензионери и граѓани” и притоа меѓу другото рече.

– Фактите и вистината се на страната на Сојузот. Нашите постигања се евидентни, нашето работење е транспарентно. Патот по кој чекориме е правиот пат, а патиштата по кои чекорат некои гласноговорници кои не напаѓаат се беспаќа. Дека е така ќе покаже времето, но и нашите понатамошни резултати.

Потоа седницата продолжи според предложениот дневен ред. Најнапред разгледани беа Извештајот за работа и Завршната сметка за 2013 година, за кои воводно излагање имаше потпретседателот на ИО на СЗПМ, **Методија Тошевски**. Тој ги потенцираше најбитните постигања во Извештајот за работа на Сојузот, со констатација дека секогаш може да биде подобро.

Во својата дискусија **Станка Трајкова**, секретар на ИО на СЗПМ истакна:

– Никој нема право да ги девалвира постигнатите резултати на Сојузот, бидејќи тој е сериозен субјект во функционирањето на граѓанското општество.

Во своето излагање таа ги истакна реформите во ПИОМ, а се осврна и на Проектот „Социјална карта”, како и на напорите кои ги прави СЗПМ за подобрување на здравјето и стандардот на пензионерите во Р. Македонија.

Извештајот за работа на Сојузот беше оценет од присутните, како многу квалитетен и сеопфатен и дека во истиот има анализа на сработеното, но и одредени насоки и констатации кои присутните ги прифатија едногласно.

По Извештајот за работата на Сојузот за 2013 година дискутираа: **Јордан Арсовски, Благоја Анѓушев, Јован Дамчевски, Љубица Кузмановска, Милорад Ристевски, Илија Адамоски, Данче Даскаловска** и **Бесник Поцеста** потпретседател на Собранието на СЗПМ кој рече:

– Никаде, во ниедна Партија или Асоцијација не постојат вакви меѓуетнички односи како што ги има во СЗПМ. Меѓу членовите на Сојузот постои такво другарство и соживот кој може да им служи за пример на генерациите кои доаѓаат.

Заклучок на седницата беше дека постигнатите резултати се дело на сите пензионери кои членуваат во Сојусот и дека тие ја отсликуваат масовноста и транспарентноста, елементи кои го прават Сојузот Европски.

Што се однесува до Завршната сметка за финансиското работење на Сојузот во 2013 година, беше констатирано и во Извештајот на Надзорниот Одбор, дека се работело домаќински и според законските одредби.

Двата документи беа едногласно усвоени со следните заклучоци:

- Собранието го прифаќа Извештајот за работа на СЗПМ за 2013 година, и дава позитивно мислење за работата на организте на СЗПМ и на раководството;

- ИО и раководството на СЗПМ да се посвети на внатрешната организација консолидација на односите во пензионерските здруженија во пресрет на изборната 2015 година;
- Собранието заклучи ИО и раководството на СЗПМ да ги интензивираат контактите и да ја прошират соработката со надлежните државните органи и раководствата на политичките партии од позицијата и опозицијата заради потребата за неодложно остварување на проектите опфатени со Националната стратегијата на РМ до 2020 година за старите лица
- Собранието на СЗПМ им препорачува на Извршните одбори и на органите на здруженијата во рамките на Програмата за работа во 2014 година, да ја прошират, продлабочат и интензивираат соработката со органите на локалната самоуправа, заради решавањето на социо–економските прашања на пензионерите во Годината на солидарност и создавање услови за поквалитетно решавање на потребите за активно стареење (поддршка за одржување на постојните и изградба на нови пензионерски домови и домови за стари лица, обезбедување просторни услови за отварање на пензионерски клубови) и друго.
- Собранието го задолжува ИО и раководството на СЗПМ да ги забрзаат активностите за процесуирање на Законот за пензионерско организирање.
- Собранието го задолжува ИО и раководството на СЗПМ да ја координира активноста на здруженијата во материјалната сфера заради примена на актите за оставарувањена заедничките цели од здружувањето.

Одлуката за утврдување на единствени критериуми за матријално–финансиско работење на здруженијата и Сојузот беше усвоена со 60 гласа, од присутните 62, еден беше воздржан и еден против. И ова гласање покажа и докажа дека членовите на СЗПМ се единствени и во дејствувањето и во одлуките!

Калина С. Андонова

Од аголот на вистината

Потсетување на аргументите

Деновиве во еуфорија на предизборието во јавноста беа лиферувани некои невистини за местото и улогата на најмасовната и најактивната невладина, непартиска и мултиетничка организација – Сојузот на здруженија на пензионерите на Македонија. Во време кога се сведуваат резултатите од работата и кога се дава отчет за реализацијата на Програмата на СЗПМ за 2013 година, некои загрижени новокомпонирани партиски челници, со ширење невистини се дрзнаа да ги девалвираат постигнувањата на Сојузот кои беа оценети за историски. Само недобронамерници, или неуки, не сакаат да ја видат и да ја дознаат вистината за СЗПМ и кажувајќи небулози се залажуваат себеси и некои нивни поддржувачи (за да придобијат уште такви), мислејќи дека ќе им порасне рејтингот и, готово, „сите ќе потрчаат кон нив да спас побараат”. Туку, можеби е нешто друго во прашање!? Веројатно, свесни за неуспехот што ги очекува во изборите, како давеници за сламка се фаќаат и, ако е така, навистина не треба многу да им се забележува.

Но, кој може пензионерите да ги излаже и да ги надмудри! Тие стамени и искусни граѓани точно знаат да проценат и да не дозволат некој да ги замајува. Затоа, залудно е вербално и преку медиумите да се напаѓа Раководството на СЗПМ, да му се лепат етикети и паушално да се даваат изјави од типот дека „СЗПМ е невладина организација, и што е уште поважно, поголемиот дел од лицата во раководството се блиски до власта”, за да се создаде погрешна перцепција за активноста и придобивките што ги имаат пензионерите.

А кога станува збор за придобивките, тогаш фактите ја кажуваат вистината. Сите изнесени манипулации и шпекулации се тенденциозни и далеку од вистината. За да и им го осветлиме видогледот на наводните „бранители на правата на пензионерите”, потсетуваме на некои аргументи, а за поцелосно сознание, ги упатуваме да се информираат на страниците на нашиот весник, каде и во овој број се прави отчет за работата на СЗПМ во 2013 година.

Значи, пензионерите со помош на СЗПМ редовно, организирно и навреме ги остваруваат своите права стекнати врз основа на Законот за пензиско и инвалидско осигурување. Повеќе години и во услови на тешка економска и светска криза, кога во Европа и во соседните земји се намалуваат пензиите, нашите пензионери редовно и навреме добиваат пензија, дури и зголемена. Ги спомнуваме и бенефитите во здравствената и социјалната заштита, а особено намалувањето на цената на лековите и бесплатното болничко лекување, бесплатната климатско–бањска рекреација, бесплатниот автобуски превоз, а да не говориме за културно–забавните и спортско–рекреативните активности и оргнизираните средби, пикници и дружења, како форма за подобрување на квалитетот на животот, за активно и здраво стареење и достоинствено живеење на пензионерите...

Мендо Димовски

Пензиите повисоки за 600 денари - усогласеното зголемување влегува во основицата

Заменикот на Претседателот на Владата на Република Македонија и миинстер за финансии, Зоран Ставрески, министерот за труд и социјална политика, Диме Спасов, директорот на Фондот за пензиско и инвалидско осигурување, Беким Незири и претседателот на Сојузот на здруженија на пензионерите на Македонија, Драги Аргировски остварија работна средба на којашто се разговараше за прашања поврзани со социјалниот живот на пензионерите. Пензионерите во март годинава добија покачување на пензиите за 600 денари. Средствата во висина од една милијарда и 800 милиони денари за оваа намена се обезбедени од Буџетот на Република Македонија.

– Со ова сме единствената земја, не само во регионот, туку и во Европа, која успеа во вакви тешки времиња кога се чувствуваат последиците од кризата, да ги заштити пензионерите, да не ја зголеми старосната граница и редовно да ги исплаќа пензиите, а при тоа и да изврши зголемување на пензиите за износ кој е значителен ако се има предвид колкави се финансиските можности на државата. Во следните десет месеци, ќе бидат исплаќани овие зголемени пензии и тоа ќе влезе во основицата за пресметка на пензиите за следната година. Ликвидноста на буџетот е добра и понатаму ќе продолжиме со редовна исплата на пензиите и на зголемените социјални надоместоци, како и со исплатата на субвенциите и сите други обврски, – истакна вицепремиерот и министер за финансии **Зоран Ставрески**.

– За разлика од другите земји во регионот и Европа, во Македонија се бележи зголемување на пензиите, но и задржување на истата старосна граница за заминување во пензија. Просечната пензија во 2006–та година изнесувала 7.683 денари, додека таа во март оваа година изнесува 12.445 денари, што е зголемување од 62 отсто. Најниската пензија во 2006–та година била 4.330 денари додека во март годинава таа е 7.620 денари, што изнесува зголемување од 76 отсто. Највисоката пензија во 2006–та година изнесувала 27.606 денари, додека највисоката пензија во март оваа година е 36.007 денари, што е зголемување од 30,43 отсто, – потенцираше на средбата министерот за труд и социјална политика, **Диме Спасов**.

– Ова е значајна мерка за пензионерите, бидејќи со неа се подобрува животниот стандард. Радува и фактот што се зголемува и бројот на вработени, со што во Фондот за пензиско и инвалидско осигурување се создаваат услови за редовна исплата на пензиите, – рече **Драги Аргировски**, претседател на Сојузот на здруженија на пензионери на Македонија.

К.С.Андонова

Реновиран Дневниот центар за стари лица во Маџари

Министерот за труд и социјална политика, Диме Спасов, градоначалникот на Општина Гази Баба, Тони Трајковски и претседателот на Сојузот на здруженијата на пензионери на Македонија, Драги Аргировски го посетија реновираниот Дневен центар за стари лица во Маџари, Гази Баба.

При посетата, министерот Спасов потсети дека реновираниот Дневен центар за стари лица во Маџари, Гази Баба, е продолжување и спроведување на заедничките активности околу отворање на Дневен центар и центар за давање помош во домашни услови во Општина Гази Баба, според Договорот за меѓусебна соработка, помеѓу Министерството за труд и социјална политика и Општина Гази Баба, кој беше потпишан на почетокот на месец јули 2013 година. По потпишувањето на Договорот било започнато со изведување на градежно занаетчиските работи и реконструкција на просториите во поранешното кино Маџари. Градежните работи биле обврска на Општина Гази Баба, и истите се завршени до крајот на минатата година, а Министерството за труд и социјална политика извршило опремување со потребната опрема и инвентар.

– Дневниот центар и центарот за давање помош во домашни услови, ќе функционира во простории коишто се приспособени за работа со лица во трето доба и истиот се формира во рамките и под надлежност на Општина Гази Баба. Како корисници на услугите можат да се јават стари лица од населба Маџари, како и од останатите околни населени места во Општина Гази Баба,– рече во изјавата за медиумите министерот за труд и социјална политика, **Диме Спасов**.

Во однос на идните планови, министерот Спасов рече дека во 2014 година се предвидува отворање на уште три Дневни центри за стари лица.

– За задоволување на реалните потреби на старите лица, Владата и Министерството за труд и социјална политика, и во наредниот период ќе продолжат да преземаат мерки за реформи во заштита на старите лица и во таа насока планирано е понатамошно развивање на социјални сервиси за стари лица во државата, во општини каде се јавува потреба и можност за реализација. Така за 2014 година се предвидува отворање на нови вакви центри во општините Неготино – н.м. Тимјаник, Чешиново-Облешево и Виница, – дополни министерот Спасов.

Инаку, во Македонија веќе постојат 5 дневни центри за стари лица и тоа во Чашка, Богомила, Самоков, Бучин и Вевчани. Во соработка со Град Скопје и Црвениот крст на Град Скопје се отворија и 2 Дневни центри за стари лица и центри за давање помош во домашни услови во Скопје и тоа во Општина Центар и во Општина Чаир.

– Министерството за труд и социјална политика, дава отворена поддршка на сите невладини организации и општини кои се подготвени да го развиваат овој домен на вонинституционална заштита на старите лица во земјата – рече министерот Спасов.

Калина С. Андонова

Работилница на Фондот за здравствено осигурување за пензионерите

Мерки за подобро здравје

Во рамките на програмата и мерките што ги презема Сојузот на здруженијата на пензионери на Македонија за заштита и подобрување на здравјето на старите лица, во соработка со Црвениот крст на Град Скопје и Фондот за здравствено осигурување на Македонија, во Домот на хуманитарни организации „Даре Џамбаз" во Скопје, на 21–ви февруари се организираше прва работилница за информирање и едукација на пензионерите од областа на здравственото осигурување и превенција на здравјето. Во присуство на претседателот на СЗПМ **Драги Аргировски**, директорот на ФЗОМ, м–р **Маја Парнаџиева - Змејкова**, поголем број медиуми и над стодваесетина пензионери од скопските здруженија, работилницата ја отвори секретарот на Црвениот крст на Град Скопје, **Сузана Тунева - Пауновска.** Притоа, таа истакна дека темите што ќе се обработуваат на оваа и на другите работни средби ќе бидат дополнување на програмата која веќе постои во дневните центри за стари лица. Всушност, целта е припадниците на третата доба благовремено да бидат информирани за сите новини во здравствениот и пензискиот осигурување кои ги засегаат пензионерите.

За значењето на овој проект, кој опфаќа 14 работилници на одредени теми од областа на здравството и здравствената заштита на старите лица, зборуваше директорот на Фондот за здравствено осигурување на Македонија, м–р **Маја Парнаџиева - Змејкова**, која истакна дека на овие средби ќе има презентација, интеракција и укажување на одредени проблеми и предлози како тие да се надминат или да се разјаснат правата што ги имаат пензионерите за побрзо да ги остварат.

Во своето обраќање претседателот на СЗПМ **Драги Аргировски** го поддржа овој проект на ФЗОМ и укажа дека ваквите едукативни и практични активности придонесуваат пензионерите да бидат информирани за здравственото осигурување и превенцијата на здравјето и да имаат здраво, активно и достоинствено стареење, всушност што е интенција и на Европската Унија.

– Токму оваа тема е актуелна кај сите пензионери. Работилниците кои ќе се одржуваат не само во Скопје, туку низ цела држава, ќе дадат одговор на многу прашања кои ги поставуваат пензионерите, меѓу кои е и здравствената заштита и нивното информирање за таа проблематика, а особено за лековите кои се со намалени цени, а имаат исти својства со оние што се препишуваат и се појавуваат под разни имиња, – посочи Аргировски.

Во практичниот дел од работилницата д–р **Ана Петрова**, советник на директорот на ФЗОМ, зборуваше за превенција на здравјето со посебен акцент на здравата исхрана и справувањето со најчестите кардиолошки и нефролошки заболувања и дијабетот, додека **Даниела Јовчевска - Ѓуровска**, директор на Секторот за правни работи, ги информираше пензионерите за некои актуелни прашања и новини во остварувањето на правата од здравственото осигурување. Потоа, повеќемина од присутните поставија интересни прашања и од лични примери укажаа на некои добри решенија, но и на недостатоци во остварувањето на правата што ќе бидат земени предвид при натамошното подобрување на системот од здравствената заштита.

Распоред на одржување

Вакви едукативни работилници за Сојузот на здруженијата на пензионери на Македонија во ФЗОМ е утврдено да се одржат според следниот распоред: март - ЗП Битола и Скопје; април - ЗП Прилеп и Скопје; мај - ЗП Тетово и Скопје; јуни - ЗП Куманово; септември - ЗП Гостивар; октомври - ЗП Струмица; ноември - ЗП Штип и декември - ЗП Кичево.

М. Димовски

Потпишан договор за градба на пензионерски дом

Општина Кочани и Источниот плански регион потпишаа договор за обезбедување на финансиски средства за подготовка на техничка документација за идниот регионален пензионерски дом во Кочани.

– Договорот го потпишавме со Источниот плански регион преку кој обезбедивме еден милион и 500 илјади денари за изработка на техничката документација за идниот регионален пензионерски дом во Кочани. Се надеваме дека одбраниот оператор фирмата „Вектор" од Струмица ќе изработи техничка документација по европски теркови со што ќе може да се конкурира пред Европските фондови за изградба на домот, – истакнува **Ратко Димитровски**, градоначалник на општина Кочани.

Според Димитровски општина Кочани ја обезбеди потребната локација за градба на домот, а тоа е местото каде што се наоѓаше старата воена касарна на површина од 4.000 илјади метри квадратни, со решена инфраструктура, пат, вода, канализација и друго. Општината ќе обезбеди и довод на геотермалната вода од изворот кај Подлог до идниот пензионерски дом за нејзино користење во бањолошки цели. За два месеци се очекува да биде готова техничката документација, а почетокот на изградбата на регионалниот дом на пензионерите се очекува да започне кон крајот на годината. Домот во Кочани ќе го користат и пензионерите од Виница, Македонска Каменица, Делчево и Берово.

К. Герасимов

Нов дом за стари лица во Битола

Една заедничка иницијатива на Општината Битола, на ЗП Битола и на Раководството на Домот за стари лица „Сју Рајдер" – Битола од 2007 година, со неговото давање на употреба, неодамна стана реалност. Само да потсетиме: Домот „Сју Рајдер" беше основан 1953 година, со одлука на Општина Битола, а објектот во типни бараки е изграден во 1969 година, како донација на англиската хуманистка Сју Рајдер. Оттогаш па до денес не е вршена никаква интервенција.

Во рамките на „ФИШЕ" програмата на Европската унија, еден од проектите ИПА – 1 опфаќа градење на објекти од областа на социјалата. Општината Битола своевремено учествуваше со свој проект за Домот „Сју Рајдер" и во конкуренција на повеќе општини, комисијата го прогласи како најиздржан и се доделија средства за изградба и реконструкција. Дел од средствата беа одобрени од фондовите на ЕУ, а со помал дел учествуваше и Општина Битола.

– Во моментот е завршната фаза на пензионерскиот дом, а се однесува на расчистување и партерно уредување. Но набргу, за сосем краток период, Битола добива нов, современ пензионерски дом, по најновите европски стандарди за живеење и домување на корисниците, што ќе значи зголемување на квалитетот, во оптимални можни животни стандарди. Вкупната корисна површина е 2000 м2. Домот е поделен на две целини, (за корисници кои се подвижни и корисници кои имаат потреба од 24 часовна нега) повзран со патеки и ограда за полесно движење. Домот згрижува два типа на корисници по начинот на сместувањето: преку центрите за социјална работа и со индивидуални договори.

– Корисниците ќе добијат сместување во еднокреветни и двокреветни соби опремени со придружни елементи, како радио ТВ приклучок, систем за откривање на пожар и други опасни гасови, болничка сигнализација, сето ова секако со нега на доктор невролог, интернист и матичен лекар. Домот на располагање ќе има и користење на две занимални, тераси и хортикултурно уреден двор. Олеснителна околност, воопшто и за интервенција, е користењето на двата нови лифта, – истакнува директорот **Марица Тодоровска**.

Треба да се спомене дека Министерството за труд и социјална политика, префрла одреден износ финансиски средства во вид на блок дотации, затоа што се сместуваат лица со решение од центрите за социјална работа.

Од раководството на домот не уверуваат дека како тим ќе ги вложат сите напори ова да биде репрезентативен пензионерски дом. За комплетна изведба и реализација на проектот беше ангажирано градежното претпријатие „БВ–Инжињеринг" од Битола.

И во Здружението на битолските пензионери владее задоволство. Со нетрпение го очекуваат сместувањето на своите членови во новите простории.

– Мислам дека од поодамна на Битола и требаше еден ваков модерен пензионерски дом, кој е во согласност со европските стандарди. Не го криеме задоволството од остварената идеа и се стремиме кон подобрување на пензионерскиот живот во нашиот град, со реализација на нови проекти, во координација со останатите структури во Општината, – истакнува претседателот на Здружението на битолските пензионери **Томе Илиовски**.

За време на изведувањето на работите, корисниците на пензионерскиот дом „Сју Рајдер" ги користеа просториите на хотел ,,Битола".

Добре Тодоровски

Акценти од Извештајот на Сојузот на здруженија на пензионери на Македонија за 2013 година

I. Реализација на Програмските цели и задачи на Сојузот на здруженија на пензионери на Македонија за 2013 година

Основните задачи и цели на Сојузот на здруженија на пензионери на Македонија кои се од значење за корисниците на пензија се утврдени со Статутот на СЗПМ, а произлегуваат од потребите што ги наметнува животот на пензионерите. Истите се опфатени и содржани во Националната стратегија за стари лица на Владата на Република Македонија 2010 – 2020 година, која претставува основен документ во унапредување на општествениот статус на пензионерите, за да обезбеди активно и здраво стареење на возрасното население во Република Македонија, чиишто потреби претставуваат неодминливи задачи за активност на СЗПМ. СЗПМ за реализација на овие цели и задачи ги ангажира здруженијата и органите на Сојузот. Годината што измина за Сојузот на здруженија на пензионери на Македонија, според постигнатите резултати за многумина ќе биде година за паметење, бидејќи активностите и задачите што беа планирани за четиригодишниот мандат се остварени за три години.

Од посебно историско значење е фактот што е постигната забележителна раздвиженост на пензионерите на полето на културните и спортските дејности, на пикник–средбите и екскурзиите, на многуте секојдневни дружења во клубовите на пензионерите и слично, во коишто во 2013 година учествуваа над 300.000 припадници на оваа популација. Сето ова претставува европски рекорд.

Во текот на годината, раководството ги продолжи контактите со МТСП и ФПИОМ за остварување на политиката утврдена со системските прописи за соодветна валоризација и усогласување на пензиите со индексот на трошоците на живот и порастот на платите. Освен тоа, понагласено се бараше и вонредно усогласување на пензиите заради одржување на реалната вредност на пензиите наспроти порастот на трошоците на живот.

Во текот на 2013 година направени се следните усогласувања:

– на 1 јануари 2013 година пензиите се коригирани за 0,15 %,
– на 1 јули 2013 година пензиите се коригирани за 0,75 %,
– за 2013 година пензиите се коригирани за 1,91 % плус по 550 денари линеарно.

Кон средината на 2012 година, СЗПМ го изработи и утврди иницијалниот текст на Закон за пензионерско организирање, во функција на реализација на задачата за донесување на таквиот закон. Откако ги мина потребните постапки во рамки на здруженијата и Сојузот, иницијалниот текст на Законот за пензионерско организирање во јуни 2012 година, беше доставен до МТСП. Во периодот до крајот на 2013 година направени се две консултативни средби на МТСП со претседателот на СЗПМ за проценка и подобрување на решенијата на Законот. Очекувавме дека со тоа се создадени услови за отворање процедура за расправа по иницијалниот текст на Законот за пензионерско организирање пред Владата.

Постои реален оптимизам во 2014 година да биде донесен новиот Закон за пензионерско организирање во Република Македонија.

Согласно со Законот за пензиското и инвалидското осигурување (член 115 до 117, и иницијалниот текст на Законот за пензионерско организирање), Одборот на Регистрираната организација има значајни ингеренции во однос на уредувањето на прашањата за работа на Солидарниот фонд за посмртна помош и регулирањето на прашањата за членарината (одредување на висината на помошта и членарината, располагање со средствата, следење на реализацијата на овие права и обврски), како и навремено носење на потребните акти со кои се уредуваат овие суштествени односи за извршување на овластувањата и функциите на Одборот. Значењето на работата на Одборот и оваа година наметна потреба од постојано согледување на извршувањето на задачите, бидејќи од неговата работа зависи и навременоста на остварување на програмите на работа на сојузите и здруженијата. Особено значајно за сите здруженија, но и за Сојузот е конечното расчистување на бројот на членството по општини и здруженија.

2013 година на иницијатива на СЗПМ, на комисијата за здравство и на претставникот на пензионерите во УО на Фондот за здравство, преземени се повеќе мерки и донесени се повеќе законски и нормативни акти. Содржината на тие акти се однесува на проширување на листите на лекови за кои не се плаќа партиципација или партиципацијата се намалува, на прашања за организацијата на руралната здравствена заштита на старите лица, и воопшто на населението, намалување на цените на здравствените услуги и сл.

СЗПМ со Фондот за пензиското и инвалидското осигурување на Македонија имаат склучено договор за размена на податоци поврзани со прашањата на пензионерите, со правото на пензија, правото на посмртна помош, задршка и уплата на членарината од пензиските примања, ажурирање на бројноста на пензионерите, промените во таа сфера, спроведување на другите државни мерки кои се однесуваат на пензионерите и сл. Во меѓувреме, од потпишувањето на Спогодбата до денес настанати се значителни измени во основите и во односите, заради што беше оценето дека има потреба во 2013 година да се изврши изменување и дополнување на Спогодбата. Посветеноста и давање приоритет на проектот за ажурирање на евиденцијата за многубројноста на членството, не овозможи временски простор и за оваа задача, која како актуелна останува да се сработи во 2014 година. За одбележување е дека при крајот на 2013 година по подолг период се измени Законот на ПИОМ. Владата на РМ на предлог на ИО на СЗПМ избра член на Управниот одбор на ФПИОМ.

Меморандумот меѓу СЗПМ и ЗЕЛС од 2010 година, во многу ја унапреди соработката и општествената и материјалната поддршка на локалната самоуправа за развој на активностите на здруженијата на пензионери во повеќето општини во Републиката.

Меѓутоа, и во 2013 година, продолжија започнатите активности за поактивна улога на здруженијата на пензионери во работата на телата и активностите во локалната самоуправа, во презентирањето на потребата на пензионерите за решавање на некои локални комунални прашања од надлежност на општината, како и истакнување на можностите да се искористи искуството и знаењето на пензионерите.

Во 2013 година беа планирани четири општи и повеќе регионални состаноци и тоа: за разгледување на прашањата што ќе произлезат од потребата за усогласување на статутите по евентуалното донесување на Законот за пензионерско организирање; за разгледување и усогласување на Програмата за организирање манифестации од здруженијата на пензионерите каде што се дружат пензионери од повеќе здруженија од Републиката; за разгледување на резултатите од проектот за ажурирање на евиденцијата; за разгледување на предлогот за Одлука за регулирање на единствените критериуми за финансиското работење на здруженијата и Сојузот.

Покрај тоа се одржуваа и состаноци на регионалните комисии за организирање на регионалните пензионерски спортски натпревари и состаноци на регионалните комисии за организирање на регионалните ревии на песни, музика и игри.

Во 2013 година успешно беше одржана и Републичката ревија на песни, музика и игри во Универзалната сала во Скопје, како и 18. републички пензионерски спортски натпревари во Штип. Ревиите на пензионерите од Министерството за култура се прогласени за национален интерес на културата во државата.

Во програмите за работа за 2013 година на здруженијата значајно место имаат активите на пензионерки. Во врска со тоа планирана е работна средба со претставници на Активите на пензионерки по здруженија што требаше да се одржи во текот на годината, но се пролонгира и се одржа во јануари 2014 година во Кавадарци. На средбата покрај наведеното се утврди Годишна рамка (програма) за одржување на колективни манифестации со ревијален карактер за показ на разните вештини во изработка на уметнички, прехранбени производи и друго.

Политиката на СЗПМ за засилено активирање на работата на разграноците на здруженијата ја прифатија и ја практикуваат повеќе здруженија кои во својата организациона поставеност имаат таква структура. Потребна е натамошна координација и поголемо настојување разграноците што покажаа пожива активност во текот на годината да бидат пример и мотив за работа и на другите разграноци во здруженијата. Нивната работа е најблиска и најприфатлива за пензионерите, таа е непосредна за одвивање, учество и проследување од страна на пензионерите.

На трите работни средби со министрите на значајни ресори (МТСП, Министерство за финансии) и претседателот на Владата во текот на 2013 година, ова прашање имаше централно место во расправата.

Со изградба на пензионерски домови и други форми на сместување во државата, се обезбедува подостоинствен живот и се спречува маргинализацијата на старите лица, односно на пензионерите во нивните основни егзистенцијални услови за живеење.

По овие прашања Сојузот активно учествува во подготвување на Програмата на Владата на Република Македонија за изградба на пензионерски домови и домови за стари лица, како и центри за дневен престој на пензионери.

Здружението на пензионери Штип и Карбинци во текот на 2013 година, од локалната самоуправа доби на користење посебен објект, кој по соодветна реконструкција и адаптација ќе биде приспособен како пензионерски дом, а во ЗП Кочани е подготвен проект за регионален пензионерски дом.

II. Од работата на органите и телата на СЗПМ

Седници на Извршниот одбор и на Собранието

Во текот на годината беа одржани пет седници на ИО (19 членови) и тоа на 26 февруари, 10 мај, 27 август и 11 декември 2013 година, и две седници на Собранието на 12 март и 19 декември 2013 година. На седниците се разгледувани следните прашања:

- Акти од надлежност на ИО.

Материјали – 20, одлуки – 11, извештаи – 5, информации – 6, предлози на спогодби, меморандуми, договори – 3 предмети.

- Предлози на акти од надлежност по кои Собранието **(66 членови)** на седниците водеше расправа и ги прифати, ги донесе или се информираше;

материјални прашања – 8, одлуки – 5, извештаи – 3, информации – 3 предмети.

- Спогодби, меморандуми, договори – 2 предмета.

Во три случаи предлози на документи ставени на разгледување на ИО се вратени на доработка и по комплетирањето, во дополнителното разгледување се прифатени.

Седници на комисиите и на другите работни тела

Статутарна комисија - Статутарната комисија (3 членови) одржа само една седница (на 26 јуни) од планираните три седници, главно заради одлагање на задачата за усогласување на Статутот на СЗПМ и статутите на здруженијата условени од одлагањето на донесувањето на Законот за пензионерско организирање.

Правно-економски форум - Во текот на годината Правно–економскиот форум (15 членови) одржа три седници (на 23 јануари, 19 февруари и 10 декември). Членовите на Правно–економскиот форум укажаа на согледувањата за потребата од унапредување на прашањата на статусот на Одборот на Регистрираната организација; дадоа значаен придонес во дефинирањето на правната основа за донесување на (Договорот, Спогодбата), Одлуката за уредување на финансиското работење на здруженијата и Сојузот, заедно со значајни конкретни предлози за подобрување на решенијата; сугерираа друга форма на акт. И во 2013 година остана неподготвено барањето до Собранието на РМ за т.н. социјална пензија и не се подготви анализата за остварување на уставните и законските права на корисниците на пензија од пензиското, инвалидското и здравственото осигурување.

Комисија за спорт и рекреација - Комисијата за спорт и рекреација (11 членови) во текот на годината одржа пет седници (25 јануари, 19 февруари, 6 август, 3 септември и 8 октомври), на кои се разгледувани следните прашања: Извештајот за работа во 2012 година и Програмата за работа на комисијата во 2013 година; Подготовки за организирање на 18. регионални и републички спортски натпревари; Организациони прашања за одржување на игрите; Примена на новите пропозиции и критериуми од Правилникот за пензионерските спортски игри (проучување, договор, примена); Инструктивни подготовки на членовите на комисијата за примена на Правилникот; Извештај за одржаните 18. републички спортски игри во Штип и Анализа на одржаните игри и Пропусти во примената на Правилникот, забележани несоодветности кај одделни решенија, заклучоци за нивно изменување и усогласување; Програма за работа на комисијата за 2014 година.

Комисија за култура и забава - Комисијата за културно–забавен живот (9 членови) во текот на 2013 година одржа четири седници (на 24 јануари, 17 мај, 22 мај и на 31 октомври). На седниците се разгледувани следните прашања: Извештај за работата на комисијата и за резултатите од ревиите во 2012 година; Програма за работата на комисијата во 2013 година, роковник за одржување на регионалните и на Републичката ревија на песни, музика и игри во 2013 година; Потреба за зајакнување на дисциплината во примена на Правилникот за условите и критериумите за организирање и учество на здруженијата во организирањето и изведувањето на ревиите на песни, музика и игри; Оценка на одржаните регионални ревии и пројавени организациски слабости, постигнат квалитет и степен на напредок; Оценка за работата презентирана во извештајот на селекторот на РРРПМИ во врска со избор на содржината и учесниците; Методи и форми за подобрување на изборот на учесниците и квалитетот на ревиите; Учество на здруженијата во проектот за поттикнување на пензионерските аматерски културни самодејности; Извештај за учество на преставникот на СЗПМ, КУД на ЗП Тетово на фестивалот во Љубљана.

И не само тоа. Во минатата година пензионерите значително ги зголемија посетите на театарските претстави и другите манифестации во културните институции во нашата земја, благодарение на попустот од 50 отсто од цената на влезниците, кој за пензионерите го овозможи Министерството за култура на Владата на РМ. Патем да споменеме дека на овој начин при крајот на 2013 година околу илјада пензионери од Скопје, Куманово и Велес ја гледаа култната претстава „Вечната куќа” во новиот театар во Скопје и беа воодушевени од целокупниот амбиент.

Комисија за здравство и социјална заштита - Комисијата за здравство и социјална заштита (7 членови) во текот на 2013 година одржа четири седници (15 јануари, 23 април, 15 октомври и 2 декември). На седниците се разгледувани следните прашања: Како да се воспостави редовна комуникација со надлежните државни органи заради континуирана соработка за решавање на здравствените потреби на пензионерите; Здравствената заштита на пензионерите, потребата за проширување на списокот на лекови, намалување на партиципацијата при болничкото лекување и набавка на лекарства; Организација и проширување на бројот на амбулантите во руралните делови на општините, воведување патронажни лекарски екипи за здравствена помош на пензионерите; Навремено враќање на средствата авансирани за набавка на лекови и помагала; Бањско лекување и рекреација за индицирана здравствена потреба на пензионерите; Проширување на правото за бесплатен превоз за пензионерите во Скопје и во недела, а особено за воведување на пензионерска патна карта; Испитување на можноста за воведување бесплатен превоз и за пензионерите во другите општини во државата; Посета, согледување и информирање за состојбата на пензионерските домови и домовите за стари лица во Република Македонија; Дефинирање на прашањата во анкетниот лист за воведување на пензионерска социјална карта, прва фаза, пилот–проект во ЗП Ѓорче Петров; Подготовки за прогласување на 2014 година за Година на солидарност.

Значајно е и тоа што од почетокот на минатата година сите пензионери кои имаат примања под просечната пензија, а тоа се над 160.000 старосни, семејни и инвалидски пензионери, добија право на бесплатно болничко лекување. Со поддршка на СЗПМ четврта година по ред продолжи и реализирањето на проектот „Бањско-климатска рекреација на корисници на пензија”. Исто така, голем број пензионери го користат и правото на бесплатен автобуски превоз во Скопје, Битола, Прилеп, Велес и некои други градови. Овие проекти придонесуваат не само за подигање на животниот стандард на пензионерите, туку и за нивно подобро живеење во третата доба.

Комисија за информирање и издавачка дејност - Комисијата за информирање и издавачка дејност (7 членови) во 2013 година одржа една седница (на 15 ноември) при што ги разгледуваше следните прашања: Извештајот за работа во 2012 година и Програмата за работа на комисијата во 2013 година; Разновидност на содржината и потреба за збогатување на содржината на весникот со информации од сите средини; Подготовка на работилница за едукација на дописниците и договор за начинот на покривање на активноста во здруженијата членки на Сојузот; Соработка на редакциите на пензионерските весници на СЗПМ за начинот на презентирање на прашањата од пензионерското организирање и живеење; Учество на членови на пензионерската организација во јавни емисии и дебати на ТВ и на други медиуми и сл. Реафирмирање на потребата за трансформација на весникот „Пензионер плус” од месечник во двонеделник. Тоа беше успешно следено од весникот на СЗПМ „Пензионер плус”, од осовремената веб–страница, како и од повеќе национални и локални медиуми.

На почетокот на годината за придонесот во афирмацијата на Република Македонија од Редакцијата на „Нова Македонија” и од читателите на првиот македонски дневен весник, претседателот на СЗПМ Драги Аргировски беше прогласен за „Личност на 2012 година”, а за активноста во областа на новинарството и публицистиката ја доби престижната државна награда за животно дело „11 Октомври” за 2013 година, за придонес од јавен интерес на Република Македонија во областа на новинарството и публицистиката. Овие признанија едновремено се и признание за Сојузот и за пензионерите членови на Сојузот.

Комисија за меѓугенерациска и меѓународна соработка - Комисијата (7 членови) во 2013 година не заседаваше. Поради тоа и не се расправаше за Извештајот за работа во 2012 година, ниту за Програмата за работа на комисијата во 2013 година. Изостана третирањето на прашањата за можната соработка со сродните организации во земјата и странство од интерес на членството. Забележително беше учеството на СЗПМ на Меѓународниот 13–ти фестивал за трета животна доба во Љубљана, Република Словенија, на кој покрај официјалните средби успешно се претстави фолклорниот ансамбл на ЗП Тетово со македонски и албански обичаи.

Комисија за финансиска поддршка на пензионерските аматерски самодејности во културата и творештвото - Комисијата за финансиска поддршка на пензионерските аматерски самодејности во културата и творештвото (3 членови) која првпат е формирана во 2013 година, за реализација на проектот на СЗПМ за помагање и поддршка на пензионерските аматерски самодејности во културата и творештвото одржа една седница (на 4 јули) на која: ги разгледа пристигнатите 13 пријави од здруженијата со проекти на пензионери творци за финансирање во текот на годината; утврди критериуми за рангирање на пристигнатите пријави по жанрови и изврши избор на 10 проекти за кои одлучи да предложи финансиска поддршка.

Комисија за евидентирање на архивската граѓа - Комисијата за евидентирање на архивската граѓа (3 членови) е *ad hoc* комисија која првпат е формирана во 2013 година, за реализација на проектот на СЗПМ за средување на архивската документација на СЗПМ од основањето до денес. Комисијата одржа две седници (31 мај и 17 октомври) на кои ги разгледа следните прашања: Прибирање и селектирање на архивската граѓа; Консултациии со Архивот на Ма–

кедонија за начинот на средување на архивската документација; Договор со овластени архивски работници за подбор на документацијата; Архивирање на одбраната документација согласно со Законот за архивска граѓа; Пренос на одбраната архивска документација и нејзино депонирање во Архивот на Македонија.

Активности на други работни тела - Во текот на оваа година беа формирани следните други работни тела на СЗПМ или на ИО на СЗПМ;

1. Стручна комисија за подготовка на Одлука за заеднички критериуми за финансиско работење на здруженијата и Сојузот (дооформување и дополнување), работно тело кое иницијалниот текст на одлуката ќе го преоцени, дооформи и дополни за да може да се предложи за донесување на надлежниот орган – Собранието на СЗПМ.

2. Стручно работно тело за подготовка на Прирачник за книговодствена евиденција на здруженијата и Сојузот (три членови, автор и два рецензента) која подготви Прирачник потребен за стручните служби на здруженијата и Сојузот. Прирачникот е отпечатен во издание на СЗПМ во 100 примероци.

Надзорен одбор на СЗПМ – Сите активности се реализирани со домаќинско и законско работење за што своја оценка даде и Надзорниот одбор на СЗПМ, кој врши надзор и контрола за наменско користење и располагање со имотот и средствата на Сојузот. НО во текот на 2013 година има одржано 6 седници, на кои биле разгледани финансиските извештаи на приходите и расходите – Годишната сметка за 2013 година. Во согласност со член 29 од Статутот на СЗПМ и Законот за здруженија и фондации, Надзорниот одбор изврши контрола на дадените податоци за Годишната сметка за 2013 година од стручната служба на СЗПМ, при што констатира и заклучи: Годишната сметка е изготвена согласно со прописите на непрофитните организации, каде што податоците податоците дадени во финансиските извештаи даваат реална слика за точноста и вистинитоста на податоците. Надзорниот одбор дава позитивно мислење на Годишната сметка со билансот на приходите и расходите, билансот на состојбата и даночниот биланс за 2013 година, како и Одлуката за усвојување на Годишната сметка.

Собрание на СЗПМ

СЗПМ

СОЈУЗ НА ЗДРУЖЕНИЈА НА ПЕНЗИОНЕРИ НА МАКЕДОНИЈА
FEDERATION OF ASSOCIATIONS OF PENSIONERS OF MACEDONIA

Адреса: " 12 Ударна бригада " бр.2 – Работнички дом – Скопје - Македонија
Office: . "12 Udarna brigada" br. 2 – Rabotnicki dom – Skopje – Macedonija
www.szpm.org.mk kontakt@szpm.org.mk administracija@szpm.org.mk
Тел. – Phone 3223 710 Факс– Fax 3128 390 П.фах – Po box 440

Број . /Number 02-02/184

Датум. /Date 24.03.2014

Согласно член 15 од Статутот на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија – Скопје, Собранието на СЗПМ на седницата одржана на ден 24.03.2014 година ја донесе следната

ОДЛУКА

ЗА УСВОЈУВАЊЕ НА ГОДИШНАТА СМЕТКА ЗА 2013 ГОДИНА

Член 1

Собранието на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија – Скопје, ја разгледа годишната сметка за 2013 година со Извештајот за работа на СЗПМ за 2013 година и истиот ги усвои со утврдување на следните податоци:

1. Остварени вкупни приходи .... 8.233.983.оо денари
2. Остварени вкупни расходи .... 7.510.513,оо денари
3. Остварен вишок на приходи пред оданочување (1-2)........ 723.470,оо денари
4. Данок на непризнаени расходи .... 21.298,оо денари
5. Распределба на вишокот на приходи по оданочувањето........ 702.172,оо денари
   а) За пренос во наредната година .... 0,оо денари
   б) За адаптирање на деловен простор .... 702.172,оо денари

Член 2

Финансискиот извештај за работа на СЗПМ е составен дел на оваа Одлука.

Чдрн 3

Оваа Одлука влегува во сила со денот на донесувањето.

Доставено до :

- сметководство
- архива
- документација

Претседател на
Собрание на СЗПМ
Драгослав Аргировски

ЗП „Куманово”

2013 - една од најуспешните

Деновиве на собраниска седница на ЗП „Куманово”, **Снежана Андова,** претседателка на Надзорниот одбор пред делегатите елаборираше успешно финансиско работење во минатата година. Приходите и расходите се движеа во рамките на проектираното и искажано е позитивно остварување околу 300 000 денари, што отсликува домаќинско работење без кратење на планираните активности.

– И оваа година, потсети таа, најголеми издвојувања се дадени за еднократна парична помош на болни пензионери, потоа, за одмор и рекреација и за екскурзии на пензионерите од Куманово и околината. Поголеми издвојувања се отстапени и за културно–уметнички самодејности и за спортски активности на пензионерите, но во никој случај не е попречено функционирањето и на останатите дејности, потенцираше Андова. Таа, меѓу другото, се осврна и на состојбите во Солидарниот фонд на Здружението за финансирање на погребни трошоци на брачни невработени другари на пензионерите. Укажа на намалување на бројот на членовите споредено со годината пред тоа, како и на средствата во остварувањето на тековните расходи.

Собранието ја усвои програмата на Здружението за спроведување на активности во рамки на проектот „2014 – година на солидарност”.

Спротивставени гледања се изнесоа околу предлог–измените на член 11 на Деловникот за работа на Собранието со што се предвидува други заинтересирани членови на Здружението доколку сакаат да присуствуваат на собраниска седница, Беше заклучено во идни присуство на нечленови однапред да се најавува.за одобрување. По изјаснување со гласање измените и дополнувањата беа усвоени.

Татјана Антиќ

ЗП Тетово

Рационално во трошењето, масовно во активностите

Минатата 2013 година работата во ЗП Тетово ја карактеризирало рационалност во трошењето на средствата што се акумулираат по повеќе основи, а истовремено се оствари масовност во сите видови активности. Како резултат на таквата политика, заштедени биле речиси 460.000 денари, кои остануваат за активности во тековната година. Ова беа основните карактеристики изнесени во работата на Собранието на ЗП Тетово што се одржа на 20 февруари. Во работата учествуваа и Бесник Поцеста, потпретседател на Собранието на СЗПМ, како и гости од здруженијата од Дебар, Гостивар, Тафталиџе, ЗИТКИП Тетово.

На седницата беа разгледани завршната сметка за 2013, финансискиот план за 2014 година, како и извештајот на Надзорниот одбор за материјално–финансиската работа. Општа констатација беше дека главно биле остварени планираните приходи, од кои доминантни биле оние од членарината. Дури 60 % од овие приходи се наменети за активности во ограноците, а 600.000 денари се наменети за доделување еднократни помошти на пензионери со ниски пензии и со минимални приходи во семејствата, како и за категорија пензионери кои имаат потреба од финансиска помош за набавка на лекови и други потреби. Учествувајќи во дискусијата, потпретседателот Бесник Поцеста позитивно ги оцени резултатите остварени во минатата година и планирањата за тековната, нагласувајќи дека над 90 % се остварени и приходите и расходите како што биле планирани. Поцеста одговори и на неколку поставени прашања во врска со последната зголемување на пензиите за 600 денари, за бањската рекреација, бесплатниот превоз и друго. Собранието усвои и оперативна програма за спроведување активности во „годината на солидарност”. Освен доделување еднократни парични помошти, планирана е посета на стари и изнемоштени пензионери, организирање прегледи и мерење крвен притисок, шеќер и друго во соработка со Црвениот крст. Се планира и поинтензивна соработка со локалната самоуправа и други.

Свето Димоски

Седница на ИО на СЗПМ

Горди и задоволни од резултатите, но секогаш може да биде и подобро

На 14 март 2014 година Извршниот одбор на Сојузот на здруженија на пензионери на Македонија ја одржа својата 22 седница на која присуствуваа Бесник Поцеста, потпретседател на Собранието на СЗПМ, Доне Николовски, претседател на Надзорниот одбор, Фиданчо Стоев, претседател и Салтир Каровски, секретар на Комисијата за утврдување Предлог–одлука за единствени критериуми при финансиското работење. На седницата покрај Извештајот за работа и Завршната сметка на Сојузот за 2013 година, на дневен ред беа поставени и други значајни предлог–одлуки.

Воведно излагање за Извештајот за работа и за Завршната сметка на Сојузот за 2013 година, имаше потпретседателот на ИО на СЗПМ, **Методија Тошевски**. Извештајот за работата, од присутните, беше оценет како детален, сеопфатен и квалитетен. Беше заклучено дека е дадена точна анализа за сработеното во 2013 година, што е за секоја пофалба, иако се разбира, може да биде и подобро, а притоа се забележува оти треба да се подобри соработката меѓу здруженијата и Сојузот на сите нивоа. Исто така, беше претставена и работата на органите, телата и комисиите на СЗПМ во 2013 година.

Членовите беа едногласни во заклучокот дека резултатите се дело на раководството на Сојузот, на раководствата на здруженијата и на сите 254.000 пензионери кои членуваат во него и дека според постигнувањата, масовноста и транспарентноста, Сојузот станува асоцијација со европски перформанси.

Што се однесува до Завршната сметка за финансиското работење на Сојузот, во Извештајот на Надзорниот одбор беше констатирано дека се работело домаќински и според законските одредби.

Двата документа беа едногласно усвоени со следните заклучоци:

(1) Програмата за работата на СЗПМ за 2013 година е успешно реализирана.

Според сите активности и резултати, 2013 година може да се смета како најуспешна во долгогодишната историја на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија.

(2) Остварена е проширена општествена афирмација на пензионерските асоцијации (здруженијата и Сојузот) преку помасовното учество на пензионерите и здруженијата во вкупната активност и на сите рамништа (учество во манифестациите во спортската, културната, рекреативната, забавната и општествената работа).

Овие успеси го трасираат патот на Сојузот за нови постигања и во 2014 година, која според усвоената Програма е прогласена за Година на солидарноста. Покрај традиционалните активности посебен приоритет ќе се даде на развојот на социјално–хуманитарните цели, а е зацртана и нова динамика во ширење на позитивната енергија во интерес на сегашните и идни пензионери.

(3) Остварен е значаен напредок во разрешување на организационите прашања сврзани со ажурирањето на евиденцијата во здруженијата, во начинот на организацијата и работата на пензионерските клубови, во отворањето на нови клубови и сл.

(4) Остварено е поквалитетно и објективно информирање на членството и јавноста.

(5) Остварена е натамошна проширена соработка со надлежните државни органи по прашањата од делокругот на пензионерските потреби и интереси.

Предлог–одлуката за утврдување на единствените критериуми за материјално–финансиското работење за која уводно излагање имаше Фиданчо Стоев, претседател на комисијата која го изготви материјалот, беше усвоена со два гласа против, што е доказ дека во Сојузот е запазено демократското право на мислење и одлучување.

За овие значајни документи и одлуки дискутираа: **Спиро Николовски, Доне Николовски, Бесник Поцеста, Зоре Мицкоски, Илија Адамоски, Рамиз Ќазимовски, Данче Даскаловска, Душан Ристески, Ѓорге Андонов, Стево Бојаџиев и Стојан Настевски.**

На седницата беа донесени одлуки за нов член на Правно–економскиот форум – Ментор Ќоку од ЗП Чаир, на Комисијата за спорт – Лилјана Младеновска од ЗП Радовиш, за здравство и социјална политика – Драган Јовановски од ЗП Кисела Вода и за Комисијата за поддршка на манифестации и издавачка дејност во состав – Томче Стојков, Драгица Најческа и Вангелица Марковска.

На седницата беа формирани и организациони одбори за спроведување на регионалните и републичките спортски игри и ревии.

Регионалните ревии ќе се одржат од 1–ви до 20–ти мај, а домаќини ќе бидат ЗП Ѓорче Петров, Струга, Берово, Свети Николе, Солидарност Аеродром – Скопје и Неготино.

Републичката ревија на песна, музика и игри во 2014 година ќе се одржи на 10–ти јуни во Универзалната сала во Скопје.

Регионалните спортски игри ќе се одржат од 21–ви мај до 20–ти јуни 2014 година, а домаќини ќе бидат ЗП Бутел, ОВР – Скопје, Крушево, Македонски Брод, Богданци, Злетово, Свети Николе и Берово.

Републичките 19–ти спортски натпревари ќе се одржат во почетокот на септември, а датумот и местото дополнително ќе се определат.

К.С. Андонова

ЗП Гостивар

Јакнење на соживотот

ЗП Гостивар на 15–март 2014 година одржа отчетна седница во проширен состав на која, покрај членовите на Собранието, беа присутни претседателите на ограноците, членовите на Надзорниот одбор и претставници од здруженијата на пензионери од Тетово, Дебар, Сарај и Тафталиџе. Воведно излагање по Извештајот за работата во 2013 година поднесе преседателот на ЗП **Нијази Џелили**, кој воедно го запозна Собранието со постигнатите резултати и поднесе предлог одлуки за усвојување на Завршната сметака за 2013 година, Финансискиот план и Програмата за работа во 2014 година. Исто така беше поднесен извештај на Надзорниот одбор за материјално–финансиското работење, а потоа по овие документи се водеше конструктивна и плодна дискусија.

Претседателката на Активот на пензионерки **Вадије Зендељи** истакна дека комисиите на ИО во текот на годината успешно ги реализирале програмските активности и Здружението постигнало забележителни успеси во културно–забавните и спортско рекреативните активности, а посебна грижа била искажана и за членовите кои имале потреба од бањско лекување на кои Здружението им партиципирало во дел од трошоците. Во расправата учествуваа и гостите кои изразија пофални зборови за подготвените документи и се заложија за унапредување на меѓусебната соработка. Посебно беше истакната заложбата на Здружението за натамошно сплотување и јакнење на меѓуетничките односи како значајна компонента во структурата на составот.

Собранието едногласно ги усвои Извештајот за работата и Завршната сметка за 2013 година, како и Финансискиот План и Програмата за работа за 2014 година.

Вадије Зендељи

ПЕНЗИОНЕР плус

Весник за сегашните и за идните пензионери

Издавач:
СЗПМ

Година VII – број 68
март 2014 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
Баки Бакиу,
Милан Аџиевски,
Фруска Костадиновска

Лектор:
Верица Тоциновска

Адреса:
СЗПМ „12 ударна бригада”
бр. 2. зграда на ССМ – Скопје
П.фах. 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.

НЛБ Сребрен пакет

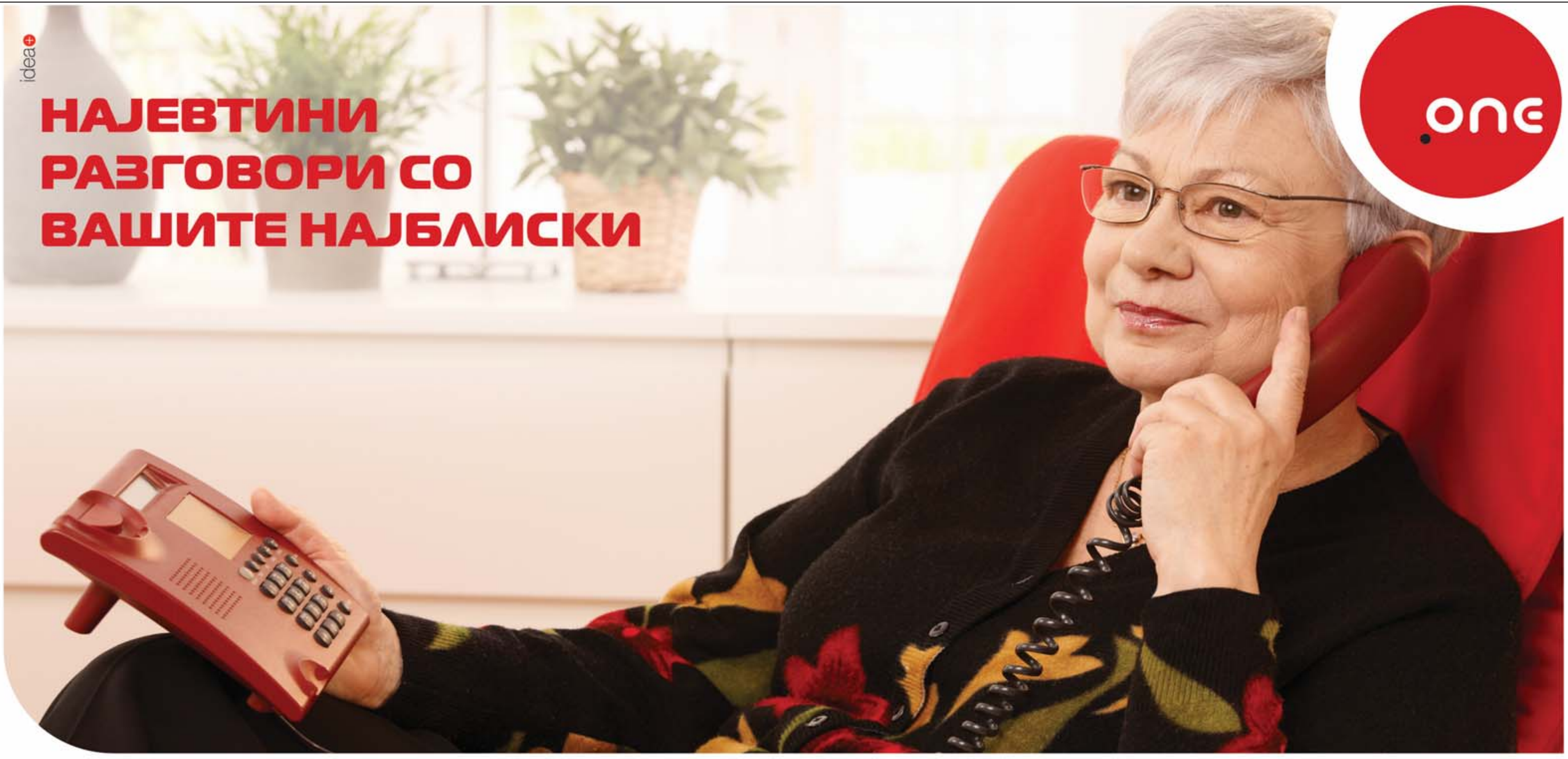
- VISA Electron дебитна картичка
- ПЕНЗИОНЕР+ Maestro картичка
- Зегин - НЛБ Тутунска банка картичка
- Кредитни картички
- Трајни налози
- Сребрен кредит за пензионери
- Депозити за пензионери

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



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

Трибина за правата на пензионерите во Дневниот центар „Даре Џамбаз“ во Скопје

Заложба за достоинствена старост

На иницијатива на активите на пензионерки од скопските здруженија, а по повод Денот на жената – Осми март, наспроти самиот празник, Црвениот крст на Град Скопје, во Дневниот центар за стари лица во ДХО „Даре Џамбаз во Скопје, организираше трибина на тема: „Жените во улога на лобисти за правата на пензионерите во организација”. Пред околу двестетина пензионери и стари лица од Скопје, на трибината се обрати министерот за труд и социјална политика, **Диме Спасов**, а претседателот на СЗПМ **Драги Аргировски**, после воведното излагање, одговараше на прашања на присутните. За соработката на Црвениот крст на Скопје со Сојузот на здруженијата на пензионери на Македонија и за меѓугенерациската солидарност и помагање на припадниците на третата доба, пред медиумите даде изјава и секретарот на Црвениот крст на Град Скопје, **Сузана Тунева - Пауновска.**

Во своето излагање министерот Спасов се осврна на заложбите на Владата во поглед на родовата еднаквост, како и од важноста која ја има жената во едно демократско општество. Тој исто така нагласи дека старите лица целосно го имаат правото да бидат рамноправни граѓани, правото да бидат заштитени и од дискриминација, како и рамноправно да ги уживаат своите човекови права.

Во мерките на Владата кои имаат за цел подобрување на животот и стандардот на оваа категорија граѓани, Спасов ја спомена Националната стратегија за стари лица 2010–2020 година, потоа развивањето на вонисституционални форми за грижа и помош за старите лица, како дневните центри за стари лица, отворањето клубови за пензионери и друго. Тој ја истакна решеноста на Владата за подобрување на стандардот на пензионерите, не само преку континуираното зголемување на пензиите, туку и низ други облици, како што е изградбата на старски домови, намалување на здравствените услуги, бесплатна бањско–климатска рекреација и други олеснувања.

Презентирајќи ги сите успеси на полето на соработка меѓу Сојузот на здруженијата на пензионери на Македонија и ресорното министерство, Спасов потенцираше дека претстојат уште многу иницијативи и проекти кои ќе го подобруваат стандардот и животот на старите лица.

Претседателот на СЗПМ Драги Аргировски ги акцентираше постигнатите успеси на Сојузот во минатата година, која по бројот на вклучувања на членството во разни активности (околу 300 илјади) и постигнувањата во сите области на дејствувањето, ја прогласи за рекордна. Тој особено ги истакна придобивките од соработката со институциите на државата и спроведувањето во практика на европската интенција за изградување добри односи со сите субјекти од општеството кои придонесуваат во подобрувањето на квалитетот на животот и стандардот на пензионерите. Токму на оваа тема му беа поставени повеќе прашања од присутните, на кои аргументирано и со факти одговараше, цврсто застапувајќи ги интересите на пензионерите. Претседателот Аргировски на крајот заклучи дека Раководството на СЗПМ и во иднина ќе го негува ваквиот однос, ќе работи на целосно спроведување на програмските цели и максимално ќе се заложи за создавање услови за достоинствена старост, за здрав и активен живот на пензионерите.

Мендо Димовски

Кон прогласувањето на 2014–та за година на солидарност

Солидарноста во прв план

Со овој Проект македонската организација на пензионери презема еден гигантски чекор во остварувањето на поголеми социјално-хуманитарни активности во интерес на своето членство. Солидарноста е вкоренета кај македонските граѓани и нема сомневање дека и овојпат тие во многу поголем обем и на најразлични начини и форми ќе ја изразат низ дела.

Секако, прифатливите и добронамерни идеи се секогаш добредојдени.

За пообемните зафати секако е неопходна поддршка од органите и институциите на државата. Но и за нив, нови иницијативи би биле од корист. За изградба на нови пензионерски домови или домови за стари лица, како и за адаптации на веќе постојни, но недоволно искористени и запоставени објекти, законската регулатива нуди широки можности. Во тоа треба да се смета на заинтересираноста на странски инвеститори и особено на нашите работници во светот, кои очекуваат можности да ги вложат своите заштеди во исплатливи и корисни инвестиции во родниот крај. Дека тоа би биле економски исплатливи инвестиции потврда е реалната состојба. Имаме само неколку државни и пак, само неколку приватни објекти за оваа намена и слободни места во нив подолго време нема. Зачудувачки звучи податокот дека вакви објекти нема во градови како Штип, Кочани, Струмица, Охрид и редица други помали градови.

Дали направил некој анализа колку хотели во нашите туристички места зјаат празни и не се искористени надвор од два – три месеци, колку што трае туристичката сезона? Сопствениците се жалат дека немаат гости, а не ги нудат своите објекти за повеќемесечни престои на пензионерите кои имаат сигурни материјални средства од Фондот. Ја заборавaат логиката на шпанските и грчките хотелиери кои со години евтино се нудат раководени од пазарниот интерес – подобро нешто, отколку ништо!

Ако се огледуваме кон светот, треба и со оваа категорија странски граѓани да сметаме на идеална можност за развој на туризмот. Европските пензионери кои имаат подлабоки џебови покажуваат огромен интерес да ја поминат староста во нашите неспоредливо подобри климатски предели. Ама, кај нас нема објекти за такви можности. Да повторите и да алармираме дека старски домови нема во Охрид, Струга, Ресен, Дојран, каде што имаме прекрасни езерски води и свеж воздух, исто како што нема хотелски објекти за такви намени во Дебар, Гевгелија – Негорци, Банско, каде што имаме раритетни бањски лечилишта.

Проектот рурален доктор покажа дека за два месеци им е понудена лекарска помош на девет илјади жители, главно стари лица, во селски населби низ земјата. Треба да се поттикнат иницијативите и таа бројка да стане деведесет илјади! Треба максимално да се изрази солидарност кон оние што со години биле заборавени од белите мантили.

Во хуманизацијата на секојдневијата на населението од третото доба, освен организираната поддршка од државата, особено е важна и значајна добронамерноста и човекољубоста на секој поединец. Да ги исчистиме витрините од домовите, во кои фатиле прашина најразлични книги. Тие можат многу пофункционално да го продолжат своето живеење доколку ги подариме и однесеме во постојните домови каде што живеат пензионерите. Нив тие можат да им го збогатат монотоното секојдневие.

Разните празници и поводи за посети нека прераснат во дружба и забава заедно со претставници на повеќе генерации. Некои училишта во своите активности може да преземат обврска да посетуваат и да им понудат трошка разонода и весели мигови на оние што одамна го правеле тоа.

Идеи има уште многу. Најважно е што низ годините нашите граѓани ја потврдиле својата желба и спремност за солидарност кон оние на кои им е тоа потребно. Таа кадарност е гаранција за нови изрази и форми на солидарност. На општо задоволство на сите.

Сталин Лозановски

ЗИП Куманово

Ширење на соработката и надвор од Р. Македонија

Здружението на инвалидските пензионери од Куманово во својата програма има зацртано и проширување на соработката со соодветни здруженија надвор од Републиката. Воспоставената соработка со Инвалидите на трудот од Врање – Република Србија во 2012 година помогна да се воспостави соработка и со Инвалидите на трудот од Трговиште и со Здружението на инвалидите на трудот од Лесковац Република Србија.

Во рамките на оваа соработка Здружението на инвалидски пензионери од Куманово доби званична покана да учествува на прославата на денот на Здружението на инвалидите на трудот од Лесковац – Република Србија. Прифаќајки ја поканата триесетина пензионери од Куманово и дваесетина од Штип отидоа во Лесковац.

Возбудувањето и срдечното добредојде од страна на домаќините не може да се опише, туку сдамо да се доживее. Во пригодната сала со содржајна културно уметничка програма и со инспиративен поздравен говор од страна на домаќинот претседател **Гордана Митиќ**, гостите беа топло и срдечно поздравени. Особено беше изразено задоволство за присуството на претседателот на Сојузот на инвалидски пензионери на Република Македонија, **Љубомир Јанев,** кој во своето обраќање истакна дека проблемите на оваа категорија на пензионери се идентични на двете држави и дека борбата за нивно надминување е слична, што беше поздравено со долготраен аплауз.

Среќен и многу возбуден од пријатниот и многу искрен и убав дочек, претседсателот на ЗИП Куманово, нај срдечно се заблагодари на домаќините, за топлите и срдечни поздрави. При тоа на сите им посака добро здравје и среќен и безгрижен живот. Дружењето на збратимените здруженија од двете држави продолжи со заедничка веселба на која се слушнаа песните „Македонско девојче”, „Ако умрам ил загинам”, „Битола мој роден крај” и други.

С. Стефановски

ОД РАБОТАТА НА ФОНДОТ НА ПИОМ

Средства се вложуваат, а условите се подобруваат

Во континуитет, односно последниве пет–шест години, во Фондот на ПИОМ посебно се посветува внимание за редовното и квалитетно одржување на субјектите (пензионерските домови и работни простории) на Фондот на ПИОМ. Целта е сосема јасна, на вработените и на станарите во пензионерските домови да им се создадат оптимални услови, кои од година во година се подобруваат.

Така, во 2013 година се извршија реконструкции и адаптации (инвестиционо одржување) на деловните објекти на Фондот во Централата, филијалите и деловниците и во домовите за живеење на пензионерите со кои управува Фондот.

За потребите од овие зафати, со буџетот за минатата година за оваа намена, беа предвидени средства во износ од 9.470.000 денари, и тоа 3.770.000 денари за инвестиционо одржување на објектите на Фондот – Централата, филијалите и деловниците и 5.700.000 денари за инвестиционо одржување на домовите за живеење на пензионерите со кои управува Фондот.

Минатогодишните инвестициони зафати, придонесоа во Пензионерскиот дом во Делчево да се изврши преадаптирање на дел од просторот во канцеларии за потребите на Филијалата на Фондот, потоа е извршена промена на дотраената електрична инсталација, извршена е промена на водоводната и санитарната инсталација, бидејќи истата беше дотраена, направена е термоизолација, инсталирано е парно греење, извршена е замена на внатрешната столарија, во просториите е вграден видео надзор и систем за евиденција на работното време, вградени се рампи за инвалиди и други работи. Со извршените работи овозможени се подобри услови за работа како на вработените, така и на обврзниците и осигурениците во остварување на правата од пензиското и инвалидско осигурување. За оваа намена потребни беа средства во износ од 1.409.130 денари.

Но, не се остана само на овој зафат. Напротив, со програмата за инвестиционо одржување на домовите за живеење на корисниците на пензија, во 2013 год., се извршија зафати во пензионерските домови во Крива Паланка, Чаир и Ѓорче Петров.

Што се однесува до инвестициите вложени во Домот на пензионерите во Крива Паланка, се изведоа градежно-занаетчиски работи во износ од 473.700 денари. Притоа, во Домот за живеење на пензионери извршена е реконструкција на дел од покривната конструкција која беше дотраена, извршена е замена на столаријата, потоа се изведе санација на санитарните јазли, поправка на ѕидовите и друго.

И во Домот на пензионери во Чаир-Скопје, исто така, во 2013 год. се изведоа градежно–занаетчиски работи во износ од 1.898.084 денари. Санација е извршена на дел од покривната конструкција, извршена е замена на дотраената столарија со нова, направена е преграда на простории со ѕидови, молерисување, како и керамички работи и друго.

За одбележување е уште и следниот зафат. Имено, во Домот на пензионери во Ѓорче Петров, се извршија, односно беа изведени градежно–занаетчиски работи во износ од 1.829.486 денари. Тука, во овој објект, извршена е комплетна замена на надворешната столарија која беше дотраена и немаше надворешна заштита и во минатото се трошеа доста средства за греење. Исто така, се извршени дополнителни други занаетчиски работи кои произлегоа со замена на столаријата.

Во 2013 год., спроведувајќи ја инвестиционата програма, вкупниот износ на средства за извршени работи во домовите за живеење на пензионери во РМ, изнесува 4.201.270 денари, со што е направен голем исчекор во подобрувањето на условите за живеење.

Исто така, од предвидените средства за инвестиционо одржување на деловните објекти на Фондот на ПИОМ, во Стручната служба–Централа Скопје со филијали и деловници, во текот на минатата година беа искористени 1.409.130 денари.

Поради рушење на привремениот објект во општина Карпош, во кого беа сместени кмисиите за оцена на работната способност, се реши да се реконструираат просториите на Фондот на ПИОМ на Бул. „Кочо Рацин”. За таа цел се издвоија средства во износ од 2.183.000 денари, со што се создаваат услови за сместување и работа на комисиите за оцена на работната способност при Фондот на ПИОМ.

Исто така, во тек е постапка за изведување на занаетчиски работи на настрешницата од новиот деловен објект на Фондот – Централа кои се проценуваат на околу 150.000 денари. Со тоа, програмата за реконструкција на деловните објекти ќе биде реализирана во целост, согласно предвидените средства со Буџетот на Фондот за оваа намена.

Од предвидените средства за инвестиционо одржување на деловните објекти на Фондот – домовите за живеење со кои стопанисува Фондот, искористени се средства во износ од 4.201.270 денари, така што останаа за користење уште 1.498.730 денари и истите е решено да се искористат наменски.

Со ова се реализира Програмата за реконструкција и адаптација на домовите за живеење на пензионери во Република Македонија со кои стопанисува Фондот на ПИОМ, во рамките на предвидените средства за минатата година.

м-р. Снежана Кутузовска

ЗП Радовиш и Конче

Едукација

По повод неделата на борба против срцеви заболувања на 21.02.2014 год. во Клубот на пензионерите во Радовиш се одржа предавање на тема „Намалете го стресот и сочувајте го срцето”.

На почетокот присутните ги поздрави, председателот на ЗП Радовиш и Конче, **Јордан Костадинов,** кој воедно ги запозна пензионерите со претстојните хуманитарно–здравствени активности и при тоа додаде дека со поддршката што ја добива здружението од локалната самоуправа, во годината на солидарноста ќе се создадат уште подобри услови за организирање на сите активности со кои ќе бидат опфатени и поголем број пензионери.

Секретарот на ОО на Црвен Крст, **Никола Здравев**, ја пофали добрата соработка со Здравствениот Дом, здружението на пензионери и Црвениот Крст од Радовиш, посакувајќи таа соработката да продолжи и содржински да се збогатува.

Д-р Моника Ристевска пред шеесетина пензионери зборуваше за кардиоваскуарниот систем и за неговата важна улога во функционирањето на сите други орагни. Таа нагласи дека овие едукативни средби се со намера да се разбуди свеста кај пензионерите за срцевите заболувања – тивките убијци, а како посебни ризици ги истакна, високиот крвен притисок, режимот на исхраната, алкохолизмот, пушењето, високиот холестерол, физичката неактивност, стресот и секако, генетската предиспозиција.

Поради актуелноста на темата беа поставени повеќе прашања и дадени опширни одговори, а предавањето беше проследено со големо внимание од присутните.

Л. Младеновска

ЗП Крива Паланка

Потпишана е уште една Спогодба за соработка

Неодамна после повеќе консултации и разговори беа потпишани Спогодби за соработка помеѓу локалната самоуправа на општината Ранковце и двете здруженија за старосни и инвалидски пензионери – Крива Паланка. Имаше иницијатива од локалната самоуправа на општината Ранковце да се формира едно здружение од двата огранока од с. Петралица и с. Ранковце откако ќе се создадат поволни услови за тоа. На еден заеднички состанок со сите релевантни фактори, пензионерите од двата огранока се согласија дека немаат можности ниту пак услови да формираат посебно здружение, бидејќи ако се поделат на старосни и инвалидски, не ќе можат да опстанат. Тогаш одлучија ништо да не се менува, туку да останат како и досега – старосните пензионери да членуваат во Здружението на старосни и семејни пензионери во Крива Паланка, а пензионерите инвалиди на трудот во Здружението на инвалиди на трудот во Крива Паланка.

После сето ова, раководствата на двете здруженија од Крива Паланка, одржанаа средба со градоначалникот на општина Ранковце, кој ја почитуваше волјата на пензионерите и се согласи да се изготви текст и да се потпишат Спогодба за соработка. Така на 14 – ти јануари 2014 година на свечен начин беше потпишана долго очекуваната спогодба.

Спогодбата за соработка од страна на локалната самоуправа ја потпиша градоначалникот на општина Ранковце, Моме Алексовски, а во име на здружението на старосни и семејни пензионери, претседателот на ЗП Крива Паланка, Славко Стојановски. За Здружението на инвалиди на трудот, Спогодбата за соработка ја потпишаа градоначалникот Алексовски и претседателот на Здружението на инвалиди на трудот Сарафин Стојановски.

Арсен Илиевски

ЗП ОВР на РМ

Дружења за родендени

На почетокот на годината, на една неофицијална средба пензионерите од ЗП ОВР разговараа за начинот на работа и даваа иницијативи и предлози за омасовување и збогатување на активностите, се со цел што поубаво да се дружат, деновите да си ги поминуваат опуштено и исполнето. Така, имаше предлози за одбележување на разни настани, за прославување празници, организирање екскурзии, прошетки и друго, што е утврдено во Програмата на Здружението, а тогаш се наметна и иницијативата за одбележување родендени на пензионерите, која беше едногласно прифатена. Веднаш на списокот се најдоа триесетина пензионери кои изразија желба со своите врсници, другари и пријатели во Здружението заедно да ги слават родендените.

Веќе по неколку дена во просториите на здружението се случи првото одбележување на родендeнот на претседателката на Комисијата за култура, која за оваа пригода приреди засладување со торта, а дружбата заврши со песна, играње и веселба. Потоа, не требаше многу да се чека за следната средба и дружење по истиот повод, бидејќи датумите на раѓање ги определуваа термините за одбележување на родендените. Така, дојде редот и на познатиот активист и доаен на Здружението, осумдесетгодишниот Стојче Јанкуловски, чиј роденден се совпадна со одбележувањето на Денот на жената и двојниот повод вроди импресивна средба и дружење за паметење.

Овој настан со лично присуство го увелича и ја поздрави иницијативата за одбележување родендени, претседателот на СЗПМ **Драги Аргировски**, кој го истакна придонесот на вакивите активности за здраво и активно стареење и честитајќи им го празникот на пензионерките, на славеникот и на две најистакнати активистки им врачи пригодни подароци.

Само нека има повеќе вакви и слични иницијативи! **С.С. - С.Ц-С.**

Македонците пензионери во Хрватска

Со Томе Апостолоски, прилепчанец кој живее во Загреб, се сретнавме во прилепското здружение на пензионери и разговаравме за Македонците пензионери во Република Хрватска.

– Во Хрватска живеам веќе 43 години. Работев во структурите на образованието, а сега сум, можеби меѓу најактивните пензионери Македонци. Мојата активност пред се е ангажираност за подобрување на животот на околу 4200–те македонци кои живеат во Република Хрватска, а со тоа се разбира и на пензионерите. Јас сум претседател на Македонската координација за македонските клубови во Хрватска. Наша основна задача е да им се помага на нашите иселеници за подобро и навремено решавање на одредени проблеми што се јавуваат. Многу сме активни на културен план. Ги одбележуваме сите важни историски датуми за Македонија, позначајни јубилеи, годишнини и слично, – вели Апостолоски.

Кога се говори за Македонија и се што е поврзано со неа, него тешко може човек да го запре, да не зборува.

– Во седум градови во Хрватска, околу 130 ученици во училиштата учат на македонски јазик, ги учат македонската историја и култура. Исто така, имаме свои црковни општини во Загреб, Сплит, Риека и Пула веќе 10 години, каде се собираме и со македонски свештеници се служи литургија на македонски јазик, а набрзо во центарот на Загреб ќе почне да се гради македонска православна црква, – објаснува нашиот соговорник.

Инаку, Томе често доаѓа во Македонија и во Прилеп иако не им е непознат на неговите генерациски другари. При средбата дознавме дека тој беше организатор на екскурзија во Македонија во која, покрај Македонци, имаше и хрватски рекреативци, пензионери при што посетија повеќе градови во Македонија. За пензионерите во Хрватска ни рече дека слично како и кај нас се здружени во здруженија и пензионерски друштва кои меѓусебно соработуваат и организираат разновидни активности.

К. Ристески

Интервју со Ѓорге Андонов, претседател на ИО на ЗП Гази Баба

Резултати за респект

Здружението на пензионери Гази Баба е едно од подобрите во СЗПМ и од година во година се повеќе се афирмира и постигнува забележителни успеси речиси во сите области на дејствувањето. Како тоа го постигнувате?

– Навистина неколку години по ред постигнуваме значајни успеси, а минатата година беше една од подобрите. Се надеваме дека тој тренд ќе го задржиме и оваа година бидејќи имаме можности и расположение кај сите одговорни субјекти за зголемено ангажирање и одговорно извршување на планираните задачи. Поголем напор за организирано дејствување бара и самата распространетост на здружението на поголем простор, така што тоа покрива територија од четири општини (Гази Баба, Петровец, Арачиново и дел од општината Илинден). Значи, членството живее во урбани и рурални средини и затоа е потребно поголемо залагање и вложување напор од страна на раководството на здружението за поуспешно дејствување и реализирање на поставените задачи. Веруваме дека придонес кон тоа е и негувањето на добра меѓусебна сорабтка на сите членови без оглед на тоа дали се од градска или селска средина, а таквата припадност овозможува поголема ширина во искажувањата и разновидност на културно-забавните и спортско–рекреативните активности.

На што најмногу ќе се фокусирате оваа година?

– Кога станува збор за изразување на тежиштето, тоа веќе го направивме во Програмата за работа, која е проширена и збогатена со нови содржини во сите области на работењето. Во 2014 година, која е прогласена за солидарна, акцент ќе ставиме на хуманитарно–здравствената заштита на пензионерите, со посебна грижа за лицата со нарушено здравје, со потешки хронични заболувања и со ниски пензии. За нив ќе обезбедиме попуст за бањско лекување, за користење на Рекреативниот центар во Катланово и други погодности што ќе се појават во текот на годината, а се од интерес на пензионерите. Основна цел е подобрување на квалитетот на животот на пензионерите, при што не се мисли само на покачувањето на пензиите, што, еве и тоа се случува, туку и на бројните активности во кои Здружението настојува помасовно да ги вклучи своите членови, да им дава помош во справувањето со секојдневните проблеми и да им обезбеди поактивно и поздраво стареење. Затоа од големо значење за пензионерите е обезбедувањето сместувачки капацитети (старски и пензионерски домови, центри за дневен престој, пензионерски клубови и друго) особено за оние кои сами живеат, а се во поодминати години.

Уште кои активности планирате да ги реализирате за да го потврдите минатогодишниот успех?

– Основна заложба на Раководството е што поцелосно да се реализира Програмата за работа за оваа година, во која се набележани сите активности и задачи на Здружението. При реализирањето на истите, не мислиме да го потврдиме минатогодишниот успех, туку значително да го зголемиме. Притоа, планираме да вклучиме што поголем број пензионери во спортските пензионерски игри, потоа да ја натфрлиме бројката на учесници во рекреативните активности, какo што се екскурзиите, пикниците, средбите и дружењата по разни поводи. Исто така, големо внимание посветуваме на културно–забавниот живот и во областа на културните дејности Здружението изгради своја препознатливост, особено со КУД „Пензионер" и хорот кој оваа година ќе одбележи 10 години од своето постоење.

Кога станува збор за ревиите на песни, музика и игри, како и спортските натпревари, мошне сериозно се подготвуваме и традиционално постигнуваме резултати за респект.

Каков бенефит имате од тоа што сте член на Извршниот одбор на СЗПМ?

– Моето учество во работата на Извршниот одбор СЗПМ е од голема корист, како за мене така и за нашето здружение. После секоја одржана седница на ИО, благовремено ги запознавам членовите на нашиот Извршен одбор и претседателите на ограноците со сите заклучоци и решенија што се донесуваат. Така, добро сме информирани за работата и постигнувањата во Сојузот и ги знаеме барањата и насоките во остварувањето на програмските цели, а доколку се појават одредени проблеми, дилеми и недоразбирања, заедно ги решаваме. Нашата соработка со СЗПМ е предност за нас и во секој поглед ќе настојуваме да ја интензивираме.

Традиционално добра соработка имате со Локалната самуправа. Каква е перспективата на таа соработка?

– Ја потврдувам вашата констатација и сакам да нагласам дека со локалната самоуправа, односно со Општината Гази Баба имаме потпишано спогодба за соработка и истата се применува по укажана потреба. За пососодветна реализација на договореното, формиравме Координативно тело составено од 5 члена, од кои два члена се од општината, два од нашето здружение и еден од инвалидските пензионери. Ова тело се состанува зависно од укажаната потреба за решавање конкретни прашања (отварање клубови по ограноците, организирање хуманитарни акции, средби од културно–забавен карактер и друго). Значи, соработката со Општината е традиционална, мошне корисна и перспективна.

Ангажирањето во Здружението ви го троши слободното време, но дали ви останува малку и за други работи?

– Слободно време има секогаш доволно, но секоја индивидуа треба да знае како да се организира и како да го користи. Јас настојувам службените и приватните обврски благовремено и плански да ги завршам, а останатото време ми служи за релаксација, за лесни прошетки на чист воздух, за читање на дневниот печат и следење ТВ емисии од едукативен и научен карактер.

Мендо Димовски

Традиционален двомеч во Кавадарци

На 27 февруари се одржа традиционалниот двомеч меѓу пензионерите од кавадаречкото здружение на пензионери и полициските службеници од кавадаречката полиција. Со голем натпреварувачки дух, едните како постари и поискусни, а другите со голема умешност овозможија уште една незаборавна дружба на две генерации, кај кои преовладуваше голема возбуда и желба да се победи противникот, но најважно од се беше дружењето и продлабочувањето на соработката која трае со години по ред. И на овогодишниот двомеч пензионерите и припадниците на полициската станица покрај главната спортска активност, организираа советодавно предавање на тема: „Превенција од џебни кражби и измами врз пнезионерите" шато го реализира инспектор од крим полиција, **Страшо Тодоров.**

Во вториот дел од натпреварот беа натпреварите во три дисциплини: шах, табла и пикадо. На турнирот кој го отвори претседателот на ИО Ристо Анѓушев учествуваат вкупно 36 натпреварувачи, од кои 18 полицајци и 18 пензионери. Во секоја од игрите учествуваа и припадничките од понежниот пол кои успеаа да ја покажат нивната умешност во овие древни игри. Во пикадо натпреварот меѓу жените победник беше пензионерката Велика Симоновиќ, која редовно на секој организиран натпревар во оваа дисциплина и на републичките и на регионалните пензионерски игри не си оди без освоена награда. Таа вели:

„Убаво е да си пензионер во ова време, секој период од животот си има своја убавина, па така и староста".

Меѓу мажите во пикадо натпреварот победници беа претставниците од полицијата, од кои прво место освои Глигор Јованов, а второ Трајче Танчев. Во натпреварите во табла најдобри беа пензионерките Ефка Јошева прво место и Љубица Велкова второ место, а меѓу мажите исто така пензионерите се покажаа како поумешни во оваа дисциплина. Од нив прво место освои Цандо Гурев, а втор беше пензионерот Ване Колев. Во дисциплината шах нетпреварите течеа само помеѓу посилниот пол, каде најдобар беше Марјан Тасевски претставник од полициската станица, а втор беше пензионерот Трајче Петровски.

Според организаторите **Блаже Соколов** претседател на Комисијата за спорт при ЗПК и инспектор за превенција **Димитар Каракулев**, велат дека овој натпревар ќе го организираат и во наредните години со интенција да биде побројен и да има уште повеќе натпреварувачи. На крајот на заслужните учесници им беа доделени дипломи за освоено прво и второ место. **М. Митков**

ЗП Свети Николе

Активни пензионерки

Пензинерките во Свети Николе се активни и во Здружението преку Активот на пензионерки, но и во Општина Свети Николе. Неодмана учествуваа во Работилницата за Граѓење на мир, национална комуникација, управување со конфликт и почитување на различностите. Сите пензионерки активно учествуваа во дискусијата и дадоа свој допринос во Работилницата. Беа презадоволни што на овој начин се дружат, што доаѓаат до нови сознанија и учат многу нови работи.Тие и во иднина ќе бидат активни и ќе учествуваат во ваков тип на средби. Некои од нив вакивте дружења и средби ги враќаат во младоста.

И голмиот верски празник во општина Свети Николе, Тодорица, беше уште една можност за средба и дружење на пензионерите. Прославата на Тодорица се одржува веќе 10 години, а исто така и Меѓународниот фестивал на изворен фолклор. Овој обичај се негува од стари времиња и е сочуван до денес. Фестивалот претставува можност да се одржаат во живот и сочуват од заборав изворни песни, ора и обичаи, богатството на еден народ, кое се пренесува од постарите на помладите генерации. На дружењето имаше повторни средби со пријателите кои дојдоа од Куманово, Штип, Велес, Радовиш, Пробиштип и Кочани , но се случија и нови познанства. Се склопија нови пријателства и познаства и со пријателите од Ќиќевац, Република Србија. На оваа меѓугенерациска манифестација каде

со радост сите уживаа, беше убава глетката: младоста со својата убавина и енергија, староста со својата зрелост и искуство чинеа една неразделна целина. Сите уживаа во прекрасните изведби на ансамблите и во шарените носии од сите краишта на нашата земја. Сосема е сигурно дека на овој настан ќе се сеќаваат со убава мисла. На овој начин пензинерките и се спротставуваат на монотонијата и денот побргу им поминува.

Вукица Петрушева

ФОНД ЗА ЗДРАВСТВЕНО ОСИГУРУВАЊЕ НА МАКЕДОНИЈА

Почитувани,

Фондот за здравствено осигурување на Македонија преку транспарентниот процес на утврдување на референтни цени на лекови од Листата на лекви кои паѓаат на товар на ФЗОМ успева во континуитет за осигурениците да обезбеди се поголем број на лекови без доплата. Во моментот има досега рекордни 472 лекови по заштитено име од различни производители кои се без доплата. Во следниот преглед се дадени лековите кои се без доплата и се наменети за терапија на заболувања на дигестивниот тракт, лекови за намалување на шеќерот во крвта, минерални додоатоци,антианемични лекови, лекови за срце и за намалување на крвниот притисок, лекови за намалување на масноти во крвта, лекови за кожни заболувања, противвоспалителни лекови.

СПИСОК НА ЛЕКОВИ НА РЕЦЕПТ БЕЗ ДОПЛАТА КОИ ПАЃААТ НА ТОВАР НА ФОНДОТ - Дел 1

ЗАШТИТЕНО ИМЕ НА ЛЕКОТ	ПРОИЗВОДИТЕЛ	ЗАШТИТЕНО ИМЕ НА ЛЕКОТ	ПРОИЗВОДИТЕЛ	ЗАШТИТЕНО ИМЕ НА ЛЕКОТ	ПРОИЗВОДИТЕЛ	ЗАШТИТЕНО ИМЕ НА ЛЕКОТ	ПРОИЗВОДИТЕЛ
ЛЕКОВИ ЗА ТРЕТМАН НА УЛКУСНА БОЛЕСТ		ENYGLID табл. 90 x 2mg	KRKA	BISOPROLOL филм обл.табл. 30 x 2,5mg	JAKA 80	REVASTAT филм обл.табл. 30 x 20mg	REPLEKFARM
RANITIDIN филм обл.табл. 20 x 150mg	JAKA 80	REPAGLINID табл. 90 x 2 mg	PharmaS	BISOPROLOL филм обл.табл. 30 x 2,5mg	REPLEKFARM	STATEX филм обл.табл. 28 x 40mg	PLIVA
OMEPRAZOL капс.14 x 20mg	JAKA 80	МИНЕРАЛНИ ДОДАТОЦИ		BYOL филм обл.табл. 30 x 2,5mg	LEK	HOLLESTA филм обл.табл. 30 x 40mg	ALKALOID
OMEPRAZID капс.14x20mg	NOBEL ILAC	KALCIUM KARBONAT табл.50 x 1g	REPLEKFARM	BISOPROLOL филм обл.табл. 30 x 5mg	JAKA 80	REVASTAT филм обл.табл. 30 x 40mg	REPLEKFARM
LANZUL капс. 28 x 30mg	KRKA	KALIUM CHLORID таблети за перорален раствор 500 mg	JADRAN GALENSKI LAB.	BISOPROLOL филм обл.табл. 30 x 5mg	REPLEKFARM	ATORIS филм обл.табл. 30 x 10mg	KRKA
LANSOPRAZOL PLIVA гастрорезистентни капсули 28 X 30 mg	PLIVA	KALIUM CHLORID таблети за перорален раствор 500 mg	BELUPO	KARVEDILOL табл.30 x 6,25mg	REPLEKFARM	ATORVASTATIN филм обл.табл. 30 x 10mg	REPLEKFARM
ЛЕКОВИ ЗА ТРЕТМАН НА ДИГЕСТИВНИОТ СИСТЕМ		ЛЕКОВИ КОИ ДЕЛУВААТ НА КРВТА И КРВОТВОРНИТЕ ОРГАНИ		KARVEDILOL табл.30 x12,5mg	REPLEKFARM	ATORVOX филм обл.табл. 30 x 10mg	PLIVA
KLOMETOL табл. 30 x 10mg	GALENIKA	ACENOKUMAROL табл.20 x 4mg	REPLEKFARM	CORYOL табл.28 x 25mg	KRKA	ATORIS филм обл.табл. 30 x 20mg	KRKA
URSOFALK перорална суспензија 250 mg/5ml (250ml)	Dr.Falk Pharma GmBH	АНТИАНЕМИЧНИ ЛЕКОВИ		CARVETREND табл.28 x 25mg	PLIVA	ATORVOX филм обл.табл. 30 x 20mg	PLIVA
ENTEROFURYL капс.30 x 100mg	BOSNALIJEK	HEFEROL капс. 30 x 350mg	ALKALOID	KARVEDILOL табл.30 x 25mg	REPLEKFARM	TULIP филм обл.табл. 30 x 20mg	SANDOZ-LEK
FURALкапс.30 x 100mg	ALKALOID	REFERUM таблети за џвакање 30 x 100mg	REPLEKFARM	MONOVAS табл.20 x 5mg	MN PHARMACEUTICALS	TORVEX филм обл.табл. 30 x 20mg	ALKALOID
ENTEROFURYL капс.16 x 200mg	BOSNALIJEK	REFERUM сируп 50mg/5ml (100ml)	REPLEKFARM	AMLODIPIN табл.20 x 5mg	JAKA 80	ATORVASTATIN филм обл.табл. 30 x 20mg	REPLEKFARM
FURAL капс.20 x 200mg	ALKALOID	REFERUM раствор за орална употреба 100mg/5ml (100ml)	REPLEKFARM	MONOVAS табл.20 x 10mg	MN PHARMACEUTICALS	ATORIS филм обл.табл. 30 x 30mg	KRKA
ENTEROFURYL сусп.200mg/5ml(90ml)	BOSNALIJEK	ЛЕКОВИ ЗА СРЦЕ И ЛЕКОВИ ЗА НАМАЛУВАЊЕ НА КРВНИОТ ПРИТИСОК		AMLODIPIN табл.20 x 10mg	JAKA 80	ATORIS филм обл.табл. 30 x 40mg	KRKA
FURAL сусп.200mg/5ml(90ml)	ALKALOID	CORLAN табл.20x0,25mg	PLIVA	NIFEDIPIN филм обл.табл. 50 x 10mg	JAKA 80	ATORVOX филм обл.табл. 30 x 40mg	PLIVA
SULFASALAZIN EN табл. 50 x 500mg	KRKA	DILACOR табл. 20x 0,25mg	ZDRAVLJE	VERAPAMIL 40 филм обл.табл. 30 x 40mg	JAKA 80	ATORVASTATIN филм обл.табл. 30 x 40mg	REPLEKFARM
MESALAZIN табл. 50 x 250mg	REPLEKFARM	PLITOP табл. 50 x 0,1mg	PLIVA	VERAPAMIL ALKALOID обл.табл. 30 x 40mg	ALKALOID	ATORIS филм обл.табл. 30 x 60mg	KRKA
MESALAZIN табл. 50 x 500 mg	REPLEKFARM	AMIODARON табл.30 x 200mg	REPLEKFARM	VERAPAMIL 80 филм обл.табл. 50 x 80mg	JAKA 80	ATORVASTATIN филм обл.табл. 30 x 80mg	REPLEKFARM
KREON 10.000 капс.20 x (8000E+10000E+600E)(150mg)	ABBOT Products GmbH	AMIODARON табл. 60 x 200mg	ZDRAVLJE	ALDIZEM табл.30 x 60mg	ALKALOID	ATORIS филм обл.табл. 30 x 80mg	KRKA
KREON 10.000 капс.50 x (8000E+10000E+600E)(150mg)	ABBOT Products GmbH	NITROGLICERIN лингвалети 40 x 500mcg	JAKA 80	ALDIZEM табл.30 x 90mg	ALKALOID	АНТИМИКОТИЦИ ЗА ДЕРМАТОЛОШКА УПОТРЕБА	
KREON 25.000 капс.100 x (18000E+25000E+1000E)(300mg)	ABBOT Products GmbH	NITROLINGUAL сублингвален спреј 0,4mg/доза (200дози)	G.POHL Boskamp Gmbh&CoKG	ENALAPRIL 5 табл. 20 x 5mg	JAKA 80	KASEN раствор 1%(20ml)	JAKA 80
ЛЕКОВИ ЗА НАМАЛУВАЊЕ НА ШЕЌЕР ВО КРВТА		PLODIN 20 табл. 30 x 20 mg	JAKA 80	ENALAPRIL 10 табл. 20 x 10mg	JAKA 80	KASEN крема 10mg/g(20g)	JAKA 80
METFORMIN филм обл.табл. 30 x 500mg	JAKA 80	PLODIN 40 табл. 30 x 40 mg	JAKA 80	ENALAPRIL 20 табл. 20 x 20mg	JAKA 80	MYCORIL крема 10mg/g (20g)	REMEDICA
METFORMIN филм обл.табл. 30 x 500mg	REPLEKFARM	VASOFLEX табл.30 x 1mg	ALKALOID	LIZINOPRIL табл.20 x 5 mg	JAKA 80	ANTIFUNGOL крема 10mg/g (50g)	SALUTAS
METFORMIN филм обл.табл. 30 x 850mg	JAKA 80	VASOFLEX табл. 60 x 2mg	ALKALOID	LIZINOPRIL табл.20 x 10 mg	JAKA 80	АНТИБИОТИЦИ И ХЕМОТЕРАПЕВТИЦИ ЗА ДЕРМАТОЛОШКА УПОТРЕБА	
METFORMIN филм обл.табл. 30 x 1000mg	JAKA 80	VASOFLEX табл.60 x 5mg	ALKALOID	LIZINOPRIL табл.20 x 20 mg	JAKA 80	CHLORAMPHENICOL ALKALOID маст 50mg/g(5g)	ALKALOID
AGLIKEM филм обл.табл. 30 x 1000mg	HEMOFARM	KAMIREN табл.30 x 1mg	KRKA	LORISTA филм обл.табл. 28 x 100mg	KRKA	ACIKLOVIR ALKALOID крема 50mg/g (5g)	ALKALOID
GLIBENKLAMID табл.30 x 5mg	REPLEKFARM	KAMIREN табл.30 x 4mg	KRKA	ERYNORM филм обл.табл. 28 x 100mg	HEMOFARM	ACIKLOVIR крема 50mg/g (5g)	ZDRAVLJE
ENYGLID табл. 30 x 0,5mg	KRKA	HIDROHLOROTIAZID табл.20 x 25mg	JAKA 80	LOSARTAN ALKALOID филм обл.табл. 30 x 100mg	ALKALOID	ПРОТИВВОСПАЛИТЕЛНИ ЛЕКОВИ ЗА ЛОКАЛНА УПОТРЕБА (КОРТИКОСТЕРОИДИ ЗА ДЕРМАТОЛОШКА УПОТРЕБА)	
REODON табл. 90 x 0,5mg	PLIVA	SPIRONOLAKTON табл. 40 x 25mg	REPLEKFARM	LORISTA филм обл.табл. 30 x 100mg	KRKA	HYDROCORTISON маст 25mg/g(5g)	GALENIKA
ADIABEN табл. 90 x 0,5mg	BELUPO	SPIRONOLAKTON табл. 30 x 100mg	REPLEKFARM	LORISTA филм обл.табл. 28 x 25mg	KRKA	BETAMETAZON крема 0,5mg/g (30g)	REPLEKFARM
ENYGLID табл. 90 x 0,5mg	KRKA	PENTOXIFYLINE обл.табл. 20 x 400mg	JAKA 80	LOSARTIC филм обл.табл. 28 x 50mg	PLIVA	BETAMETAZON крема 0,5mg/g (20g)	JAKA 80
REPAGLINID табл. 90 x 0,5mg	PharmaS	PENTOKSIFILIN REPLEKFARM R филм обл.табл. 20 x 400mg	REPLEKFARM	ERYNORM филм обл.табл. 28 x 50mg	HEMOFARM	BETAMETAZON маст 0,5mg/g (20g)	JAKA 80
ENYGLID табл. 30 x 1mg	KRKA	PRESOLOL филм обл.табл. 28 x 50mg	HEMOFARM	LAKEA филм обл.табл. 30 x 50mg	SANDOZ-LEK	DECOTAL крема 1mg/g(20g)	ALKALOID
REODON табл. 90 x 1mg	PLIVA	PRESOLOL филм обл.табл. 56 x 50mg	HEMOFARM	LOSARTAN филм обл.табл. 30 x 50mg	REPLEKFARM	DECOTAL маст 1mg/g(20g)	ALKALOID
ADIABEN табл. 90 x 1mg	BELUPO	PRESOLOL филм обл.табл. 30 x 100mg	HEMOFARM	RASOLTAN филм обл.табл. 30 x 50mg	ACTAVIS	BETASALIK маст (0,5 mg+30 mg/g)(30g)	REPLEKFARM
ENYGLID табл. 90 x 1mg	KRKA	ATENOLOL табл. 20 x 50mg	JAKA 80	ЛЕКОВИ ЗА НАМАЛУВАЊЕ НА МАСНОТИИ ВО КРВТА		BETASALIK лосион (0,5 mg+20 mg/ml) (50ml)	REPLEKFARM
REPAGLINID табл. 90 x 1 mg	PharmaS	ATENOLOL табл. 14 x 100mg	JAKA 80	STATEX табл. 28 x 10mg	PLIVA	ADVANTAN маст 0,1%(15g)	BAYER SHERING
ENYGLID табл. 30 x 2mg	KRKA	ATENOLOL табл. 14 x 100mg	REPLEKFARM	HOLLESTA филм обл.табл. 30 x 10mg	ALKALOID	ADVANTAN крем 0,1%(15g)	BAYER SHERING
REODON табл. 90 x 2mg	PLIVA	BISOPROLOL филм обл.табл. 30 x 10mg	JAKA 80	REVASTAT филм обл.табл. 30 x 10mg	REPLEKFARM		
ADIABEN табл. 90 x 2mg	BELUPO	BISOPROLOL филм обл.табл. 30 x 10mg	REPLEKFARM	STATEX табл. 28 x 20mg	PLIVA		

ЗП Битола

Актуелни прашања од работата

Здружението на пензионери во Битола, на 25 февруари 2014 година ја одржа четиринаесттата седница на Собранието на која присуствуваа и претседателите на ограноците и членовите на Надзорниот одбор.

Воведен збор по извештајот за работата на Собранието поднесе претседателот на Собранието **Стево Бојаџиев**, кој ја истакна успешноста во работењето на органите и телата на Здружението, посебно истакнувајќи ги реализираните задачи во рамките на Програмата за работа за 2013 година.

Во фокусот на вниманието на седницата беше финансиското и материјалното работење на Здружението, при што детално беа претресувани поедини ставки од доставените материјали. Во мошне плодна и конструктивна дискусија, беа разгледувани актуелни прашања од работата и активностите во изминатиот период и беа дадени објаснувања од стручните служби во врска со завршната сметка со конкретни примери и показатели.

Треба да се истакне дека Здружението на пензионери од Битола, како поголема организирана структура, во своето работење наидувало на одредени проблеми, од субјективни или објективни причини, меѓутоа, сите програмски задачи со планираните финансиски средства се реализирани и нема посебни забелешки за финансиското и материјалното работење. Со незначителни забелешки и передлози за унапредување на работата на Извештајот за работа и Завршната сметка на Здружението, Собранието едногласно ги усвои.

Добре Тодоровски

Здружение на пензионери „Гази Баба"

Традиционално позитивни резултати

За Здружението на пензионери „Гази Баба" во Скопје се заокружи уште една година со позитивен биланс, постигнати резултати и реализирани задачи, беше констатирано на 9–та редовната седница на Собранието, под раководство на претседателот

Ана Ѓорѓиева, која посакувајќи им успешна работа на делегатите и претседателите на ограноците, имаше воведно излагање. Програмските задачи, годишната завршна сметка, извештајот на Надзорната комисија, активностите на телата и органите, беа главни точки разгледани на седницата. Притоа, беше нагласено дека завршната сметка е усогласена според законските прописи, без финансиско–материјални неправилности, кое се потврдува и од извештајот на надзорната комисија. Расправата беше конструктивна и резултираше со едногласно усвојување на понудените документи.

Во врска со остварувањата и програмските задачи, пригодно уводно излагање имаше **Ѓорге Андонов**, претседател на Извршниот одбор, истакнувајќи дека финансискиот извештај за минатата година и предлог Програмата за работата на здружението во 2014 година, биле разгледани и поддржани од Одборите на ограноците и со рационално трошење на средствата во тековната година се очекуваат збогатени активности.

– Во извештајот е дадено се што сме работеле минатата година. Имаме постигнато забележителни резултати. На некои активности треба да им дадеме посебен акцент, како што се: Спортските натпревари и музичките ревии, повторното активирање на музичката група и организирање екскурзии со повеќе едукативен карактер, кои се битен елемент за активирање и сплотување на пензионерите. Може да се рече дека сме меѓу најдобрите во спортските и музичките ревии, а тоа е резултат од нашата обврска и залојба што создадовме услови за тоа. Имаме изведено, во минатата година, околу 80 екскурзии како во Република така и надвор, Албанија, Србија и Бугарија, каде околу 6000 пензионери зедоа учество или скоро половината од вкупниот број на членови во нашето здружение – рече претседателот Ѓорге Андонов.

Во богатата и конструктивна дискусија не беше искажана ниту една критика или негативна забелешка од членовите и претседателите на ограноците.

На крајот, беше заклучено дека здружението целосно ја остварило програмата и постигнало забележителни резултати, а посебно во преземените мерки во подобрување на условите и квалитетот на животот на пензионерите.

Васил Пачемски

ЗП Карпош

Заложба за поголеми успеси

Иѕдружението на пензионери Карпош во Скопје одржа отчетна седница за работата во 2013 година. Со седницата раководеше претседателот на Собранието **Јован Гиновски** кој на почетокот истакна дека со домаќинско работење и рационално трошење на средствата, сите планирани задачи и активности во минатата година се успешно реализирани. Извештај за работата поднесе претседателот на Извршниот одбор **Трајко Савески** кој воедно ја образложи и завршната сметка на здружението за 2013 година. Расправа главно се водеше по Извештајот и завршната сметка, при што немаше посебни забелешки за работата на органите и телата и беше констатирано дека здружението во 2013 година бележи се подобри успеси.

Во дискусијата беше истакнато дека програмските цели и активности планските се реализираат, но, исто така, беше искажан интерес за реализацијата на задачата околу постапката за дефинирање и разграничување на членството, за што Трајко Савески даде објаснување и уверување дека има изгледи ваквата состојба брзо и правно да се разреши. Позитивни оценки за материјално–финансиското работење на Здружението беа дадени и во Извештајот на Надзорниот одбор, а според Завршната сметка, трошењето на средствата е правилно и наменски, а билансот на расходите е во рамките на планираните средства од Финансискиот план за 2013 година. Седницата заврши со едногласно усвојување на Извештајот за работата и Завршната сметка за 2013 година и со залојба на сите чинители на здружението 2014 година да се одбележи со уште поголеми успеси. Тоа, всушност е назначено и во Програмата за оваа година, во која тежиштето е изразено на социјално–хуманитарните активности, како значајна димензија во 2014 година, која СЗПМ ја прогласи за солидарна.

М.Д.

ЗП Кисела Вода

Одговорно и домаќинско работење

За работењето на ЗП Кисела Вода во 2013 година опширно и конструктивно се расправаше на осмата седница на Собранието на ова здружение, која се одржа на 28–ми февруари 2014 година. На рабониот дел од седницата, со која раководеше претседателот на Собранието на ЗПКВ, **Доне Тодоровски**, присуствуваше и активно учествуваше претседателот на СЗПМ **Драги Аргировски**.

Главна точка на седницата беше разгледувањето на завршната сметка за 2013 година, за која билансот на приходите и расходите го образложи претседателот на ИО на ЗПКВ **Благоје Арсиќ**. Во дискусијата беше истакнато дека планираните приходи на здружението во целост се остварени, а расходите се совпаѓаат со предвидените трошоци во Финансискиот план од минатата година. Значителни финансиски средства од остварените приходи, речиси двоструко поголеми од расходите, остануваат како заштеда и ќе бидат пренесени во 2014 година. Позитивното материјално–финансиско работење беше искажано и во Извештајот на Надзорниот одбор, а за вкупното дејствување на здружението и за

постигнатите успеси во 2013 година, поширок преглед и согледувања беа дадени во Извештајот за работењето на Собранието, на ИО и на комисиите.

Пофални зборови за одговорното и домаќинско работење на здружението, при своето поздравно обраќање упати и претседателот на СЗПМ Драги Аргировски, при што ги акцентираше постигнатите успеси на СЗПМ во 2013 година и ги спомна признанијата што ги доби како лидер на оваа најмасовна мултиетничка невладина и непартиска организација, кои воедно ги поистовети со успесите на ова здружение, бидејќи, како што рече тој, без успехот на базата, нема ниту личен, ниту заеднички успех, за што срдечно на сите им заблагодари. Видно задоволни од обраќањето на претседателот Аргировски и од одговорите на повеќе прашања што му ги поставија за животот на пензионерите, присутните на седницата со бурен аплауз ги поздравија и поддржаа заложбите на СЗПМ во остварувањето на програмските цели и задачи за поквалитетен и подостоинствен живот на пензионерите.

Со конструктивни забелешки и предлози за подобри резултати во 2014 година во расправата активно учествуваа: **Слободан Илијевски, Борче Кузмановски, Васил Зимбаков, Фадил Идризи** и други.

Извештајот за работата и Завршната сметка на Здружението за 2013 година, Собранието едногласно ги прифати и усвои.

Мендо Димовски

ЗП Чаир

Со нови сили и идеи

Првите месеци од годината вообичаено се прават анализи на постигнатото и реализираното во претходната година. Во таа насока и ЗП Чаир, во присуство на д–р Крсте Ангеловски, претседател на Сојузот на ЗП на град Скопје и Калина Сливовска–Андонова претседател на Комисијата за информирање која ги поздрави присутните во име на СЗПМ и им посака успешна работа.

Со седницата раководеше претседателот на Собранието **Исен Зекири**. Најнапред беа усвоени Извештајот за работата на здружението, Извештајот за финансиско–материјално работење во 2013 година, како и Програмата за работа и финансискиот план за здружението за тековната 2014 година. На седницата беа избрани и нови членови на Надзорниот одбор како и секретари на ограноците.

Претседателот на ИО **Ментор Ќоку**, во уводното излагање констатираше, дека Извештаите се непотполни, но истите даваат јасна слика дека сите планирани активности во програмата за изминатата година не се во целост реализирани. Притоа се осврна на забелешките кои се однесуваа на транспарентноста во севкупното работење, а посебно во делот на финансиското работење на старото раководство.

Исто така, тој зборуваше и за актуелни прашања и задачи од поголемо значење за натамошното дејствување на здружението со цел резултатите да бидат видливи и успешни.

Во расправата активно учествуваа и **Дануш Буши и Рауф Хамиди** кои критички се осврнаа на работата на претходното раководство и поставија повеќе прашања, поврзани со финансискиот извештај.

На седницата беа дадени нови идеи, сугестии и предлози за натамошните активности, со цел да се продолжи со позасилено темпо за реализирање на планираните задачи.

В. Пачемски

ЗП Кочани

Успешна соработка со локалната самоуправа

Здружението на пензионери од Кочани го одржа своето редовно годишно собрание на кое делегатите го усвоија Извештајот за работа со завршната сметка за 2013 година, а донесоа и Програма и финанси план за оваа година.

На собранието присиствуваа градоначалниците на Кочани и Зрновци, Ратко Димитровски и Блаже Стаков, како и преставник од општината Чешиново Облешево, општини во кои ЗП Кочани има свои ограноци.

– Програмските активности за минатата година целосно ги реализиравме. Имаме бројни активности на социјален, културен и спортски план, во кои беа вклучени 2.500 пензионери. Покрај тоа беше организирана и посета на значајни културни и историски знаменитости во Македонија, а остваривме и богата соработка со ЗП Кавадрци и ЗП Куманово, – истакна **Ѓорги Серафимов**, претседател на ЗП Кочани. За годинава, истакна Серафимов, во Програмата за работа главно место се дава на социјалата, на бањско – климатската и спортската рекреација, на ревиите и друго. Поздравувајќи ја работата на годишното осбрание градоначалникот на Кочани **Ратко Димитровски** ја истакна успешната соработка со ЗП Кочани, која придонесе општината целосно да се ангажира за подготовката на документацијата за идниот регионален пензионерски дом. Запрашан дали пензионерите од Кочани ќе добијат бесплатен ден за превоз во градскиот сообраќај, Димнитровски рече дека тој ја поддржа ваквата иницијатива, но дека одлука треба да донесе Советот на општина Кочани. Работата на годишното собра-

ние на ЗП Кочани ја следење и градоначалникот на општина Зрновци **Блаже Станков**, кој се заблагодари за успешната соработка, истакнувајќи дека таа ќе продолжи и понатаму, а општината ќе отстапи просторија за работа на пензионерите во Зрновци и најави скорешнен почеток на работа и на Клубот на пензионери во оваа општина.

Киро Герасимов

ЗП Неготино

Штедливо и мудро раководење

ЗП Неготино на 25.02.2014 година ја одржа својата редовна отчетна седница на Собранието. На истата беа разгледани и усвоени:

– Извештајот за работа на ЗП Неготино за 2013 година;
– Завршната сметка за 2013 година;
– Оперативна програма за работа на Извршниот одбор и Собранието на пензионерите за 2014 година;
– Програмата за работа на Комисијата за спорт и рекреација за 2014 година;
– Програмата за работа на пејачката група „Распеани пензионери" за 2014 година;
– Програмата за работа на Активот на пензионерки при ЗП Неготино за 2014 година и
– Финансискиот план за 2014 година.

По овие документи се водеше конструктивна расправа, а Завршната сметка за 2013 година беше елаборирана од претседателот на Здружението **Петар Захарчев,** кој меѓу другото рече дека е со позитивен резултат благодарение на мудрата и штедлива политика на раководството, иако во 2013 година имаше многу инвестирање. На седницата беше разгледан и усвоен финансискиот план и Програмата за работа за 2014 година.

И. Ешмов

ЗП Демир Хисар

Продолжуваме понатаму

Собранието на ЗП Демир Хисар, на 21.02.2014 година ја одржа третата редовна седница, при што

беа разгледани и усвоени Извештајот за работа за минатата година, Програмата за работа за 2014 година и Финансовиот план за оваа година.

Председателот **Пере Петрески** во воведниот збор ја истакна успешната во работењето на здружението, притоа наведувајќи повеќе значајни реализирани проекти, ставајќи акцент на социјално–хуманитарната активност, на културно–уметничките и спортско–рекреативните активности, на здравствената заштита и друго.

Во фокусот на расправата беше извештајот од Надзорниот одбор за финансиското работење во 2013 год. кој детално го објасни претседателот на НО **Ќирило Блажевски**. Во Програмата за работа за 2014 година претседателот Пере Петрески тежиштето го стави на отворањето на првиот пензионерски клуб во Демир Хисар, на организирање традиционална пензионерска средба со учество на повеќе пензионерски здруженија по повод 2 септември – ослободувањето на Демир Хисар, а како најзначајно беа потенцирани активностите кои ќе треба да се реализираат поврзани со Годината на солидарноста.

Секретарот **Борис Најдовски** во своето излагање појасни дека Здружението функционира согласно Статутот, актите и правилниците, а подетално се задржа и на успесите постигнати во сите области на работењето.

Седницата помина во конструктивна расправа по точките на дневниот ред и едногласно беше заклучено дека Здружението во сите области покажува подем во квалитетот на работата и постигнува забележителни успеси. Посебно беше истакнато дека со домаќинско работење и рационално и наменско трошење на средствата сите програмски задачи навреме и во целост се реализираат.

Зоран Стевановски

ЗП Бутел

Година за докажување

Собранието на ЗП Бутел на 25–ти февруари 2014 година ја одржа првата редовна седница и расправаше за мошне актуелни и витални прашања од работата и дејствувањето, при што едногласно ги усвои Извештајот за работата во 2013 година, Финансискиот план и Програмата за работа во 2014 година и Завршната сметка на Здружението за 2013 година. Со седницата раководеше претседателот на ЗП **Љупчо Димовски**, а значајни правни и стручни појаснувања и информирање на присутните за работата и постигнувањата на Сојузот на здруженијата на пензионери на Македонија, имаше делегатот од ова здружение **Салтир Каровски**.

Во фокусот на расправата беа резултатите и проблемите со кои се справува здружението, имајќи ги предвид задачите за омасовување и афирмација на истото. Истакнувајќи ги успесите во создавањето просторни услови за работа и поширoко дејствување со помош на локалната самоуправа, беше нагласена заложбата и оваа година да се продолжи со истото темпо и да се отворат нови клубови во сите ограноци. Бездруго, соработката со локалната самоуправа ќе им биде добредојдена и за организирање на годинашните регионални пезионерски спортски игри за Скопскиот регион, за што стана збор и на оваа седница, а посебно за одговорноста и довербата што треба да ја оправдаат пред СЗПМ, како домаќини на игрите.

Со интересни размислувања и конструктивни предлози во дискусијата учествуваа: **Салтир Каровски, Македонка Деспотовска, Борче Тарчуловски, Бранислав Стојковски** и други. Задоволни со постигнатото, едногласно усвојувајќи ги најзначајните документи за работа и дејствување, на крајот сите беа свесни дека пред нив постои уште една година за нови докажувања и успеси. **М.Д.**

ЗП Дебар и Центар Жупа

Мошне плодна и успешна работа

За Здружението на пензионерите Дебар и Центар Жупа минатата година беше мошне плодна и успешна. Во контекст на успесите на Сојузот на здруженијата на пензионери

на Македонија, ваква оценка даде и претседателот на СЗПМ **Драги Аргировски**. Тој нагласи дека минатата година имаше пораст на пензиите, продолжи Владиниот проект за бесплатна бањска рекреација, но исто така, има ше многу други активности од интерес за пензионерите. Информирањето на пензионерите во Македонија одигра значајна улога во насока на транспарентноста на работењето, а посебна придобивка е постигната со воведувањето страница на албански јазик во „Пензионер плус” и подготовка на прилози за пензионерската проблематика во весникот „Коха”, што е од големо значење за информирањето на припадниците од другите етнички заедници во структурите на Сојузот и здруженијата.

На годишното Собрание на здружението Дебар и Центар Жупа беше усвоен Извештајот за работата и Завршната сметка за 2013 година, како и Програмата за работа на здружението за 2014 година. Претседателот на ова здружение **Бесник Поцеста,** кој е воедно и потпретседател на Собранието на СЗПМ, истакна сите планирани активности навреме и плански се реализираа, а здружението постигнува забележителни резултати при учеството во активностите на пензионерите на регионално и републичко ниво. Особено внимание се посветува на соработката со здруженијата од земјава, но и со слични асоцијации и организации од соседна Албанија.

На седницата на собранието присуствуваа и претставници на здруженијата од Тетово, Гостивар, Струга, Охрид, Вевчани, Лабуништа и други, кои го поздравија Собранието и искажаа убедување дека соработката меѓу здруженијата на пензионерите во Македонија е на потребно рамниште.

– Дебарското здружение беше едно од оние кое ја поттикна соработката на СЗПМ со организацијата на пензинерите на Албанија, – рече претседателот на здружението од Поградец **Назиф Даљани**. Тој по поздравниот збор, посака успешна работа на здружението, но и на раководството на Сојузот. **Вјолца Садику**

Здружение на пензионери „Солидарност – Аеродром” Скопје

Остварувања и визија за креативно дејствување

Стандардно по предавањето на завршната сметка во УЈП, анализата се претставува во јавноста. За таа цел Собранието на ЗП „Солидарност – Аеродорм” Скопје ја одржа својата редовна, 8–ма седница на 04.03.2014. Во присуство на **Драги Аргировски** претседател на СЗПМ, кој потекнува од оваа база, седницата ја отвори и со неа раководеше **Стамен Филипов**, претседател на Собранието.

Годишната пресметка на приходи и расходи во 2013 година беше претходно разгледана и усвоена од Извршниот одбор, па во оваа прилика краток осврт за неа даде претседателот на ИО, **Димитрија Богатиноски**. Тој особено нагласи дека е направена позитивна разлика која ќе биде функционално искористена во новата година. Притоа едногласно беше донесена Одлука за нејзино усвојување. На ова се надоврза **Манојло Дамески** претседател на НО, кој го образложи Извештајот на Надзорниот одбор. Според овој Извештај во материјално финансиското работење во Здружението во текот на 2013 година е работено во согласност со законите и другите прописи, сосема домаќински, рационално и ефикасно. Извештајот за работата на органите и телата го образложи секретарот **Милорад Ристоски**. Беше констатирано дека сите планирани активности во програмата за изминатата година во целост се реализирани почнувајќи од базата, ограноците, клубовите, преку комисиите и секциите и со работата на Извршниот одбор, Собранието и стручната служба на Здружението. Постигнатото и реализираното во претходната година ја дава вистинската слика на активноста на членството и на органите и телата на Здружението. Во согласност со Статутот и визијата за работата на Здружението на оваа седница усвоена е Одлука за збратимување со Здружението на пензионери „Охрид – Дебарца”, Охрид за што ќе се потпише меморандум и програма за заеднички активности. На крајот усвоена е програма за организирање свеченост по повод петгодишниот јубилеј на Здружението во текот на април 2014 година. **Илија Глигоров**

ЗП Крушево

Подобрување на работењето

На 27–ми февруари 2014 година Собранието на ЗП Крушево одржа годишна седница на која се расправаше по повеќе значајни документи од работата на здружението во 2013 година.

Воведни излагања за работата на Собранието и на Извршниот одбор поднесоа претседателите **Крсто Стојаноски и Никола Николоски** кои изразија задоволство од постигнатите резултати во минатата година. За материјално-финансиското работење на Здружението во минатата година зборуваше секретарот **Глигор Ангелески**, кој истакна дека приходите и расходите се остварени во рамките на планираното и покрај економската криза и финансиските потешкотии, сепак деловната 2013 година се заврши со позитивно салдо.

Претседателот на Надзорниот одбор **Никола Атанасоски** ги информира присутните дека надзорниот одбор два пати изврши контрола на финансиското

и материјалното работење и констатирал дека истото се врши согласно постојните законски прописи, а средствата се потрошени согласно годишниот финансиски план, економично, домаќински и строго наменски.

Во расправата по овие документи учество зедоа повеќе дискутанти кои изнесоа свои мислења и предлози за подобрување и унапредување на вкупното работење на здружението. Потоа, Собранието ги усвои Извештајот за работата за 2013 година, како и Финансискиот план и Програмата за работа на здружението за 2014 година.

Тежиштето на работата на Зрвжението во 2014 година, која е прогласена за година на солидарноста, ќе биде на социјалната, солидарната и хуманитарната помош на социјално-загрозените и болните пензионери, заштитата и унапредување на правата од ПИО и поквалитетна здравствена заштита во Општината, како и подобрување на квалитетот на живеење на пензионерите со организирање на побројни и помасовни културно забавни и спортско–рекреативни активности. **Г. Ангелески**

ЗП Гевгелија

Нови успеси

Здружението на пензионери на општина Гевгелија ја одржа првата овогодишна седница, при што беше разгледана информацијата за инвестициони вложувања во минатата година, Завршната сметка и извештајот на Надзорната комисија за финансиското работење на Здружението во 2013 година.

Отворајќи ја седницата претседавачот Томе Ѓорѓиев најнапред се заблагодари на претседателот на СЗПМ Драги Аргировски, што покрај сите обврски одвои време да го посети Здружението и непосредно да се запозне со активностите.

Беше истакнато дека Здружението во соработка со локалната самоуправа изврши адаптација на пет клуба во населените места на општината и на одмаралиштето во Туристичкиот локалитет Смрдлива вода.

Надзорната комисија во својот Извештај што беше презентиран на седницата, констатира дека во 2013 година, работењето на Здружението е во законските рамки и согласно Статутот, а посебно е истакната активноста за поведените постапки за докажување на сопственоста на Пензионерските домови, нивно запишување во Катастарот на недвижности и добивање имотни листови.

На седницата на Собранието се обрати и претседателот на СЗПМ Драги Аргировски, кој воедно одговараше и на поставените прашања од присутните.

Тој, откако ја пофали активноста на новото раководство на Здружението, се задржа на значајните успеси во работата на СЗПМ.

Во рамките на оваа посета претседателот Аргировски одржа средба и со претседателите на здруженијата на пензионери на општините Богданци, Дојран и Валандово. **Лена Семеникова**

ЗП Сарај

Задоволни од успесите

Здружението на пензионерите на општина Сарај, одржа редовна отчетна седница на Собранието на кое беа усвоени и неколку документи за работата на Здружението во минатата и за оваа година. Собранието го отвори претседателот на Здружението Руфат Рамадани кој го поздрави присуството на Методија Тошевски, потпретседател на ИО на СЗПМ како и гостите од ЗП Гостивар, ЗП Тафталиџе, ЗП Ѓорче Петров и ЗП Тетово.

На оваа седница за претседател на Собранието на ЗП Сарај едногласно беше избран **Баки Бакиу.**

Во дискусијата беше истакнато и дека ЗП Сарај и покрај недостиг на средства успешно ги остварува програмските определби. Стана збор и за судскиот спор со ЗП Карпош. Во остварувањето на програмските задачи, треба да се ангажираат членови од сите сфери и според афинитетите, така ќе бидат поуспешни, истакна во дискусијата потптедседателот Тошевски. Особено е потребна и важна за успешна работа на Здружението, соработката со локалната самоуправа.

На крајот едногласно со акламација беа усвоени: Извештајот за работа и Финансискиот извештај за 2013 година, Програмата за работа во 2014 година ин Одлуката за времено финансирање на здружението. **Б.Б.**

ЗП Пробиштип

Подобрување на условите

На 4–ти март и Собранието на ЗП Пробиштип ја одржа првата седница во оваа работна година на која предмет на расправа се најде финансиското работење на здружението, а се изнесоа и некои размислувања за презимање активности со кои ќе се создадат подобри услови во пензионерскиот дом. Од финансискиот извештај и извештајот на Надзорниот одбор може да се констатира дека здружението работело домаќински, а е водена грижа за санирање на некои недостатоци за нормално функционирање на објектот.

Претседателот на Здружението Груица Манасиевски, во своето обраќање истакна дека во минатата година, покрај грижата за финансирање на сите активности кои постојат во здружението, се издвоени средства и за реконструкција на санитарниот јазол, канцеларијата на стручната служба и некои приземни простории. Во оваа инвестиција од сопствени средства се издвоени 160.000 денари, но не е заборавена социјалната помош на своето членство, особено за болничко лекување, бањско–климатско лекување и доделување хуманитарни пакети на пензионери со ниски пензии. За 2014 година, рече Манасиевски, од локалната самоуправа доделени се средства во висина од 450.000 денари, кои ќе се искористат за адаптација на една просторија во гарсониера, со што ќе се добијат вкупно 10 станови.

– Во преговори сме за прекугранична соработка со Бугарија и се надеваме дека овој проект ќе го добиеме, со што ќе се создадат можности за надградба на пензионерскиот дом, со што ќе се добијат уште 10 гарсониери и ќе бидат задоволени потребите на нашето членство. Исто така, со сопствени средства, во план е реновирање на клуб–салата и салата за проби на КУД „Весели пензионери„, – истакна Манасиевски.

Ваквите размислувања на раководството беа поздравени од страна на Собранието и е дадена целосна поддршка. Ова е пример како со домаќинско работење и малите здруженија можат да направат големи чекори за подобрување на условите на своето членство, слободното време да го минуваат во пристојни услови за релаксација. **Милевка Здравковска**

ЗП Струга

Успешна и 2013 година

Во присуство на преставници на ЗП Дебар, ЗП Вевчани, ЗП Охрид и Дебрца, ЗП Поградец–Албанија, ЗП Лабуништа и преставници на Борците и Општинскиот Црвениот крст на Струга, Собранието на ЗП Струга, на 22 март, оддржа отчетна седница. Седницата ја отвори и присутните ги поздрави претседателот на Собранието Луман Положани.

Извештајот за работа во 2013 година го образложи членот на ИО Идриз Сеља.Тој потенцира дека минатата година Програмата за работа е остварена во целост. Успешно беше оценето и финанскиското работење дека

било домаќински за што зборува и остврениот вишок на средства кои според одлуката на собранието ќе бидат пренесени за тековно работење на здружението во 2014 година.

Откако едногласно беа прифатени извештаите за работа на органите и комисиите, Финанискиот извештај за минатата година, како и Програмата за работа во 2014 година, членовите на Собранието ја прифатија Одлуката за припојување на семејните, старосните и военте пензионери досегашни членови на ЗП Струга, кон новоформираното Здружение на пензионери на Вевчани.

На седницата на Собранието беше потпишан Меморандум за соработка меѓу ЗП Струга и Општинскиот Црвен крст, а го потпишаа претседателот на струшките пензионери Луман Положани и секретарот на Црвениот крст на Струга, Адхурим Даути. **К.Спасески**

ЗП Свети Николе

2014 - уште поуспешна

Едногодишната работа на Здружение на пенионери Свети Николе којашто се разгледуваше на собранието на 12.03.2014, ќе биде поттик 2014 да биде уште поуспешна, беше заклучок на седницата.

На почетокот на седницата, претседателот на Собранието **Никола Атанасов** ги поздрави присутните и даде воведно излагање за работата во изминатата година.

Претседателот на ИО **Мирко Данаилов**, консатира дека постигнатите резултати од минатиот период се за почит и мотивираат за уште поголема активност во оваа година.

– Здружението на пензионери од Свети Николе е активно. Тоа учествуваше во сите случувања и активности што ги организираше СЗПМ. Учествуваше на регионалните и републичките спортски натпревари, како и на регионалната и републичката ревија на песна, музика и игра. Исто така, здружението води грижа и материјално им помага на оние пензионери кои имаат потреба од помош.

На седницата беше поздравена и одлуката на Владата за зголемување на пензиите од 600 денари месечно.

– Како приоритет во оваа година ќе биде подготовката што поголем број на учесници во спортските натпревари и ревиите, бидејќи ЗП Свети Николе е домаќин на регионални спортски натпревари и на регионалната ревија на песна, музика и игри.

Бидејќи 2014 година е прогласена за година на солидарността, во рамките на финансиските средства ќе биде исплатена еднократна помош на одредени пензионери, а се планира и посета на болните и немоќни пензионери. Ќе биде подржана и активностита на Активот на пензионерките.

Финансовата завршна сметка за 2013–та едногласно е усвоена, а исто и Финансискот план за 2014–та. Од излагањето се гледа дека се работело домаќински и штедливо.

Во 2014–та година здружението ќе се потруди сите содржини кои се традиционални и нови да бидат максимално и успешно остварени. **В. Петрушева**

Пензионерките од Македонија во Велес

Бабите со „Блакцата на баба“

По 19–ти пат во Велес се одржа хуманитарно забавната манифестација Блакцата на баба. На неа се дружеа, пееја и играа повеќе од 400 жени пензионерки од 20 градови од земјава. Ова е единствена ваква манифестација во земјава и препознатлив бренд за кој има голем интерес. Освен што се забавуваа жените ги покажаа нивните кулинарски способности во подготвување на стари, помалку подзаборавени блакца кои ги научиле од нивните баби.

Секоја од гостинките дојде од дома со благо, карактеристично за градот, регионот каде живее. Секое благо има своја прикаска, оригинална, интересна, белег за крајот од каде доаѓа. Охриѓанки донесоа старинска баклава, ама подготвена во форма на седело.

– Ова благо е старо, класична баклава само што јас ја сменив формата. Таа е во вид на седело, корите се свиени и во средина наместо ореви ставив ф`стаци. Така тоа изгледа како да има јајценца во седелото. Не е многу скапо, се подготвува брзо и лесно. Се прави на мало сукало, како ѓеврек кога се врти. Правам и баклава во форма на цвет и она класичното како ролат, – вели **Љубица Доковска** од Охрид, која доаѓа по вторпат на манифестацијата.

На манифестацијата учествуваа и жени Албанки од Тетово, Гостивар, Дебар со што таа е и мултиетничка. Вредните дебарчанки подготвија шеќерпаре.

– Ова благо се подготвува со пола кг овчја маст, 10 јајца и еден кг брашно. Тоа се замесува заедно, се прават мали парчиња од тестото, се пече и потоа се потопува со шербет. Многу е едноставно и бргу се изработува. Ова е стар рецепт повеќе од еден век. Шеќер паре се подготвува за албанска свадба и за првиче. Тоа е кога невестата првпат оди кај мајка и дома по свадбата, ја пречекуваат со ова благо, – објаснија **Марионка Уселенца и Арфие Јонузи** од Дебар.

Освен евоцирањето на спомени, гостинките си разменија по некој старински рецепт но и совети за добро здравје за да се видат и до година. Дел од средствата кои се собираат од билетите, се донираат за лица на кои им се потребни, а годинава ќе му се доделат на 6,5 годишно девојче од Велес, на кои и требаат за лекување. **Б. Ќулавкова**

ЗИТ КИП „Центар“ – Скопје

Подобри услови за работа

На 27–ми февруари 2014 година Здружението на инвалиди на трудот и корисници на инвалидска пензија „Центар“ – Скопје (ЗИТКИП „Центар“ – Скопје), на свечен начин се всели и почна да работи во нови простории што им ги додели Општина Центар на времено користење без надомест. Овој настан доби посебно значење бидејќи почетокот на работа во нови услови на Раководството на Здружението лично им го честиташе градоначалникот **Андреј Жерновски**, при што им посака нови успеси и интензивирање на соработката со Општината и другите субјекти.

Заблагодарувајќи се на ваквиот потег на Општината, претседателот на ЗИТКИП „Центар“ – Скопје, **Илија Чолаковски,** информираше дека уште од формирањето 1995 година па се до крајот на 2013 година Здружението било сместено во приватни простории за што од својот скромен буџет за закупнина издвојувало значителни финансиски средства кои можеле да се користат за друга намена. И во такви отежнати услови со успех и во целост се реализирале програмските задачи, а тежиштето на дејствување главно било насочено кон обезбедувањето на правата од инвалидското и пензиското осигурување и подобрувањето на квалитетот на животот на членството. Истакнувајќи ја грижата за своите членови Чолаковски наведе некои позначајни активности, како што се: обезбедувањето огревно дрво на 6 месечни рати, обезбедувањето бесплатни годишни автобуски карти за членовите со телесни оштетувања поголеми од 60 проценти, како и за лица со загубена работна способност со 60 отсто партиципација, бесплатни инвалидски помагала, бањско и климатско лекување, бесплатни екскурзии и друго.

Инаку, новото седиште на здружението се наоѓа на улица „Пролет“ број 39, веднаш до Клубот на пензионерите на ЗП Центар, со што се пружа поголема можност за искажување на активностите и воспоставување непосредна соработка.

Ленче Чолаковска

ЗП Охрид и Дебрца

Пензионерите од Дебрца, не сакаат да се раздружат од охридското здружение

Вообичаено во месец март секоја година,раководството на ЗП Охрид и Дебрца организира Собири во сите 30 месни ограноци со цел запознавање со Годишниот извештај за работа и Годишната завршна сметка на здружението во минатата година и со Програмата за работа и финансискиот план за тековната година. Ваков собир деновиве беше одржан во селото Белчишта за Месните ограноци од 26 селски населби кои гравитираат на подрачјето на општината Дебрца, а во наредниот период вакви собири ќе бидат организирани во Лескоец за поранешна Коселска општина и во Пештани.

На Собирот воведни излагања по Извештајот за работа и Финансикиот извештај за 2013 година и Програмата за работа во 2014 година презентираа претседателот на ИО **Ѓорѓи Трпчески** и секретарот **Стефан Владимиров**. Во излагањата тие ги изнесоа резултатите и успесите што ги постигна здружението во 2013 година во сите области на дејствување, како и успесите на културен и спортски план, со посебен акцент на одлуките и активностите на СЗПМ, кои во значителна мерка го подобрија животниот стандард на пензионерите. Учесниците во расправата по извештаите за минатата година, оценија дека се постигнати завидни резултати и дадоа целосна поддршка на напорите за подобар стандард на пензионерите, а во соработка со ресорните министерства По обемната и конструктивна дискусија извештаите и Програмата за работа беа едногласно прифатени.

На Собирот поголемо внимание кај пензионерите предизвика најавената иницијатива од неколкумина пензионери за основање на самостојно здружение на пензионерите од општината Дебрца, односно раздружување од охридското здружение на пензионерите. Ваквата иницијатива од единствениот член на Иницијативниот одбор присутен на Собирот, веднаш наиде на бурни реакции и на моменти жолчни расправи за отфрлање на ваквиот предлог од сите присутни претседатели и членови на месните ограноци од општина Дебрца.

По образложението на преставниците на Охридското здружение, дека раздружувањето на месните ограноци на Дебрца од Охридското здружение ќе биде „погубно“ за пензионерите од овој крај во секоја смисла на зборот, а пред се поради малиот број на пензионери, неможноста од финансиски опстанок, немање на природен прираст на пензионерите, бидејќи нивниот број од година во година е се помал, како и немање услови за работа. Пензионерите бескомпромисно ја отфрлија иницијативата за издвојување од охридското здружение.

Во знак на револт и одбивање на ваквата иницијатива на мала група поединци, а без претходно да го консултираат членството или пак претседателите на месните ограноци, присутните пензионери на собирот во Белчишта, одбија да гласаат за иницијативата, односно не сакаа да се донесе заклучок за раздружување од ЗП Охрид и Дебрца.

К. Спасески

ЗИТ КИП Тетово

Активности во интерес на членството

Над 3.500 членови на Здружението на инвалиди на трудот и корисници на инвалидска пензија во Тетово, преку своите месни организации, изразуваат задоволство од ангажирањето на Здружението и организираните и остварени активности во текот на минатата година. Ова е впечатокот од отчетната седница на Собранието што се одржа на 13–ти февруари, а на која се расправаше за повеќе прашања, меѓу кои доминираа извештајот за работата во минатата и програмата за работа во оваа година.

Во извештајот и воведот на претседателот **Југослав Аризанкоски** беа потенцирани содржините на активностите кои произлегуваат од законите, актите на Здружението, но пред се од потребите и интересот на членството. Содржините на активностите се во остварување на правата на оваа категорија граѓани во телефонијата, бањско–климатската рекреација, попуст во користење електрична енергија, комунални услуги, попусти при регистрација на возила, патарини и други бенефиции. На ова се надоврзуваат организираните активности. Минатата година над 400 членови организирано биле снабдени со огревно дрво по пониски цени и со отплата на рати за што биле обезбедени речиси 3.000 кубни метри. Здружението учествувало на републичките инвалидски спортски натпревари во Струмица каде е прогласено за најуспешно. Организирани биле бројни екскурзии до познати излетишта и културно–историски места како што се Вруток, Смоларските Водопади и Бања Бањско, Кавадарци и други. Во текот на годината на над 120 членови им биле доделени парична или хуманитарна помош, а 30 членови со потешки заболувања биле посетени во нивните домови и дадени пристојни подароци. Оваа 2014 година Собранието ја прогласи за изборна, бидејќи мандатот на сегашниот состав престанува заклучно со крајот на декември. Инаку, во програмата што беше усвоена предвидени се зголемен број активности сврзани за веќе утврдените содржини. **С. Димоски**

ЗП Шуто Оризари

Грижа за подобар стандард

Извршниот одбор на ЗП „Шуто Оризари“, на седницата одржана на 20–ти февруари оваа година, расправаше за проектот за изготвување социјална карта, односно евидентен лист за состојбата на пензионерите во годината на солидарност прогласена од страна на СЗПМ, а на дневен ред беа поставени и активностите на Здружението предвидени во програмата за 2014 година. Извештај за актуелната проблематика поднесе претседателот на ИО **Ариф Беќир**. Во своето излагање тој појасни дека во годината која е прогласена за солидарна, наскоро ќе почне да се реализира проектот за изготвување социјална карта во цела република .Тоа се прави за да се добие целосна слика за состојбата на секој пензионер, односно да се има сознание на кој најмногу му е потребна помош.

– Ние досега водевме евиденција за нашите пензионери, посебно за оние со пониски примања. Еден дел од финансиските средства, по основ членарина, ги насочуваме токму за овие пензионери, – истакна Беќир.

За планираните активности, за оваа година, претседателот ги запозна членовите и посебен акцент даде за подготовките на Здружението за републичките и регионалните спортски и музички ревии, при што ги нагласи и значењето на другите активности што ги организира Здружението, како што се работилница за правилна и здрава исхрана, мерење шеќер во крвта и притисок, учество во повеќе општински манифестации, екскурзии идруго.

По овие информации, позитивна оцена дадоа повеќе членови пензионери, кои целосно го поддржаа предлог планот за активностите во 2014 година. Во дискусијата со свое видување активно се вклучија и членовите на Активот на пензионерки, кои позитивно се изјаснија по овие информации и се заложија за подобрување на евиденцијата на членството. **Васил Пачемски**

ЗП Македонска Каменица

Активности и дружење

Активностите зацртани со Програмата за работа за 2014 година на ЗП Македонска Каменица течат беспрекорно од самиот почеток на годината, при што акцент е ставен на социјално–хуманитарните содржини, како обележје на годината која СЗПМ ја прогласи за солидарна. Така веќе се поделени 60 пакети со прехрамбени производи и средства за лична хигиена. Акцијата беше спроведена со помош на Локалната самоуправа, со која Здружението традиционално има добра соработка.

За соработката со Општината мошне пофално се изрази и претседателот на Здружението **Видан Коневски,** кој ги назначи и галавните активностите за оваа година и поволностите што им се нудат на пензионерите, како што се: партиципација за бањско–климатско лекување 30% од висината на сумата за сите пензионери; партиципација за оперативни хируршки интервенции со 20%, но со горен лимит до 3000 денари; еднократна неповратна помош за пензионери со ниска пензија и нарушена здравствена состојба; интервенција со материјали во случај на катастрофални неприлики и друго. Исто така, тој ги спомна: донаторството, стручните предавања, советувања и многу други волонтерски работи.

– За релаксиран живот во нашето рударско градче се трудиме редовно да организираме плански активности, како што се прошетки, екскурзии, пикници и дружења, салонски забави и слично. За сите државни и верски празници забавите се дел од нашиот живот, – вели Коневски. **Павлина Ѓеоргиева**

Разговор

Дедо зошто славејчето рано заспива?
За рано наутро со песна да те буди.
Дедо каде спие славејчето?
Во трендафилите под твојот прозорец.
Дедо дали славејчето оди на одмор?
Да мило мое, таму ги буди другите деца.
Дедо славејчето ќе ме разбуди ли за на час?
Да, тоа знае дека ќе бидеш прваче.
Тогаш славејчето е мое најдобро другарче.
Да внуче, ти си мое славејче.
Од среќа затреперува дедовата душа, навираат солзи радосници.

Киро Јонзоски
пензионер од Прилеп

ПРОЧИТАВ ЗА ВАС

Тане

„О, пријатели, нема пријатели"! Аристотел

Современиот македонски писател **Владимир Костов (Битола 1932 година)** со првиот роман **Лица со маски се** појави 1967 година. Познавачите препознаа дарба, оформен книжевен израз, низ иронична диоптрија, без идеологизација и дневнополитичка лексика, Наредните години, ќе пројави исклучитена творечка продуктивност: објавува по еден, два, дури и три наслови годишно, настанати можеби порано, или пишувани подоцна со забрзан ритам на креативна работа.

Професорот Костов, кој на Педагошката академија во Битола предаваше македонски јазик, важеше за, **интелектуалец** со широк дијапазон: ја проучил античката филозофија, како прамајка од која се издвоија посебните науки; па современите филозофски, социолошки, психолошки, антрополошки текови. Познава различни митологии, народни традиции, обичаи, соништа, прецизно ги дешифрира нивните пораки, владее со нивната семиотика. **А книжевните дела, од античките до Европските и светските, кои со трајните вредности оставија цивилизациски печат во времето, му се неодминлива лектира.** Тоа најдобро може да се согледа преку интертекстуалноста вкомпонирана во авторовиот книжевен израз во нераскинливо единство. Треба да се нагласи **лефтерноста** со која таа се практикува**: да се заварди од декларативност.**

Битола и нејзините жители, се неговата главна тематска преокупација. Жанровски е разновиден: единаесет книги со новели и раскази, десет книги за деца и млади, **осумнаесет романи: Лица со маски**, **Свадбата на Мара, Нов ум, Учителот**, **Каде си тргнал, сине** (роман за млади), **Црквичето Четириесет маченици во Битола**, **Вујко, Клетва, Последното целивание, Грешка, Тој ми кажа** (роман за млади), **Битолски триод, Сениште во град Битола, Солза за Мите** (за млади) **Битолска хроника** (два кратки романа) **Тане, Дива мисла.**

Наградите дојдоа сами по себе: **4. Ноември на градот Битола, 11. Октомври, 1. Мај, Рациново признание, Ванчо Николески...**

Во романов, меѓу чии корици внимателно ќе влеземе, ќе го запознаеме **насловниот лик**, ќе се обидиме да ја разбереме неговата „**бестселер идеја",** зачната во стариот крај, **„родена не од алчност, а од гордост"**, ќе го начуеме говорот на чавките кои шеснаесет години му се најблиски соседи, вревата на Њујорк, ќе влеземе во домови на наши иселеници, и во американски семејства, ќе запознаеме луѓе од други култури со чудни нарави, забегани, амбициозни бездарници, луѓе умни, несреќни, хуманисти, лажен сјај, привид, жени аздисани во блуд, на кои љубовта како највозвишено чувство им е непозната."

Тане е често македонско име, деминутив од **Танас**, а официјалното име му е **Атанас** што значи **Бесмртен**. *„Посмртче, тоа сум јас: дете родено од мајка која умира при породувањето".* Израснува убав и интелигентен младич, кој за две години, земајќи по два класа во една, завршил гимназија со одличен успех. Чувствителен, **со книжевна дарба,** малку срамежлив и со **комплекс на инфериорност** што не е изворен туку наметнат**,** „ле фис д'сервен" **(„син на слугата")** поради работата на татко му како службеник во гимназијата. Девојките го чувале во окото и во сонот, но тој не влегувал во подолги врски. Убавиците со повисок социјален статус го посакувле не како личност, туку како мажјак. **Нора,** на пример, *„свесна за својот престиж, се држеше не гордо и надмено, туку супериорно и господствено... со една женственост рано пројавена и манифестирана не толку преку лицето колку преку телото, со совршени форми и извајана линија... Заинтересирана за спротивниот пол, сметајќи дека сите видови наслада ѝ припаѓаат според статусот. Интелигентна, образована и начитана стоеше далеку над генерацискоиот просек".* Тане ќе ѝ го привлече вниманието на едно литературно читање на кое тој чита еден свој состав. Ќе му пристапи и ќе поведе разговор за литературата во која добро е упатена. **Заедно ќе излезат од гимназијата. Со неа покрај себе, тој е многу збунет.** *„Си запознал многу жени"?* - го прашува. Како да ѝ одговори? Но таа не чека одговор, само сака да го фасцинира со себе. Да го заведе: *„Ти како иден писател треба да запознаеш многу жени... Сѐ во литературата се врти околу жените. Мажите, наполеоните, тие маршираат низ историјата... Не девојки, а жени....Преку нив (жените) се спознаваат вселенските работи. Тогаш она што се прави со нив станува највисок чин на креацијата".* На **Широк Сокак** не сака да се шета. А кога ќе стигнат до куќата на **Мадам***,* го прашува: *„Ќе влеземе? Во куќата... имам на располагање соба со кревет".* Без да го дочека одговорот ќе го внесе во собата, ќе ја заклучи вратата. **И ќе почне да се соблекува,** без бакнеж, без предигра. **Глетката ќе го онеми и маѓепса.**

На крајот ќе го пофали: *„На љубовното поприште си како Наполеон на бојното поле". „Утре во истото време на истото место!"*– ќе му рече и ќе го пушти да си оди. Тане дури тогаш ќе сфати дека не само што **е злоупотребен во нејзиниот блуд, туку е зависен, поробен.** И откако ќе се омажи за дваесет години постар доктор, важи она: „утре во истото време"... Со парите што му ги нуди сака да го дотолчи. Неговиот свет дефинитивно се руши. Решава да отиде во Америка, да спечали многу пари, да ѝ ги фрли пред нос, да се откупи. Во Њујорк 16 години ќе работи како кранист, ќе спие во кабината, ќе чита, ќе прави белешки за својот роман, а парите ќе ги гнети во патната торба. Триумфално ќе се врати во Битола, но Нора е Нора, вели: *„Недостига еден долар, не можеш да платиш"!* Конечно сфаќа: **тоа е оној долар што секогаш ќе недостига за да се освои и одбрани достоинството**. По совет на Фити, кој знаеше зошто Тане отиде во Америка, парите ќе им ги препише на Баирските Цигани, бидејќи единствено тие, го уверува Фити, ќе ги потрошат како луѓе, во име на животот.

Тане го фаќа ноќниот воз за Скопје, утредента да ги прелета воѓето до Њујорк, до својата милолика Џени! Ја отвора папката со белешките и секоја прочитана страница ја фрла надвор, да ја одвее ветрот заедно со минатото.

Настаните кои овде се бегло опишани се иницијалниот мотив **за отворање на големата тема - каде оди човештвото:** без систем на реални вредности, загубена смисла за хуман живот, деградирање на љубовта во неморал и отуѓеност, погазени пријателства...А главните ликови штотуку зачекориле во животот, Толку многу прашања ќе останат недопрени, макар елементарно. **Романов е налик на рудник: колку подлабоко се копа толку поголемо богатство се открива.**

Борис Шуминоски

Знаења и дела за патриотизмот

Во нашето општество патриотизмот спаѓа меѓу најзначајните етички вредности, чија крајна цел е татковината да се сака, гради и брани. Оттаму и потребата од постојано развивање свест кај младите (и не само кај нив) за јакнење на нивното чувство за припадност на Република Македонија и негување на нивниот национален и културен идентитет во духот на почитување на луѓето без разлика на нивната социјална, национална, родова и верска припадност и физичките или менталните способности.

Во воспитувањето на младите личности за патриотизам значајна улога имаат сите воспитни фактори, меѓу кои: семејството, училиштето, општествените и политичките организации, здруженијата, литературата, музиката, фолклорот, филмот, театарот, медиумите, спортот итн. Па сепак, по семејството, клучната улога им припаѓа на воспитно-образовните организации на сите степени. Воспитувањето за родниот крај и татковината почнува уште во предучилишната возраст, а продолжува и се продлабочува во ОУ и потоа. Тоа особено го овозможува наставата по одделни предмети, како и многубројните екскурзии, излети и посети на младите во сите краишта на татковината. Запознавањето на младите со нејзините убавини, богатства, херојско минато и сегашност е добра основа тие повеќе да ја сакаат својата татковина и да градат позитивен однос кон неа. И што е многу важно: да бидат подготвени, ако затреба и животот да го дадат, како што многумина го дале, за одбраната, слободата, идентитетот и независноста на својата татковина.

Историјата на македонскиот народ и на националностите во РМ изобилува со исклучително голем број примери за патриотски подвизи и дела, особено на македонските преродбеници и на револуционерите од илинденскиот период и НОБ и на други културни дејци од кои голем број и животот го положија за идеалите на својата татковина. Во оваа прилика ќе потсетам на визионерските зборови на најголемиот македонски револуционер Гоце Делчев: „Македонија е татковина на Македонците и на сите луѓе кои живеат во неа." Историјата ги потврди Гоцевите визионерски гледања со историските одлуки на АСНОМ, со Одлуката за самостојност на РМ донесена на Референдумот од 8 септември во 1991 г. и со Уставот на РМ од 1991 г., со кој на граѓаните им се гарантираат човековите права, слободи, национална рамноправност и сожителство на македонскиот народ со Албанците, Турците, Власите, Ромите, Србите и другите националности што живеат во РМ. Или, длабокиот патриотизам на нашиот најталентиран поет во 19 век, Григор Прличев. Тој, како што е познато, ги одбил понудите на официјалните атински власти да се школува на државна сметка во Оксфорд или Берлин, ја одбил месечната стипендија, а го примил само ловоровиот венец со кој бил овенчан како „втор Хомер", по победата на Атинскиот Универзитет (1860) за својата најуспешна поетска творба Сердарот (О Арматолос), при што категорично го одбил предлогот македонските имиња во поемата Сердарот да ги замени со грчки. Па така, наместо студии на најпрестижните европски универзитети и обезбедување на својата светла иднина, тој се определил за подобра иднина на својот народ. Се вратил во родниот Охрид да учителствува, но и да работи на истиснување на грчкиот јазик од училиштата и од црквите во Охрид, со цел да го продолжи патриотското дело на браќата Миладинови, а за што бил затворан во охридските и во дебарските зандани.

За развивање на патриотската свест кај младите генерации голема улога имаме и ние пензионерите. Оваа наша возвишена и благородна улога, некој повеќе некој помалку, ја оствaруваме со гордост. Но, нашите можности се далеку поголеми во споредба со тоа што го правиме. Затоа сметам дека има потреба од наше поголемо и поосмислено ангажирање на тој план. Тоа најдобро ќе го постигнеме доколку низ секојдневните разговори со нашите потомци и со младите луѓе воопшто почесто им говориме за патриотските подвизи и дела од подалечната и од поблиската историја на македонскиот народ.

Лазар Крстевски

Размислувања за јазикот

Веќе неколку години го читам и соработувам во весникот, и често содржините што весникот ги нуди на пензионерите, соодветствуваат на интересот и барањата на своите читатели. Понекогаш почнувам со првите страници кои обработуваат актуелни теми од секојдневието, понекогаш таму кадешто ме води интересот кон темите од областа на здравјето, на правната регулатива, а понекогаш почнувам и од забавните и интересни содржини кои ни кажуваат занимливости или пак се насмевнувам на духовитите кратки текстови.

Јасно, не секогаш сметам дека се е беспрекорно, дека јазикот е без грешки, но нивото на содржините воглавно е на рамниште прифатливо за, претпоставувам, големиот број читатели од различно образование и различни погледи кон животот.

Она што ме наведе да го почнам текстов со овој вовед е констатацијата дека „Пензионер Плус" одржува ниво на еден респектабилен весник, прифатен од своите читатели.

Сега да го споделам со вас своето размислување за една, за жал, се почеста појава во нашите говорни и пишани медиуми: грешки во областа на синтаксата, односно редот на зборовите во реченицата, грешките во ортографијата, односно правописот, и непознавањето и неснаоѓањето во сопствениот јазик.

Да започнам со редот на зборовите во речениицата, зашто македонскиот јазик нема падежи, и редот на зборовите е многу важен. Конкретно, неодамна прочитав еден ваков наслов или поднаслов во еден наш дневен весник: „Во Македонија 50 војници пристигнаа од армискиот контингент од Авганистан". Реченицата има подмет, прирок и прилози за место, но сепак таа не е јасна! Кои и чии војници пристигнале во Македонија? Па, јасно, македонските, но правилниот ред на зборовите треба да биде: Од Авганистан во Македонија пристигнаа 50 војници од нашиот армиски контингент.

Споменав, нашиот јазик нема падежи и корелацијата на зборовите во реченицата се изразува со предлози.

Употребата на предлогот –на –за изразување генитив, често непотребно се користи. Конкретно: „Библиотеката има голем број на книги", – зошто на книги, правилно и поубаво е голем број книги, без предлогот на, а такви примери има многу. Што се однесува до правописот, прилогот се уште се пишува одделно, заменките кој, кои, што, прилозите како, каде, во заменските целини се пишуваат заедно – којшто, какошто, кадешто. Именките изведени од лични или географски имиња се пишуваат со голема буква, Македонец се пишува со голема буква, додека нивните придавки со мали, македонски се пишува со мала буква.

Присвојната заменка свој треба да стои секаде кадешто подметот е заменка во трето лице. Пример: Во неговиот говор, тој истакна... Правилно и јасно е во својот говор, зашто тука заменката неговиот може да упатува на друг говорник.... Брз, брза, брзо е придавка зашто изразува својство, додека прилогот не е брзо туку бргу. Зајакот е брзо животно, но тој трча бргу. Придавката ја одредува именката, а прилогот глаголот. Сега и за многу присутната употреба на разговорниот јазик и користењето на прифатени зборови од блиски за нас словенски јазици или веќе сеприсутниот и често употребуваниот англиски, и јасно, употребата на сленгот, односно жаргонот.

Често, туѓата преведена разговорна реченица звучи бесмислено, губи од стилската обоеност, и за нејзино пренесување мора да се смисли нешто што на туѓиот јазик ќе ја има истата смисла и силина на изразот. Тоа секако бара големо познавање на другиот народ и јазик и ја покажува потребата од големата упатеност во многу сфери од животот на другиот народ, отколку просто познавање на туѓиот јазичен фонд .

Некои поими само во еден јазик, или во одредена територијална целост имаат одредена асоцијативна смисла.

Да ја споменам и употребата на жаргонот кој е јазик на една одредена средина, па и време, зашто жаргонот навистина може бргу да се менува и е специфичен и ограничен. Жаргонот ја има и таа специфичност што одредени зборови или изрази, што во одредена средина и време значеле нешто, со тек на времето сосема го губат значењето, та дури и во сопствениот јазик подоцна се неразбирливи.

И сеприсутноста на англиски зборови, со правилна и научно издржана оправданост може да се заменува со македонски. Словенците, Хрватите за интернет употребуваат свемрежје, за универзитет свеучилиште, и на таа практика на збогатување на својот јазик, треба понекогаш и ние да се угледаме.

Затоа сите кои работат таму каде што главна алатка е изговорениот и пишаниот збор, треба пред се да го негуваат и унапредуваат својот пристап и работа кон познавањето на мајчиниот јазик во сите негови појавни форми. Зашто само така ќе се види чувството на новинарот за јазикот, неговото знаење и умеење.

Оваа тема за користењето и познавањето на сопствениот јазик во работата, поради својата опсежност, разновидност и сложеност бара многу сериозна и систематска работа.

Таска Гавровска

Родителско писмо

Драги мои синови

Денес, се уште не сум многу стар и немоќен, но еден ден кога ќе ме видите таков, бидете стрпливи со мене и пробајте да ме разберете.

● Ако се извалкам додека јадам или ако не можам сам да се облечам, бидете стрпливи и сетете се колку време сум потрошил додека на овие работи ве учев јас...

● Ако во разговорот повторувам исти работи повторно и повторно, не ме прекинувајте, сослушајте ме, и сетете се дека кога бевте мали една иста приказна морав да ви ја раскажувам од почеток многу пати, се додека не потоневте во сон...

● Ако не сакам да се бањам не се подсмевајте и не ме навредувајте. Сетете се како ве бркав и измислував илјада причини за да влезете во кадата...

● Кога ќе забележите дека имам непознавање кон новите технологии, немојте со подсмев на лицето да ме гледате, зошто јас ве научив на многу работи: правилно да јадете, правилно да се облекувите, да ги користите новите играчки, како да опстанете и да совладате се ...

● Ако некогаш во разговорот во еден момент заборавам што сакав да кажам или ќе ја изгубам мислата, дајте ми малку време да се присетам, и ако не ми појде од рака не се вознемирувајте и не реагирајте, туку знајте дека нашиот разговор не ми е толку битен, битно ми е да сме заедно и дека има некој крај мене, некој кој ме слуша...

● Ако не сакам да јадам, немој да ме присилувате да јадам, јас самиот знам најдобро кога ми е потребна храна, а кога не...

● Ако сакам да се напијам некоја чашка ракија, не ми забранувајте, тоа ми помага некои работи да заборавам, да се чувствувам поубаво...

● Кога уморните нозе повеќе не ми дозволуваат да одам и да ви помагам во решавање на вашите проблеми, не ми се лутете и обидете се да ме разберете. Пружете ми ја раката исто онака како што су ви ја пружал јас кога сте ги правеле првите чекори...

● Ако некогаш ви кажам дека повеќе не ми се живее, и дека сакам да си заминам кај вашата мајка, не се вознемирувајте и не ми се лутете и не мислете дека зборувам глупости...

● Драги мои синови, се надевам дека еден ден ќе сфатите дека и покрај некои грешки кои сте ми ги направил во животот, ви посакувам се најдобро.

● Не бидете жалосни кога ќе ме видите еден ден беспомошен, туку бидете ми потпора. Помогнете ми да го завршам патувањето низ животот достоинствено со љубов и стрпливост, почит и разбирање, зошто каков и да сум јас сум вашиот родител кој ве создал и ве научил, ве подготвил како да се справувате со се она што ќе ве пресретне во животот.

● Дозволете ми еден ден да заминам спокојно со насмевка на лицето и љубов во срцето која ја чував секогаш за вас.

Вашиот татко

П.С. Ова писмо ви го пишувам дома сам со себе кога нема ни телефонот да ми прозбори...

Благој Арсов

Мајка

Топлина и љубов ни дариш
Со поглед не галиш
Со добрина не храниш.
Како цвет во градина
Животот ни го красиш.

Мир и спокој ни дариш
Твојот поглед е:
– прв пролетен цвет
– зумбул миризлив
– мајска роза со црвена боја.

Тебе мајко мила
Во срце те носам
И букет најубави желби ти дарам,
Во моите спомени те барам.

Трајанка Таневска, пензионерка од ЗП Кисела Вода

Rritja e pensioneve do të hyjë në bazë

Zëvendës Kryetari i Qeverisë së Republikës së Maqedonisë dhe ministër i financave, Zoran Stavrevski, ministri për punë dhe politikë sociale, Dime Spasov, drejtori i Fondit për sigurim pensionist dhe invalidëve, Bekim Neziri

dhe kryetari i Lidhjes së shoqatave të pensionistëve të Maqedonisë, Dragi Argirovski, realizuan takim pune në të cilën kanë biseduar për çështje që kanë të bëjnë me jetën sociale të pensionistëve. Pensionistët, në muajin mars të këtij viti, fituan rritje të pensioneve për 600 denarë. Mjetet në lartësi prej një miliardë e 800 milion denarë për këtë qëllim, janë siguruar nga Buxheti i Republikës së Maqedonisë.

- Me këtë, jemi vendi i vetëm, jo vetëm në regjion, por edhe në Evropë, e cila bëri që në këto kohë të vështira kur ndjehen pasojat e krizës, t'i mbrojë pensionistët, të mos ta rritë kufirin e plakjes dhe rregullisht t'i paguaj pensionet si dhe të bëj rritjen e pensioneve për sasi e cila është e konsiderueshme nëse kihet parasysh se sa janë mundësitë financiare të shtetit. Në dhjetë muajt në vijim do të paguhen pensionet e rritura dhe ajo do të hyj në bazën për llogaritjen e pensioneve për vitin e ardhshëm,- ka thënë zëvendës kryeministri dhe ministër i financave Zoran Stavrevski.

- Për dallim nga shtetet tjera në regjion dhe Evropë, në Maqedoni shënohet rritje e pensioneve, por edhe mbajtja e kufijve të njëjtë për të shkuar në pension. Pensioni mesatar në vitin 2006 ishte 7 683 denarë, ndërkaq, ajo, në mars të këtij viti është 12 445 denarë, çka është rritje për 62 përqind. Pensioni më i ulët në vitin 2006 ishte 4 330 denarë, ndërkaq, në mars të këtij viti ajo është 7 620 denarë, çka do të thotë se është rritë për 76 për qind. Pensioni më i lartë në vitin 2006 ishte 36 007 denarë, që është rritje për 30,43 për qind,- ka potencuar në takim ministri për punë dhe politikë sociale, Dime Spasov.

- Kjo është masë e rëndësishme për pensionistët, sepse me atë përmirësohet standardi jetësorë. Gëzon fakti se rritet edhe numri i të punësuarve, me çka në Fondin për sigurim pensionist dhe invalidëve krijohen kushte për pagesë të rregullt të pensioneve,- ka thënë Dragi Argirovski, kryetar i Lidhjes së shoqatave të pensionistëve të Maqedonisë. **K.S. A.**

Mbledhja e KE të LShPM

Rezultatet e mira, nxitje për punë edhe më të mirë

Më 14 mars 2014, Këshilli ekzekutiv i Lidhjes së Shoqatave të pensionistëve të Maqedonisë, mbajti mbledhjen e 22-të, në të cilën morën pjesë Besnik Pocesta, nënkryetar i Kuvendit të LShPM, dhe Done Nikolovski, kryetar i Këshillit mbikëqyrës. Në këtë mbledhje, përveç Raportit për punë dhe Llogarisë përfundimtare të Lidhjes për vitin 2013, në rend të ditës ishin vënë edhe propozim vendime të tjera të rëndësishme

Fjalën hyrëse për Raportin dhe Llogarinë përfundimtare të Lidhjes për vitin 2013, dha kryetari i KE i LShPM, Metodija Toshevski. Raporti për punën e Lidhjes, u vlerësua nga të pranishmit si në detaje, gjithëpërfshirës dhe kualitativ. Është konstatuar se në mënyrë të qartë është dhënë analiza e asaj që është punuar, e cila në vitin 2013 ishte me të vërtet për lëvdatë, edhe pse, kuptohet se gjithnjë mund të jetë edhe më mirë, e sidomos duhet të përmirësohet bashkëpunimi në mes shoqatave në të gjitha nivelet. Gjithashtu, ishte prezantua edhe puna e Organeve, trupave dhe Komisioneve të LShPM në vitin 2013. Anëtarët ishin të njëzëshëm në konkluzionin se rezultatet janë vepër e udhëheqësve të Lidhjes, të udhëheqësve të shoqatave dhe e të gjithë 254 000 pensionistëve të cilët janë anëtarë të saj dhe se rezultatet japin pasqyrim të masivitetit dhe transparencës, elemente të cilat e bëjnë Lidhjen asociacion me performanca Evropiane. Sa i përket Llogarisë përfundimtare për punën financiare të Lidhjes, është konstatuar në Raport të Këshillit Mbikëqyrës, se është punuar me nikoqirllëk dhe sipas dispozitave ligjore.

Të dy dokumentet ishin aprovuar njëzëri. Propozim – vendimi për vërtetimin e kritereve të vetme të punës financiare-materiale për të cilën fjalën hyrëse e pati Fidanço Stoev, kryetar i Komisionit i cili ka përgatitur materialin, ishte aprovuar vetëm me dy vota kundër, çka është dëshmi se në Lidhje është respektuar e drejta demokratike e të menduarit dhe të vendosurit. **K.S.Andonova**

Vit i suksesshëm për pensionistët dibranë

Viti i kaluar 2013 ishte shumë i suksesshëm për pensionistët në Republikën e Maqedonisë, dhe pa dyshim edhe për Dibrën dhe Qendra Zhupën. Gjatë vitit në fjalë, Lidhja arriti të forcoi pozicionin e vet dhe të sigurojë më tepër të mira për anëtarët e vet. Këtë e theksoi kryetari i LShPM Dragi Argirovski në pjesëmarrjen në Kuvendin vjetor të ShP Dibër dhe Qendra Zhupë.

- Gjatë vitit të kaluar pati rritje të pensioneve, vazhdoi Projekti qeveritar për rekreacion pa pagesë në banja dhe gjithashtu pati edhe aktivitete të theksuara në të gjitha shoqatat e pensionistëve, ka thënë Argirovski. Informimi i pensionistëve në Maqedoni luajti rol të rëndësishëm në drejtim të transparencës në punë si në shoqatat po ashtu edhe në raport me Lidhjen, shtoi Argirovski, duke theksuar se është arrit mundësia që pensionistët të informohen në gjuhën e bashkësive të cilës ato i përkasin. Kjo organizatë pati kujdes gjithashtu edhe për përfaqësimin e bashkësive në strukturat e bashkëjetesës në shoqatat.

Në Kuvendin vjetor të ShP Dibër dhe Qendra Zhupë, ishte aprovuar Raporti për punën e organeve të shoqatës për vitin e kaluar si dhe Programi për punën e Shoqatës në vitin 2014. Kryetari i sho-

qatës Besnik Pocesta i cili njëherësh është edhe nënkryetar i në LShPM theksoi:

-Shoqata e pensionistëve Dibër dhe Qendra Zhupë, është një ndër shoqatat e pensionistëve më aktive në vendin tonë në kategorinë e shoqatave me 3000 anëtarë. Anëtarët e shoqatës i realizojnë të gjitha aktivitetet e nevojshme të parapara me Program. Ata marrin pjesë në të gjitha garat e pensionistëve të cilat mbahen në nivel lokal, regjional dhe republikan.

- Kujdes i posaçëm, ka thënë kryetari Pocesta, kjo shoqatë i kushton bashkëpunimit me shoqatat tjera të vendit, por edhe me shoqatat e pensionistëve nga Shqipëria. Shoqata jonë, gjatë vitit të kaluar, ka realizuar aktivitete të shumta në më shumë sfera me qëllim që t'ju dalë në ndihmë anëtarëve pensionistë nga Dibra dhe Qendra Zhupë.

Në Kuvendin vjetor morën pjesë edhe përfaqësues nga shoqatat nga Tetova, Gostivari, Struga, Ohri, Vevçani, Labunishta e tjerë, të cilët përshëndetën Kuvendin dhe thanë edhe bindjen se bashkëpunimi ndërmjet shoqatave të pensionistëve të Maqedonisë është në nivel të duhur.

- Shoqata e Dibrës ishte një nga shoqatat e cila e nxiti bashkëpunimin e Lidhjes me organizatën e pensionistëve në Shqipëri, ka thënë kryetari i shoqatës së pensionistëve nga qyteti shqiptar Pogradec Nazif Daljani. Ai, pasi përshëndeti, i dëshiroi punë të suksesshme shoqatës dhe udhëheqësve të Lidhjes së pensionistëve të Maqedonisë. **Vjollca Sadiku**

Shoqata pensioniste e komunës Saraj

Të kënaqur me rezultatet

Saraj, 13.03.2014. Shoqata pensioniste e komunës Saraj, mbajti Kuvendin e rregullt raportues në të cilin duhej të zgjidhej kryetar Kuvendi si dhe të shqyrtohen dhe miratohen disa akte për punën e shoqatës në vitin e kaluar dhe për këtë vit. Kuvendin e hapi Kryetari i Shoqatës Rufat Ramadani i cili fillimisht përshëndeti mysafirët e pranishëm: Metodija Toshevski, nënkryetar i KE të LShPM, Nijazi Xhelili, Kryetar i ShP Gostivar, Dimitrije Dimovski, kryetar i ShP Tavtalixhe, Metodija Novkovski, kryetar i KE të ShP Gjorçe Petrov, Gojko Evtovski, kryetar i Kuvendit të ShP Tetovë dhe kryetaren e Aktivit të grave Saraj, Zulfie Ramadanin.

Procesverbali nga mbledhja e kaluar i Kuvendit u pranua njëzëri. U bë verifikim i mandatit të një anëtari të Kuvendit.

Në këtë kuvend u zgjodh njëzëri për kryetar të Kuvendit të ShP Saraj Baki Bakiu i cili në vazhdim udhëhoqi me punën e Kuvendit. Pasi falënderoi për besimin që iu dha, hapi diskutim për pikat në tërësi të rendit të ditës.

Metodija Toshevski, nënkryetar i KE i LShPM theksoi: "Në realizimin e aktiviteteve programore të shoqatës, duhet të angazhohen persona nga të gjitha sferat dhe sipas afiniteteve, ashtu do të jenë më të suksesshëm. Udhëheqësit në organet të mos bëhen të mërzitshëm-bezdisshëm, por të dëgjojnë edhe fjalën e të tjerëve si dhe na është me rëndësi bashkëpunimi me pushtetin lokal".

Nijazi Xhelili, kryetar i ShP Gostivar, uroj për sukseset e arritura. Përshëndeti formimin e Aktivit të grave dhe dha shembuj pozitiv të punës të shoqatës së Gostivarit.

Baki Bakiu, kryetar i sapo zgjedhur i shoqatës ndër të tjera theksoi: Shoqata jonë edhe pse vepron në kushte jo të mira, me sukses realizon objektivat programore. Na akoma me lokal të zyrës jemi në terren të huaj-në komunën Gjorçe Petrov. Në Raportin për punën e shoqatës nuk lexova për kontekstin gjyqësor me Shoqatën e pensionistëve Karposh. Për arsye të numrit të vogël të pensionistëve, nuk na mjaftojnë mjetet financiare. S'kemi mundësi t'ju ndihmojmë pensionistëve së paku me ndonjë ndihmë të njëhershme si dhe atyre që janë të sëmur.Për kontekstin gjyqësor folën Metodija Novkovski, kryetar i KE i ShP Gjorçe Petrov, Dimitrije Dimovski, kryetar i ShP Tavtalixhe dhe Gani Ismaili, anëtar i KE i ShP Saraj. Lidhur me diskutimet rreth procesit gjyqësorë, nënkryetari i LShPM Metodija Toshevski, tha se pasi që për kontekstin me arbitrim nuk pati vullnet, ai propozoi konkluzion që të bëjmë ndërmjetësim që Lidhja ta bëj atë, konkluzion i cili u pranua nga të gjithë.

- "Shoqata juaj ka përparuar. Tani keni edhe Aktiv të grave. Uroj për sukseset dhe ftoj që me datë 12.04.2014 të merret pjesë në takimin në Tetovë. Jemi këmbëngulës në bashkëpunimin me pushtetin lokal" ka theksuar Gojko Evtovski, kryetar i Kuvendit të ShP të Tetovës. Në diskutim mori pjesë edhe Meto Sherifovski, anëtar i Kuvendit.

Zulfije Ramadani, kryetare e Aktivit të grave tha se ajo kishte kërkuar që të formohet aktivi, se punon në forcimin e saj dhe bashkëpunon dhe do të bashkëpunojë me Aktivet e grave nga shoqata tjera.

Kur kryetari i Kuvendit Baki Bakiu, konstatoi se diskutimet rreth të gjitha pikave kishin mbaruar, ato i vu një nga një në votim: Raportin për punën në vitin 2013. Raportin financiar për vitin 2013. Llogarinë përfundimtare për vitin 2013. Programin për punë në vitin 2014. Plani financiar për punë në vitin 2014. Vendimin për financimin e përkohshëm të shoqatës për vitin 2014. Të gjitha pikat u aprovuan njëzëri. **Baki Bakiu**

ShP Çair

Aktivitete me ideja të reja kreative

Në muajt e parë të vitit, rëndom, bëhen analiza për të arriturat dhe realizimet në vitin paraprak. Në atë drejtim edhe ShP Çair, në prani të d-r Kërste Angelovskit, kryetar i Lidhjes të

ShP të qytetit të Shkupit dhe Kalina Slivovska-Andonova, kryetare e Komisionit për informim e cila i përshëndeti të pranishmit në emër të LShPM duke ju dëshiruar punë të suksesshme

Me mbledhjen udhëhoqi kryetari i Kuvendit Isen Zeqiri. Fillimisht u aprovuan: Raporti për punën në vitin 2013; Raporti për punën financiare-materiale në vitin 2013; si dhe Programi për punë dhe Plani financiar i shoqatës për vitin 2014. Në mbledhje janë zgjedhë edhe anëtar të rinj të Këshillit mbikëqyrës si dhe sekretarë të degëve.

Kryetari i KE Mentor Qoku, në fjalën hyrëse konstatoi se, Raportet janë të vobekta dhe jo aq të kompletuara, por ata japin pasqyrim të qartë se të gjitha aktivitetet e planifikuara në program për vitin e kaluar, nuk janë realizuar në tërësi, që gjithsesi se është rezultat i mungesës së aktivitetit të udhëheqësve paraprak. Për këtë, ai bëri një shqyrtim kritik për një numër të madh vërejtjesh të cilat kishin të bëjnë me transparencën e punës nëpër gjithësi, sidomos në pjesën e punës financiare të udhëheqësve të vjetër. Gjithashtu, ai ka folur edhe për çështjet dhe detyrat aktuale më me rëndësi për veprim të mëtejmë të Shoqatës, me qëllim që rezultatet të jenë të suksesshme.

- Pas nesh, lëmë një vit në të cilin shoqata nuk ka funksionuar mirë. Duhet të vazhdojmë me ideja dhe forca të reja. Mundësitë financiare janë të limituara sepse në këtë periudhë na është zvogëluar anëtarësia me ndarjen në dy Shoqata të reja. Ndërkaq, ka edhe raste të pa rregulluara të anëtarëve lidhur me kufijtë real të komunës Çair, për të cilat do të orvatemi që t'i zgjidhim. Qëllimi ynë është që pesë degët të cilat i planifikojmë: Duqanxhiku, Gazi Baba, Fushë Topana, Cerava dhe Cvetan Dimov, t'i formojmë dhe të punojnë, ndërkaq hap i parë në atë drejtim është që të sigurohet lokal me ndihmë të vetëqeverisjes lokale – ka thënë Mentor Qoku.

Në mbledhje ka folur edhe kryetari i LShP të qytetit të Shkupit d-r Kërste Angelovski, i cili u përqendrua në disa aktivitete më të rëndësishme të Lidhjes në periudhën e ardhshme.

Për anëtar të KM u zgjodhën: Dragica Stojanovska, Sejdi Banush dhe Ilmi Semin, ndërkaq për sekretarë të pesë degëve : Mitat Amirçe-Duqanxhik; Amet Muharem - Gazi Babë; Musa Limani - Ceravë; Trajçe Sheqerov - Dizhonska dhe Rashid Edrie - Fushë Tpopana.

Në diskutim morën pjesë edhe Danush Bushi dhe Rauf Hamidi të cilët bënë një vështrim kritik punës së udhëheqësve paraprak për çka parashtruan shumë pyetje, lidhur me planin financiar.

Në mbledhje ishin dhënë ideja të reja, sugjerime dhe propozime për aktivitetet e mëtejme, me qëllim që të vazhdohet me temp më të forcuar për realizimin e detyrave të planifikuara.

Vasil Paçemski

Ariti grupi i parë i pensionistëve në Banjat e Dibrës Capa

Në Banjat e Dibrës Capa filloi rekreimin grupi i parë i pensionistëve në kuadër të projektit Qeveriatra rekreim banjar pa pagesë. Grupi i parë i pensionistëve numëron mbi 100 vet dhe ata janë akomoduar në lokalitetin të Banjave të Banjishtit. Sipas përfaqësuesve të ndërmarjes të Banjave të Dibrës Capa pritet që rekreimin këtë vit ta realizojnë mbi 2500 pensionistë . Kapacitete hoteljerike kanë ndikuar që interesimi i pensionistëve në kuadër të këtij projekti për Banjat e Dibrës- Capa të jetë shum i madh. Prandaj sipas menaxherit Trimi Qemali gjatë nënshkrimit të marrveshjes mes Ministris për punës sociale dhe Banjave të Dibrës- capa është lënë mundësia që numri i pensionistëve këtë vit të mundet të jetë më i madh se 2500. Kryetari i Lidhjes të Pensionistëve të Maqedonisë Dragi Argiroski ka theksuar se Banjat e Dibrës Capa dhe kapacitzet hoteljerike që ka kjo ndërmarje private mundëson një rekreim shum të sukseshëm të pensionistëve. Është ky vit i pestë që projekti Qeveritar për rekreimin falas të pensionistëve realizohet në katër banjat e vendit, kurse banjat e Dibrës Capa janë më të preferuarit për pensionistët. Argirovski thotë se këta banja e meritojnë vizita më të mëdha të pensionisteve meqë kushtet hoteljerike, kuadri mjekso dhe uji shërues termominerale ndihmon në shëndetin e moshës së tretë. Pronari i banjave Mexhit Capa thotë se efektet materiale nga projekti i Qeverisë për rekreimin të pensionistëve ka një domtehënje të theksuar në zhvillimin të turizmit banjar por dhe vet kompanisë për të vazhduar investimet e saj. **Vjollca Sadiku**

Sheqerparja dibrane mahniti pensionistet

Dibër, 23 shkurt. Për të 19 herë në qytetin e Velesit u mbajt manifestimi "Ëmbëlsira e gjyshes". Në këtë manifestim morën pjesë 20 shoqata të grave pensioniste nga 20 qytete të vendit, ndër të cilat edhe gra të shoqatës të pensionistëve të Dibrës. Ky është manifestimi i vetëm i këtij lloji në vend, për të cilin ka një interes të madh dhe i cili rritet nga viti në vit, nga pensionistet e vendit.

Secila shoqatë u prezantua me ndonjë lloj të ëmbëlsirës që kanë përgatit, që është karakteristike për qytetin ku i takojnë dhe secila ëmbëlsi e ka historikun e vet, origjinën dhe domethënien se nga vjen dhe në cilat raste përdoret ajo.

Nga shoqatat e pensionisteve, dibranet në këtë manifestim u prezantuan me sheqerpare dibrane. Gratë e vyeshme dibrane në mënyrë të përkryer e kishin përgatitur sheqerparen, e cila shumë u pëlqye nga të gjithë. Përgatitjen e sheqerpares e bëri Magbule Pahumi e cila tregoi dhe përbërjen e saj. Sheqerparja ka një recetë të vjetër edhe atë më të vjetër se një shekull. Ajo përçohet nga gjenerata në gjeneratë dhe përgatitet si për dasma ashtu edhe për festa fetare sidomos për Bajram, por edhe për ceremoni të tjera familjare. Kjo ëmbëlsi përbëhet me një kg gjalpë lope, 20 kokrra vezë-vetëm të verdhat, dhe një kilogram miell. Pas përbërjes të masës bëhen dhe kokrra të vogla të cilët piqen në temperaturë 200 gradë celsius dhe më pas përvëlohet me sherbet, shpjegon Pahumi.

Kryetarja e aktivit të pensionisteve në Dibër Marionka Ushtelenca, tha se ky takim ka shumë qëllime, pos socializimit dhe shoqërimi, ata shkëmbejnë edhe receta të vjetra që i kanë përgatitur gjyshet dhe stërgjyshet tona, tipike nga qytete të ndryshme për ëmbëlsira dhe përgatitje tjera por edhe për argëtim që kërkon dhe mosha e tretë.

Në këtë manifestim ku morën pjesë 400 pensioniste nga vendi, u prezantuan të gjitha shoqatat me ëmbëlsira të vjetra. Pensionistet e Ohrit u prezantuan me bakllavë por e përgatitur si forma e gezdo. Përndryshe të hollat që do të mblidhen nga ky aktivitet do t'ja japim një vajze 6 vjeçare nga Velesi për mjekim.

Vjollca Sadiku

Faqen e redaktoi Baki Bakiu

Осмомартовски празнувања

Во здруженијата на пензионери на СЗПМ веќе стана традиција Меѓународниот ден на жената – 8–ми март да се одбележува со разни активности и пригодни прослави кои главно ги организираат активите на жените пензионерки. Оваа година по повод празникот на пензионерките речиси во сите здруженија членки на Сојузот беа одржани низ манифестации и дружења, на кои во повеќе области беа истакнати активностите и успесите на припадничките на понежниот пол. Според јавувањата на нашите дописници, Редакцијата направи избор на позначајни одбележувања на овој празник, од кои истакнуваме поедини делови со слични содржини за празнувањата и во другите здруженија.

Во ЗП Радовиш и Конче 8–ми март беше одбележан под покровителство на градоначалникот Сашко Николов, а на жените од матичното здружение им се придружија и припадничките на ОО на СБМ од Радовиш и Конче.

Претседателот на Здружението **Јордан Костадинов** им го честиташе празникот на пензионерките, при што ги истакне нивните резултати на полето на спортот и културата, а посебно во областа на хуманитарните активности. Со пригодно обраќање, кон честитките се придружи и градоначалникот Сашко Николов, а потоа над 400 жени, во пријатна атмосвера и расположение, со песни, музика и игрење, се дружеа и заедно поминаа уште еден незаборавен ден.

Радовиш

Дебар

Струмица

Штип

Демир Капија

Свети Николе

Пробиштип

Крушево

Неготино

Охрид

На пензионерките од ЗП Охрид и Дебрца со каранфили и искрени желби за добро здравје, среќа и безгрижна иднина, празникот им го честитаа градоначалникот **Никола Бакрачески** и претседателот на ИО **Ѓорѓи Трпчески,** при што беше истакната добрата соработка и придонесот на локалната самоуправа за подобрување на квалитетот на животот на пензионерите.

Во ЗП Пробиштип годинава, одбележувањето на Меѓународниот ден на жената, со непосредна помош на Раководството на ЗП, го организираше Активот на пензионерки во соработка со КУД „Весели пенизонери" и волонтерите од ОО на Црвениот крст. Така, во пресрет на празникот, група волонери од Црвениот крст, во Домот на пензионерите одржаа едукативна работилница, при што ги подучуваа пенизонерките и пензионерите како од отпадни материјали да изработат прекрасни цветови и да им ги подарат на своите сопруги, ќерки или внуки. На самиот ден на празникот, беа посетени спомен обележјата на жените паднати во НОВ на подрачјето на Општината, при што, потсетувајќи се на историјата и храброста на девојките и жените кои се жртвуваа за денешнава слобода, беа положени букети свежо цвеќе. Во вечерните часови се одржа и другарска вечер, на која покрај дружењето со песни и ора прозвучија и стихови од жени – пензионерки кои пишуваат поезија.

Во Неготино, по иницијатива на Клубот на пензионери „Анри Динан" при Црвениот крст, во соорганизација со Клубот на пензионери „Неготинијана" и Комисијата за спорт при Здружението, во чест на Денот на жените, се одржа Осмомартовски турнир во пикадо за жени. За значењето на празникот и спортот и рекреацијата за пензионерите зборуваше **Розалија Јордановска** – претседателка на Активот на пензионерките. Во конкуренција од петнаесетина пензионерки, првото место го освои Стојка Србинова, второто Велика Ѓорѓиева и третото Марика Петровска, кои за постигнатиот успех добија благодарници од организаторот. Исто така, истакнуваме дека неколку дена пред празникот Активот на пензионерките од Неготино беше домаќин на заедничко дружење на кое присуствуваа гости од : Прилеп, Велес, Скопје – Карпош, Радовиш, Кичево и други. Средбата помина во весело расположение, кое подолго ќе остане во пријатно сеќавање.

Во ЗП Тафталиџе на присутните пензионерки 8 Март им го честиташе претседателот на здружението **Димитрие Димовски.**

8 Март се прослави и во ЗИТ КИП од Штип, каде на пензионерките празникот им го честиташе претседателот на ЗИТ КИП **Љупчо Јанев**.

Честитајќи им го срдечно 8 Март – меѓународниот ден на жената, претседателот на ИО на СЗП **Данче Даскаловска**, на своите драги гости им подари по еден примерок од книгата на пензионираниот музички педагог Илија Ѓоргев, под наслов „Под кулите на Струмица".

И Активот на пензионерки од ЗП Карпош – Скопје организираше повеќе активности по повод одбележувањето на овој празник, а поголем број пензионерки од ова здружение учествуваа и на трибината во Домот на хуманитарни организации „Даре Џамбаз", која ја организираше Црвениот крст на Град Скопје на тема: „Жените лобисти за правата на пензионерите во организација". Главната прослава на празникот се одржа во Штип, кога околу стотина пензионерки со своите најблиски го посетија археолошкото наоѓалиште „Баргала", а потоа со добра музика и весела атмосфера пријатно се дружеа.

Мошне импресивна осмомартовската забава организираше и Активот на пензионерки при ЗП Македонска Каменица, на која заедно со 320 пензионерки славеа и нивните ќерки, снаи и внуки, а подарувајќи им цвеќе на славеничките со пригодни зборови им се обрати и градоначалникот **Дарко Митевски**.

Незаборавна средба приреди и Демиркапиското здружение на пензионери. Околу стотина пензионерки од Демир Капија и од селските населби Корешница, Бистренци и Прждево, повеќе од пет часа со жива музика се забавуваа и другаруваа. Прославата започна со честитка од претседателот на ЗП **Благој Кавазовски**, а честитки со убави желби им посака и по една саксија со свежо цвеќе им подари градоначалникот **Трајче Димитриев.**

8–ми Март беше одбележан и во Куманово со дружење, забава и литературен конкурс. Присутните ги поздрави Славица Ламбаша.

Денот на жените, пензионерките од Св. Николе го прославија заедно со колешките од ЗИТ, а празникот им го честиташе претседателот на ЗП **Мирко Данаилов**, посакувајќи им добро здравје и пријатна забава.

Активот на пензионерки при ЗП Крушево, за овој празник организираше заедничка прослава и дружење во Клубот на пензионерите. Претседателката на Активот, д–р **Савка Христоска** ги поздрави пензионерките и со пригодни зборови за успесите им го честиташе празникот. Во прекрасен амбиент и добро расположение, придружени со жива музика, пензионерките ги заборавија секојдневните проблеми и им се препуштија на музиката, песните и ората до касните вечерни часови.

Л.М. К.С. М.З. П.С. П.Г. М.П. Г.А. М.Д. С.Л. С.Б.

„Во виорот на животот" од Ристенка Манчева

„Во поезијата, како и во љубовта, се е речено, а сепак треба уште да се рече." На оваа убава мисла на Блаже Коневски се надоврзуваме со наш избор на зборови за да го кажеме недореченото за авторката Ристенка Манчева и за нејзината збирка поезија „Во виорот на животот".

Ристенка Манчева е родена на 19. 12. 1933 година во Кавадарци. Таа е професор по француски јазик во пензија. Добитник е на многу престижни признанија за постигнатиот успех на нејзините ученици. Ја издвојуваме наградата од францускoто министерство за образование што лично и ја врачил поранешниот амбасадор на Франција во Р. Македонија Жак Кунцингер.

Плод на нејзината голема љубов кон убаво пишаниот збор е книгата „Во виорот на животот". Во неа на едно место се собрани патиштата низ животот и времето, откриени случувања, трепети и духовни пораки за просветлување на смислата на живеењето... Во поезијата на Ристенка се чувствува здивот на обичните луѓе, на оние што ја почуствувале острицата на неправдата, на изгладнетите деца ширум светот. но и и револтот кон теророт и ужасот од војната. Нејзината поезија дише со здивот на интернационализмот и хуманизмот. Книгата „Во виорот на животот" претставува повик до свеста на оние кои заборавиле дека се дел од заедничкото семејство на нашата планета, наречена Земја.

За тоа колку на авторката и значи книгата и пишаниот збор и во овие убави пензионерски години, дознаваме и од посветата напишана на нејзиното дело како подарок на нашата редакција. „Човекот е минлива категорија. Книгата е гласноговорник на авторот". Таа, книгата, ги изразува неговите мисли и емоции на радост и возбуда, но и на тага заради сторените неправди... Еден француски поет, не потсетува Ристенка, рекол: „Страдај о, срце погодено од неправда, а ти доблест плачи ако јас умрам".

– Во книгата се поместени моите, и оние на човештвото пораки за мир, за слобода во секој вид, за правда и културно однесување, но и омраза кон лицемерието, зависта, алчноста и снобизмот, вели авторката. Својата посвета Манчева ја завршува со онаа позната изрека на Максим Горки: „Човек – тоа звучи гордо", а текстот за Ристенка Манчева ќе го завршиме со извадок од нејзината песна „Дајте ми мене збор", кој на најубав начин потврдува дека во поезијата на Ристенка има нешто посебно и самосвојно.

Дајте ми мене збор

Дајте ми мене збор,
Јас, кој го чувствувам
повикот на вистината.
На неправдата – острицата.
На душата ширината.
Мојава песна спонтано се точи
пред твоите очи
како свила од свилена буба...

Цветанка Илиева

Лилјана Наумовска, вљубеничка во пишаниот збор

Книгата е ракување со светот

Треба постојано да се бараат нови патишта со цел книгата побрзо и полесно да стигне до читателите од сите возрасти - истакнува нашата соговорничка.

Книгите личат на луѓето кои играат голема улога во животот. Оваа мисла на славниот Волтер е само еден од многубројните погледи за литературата како уметност на зборот, кој е волшебен и неисцрпен извор на знаења, зборот што воспитува и облагородува. Кога човек ќе се вљуби во неа, тогаш и таа го сака него. И таа љубов трае вечно, како љубовта меѓу реката и морето. Човекот што чита е духовно богат, со широки хоризонти. Тоа добро го знае и Лилјана Наумовска, долгогодишна преведувачка од англиски јазик во една здравствена установа, денес пензионерка од Скопје.

Со неа се сретнавме во нејзиниот дом во скопската населба Топаанско Поле. Со романот „Куќичка" од современата македонска писателка Оливера Николова в раце, таа не пречека во нејзината соба–библиотека, која што е богата со дела од странски и домашни писатели.

– За мене книгата е нешто свето, мој најверен пријател, – беа нејзините први зборови за значењето на една голема дружба.

– Книгата развива космополитизам. Љубовта кон неа ми ја пренесе дедо ми по мајка, кој зборуваше неколку странски јазици. Книги ми купуваше уште пред да научам да читам. Ги „читав" според илустрациите и боите. Тој ми ја раскажуваше содржината. А кога научив да читам, ме исполни љубопитство за нови приказни. Брзо сфатив дека книгата дава широчина на мислењето, повикува на добрина и разбирање меѓу луѓето. Со време, откако станав професор по англиски јазик и историја на уметноста, благодарение на мудроста од прочитаните книги, го изградив сопственото животно мото: **ниту на телото повеќе отколку што му треба, ниту на душата помалку од што и треба.**

Книгата е ракување со светот. Таа премостува океани, планини, години и векови. Не враќа во минатото, но и не носи во иднината. Затоа, ја замоливме да ни каже кои книги повеќе ја привлекуваат: историските, научната фантастика, мемоарската, авантуристичката литература...?

– Моето слободно, пензионерско време, е поубаво кога читам. Тоа е најважното. Секоја добра книга ме исполнува со емоции и радост. Така на пример, со „Војна и мир" откриваме сознанија за една голема воена епопеја; од романите на Балзак го запознаваме животот во Франција во еден период од нејзиното постоење; Жил Верн ги најавува новите научни изуми... Достојни за внимание се и денешните литературни остварувања свртени и кон минатото, но повеќе кон денешните случувања во светот и кај нас – вели Лилјана Наумовска, на која третата доба и го разубавуват книгите враќајќи и љубов за љубовта што им ја подарува.

Книгата е скапоцено богатство за секој човек, затоа таа ги поздравува заложбите за финансирање на нови изданија. Потребно е да се бараат се посовремени патишта за книгата да стигне побрзо и полесно до читателите од сите возрасти. Ја радува збогатувањето на книжниот фонд со дела од странски писатели, особено нобеловци, го поздравува збогатувањето и на домашната продукција. Оваа вљубеничка во книгата, длабоко навлезена во седмата деценија од животот, апелира до сите фактори во општеството посебна љубов кон книгата да се развива кај младите.

– Љубовта кон читањето кај младите треба да ја негуваме уште во нивните најрани години. Тоа е должност на родителите, на бабите и дедовците, на училиштата и библиотеките, на сите нас. Тоа е макотрпна, но благородна задача. Потребно е затоа што младите денес читаат помалку отколку порано. Нивното внимание многу повеќе го привлекуваат компјутерите, интернетот и другите современи придобивки за комуницирање. Тие се потребни, но мора да се има мерка за да не ја пасифизираат личноста. Никој не смее да заборави: книгата е основниот, незаменлив извор на знаења, – заврши нашата соговорничка со предлог Здружението на пензионерите Чаир да формира Клуб на љубители на книгата и во оваа скопска општина.

Перо Миленкоски

ЗП Гази Баба

Успесите се резултат на големиот труд

Мешаната пејачка група при ЗП Гази Баба се афирмира како една од подобрите во Македонија. Таа успешно го претставува Здружението и од ден на ден, со својата активност придонесува во подобрувањето на културно–забавниот живот на пензионерите. Со настапите на републичките и регионалните ревии на песни, музика и игри, посебно на општинско и локално ниво, како и на многу други манифестации, со својот репертоар на староградски македонски песни, создаде препознатлив имиџ и стана позната кај пензионерите и сограѓаните.

За постигнатите успеси и активностите на пејачката група, разговаравме со претседателот на Комисијата за културно–забавен живот, **Марија Станојковиќ**, која ни раскажа за повеќе настапи и музички изведби на групата, при што на репертуар биле македонски песни придружувани со разни дувачки инструменти.

Посебна заслуга за афирмацијата и успесите на групата, покрај поранешниот уметнички раководител, има и сегашниот Раде Илиќ, пензионер, музичар и диригент, кој целиот свој работен век го поминал со музиката и раководел со повеќе музички групи и хорови со кои остварил забележителни успеси.

– Овие пензионери се како вистински професионалци, со голема музичка култура и дисциплина. На репертоарот имаме повеќе староградски песни, уметнички обработени, кои двапати во неделата ги вежбаме. Не може ништо да не изненади и во секој момент сме подготвени за настап, – рече, покрај другото, уметничкиот раководител **Раде Илиќ**, не сокривајќи го задоволството од соработката со Програмскиот совет кој непосредно му помага.

Минатото, сегашноста и иднината кои ги инспирираат триесетте членови на оваа музичка група, преку народната песна го чуваат културното богатство во Македонија, пренесувајќи го на младите и чувајќи го од заборав фолклорното наследство.

Васил Пачемски

Подготовки за регионалните ревии на песни, музика и игри

Офанзива на воените пензионери

Здружението на воените пензионери на минатогодишните регионални и Републичката ревија на песни, музика и игри, со својот настап остави силен впечаток кај стручното жири и пензионерската поублика што ги следеше овие културни манифестации. Затоа раководството на ЗВП презеде мерки навреме да се подготвуваат учесниците за да се потврди минатогодишниот успех и да се задржи стекнатиот рејтинг на Здружението. Така, уште на почетокот на годината воените пензионери ја оформија програмата за настап, ги определија учесниците и офанзивно стартуваа со подготовките.

– Извршивме селекција на учесниците за двете главни манифестации во организација на СЗПМ за оваа година – за ревиите на песни, музика и игри и за спортските натпревари на пензионерите, ги определивме термините за редовна подготовка на фолклористите и на спортистите, а сега интензивно вежбаме за настап. Навистина проблем ни претставува немањето сопствени простории за подготовки, но се снаоѓаме како знаеме и умееме, дури ги користиме ходниците во Домот на АРМ, најчесто покрај соблекувалните, кога за тоа има можности, – вели претседателот на ЗВП **Ѓорѓи Заринскi**.

Иако не сакаа да откријат детали од програмата за настап, откривме дека воените пензионери подготвуваат нови содржини и изненадувања, а посебно со вклучувањето на своја пејачка група.

М.Д.

Семеен музеј на народни песни

Пензионерката Љубица Лешоска, од Вевчани, малата соба во семејната куќа во Вевчани, решила да ја претвори во семеен музеј. Рачните ракотворби на Љубица Лешоска со мотиви од вевчанската носија, плетени, ткаени, везени–милиња, чаршави, женска вевчанска носија (невестинска, моминска, детска и машка носија), грижливо се наредени во малата соба на семејната куќа која се наоѓа во сред село во Вевчани и е посетена од секој турист кој доаѓа во селото.

Во дваесетината квадратни метри сместена е историјата на Љубица, на Вевчани и на Македонија. Тие се сведок на едно време и за македонскиот- вевчанскиот идентитет и традиција. По ѕидовите, по креветот распослани се везените и платнените ткаенини што некогаш вевчанските жени рачно ги изработуваа, а сега таа традиција ја продолжува Љубица Љешоска. Љубица со своите ракотворби учествувала на многу изложби, како што е денот на одржувањето на Ревијата на народни носии во Струга, на денот на одржувањето на „Гоцеви денови" во Подгорци, многу пати во Вевчани и ширум Републиката.

За да се заштити семејното богатство, така решила малата соба да се претвори во семеен музеј и како аманет сака да го остави на идните генерации за да сведочи за традициите, вредностите за семејството, но и за минатото на Вевчани и Македонија.

Народните носии и везови, ракотворбите на Љубица може секојдневно да се видат и на играорците од КУД „Дримкол" од Вевчани за време на настапите на друштвото во земјава и странство. За Љубица Лешоска се снимени голем број радио и ТВ емисии, објавени се голем број написи, а и снимени се и неколку кратко метражни филмови.

Стојан Кукунешоски

Средба

Возбудено чекори кон местото на кое треба да се сретнат. Се прашува: зошто е возбудена?! Зошто срцето и чука така забрзано, кога тоа беше многу одамна. Пред цели шеесет години. Дали се изменил? Дали ќе го препознае? Дали тој ќе ја препознае? Рој прашања на кои не им го знае одговорот. Измешани чувства. Носталгија по минатото, некакви траги од чувствата на заљубена средношколка и возбуда на припадничка на третата доба.

Гледа и не и се верува. Стои и ја чека на договореното место. Ист е како некогаш, а и не е ист. Шеесет години е долг период. Годините си го направиле своето. Само уште неколку чекори ги дели еден од друг. Има впечаток дека тој ја препозна, или можеби само така се однесува за да не ја разочара дека се изменила, дека остарела... Ја подава раката да се поздрават. Во исто време и двајцата велат:

– Како си? – и тој и се обраќа со прекарот со кој и се обраќаше тогаш, пред многу години. Значи, сепак му останало нешто за неа во сеќавањата. Интересно, сознанието и годи, дури и ја радува!

Влегуваат во кафулето. Гледа во него и не и се верува. Како да се вратиле некаде во минатото, во времето кога беа добри другари и кога другаруваа. Кога со часови го слушаше како и раскажува за девојчето кое му се допаѓа, трпеливо го слушаше по цена да биде со него, крај него, да биде дел од неговиот живот...

Седат еден покрај друг и разговараат. И сега, исто како и тогаш повеќе зборува тој. И раскажува за изминатите години, за сопругата, за децата, за внуците... си вели: исто како некогаш.

Напнатоста и неизвесноста попушта...

Чудно. Многу нешта би сакала да му каже, да го праша. Се насобрало со годините. Сеќавањата навираат и кај двајцата. Од она што го слуша пријатно е изненадена, бидејќи гледа дека и тој ги зачувал спомените и сеќавањата од заборав. Во нив понекаде ја има и неа. Се сеќаваат на другарите и другарките од тоа време. На тоа кој со кого беше. Кој кому му беше симпатија. Кој кого го „сакаше".

– Знаеш јас... ти ми беше... – Не ја завршува реченицата, зашто тој вели: – Знам!

Зарем?! Па никогаш не покажа дека знае. Зошто тогаш постојано ѝ кажуваше за неговите чувства кон девојчето што му беше симпатија? Зар не му било жал? Зар не бил свесен дека ѝ нанесуваше болка? Како да го дознае одговорот? Не дека нешто ќе се смени во нивните животи. Едноставно: љубопитност или желба да дознае дали дел од нејзините соништа има поткрепа. Нема одговор.

– Го чувам уште подарокот што ми го даде пред многу години, – и вели со некаква гордост која и заличува на фалба. Зачудена е, но не се осмелува да го праша: зошто? Се плаши дека можеби одговорот нема да и се бендиса, дека не е онаков каков што таа би сакала да е.

– Таков сум, се врзувам за предметите што ми се драги! Дали рече „драги" или така ѝ се стори. Зошто тој збор го посакуваше во одговорот?!

– Така ли? – И додека го гледа и се јавува желба да го допре, да го помилува, да си ја исполни подзаборавената желба од пред многу години. Не се осмелуваше тоа да го стори ни тогаш, а еве ни сега! Ја пружи раката и ја стега неговата во знак на благодарност, свесна дека подарокот можел и да го фрли илјада пати. Тој продолжува и нешто ѝ раскажува, а таа речиси и не го слуша, замелушена и изненадена од сознанието.

Наеднаш почнува силно да врне. Според индиски верувања тоа е убав знак. Боговите се радуваат и праќаат абер за нешто убаво. Единствено што слуша и разбира освен удирањето на јадрите дождовни капки е дека и понатаму и се обраќа со прекарот со кој и се обраќаше некогаш само тој.

– Денес ти е роденден – му вели.

– Да. Зарем го паметиш мојот роденден!? – Изненадување гледа во неговите очи кои некогаш и беа толку драги.

– Го паметам, а ти донесов и подарок. Во гласот и се чувствува младешка срамежливост иако е далеку, далеку од младоста. Одвиткува стара тетратка со дебели корици какви што беа многу ретки во тоа време, а во која некогаш ги чуваше своите тајни.

Со чудење и љубопитност тој ја отвора на обележаната страница и чита...

Додека чита се насмевнува, а таа се чувствува како да има 17, а не 77 години!

К.С. Андонова

Лечење на нискиот притисок

Една од најраширените појави на денешницата е високиот крвен притисок или хипертензија.

Меѓутоа, постои и спротивна болест – низок крвен притисок или хипотензија. Притисокот се смета за низок кога систоличкиот или горниот притисок има вредности под 110 ммХг, а дијастоличкиот под 65 ммХг. Не е опасен како високиот притисок, ретко го загрозува животот, но може да биде изразито непријатен! Поради тоа се вели дека луѓето со низок притисок живеат долго, но лошо. Највообичаени симптоми на низок притисок се вртоглавица, замаглен вид, неправилна работа на срцето, умор и поспаност, краток здив, зголемена жед, бледа кожа и несвестица. Постојат неколку причини за низок притисок. Пред да барате соодветен начин за негово лечење, добро би било да ја откриете причината којашто довела притисокот да ви биде низок. Еве некои од нив: губење на тежина, ендокрини нарушувања, дехидрација, губиток на крв, повеќекратна инфекција, срцеви проблеми, алергиски реакции, лекови како што се бета-блокатори, антидепресиви и ангиотензин.

Исхраната е клучна во превенција и лечење на нискиот притисок. Пред се, потребно е да се пие **многу течности**, оти дехидрацијата е една од главните причини за паѓање на притисокот. Течностите го зголемуваат волуменот на крвта, а со тоа и притисокот. Се препорачува да се зголеми внесот на солена храна, оти таа ја поттикнува жедта. Ако страдате од низок притисок, треба редовно да јадете продукти богати со В–витамини (особено В12), со витамин С, со калциум, железо и белковини. На вашето мени треба да се наоѓаат свежи природни сокови, зелен листест зеленчук, портокали, банани, авокадо, брокула, грав, соја, сончоглед, пченични никулци, суво овошје, зрнести плодови и млеко. Се препорачува и редовна консумација на мед, куркума, ѓумбир и лук, кои се природен лек за низок притисок. На многумина со низок притисок им помага и кофеин, затоа можете наутро да испиете чаша појако кафе или црн чај. Меѓутоа, кофеинските пијалаци го поттикнуваат излачувањето на течности, па со нив постапувајте умерено. Јадете повеќе помали оброци, оти големите оброци предизвикуваат пад на притисокот. Со секое јадење пијте многу течности. Исто така, и низа на лековити билки може да ви помогнат во регулацијата на нискиот притисок, дури и во трајно отстранување на овој проблем. Еве некои од нив:

Црвен глог е одличен регулатор на крвниот притисок. Тој може не само да го намали зголемениот крвен притисок, туку и да го зголеми премногу нискиот крвен притисок кај слабите срцеви мускули. Глогот го зголемува протокот на крвта и ја забрзува работата на срцето.

Рузмарин често се препорачува кај ослабена циркулација. Позитивно влијае и кај нискиот притисок, а помага и кај хипертензиски главоболки и срцева аритмија. Научните испитувања потврдиле дека рузмаринот содржи низа фитохемикалии и флавоноиди кои го подобруваат здравјето на крвните жили.

Имела содржи состојки кои го нормализираат крвниот притисок. Спречува опуштање на жилите и оштетување на срцето условено од старост. Ја регулира работата на срцето и ја смирува тахикардијата.

Копривата и **липата** исто така се делотворни во регулирање на притисокот.

Против низок притисок се препорачува редовно телесно вежбање поради подобрување на циркулацијата. Телесни активности кои се препорачуваат кај нискиот притисок: пешачење, бавно трчање, пливање, возење велосипед и други аеробни вежби, а треба да се одбегнуваат вежби со нагли промени на положбата на телото како и оние во кои главата е под нивото на срцето.

Т.Г.

ЕКСТРА ПОВОЛНОСТИ ЗА СИТЕ ПЕНЗИОНЕРИ
УНИВЕРЗИТЕТСКИ СТОМАТОЛОШКИ КЛИНИЧКИ ЦЕНТАР
проф. д-р БОЈО АНДРЕСКИ
закажете на:
02/320 20 22
eurmdentalcenter.mk
ИЗБЕРЕТЕ МАТИЧЕН СТОМАТОЛОГ

РАБОТИМЕ СО СИНИ КАРТОНИ

Протеините поврзани со предвремена смрт

Користење премногу месо и сирење можат да претставуваат рецепт за катастрофа, покажува најновото проучување со кое се поврзува користењето на протеини од животинско потекло и зголемениот ризик од предвремена смрт за луѓето во педесеттите и шеесеттите години од нивниот живот.

Проучувањето на повеќе од 6.000 возрасни Американци открило дека лицата на возраст од 50 до 65 години, кои се хранат со храна богата со протеини од животинско потекло, имаат 74% поголема можност да доживеат предвремена смрт во однос на лицата од истата возрасна група кои се хранеле со помалку протеини од животинско потекло, а протеините ги обезбедувале од други извори вон од животинските. Во однос на смртта поради рак ризикот бил четирипати поголем.

Се чини дека јадењето протеини од растително потекло, како што се зрнестата храна и грав и грашок, го преобрнува нездравиот тренд. Основната порака од оваа истражување е дека треба да се оди на безбедно ниво на протеини од животинско потекло и да се прави обид колку што е можно повеќе да се користат протеини од растително потекло. Од друга страна, по 65–тата година од животот овој тренд се губи, што укажува дека исхраната богата со протеини од животинско или растително потекло може да биде од корист за оваа возрасна група.

Зошто овој ефект се губи кај постарите лица? Како што старееме се зголемува потребата на организмот за протеини. Оттука, земањето на истите од главните извори на проетини по 65–тата година од животот е важно од аспект на продолжување на нашата долговечност. Пациентите чија исхрана по 65–тата година од животот била заснована на протеини имале за 25% помала веројатност да доживеат предвремена смрт.

Со сигурност се знае дека постарите лица имаат проблем со примањето доволно протеини. Ваквата состојба е позната како **саркопенија**, при што се проценува дека се однесува на речиси половината од постарите лица во моментот кога ќе достигнат осумдесетгодишна старост.

Советот е едноставен: треба да се обрне внимание на делот од исхраната што е пообемен и на делот од исхраната што е посиромашен и треба да се постигне рамнотежа. Значи, се нагласува важноста од урамнотежена исхрана, при што е важно да се има висококвалитетни протеини во исхраната, без оглед на нивниот извор. Многу е очигледно дека лицата кои јадат производи од растително потекло имаат намален ризик од смрт. Сосема е сигурно дека главната порака останува како и досега: ако се пређе на исхрана заснована повеќе на производи од растително потекло, поголема е веројатноста да се живее поздраво и да не напаѓаат помалку хронични болести.

Значи, дали оброк составен од месо и сирење ќе не убие? Ако ваков оброк имаме повремено, тоа веројатно не треба многу да не загрижува. Иако проучувањето покажа дека ако постојано се јадат многу протеини од животинско потекло, тоа би претставувало проблем, тоа не значи дека месото и сирењето се отровни. Напротив, со овие хранливи состојки се обезбедуваат бројни важни прехранбени компоненти што не се наоѓаат лесно во друга храна.

Стручњаците за храна и за медицина забележуваат дека ограничување на проучувањето претставува фактот што со него во ист кош се ставаат сите протеини од животинско потекло, не земајќи ги предвид поздравите видови што постојат во рамките на овие протеини. На пример, еден безмасен јогурт и еден хот дог не се исто од аспект на содржина на маснотии, холестелол или хранливи состојки. Значи, засега клучот е во умереноста. Добро урамнотежена исхрана што ги опфаќа сите поважни групи на храна, при што помалку е оптоварена со месо и сирење (тука се мисли и на други производи од животинско потекло, како јајца, млеко итн.) може да биде најдобра комбинација за **здрава иднина**.

В. Павлески

Пролет е - зајакнете го имунитетот

Од година во година во последните неколку децении имунитетот кај луѓето постојано слабее, а научниците тврдат дека зголемен ризик од слаб имунитет имаат особено љубителите на благо, луѓето со голема телесна тежина и оние кои не пијат доволно течности. Се разбира дека во оваа група се и оние кои се хронично под стрес, како и луѓето во поодмината возраст. Шеќерот е еден од најголемите непријатели на имунитетот, велат нутриционистите и лекарите. Ако дневно внесувате 200 грама шеќер (колку што има во три лименки газиран сок или во два колача), на белите крвни клетки ќе им бидат потребни дури пет часа повеќе за да се изборат со бактериите. Исто така, прекумерната тежина може да предизвика хормонална нерамнотежа, а големиот број на масните клетки предизвикува ослободување на хемикалии кои предизвикуваат воспаленија во телото. Хроничното воспаление може да ги оштети ткивата, што резултира со ослабување на имунолошкиот систем. И неправилниот ритам на спиење ја нарушува работата на одбранбениот систем. Само една непроспиена ноќ го намалува бројот на белите крвни клетки кои ги уништуваат бактериите и вирусите, тврдат британските научници. Според една пак студија научници од Универзитетот во Чикаго, организмот на луѓето кои во една седмица спиеле само четири дена, нивниот организам произведува половина од антителата кои се борат например против грип.

Освен непроспиените ноќи, имунитетот го слабее и ако не внесувате доволно течности, кои на телото му се потребни за да ги елиминира насобраните отрови. Ако урината ви е темна, а не бледа, тоа значи дека не пиете доволно вода и ја отежнувате борбата против настинката и некои други болести. Подеднакво лошо на имунитетот делува и осамениот начин на живот. Сиромашниот социјален живот ја намалува отпорноста од болести, покажало истражувањето врз 276 луѓе на возраст од 18 до 55 години.

Се поставува прашањето: можели нешто да се стори за да се подигне ослабнатиот имунитет? Овие осум состојки, според нутриционистите и лекарите, можат да помогнат за да го подигнете ослабнатиот имунитет:

1. Пилешкото и мисиркиното месо, јајцата, јогуртот, гравот и мешункастиот зеленчук се богати со аминокиселини кои се важни за зајакнување на имунолошкиот систем. Нивната подготовка со разлчни зачини како што е босилек, куркума и ѓумбир имаат уште посилен ефект.

2. Лукот се смета за природен антибиотик, бидејќи тој е еден од најдобрите природни додатоци кои успешно се бори против бактериски и вирусни инфекции. Лукот има способност да го стимулира имунолошкиот систем и да ја поттикне активноста на макрофагите (дел од леукоцитите), кои се борат против вируси, бактерии и габи. Исто така, ги штити и белите дробови.

3. Ѓумбирот со години традиционално се користи за лечење на настинка и грип, бидејќи ја зголемува способноста на имунолошкиот систем во борбата против инфекциите. Тој може да се стави во разни јадења и супи, но и да се користи за подготвување на топол напиток со мед.

4. Оригано – Маслото добиено од листовите на оригано содржи карвакрол, состојка која има неверојатни антибактериски својства.

5. Свежо овошје – За имунитетот добро е да се јаде овошје како што е грејфрут, јаболко, киви, портокали, калинки и лимон. Благи работи како што се колачи, торти кремови и друго, треба да се избегнуваат. Добро е да се консумираат суви смокви, грозје, сливи, брусница, аронија и друго, како и јаткасти плодови (ореви, бадеми, лешници) и разни видови семиња, кои треба да се потопат во вода пред да се консумираат.

6. Супа од морков, целер и лук, рендан ѓумбир, мајчина душица, жалфија и куркума, го зајакнува имунолошкиот систем.

7. Рен - Сите корен кои можат да се јадат се вистински ризници на хранливи материи кои го поттикнуваат имунитетот. Припаѓаат на групата на лути корени кои го зајакнуваат имунитетот, а содржат и големи количини на витамин Ц. Се препорачува да се консумираат пред јадење, а може да се користат и во разни јадења и напивки.

Да се внимава на имунитетот е особено важно на пролет кога организмот е изморен од седење дома и потешка исхрана без доволно зеленчук и овошје.

М. Дамјаноска

Зошто се замастува црниот дроб

Сите знаеме дека големото количество алкохол е опасно за црниот дроб. Впрочем, тоа го покажуваат и статистичките податоци, според кои кај 90%–100% од лицата што уживаат во прекумерни количини алкохол е дијагностициран замастен црн дроб. Меѓутоа, оваа болест може да биде предизвикана од уште некои фактори. Останати фактори кои го зголемуваат ризикот од појава на замастен црн дроб се : хепатит Ц, недостаток на железо во организмот, дебелина и лоша исхрана.

ПРИЧИНИ

Причината за замастување на црниот дроб се уште не е позната. Одредени фактори можат да го зголемат ризикот од болеста, но во некои случаи целосно изостануваат какви било параметри што доведуваат до појава на ова заболување. Сепак, познато е дека овој вид заболување, обично, е наследно, а се појавува кај средовечни и дебели лица. Кај овие луѓе, обично се регистрира високо ниво на триглицериди или холестерол во крвта и тие често страдаат од дијабетес.

Како потенцијални причини за појава на замастен црн дроб се наведуваат и одредени лекови, вирусен хепатитис, автоимуно или наследно заболување на црниот дроб, брзо губење на телесната тежина и неисхранетост.

Исто така, неодамнешните студии покажуваат дека прекумерното размножување на бактериите во тенкото црево, како и други промени во дигестивниот систем, може да доведат до појава на замастување на црниот дроб. Генерално, се она што хронично го оптоварува црниот дроб може да ја наруши неговата функција: неумерено конзумирање алкохол, шеќер и кофеин, висока застапеност на пестициди и адитиви во продуктите и во фармаколошките средства и разни отрови во околината. Црниот дроб мора да ги разгради сите материи што влегуваат во нашиот организам.

СИМПТОМИ

Замастениот црн дроб, обично, се нарекува тивка болест бидејќи многу често не е придружен со никакви симптоми. Во напредната фаза–за која е потребно да поминат неколку години, понекогаш дури и децении, може да се појават нетипични знаци, како што се општа слабост, губење килограми или апетит, повраќање, нарушена моќ за размислување, конфузност или проблем со концентрација.

Освен тоа, може да се појават и болки во централниот или во горниот десен дел од стомакот, темни дамки на кожата на вратот или на подлактицата и зголемен црн дроб. Доколку болеста се развие во цироза, функцијата на црниот дроб значително се нарушува, што обично, се манифестира со задржување на течностите во ткивото, губење на мускулната маса, внатрешно крварење, жолтица и откажување на црниот дроб.

Три специфични знаци на заболен црн дроб се: жолта нијанса на кожата (како резултат на акумулација на билирубин во крвта), чешање и лесно создавање модринки поради намалено производство на факторите за згрутчување на крвта.

ТЕРАПИЈА

Моментално не постои специфичен начин на лекување на замастен црн дроб. Но, регулирањето или лекувањето на кој било скриен или примарен причинител на нарушување на функцијата на црниот дроб е од клучно значење.

Корисни се и балансираната исхрана и редовната физичка активност. Освен редуцирање на калориите, потребно е да се намали консумирањето на преработени производи, особено оние што содржат прости јаглехидрати (бел леб и тестенини, компир, пченка, бел ориз и концентриран шеќер во пијалоците). За сите оние што имаат проблеми со црниот дроб од особена важност се намалувањето на маснотиите во исхраната, посебно заситените масти (маргарин, путер, павлака) и подготовката на храната на пареа, скара и варење во вода или со минимално количество маслиново масло.

Избегнувањето непотребни лекови, исто така, е ефикасна мерка за повлекување или за забавување на текот на болеста. Дури и одредени минерали и витамини во форма на додатоци можат да предизвикаат здравствени проблеми, поради што е најдобро да се земаат од природни производи.

Иако промената на начинот на исхрана и физичката активност се најважни за подобрување на состојбата и на фукцијата на црниот дроб, неколку природни лекови го забрзуваат регенеративниот процес. Овие растенија и додатоци имаат двоен ефект – антивоспалителен и антиоксидансен – што значи дека ја стимулираат работата на црниот дроб и го неутрализираат оштетувањето. Тоа се: **црна рдовка, жолта шипка, артичока, глуварче, жен-шен, омега-3 масни киселини**

Повеќето од овие растенија и материи дејствуваат заштитно на црниот дроб, а тоа значи дека може да ги регенерираат здравите клетки во овој орган, како и да ја неутрализираат направената штета. Воопшто не е тешко да се елиминираат симптомите и да се подобри функцијата на црниот дроб.

Се што Ви е потребно се одлучност, трпение и консултирање со доктор што ќе го следи вашиот напредок.

Зора Кацеска

ПРИВАТНА УСТАНОВА ЗА СОЦИЈАЛНА ЗАШТИТА НА СТАРИ ЛИЦА

ХОТЕЛ Идила

тел. за контакт 02 2666 113 078 366 116
Адреса: Ул. Призренска бр. 50/2,
Кучевишка бара, 1000 Скопје
www. idila.mk

Хотел Идила е нова приватна установа за социјална заштита на стари лица. Лоциран е на 8 км од центарот на Скопје, во природно зелено опкружување и панорамски поглед кон градот.

Имено, Хотел Идила располага со 38 соби и 5 апартмани, сите опремени со ТВ приемник и индивидуален тоалет со туш. Покрај современо опремените соби и апартмани, Хотел Идила располага и со комфорен дневен престој и трпезарија од 150 $м^2$, рецепција со приемен дел за посета на гости, кујна и административни простории.

Прекрасната нова зграда во класичен стил е надополнета со 5000 $м^2$ хортикултурно уреден двор. Овој простор е распределен на:

- Неверојатна градина со фонтана и клупи,
- Цвеќе и зеленило,
- Просторно шеталиште,
- Овоштарник,
- Мала зоолошка градина,
- Паркинг простор.

Ние овозможуваме нашите гости да уживаат во своите пензионерски денови исполнети со исклучителна услуга од учтив и љубезен персонал. Грижа за хигиената во домот, пазарување во маркетите, готвење на храна, чиста и пеглана облека... Сето тоа сега е наша грижа.

Заеднички пикник во градината, додека нашиот готвач се грижи за скарата да биде свежа, квалитетна и топла, е слика што во Хотел Идила често се гледа.

Едно е сигурно, во Хотел Идила никогаш нема да бидете осамени, а на чувството на здодевност сигурно и ќе заборавите.

Посветеноста на здравјето кај повозрасните лица никогаш не било поважно. Затоа ние се трудиме да водиме постојана грижа за главните медицински индикатори кои посочуваат кон одреден здравствен проблем.

Сето ова го прави Хотел Идила еден посебен комплекс со иновативен дух и предиспозиции за совршен сместувачки капацитет за лица во златната доба.

Едноставно, Хотел Идила го знае сонот на секој пензионер!

ЗАНИМЛИВОСТИ

35 познати бабини деветини кои потекнуваат од Индија

Доколку не можете да заспиете навечер, тоа значи дека сте будни во нечии туѓи соништа.

Сечејќи нокти навечер ги повикувате духовите или несреќата.

Доколку првото нешто што ќе го видите наутро е метла, нешто лошо ве очекува.

Ако бебе се роди со два вртежи на темето на главата, два пати ќе се мажи/жени.

Доколку ви се истури чај додека го сипувате во шолја, имате чисто срце.

Доколку го изедете последниот залак од десерт кој го делите со некој друг, ќе имате верен сопруг.

Доколку видите виножито и си замислите желба додека допирате злато, истата ќе ви се оствари.

Доколку му дадете некому нешто во петок, никогаш нема да го добиете назад.

Доколку вторите прсти на стапалата на жената и се подолги од палците, таа ќе доминира во бракот.

Доколку си го гризнете јазикот додека јадете или зборувате, некој зборува нешто лошо за вас.

Доколку пиете многу кафе или чај, ќе ви потемни кожата.

Доколку некому одбиете да му донесете чаша вода, ќе станете гуштер во наредниот живот.

Каснете несолена урда пред испитите за да ве следи среќа.

Доколку му се обратите на сопругот по име, ќе му го намалите неговиот животен век.

Доколку прескокнете нечии стапала додека личноста спие, тој/таа нема да порасне.

Доколку птица ве покака врз глава, ве очекува среќа.

Луѓето кои имаат мачкини очи, можат да видат духови.

Доколку се засркнете од храна, тоа значи дека некој ви е лут или ве пцуе.

Ако искубете едно бело влакно од косата, 10 други ќе ви побелат или ќе ви израснат на истото место.

Ако имате долга коса, ќе ви биде потешко да учите.

Доколку икате, на некој му недостигате или некој мисли на вас.
Доколку премногу се смеете навечер пред спиење, ќе се разбудите со плачење.

Доколку со другар/ка поминете покрај бандера од различна страна, вашето пријателство ќе се растури.

КРСТОЗБОР

					СКАНДИ	ПЕЈАЧКАТА НА ФОТОСОТ	АНИ ЖИРАРДО	СКАНДИ	ЕНЕРГИЈА	СЕЛО ВО СКОПСКО	ЕМИЛИЈА АНДРЕЕВА	РАДИУС	СКАНДИ	ДРВЕНИ САДОВИ	МЕЃУНАР. АМАТЕР. БОКС. СОЈУЗ
					ИНИЦ. НА ПИСАТЕЛОТ АРСОВСКИ			НАРЕДБА (ТУР.) / АНИТА ЕКБЕРГ					ИНИЦ. НА АРТИСКАТА ИВКОВСКА / ВИТЕЗ		
					МЕСТО НА ДУНАВ ВО ЧЕШКА				АЛБЕРТ АЈНШТАЈН / "УЧЕНИК"			ОПШ. КРАЈ НА ОБЛЕКА / ПЛАЧКА ЗА ИГРАЊЕ ТАБЛА			
					Ј.		ГРЧКИ БОГ НА ИСТОЧ. ВЕТРОВИ / ДЕЛ ОД МЕБЕЛ				ВИД ТЕСТЕН ПРОИЗВОД / ПОБУНА				
					АЛ КОРАЛИ			ЦИГА-РАЛАКЛ (МН.) / ИНДИ. ПЛЕМЕ							ЛИК ОД ЦРТАН ФИЛМ
					УДАР (АНГ.)				ЕДНОЦИФ-РЕН БРОЈ / ЈУГОСЛОВ. АВТО-МОБИЛ					ОБЕМ / АМАДЕО АВОГАДРО	
					РЕКА ВО ЈУЖНА АМЕРИКА							ОПШИЕН КРАЈ НА ОБЛЕКА / ЖАК АРТИН			
СКАНДИ	СПОКОЈНА	ЧОВЕК ШТО МНОГУ РАБОТИ	СКАНДИ	ГАУС	ИМЕТО НА ПЕЈАЧКАТА САМЕР / РЕНЕ ДЕКАРД					ИНИЦ. НА СЛИКАРОТ ЖЕРИКО / АЈОВА			А.Е. / АЛЕК-САНДАР ИВАН-ОВСКИ		
"МАГИСТЕР"			СТЕПЕНИ / АБЕБЕ БЕКИЛА								А.А. / А.Ж.			ЛИТАР / БАРИУМ	
РЕКА ВО РУСИЈА				ГЕРМ. НОВИНСКА АГЕНЦИЈА / ФИЛМСКИ ПЛАТНА				ЛИЧНА ЗАМЕНКА / КУП СЕНО				ГРАД ВО НИГЕРИЈА / СОЛЕНО ЕЗЕРО ВО ТУРЦИЈА			
ГЕРМАНСКИ ПИСАТЕЛ ВИЛХЕМ					ЧАС / СПОКОЈНА		"КИЛОАМ-ПЕР" / АМЕР. ТЕНИСЕР РОСКО			Ж.В. / ЧЕПКАЛКА ЗА УШИ			АЛ КОРАЛИ / ГРАД ВО ЈОРДАН		
НЕНЕ ЧЕРИ			СЕЛСКИ СТАРЕШИНА / ЖИТЕЛ НА КАМПУЧИЈА								АМАДЕО АВОГАДРО / АЛБЕРТ АЈНШТАЈН			СУЛФУР / ЕГИПЕТСКИ ЗАЛИВ ВО СРЕДОЗЕМ. МОРЕ	
АМПЕР		ГРАД ВО МАКЕДО-НИЈА / НАРОДНИ ТАНЦИ													ЖРТВЕНИК (ЛАТ.)
ЗАПУРИНА / БОГ НА ПОДЗЕМЈЕТО									А.А. / ИНИЦ. НА АРТИСКАТА БОУ			ГРУБО СЕЛСКО ПЛАТНО / ОРЕГОН			
ДОБАР					ЧЕСТИЧКА ЗА ИДНО ВРЕМЕ / КИСЛОРОД			ИНИЦ. НА АТЛЕТИ-ЧАРОТ ЛУИС / АЛТ			АВАР / КЕЛВИН				
НАШ ПЕЈАЧ						ОПШИЕБ КРАЈ НА ОБЛЕКА				ВИД МОРСКИ РАК					

Хумор

Кога се родило детето, свекрвата ѝ пришла на снаата и ѝ рекла:
– Не сакам да бидам непристојна, ама малиот воопшто не личи на син ми.
Снаата ѝ одговорила:– И јас не сакам да бидам непристојна, ама јас сум жена, а не фотокопир.

* * *

Некој човек сакал да го побара пријателот на телефон, но го погрешил бројот. Наместо пријателот, добил некој новопечен бизнисмен.
– Ало, дали е тоа станот на Перо?
– Каков стан бе, кретену, куќа на четири спрата!

* * *

Дедото му вели на внукот:
– Брзо, скриј се, доаѓа учителот, а ти денес не отиде на школо!
На тоа внукот му одговорил:
– Ти скриј се, јас утрово им јавив дека си умрел.

* * *

Трпе го прашува Перо:
– Зошто чуваш пчели, кога не ти даваат мед?
– Веќе три пати ја каснаа бабата – одговори Трпе

* * *

Трпе играл покер со пријатели. Во еден момент извикал
– Жено, вари кафе. Те добив назад.

* * *

Трпе ја прашува Трпана:
– Трпано дали си слободна следниот танц?
– Да – одговара Трпана
– Супер Трпано, можеш ли да ми го придржиш пивото.

* * *

Доаѓа Марко на училиште после една недела отсуство и учителката му вели:
– Марко кај си ти, повторно си отсутен со денови!
– Баба ми е болна, наставничке.
– Секој пат кога отсуствуваш од часови, баба ти е болна. Не ти верувам веќе.
– Наставничке и ние се сомневаме дека баба глуми.

* * *

Девојката: Каде е мојот роденденски подарок?
Дечкото: Го гледаш ли она црвено Ферари пред зградата?
Девојката воодушевено одговорила: „Даа, го гледам!"
– Епа, ти купив лак за нокти во истата боја!

Мирисот на манџата

Отишол Итар Пејо во чаршијата да пазари нешто. Одејќи така од дуќан до дуќан почувствувал како му замирисала убаво манџата од една меана.
Си извадил лепче од торбата и почнал да си јаде од сумиот леб и мирисот од манџата.Откако се наручал тргнал да си оди, ама меанџијата му свика.
– Каде одиш? А да платиш заборави!
– Извадил Пејо еден черек од чорапите го фрлил на маса и пак си го земал назад.
– Слушна кога удри парата од масата?
– Да слушнав , – рекол меанџијата, а Пејо тргнал да си оди.
– Чакај, првин плати, па одиси!
– Па нели слушна?!
– Слушнав, ама пари нема.
– Е, па и јас само ја мирисав манџата, а не ја ни пробав!

Министерот Спасов во посета на пензионерите во Катлановска и Дебарска Бања

Министерот за труд и социјална политика, **Диме Спасов**, деновиве ги посети пензионерите кои престојуваат во Катлановска бања, во рамки на проектот „Бањско-климатска рекреација“.

– Оваа година планираме да опфатиме бројка од околу 5.500 пензионери, кои ќе ја искористат оваа бесплатна услуга, а која се состои од 6 полни пансиони, бесплатен превоз, здравствени прегледи и бањски третмани. Мене ми е особено важно што пензионерите кои до сега ја користеа оваа услуга и со кои остварив средба, се навистина задоволни од реализацијата на овој проект и од условите кои ги нудат бањите во Македонија за нив, – истакна ресорниот министер.

Министерот Диме Спасов, на 22 март ги посети и пензионерите кои престојуваат во Дебарски бањи Цапа (Бањиште), во рамки на овој проект. Пред медиумите, Спасов изјави дека и оваа година Бањско-климатската рекреација го постигнува ефектот, а тоа го потврдува реакцијата на пензионерите. Тој посочи дека проектот е опфатен со Програмата за работа на Владата на РМ за 2011–2015 година, во областа на Социјалнате политика – „Достоинствен живот на пензионерите“ и дека средствата за овој проект се обезбедени со Буџетот на РМ за 2014 година. Спасов потенцираше дека истиот се реализира веќе петта година, и дека во изминатите години, со овој проект биле опфатени над 22 илјади пензионери, а истиот во континуитет ќе продолжи и во наредните четири години.

Исто така, во Дебарските Бањи, министерот Спасов најави дека вакви слични проекти со кои се подобрува социјалниот живот и здравјето на пензионерите ќе продолжат да се реализираат. На средбата присуствуваше и Бесник Поцеста, потпретседател на Собранието на СЗПМ кој го изрази задоволството од успешноста и корисноста на овој проект.

Вјолца Садику

Промоција на романот на Станка Василевска

„Од дното до врвот“

Малку се луѓето од општината Пехчево, но и пошироко, кои не ја познаваат учителката Станка Василевска од основното училиште во Пехчево. Потврдата за ваквите зборови беше преполната сала во Пехчево на промоцијата на нејзиниот прв роман „Од дното до врвот“.

Василевска е пензиониран учител, а својот работен век го поминала во основното училиште во своето родно село Панчарево – во општината Пехчево, каде е и родена во 1947 година. Во својот роман, таа со зборови од секојдневието и реченици кои што се едноставни, на читателот му нуди да го запознае нејзиниот живот. Како дете имала сиромашен и тежок живот, но со помош на љубовта кон книгата и знаењето, таа стигнува до врвот: почитуван учител кој ќе го пренесува македонскиот збор и знаењето на децата од своето родно место. Секогаш скромна и ненаметлива, таква е и во својот автобиографски роман „Од дното до врвот“.

– Мојот прв роман е со социјална тематика. Романот има автобиографска компонента односно во него го изнесувам мојот соптвен живот. На тој начини одсликувам и еден дел од општествениот живот во Пехчево од крајот на педесетите години на минатиот век до денес. Раскажите во книгата се вистинити, но јас се обидов сите да бидат со убава завршница, – вели Василевска.

Слободното време Василевска и денес го исполнува со читање, но верува дека ќе најде инспирација, во своите пензионерски денови, да напише уште еден роман, но со повесела содржина. Станка Василевска е доказ дека и животот во третото доба може да биде исполнет со активности кои ќе му покажат на пензионерот дека се уште може да твори дела кои ќе ги исполнат блиски и пријатели со грст на емоции кои засекогаш ќе останат врежани во свеста на читателот.

Драги Ролевски

Прослава по повод Свети Трифун во Кавадарци

Пензионерите од Македонија по повод празникот Свети Трифун на 14 февруари се дружеа и забавуваа во Кавадарци. Со одлично подготвена и богата програма го започнаа чествувањето за Денот на лозарите. Се беше во симболиката на Свети Трифун. Од вино, ракија и маџун на секоја маса, па се до највеселите ора и песни преку кои се виде дека третата генерација граѓани од Македонија се силни и енергични што можат и младите да им подзавидат. Тие преку најразличните забавни содржини уште еднаш покажаа дека знаат да се дружат и забавуваат и докажаа дека животот е убав и во нивни години.

На почетокот од манифестацијата целосната програма ја најави водителот Илија Неделков Ограјски познат како Тоде Боде шегобиец од Кавадарци, а задолжителниот чин на закројување на првите прачки од лозницата го изврши претседателот на кавадаречкото Собрание при ЗПК, **Трајче Јанкулов**. Веднаш по него му се придружија и неколкумина претседатели на Здруженија од различни градови од Македонија.

Со кршење на лозови прачки се одбра најсилната пензионерка меѓу припадничките на понежниот пол, тоа беше пензионерката Душанка Ризовска од Велес. Таа ја доби ласкавата награда откако претходно победи голем број пензионерки кои учествуваа во оваа игра. На забавата беше избрана и најубавата пензионерка од цела Македонија, односно „Хурем на денот“. Во конкуренција од неколку стотици пензионерки оваа титула и припадна на 65 годишната Паце Милонас пензионерка од прилепското здружение на пензионери. Како награда од организаторот доби тегла маџун и вино.

Дефинитивно најдобар дел од програмата беше пензионерскиот „Икс Фактор“ за кој што присутните имаа обврска да пеат и да играат, по можност за првпат и да се одбере најдобриот играорец и играорка или пејач и пејачка. На средбата беа презентирани и „Билките на баба Рада“ од нејзиниот прв братучед од Чемерско, Илија Ѓорѓиев, а се продаваа и производи од грозје: вино, ракија, маџун, гроздов сок и други.

Секретарот на ИО на Сојузот на здруженијата на пензионери на Македонија, **Станка Трајкова** не ги штедеше пофалните зборови за вака организираната манифестација и за целокупното дејствување и работење на кавадаречко здружение.

СЗПМ секогаш поддржува вакви средби каде што може да дојдат голем број пензионери, особено онаму каде се негува традицијата и културното наследство.

Кавадаречките пензионери уште еднаш докажаа дека се добри домаќини во организирањето на вакви настани и знаат како да го привлечат вниманието на пошироката јавност. Оваа традиционална средба од година во година прераснува во се поботата и побројна.

Мартина Митков

ЗП Прилеп

Баби на Прочка

Прилепскиот карневал под маски „Прочка“ кој веќе има и меѓународен карактер, годинава не беше интересен само за помладите од градот, Македонија и од странство. На втори март на годинашната 14–та по ред „Прочка“ со своја маска – постановка, зедоа учество и група пензионерки.

Тие покрај тоа што се членови на Активот на пензионерки при ЗП Прилеп се и активни членови на женското здружение „Преродба“.

Десетина пензионерки повозрасни од 65 години се потрудија да ги доловат семејните обврски на возрасните жени во градот и во селата пред неколку децении во етно приказна, крстена како „Седенка“ во која бабите беа маскирани во народни носии, кои ги носеле нивните баби при предењето, ткаењето на разбој, везењето, плетењето и другите женски семејни ангажмани во минатото.

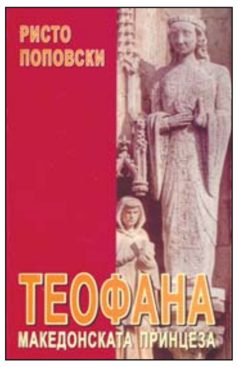
– Етно приказната практично беше соба уредена во архаичен стил, со што се сака да се врати времето во минатото. Собата со иконографија како си седеле и работеле нашите баби и прабаби беше поставена на тракторска приколка, а актерите, нашите членки, освен што беа маскирани во соодветна руба од своите баби, тие создаваа и ракотворби и пееја изворни народни песни – ни рече Лилјана Ѓорѓиоска од „Преродба“.

Бабите – пензионерките беа навистина впечатлива маска, несекојдневна и секако интересна за фотографирање и на домашните и странските љубители на добра и ретка фотографија. Покрај скоро двете илјади учесници на годинашниот 14–ти по ред карневал, бабите во нивната седма деценија им покажаа на младите посетители, а и на сите останати како се работело во минатите времиња додека се седело и се пееле народни песни што навистина предизвика воодушевување.

К.Р.

Промоција на две книги од Ристо Поповски

На 7 февруари во Музејот на Македонската борба во Скопје се одржа промоција на две несекојдневни книги од Ристо Поповски публицист, историчар, писател, афирматор и борец за правата на Македонија. Промотор на книгата „Митологијата на Македонците“ беше Васил Иљоски, а на книгата „Теофана македонската принцеза“ беше Ангелина Маркус.



На промоцијата имаше голем број пензионери. Одличен текст за Македонија и македонските корени со многу емоции и гордост говореше познатиот македонски актер Петар Темелковски.

Од излагањата на промоторите присутните имаа можност да се запознаат со содржината на овие две ретки книги во кои се поместени истражувања, документи и фотографии за Македонија низ вековите. Колку се интересни книгите, уште поинтересна личност е авторот на овие две изданија, Ристо Поповски.

Роден е во село П`пли – Леринско, Беломорска Македонија во 1947 година. Израснал како сирак бидејќи татко му коските ги оставил на Грамос. Во 1949 година заминува со протераните деца од Егејска Македонија во Полска каде живее до 1958 година, кога се враќа во Македонија, а од 1968 заминува и во Германија каде живее и денес.

Ристо Поповски говори неколку јазици, а за поседува најголемата архива за Македонија и нејзината историја со библиотека од 10 000 книги.

Книгите му се достапни на секој кој се занимава со истражувања на историјата и културното богатство на Македонија.

Автор е на повеќе книги за Македонија и е со материјали собрани во архивите на:Дизелдорф, Берлин, Минхен, Амстердам, Брисел, Париз, Рим, Копенхаген, Стокхолм, Лондон и други градови во Европа.

Б. Арсов

ЗП Велес

Миле Шојлев - атлетичар со товар од 70 години

Миле Шојлев е член на атлетската секција при ЗП Велес. Редовно тренира по неколку месеци пред да се одржат регионалните и републичките пензионерски спортски игри, но и потоа „за да се чувствува помлад и здрав“, како што вели тој.

– До 2012 година победував постојано во дисциплината трчање на 80 метри или скок од место. Во 2013 гоидина се измени старосната категоризација – во „постарата“ класа се наоѓаат натпреварувачи со 60 години возраст, а порано беа со над 65 години што беше многу полоправично. Јас и уште неколкумина се натпреваруваме со помлади од нас со 10 и повеќе години, што според мене не е во ред.

И покрај разликата во години, нашиот соговорник си победува како од шега. Има освоено повеќе пати прво место, а се чувствува разочаран кога е втор, а да не кажеме трет, што му се случува многу ретко, и тоа само на републички натпревари.

Што го подмладува ова „седумдесетгодишно момче“ ?

– Како дете пораснав во село, ни објаснува Шојлев. Одев в планина и в поле со стоката или работејќи земјоделие. Се вработив во Железара – Скопје, но над 35 години ги минав работејќи во Топилницата во Велес од каде што се пензионирав. Многу мои колеги го напуштија овој свет, иако еднаш до двапати годишно ги прочистуваа белите дробови во „воздушните бањи“. Е, тоа не е доволно. Јас секој викенд и одмор ги користев на село или трчајќи по атлетските патеки. Не станав спортска ѕвезда, зашто немаше клуб, но сепак, лично сум презадоволен од мојата психо–физичка состојба благодарение на постојаната активност.

Што им порачувате на колегите пензионери? Кој е лекот за „одложување“ на староста?

– Грев би направил секој пензионер кој ќе се затвори во својот дом, велејќи си: „моето заврши, сега сум пензионер – без обврски!“ Така не е. Имаме здруженија на пензионери, имаме СЗПМ... во нив безброј комисии, секции, литературни и спортски, како и културно – забавни манифестации... Во некои активно се вклучував како актер на настаните, во некои како набљудувач и подржувач.

Тоа се пораките на „вечно младиот“ пензионер Шојлев. Следете го!

Веле Алексоски

Хуманост на дело искажана преку песна

Активот на пензионерите и Ансамблот за народни песни „Вања Лазарова“ при Црвениот крст – Чаир беа организатори и носители на хуманитарниот концерт што се одржа на 01.03.2014 год. во Домот на АРМ од кој прибраните парични средства ќе се донираат за помош на децата од Домот „25 Мај“ во Бутел, со што ансамблот ја искажа и својата друга хумана особина. За успешноста на концертот посебен придонес дадоа КУД „Владо Тасевски“ – ветерани, како и Слободан и Добре Манасијевиќ и Младинската организација на црвениот крст –Чаир.

Активот на пензионерите и Ансамблот голема благодарност искажаа и до министерот за одбрана Талат Џафери кој овозможи користење на салата во Домот на АРМ.

Ансамблот настапи со осум песни што ја одушевија публиката, а посебно со песната „Море Сокол пие“ во нова современа обработка. Со своја програма настапија КУД „Владо Тасевски“ – ветерани, КУД „Вук Караџиќ“ од село Кучевиште, КУД „Шехер“, КУД „Карши Јака“, КУД „Никола Ј. Вапцаров“, Фолклорно студио „Етнос“ во придружба на оркестарот на Мите Гавриловски и солистите Бети Милиќ, Стеван Ѓуровски, Коста Наумов и Илија Димовски.

Посебен настап Ансамблот имаше на „30–те јубиларни маџирмалски средби“ во хотелот Континентал, а во соработка со влашката заедница сними две влашки песни за МРТВ – програма за националностите. Набрзо ќе учествува и на меѓународен фестивал во Прага и Кралови Вари во Чешка.

М. Илиќ