



ЗП Куманово

Врачено високото меѓународно признание од f3žo на кумановските и кочанските пензионери

И оваа година во организација на ЗП Куманово се одржа манифестијата „Пензионерите за својот град“ на која покрај кумановските пензионери присуствува и пензионери од ЗП Кочани. На оваа традиционална свечаност, предсе-



дателот на Сојузот на здруженијата на пензионери **Драги Аргировски**, на кумановските и кочанските пензионери им го врачи високото признание кое Меѓународниот фестивал за трето животно добра, кој се одржува во Љубљана, во Република Словенија, му го додели на СЗПМ и на здружени-

јата кои го претставуваа Сојузот. Признанието е за долгогодишно учество и придонес во активностите на фестивалот, а на кој СЗПМ учествува веќе пет години по ред.

– Посебно ми е драго и се чувствувам горд и почетен што Сојузот на здруженијата на пензионери на Македонија го доби ова признание. Досегашното учество на пензионерите од Куманово, Пробиштип, Кочани, Тетово и годинава од Прилеп, само ја потврдуваат нашата заложба дека и во третото животно доба пензионерите можат да бидат активни и креативни и да го претставуваат нашиот фолклор, култура и идентитет и надвор от нашата земја, – истакна претседателот на СЗПМ **Драги Аргировски**.

– Наградата за нас е од особено значење бидејќи ЗП Куманово беше прв учесник на фестивалот од Македонија. Ние на фестивалот во Љубљана први ја претставувавме Македонија, македонскиот Сојузот, но и нашиот град, – примијќи го признанието рече **Спирко Николовски**, претседател на ЗП Куманово.

– Признанието доаѓа во вистински момент кога се подготвуваат да го одбележиме нашиот џубилеј и да го прославиме свечено денот кога е формирано здружението на пензионери во Кочани, – ис-

такна **Ѓорѓи Серафимов**, претседател на ЗП Кочани.

Во чест на наградите и одбележувањето на Празникот на Куманово, пензионерите од Кума-



ново и Кочани приредија богата културно уметничка програма со староградски песни, ора и обичаи, а во фоајето на Домот на културата „Трајко Прокопиев“ беше отворена ликовна изложба на дела создадени од кумановските пензионери.

Киро Герасимов

ЗП Прилеп

Пензионерите наградени од градот

Дури девет пензионери од 20 те наградени со Третоноемврски награди, се искачија на бината во центарот за култура „Марко Цепенков“ и ги примија наградите што им ги додели Советот, односно Комисијата за доделување награди и признанија по повод 3-ти ноември – Денот на ослободувањето на Прилеп.

Кирил Ѓорѓиески, претседателот на ЗП Прилеп ја прими плакетата за постигнатите резултати и активностите во изминатите неколку години на ред, а особено во оваа година, која што по повод 70 години од ослободувањето и 1000 годишнината на градот Херој и првоборец – Прилеп, на прилепските пензионери, односно на Здружението му ја доделија претседателот на Советот на локалната самоуправа **Никола Ди-**

мски и градоначалникот **Марјан Ристески**.

Награди за животно дело година-да добија борецот и учесник на првото заседание на АСНОМ, **Перо Иваноски – Тиквар**, доктор **Лјупчо Попоски** претседател на Друштвото за наука и уметност, како и претседателите на управните одбори на Прилепската пиварница **Кирил Самарџиески** и **Симон Наумоски** на Витаминка.

Иваноски е учесник во македонскиот револуционерно движење во Втората светска војна, а Попоски е награден заради научно-истражувачката работа и творештвото во областа на стопанството. Кирил Самарџиески доби награда за животно дело за успешното раководење со Прилепската пиварница, која годинава слави 90 години, а Симон Наумоски претседател на управниот одбор на Витаминка, како општествено одговорна личност и креатор на брендот на прехранбената индустрија, препознатлив како на домашниот, така и на светскиот пазар.

Сите тие се пензионери. Награда и плакета доби и Здружението на жени „Орхидеја“, а ја прими нивната претседателка исто така пензионер, **Маргарита Смилевска**.

Наградата Трети ноември за педесетгодишната успешна работа и придонес во развојот и афирмацијата на Прилеп, доби **дипломатот на весникот „Пензионер плус“**, новинарот во пензија **Кирил Ристески**, како и новинарот **Милан Пројкоски** и писателката и сликарка за која „Пензионер плус“ пишуваше – **Марија Ѓорѓиеска**, исто така пензионери од Прилеп.



Сето ова е уште една потврда дека придонесот на пензионерите е забележан од градот и локалната управа и дека луѓето и од трето доба не се заборавени бидејќи тие се уште се активни и придонесуваат во случувањата во општеството.

К.Р.

ЗП Неготино

Прослава на три џубили

Здружението на пензионери од Неготино на 25 октомври 2014 година организираше прослава по повод 68 години од пензионерското организирање во Македонија, 60 години од формирањето на Здружението на пензионери во Неготино и 10 години од создавањето на КУД „Распеани пензионери“. Прославата ја отвори претседателот на ЗП Неготино, **Петар Захарчев**, кој при тоа истакна:

– Повод за нашата средба е прославата на три значајни и несекојдневни џубили. Годинава одбележувааме 68 години на пензионерската организација во Република Македонија, а вториот џубилеј е поврзан со формирањето на нашето здружение. На 6. Август 1954 година е свикано основачко собрание на пензионерите од Неготино. Во почетокот на основањето, Здружението било со многу мал број членови, а со текот на овие изминати години тоа ја достигна бројката од 3000 пензионери. Имаме Собрание од 21 член и Извршен од-

бор од 9 члена, како и други органи и тела преку кои Здружението од Неготино ги остварува своите активи-

нашето здружение, која слави 10 годишен џубилеј. КУД „Распеани пензионери“ учествува на сите републички и регионални средби, како и на сите манифестијации кои ги организира Центарот за култура „Ацо Ѓорчев“ и локалната власт.



ности. Имаме формирано комисии и тоа: за здравство, спорт, одмор и рекреација и културно забавен живот.

За посебно одбележување е работата на Активот на пензионерки и групата „Распеани пензионери“ при

Потоа на присутните им се обрати претседателот на Сојузот на здруженија на пензионери на Македонија **Драги Аргировски** кој ги поздрави присутните и истакна дека Сојузот денес прерасна во најмасовна не-

владина и неполитичка асоцијација која придонесе многубројното членство да ги афишира своите проблеми и постигања, во организација која се бори нејзините членови да ги уживаат и унапредуваат своите права, и сето тоа благодарение на поддршката на Владата на РМ и другите институции поврзани со пензионерската проблематика. Исто така, претседателот Аргировски ги поздрави ваките дружења кои придонесуваат заближување на пензионерите од различни средини, за воспоставување контакти, разменување искуства, а исто така влијаат врз расположението и здравјето на пензионерите. За работата на „Распеани пензионери“ говореше **Ратка Иванова** претседател на Комисијата за награди и пофалби која ги потсети присутните за почетоците на друштвото, за првите проби, за ангажманот на првиот претседател на „Распеани пензионери“ **Јован Давчев** и друго.

По доделувањето на благодарниците членовите на „Распеани пензионери“ исполнји неколку песни кои беа громогласно поздравени од присутните.

Илија Емшов

ВО ОВОЈ БРОЈ...

АКТУЕЛНОСТИ

стр. 2

ИНТЕРВЈУ СО ЈОРДАН КОСТАДИНОВ

стр. 3



ПОТВРДЕНА ОДГОВОРНОСТА ВО РАБОТАТА

стр. 5

ХРОНИКА

стр. 7

ОСТВАРЕНИ ЦЕЛИТЕ НА ПОСЕТАТА

стр. 8

ИНФО ПАНОРАМА

стр. 10

КУЛТУРА

стр. 11

PROJEKT MULTINETNIK PËR MOSHËN E TRETË NË QENDËR ZHUPË

стр. 12



МИТОВИ ЗА ВИТАМИНИТЕ

стр. 13

ЗАБАВА

стр. 15

РИСТО КРСТЕВ - НАЈДОБАР ШАХИСТ

стр. 16



КЕ ИЗЛЕЗАТ

- 11. Декември**
- во „Нова Македонија“
- Пензионерски видици
- 18. Декември**
- Прилог за пензионери
- во „Коха“
- 26. Декември**
- Новогодишниот број на „Пензионер плус“

Вашата пензија секогаш на први во месецот.

НЛБ Сребрен пакет

NLB Тутунска банка

**Колумна****Вitezите во
црни кошули**

Методија Ст. Тошевски

Кога Коле Чашуле во својата имагинација ја допре темата за македонските црнила, тие веќе беа позаборавени. Тогаш зашто човекот се занимаваше со тоа прашање? Имало во него нешто, тлело или подавало глава за да го постепети дека тоа црнило е притиснато негде, во некоја дупка, пештера или во нечија глава, и ги чека своите пет минути да се појави. Чека да се создадат услови да го развири својот бран на неспокојство, да им го одземе мирот на лутето, да се пресели од дупките, пештерите или од главите на неодносените лицемери на полината на животот на мирниот народ. Ете тоа ти е. Нема мир додека трае мирот.

Животот на мирниот човек во текот на времето понекогаш минувал и низ разни црнила. И, како што водата, откако ќе претече низ четириесет каменчиња, ќе се избистри и како збир на солзи ќе продолжи да ги плени погледите на крајбрежните посетители, така и тие црнила со време ја враќаат својата небитнина. Човекот по војните ја обновува својата земја, кука, семејство. Во семејствата по смрт на некој близок доаѓаат денови на нови раѓања. Во светогледот на поединецот по темни расположенија се враќа блесокот во очите. По сите овие премрежја деновите исполнети со црнила ги заменуваат денови осветлени со јарка светлина и бистар ум, за да се поврати вербата на животот и тој да продолжи по господов пат. Но, ѓаволот не мирува, вели народната. Ѓаволот си ја брка својата работа. Продолжува да прави процепи за да ја краде светлината на животот, да ги вознемира уште и поново да ги спроводува низ црнила кои ќе прават патила и лузни на лицето на човекот, на сокакот, на селото, на градот, на државата. При тоа се заборава дека лузните остануваат за цел живот, ако се прави хирушко отстранување на лузната, таа станува уште позабележителна, и уште потраорна.

Црнилата воопшто, како и многу други нешта, се манифестираат и имаат повеќе лица. Еднаш ќе се јават како намразување меѓу членови на семејството, друг пат како оцнување на сопружниците еден со друг. Ривалитетот не еднаш создад црнила меѓу спортски екипи, меѓу две семејства или две села. Денес ривалитетот не ги поштедува ни односите меѓу припадниците на две различни политички страни, па и меѓу членовите на тие страни, иако тие можеби припаѓаат на исти семејства или на ист народ. Сепак, црнилата се најцрни ако зацрнат однос на соседи, на народи, на држави.

Ако ја следиме историја на црнилата, со жалење ќе констатираме дека тие во одредени периоди силно и конкурираат на светлината. Од настанокот на цивилизираниот свет, па и од пред тоа, црнилата одзеле толку светлина од животот на цивилизациите, што тие биле принудени одново да го изодуваат патот на настанокот и развојот за да го достигнат нивото на своите претходници, а некој цивилизации никогаш и не го достигнале степенот на развој на претходните. Овде забелешката дека секоја наредна цивилизација оди понапред во развојот од своите претходници, условно нема да ја акцептираме, поради опасноста со тоа да не мадеме за право на црнилата да слават триумфално. Дури и Господ Бог во своите проповеди и пораки не е свесен дека со неговите зборови, барања и клетви, покрај сите добродетелства што ги направил и ги прави на човекот, ја стимулира снагата на црнилата, ако ишти друго, зато што го измислил ѓаволот за свој непријател, а со тоа создал основа за нелојална конкуренција, која по правило прераснува во конфронтација која гафа црнила.

Македонските црнила не ги откри Чашуле. И тие не се само од времето за кое тој ја создаде таа неодминлива драма од македонскиот разнебит. Македонските црнила траат и се влечат од дамнина. Да си спомнеме зашто Царот Самоил го уби братот Арон, како Владислав му го прекинал животот на својот братучед Гаврил. Да си спомнеме колку брака меѓу себе си пресудија како поддржувачи на различни туѓи интереси во македонската историја. Да си спомнеме колку свои чеда изеде револуцијата која требаше да им донесе

слобода и на егzekутираниите...

После сите црнила, во македонската митологија останало правило да се носи црна облека, како симбол на темнината, да не се заборави на црната. Но црната облека не се носи само заради оваа симболика и болката што го тишти човека таквата состојба. Во митологијата и историјата, црна облека носат и вештерките, преставниците на дружината на ѓаволот, многу други претставници кои го сатанизираат човечкиот род.

Во текот на многу војни, и особено во Втората светска војна во црна облека беа униформирани најзогласените припадници на непријателските армади кои хараа по европските држави и ги лиште припадниците на народите кои ги сметаат за природни непријатели. Всушност, сами ги измислуваат непријателите за да си создадат „поле за културен напрет“ на народите да им се одземе животот, имотот и државата со сите нејзини ресурси. Од германските есесовци до унгарските фаланги, од нивните збрматиени сојузници до принудените поданици, црната униформа, покрај како симбол на припадност, ја носеа и како симбол на сила и застрашување на морално појаките од себе. Нашите средини не беа имуни на заразата на црните униформи, и црната што луѓето облечени во таквите униформи ги оставаа зад себе, и денес уште ги паметиме.

Во поновата историја, македонските црнила предизвикани од црнокошулашите се свежи, незaborавени споменици на моралната недонесеност на нивните протагонисти. Тие не само што засрнаа многу нешта во животот на лутето, туку го нарушија континуитетот на меѓусебното сожителство и разбирање на народите што се родиле, живеат и творат на родната македонска земја. Нивното право појавување во текот на Втората светска војна и блискуот повоен период, со силата на идеолошкиот компромис, но и не само со него, беше неутрализирано. Се покажа, за жал, дека неутрализирањето и исчестувањето на тие деградирачки елементи на македонското општество не е иста работа. И бидејќи ништо не се јавува без причина и без повод, таквите несакани гости на истите локации ни гостуваат и во текот на „недефинираните дејствија“ од пред тринаесет години. Не треба да се смета дека случајноста од спомнувањето на бројот тринаесет е баксузно навестување на нови црнила. Но исто така не треба да се потценува нивното ново појавување на „корзото“ на македонската самостојна и независна држава.

Кога се појавија претпоследниот пат, иако укажувањето за нивното дејство во јасно прецизирали реони беше повеќе од евидентно, надлежните со игнорирање минаа преку тие сигнали, и државата доживеа тоа што доживеа, никогаш не очекувајќи таква атака врз слободата и светлината на лутето од секојдневието. Се заборави дека ништо не се јавува случајно, безпринци и беспосредно. Таквата инертност на надлежните ја чини државата застој во светлината, незборавни црнила и дваесетгодишно занимавање со самата себе, место со потребите и интересите на своите народи.

Потценувањето и на најминорната деградација во животот на која било средина и ентитет, обично чини повеќе отколку сериозното занимавање со спречувањето и неутрализирањето на таквите почетоци. Во природните законитости стои исклучувањето со цврстината на каменот. Ако една капка постојано удира во една точка, атмосферските промени на топлина и смрзнување со време го еродираат каменот, и тој пук по своите пазуви. Потоа, нема сила што ќе ги спои тие напукнати страни, се додека тотално не се рунираат.

Залажувањето дека појавата на новите црнокошулаши и другите „не наши“ нема капацитет да ги наруши „стабилните“ односи на комшиите, роднините, пријателите е само лажен и не пресметан изговор на недоветните или неодлучните надлежни да си ја вршат својата улога за која мите и вашите комшии, роднини и пријатели издвојуваат од својата уста и комодитет да го финансираат нивното постоење и функција. Цитирањето мислења на разно разни експерти и бајчи чија провиниенција и интерес никогаш не може да се знае освен да се претпостави, на надлежните само им да одзема умнота највреме да си ја завршат својата задача, наместо да чекат да видат што ќе се случи. Кога ќе се случи, веќе е случајно, и враќање нема. Возот протатнел, рампата е скршена, во удолнлицата по која се движки композицијата доволна е само инерцијата. А возот никогаш не е без локомотива која одназат турка. Таа што влече веќе никој не ја стига.

Треба еднаш за секогаш да разбереме дека светлината не зависи само од сонцето. Има луѓе кои никогаш не го виделе сонцето, а ја гледаат светлината. Да им се пријдружиме. Така и сонцето посилно ќе не осветлува и грее.

Недавањето значење на појавувањето на разни црнила во еволуцијата на човековото опстојување преставува еднаква одговорност како и неволното одземање светлината од денот. Тука нема мериле кое може таа равенка да ја изедначи. Иако светлината на долг рок е посилна од темнината, мракот е состојба која носи неправдиви и повторливи злодела. Да ги запреме на време!

Новата технолошка ера колку што навремено ги открива работите, уште побрзо катализаторски делува врз нив. Хемиската реацija на процесот кој не може да ја контролира и запре без сериозни последици за компонентите во неа. Ако се разбираате, се разбравме. Ако не, набрзо ќе бидеме сведоци на затемнување на светлината. Верувам дека никој не го сака тоа, а сепак несвесно стремиме во таа насока. Се будиме застрашувачки бавно.

**Станка Трајкова**

Со Законот за измени и дополнувања на Законот за пензиското и инвалидско осигурување (Сл.весник на РМ бр. 160/ 2014 год.) се извршија четврти интервенции на овој закон со што се докажува дека пензиската област е динамична и варјабилна.

Со членот 1 по членот 117 од постојниот ЗПИО се додава нова Глава X-а насловена како „СОВЕТ ЗА СОЦИЈАЛНА СИГУРНОСТ“ чија регулатива е содржана во 2 нови члена 117-а и 117-б.

Со членот 117-а во ставот 1 е утврдено дека заради заштита и промоција на социјалните права и интереси на корисниците на пензија и преземање на мерки за унапредување на социјалната положба и интеграција и подобрување на животниот стандард на корисниците на пензија, по остварување правото на пензија, но и давање на мислења и предлози на закони од областа на социјалното осигурување, вклучувајќи го и ЗПИО. Во работата на овој совет има членови и од претставници од вториот столб што е позитивно, бидејќи новиот пензиски систем е составен од три столба – задолжително пензиско и инвалидско осигурување врз основа на генерацијска солидарност, задолжително капитално пензиско осигурување и доброволно капитално финансирано пензиско осигурување.

Понатаму, со споменатата законска одредба е регулирано дека Советот ги следи, проучува и очнува влијанието на социјалната положба на корисниците на пензија, ги разгледува ефектите од имплементација на законите и проектите за пензионерите и предлага мерки и активности за подобрување на стандардот на корисниците на пензија до Владата на Република Македонија како и давање мислења и предлози на закони од областа на социјалното осигурување и социјалната заштита.

Со членот 117-б од наведените новели, Советот за социјална сигурност е составен од 11 членови кои ги именува министерот за труд и социјална политика за време од четири години. Од овој број на членови три членови се именуваат на предлог на Сојузот на здруженија на пензионерите на Македонија, а понатаму по

Четврти измени и дополнувања на ЗПИО

еден член именува Кабинетот на заменикот на претседателот на Владата, Министерство за труд и социјална политика, Министерство за финансии, Министерство за економија, Министерство за здравство, Фонд на пензиското и инвалидското осигурување на Македонија, Фонд за здравствено осигурување на Македонија, Црвенот крст на Република Македонија, Агенцијата за супервизија на капитално финансирано пензиско осигурување и по едне член од друштвата за управување со задолжителни и/или доброволни пензиски фондови.

Анализирајќи ги изложените законски одредби позитивно е што се формира ваков совет по пример на некои од земјите на нашето опкружување. Од дадените надлежности на Советот се гледа дека тие пред се однесуваат на социјалната положба и подобрување на животниот стандард на корисниците на пензија, по остварување правото на пензија, но и давање на мислења и предлози на закони од областа на социјалното осигурување, вклучувајќи го и ЗПИО. Во работата на овој совет има членови и од претставници од вториот столб што е позитивно, бидејќи новиот пензиски систем е составен од три столба – задолжително пензиско и инвалидско осигурување врз основа на генерацијска солидарност, задолжително капитално пензиско осигурување и доброволно капитално финансирано пензиско осигурување.

Истото се случува и со одземање на досегашната наделжност на Управниот одбор на Фондот да одлучува за користење на средствата на Фондот се сведува на давање предлог што се чини дека се отстапува од основните начини се содржани во член 8 каде јасно е утврдено дека средствата за ПИО и правата од ПИО се обезбедуваат, односно остваруваат во Фондот на пензиското и инвалидското осигурување на Македонија.

Како и во досегашните измени на ЗПИО што се случуваат пред или по истекот на тековната година се регулира и прашањето на усогласување на пензиите. Имено, и овој пат во 2015 година се дерогираат односно вон сила се става редовното системско усогласување на пензиите (член 37), а во 2015 година сите видови на пензии согласно со овој закон се усогласуваат на начин што вкупниот износ за исплатата на пензиите за септември 2015 година се зголемува за 5% и се дели со вкупниот број на корисници на пензија кои пензијата ја остварува и заклучно со септември 2015 година.

На крајот останува да се надеваме дека од 1 јануари 2016 година повторно ќе профункционира редовното усогласување според порастот на платите и трошоците на живот (член 37), а доколку Владата е дарежлива може и дополнително да ги зголеми пензиите на начин како таа ќе одлучи и никој нема право на тоа да и забележи.

70 години од ослободувањето на македонските градови**Ноемвриски празнувања**

Црвено – жолтата живописна кореографија на природата се вклопува во празничниот амбиент што овој ноември ја прекрива татковината. Од единакетоктомвриските факели, па низ целиот ноември, градовите на Република Македонија со разни свечености ја одбележуваат седумдесет – годишнината од своето ослободување.

Борбата за национално ослободување македон-

бран веќе не можеше да се запре.</p

Седница на Правно-економскиот форум на ИО на СЗПМ Волонтеризмот во фокусот

Правно-економскиот форум на ИО на СЗПМ, на 20-ти ноември 2014 година ја одржа шестата редовна седница на која се расправаше за повеќе актуелни прашања од работата и дејствувањето во тековната година. Со седницата раководеше претседателот на Форумот, **Стамен Филипов**, а присуствуваше и претседателот на СЗПМ Драги Аргировски и секретарот на ИО Станка Трајкова.

Поголем дел од седницата Форумот му посвети на прашањето за волонтерско ангажирање на пензионерите согласно Законот за волонтерство и Статутот на СЗПМ, за што воведни забелешки даде секретарот **Станка Трајкова**



која зборуваше за одредбите што се однесуваат на пензионерите и нивното ангажирање во практиката. Таа истакна дека посебен придонес кон дооформувањето на волонтерското ангажирање на пензионерите се очекува со реализацијата на проектот „Пензионер – волонтер”, чии практични аспекти можат да се согледаат и во пилот-проектот за фо-

таде и претседателот на СЗПМ **Драги Аргировски** кој истакна дека врз волонтерска основа се темели вкупното дејствување во Сојузот, бидејќи, ако тоа не е така, сигурно на средбите, на ревните, спортските натпревари, на пикниките и дружењето на пензионерите не би можело да се обезбеди толкај учесници (и до 8.000), колку што беа на средбите во Ораовица, Лесново и на други места. Тоа е тенденција и на Европската унија, а Сојузот главно се приспособува на тие стандарди.

За правните аспекти на волонтерството зборуваа **Салтир Каровски**, д-р **Фиданчо Стоев**, м-р **Илија Адамоски**, **Ристо Франгов**, **Атанас Кутлешевски** и други. Беше потенцирана улогата на Форумот во иницирањето промени во законската регулатива што се во интерес на пензионерската популација. Така, Салтир Каровски ја покрене иницијатива за изменување и дополнување на Законот за безбедност во сообраќајот на патиштата, врзано за правото на возачка дозвола кај постарите лица, кои поради ограничувањето во годините се изложени на трошоц по разни основи. Форумот заедно став СЗПМ на разни начини да иницира и предлага промени во законската регулатива што се во полза на пензионерската популација имајќи ги предвид и ограничувањата што ги имаат и во банките во однос на доделувањето кредити или други поволности што им се нудат на помладите корисници на услуги, за што дискутираа **Јован Гиновски**, **Драги Стоилковски** и **Јован Дамчевски**, наведувајќи конкретни примери од практиката.

Форумот едногласно го усвои Извештајот за работата во 2014-та година и донесе Програма за работа во 2015 година. **М.Димовски**

ЗП Гевгелија

Добитник на Седмоноемвриска награда

Советот на општина Гевгелија по повод 7-ми ноември – Денот на ослободувањето на Гевгелија, ги додели седмоноемвриските награди во различни области на творење и постигнати резултати кои придонеле во севкупниот развој и афирмација на Општината. Златна плакета е доделена и на ЗП Гевгелија, како признание за постигнатите резултати во сите сегменти од животот на пензионерите, како што се активностите: отворање пензионерски клубови, солидарна помош на стари лица, учество на музички манифестиации каде се афирмира богатото фолклорно богатство на ова поднебje, како и успешно учество на спортските манифестиации. Свеченоста по повод Празникот беше организирана под покровителство на градоначалникот на Гевгелија Иван Франгов, а наградите на добитниците им ги врачи претседателот на Советот на Општината Драги Хаџи Николов.

Во име на 3600 пензионери од општината Гевгелија за наградата се заблагодари претседателката на Здружението **Лена Семенакова**, која истакна



дека таа претставува признание но и поттик за уште поголемо ангажирање во спроведувањето на програмски активности на ЗП и натамошна афирма-

ко и со претседателите на ресорните комисии. Честитайќи ја наградата „7-ми ноември“ со златна плакета тој истакна дека во последните години активностите на ова здружение дадоа резултати кои се препознатливи како во рамките на општината, така и во Сојузот. Оваа престижна награда треба да биде мотив плус да се продолжи со отпочнатите активности за враќање на имотот на пензионерите, отворање на нови пензионерски клубови, дружење по многу поводи, учество на манифестиациите од музички и спортски карактер, со што се постигнува активно и достоинствено стареење во третото доба. Претседателот Аргировски истакна дека признанијата и наградите што се доделени на Сојузот и на здруженија на пензионери во Републиката и надвор од неа, се најдобар доказ за единството постигнато во СЗПМ во спроведувањето на заеднички креира-на политика.

L.C.

ција и придонес во севкупниот развој на општината. При доделувањето на Седмоноемвриската награда на ЗП Гевгелија, за неговите припадници посебна чест беше присуство на претседателот на СЗПМ Драги Аргировски, кој престојот во Гевгелија го искористи за средба со членовите на Извршниот и Надзорниот одбор на Здружението, ка-

ко и со претседателите на ресорните комисии. Честитайќи ја наградата „7-ми ноември“ со златна плакета тој истакна дека во последните години активностите на ова здружение дадоа резултати кои се препознатливи како во рамките на општината, така и во Сојузот. Оваа престижна награда треба да биде мотив плус да се продолжи со отпочнатите активности за враќање на имотот на пензионерите, отворање на нови пензионерски клубови, дружење по многу поводи, учество на манифестиациите од музички и спортски карактер, со што се постигнува активно и достоинствено стареење во третото доба. Претседателот Аргировски истакна дека признанијата и наградите што се доделени на Сојузот и на здруженија на пензионери во Републиката и надвор од неа, се најдобар доказ за единството постигнато во СЗПМ во спроведувањето на заеднички креира-на политика.

Цвета Спасикова

ЗП Штип и Парбинци

Прославен празникот со одбележување на успехите

Повод Денот на пензионерите на Македонија и Денот на Македонската револуционерна борба, на 22.10.2014 година се одржа дружение на најактивните пензионери со раководството во ЗП Штип и Карбинци/На оваа свечена пензионерска средба

зборуваше за изградбата на пензионерски дом која е во тек, за добрата соработка со локалната самоуправа, со градоначалникот на Штип, со СЗПМ и претседателот на Сојузот, Драги Аргировски.

По своето обраќање, тој на градоначалникот на Штип, прим. м-р Ильчо

Захариев

му додели благодарница.

Градоначалникот Захариев се заблагодари на укажаната чест и изрази задоволство од соработката со пензионерите. Претседателот Василев им додели благодарници и на женската екипа за влечење јаке за освоеното трето место на 19-тите Републички пензионерски спортски натпревари во Тетово. За освоено сребро во трчање – жени, благоарница доби Галаба Ѓорѓиева, а за златниот медал во машка конкуренција во трчање, благодарница доби Ристе Нетков. Благоардници добија и тренерите Никола Иванов – Аспарух, Тодор Неделков и Димитар Папаров, а Македонка Китанова за придонес во подготвите. Претседателот Василев додели благодарници и на ТВ „Ирис“ и ТВ „Стар“ за навремено известување, а благодарници добија и градоначалникот на Општина Карбинци Зоран Минов, д-р Влатко Миташов претседавач на Советот на општина Штип, потоа Јулио Здравев раководител на поддржаната единица на ПИОМ во Штип и Методија Тошевски потпретседател на Извршниот одбор на СЗПМ, за добрата

зборувања за активностите и успесите на дружежнието во изминатиот период, на полето: на спорот, културно забавниот живот, екскурзиите, отворањето на клубови за дружење, социјалните пакети и друго. Исто така тој

зборува за активностите и успесите на дружежнието во изминатиот период, на полето: на спорот, културно забавниот живот, екскурзиите, отворањето на клубови за дружење, социјалните пакети и друго. Исто така тој

зборува за активностите и успесите на дружежнието во изминатиот период, на полето: на спорот, културно забавниот живот, екскурзиите, отворањето на клубови за дружење, социјалните пакети и друго. Исто така тој

зборува за активностите и успесите на дружежнието во изминатиот период, на полето: на спорот, културно забавниот живот, екскурзиите, отворањето на клубови за дружење, социјалните пакети и друго. Исто така тој

зборува за активностите и успесите на дружежнието во изминатиот период, на полето: на спорот, културно забавниот живот, екскурзиите, отворањето на клубови за дружење, социјалните пакети и друго. Исто така тој

зборува за активностите и успесите на дружежнието во изминатиот период, на полето: на спорот, културно забавниот живот, екскурзиите, отворањето на клубови за дружење, социјалните пакети и друго. Исто така тој

зборува за активностите и успесите на дружежнието во изминатиот период, на полето: на спорот, културно забавниот живот, екскурзиите, отворањето на клубови за дружење, социјалните пакети и друго. Исто така тој

зборува за активностите и успесите на дружежнието во изминатиот период, на полето: на спорот, културно забавниот живот, екскурзиите, отворањето на клубови за дружење, социјалните пакети и друго. Исто така тој

зборува за активностите и успесите на дружежнието во изминатиот период, на полето: на спорот, културно забавниот живот, екскурзиите, отворањето на клубови за дружење, социјалните пакети и друго. Исто така тој

зборува за активностите и успесите на дружежнието во изминатиот период, на полето: на спорот, културно забавниот живот, екскурзиите, отворањето на клубови за дружење, социјалните пакети и друго. Исто така тој

зборува за активностите и успесите на дружежнието во изминатиот период, на полето: на спорот, културно забавниот живот, екскурзиите, отворањето на клубови за дружење, социјалните пакети и друго. Исто така тој

зборува за активностите и успесите на дружежнието во изминатиот период, на полето: на спорот, културно забавниот живот, екскурзиите, отворањето на клубови за дружење, социјалните пакети и друго. Исто така тој

зборува за активностите и успесите на дружежнието во изминатиот период, на полето: на спорот, културно забавниот живот, екскурзиите, отворањето на клубови за дружење, социјалните пакети и друго. Исто така тој

зборува за активностите и успесите на дружежнието во изминатиот период, на полето: на спорот, културно забавниот живот, екскурзиите, отворањето на клубови за дружење, социјалните пакети и друго. Исто така тој

зборува за активностите и успесите на дружежнието во изминатиот период, на полето: на спорот, културно забавниот живот, екскурзиите, отворањето на клубови за дружење, социјалните пакети и друго. Исто така тој

зборува за активностите и успесите на дружежнието во изминатиот период, на полето: на спорот, културно забавниот живот, екскурзиите, отворањето на клубови за дружење, социјалните пакети и друго. Исто така тој

зборува за активностите и успесите на дружежнието во изминатиот период, на полето: на спорот, културно забавниот живот, екскурзиите, отворањето на клубови за дружење, социјалните пакети и друго. Исто така тој

зборува за активностите и успесите на дружежнието во изминатиот период, на полето: на спорот, културно забавниот живот, екскурзиите, отворањето на клубови за дружење, социјалните пакети и друго. Исто така тој

зборува за активностите и успесите на дружежнието во изминатиот период, на полето: на спорот, културно забавниот живот, екскурзиите, отворањето на клубови за дружење, социјалните пакети и друго. Исто така тој

зборува за активностите и успесите на дружежнието во изминатиот период, на полето: на спорот, културно забавниот живот, екскурзиите, отворањето на клубови за дружење, социјалните пакети и друго. Исто така тој

зборува за активностите и успесите на дружежнието во изминатиот период, на полето: на спорот, културно забавниот живот, екскурзиите, отворањето на клубови за дружење, социјалните пакети и друго. Исто така тој

зборува за активностите и успесите на дружежнието во изминатиот период, на полето: на спорот, културно забавниот живот, екскурзиите, отворањето на клубови за дружење, социјалните пакети и друго. Исто така тој

зборува за активностите и успесите на дружежнието во изминатиот период, на полето: на спорот, културно забавниот живот, екскурзиите, отворањето на клубови за дружење, социјалните пакети и друго. Исто така тој

зборува за активностите и успесите на дружежнието во изминатиот период, на полето: на спорот, културно забавниот живот, екскурзиите, отворањето на клубови за дружење, социјалните пакети и друго. Исто така тој

зборува за активностите и успесите на дружежнието во изминатиот период, на полето: на спорот, културно забавниот живот, екскурзиите, отворањето на клубови за дружење, социјалните пакети и друго. Исто така тој

зборува за активностите и успесите на дружежнието во изминатиот период, на полето: на спорот, културно забавниот живот, екскурзиите, отворањето на клубови за дружење, социјалните пакети и друго. Исто така тој

зборува за активностите и успесите на дружежнието во изминатиот период, на полето: на спорот, културно забавниот живот, екскурзиите, отворањето на клубови за дружење, социјалните пакети и друго. Исто така тој

зборува за активностите и успесите на дружежнието во изминатиот период, на полето: на спорот, културно забавниот живот, екскурзиите, отворањето на клубови за дружење, со

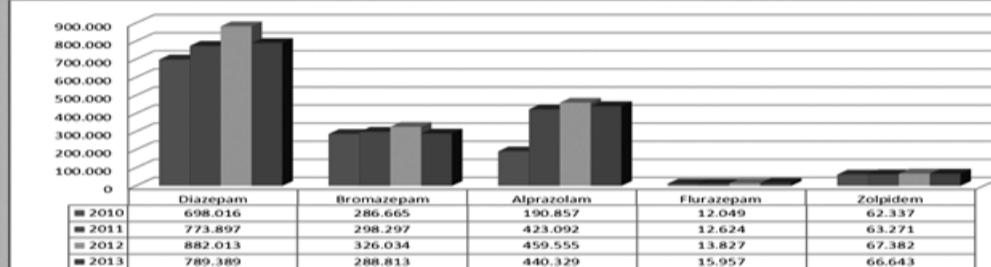


Фондот за здравствено осигурување на Македонија сака да ја алармира и информира јавноста, односно своите осигурениците за состојбата со енормно зголемената употреба на лековите анксиолитици и хипнотици, односно за несаканите штетни ефекти кои тие ги предизвикуваат.

Анксиолитиците и хипнотиците се група на лекови кои се користат за намалување на напнатоста, вознемиреноста, нарушеното спиење, страв, депресивно расположение, нервоза и други стресни состојби.

Во оваа група на лекови влегуваат следните генерички имиња **диазепам** или попознат меѓу народот со заштитените имиња **диазепам и апаурин**, потоа бромазепамот познат како **лексилиум** и бромазепам, алпразоламот односно **хелекс** и золпидемот попознат како **санвал**.

Вкупен број на Rp. за лекови анксиолитици и хипнотици/седативи



- > Во периодот 2010 – 2013 година има континуиран пораст во бројот на рецептите за овие лекови
- > Употребот на овие лекови во вкупниот број на реализирани рецепти се движи од 8,18% во 2010, на 8,98% во 2013)
- > **Заклучок:** За добар дел од рецептите за овие лекови претходно немало реална медицинска потреба да бидат пропишани, бидејќи лекарите [з] имал обврската да обезбедат издавачката здравствена услуга и терапија за осигуреник на товар на ФЗОМ, а не да издаваат рецепти за лекови само по барање на осигуреник без претходно утврдена медицинска потреба за истото за осигуреник.

Според анализата на податоците на Фондот за потрошувачката на овие лекови може да се констатира дека годишно во 2010 над 1 милион и 250 илјади рецепти се реализирани во аптека, што значи дека просечно секој втор жител на РМ употребил по **најмалку едно пакување од овие лекови** во текот на годината. Но алармантно и загрижувачки е тоа што потрошувачката на овие лекови во 2013 година се зголемува на над 1 милион и 600 илјади реализирани рецепти, односно за околу 30%.

Учество на овие лекови во вкупниот број на реализирани рецепти се движи од **8,18%** во 2010 до **8,98%** во 2013. Со овие бројки анксиолитиците како група на лекови се на второ место, а генеричкиот лек диазепам е на четврто место од десетте најчесто пропишуваани лекови.

Потрошувачка на анксиолитици по број на ДДД/1000 осигуреници на ден по градови (2012-2013 година)

- ✓ Најголема потрошувачка на **diazepam** по ДДД/1000/ден има во Берово (39,1 во 2012 г.) и Неготино, односно 31,5 ДДД/1000/ден во 2013 г.),
- ✓ Најголема потрошувачка **bromazepam** по ДДД/1000/ден има во Битола (15,5 во 2012 г., односно 12,6 ДДД/1000/ден во 2013 г.),
- ✓ Најголема потрошувачка на **alprazolam** по ДДД/1000/ден има во Кичево (19,3 во 2012, односно 19,1 ДДД/1000/ден во 2013 г.),
- ✓ Најголема потрошувачка на **zopidem** по ДДД/1000/ден има во Виница (3,7 ДДД/1000/ден во 2013 г.),
- ✓ Најголема потрошувачка на **flurazepam** по ДДД/1000/ден има во Кратово (1,06 во 2012 односно 1,05 ДДД/1000/ден во 2013 г.)

Најголема потрошувачка е констатирана во следните градови:

за **диазепам** и **апаурин** во **Берово** и **Неготино**,

за **лексилиум** и **бромазепам** во **Битола**

за **хелекс** во **Кичево** и

за **санвал** во **Виница**

Податоците со кои располага ФЗОМ укажуваат на **огромната потрошувачка** на овие лекови и **трендот на постојано зголемување**, но таа се однесува само за оние лекови кои се подигнати од аптека на товар на ФЗОМ, а не и за тие кои се купуваат на приватни рецепти и што се користат при болничкото лекување, што значи дека **потрошувачката е уште поголема**.

Од тие причини Фондот со оваа пресконференција сака да ги предупреди осигурените лица за **несаканите ефекти од употребата на овие лекови** и да ги алармира избраните лекари за зголеменото користење на истите, во насока при пропишувањето задолжително да ги почитуваат упатствата за медицината базирана на докази.

Покрај ефектите за ослободување од симптомите за кои се пропишани (**намалување на напнатост, стресот, нервозата**) овие лекови даваат и дополнителни несакани краткорочни и долгочочни несакани (штетни) дејствија:

Од краткорочните штетни дејствија ќе ги споменемем:

- успорена работа на мозокот,
- слаба концентрација,
- конфузија,

● **неразбирлив говор**, што доведува до проблеми со едукација и стекнување на нови вештини, проблеми во секодневна работа како и проблеми при извршување на домашните обврски и воспитувањето на децата и сл.

● **забавените рефлекси** доведуваат до проблеми со возењето на автомобил и др. превозни средства,

- **намалената координација,**

- **поспанаоста,**

- **вртоглавиците**

● **заморот** се опасни за професионалните возачи и управувачи на механизација и машини, кои можат и да доведат до повреди и несреќи со **катастрофални последици**. Од тие причини строго е забрането за време на употребата на овие лекови да се управува со автомобил, тешка механизација и сл.

● **Намалената координација** исто така може да доведе до **губење на рамнотежата, паѓања и повреди** особено кај постарите лица, градежни и други работници кои работат на височина.

- **намалувањето на крвниот притисок,**

- **намалувањето на дишењето и**

● **намалувањето на срцевата работа**, се потенцираат при истовремена употреба на алкохол и комбинација со други лекови за хронични болести, што може да доведе до кома и смрт. Нивната употреба неповолно делува кај пациентите со хронични болести на белите дробови (ХОББ и астма) поради ефектот на намалување на дишењето.

- **депресија,**

- **намалено либидо,**

- **главоболки,**

- **тремор,**

- **нарушено памтење,**

- **кошмари,**

- **халуцинацији,**

- **агресија,**

- **мускулна слабост,**

- **неконтролирано мокрење,**

- **запек,**

- **нарушување на менструалниот циклус и др.**

Но сепак скриена и најголема опасност од долготрајната и континуирана употреба на овие лекови е појавата на **психичка и физичка зависност**. Пациентот може многу брзо да **развие толеранција на лековите**, тоа значи дека е потребна се поголема доза за да се постигне саканиот ефект, што доведува до појава на **зависност**. Овие состојби може да јават како пациенти кои го примаат лекот по препорака на лекар, така и кај тие што го злоупотребуваат.

Покрај горенаведените несакани (штетни) ефекти, овие лекови може да предизвикуваат и други несакани ефекти кои се јавуваат и кај другите групи на лекови:

- **заметен вид,**

- **болки во гради,**

- **тешкотии при дишење**

- **отежнато голтање,**

- **којен осип,**

- **чешање,**

- **црвенило,**

- **гадење и повраќање,**

- **ангиоедем - оток на грло и душникот**

- **анафилактичен шок**, кој претставува витално загрозувачки состојби

● **ембриотоксично дејство** (може да влијаат врз развојот на плодот и не се користат кај бремени жени).

ФЗОМ констатира дека употребата на анксиолитици и хипнотици има тренд на зголемување, што е алармантен податок за здравјето на нацијата, **намалената работна способност и отсуство од работа**, имајќи ги во предвид горенаведените штетни ефекти што ги предизвикуваат овие лекови.

Од тие причини Фондот апелира:

➢ **до осигурените лица** да ги следат советите на лекарите и да не инсистираат избраните лекари да им пропишува лекови на нивно барање, односно спротивно на упатствата за лекување според медицина базирана на докази

➢ **до избраните лекари** при пропишувањето на лековите да ги следат упатствата според медицина базирана на докази, презентирани за време на специфичната медицинска едукација за диагностика и терапија на депресивните состојби во текот на 2013 година, а земајќи ги во предвид сите несакани и штетни ефекти кои ги предизвикуваат овие лекови.

Право на рефундација на средства за користење на здравствена услуга дијализа во странство

Со Правилникот за содржината и начинот на остварувањето на правата и обврските од задолжителното здравствено осигурување, Фондот овозможи на осигурените лица кои користат хемодијализа подолго да престојуваат во странство. Имено осигурените лица кои привремено престојуваат во странство, на товар на средствата на Фондот ќе може да користат 13 хемодијализи во годината во странска здравствена установа и тоа не подолго од 30 дена.

Тоа значи извршните дијализни третмани во странство осигурените лица ќе ги платат со сопствени средства и по враќањето во Р Македонија можат да поднесат барање до Фондот за повраток на средства. Платените здравствени услуги, Фондот ги признава во висина на утврдената референтна цена за дијализа, намалени за висината на пропишаното учество. Референтната цена на еден дијализен третман изнесува 5400 денари, при што осигуреното лице плаќа учествува од 1 денар.

За да го остварат ова право, осигурените лица во соодветната подрачна служба на Фондот поднесува барањето за надомест на средства за извршени здравствени услуги за дијализа во странство на пропишан образец – ДС, а во прилог треба да ги достави следните документи:

- Медицинска документација за извршните здравствени услуги за дијализа во странство преведена од овластен преведувач;

- Сметки / фактури со доказ за плаќање за платените здравствени услуги за

- дијализа преведени од овластен преведувач и

- Доказ за трансакциска сметка на подносителот на барањето.

Засилени активности во ЗП Центар

Во чест на празникот 13 Ноември – денот на ослободувањето на Скопје во ЗП Центар се отвори уште еден нов клуб на пензионерите во огра-



нокот „Дане Крапчев“. Ова вкупност е осми по ред клуб на пензионерите во ова скопско здружение. Останува да се отворат уште два: во „Гоце Делчев“ во непосредна близина на Чамијата во Чаша и „Миле Арсовски“ кај Универзална сала. Во своето обраќање на свеченоста по повод отворањето на клубот „Дане Крапчев“, претседателот на ИО „Павле Спасев“ информираше дека клубовите во последните два огранка се предвидува да се отворат во првиот дел од 2015 година. Претседателот Спасев му изрази благодарност на градоначалникот на општина Центар Андреј Жерновски за материјалната поддршка без што не би можело да се реа-

лизира оваа голема потреба на пензионерите од центарот на Скопје. Поздравувајќи ги многубројните пензионери дојдени на отворањето на клубот, градоначалникот Жерновски најнапред им го честита 13 Ноември и нагласи дека отворањето на клубот на самитот празник не е случајно, бидејќи пензионерите се тие кои се најзаслужни за слободата на главниот град и за тоа што денеска претставува Скопје. Соработката со локалната самоуправа како мошне позитивна ја оцени и претседателот на Собранието на ова здружение д-р. Крсте Ангеловски, кој вети дека со истото темпо продолжуваат и натаму. Потребата за ваков простор во кој во долгите и студени зимски денови ќе можеме да се собираме, да играме шах и домино, да читаме весници, да се напиреме топол чај и кафе, да одржувааме состаноци, литер-

атурни средби, едноставно да драгураме, беше голема и сега таа на наша скреќа еве стана реалност – истакнаа некои од присутните.

По повод 13 Ноември во Здружението Центар се одржа и средба со шахистите од збрватимено здружение „Кочани“. Ова вкупност беше возвратна посета на кочанските пензионери кои на верскиот празник Петровден им укажаа гостопримство на пензионерите од ЗП „Центар“.

Срдечно добредојде и убав престој на гостите им посакаа претседателот на ИО на здружението Павле Спасев и претседателот на Собранието д-р. Крсте Ангеловски. Потоа гостите и домаќините ги поздравија претседателот на СЗПМ „Драги Аргировски“ кој рече дека ваквите средби се поздравување, бидејќи на нив се разменуваат искуства и на тој начин се создава единство, се грататат патиштата на соработка...

Претседателот на Кочанското здружение „Горѓи Серафимов“ за благодарувајќи се на гостопримството предложи овие посети да станат традиционални, на 13 Ноември да се одржуваат во Скопје, а на Петровден во Кочани.

Потоа се одржа шаховски турнир на кој силите си ги одмерија на црно-белите полиња пензионерите од ЗП „Центар“ и пензионерите од ЗП „Кочани“, а тесна победа извојува гостите.

Ц. Илиева



ЗП Охрид и Дебрца

Прирачник за превенција од опасности

По повод 70 години од ослободувањето на Охрид – 7-ми ноември, ЗП Охрид и Дебрца, одржа пригодна свеченост на која, заборуваше претседателот на ИО „Горѓи Трпчески“. Присутните и гостите од Локалната самоуправа, од ЗП Струга, ЗП Солидарност – Аеродром од Скопје, Црвениот крст, Центарот за социјални работи од Охрид и други асоцијации и невладини организации и училишта, ги поздрави и празникот им го честита заменик-градоначалникот на Охрид, Ангел Јанев. Во рамките на свечената пригода беше промовиран Прирачникот за превенција од опасности за пензионерите „Внимавајте на вашата безбедност“. За овој проект, подготвен од Отсекот за превенција во соработка и партнерство со ЗП Охрид и Дебрца и ЗП Струга, заборуваше Живорад Савиќ, претставник на Отсекот за превенција при СВР Охрид. Тој истакна дека Прирачникот има информативно-образователен карактер и



содржи низа практични совети за превенирање разни опасности и околности од секојдневниот живот во кои можат да се најдат пензионерите и повозрасните лица. Исто така, Прирачникот „Внимавајте на вашата безбедност“ има за цел да се зајакне новиот концепт на полициско работење со заедницата, со вклучување на локалната самоуправа, урбантите заедници и граѓаните, за

зголемување на безбедноста во населените места.

Во рамките на одбележувањето на 7-ми ноември, Денот на ослободувањето на Охрид и промоцијата на Прирачникот, беше изведена и поетско-сценска програма од група ученици од ОУ „Христо Узунов“ под раководство на наставничката во пензија Ристана Меруџеска Мојсеска.

К. Спасески

ЗП Пробиштип

Презентирање на традициите

На почетокот на октомври, во рамките на одбележувањето на Денската недела, за дечинарата од градинката „Гоце Делчев“ од Пробиштип, директорката Славица Серафимова организираше презентирање дел од нашите традиции, почнувајќи од подготвување здрава храна или традиционалија, јадења, запознавање со изворната носија, па се до извирните инструменти – гајдата, кавалот, двојанката, тапанот, дудучето. Во остварувањето на овој проект беа вклучени и членови од КУД „Весели пензионери“ при ЗП Пробиштип. На самитот влез во градинката, која наликува на кукичка од бајките, бабите и дедовците облечени во изворни носии, со наスマки и грст песнички и стихотворби, беа пречекани и поздравени од дечинарата. Така започнаа еднодневното дружење со „внуците“ за да продолжи со интересно замислените содржини.

Пензионерите најнапред им прикажаа на дечинарата еден стар обичај – лупче-



кај класе, проследено со неколку викоички песни, во кое со голема радозналост и радост се вклучува и тие. Друга група пензионери пак беше вклучена во практично подготвување зелник, едно од најубавите и најздравите македонски јадења. Започна со месење тесто, сукане кори и собирање на зелениците во тексли. Во целиот процес се вклучува и дечинарата кои со малите рачини се трудеа да исукаат по некоја кора, а сукажки си потлевнуваат песнички научени во градинка. Интересно и весело беше кога месеа тесто и заедно со своите воспитувачки се трудеа да направат колачиња за да ги послужат гостите. Дечинарата голем интерес покажаа и за инструментите. Им беа интересни гајдата, кавалот, двојанката. Ги земаа во раце и се обидуваа да засвират на истите, но не им успеваше, па ги замолија дедовците да им покажат како се свири, но истовремено и од што се направени, кој ги изработу-

ва, колку време тие свират на овие инструменти и слично. Се создаде мошне интересна и пријатна атмосфера. На крајот се се заори оро на гајда и кавал, се запеја песна, се разлеа детската смеа, а пензионерите беа пресрекни, дури неверуваа дека овие мали „сезнајковци“, од три до пет години, ќе покажат толкаш интерес за нашите традиции и обичаи, за носиите, за инструментите и слично. Секако, најинтересно беше кога ги вкусија зелниците, а беа и пресрекни што и тие со сопствени рачини направија јадења по вкусот на традицијата.

М. Здравковска

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 Ачиевски,

Фруска Костадиновска

од РАБОТАТА НА ФОНДОТ НА ПИОМ



Потврдена одговорноста во работата

риод.

И состојбата со наплатата на закупнината за издадениот станбен простор во домовите за живеење и клубовите за корисниците на пензија за периодот од првите шест месеци од 2014 год., покажува дека Фондот на ПИОМ спостапија со 15 пензионерски домови во РМ, во кои наплатата на закупнината за издадениот станбен простор се врши со задршка од пензијата на корисниците на пензија кој живеат во нив. Проблем со навремената наплатата на закупнината постои само во одделни пензионерски домови, во кои, со нивното преземање од страна на Фондот, се уште живеат лица кои или не се пензионери, или се корисници на странска пензија и кој сами си ја плакаат закупнината, а не со директна задршка од пензијата. Што се однесува за состојбите во Домот за живеење на корисниците на пензија во Прилеп, Фондот има доставено информации до Владата на РМ, при што таа донесе Заклучок, според кој, Фондот на ПИОМ со Министерството за труд и социјална политика ќе изврши увид во документацијата за станарите вселени во Домот, односно да се констатира кој ги исполнува, а кој не со исполнува условите за сместување и за истото да се информира Владата на РМ, по што таа ќе донесе заклучоци за понатамошно постапување, заради надминување на состојбата со станарите. Значајно е да се истакне дека годинава е извршено усогласување на сите видови пензии од 5%, или во номинален износ од 600 денари. Оттука, пресечната пензија за месец август 2014 год. изнесувала 12.457 ден. и истата во однос на декември 2013 год. е зголемена за 5,2%, како резултат на редовното усогласување на пензиите. Вкупниот број на корисници на пензија со состојба на 31 август 2014 год., изнесувал 293.717 корисници, при што, во однос на декември претходната година, има пораст на корисниците на пензија за 0,7 проценти. Од погорното може да се констатира, дека во 2014 год., Фондот на ПИОМ, согласно Законот за ПИО, изврши усогласувања во износ од 600 ден. за сите корисници на пензија, со што е подобрен социјалниот статус на корисниците на пензија со најниски износи на пензија.

Што се однесува со наплатата на застапнатите неплатени придонеси за пензиско и инвалидско осигурување заеднички до 31.12.2008 год., како и тековните состојби со наплатата на придонесите за првото полугодие од 2014 год., вкупно се наплатени придонеси за пензиско и инвалидско осигурување во износ од 14.375.701.715, од кои, само 420.529.295 ден. се придонеси до крајот на 2008 год. за кои е надлежен Фондот да води постапка за наплатата. Иако, овој износ е поголем во однос на наплатниот износ во истот период од претходната година, наплатата на пренесените побарувања е зголемена за 4,58%, а од вкупно утужените побарувања во висина од 8.407,13 м², од кои, 5.231,49 м², или 62,23% се издадени под закуп. Деловниот простор е издаден под закуп претежно на правни лица, а дел, односно 1.155,55 м², или 20%, е отстапен на здруженијата на пензионери. Меѓутоа, во периодот од јануари до јуни 2014 година, кон закупите на деловниот простор, Фондот има фактизирано износ од 5.765.455 ден. и бруто наплатено износ од 5.699.017 денари. Според податоците на Фондот, може да се заклучи дека брутото фактурираното за овој период во споредба со истот период од минатата година е намалено за 1,95% како резултат на помалку издаден деловен простор под закуп за првите шест месеци од оваа година, потоа тековната наплатата е намалена за 0,79% во споредба со истот период од претходната година, наплатата на пренесените побарувања е зголемена за 4,58%, а од вкупно утужените побарувања во висина од 3.976.442 ден., во овој период се наплатени само 99.737 ден., или 2,51%. Но, Одделението за спостапија со имотот на Фондот, ќе продолжи со преземањето континуирани мерки и активности за подобрување на процентот на наплатата на закупнината во наредниот пе-

риод. Што се однесува со наплатата на застапнатите неплатени придонеси за пензиско и инвалидско осигурување заеднички до 31.12.2008 год., како и тековните состојби со наплатата на придонесите за првото полугодие од 2014 год., вкупно се наплатени придонеси за пензиско и инвалидско осигурување во износ од 14.375.701.715, од кои, само 420.529.295 ден. се придонеси до крајот на 2008 год. за кои е надлежен Фондот да води постапка за наплатата. Иако, овој износ е поголем во однос на наплатниот износ во истот период од претходната година, наплатата на придонесите до 31.12.2008 год., од причини што многу од обврзниците се ликвидирани, или се во постапка на стечај, како и заради фактот што Фондот нема законска можност да врши конфискација на имотот на овие обврзници за наплатата на побарувањата, туку таква можност има само Управата за јавни приходи.

м-р. Снежана Кутузовска

Беласички видици

ЛЕТО Господово 2014 година

Беласица,

Планина на крајниот Југоисток, со еден

највисок,

ко стапен врв, за неа илјадна

Самоилова војска

ја пролеа својата крв.

Од сртот на Беласица горе, на југ

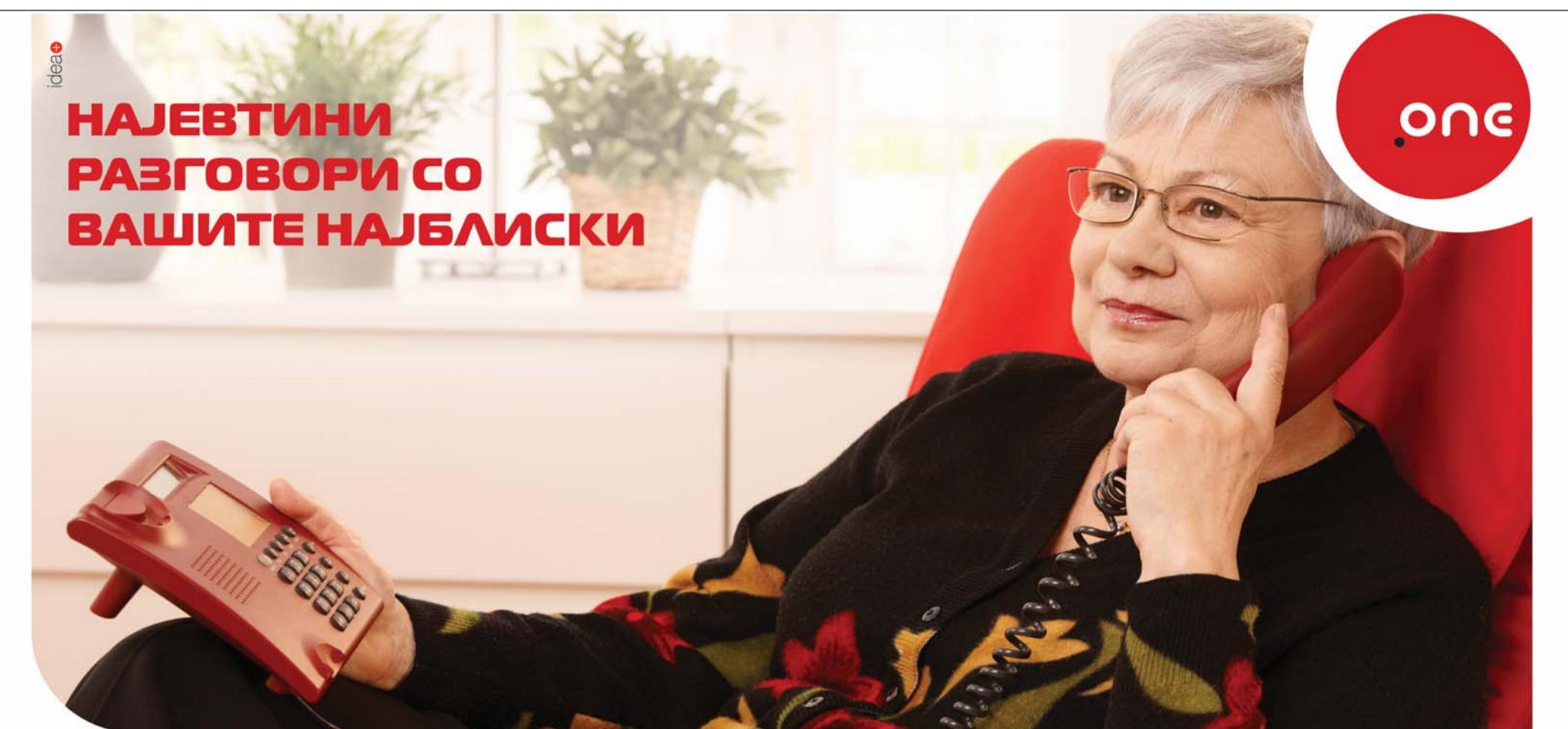
чиниш се гледа, Белото море,

на исток кој планински цин,

се извилши гордиот и бунтовен Пирин.

На север погледни доле,

кој шарен килим распослан, се протега Огражден и плодното струмичко поле. Низ полето, змиеступ модерен пат, а на запад



Фиксна телефонија на ONE

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

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

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



www.one.mk

Вашата пензија
секогаш навреме.

НЛБ Сребрен пакет



НЛБ Сребрен пакет

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

Повољности

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

NLB Тутунска банка

Делегација на Сојузот на ЗП на град Скопје во Белград

Остварени целите на посетата

Деновиве, делегација на Сојузот на здруженијата на пензионерите на град Скопје, предводена од претседателот д-р Крсте Ангеловски, престојуваше во Здружението на пензионерите на градот Белград во Република Србија. Во делегацијата беа претставници на здруженијата на пензионерите од: Центар, Аеродром, Чаир, Сарај, Илинден, Горче Петров, Шут Оризари, Бутел и ЗВП. Цел на посетата



та беше размена на искуства околу работата на здруженијата на град Скопје и на Белград. Скопската делегација во Белград беше пречекана од членови на раководството и пензионерите од Сојузот на пензионерите на Србија – Градска организација на пензионерите Белград.

Присутните најпрво ги поздрави, изразувајќи добродојде и пријатен престој, претседателот на Сојузот на пензионерите на Србија Ѓуру Переќ, којсе заблагодари за ваквата иницијатива и истакна некои сегменти од работата на нивните здруженија. „Имаме слични проблеми, слична организирањост, финансирањето ни е најголем проблем, имаме редуктирање на пензиите во по-следните години, со третата доба имаме проблеми итн. На оваа средба треба да се слушаме, да разменимисмо искуства и да видиме како во иднина, ако е можно да искористиме и ваши позитивни искуства“, – рече покрај другото Переќ.

На гостите од Скопје, добродојде и пријатен престој им посака и Василије Белобрковиќ, секретар на ГОП на Белград и претседател на ИО на движењето ТДС, кој истакна дека сме организирани на сличен начин. Работиме волонтерски, а оваа година послабо стоеиме финансиски. Во 2008 година формиравме доброволен Солидарен фонд каде, членовите учествуваат со 1% од пензијата, која му се враќа на разни начини. Тоа се покажа многу корисно. На спортски план организираме олимпиади, а добро би било да органи

зирааме заеднички акции, натпревари и слично.

Со големо внимание на средбата беше следено излагањето на д-р Крсте Ангеловски кој ги поздрави домаќините и во име на претседателот на СЗПМ Драги Аргировски, при што ги запозна со работата на Сојуз на ЗП на град Скопје и СЗПМ, кажувајќи и за историјата, составот – структурата, клубовите дневните центри, пензионерс-

ките домови. Исто така тој информираше и за финансирањето на здруженијата, а зборуваше и за други актуелни теми поврзани со животот и работата на пензионерите. **Димитрије Богатиноски** од ЗП Солидарност Аеродром, зборуваше за финансирањето на здруженијата и клубовите, кириите, спортските активности, олимпијадите, секциите и друго.

Во дискусијата се вклучи и Салтир Каровски, кој укажа на искуствата во Правно-економскиот форум, при што рече дека во завршна фаза е донесуваше Закон за пензионерско организирање, истакнувајќи ја потребата за нормативното регулирање на организацијата на пензионерите. **Методија Новковски** од ЗП Горче Петров, меѓу другото ја истакна потребата за продолжување на соработката и ползување на искуствата. На крајот од двете страни беше изразено задоволство од средбата, со единствен заклучок за корисноста и потребата за натамошна соработка. Поканата за возвратна посета од домаќините беше со задоволство прифатена.

При враќањето, делегацијата искористи уште една можност да стапи во контакт и оствари средба со раководството на ЗП Јагодина, каде претседателот на Здружението **Слободан Николиќ** информираше за работата, успехите и проблемите на пензионерите, кои се потешко успеваат да се спретнат со предизвиците на нивното живеење. **Баки Бакиу**

Соработка со пензионерите од Лебане

Активот на пензионерки „Зора“ од Бутел и Здружението на пензионерите од Лебане, Република Србија, годинава воспостави контакт за соработка. Стартот на соработката започна кога Активот на пензионерки „Зора“, по покана од пензионерите од Лебане ги посети во почетокот на месец септември, а се со цел да се разменат идеи и искуства, но и да се дружат. Во рамките на возвратната посета, на 25-ти октомври, четириесет пензионери од ЗП Лебане, беа гости на Активот на пензионерки „Зора“. Свежиот, но пријатен октомврски ден, беше погден за прошетка, па гостите го искористија за поблисоко запознавање на градот и неговите културно историски знаменитости, за кои само слушале, а сега и ги видоа. Го разгледаа и прошетаа плоштадот, ја посетија црквата Св. Димитрија, Музејот на македонската борба и Старата чаршија. Посебно задоволство им направи посетата на црквата Св. Пресвета Богородица, на падините на Скопска Црна Гора, каде што за гостите и домаќините заеднички ручек приреди Ана Шишкова, пензионерка и член на Активот на пензионерки „Зора“, верник, донатор и голем хуман човек. Се запеа песна, се разви заедничко оро, сите беа расположени. За пријатната атмосфера придонесе и добрата музика во која



беа застапени македонски и српски песни и ора.

– Нашиот актив секогаш е рас положен за соработка. Во таа насока ги поканивме нашите пријатели, пензионери од Лебане да ни гостуваат во Скопје. Ова беше возвратна посета. Кога бевме таму убаво не пречекаа. Не прошетаа до излетничките места Пролом бања и Луковска бања. Двете посети ја зацврстија меѓусебната соработка – истакна претседателката на Активот на пензионерки „Зора“, **Надежда Давчева**.

На крајот, пред самото заминување, претседателката на ЗП Лебане, **Милица Банковиќ** рече:

– Со задоволство ја прифативме поканата да ги посетиме нашите пријатели од Скопје. Се дружевме цел ден, разменимисмо искуства, го разгледавме Скопје, пеевме и игравме. Презадолни сме и такви среди ке има уште многу.

Васил Пачемски

Десетта седница на ОРО за солидарни средства и членарина

Значајни одлуки за натамошно дејствување

Одборот на Регистрираната организација за солидарен фонд и членарина на 30-ти октомври 2014 година ја одржа десеттата седница на која расправаше за регулирањето на отворените прашања од Проектот за ажурирање на евидентацијата кај членките, како и за други актуелности поврзани со распределбата на членарината по сојузи и решавањето на спорни прашања и проблеми во одговорност на Организацијата. Со седницата раководеше претседателот на ОРО Методија Тошевски, а на истата присуствуваа преседателот на СЗПМ Драги Аргировски и секретарот на ИО Станка Трајкова.

По воведните забелешки на претседателот Методија Тошевски и усвојувањето на дневниот ред, дискусијата главно беше насочена кон изнаоѓањето начин за побрзо решавање на отворените прашања околу ажурирањето и усогласувањето на евидентацијата на членството кај членките. Во своето ображение претседателот на Одборот укажа на потребата за дополнува-

ње или донесување нова одлука во врска со оваа проблематика, бидејќи се појавија проблеми и непочитување на регулативата во одделни случаи, што го отежнува дејствувањето на ор-

ганизацијата. Задачата околу ажурирањето на евидентацијата како општа законска обврска и помош во уредувањето на односите меѓу здруженијата. Во својата дискусија секретарот Станка Трајкова од повеќе аспекти го потенцираше значењето на оваа прашање и затоа предложи истото да се регулира со нова одлука на Одборот, што беше единогласно прифатено од членовите.

Како пример за несредената евидентација и проблемите што се појавуваат во СЗПМ и на оваа седница беше споренојто на членовите на Одборот Крсто Џанев и Љубомир Јанев околу припадноста на инвалидските пензионери од ЗИП Свети Николе и ЗП Лозово, а Одборот донесе заклучок да се закаже нова средба и овој проблем меѓу здруженијата и двата сојузи да се разреши. На седницата, исто така, стана збор и за состојбата на членството во Здружението на пензионери ОВР – Скопје, за кое претседателот Аргировски информираше за исправената грешка во евидентацијата од страна на Фондот ПИОМ, што ја прифати и ОРО. **М.Д.**



Конститутивна седница на Собранието на ЗП Центар

Избрани нови раководства

Во просториите на ЗП „Центар“ неодамна се одржа конститутивната седница на Собранието на ова скопско здружение. Како што е рече дека во избрано работното претседателство, беше донесен Деловникот за работа и беа избрани и Верификацијата и Кандидационата комисија. Излагање за досегашните активности и работа на здружението поднесе претседателот на ИО **Павле Спасев**.



Во извештајниот период, оцени претседателот Спасев, Собранието со успех го водеше д-р Крсте Ангеловски и беа одржани 12 седници на кои беше расправено по над 55 прашања од областа на пензионерската проблематика. Собранието има донесено низа

зионерски клубови, Одлуката за прогласување спортисти на годината на здружението, Одлука за еднократна парична помош на оние пензионери на кои таа им е најпотребна и друго. Надзорниот одбор по деталното разгледување на документите констатираше

дека здружението работело економично и домаќински. Задележливи активности имале и сите комисии на здружението, додека работата на организациите беше поорганизирано преку отворањето на клубови во 7 гранци. Во дискусијата беше нагласено дека здружението во изминатиот период сопсем успешно ги реализираше програмските определби. Секојпат се појаваше од интересите и потребите на пензионерите и било донесени повеќе важни одлуки, меѓу кои и Одлуката за отворање пен-

зира. Потоа на конститутивната седница на ЗП Центар беа верификувани мандатите на избраните членови на Собранието. За претседател повторно беше избран д-р Крсте Ангеловски, а за потпретседател беше избрана Василка Цветковска. За членови на Собранието на СЗПМ беа избрани Крсте Ангеловски и Салтир Каровски. Исто така, беа избрани и 10 членови на ИО и 3 член на комисијата за статутарни и правни прашања. После конститутивната седница се одржа и првата седница на ИО во новиот состав, на која за претседател повторно беше избран Павле Спасев.

Ц. Илиева

ЗП Крива Паланка

Четиридневна посета кај своите во Војводина

Здружението на пензионери Крива Паланка и оваа година за своите пензионери организираше четиридневна екскурзија до нашите иселеници во Војводина Р. Србија. Екскурзијата беше реализирана во времето од

тата за обиколка.

Ова четиридневно патување и видување со своите најблиски роднини и пријатели во наведените места беше мошне интересно и возбудливо. Средбата во Панчево беше посебно чувствителна бидејќи домаќините со душа ги очекуваат своите најблиски, со повеќе членови од семејствата и со превозни средства за побрзо да ги одведат дома. Следуваа срдечни добродошлици, гушкања, банкувања и обострани солзи радосници.

Истото се повторуваше и при средбите во Качарево, во Глогањ, Јабука и секаде, каде што пензионерите од Крива Паланка се сртнуваа со своите најблиски роднини и пријатели. Интерсно е да се спомне и да се потсети дека овие наши иселеници во овие места во Војводина датираат уште од далечната 1945/46 година, која после ослободувањето беше испразнета, каде што се населила од Кривопаланечкиот крај масовно, со цели

фамилии во потрага по подобар живот. Тогаш им беа доделени напуштени куки и имоти, во кои се вслија и таму до денденес останаа да живеат.

За време на посетата на роднините имаше и нови познанства и стекнување пријатели со размена на мислења и информации за животот и со желба да се зачуваат врската и да се негуваат роднинските односи, а таа традиција да продолжи, да се развива и да се пренесува на помладите. При посетата беа воспоставени контакти и со раководствата на тамошните пензионери и беа разменети мислења и искуства од животот и работата на здруженијата на пензионери со отворање поголеми можности за поблиска соработка. Средбата обострано беше оценета како најдобра досега и ќе остане за паметење и за домаќините и за гостите.

Испраќањето, исто така, беше импозантно. За да ги испратат своите близки дојдоа буквално сите од фамилиите, и мало и големо. Местата на поѓање заличија на собири, каде што повторно имаше солзи радосници и тагување, зашто посетата не траеше уште долго.

Арсен Илиевски



6-ти до 9-ти ноември оваа година, при што беа посетени Панчево, Качарево, Глогањ и Јабука. Патувањето, со одредени одмори до пристигнувањето, пензионерите без проблеми, здравствено добро го поднесаа. Екскурзијата ја предводеше секретарот на здружението Благоја Николовски, кој имаше добро познавање на маршрутата и мес-

ЗП Охрид и Дебрца

Меѓугенерациска средба на пензионерите и учениците од О.У. „Христо Узунов“

Неодамна во Основното училиште „Христо Узунов“, се одржа традиционална Меѓугенерациска средба на учениците и пензионерите. Средбата ја организираа ЗП Охрид и Дебрца, ОУ „Христо Узунов“ и Месниот огранок „Горна Влашка Маала“.

Од името на Локалната самоуправа Меѓугенерациската средба ја поздрави заменик-градоначалникот на Охрид **Ангел Јанев**, претседателот на ЗП Охрид и Дебрца **Горѓи Трчески**, директорот на О.У. „Христо Узунов“, м-р **Тони Симоновски** и претседателот на месниот огранок на пензионерите Горна Влашка Маала, **Слободан Пупиноски**. Tie во поздравите обраќања, истакна дека, средбата има за цел да ги заближи пензионерите со најмладите, децата и учениците, но и со нивните родители и наставници, бидејќи на тој начин се премостува големиот генера-

чки јаз меѓу најмладите и највзрасните. Средба се одржа под мотото „Меѓугенерациска средба: мудроста на постарите и младоста на децата, да се сплотат во меѓусебна љубов, почит и соработка“.

Во културно-уметничкиот дел од Меѓугенерациската средба училишниот хор и драмската секција настапила со неколку музички точки, рецитации и хумор под раководство на наставничката по музичко Вера Булоска, а потоа КУД при ЗП Охрид и Дебрца, исполни сплет охридски староградски песни. За успешната соработка и придонесот во организирањето на оваа традиционална Меѓугенерациска средба, претседателот на Извршниот одбор Гоѓи Трчески и секретарот Стефан Владимиров, им враќаја признанија и благодарности на училиштето „Христо Узунов“, на директорот м-р Тони Симоновски, на професор по музика Илија Булоски и на претседателот на месниот огранок Горна Влашка Маала, Слободан Пупиноски.

Предходно, пензионерите и учениците од истото училиште одржаа дебата на тема: Како се стигнува до пензионер, каков е стандардот на пензионерите и за односот на пензионерите кон децата и младите во семесјството.

Крсте Спасески



Во ДХО „Даре Џамбаз“ во Скопје

Хуманитарна кабаретска претстава

На 18-ти ноември 2014 година, во свечената сала во ДХО „Даре Џамбаз“ во Скопје, беше реализирана хуманитарната кабаретска претстава „У кафачче карши Станче“. Претставата е производ на взајмната желба на одговорните на проектот „Дневен центар за стари лица и центар за давање помош во домашни услови“ во Црвен крст на град Скопје и артистите од Драмската работилница на КУД „Гоѓо Симоновски“ од Здружението на пензионери Куманово. Претставата ја следеше и претседателот на СЗПМ Драги Аргировски, заедно со својот тим, како и поголем број пензионери припадници на скопските здруженија. Оваа драмска изведба на аматерите артисти



од Куманово беше актуализирана со цел да им овозможи на повозрасните љубители на театарот ден исполнет со уживање во културна активност.

Исто така, претставата не само што придонесе повозрасните граѓани да уживаат во културата, тука и да помогнат на социјално загрозено семејство. Имено, влезниците беа продавани по симболична цена, а со тоа посетителите помогнаа да се изгради покрив од куката на едно социјално загрозено семејство. Со овој настан ги мотивираме лицата во трето доба да имаат активно и убаво секојдневие, исполнето со ведрина и хуманост.

Тихана Обрадовиќ

раката на оревното дрво се одвива во договорените рокови.

Покрај оваа активност, на 30.10.2014 година на иницијатива на раководството на ЗП Неготино беше организирано бесплатно мерење на шекер во крвта за пензионерите членови на здружението. Ова е петти пат како се организира ваква акција во оваа година, а заради големиот интерес се очекува истата да продолжи понатаму.

Исто така деновиве започна и вакцинација против грип. Како и предходните години и оваа Извршниот одбор донесе одлука на пензионерите кои се вакцинираат да им бидат повратени по 100 денари од уплатената сума за вакцина.

И. Емшов

Бидејќи повеќе години напред пензионерите од Неготино, Кавадарци и Демир Капија се снабдуваат со оревно дрво од подружницата Демир Капија, раководителот на подружницата се ос-

врна на досегашната работа, истакнувајќи дека во изминатите години со мал проблеми успешно се снабдуваат пензионерите со оревно дрво. Така на ЗП Неготино му е испорачано 1500м просторија оревно дрво, даб и бука, на ЗП Кавадарци 2000 метри, на ЗП Кавадарци-инвалиди 600 метри и на ЗП Демир Капија 500 метри. На средбата тој го истакна своето задоволство од досегашната соработка со желба истата да продолжи и понатаму. И раководителите на здруженијата се задоволни од соработката и од ангажираната на раководителот и истакна дека испо-

рвка на оревното дрво се одвива во договорените рокови. Покрај оваа активност, на 30.10.2014 година на иницијатива на раководството на ЗП Неготино беше организирано бесплатно мерене на шекер во крвта за пензионерите членови на здружението. Ова е петти пат како се организира ваква акција во оваа година, а заради големиот интерес се очекува истата да продолжи понатаму.

Исто така деновиве започна и вакцинација против грип. Како и предходните години и оваа Извршниот одбор донесе одлука на пензионерите кои се вакцинираат да им бидат повратени по 100 денари од уплатената сума за вакцина.

И. Емшов

ЗП Неготино

Нови активности

Деновиве во Јавното претпријатие „Македонски шуми“ подружница Демир Капија на покана од раководителот Јован Јованов се одржа разбита средба на која присуствуваат претседатели на Здруженијата на пензионери од Неготино Петар Захарчев, од Кавадарци Ристо Анѓушев, од Кавадарци – инвалиди Стојче Ристов и од Демир Капија Благој Кавазов.

Бидејќи повеќе години напред пензионерите од Неготино, Кавадарци и Демир Капија се снабдуваат со оревно дрво од подружницата Демир Капија, раководителот на подружницата се ос-

врва на досегашната работа, истакнувајќи дека во изминатите години со мал проблеми успешно се снабдуваат пензионерите со оревно дрво. Така на ЗП Неготино му е испорачано 1500м просторија оревно дрво, даб и бука, на ЗП Кавадарци 2000 метри, на ЗП Кавадарци-инвалиди 600 метри и на ЗП Демир Капија 500 метри. На средбата тој го истакна своето задоволство од досегашната соработка со желба истата да продолжи и понатаму. И раководителите на здруженијата се задоволни од соработката и од ангажираната на раководителот и истакна дека испо-

Дебарските пензионери во посета на Албанија



банија, но исто така, со нив се овозможува и дружење меѓу пензионерите и нивна рекреација.

Во текот на посетата на Албанија, околу триесетина пензионери во Драч го посетија познатиот стар амфитеатар, во Круја го посетија познатиот Албански национален музеј и тврдината, во Скадар тврдината Розафа како и местото каде се спојуваат Бел и Црн Дрим, и секаде беа ин-

формирани за големото значење на посетените културно историски споменици. За време на посетата особено интересирање пензионерите имаа за Тврдината Розафа и за Музејот на Скендербег во Круја. Пензионерите ја посетија и Тирана, главниот град на Албанија.

Според Програмата пензионерите од ЗП Дебар и Центар Жупа до крајот на оваа година, ќе имаат уште една посета надвор од границите на Македонија и тоа во Косово.

Вјолца Садику

ЗП Бутел

Континуирани активности и успеси

ЗП Бутел континуирано и плански ги остварува зацртнатите задачи од Програмата за работа. Иако е мало здружение, тоа посебно се афирмира откако се регистрира под името **Здружението на пензионери од Општината Бутел**, кога ја интензивира соработката со локалната самоуправа и во тој однос навистина може да служи за пример во рамките на СЗПМ. Претседателот **Љупчо Димовски** истакнува дека Здружението со Општината има потпишано меморандум за соработка и ги наброја бенефитите што ги имаат пензионерите од ваквото регулирање на односите. Градоначалникот Петре Латиновски има посебен респект кон припадниците на третата добра и преку Советот на општината презема мерки за подобрување на квалитетот на животот



на пензионерите и во руралните средини, кои ќе имаат свое катче за дружење, за играње шах, карти и други заеднички игри. Во рамките на грижата за пензионерската популација може да се врши и неодамнешното отворање на „Жито“ маркетот до Полициската станица во кој заради пристапните цени, најредовни купувачи се пензионерите.

Во минатиот период ЗП Бутел оствари бројни активности и во рамките на СЗПМ, при што забележително учество имаше на републиките манифестации, а првенствено на ревиите на песни, музика и игри, и на спортски турнири на третата добра и преку Со

3П Крива Паланка

Компирајда 2014

На верскиот празник Митровден, оваа година по вторпат, се одржа манифестијата „Компирајда 2014“ во Крива Паланка. Организатори на настанот беа Активот на пензионерки од ЗП Крива Паланка и Клубот „Достоинство“ при Црвенот крст од градот кој исто така ја поддржува оваа манифестија за која постои желба да стане традиционална.

Како што кажува и самото име на настанот, манифестијата беше посветена на еден од главните зеленчуци од тој регион, компирот кој засема важно место во исхраната на луѓето од овие краеви. Пред голем број присусти, главно пензионерки, но и гости од околните градови и од сите генерации, се одвиваа двата дела на манифестијата. Првиот дел беше ревијален на кој вредните домаќинки ги покажаха своите знаења и умења во приготвување разни традиционални јадења, од кои некои се и подзaborавени, но и нови, направени од компир.

Б. Стојчевска

рувачки карактер се избираше најбрз луѓач на компир, најдолга излупена лушпа и најголем компир.

Празничната атмосфера беше надо-



полнета со убавите настапи на етно групата од Куманово, составена од пензионери, фолклорната група од Крива Паланка, како и песните испеани од познатиот македонски естраден уметник, исто така пензионер, Круме Спасовски. И оваа година, како и минатата ова беше еден убав и незаборавен ден за градот, а посебно за најстарите жители, пензионерите.

Б. Стојчевска

Здружение на пензионирани работници од ОВР на РМ

Во посета на убавините на Охрид

На осми ноември педесетина пензионери од Здружението на ОВР во раните утрински часови со автобус се упатија кон Охрид, за којзнае кој пат да се прошетаат низ градот, да ги посетат познатите убавини.



Уште од самото тргнување од Скопје дождот им беше постојан придружник. Но на овие пензионери кога ќе тргнат на некое патување расположението не може ништо да им го наруши, па ни дождот. Попатно застанаа на Стражка и за појадок се почетија со прочуените мекици.

И во прекрасниот Охрид ги пречека дождливо време, но најупорните се упатија да го посетат Плаошник и да го видат и почувствуваат и во вакво дождливо руво. Поголемиот дел пензионери прошетаа по чаршијата и покрај кејот, а потоа се сместија по кафулињата на самиот плоштад. А тој ден се празнуваше и Митровден, па неочекувано пензионерите присуствуваа на литургијата и прославата на овој верски празник што се одржа на плоштадот.

Околу пладне се упатија кон Свети Наум. Попатно го посетија новонаправениот комплекс, таканаречен Остров на коските и Музејот на вода. Заради врнежливото време, за жал, на ова место се задржаат многу кратко и не ги видоа и почувствуваат неговите вистински убавини.

При пристигнувањето на Свети Наум дождот за кратко престана, дури во еден момент се појавија и сончевите зраци и блеска прекрасната убавина на целосно обновениот комплекс што сите ги израдува. Попложени патеки, убаво уредени зелени површини, уредени дрвени бараки за продажба на сувенири, токму така како што требаше одамна да се среди овој наш бисер. Сите беа одушевени од црквата и целиот комплекс, од преубавиот пейзаж. Во хотелот на МВР, во пријатијот амбиент на ресторантот се посетија и на поминатите одмори во ова ниво некогашно летувалиште.

Во доцните попладневни часови екскурзијата се упатија назад кон Скопје. Сите велеа дека малку ќе дремат за да се одморат. Но, тие сепак се пензионери од МВР, тие секогаш се будни и спремни за дружба и песна. И овој пат тоа се потврди. Цело време по патот се ореше песна, шеги и смеа.

Соња Смилеска

Зимата може да почне

Најденици на Здружението на пензионери од Битола, кога критички се разгледуваат реализираните задачи, една од најексплоатираните беше темата за грижата на пензионерите и немоќни лица во Општината.

ЗИП Прилеп

Конкретни акции за поголема активност

По скоро двегодишните недоразбирања и поделби на табори во Здружението на инвалидски пензионери од Прилеп, сега во предизборието како да се "смирија" страстите.



По многуте укажувања за неактивноста веќе се презеда и конкретни акции за жаживување и на ова Здружение. Така дваесетина пензионери го искористија

Интензивни активности

Во Здружението на инвалидски пензионери и инвалиди на трудот БИП Битола се чувствува раздвиженост на вработените и повремено ангажирани лица кога се во прашање поголеми активности.

Иако, во својот годишен план и програма за работа Здружението настојува кон дадените обврски во целост да се посвети, се чини како посебно да се става акцент на одбележување на (неделата) – односно Денот на нивното Здружение, кое се одбележува секоја година.

Имено на 07.12.2014 година, Денот на Здружението на инвалидски пензионери и инвалиди на трудот БИП Битола, се организира средба на сродни Здруженија од целата земја, како и старосни, инвалидски и трудови инвалиди.

Во таа насока навремено се преземаат активности за несметано реализирање на оваа активност. Во организирање на севкупната активност е вклучен Активот на жени при Здружението на инвалидски пензионери и инвалиди на трудот БИП Битола, предводен од Виолета Настевска.



– Покрај редовните, секојдневни активности на Здружението, во овој период од годината, дејствувањето е насочено кон обезбедување и снабдување на нашите членови со огревно дрво и други продукти. Особено внимание посветуваме на неделата на Здружението. На 7-ми декември е убава можност, еднаш во годината да се оствари средба и дружење со сите пензионерски здруженија во Македонија. Наедно ова е можност за разменување искуства и решавање на тековните проблеми на кои наидуваат нашите штитеници, – истакнува

пријатното време за еднодневна посета на манастирот Свети Наум, Охрид и Поградец во соседна Албанија. Иако дел од нив повеќепати го разгледале Охрид и Езерото, тие сепак се воодушевуваат на знаменитостите најпрво на националниот парк Галичица на Преспанското, а потоа и на Охридското Езеро и манастирскиот комплекс. На враќање останаат без здив од убавините и спомениците на градот заштитен од Унеско.

– Првпат сум на крајбрежјето Поградец. Ме воодушевија, посебно изворите на Црн Дрим од другата страна на границата. Многу се гради и речиси се е ново – рече Кирил Дамески, пензионер од Тополчани – Прилепско.

Дел од пензионерите заедно со актуелниот претседател, Tome Магалоски, кој патем најави дека со новите избори се повлекува од претседателската функција, се интересираат за започнува-

ње на соработка со пензионерите од Прилеп и Поградец.

Во годинава што изминува преку ова Здружение на повеќемина членови им беа обезбедени околу 500 кубни метри дабови и букови огревни дрва, кои се плаќаат на рати. На дваесетина пензионери со пониски пензиски примања им беше доделена еднократна парична не-повратна помош од по 2000 денари. Беа организирани и еднодневни екскурзии до Дојран, Неготино, Кавадарци и Штип. За денот на инвалидските пензионери веќе се направени списоци за посета на Здружението во Битола.

Со поведувањето на градскиот автобуски превоз во Прилеп, Здружението се ангажира скоро сите членови да патуваат бесплатно на неколкуте линии со посебни книшки издадени преку оваа организација.

К. Ристески

Раде Ангелевски, претседател на Здружението на инвалидски пензионери и инвалиди на трудот БИП Битола.

Еднодневната средба ќе се одржи во ресторантот „Император“.

Д. Тодоровски

Кичево

Скопјани се поклонија на храбрата Ибе Паликуќа

Над 50 пензионери и пензионерки од скопските здруженија на пензионери Центар и Карпош го посетија спомен обележјето посветено на хероината од Дебар Ибе Шериф Паликуќа, во с. Премка.

Заедно со пензионерите од Скопје беа и Активот на пензионерки од ЗП Кичево кои заедно положија свежо цвеќе на спомен плочата посветена на младата Ибе Паликуќа која на 22.09.1944 година во тешка борба го даде својот живот за слободата.

– За борбениот пат во НОВ на Ибе Паликуќа говореше преставникот на Сојузот на борците од НОВ од Општина

ЗП Гази Баба

Постојана грижа за болните пензионери

Во изминатиот четиригодишен период, Здружението на пензионери „Гази Баба“, водеше и води непрекинат грижа за здравјето и стапнадарот на пензионерите. Здружението одвојува наменски средства за еднократна парична помош на болни и социјално загрозени пензионери, а кое има посебно значење оваа година, која е прогласена за солидарна. Во програмата на Здружението се предвидени и други активности, меѓу кои и посета на болни и изнемоштени лица што се спроведува во органите заедно со Активот на пензионерки. Со таквите лица се разговара и се споделуваат тешкотите со кои се соочуваат во секојдневниот живот.

Во овој период, доделени се 650,000 денари со исплатен персонален данок. Комисијата за здравствена заштита за периодот од 2011 заклучно со 2014 година има доделено помош на 180 пензионери. Висината на помошта изнесу-

ва од 3.000 до 5.000 денари, што што е регулирано во Правилникот донесен за оваа намена. Навидум скромно, но сепак ќе будат нивната надеж дека не се заборавени и препуштени сами на себе.

Претседателот на Комисијата за здравствена заштита, д-р Костадин Грековски смета дека еднократната парична помош ќе биде исплатена во вистински раце.

– Извршиот одбор, посебно вклопувајќи се во годината на солидарност додели еднократна помош и на неколку болни пензионери кои не ги исполнуваат условите од правилникот. Исто така, Здружението има постигнато договор со управата на Негорски Бањи, нашите пензионери да имаат можност да користат попуст врз основа на потврда издадена од Здружението од 10% и 20% во зависност од годишното време кога ги користат бањските услуги. – ни рече **Горче Андонов**, претседател на ИО на Здружението.

В. Пачемски

Манастирскиот комплекс Свети Ѓорѓи во село Кнежино каде пред присутните говореше членот на Извршиот одбор на СЗПМ Душан Ристески историчар од Кичево, кој меѓу другото истакна дека тука постои археолошки локалитет со базилика од 6-ти век и манастир од 13-ти век во кој се сочувани доста фрески од овој средновековен манастир. Пензионерите исто така ја посетија и Куќата на Уметноста која е во непосредна близина на село Кнежино и ја посетија богатата изложба на Мегународна ликовна колонија што традиционално се одржува секоја година во овој прекрасен предел во Западна Македонија. Пензионерите од Скопје го продолжија патот кон туристичкото крајбрежје на Охридското Езеро и духовниот комплекс Плаошник.

А. Ристеска

ТУРИСТИЧКА АГЕНЦИЈА И ПРЕВОЗ НА ПАТНИЦИ

НАК BUS



ПОНУДА ЗА ПЕНЗИОНЕРИ

ВРШИМЕ ПРЕВОЗ НА ОРГАНИЗИРАНИ ИЗЛЕТИ И ЕКСКУРЗИИ ВО ЗЕМЈАТА И ВО СТРАНСТВО

Во договор со Агенцијата можни се и збирни тури од неколку здруженија на пензионери

АГЕНЦИЈАТА НАК BUS ВРШИ И ТРАНСПОРТ НА ПАТНИЦИ ДО ПОВЕЌЕ ДЕСТИНАЦИИ ВО ЗЕМЈАТА И ВО СТРАНСТВО

контакт телефон: 044 331 587; 070 244 019

ЗП Кочани

Промовирани две книги на Јордан Јорданов

Во просториите на ЗП Кочани беа претставени две најнови книги на кочанчанецот Јордан Јорданов, инаку полковник во пензија, кој живее во Скопје. Кните се во издание на издавачката кука „Академски пе-чат“ од Скопје. Претставувајќи го авторот претседателот на ЗП Кочани Георги Серафимов истакна:

– Посебно сме среќни што можеме да бидеме дел од организацијата на промоцијата на нашиот сограѓанин, пензионерот Јордан Јорданов. За оваа цел ние обезбедивме простор и секоја средба со Јорданов не радува бидејќи тој ја наполни осумдесеттата година и се уште твори.



Кните ги претстави новинарот и публицист Мишо Китановски кој зборуваше за вредноста на овие две книги, посебно на книгата „Мегу постоенето и спомените“, затоа што тоа е книга за семејното стебло на Јорданов, кое се простира и во Македонија и во братска Словенија, од каде му беше и животната сопатничка.

Задовolen од посетата на промоцијата Јордан Јорданов го исказа задоволството од срдечниот прием на него.



ЗП Солидарност – Аеродром

Продолжување на семејната традиција

Животните патеки не водат во различни правци. Некои од нив се раздиваат, некои се вклучуваат. Патот на Киро Бошковски е пример за второто. Роден е во 1952 година во село Слепче, Прилепско. По завршувањето на Воената академија професионалниот ангажман го започнува во тогашната ЈНА, за да го продолжи во Армијата на Република Македонија, каде што се пензионира како потполковник. И тука би ја завршиле штотуку започнатата старија за него, ако Киро Бошковски немаше и се уште има една голема љубов што го следи сиот живот – гајдата. Претпладните војници – попладните и во сето слободно време свирач на гајда. Талентот, љубовта и првата гајда ги наследил од својот татко којшто се думдесет години другарувал со овој инструмент.

Киро Бошковски со гајдата уште за време на активната служба учествувал на разни културни манифестации во земјата и во странство, а на Фестивалот „Пеце Атанасовски“ во Долнени, како соло, дуо и трио гајда, се закитил со на-

гради во сите три категории. По пензионирањето најго повеќе време за своето хоби и „вакуумот“ што настанува во сејчиј живот, тој не го почувствува благодарение на гајдата и вклучувањето во тогашното ЗП Кисела Вода, каде што станува член на Комисијата за културно-забавен живот. Денес тој е претседател на огранок и на Комисијата за културно-забавен живот во ЗП Солидарност – Аеродром, а наедно ја организира и ја води музичката секција. Организатор е и непосреден учесник во бројни културно-забавни активности на Здружението, кое со својата фолклорна и пејачка група постигна забележителни успехи на регионалните и на Републичката ревија на песни, музика и игри, како и на манифестиците: Илинденски денови – Битола, Илинденски денови – Крушево, Балканскиот фестивал во Охрид и други.

Средбите на музичката секција во Здружението секогаш се работни – се вежба репертоарот за секој следен настап со гајда, кавали и тапани. Се свират акордите на македонскиот мелос од

сите краишта на државата. Сепак, Бошковски има свои омилени мелодии. Тоа се ората: Тешкото, машкото за рамо и женското невестинско, прилепско.

Кога стана збор за гајдата дознавме дека Киро имал искуство и со шотска-та гајда за којашто вели дека е преферирана во однос на македонската која што е далеку помелодична. Во тој контекст, истакнува дека на македонската гајда, според него, симболот на Македонија и душата на македонскиот народ, потребно и е поголемо внимание, на некој начин реклами и поголема афирмација, за младите да ја продолжат традицијата на најстариот македонски музички инструмент. Лично, се надева, дека неговите внучиња, Димитар и Кирил, ќе ја продолжат семејната традиција на Бошковски – свирењето на гајда.

Л.Пандева

За своите настапи по разни поводи каде учествува и Пејачката група при ЗП на Охрид и Дебрца, Велика има добиено бројни признанија и благодарности, како и од Охридското здружение, поради нејзината уникатност и раритет во негувањето на извornата народна песна, не само од охридскиот регион, туку и пошироко во Република.

Интересно е да се спомне и фактот што Велика, со зачлеувањето во Пејачката група при ЗП Охрид и Дебрца, во истата година, активно се вклучува и во Спортската екипа. Без малку десетина години, се натпреварува на општинско и регионално ниво, како и неколку пати на Републиката спортска пензионерска олимпијада. Имала особено добар успех во дисциплините пикадо и влечење јаже. Најголем спорчки успех е и освојувањето на првото место во дисциплината пикадо на Републиките спортски пензионерски натпревари и второ место во дисциплината влечење јаже.

Покрај пењето и спортскиот дух, Велика е добродушна, комуникативна и секогаш, па и на улица, е подготвена да ви запее барем еден стих, од нејзиниот богат репертоар.

К. Спасески



ги пее во придружба на гајда со познатиот гајдаџија од Белчишта – Дебрца, Цветко Блажески. Нејзиниот настап секогаш е карактеристичен по народната носија од поднебјето од каде што припаѓа и народната песна. Не само во Охрид, Наостоска е популарна во регионот на Дебрца, од каде што и потекнува, поточно од селото Мраморец. Музиката и пењето на фамилијата Наостоски во родното село на Велика е стара и долга традиција, која денес покрај неа, ја негува и познатиот хармоникаш, нејзиниот син Цветко Наостоски, и нејзините внучиња, за кои доправа ќе се слушне.

Чаката умешност да се направи во прилуката на гајда со познатиот гајдаџија од Белчишта – Дебрца, Цветко Блажески. Нејзиниот настап секогаш е карактеристичен по народната носија од поднебјето од каде што припаѓа и народната песна. Не само во Охрид, Наостоска е популарна во регионот на Дебрца, од каде што и потекнува, поточно од селото Мраморец. Музиката и пењето на фамилијата Наостоски во родното село на Велика е стара и долга традиција, која денес покрај неа, ја негува и познатиот хармоникаш, нејзиниот син Цветко Наостоски, и нејзините внучиња, за кои доправа ќе се слушне.



Илија Миноски, признат сликар-акварелист

Средба со повод

Средбата со овој прилукски и македонски сликар ја направише на неговата ликовна изложба во галеријата на ЦК „Марко Чепенков“. Миноски се претстави на прилукската ликовна публика со 25 акварели. Овојпат на неговите слики претставени се пејсажи и каменити масиви на Марковите Кули. По многуте самостојни и заеднички изложби во Македонија и надвор од неа како во Србија, Бугарија, Грција и други земји, овој 77 годишниот пензионер ги сликаше надалеку познатите Маркови Кули, доближувајќи им ги на љубителите на уметноста.

– Со едно чудно волшебство, смреност и скромност и со само нему својствен суптилен начин ги создава овие неповторливи дела, колоритни пејсажи, во кои се препознава неговото сликарско мајсторство и уметни-

чка умешност да се направи во прилуката на гајда со познатиот гајдаџија од Белчишта – Дебрца, Цветко Блажески. Нејзиниот настап секогаш е карактеристичен по народната носија од поднебјето од каде што припаѓа и народната песна. Не само во Охрид, Наостоска е популарна во регионот на Дебрца, од каде што и потекнува, поточно од селото Мраморец. Музиката и пењето на фамилијата Наостоски во родното село на Велика е стара и долга традиција, која денес покрај неа, ја негува и познатиот хармоникаш, нејзиниот син Цветко Наостоски, и нејзините внучиња, за кои доправа ќе се слушне.

– Не мислам да запрам со сликање. Додека можам да ја држам четката во раката и додека можам да ја мрдам, ќе сликаам. Имам идеи за нови пејсажи, нови тематски предизвици, се разбира, во мојата, за многумина тешка техника – акварелот – изјави Миноски на отворањето на неговата изложба „Маркови Кули“.

Минатата година овој познат и признат мајстор на акварелот, Илија Миноски, ја доби третоноемвриската награда за животно дело на градот Прилеп.

К.Р.



ЗП Куманово

Пензионерите уметници за својот град

ЗП Куманово и оваа година ја организира традиционалната манифестија „Пензионерите за својот град“, при што во фоајето на Домот на културата „Трајко Прокопиев“ беше отворена и ликовна изложба на дела создадени од кумановските пензионери. Со свои ликовни дела на оваа импозантна средба на пензионерите, на која присуствуваше и претседателот на СЗПМ Драги Аргировски, се претставија поголем број сликари пензионери. Борис Арсовски повеќе од 20 години слика во графика, туш или молив, со мотиви на стара архитектура, шетајќи низ Македонија создава нови дела релаксирајќи се главно во слободното време. Сликите ги подарува на своите пријатели по разни поводи и пригоди.

Драган Глигоровски на изложбата се претстави со 7 слики на хамер инспириран од убавината на разновидни цветења. Со боици – моливи, многу прецизно и колоритно се пренесени убавините на природата, во спрека со просторот. Будимир Стојковски – Љубче, како член на ДЛУК учествувал на многу групни изложби во Куманово и Скопје, а има добиено повеќе награди. Неговите слики се верен приказ на архитектурата на некогашно Куманово. Милорад Младеновски за првпат излага на оваа изложба, слика од најрана младост разни пејсажи, портрети и во повеќе техники, масло на платно, графики и друго. Реди Исенци од Матејче, истака, пр-



внат се појавува и се претстави со 4 слики. Инаку прва самостојна изложба му била 1968 година во Прешево, 1969 и 1971 во Куманово, Скопје и Белград. На групни изложби учествувал во многу градови на поранешна Југославија, ликовни колонии и јавни публикации. За својата долгогодишна плодна работа има добиено повеќе признанија, а во 1995 година добитник е на Ноемвриската награда на град Куманово. Пере Додевски со задоволство слика откако е пензионер, учествувал на групни изложби на самоуки, слика во разни техники и мотиви и своите дела ги подарува на своите блиски роднини и пријатели. Тој го наслика и портретот на патронот на КУД „Гоко Симоновски“ и сликата му ја подари на ЗП Куманово.

Сликањето на овие ентузијасти им претставува забава и задоволство, исклучувајќи ја материјалната страна, што всушност и во практика го докажуваат.

С.Л.

Дванаесетти Меѓународен Салон за најдобар стрип

„Златен стрип“ за Богдан Николиќ

Во рамките на проектот „Дневен центар за стари лица и центар за давање помош во домашни услови“ во Црвен крст на град Скопје, една од активностите која веќе 1 година континуирано се реализира е сликарската работилница. Секој четврток учествуваат и создаваат уметнички творби 13 та-



ваши и Богдан Николиќ, како претставник од сликарската секција, кој изработи стрип една од најсофисицираниите изработки, односно производи на сликарската работилница. Во стрипот главен јунак е Јордан Хаџи Константинов – Цинот. Со изработката на стрипот и учеството на натпреварот, Богдан Николиќ се здоби со Златен стрип, специјална награда за учество на конкурсот за стрип на 12-ти Меѓународен Салон за најдобар стрип во Велес. Со оваа активност на Дневниот центар уште еднаш се докажа дека лицата во трето доба можат успешно да учествуваат во сите разновидни активности на општеството и да даваат свој значаен придонес.

Т. Обрадовик

лицата во трето доба можат успешно да учествуваат во сите разновидни активности на општеството и да даваат свој значаен придонес.

Т. Обрадовик

лицата во трето доба можат успешно да учествуваат во сите разновидни активности на општеството и да даваат свој значаен придонес.

Т. Обрадовик

лицата во трето доба можат успешно да учествуваат во сите разновидни активности на општеството и да даваат свој значаен придонес.

Т. Обрадовик

лицата во трето доба можат успешно да учествуваат во сите разновидни активности на општеството и да даваат свој значаен придонес.

Т. Обрадовик

лицата во трето доба можат успешно да учествуваат во сите разновидни активности на општеството и да даваат свој значаен придонес.

Т. Обрадовик

лицата во трето доба можат успешно да учествуваат во сите разновидни активности на општеството и да даваат свој значаен придонес.

Т. Обрадовик

лицата во трето доба можат успешно да учествуваат во сите разновидни активности на општеството и да даваат свој значаен придонес.

Т. Обрадовик

лицата во трето доба можат успешно да учествуваат во сите разновидни активности на општеството и да даваат свој значаен придонес.

Т. Обрадовик

лицата во трето доба можат успешно да учествуваат во сите разновидни активности на општеств

Покренување иницијатива до Министерството за здравство на РМ во програмите за рана детекција на малигните заболувања, покрај рак на грлото на матка, рак на дебелото црево и рак на дојка да воведе и

Програма за рано откривање на рак на простата

Согледувајќи го ракот на простата кај машката популација како најчест вид рак и како исклучително сериозен здравствен проблем, иницијативна работна група под раководство на Институтот на социјална медицина на Медицинскиот факултет во Скопје, ја покренува иницијативата претставена во насловот – програма за рано откривање на рак на простата во РМ.

Како ображение на оваа иницијатива се наведуваат податоци за рак на простата, и споредбено за рак на дојка како најчест вид рак кај женската популација, кои се однесуваат на Европа–40 земји (Е–40), Европската Унија (ЕУ–27), и Македонија (РМ) публикувани од Меѓународната агенција за истражување на ракот при СЗО во European Journal of Cancer (49, 26.02.2013 стр. 1380–1388). Овие податоци претставуваат предвидување (прогноза) за дијагностицирани случаи на појавата на овие видови рак (инциденција), и за умирање од истите дијагнози за 2012 година, пресметани на 100.000 жители.

Инциденција за рак на простата (C61)

E-40	96,0
ЕУ-27	110,8
РМ	43,7

Умирање од рак на простата (C61)

E-40	19,3
ЕУ-27	18,9
РМ	23,5

Според овие предвидувања за 2012 година на Меѓународната агенција за истражување на ракот при СЗО, се гледа дека стапката на умрени од рак на простата во РМ е за околу 18–20% повисока од просекот на Е–40 и ЕУ–27, додека инциденцијата – новооткриени односно дијагностицирани случаи на рак на простата е повеќе од 50% помала од просекот на Е–40 и ЕУ–27. Индиректно може да се претпостави дека раното откривање на рак на простата во РМ е на недоволиво ниско ниво во споредба со состојбите во Е–40 и ЕУ–27 и затоа смртноста во РМ е значително повисока.

Според предвидувањата на истата Агенција на СЗО, рак на дојка во РМ во 2012 беше дијагностициран на приближно исто ниво како во Е–40 и ЕУ–27, но смртноста е за околу 50% повисока од состојбите во Е–40 и ЕУ–27. Како и за простата, и за дојката може да се претпостави дека раното откривање на ракот на дојка во РМ е уште понезадоволително во споредба со Е–40 и ЕУ–27.

Согледувајќи ги овие состојби како и можностите за рано откривање на најчестите малигни заболувања кај машката и женската популација во РМ, иницијативната работна група го поднесува предлогот цитиран во насловот, со очекување дека ќе биде усвоен заедно со веќе прифатените програми за рана детекција на рак на грлото на матката, дебелото црево и дојка.

Група пензионери

Во детергентите има опасни хемикалии

Дали знаете дека воздухот во домаќинствата може да биде два до пет пати повеќе загаден отколку воздухот надвор? Знаете ли дека во просек во вашиот дом може да се наоѓаат 10 до 30 килограми токсични материјали? Се прашувате сигурно каде и како е можно тоа? Одговорот е единствен: тие се наоѓаат секаде – од пластичните амбалажи и средства за чистење и перење во домот, до градинарски пестициди и губрива. Меѓу главните причинители на загадување на животниот простор, велат истражувачите, се производите кои секојдневно ги употребуват за чистење во домаќинството, бидејќи тие често содржат агресивни и токсични хемикалии на кои несвесно се изложуваат не знајќи какви последици можат да имаат за вашето здравје. Така, овие средства се поврзани со појава на алергии и астма, иритации на кожата, неправилна работа на ендокрините жлезди, дури и на неколку вида карцином. Еден од најагресивните производи се и детергентите за чистење и перење на облеката.

Според американските истражувања, просечно семејство неделно испурува околу 40 килограми алишта. Тоа се 35 милијарди перења годишно или 17,5 милијарди чаши дetergent за алишта само во САД. Таа количина, освен што го загрозува здравјето, претставува и сериозен проблем за околната.

Затоа, ако употребувате комерцијални детергенти, морате да бидете свесни за опасноста од хемикалиите во нив. Помогујте таквите хемикалии е натрумум-виот лаурил сулфат (СЛС) или натриум-лаурил сулфат (СЛЕС). Оваа хемикалија ја содржат речиси сите комерцијални детергенти, но исто така и производите за коса, геловите, сапуните, кремите за раце и подлогите за шминка. Има 16.000 истражувања кои предупредуваат на неговата штетност. Оваа состојка може да предизвика иритација на очите, труење на внатрешните органи, да ја поткопа работата на репродуктивниот систем и друго, а е и невротокнична, пречи во работата на ендокрилниот систем, предизвикава биохемиски и промени на клетките, разни мутации, па дури и рак.

Според истражувањата, детергентот за алишта содржи 1,4-диксан. David Steinman, активист за заштита на око-



лината, од 2007 година изведува истражувања на присуството на оваа состојка во производите за домаќинство. Шокантните резултати покажуваат дека многу популарни брендови на шампони, лосиони, па дури и производи за бебиња, го содржат овој спој. Меѓу нив се и некои брендови за органска козметика. Овој спој може да предизвика рак, и тоа според е и од пестицидите.

Во детергентите има и фосфати. Фосфатите се забарнети во земјите членки на ЕУ, но прашање е, дали е така во нашиот регион. Многу се популарни во детергентите за облека поради својството на чистење и омекшување на водата. Причинуваат нуспојави во облик на пролив, мачнина и иритација на кожата. Загрижува и нивното влијание на околната. Тешко е да се прочисти водата од нив, па често завршуваат во реките и езерата, каде го уништуваат животинскиот и растителниот свет.

Останати загрижувачки состојки на кои треба да обратите внимание кога купувате детергенти и други производи за чистење, но и за нега:

• **обелувачи**, кои можат да предизвикаат мутации на бактериите и алергиски реакции

• **вештачки мириси**, поврзани со труење на риби и животни, како и алергиски реакции кај лубето.

Се разбира дека сето ова не значи дека не треба да се користат детергенти за перење. Треба да се користат, но не тешко да се претерува со нивно користење, како и на други средства за хигиена во домот. Користете средства кои порано биле користени за чистење како што е оцет, сода бикарбона, домашен сапун, пепел и друго и имајте го сето ова на ум за да се заштитите себе, вашите домашни, но и околната во која живеете.

Т.Г.

Митови за витамините

Витамините се корисни, а од корисното секогаш треба повеќе.

– Повеќето луѓе не сфаќаат дека не-ма вистинска корист ако земаат повеќе од препорачаните дози витамини и минерали и не се свесни дека тие можат да им наштетат, – вели д-р Џоана Дајајар од Националниот здравствен институт на САД. Тоа особено се однесува на витамините растворливи во масти, кои се акумулираат во организмот (А и Д во црниот дроб, Е и К – во масните ткива). Ако го изедете целиот црни дроб на популарна мечка, можете да умрете од предизвикателство со витамин А, а вишокот на витаминот D во организмот доведува до неочекано висока содржина на калциум во крвта што го оштетува срцето, бubreзите и другите органи. Истражувања од 1994 година покажуваат дека пушачите кои земаат пополно време бета-каротин (провитамин A), се изложени на поголем ризик од рак на белите дробови. Витаминот Е го зголемува крвниот притисок, а во комбинација со некои лекови спречува коагулација. Витамините и минералите комуницираат едни со други. Ако земате премногу витамин Е, тогаш поштошко се преработува витаминот К. Високите количини на витамин А ја зголемуваат потребата на организмот од витамини С и В1. Исто тоа важи и за минералите. Ако земате повеќе железо, го уништувате организмот од цинк.

Познато е дека сите потребни витамини ги добиваме од храната – ако јадеме разновидно овошје и зеленчук преку целата година, ако дишеме чист воздух, ако приемеме изврска вода и не сме под стрес. Според здравствените експерти само 3% од лубето живеат и се хранат вака здраво. Содржината на витамини во овошјето и зеленчуцот зависи од сезоната, од почвата, од тоа дали е свежо или е транспортирано со километри. Овошјето и зеленчуцот од гладени во стаклени градини се посиромашни со витамини и минерали. Еден

плод губи околу 30% од содржината на витаминот С кога ќе отстои 3 дена во фрижијдер. На собна температура се намалуваат за 50%. Некои витамини се губат при термичка обработка, на пример витаминот С, а други, како витаминот B2, се уништуваат под дејството на светлината. Загадениот воздух ја зголемува потребата од витамини, а да не зборуваме за пушчењето: една цигара уништува до 100 мг витамин С во организмот. Затоа за да ги обезбедиме потребните количества витамини од храната мора да јадеме многу повеќе. За да прифатиме доволно витамин B1 – 1,5 мг на ден, – треба да изедеме 700–800 г леб, а за да се набават потребните 200 мг (или 600 IU) витамин D, треба да испиете десет чаши млеко. Во 100 г сок од јаболко има околу 2 мг витамин С. За да си ја обезбедите дневната потребна доза од 65 мг, треба да испиете 3 л сок.

Кога треба да се земаат витамините? Некој ги пијат најтурно на гладно. Други навечер пред спиење. Не се лекови, па многумина мислат дека може да се земаат во кое било време. По ова прашање експертите се едногласни – витамините се пијат непосредно пред, по или за време на оброк.

– Речиси сите адитиви треба да се прифатат со храна за оптимална апсорција, бидејќи состојките влијаат едни на други.

– Ако земате витамини растворливи во масти како А, Д, Е или К, тогаш е потребно во јадењето да има масти кои ќе помогнат при апсорбирањето. Ако ги пијат на гладно, некои витамини може да го ириратат желудникот, – предупредува таа.

Исто така, некои витамини се губат при готвењето. Но, не сите. Експеримент, направен во 2009 година од Институтот за прехранбени истражувања во САД, покажува дека човечкиот организам апсорбира околу 5% од бета-каротинот од еден сиров морков. Кога е варен, овој процент отскокнува на 60, а

кога е претходно бланширан и потоа вариен – до 90%.

Познато е дека витаминот А е корисен за очите. Бета-каротинот, кој им дава портокалова боја на морковите, се трансформира во витамин А во телото. Затоа, колку повеќе моркови јадеме, толку подобро ќе гледаме. Не е баш тајка. Витаминот А е важен за очите, не-достигот може да доведе до слепило – но тој воопшто не помага при кратковидност или далековидност. Колку моркови јадеме, видот нема да се подобри, а реален недостиг на витамин А, кој може да предизвика пречки во развојот, во развиенот свет речиси не се скрекава. За сметка на тоа во развиените земји секоја година имаат половина милион деца го губат видот поради недостаток на витамин А во храната. Но и таму морковите не се опција – светските организации бараат потраен и лесен за одгледување зеленчук, на пример слатките компирни, кои се богати со бета-каротин, не помалку од морковите.

Во 70-тите години на двадесеттиот век нобеловецот Линес Полинг го популяризира тврдењето дека витаминот С штити од лесната вирусна инфекција која не малтретира во текот на студените месеци. Сега тоа го сметаме за аксиома. Но во 2007 година била направена анализа, која опфаќа децении истражувања и докажува дека витаминот С нема суштинска улога во спречувањето на настинката. Единствено што прави витаминската терапија е да го скрати времето на настинка – со еден ден во годината кај возрасните и четири дена – кај децата. Овој ефект не може да не натера да го приеме во текот на целата година, ако не беат другите негови вредности. Истражување на Калифорнискиот универзитет во Лос Анџелес, спроведено во 1992 година, открива дека 800 мг витамин С на ден може да продолжи животот со 6 години!

Што е точно, а што не е? Како и да е внимавајте и не претерувајте со земање витамини, како и со с друго.

М.Д.

Пет најголеми грешки кои ги прават лубето кога ќе се разболат

Здравјето е најважно нешто кое треба да го чуваме постојано, но најчесто за него почнуваме да се грижиме дури кога нешто ќе ни се случи. Со цел што побрзо да се дојде до оздравување, многумина прават грешки кои не само што можат да го одолготољат и спречат оздравувањето, туку може да се предизвикаат и поголеми проблеми. Ова се петте грешки кои најчесто ги правиме кога сме болни, а не би требало да ги исправиме.

1. Преногујте на носот – Се чини логично, зарем не? Кога сте настинати или ви тече носот, трошите повеќе од десетина ролни хартија за што побрзо да ја „исфрлите на настинката“. Сепак, силното „дување на носот“ ќе донесе моментално олеснување, тоа може да доведе до тоа да „повлечете“ во синуси течност/слуз која содржи бактерии. Решение? Кога ќе го дувате носот, правете го тоа нежно и полека и не-можте при тоа да ги стискате носните.

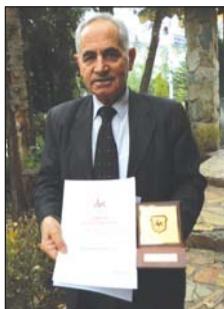
3. Земате стари антибиотици – Дали од лекарот еднаш сте добиле рецепт за антибиотици, но не го потрошите целото пакување? Сигур

Димитар Илиевски, добитник на наградата „13 ноември“ за животно дело

Половина век во врвот на шахот

Интернационалниот шаховски мајстор Димитар Илиевски е еден од најпознатите македонски шахисти кој достигнал врвни успеси и надвор од земјата, а шахот уште од мали нозе го носи во душата. Тој е најстар шаховски мајстор во нашата држава (од 1971 година) кој педесет години е во врвот на шаховската игра и 60 години не се одвојува од шаховската табла. Животната определба докрај да му се посвети и да му остане верен на шахот, покрај многуте признания и награди што ги добивал досега, му ја донесе и најголемата и најдрага награда „13 ноември“ за животно дело. Најдобриот шахист и активист во Здружението на пензионери ОВР Скопје, видно возбуден, со треперлив глас изјави дека оваа награда има посебно значење бидејќи доаѓа од најкомпетентната спортска асоцијација – Сојузот на спортивни на Скопје, а ја добива по историски повод и токму на Денот на ослободувањето на градот Скопје, кој е најмногу врзан за неговите успеси.

– Неизмерно сум радосен и среќен на ова признание кое значи сублимирање на моите успеси што сум ги постигувал во шахот. Сиот живот сум го посветил на шаховската игра и затоа наградата ми е уште подрагоценна. Но, нејзие најмногу ќе и се радуваат моите внуци на кои Плакетата веднаш ќе им ја дадам и оставам во аманет да ја чуваат и да се сеќаваат на моите победи, – вели Илиевски. Македонската легенда во шахот оваа игра почнала да ја игра уште на 12 години во Битола, а веќе во 13-тата ги освоил петта, четвртата, третата и втора категорија, а на 15 години е втор на сениорското првенство во Битола. Веќе наредната година избива на првото место, кое го презема од неговиот постар брат, познатиот македонски шахист Борче Илиевски. Во 1961 година Димитар бил сениорски првак на Битолска околија (Битола и Прилеп), а во 1966 година станува вицешампион на Македонија. Од година во година се редат успеси на домашен и на меѓународен план. Така, во 1969 година станува првак на Скопје, а во 1971 го повторува



ва овој успех и стекнува право на учество на Петтиот меѓународен турнир – „Средба на солидарноста“, кога ги освојува титулите: југословенски шаховски мајстор, фиде мајстор и прв бал за титулата интернационален мајстор. Со освоените 180 рејтинг поени избива на прво место на македонската рејтинг листа и го зазема 120-тото место во светот. Тогаш е прогласен за најдобар шахист на Македонија. Во периодот од 1977 до 1984 година, седум години настапувал на прва табла за шаховската репрезентација на Македонија на турнирите на републиките и покраините, а во 1977 година ја предводел шаховската репрезентација на Македонија во дотписен шах. На повеќе меѓународни турнири неколку пати ја има натфрлено нормата за интернационален мајстор. Во својата богата шаховска кариера играл и победувал познати наши и светски шахисти. Исто така, тој е рекордер во Македонија по бројот на одиграни шаховски симултанки (повеќе од 250), а во Скопје има одиграно симултанка на 58 табли. Димитар бил шаховски тренер, шаховски судија и коментатор на партии на Шаховската олимпијада во Скопје 1972 година, а го коментирал и мечот за светски првак помеѓу Борис Спаски и Роберт Фишер 1972 година. За време на работниот век бил на одговорни раководни работни места и постојан бил општествено активен. Во позитивните карактеристики особини вградена му е и хуманата димензија, најмногу изразена во дарување крв. Илиевски 53 пати досега ја испружил својата рака за да ја даде драгоцената течност и да спаси нечии живот. Неговата активност е мошне забележителна и во Здружението на полициските пензионери во кое веднаш се вклучил по пензионирањето 2005 година. Посебно се афирмировал како член на Комисијата за спорт и рекреација и како учесник во шаховските натпревари. Како врвен познавач на шахот повеќе пати ја делел правдата на шаховското поле на пензионерските спортички натпревари на регионално и републичко ниво.

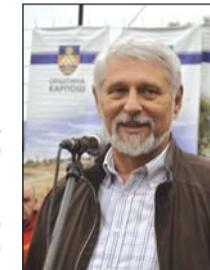
М. Димовски

Спортски пензионерски игри во Општина Карпош

Традиционално натпреварување и дружење

По повод Денот на Општината, во организација и под покровителство на Општина Карпош на 8-ми ноември, на фудбалското игралиште „Алумина“ се одржаа Спортските пензионерски игри. Врнежливото време не ги спречи пензионерите од ЗП Карпош и ЗП Тафтичице, да си ги одметнат силите во петте спортски дисциплини и тоа: во пикадо, трчање (60 метри жени и 80 метри мажи), фрлање гуле тегнење јаже и скок во далечина (мажи). На оваа општинска пензионерска манифестација учествуваа 80 натпреварувачи, а поддршка им давала над 250 навивачи. Присутните ги поздрави и игрите ги отвори градоначалникот на Карпош, Стевче Јакимовски кој истакна дека е среќен што е меѓу пензионерите затоа што има континуирано добра соработка со двете здруженија, а се надева дека за девет години и тој ќе стане дел од овие натпревари и дружења.

Иако во неповолни временски услови, на игрите се постигнаа резултати за респект, што зборува за добрата физичка подготвеност и виталност на учесниците. Според раководителот на Одделението за спорт и култура, д-р **Патрик Поповски**, евидентирани се следните поединечни и екипни победници: во **пикадо** во машка конкуренција прво место освои Борче Здравковски, второ Миле Димитровски и трето Живко Велjanовски. Во женска конкуренција најдобра беше Божана Божинова пред Ратка Илиоска и Виолета Нестороска. Во **трчање на 60 метри**, најбрза беше Љубица Петрушевска, втора беше Верка



од ЗП Тафтичице, додека во машка конкуренција екипата на ЗП Тафтичице беше подобра од екипата на ЗП Карпош.

Градоначалникот Стевче Јакимовски им ја честиташе победата на најдобрите поединци и им врачи пригодни призери.

М. Димовски

ЗП Кочани

Пензионерите - спортисти кај градоначалникот

Бо Пензионерскиот клуб кај Колор, се одржа традиционалната средба на дваесетина пензионери спортисти од ЗП Кочани, кои на Републичките спортски игри



во Тетово освојиа златни, сребрени и бронзени медали, со градоначалникот на Кочани, Ратко Димитровски.

– Спортиите активности се составен дел во работењето на ЗП Кочани. Во текот на годината организираме општинс-

ки натпревари, а најдобрите учествуваат на регионалните спортски натпревари. Оттаму ги регрутраме најдобрите спортисти-пензионери по дисциплини, истакна пред пристапните **Горги Серафимов**, претседател на кочанска пензионерска организација. Исто така, тој истакна дека на спортски план ЗП Кочани во текот на годината соработува и со ЗП Кавадарци преку двомеч на натпревари во повеќе спортски дисциплини на средбата која вообщувајќи се одржува пред Републичките спортски пензионерски натпревари. Годинава средбата се одржа во Кавадарци. Серафимов, потенцираше и соработката со ЗП Центар од Скопје со кое одржуваат шаховски двомеч во Кочани за Петровден и во Скопје за Денот на ослободувањето на Скопје, 13 ноември. Градоначалникот на Кочани **Ратко Димитровски**, им честиташе на пензионерите спортисти за освоените медали во Тетово, истакнувајќи ја успешната соработка на Општина Кочани со Здружението на пензионерите. Димитровски ја исказа подготвеноста за прифаќање на сите иницијативи кои доаѓаат од ЗП Кочани на културен и спортски план, се разбира во зависност од можностите на општината.

К. Герасимов

КМ МАРЈАН ДООЕЛ СКОПЈЕ

Ул. Водњанска бр. 60

Тел. 02/3 223 392 ; 02/3 223 786

www.kmmedical.com.mk

1.550,00 ден.

1.199,00 ДЕН

ЗГЛОБЕН МЕРАЧ НА
КРВЕН ПРИТИСОК
АЕГ (ГЕРМАНИЈА)

AEG

АВТОМАТСКИ МЕРАЧ
НА КРВЕН ПРИТИСОК
СО НАДЛАКТИЦА
АЕГ (ГЕРМАНИЈА)

500,00 ден.
ГРАТИС

МЕРАЧ НА
ШЕЌЕР ВО КРВ
МЕДИСАИН
ММ1000 +
50 ТЕСТ ЛЕНТИ +
ЛАНЦЕТИ

900,00
ДЕН.

КОНЦЕНТРАТОР
НА КИСЛОРОД –
ЗАМЕНА ЗА
СТАРИТЕ БОЦИ
СО КИСЛОРОД



AEG

elettroplastica



ЕЛЕКТРИЧНО
КЕБЕ ЗА
ЗАТОПЛУВАЊЕ
ВО ЗИМСКИТЕ
ДЕНОВИ

ЈОНИЗАТОР ЗА
ПРОЧИСТУВАЊЕ
НА БАКТЕРИИ И
ВИРУСИ ОД
ЗАГАДЕН ВОЗДУХ
ЕЛЕТРОПЛАСТИКА
ИТАЛИЈА

ИНФРА
ЦРВЕН
ТЕРМОМЕТАР
ЗА ЧЕЛО И
УВО АЕГ

AEG

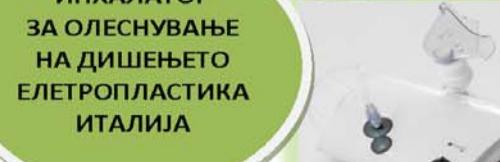
ДИГИТАЛЕН
ТЕМОМЕТАР
АЕГ 4904



АЕГ

ИНХАЛАТОР
ЗА ОЛЕСНУВАЊЕ
НА ДИШЕЊЕТО
ЕЛЕТРОПЛАСТИКА
ИТАЛИЈА

elettroplastica



ИНХАЛАТОР
СО ДЕТСКА
АПЛИКАЦИЈА

ИНХАЛАТОР
ЗА ОЛЕСНУВАЊЕ
НА ДИШЕЊЕТО
ЕЛЕТРОПЛАСТИКА
ИТАЛИЈА

еlettroplastica

10 % попуст за пензионери



ЗАНИМЛИВОСТИ

Непознати факти за Никола Тесла

• Иако Тесла има 112 патенти регистрирани за време на неговиот живот во САД, починал без скршена парва и во релативна анонимност на 7 јануари 1943 година, на возраст од 86 години во соба број 3327 во Њујорк Хотел. Урна со пепелот на Тесла најнапред сечувала на њујоршките гробишта, а 1951 пренесена е во Белград каде се чува и во Музејот „Никола Тесла“ кој се наоѓа на Кунска улица.

• Покрај многубројните негови изуми за кои некои сметаат дека се многу позначајни од сите изуми кои се пронајдени за сите години по неговата смрт, имал и некои чудни идеи и нерационални размислувања и експерименти со кои бил опседанат. Меѓу неговите екстремни идеи се создавање на „пиштол на честички“ или „смртоносен зрак“. Овие идеи му донеле репутација на личност која се наоѓа некаде на средина меѓу гениј и луд научник.

• Тесла ретко спиел. Тој тврдел за себе дека никогаш не спиел повеќе од 2 часа, а му се случувало да работи и цели 84 часа без одмор.

• Како релативно стар во времето кога се населил во хотелот во кој и починал сосема сам, имал обичај да шета по ќујоршките паркови и да спасува повредени гулаби, кои потоа ги негувал и кога ќе оздравеле ги пуштал на слобода. Во врска со ова негово хоби тој го замолил готвачот од хотелот да приготвува посебен микс од семиња со кои ги хранел настраданите гулаби. Тесла бил уверен дека рецептот еден ден ќе го продаде да се произведува и дека со него ќе заработи многу пари.

• Тесла бил вегетаријанец. На крајот од животот се ограничил на така наречена „эмисија дијета“ од само млеко, мед, леб и зеленчукови сокови.

• Во животот, Тесла бил обземен од екстремна аверзија кон бактериите, и јадел само храна која била варена.

• Според некои истражувања Тесла особено мразел бисери, а се „плашил“ да допре коса, особено женска.

• Според Маргарет Ченеу, автор на книгата „Тесла: Човекот надвор од времето“, тој наводно, имал фотографска меморија, и можел да запамети цела книга. Таквата меморија била резултат на тоа што тој постојано ги стимулирал мозочните клетки масирајќи ги прстите на нозете, понекогаш и 100 пати во ноќта на секоја нога!



СКАНДИ	ГРАДАЦИЈА НА МОТОРНО МАСЛО	МАШКО ИМЕ НА ГАЛЕНО (РИСТЕ)	БОГ НА ПОДЗЕМЈЕТО	МЕТАР	БРУТО (СКР.)			ЛАНЕЦ ХОТЕЛИ ЗЕМ. КОРА ОД СИЛИЦИЙ АЛУМ.		"ИД ЕСТ" УБИЕЦ ОД ЗАСЕДА		
БЛАМАЖА					ЕГИПЕТСКИ БОГ НАЈГОЛЕМ САТЕЛИТ НА ЈУПИТЕР			АВСТРИСКИ ГЕОЛОГ ЕДУАР ДЕЦИЛПАР			Ж. ИМЕ ОСТРОВ ВО ЈАДРАНОТ	
МУСЛИМАНСКО МАШКО ИМЕ			ГЕРМАНИЈУМ БОКСЕРОТ ПАРЛОВ		СВЕШ. КОЈ ДРЖИ УТРИНА ВО КАТ. ЦРКВА ГОД. ВРЕМЕ						ДЕЛ ОД МАТЕМАТИКАТА	
ЕДУАР ЛАЛО			ПОРЕ- ПЛОВЕЦОТ ФЕРНІДО РИСТО САМАРИЧЕВ						ЖАК АРТИН ДЕНОВИ		АЛТ ОСТРОВ ВО ЈАДРАНОТ	
ПИКНИК ЛИЧНОСТ ОД ГРЧКАТА МИТОЛОГИЈА							СКР. ЗА "ЛИМИТЕД" ЖИВЦИ				КРЗНО ОД МОР. КУЧЕ БАЗИЛICA ВО ИСТАМБУЛ	
ВОДОРОД		РЕЖИСЕРОТ СПИЛБЕРГ ОДРАЗ ВО ВИСОЧИНА						ЖЕНСКО ИМЕ ДИАГНОЗА			Ж.Г. ГРУБО ПЛСТНО	
АНТИЧКИ ГРАД ВО МАЛА АЗИЈА			ВОЗВИШЕНОСТ СЛИКАРОТ АЛФРЕД								ЕНЕРГИЈА КРАТ. ГОДИНА ПН.Н.Е.	
СТАРА МЕРКА ЗА ТЕЖИНА			ЕРИК КАН АРТИСТОТ НЕЛЗОН			ИТАЛ. РАДИО ТВ. ИНИЦ. НА ПОЛИТИЧАР ОТ ПЕРТИНИ					ЕГИПЕТСКИ ЗАЛИВ ХЕМИСКИ ЗНАК ЗА ЗЛАТО	
БИТУМИНОЗЕН ФОСИЛЕН ЈАГЛЕН						ПРИСВОЈНА ЗАМЕНКА ЕНЕРГИЈА					"ПРОТИВ СИТЕ РИЗИЦИ" РАДИУС	
ОБЛАСТ ВО НЕКОГАШНА МЕСОПОТАМИЈА					СТАР ГРАД ВО ГРЦИЈА						ЗНАК ЗА КАЛЦИУМ	

Хумор

Починала некоја стара бабичка и отишла кај Свети Петар. Тој ја прашал што сака да и исполнет за добредојде. Се мислела бабичката и рекла:

– Да биде уште некое време жива.

– Нема проблем рекол Свети Петар и ја ставил во топломер!

* * *

На автобуска станица стојат една бабичка и едно момче. Бабата му велела:

– Бадијала ми зборуваш, ништо не те слушам.

– Не ти зборувам, џвакам мастика!

* * *

Комшијата го прашува Перо:

– Пере пушти ли жена ти?

– Не – вели Пере.

– Тогаш ти гори куката, од прозорците излегува дим.

* * *

Во книжарница влегува маж и прашува:

– Ја имате ли книгата „Мажот е главен во домот“?

– Баките се на горниот рафт – одговорила прдавачката.

* * *

Постар човек кој одседнал во хотел се спрема да си легне. Во собата му влегува млада жена во прозирна ноќница:

– Простете сум ја згрешила собата – му вели таа збунето.

– И не само што сте ја згрешиле собата, туку сте задочниле дваесетина години.

* * *

На погреб еден маж плаче и се удира во главата.

Го прашуваат:

– Што ти беше покојникот што толку го жалиш?

– Најголем долгник!

* * *

– Замисли дадов оглас во весник дека барам жена. Ми се јавија 275 души со иста понуда:

– Земи ја мојава!

* * *

Влегува ликовен критичар во уметничко атеље:

– Каква прекрасна слика, каква визија, каква експресија!

– Да?! Па тоа е платното каде си ги бришам рацете од боите!

* * *

Итар Пејо и стариот арамија

Некој си прочуен арамија слушнал за истрошните на Пејо Итроманецот и решил да го испроба својот арамиски занает. Го нашол Пејо во чаршија и му предложил да го научи да краде, се согласил Пејо мислејќи на себе, дека не е лошо човек да знае нешто повеќе.

Поткраднале што поткраднале ситни работи по чаршијата и арамијата видел ќе го бидува Пејо и за оваа работа и решил да го подложи на најзрел испит, па му рекол: треба уште нешто да ти кажам и да те испробам и ако излезеш и од тута како што треба, ќе добиеш диплома од занаетот. Ене на врбана има стручнико седло, а во него јајца на кои лежи стручката. Гледај сега како ќе и ги украдам јајцата. Се качил стариот арамија, го продупил седлото одоздола и ги украдил сите јајца без да заделжи стручката.

Арно ама, во тоа време Пејо се качил по него. Дури арамијата бил занесен со кражбата, Пејо му ги одврзал бечвите и полека му ги скрил во трънето. Кога слегол арамијата и се видел без бечви, му рекол на Пејо:

– Дај ми ги Пејо бечвите и оди ми со здравје. И овој испит го положи одлично.



M.T.

Шаховски турнир во чест на 13 Ноември

По повод 70 години од ослободувањето на Скопје, Граѓанскиот сојуз на здруженијата на пензионери, го организира традиционалниот турнир во шах меѓу екипи од скопските здруженија.



Домаќин на турнирот беше ЗП Кисела Вода чиј претседател **Благоја Арсиќ** во своето обраќање истакна дека ова е традиционален турнир и дека секоја година учеството на здруженијата е се поголемо.

Турнирот го поздрави **д-р Крсте Ангеловски** претседател на СЗП на град Скопје и **Драги Аргировски**, претседател на СЗПМ. Тие во поздравните говори им посакаа на учесниците успех во шаховските игри, дружарување, добро здравје и долг живот.

На турнирот учествуваа 14 машки и 5 женски екипи. Освен учесниците беше за одбележување присуството на голем број набљудувачи, кои по завршување на секое коло ги коментираа партите, грешките и победите. Дека пензионерите се големи љубители на шах се покажа и на овој турнир.

По напреварот беа поделени благодарници на здруженија.

ја кои учествуваа на турнирот и дипломи на најдобрите екипи. Во машка конкуренција прво место освои екипата на ЗП Центар, второ место му припадна на ЗП Солидарност – Аеродром, а на трето место се пласира екипата на ЗП Ѓорче Петров. Во женска конкуренција прво место освои екипата на ЗП Центар, на второ место се пласира екипата на ЗП Ѓорче Петров, а третото место и припадна на екипата на ЗП Кисела Вода.

Пријатно изненадување за сите присутни беше, кога организаторот на турнирот соопшти дека Димче Илиевски – член на ЗП „Работници од органите за внатрешни работи на Р.М.“ оваа година доби 13-ноемврска награда на град Скопје за особени заслуги и резултати во шах. Многу честитки беа



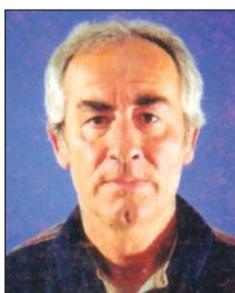
упатени до овој наш познат шаховски мајстор, кој игра шах многу години и кој донел многу признанија за државниот шаховски сојуз, а сега и за СЗПМ.

В. Топаловска

Пензионери вградени во спортот на Тетово

Тетовскиот крај бил, е и ќе остане расадник на врвни спортисти и од меѓународен карактер. Доволно е да споменеме дека во сегашните генерации се и браќата Ѓуровски, Ибраими, фудбалери и фудбалски работници од меѓународен карактер, но и многу други и во повеќе други спортиви. Рефик Јахја спаѓа меѓу најстарите, но и најпознатите во белите спортиви. И порано како активни, а и сега како пензионери, Драшко Ильовски – Чайка и Растро Мирчевски се ветерани кои својот живот, а и пензионерските денови ги минуваат уживајќи во спортските настани и радувајќи се на постигањата на нивните сопротивници од помладите генерации, а и пензионери.

Драшко Ильовски – Чайка веќе две години од пензионерските денови ги поминува во истражувањето на клубови и поединци во изминатите 70 години во Тетово, пред се во одбојка, но и во кошарка, ракомет, тенис, пинг – понг, борчки спорти, гимнастика, планинарство, скијање, стрелаштво и најмладиот спорт – палаглајдерство. Вели дека сепак тоа се вградува во монографија која треба да ги оттргне од заборав сите карактеристики, достигања, радости и сложи во еден период кога Тетово било во врвот на македонските спортиви. Растро Мирчевски, пак, во пензионерските денови ужива во природните убавини на Лешок, но не и во деновите на викендот кога е заедно со спортистите. Не само



што навива, туку колку е можно и колку тоа е прифатливо, дава совети на своите помлади колеги и спортистите. Зедничко за двајцата е тоа што биле професори по физичко воспитување, а спортските кариери ги започнале во одбојка. „Започнав како играч на тогашниот Југославија се сретнавме со Партизан од Белград. Гостинските одбојкари не гледаа со чудење, зашто настапивме боси. Такви беа условите во тоа време. Второто е за време на мојот престој во Детроит – САД, каде беа како пензионер. Трогателено ми делуваше видувањето со нашинците. Многумина сакаа да ми пријдат, да ме поздрават, а тоа глашаво беа или мои некогашни ученици, или спортисти, некој сега тренер, со оформени семејства. Тоа навистина не може да се опише. Најпријатично е да се доживее“ – раскажува Мирчевски.

Во животните биографии на двајцата пензионери забележуваме: Драшко Ильовски – Чайка во работната кариера освен професор бил и успешен заменик директор на Средното медицинско училиште во Тетово. Соговорникот Растро Мирчевски, пак, професорувал во неколку средни училишта, а бил и управител на интернет во Земјоделското училиште. Двајцата наши соговорници имаа и заедничка порака: ќе се вклучиме во активностите на Здружението на пензионерите во Тетово особено во спортувањето или како спортисти, како тренери, како судии. Рекоа дека се ставаат на располагање. **С. Димовски**

Битола: Улицата на свончарите со еден занаетчија

Работи оти нема кој да го замени

Кажувањето на Иван Илиевски кој иако има 72 години и натаму го работи свончарскиот занает, чиниш потсетува на еден вид легура, една необична мешавина на радост и тага што се провлекува низ времето што го означува почетокот и крајот на неговиот работен век.

Во Битола ќе го најдете „Кај свончарите“. Така се вика улицата и сега, иако Иван е последниот свончар. А, тутка имаше шест дуќани и сите вадеа убав леб.

Енергичен, упорен, работлив... Таков е мајсторот Иван. Не сака да се предаде и покрај сите „ударци“ на странските конкуренти од Гриција, Турција... кои со лош квалитет, ги земаат муштериите. Дошпо време кога сите бараат евтино, а не квалитетно. Ни вистински свонец, ни вистински клопотарец никој не одбира...

Сака мајсторот Иван, да остави наследник, ама...

– Девојките, а и невестите, не сакаат момчињата да им се вркаат дома валканки и чадосани. Младите седат по кафулињата, губат време... Занает не учат, а кој учи, може да остани и неженет! – ја откри тагата мајстор Иван, во ова време што не е она од неговата младост.

Свончарлотот започна да го учи кога



имаше 14 години. Уште две, па ќе направи шест децении во занаетот. Кај свончарите шесте дуќани наредени: мајстор до мајстор, со чираци и калфи... Татко му, па Јани, Растро, Мендо, Тома-ки...

Се лијеа свонци и камбани, се правеа клопотарци... Свонци за кој колку може да плати, а камбаните до 100 или 120 кгр. Битолски камбани идеа по помалите места и селата. Се правеше легура на бакар и калај, се трошеа и производи од декапиран лим. Мајстор Иван го „печел“ занаето кај Јани. Татко му таму го дал за научи. Учел стопански, полагал во 1959 година за мајсторски испит. Денес кај свончарите во Битола само еден дуќан се бори за опстанок.

– Некогаш се лиеше олово, се правеа

стотици свонци, кантари се правеа, па што ли не уште друго... Силен удар за свончарите дојде во шеесетите. Луѓето почнаа да ги напуштаат селата, почна заминувањето во странство, стоката се намали. Свончарите ги бараат за мајстори во Фрижидери, во Металец, во другите фабрики...

– Денес доаѓа стока со лош квалитет. Место стотина продавам по десетина свонци, правам услуги за турските кантари што се сè уште во употреба или се суvenери, правам сачми за пријатели и за некој што ќе побара. Работам само за да можам да истуркам, да се прекијее. Младите треба да дојдат и да учат. Без добар занает нема печалба, – охрабрува мајстор Иван и потсетува, со тага, дека во Битола остана само уште еден собација, еден бравар, некој крпач-чевлар...

– Зашто да се носи од други места она што може тука да се прави – подобро, поквалитетно, мајсторски изработено. Но, тутка треба и државата да се замеша. Има потреба од стимулација, да им се олесни на младите да го учат занаетот додека има кој знаењето да го пренесе, да ги научи.

Што ќе се случи со занаетите? Ќе го продолжат ли патот или ќе заминат во историјата како традиција...

Никола Талевски

Нова книга на Лидија Ључко Јеремиќ, поетеса од ЗП Карпош
Низ танцот на љубовта



емотивните интимни духовни емоции, – е дел од преубавата рецензија на Арсовска.

Со голем интерес беше следено и кажувањето на претседателот на СЗПМ Драги Аргировски, кој ја истакна димензијата на духовното творештво на пензионерите кое го поддржува и поттикнува Сојузот, а како пример за посветеност и создавање нови дела ја посети поетесата Лидија Јеремиќ.

– За Лидија Јеремиќ љубовта е свездата водилка во животот и единствен и вистински пат. Тоа ненаметливо и најдоброто и најдраматично ни го порачува таа „Низ танцот на љубовта“, – е истакнато во рецензијата на Горан Анчевски, која ја прочита водителката.

Синот на поетесата, познатиот артист Драган Спасов – Дац, со љубовната шансона „Како да ти пријдам“ ги разтрепери чувствата на присутните кој ужива во интерпретацијата и читањето стихови од книгата наградувачки го со громогласен аплауз. Видно возбудена и скрена авторката посебно им се заблагодари на спонзорите и помагачите. Промоцијата почна и заврши во стилот на Лидија, при што на крајот беше истакната уште една нејзина доблеста хуманитарната определба и подготвеност да им се помага на луѓето. Инаку книгата е наградена од Друштвото на просветни работници и литератуарни творци во РМ со II награда.

Мендо Димовски

ЗП Ѓорче Петров

Ристо Крстев - најдобар шахист на 19. Републички спортски натпревари - 2014

• ЗП Ѓорче Петров се гордеј што во своите редови го има пензионерот Растро Крстев кој оваа година беше прогласен за најдобар шахист на прва табла во поединична конкуренција на 19. Републичките спортски натпревари што се одржаа во Тетово. **На што се должи тоа?**

Тоа е резултат на моето долгогодишно шаховско искуство и познавање на оваа древна игра. Времето кое го поминувам додека играм шах не ми исрпува ниту физички, ниту пак интелектуално, напротив ме исполнува со задоволство. Играчите со кои се скреќавам на натпреварите, а тоа се главно стари шаховски мајстори, повеќето се мои пријатели и познаници со кои се знаеме. Добри се и тие, но еве јас овој пат беа подобар од нив.

• **Вие победувате и кога играте во екипа. Колку е битна спремноста на екипата со која настапувате на натпреварите?**

Тоа е една од најважните работи. Екипата мора да функционира како едно семејство, а потоа доаѓа шаховската надградба. Без претходно кажано, нема успех..

• **Од кога играте шах и дали досега сте учествувале на други шаховски натпревари во Републиката, па и надвор од неа?**

Шахот го играм уште од прва година во средно училиште. Тогаш настапував за сениорската екипа на Кавадарци од каде што и потекнувам. Сум учествувал на повеќе натпревари. Имено како младинец имам играл во финалето на сениорското првенство на Р. Македонија во Крушево во далечната 1964 година. Во 1974 година станав првак на военниот клуб „22-ри Декември“, па во спортскиот весник СПОРТ излезе напис со наслов: „Крстев како Фишер“. Сум играл на два многу важни натпревари и со врвни светски шаховски мајстори како што се: Гелер, Холмок, Трингов, Андонов, Јаношевиќ и други. Сите победи и натпревари ми се драги но, меѓутоа морам да признаам дека ми



прави посебно задоволство што сум прогласен за најдобар шахист меѓу пензионерите.

Инаку со шахот се дружам цел живот. Во 1998 година кога останав без работа отворив шаховски клуб „Ѓорче Петров“ во просториите на сегашна општина. Сето оваа го постигавам вложувајќи свои средства и труд и со помош на раководството на општината. Клубот функционираше 4 години. За тоа време најмалку 100 родители дојдоа да прашаат дали може да ги запишат своите деца во шаховската школа што клубот ја најави. Меѓутоа заради сплет на околности се јави потреба од ослободување на просториите кои ни беа дадени, а во неможност да најдам други, шаховски клуб во кој ќе се насочуваат и усмеруваат младите.

• **Дали во Вашата фамилија има членови кои се движат по Вашите стапки и ве следат?**

Јас имам два сина. Помладиот Александар, беше извонреден шаховски талент, но за жал, почина мал на 36 годишна возраст. Постариот син Крсте е исто така, добар шахист и го сака шахот.

• **Што би им препорачале на сегашните и идните пензионери?**

Би им препорачал физичка и интелектуална активност. Единствено тоа го стопира и забавува старењето.

Љубинко Ристов