ПЕНЗИОНЕР плус

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

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

NLB Тутунска банка

Година VIII, број 84-85 ISSN 1857-7660

10 јули 2015 година

Со гордост и почит кон културното богатство и идентитет

На 9–ти јуни 2015 година, чувството на припадност кон своите корени со достоинство го покажаа голем број пензионери од цела Македонија, членови на СЗПМ. Најдобрите 25 здруженија на пензионери, кои беа избрани од осумте регионални ревии учествуваа на јубилејната 5. републичка фолклорна ревија која се одржа во салата на Македонската опера и балет во Скопје, под покровителство на Министерството за култура на Владата на Р. Македонија. Полни со ентузијазам и желба да го покажат она што го знаат и го носат како аманет од многу генерации, не криејќи ги своите чувства, иако во поодминати години, пееја и играа пензионерите, отргнувајќи ги од заборав старите традиционални песни испеани во минатите времиња, песни за љубовта, за тагата, за постоењето и за премрежијата низ вековите. Пееја пензионерите секој на свој јазик. Песните беа различни, но и единствени со еден заеднички глас – порака, со гласот за другарувањето и соживотот. Сите настапи имаа своја сопствена убавина. Учесниците дадоа сè од себе за да покажат колку човекот е силен кога го брани својот културен идентитет, како и идентитетот на соседот, на другарот, на пријателот од својот град, на здружението...

Првата песна беше за најголемата, најсилната и безвремена љубов, за љубовта кон татковината, кон својот народ, кон сопственијот непокор. Со оваа песна пензионерите уште еднаш потврдија дека љубовта може да се изрази преку песната и орото, преку почитта кон традицијата и културното богатство насобрано од памтивек.

Се редеа на сцената едни по други фолклорните бисери еден од друг поубав. Со секој настап се запишуваше уште еден ред во книгата на нашата богата културна историја, со радост и со задоволство дека сето тоа големо богатство ќе остане на генерациите кои доаѓаат и оти никогаш нема да биде заборавено.

И покрај возраста и натежнатите години, играа и пееја пензионерите понесени од пискотот на зурлите и тапаните чии звуци се мешаа со ритамот на нивните срца. Извираа песните од нивните гради и летаа како гулаби на мирот, на другарството и пријателството.

Играа и пееја пензионерите покажувајќи интересни обичаи, живописни носии и народни инструменти пред многубројната публика која непрестајно ги наградуваше со бурни аплаузи.

На 9 јуни во салата на Македонската опера и балет во Скопје, уште еднаш пензионерите ги покажаа својот нескршлив дух и пиететот кон нашето фолклорно и културно богатство, притоа порачувајќи дека ништо не е тешко кога се сака, кога се почитува, кога се брани од непријателот или од канџите на заборавот. И оваа година, сето ова го препозна во нив Министерството за култура на Република Македонија и прифати да ги поддржи пензионерските културни манифестации и да биде покровител, со што направи чест и почит на 250.000 пензионери. Значењето на манифестацијата беше зголемено со присуството на министерот за труд и социјална политика Диме Спасов, кој меѓу пензионеритеповеќе е познат како „нашиот министер“.

Обраќањето на присутните на заменик–министерот за култура Драган Неделковиќ во име на покровителот, беше со респект кон највозрасните жители на нашата земја, со почит кон она што тие го прават како свој придонес во културните случувања и манифестации на државата. Неговото обраќање беше поздравено со долготраен аплауз на околу 900 пензионери во салата во знак на благодарност за убавите и одбрани зборови.

9–ти јуни беше празник за пензионерите од Македонија, но и празник за градот Скопје, а тоа го потврди со своето присуство и обраќање градоначалникот на Скопје и претседател на ЗЕЛС Коце Трајановски.

Изворните, народните, староградските песни кои ги пееја учесниците на сцената, одвреме–навреме беа прифатени од присутните во салата и тогаш пееја сите, среќни што во нивната трета доба поминуваат уште еден многу убав и исполнет ден со радост и песна, а орото и песната продолжија во комплексот „New Star“ каде што претседателите на здруженијата учесници добија благодарници кои им ги врачи претседателот на СЗПМ Драги Аргировски, кој ја отпочна со своето обраќање оваа убава и несекојдневна културна јубилејна, петта по ред манифестација, и кој беше и прв на орото на кое играа сите: Македонци, Албанци, Срби, Власи, Турци, Роми, Бошњаци... сите! Тие играа и пееја песна на јазик кој сите го разбираа, јазикот на еднаквоста, дружењето и меѓусебното почитување.

Калина С. Андонова

ВО ОВОЈ БРОЈ...

ТРЕТА СЕДНИЦА НА ИО НА СЗПМ стр. 2

5. ЈУБИЛЕЈНА РЕПУБЛИЧКА ФОЛКЛОРНА РЕВИЈА 2015 стр. 3, 10 и 11

65-ГОДИШЕН ЈБУЛИЛЕЈ НА ЗП ОХРИД И ДЕБРЦА стр. 4

ИНФО стр. 5

АКТИВНОСТИ НА ПИОМ стр. 7

ЉУБИНКО РИСТОВ - АКТИВИСТ И ХУМАНИСТ стр. 8

ВЕЛИМИР ЛЕШНИКОВСКИ УЧЕСНИК НА ПРВИТЕ РСПН стр. 9

ИЗВЕШТАИ И ПРЕГЛЕД ОД XX РЕГИОНАЛНИ ПЕНЗИОНЕРСКИ СПОРТСКИ НАТПРЕВАРИ стр. 12, 13, 15 и 20

17-TË SHTËPI PËR PLEQ TË HAPURA ME MBËSHTETJE TË MASAVE QEVERITARE стр. 14

ЕКСКУРЗИИ стр. 16

ЗДРАВСТВО стр. 17

ЗАБАВА стр. 19

ЌЕ ИЗЛЕЗАТ
16. јули
13. август и
10. септември
во „Нова Македонија“
- Пензионерски видици
18. сепември
„Пензионер плус“

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

Традиционален пензионерски пикник во Дојран

Масовност во убавина

На 20.06.2015 година сите патишта водеа кон Дојран. Голем број автобуси, комбиња се слеваа кон оваа божја убавина. Тој ден во Дојран, под покровителство на Здружението на пензионери од Дојран се одржуваше традиционалното дружење на сите пензионери од Македонија „Пикник на зелено“. На оваа средба беа поканети 35 здруженија од Републиката, а присуствуваа околу 7000 пензионери. Најбројни, околу 750, како и многу пати досега, беа пензионерите од Радовиш.

На присутните им се обрати претседателот на здружението домаќин **Боривоје Бојаџиев** кој ги поздрави пензионерите посакувајќи им добар помин покрај езерото, многу здравје и среќа со желба секогаш да има вакава посетеност ова наше убаво туристичко гратче, да остваруваат лични познанства и да се шири пријателството помеѓу здруженијата.

На присутните им се обрати и претседателката на здружението на пензионери од Гевгелија **Лена Семеникова,** која од името на здруженијата на сите им посака добра забава, добро здравје и среќа, а на домаќинот благодарност за успешната организација на средбата.

Потоа збор зеде претседателот на СЗПМ **Драги Аргировски** кој беше топло поздравен од присутните. Тој, меѓу другото рече дека не видел толку многу народ на толку мал простор. „Ова можат да го направат само пензионерите. Овие средби претставуваат најубав мост за градење пријателства, за релаксација, опуштање и заба–

продолжува на стр. 2

продолжение од стр. 1

ва. Овие средби придонесуваат за здрав и среќен живот. Радува фактот што секои идни средби се помасовни. Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија во соработка со Владата на Република Македонија и другите институции, оствари крупни проекти со кои пензионерите имаат големи придобивки, како што се бесплатно бањско лекување, бесплатен превоз во Скопје и други градови во Македонија, бесплатен туристички викенд на пензионери со ниски пензии, бесплатен железнички превоз секој втор викенд во месецот, издвојување средства за помош на најниските категории на пензионери и ред други бенифиции. Многу сум задоволен од масовноста на овие собири кои пак придонесуваат пензионерите да имаат здрав и активен живот и иако се во поодминати години, да имаат здрав дух, многу битен за третото животно доба. Се надевам дека и понатаму ќе се дружиме на вакви средби", – заклучи Аргировски и го прогласи пикникот за отворен.

Потоа претседателот Аргировски се прошета помеѓу пензионерите, разговараше со нив на разни теми, се интересираше за нивните активности и проблеми, ги слушаше нивните предлози за тоа што им недостасува, колку се задоволни од работата на здруженијата и Сојузот, што мислат за ваквите дружења на зелено и за другите форми на дружење, како што се пензионерските спортски игри, фолклорните фестивали и друго.

На иницијатива на претседателите на ЗП Велес и Неготино, Веле Алексоски и Петар Захарчев, неколку пензионери и пензионерки од овие здруженија облечени во комитска облека, со комитски обележја и знамиња положија цвеќе на легендарната девојка Дојрана, која според легендата, се фрлила и удавила во езерото за да не си ја смени верата што од неа ја барал локалниот бег.

А потоа засвири музика, многумина пензионерки и пензионери, се фатија рака–зарака и се заигра орото убаво македонско. Некои шетаа по новоуредениот брег на езерото кое како никогаш досега беше полно со вода. Некои похрабри пензионери влегоа во езерото и на симболичен начин ја отворија сезоната за капење.

Околу пладне се наполни крајбрежјето со пензионери, а убавото време придонесе дружењето да трае до доцните попладневни часови, кога сите среќни и весели се разотидоа со надеж за повторни средби и дружења.

Илија Емшов

Трета седница на ИО на СЗПМ

Сумирање на резултатите и договор за наредните активности

На 30 јуни 2015 година се одржа трета седница на Извршниот одбор на Сојузот на здруженија на пензионерите на Македонија. Покрај членовите, на седницата присуствуваа и: Бесник Поцеста, потпретседател на Собрание на СЗПМ, Фиданчо Стоев претседател на Правно–економски форум, претседателите на Комисиите за културно–забавен живот, спорт и рекреација и информирање.

На почетокот на седницата беше предложено и усвоено во ОРО да биде нов член **Салтир Каровски** за да може организацијата да работи во полн состав заради оправданото отсуство на претседателот Методија Тошевски. Предлогот едногласно беше усвоен.

Потоа на седницата воведно излагање за резултатите и активностите, имаше претседателот на СЗПМ **Драги Аргировски** кој бешеввидно задоволен од сето она што беше постигнато со заеднички усилби на сите раководства на здруженијата членки на СЗПМ и на Сојузот во целина. Во своето излагање тој посебно ја потенцираше важноста на одлуката за измени на Статутот на СЗПМ со цел да биде поттикната и зајакната интерактивноста во двете насоки, како и компактноста на Сојузот.

За Нацрт – Статутарна одлука за изменување и дополнување на Статутот на СЗПМ образложение даде секретарот на ИО на СЗПМ, **Станка Трајкова,** која истакна дека материјалот е предложен од Статутарната комисија, а го разгледал и Правно–економскиот форум. По обемната расправа се донесе заклучок Нацртот да оди на јавна расправа во здруженијата до 30 септември 2015 година.

Потоа, се премина на детална анализа и сумирање на резултатите постигнати во периодот меѓу двете седници.

Кратка информација за одржаните 8 Регионални ревии на песни, музика и игри и на 5. Републичка фолклорна ревија, која оваа година одбележа убав јубилеј, поднесе претседателот на Комисијата за културно забавен живот **Мендо Димовски**. Тој информираше дека сите осум ревии се одржани според планот и на истите настапиле 45 здруженија од 53–те членки на Сојузот. Посебно беше истакната успешноста на 5. Републичка фолклорна ревија која оваа година се одржа во Скопје под покровителство на Министерството за култура.

На седницата беше предложено и усвоено на Меѓународниот фестивал за трето доба во Љубљана оваа година Сојузот да го претставуваат ЗП Радовиш и Конче и ЗП Македонска Каменица како најуспешни на петтата јубилејна ревија. Шеф на делегацијата да биде Јордан Костадинов, а членови да бидат Видан Коневски, Мендо Димовски и Илија Глигоров..

Членовите на ИО беа информирани од претседателот на Комисијата за спорт и Рекреација **Здравко Петковски** дека Регионалните спортски натпревари успешно се одржани во сите осум региони и дека познати се натпреварувачите кои ќе учествуваат на 20–тите јубилејни републички спортски натпревари – Скопје 2015. Овој редок и значаен јубилеј ќе се одржи во Скопје во комплексот „New Star" на 4. септември 2015 година. Подготовките се во тек. Во врска со овој настан беа донесени и неколку одлуки, меѓу кои: Одлука за доделување 20 признанија на Здруженија на пензионери учесници на првите спортски натпревари и на заслужни учесници и натпереварувачи.

На седницата беше поднесен и Извештај на Комисијата за поддршка на културни манифестации и издавачка дејност за 2015 годинаво при што беше истакнато дека на истиот имаше голем интерес и на комисијата воопшто не и било лесно да ги одбере најдобрите.

По дискусиите на Ѓорѓи Серафимов, Фиданчо Стоев, Илија Адамоски, Салтир Кароски, Данче Даскаловска, Ментор Ќоку, Ристо Трајковски, Мирко Макрешански и Душко Ристоски, беше заклучено дека изминатиот период бил бога и со добро организирани активности, резултатите се одлични и дека така треба да се продолжи и понатаму.

Калина С. Андонова

Прва седница на Правно–економскиот форум на ИО на СЗПМ

Утврдени задачите за работа

Правно–економскиот Форум на ИО на СЗПМ на 23 јуни 2015 година ја одржа првата седница во новиот состав после изборите во Сојузот. Со седницата раководеше претседателот Фиданчо Стоев, а покрај членовите, присуствуваа претседателот на СЗПМ Драги Аргировски, потпретседателот на Собранието Бесник Поцеста, секретарот на ИО Станка Трајкова и претседателот на Статутарната комисија Зико Зиков. Поздравувајќи ги присутните од раководството на СЗПМ, претседателот Стоев во воведното обраќање го посочи значењето на форумот во толкувањето на правно–економската регулатива и давањето помош во дејствувањето на Сојузот.

Поздравувајќи го форумот, претседателот на СЗПМ **Драги Аргировски** ја нагласи улогата на ова тело во укажувањата и застапеноста на правните аспекти во работата на пензионерската организација. Тој истакна дека мислењето и ставовите на Форумот се почитуваат и се вградуваат во документите што ги донесува Сојузот. Затоа, како рече Аргировски, при изборот на новите членови на Форумот се водеше сметка истите да бидат припадници на стручната фела и добри познавачи на законитоста, економијата и пензионерската проблематика.

Расправата беше фокусирана на дополнување на Програмата за работа на Форумот за 2015 година и давање начелно и стручно мислење за рботната верзија на Статутарната одлука за изменување и дополнување на Статутот на СЗПМ, за која воведни забелешки даде секретарот на ИО на СЗПМ **Станка Трајкова**. Програмата за работа едногласно беше усвоена, а во однос на измените на Статутот, беше заклучено дека Форумот начелно ја поддржува работната верзија на Нацрт одлуката со определени забелешки кои ќе се земат предвид при утврдуваето на конечниот текст на истата.

Во дискусијата учествуваа: **Светолик Николов, Божин Петрески, Никола Николовски, Стево Бојаџиев, Илија Адамоски, Ментор Ќоку, Стефан Владимиров, Зико Зиков, Ристе Нетков** и други.

Форумот расправаше и за надлежноста и помошта во решавањето на проблеми и по преставки на некои здруженија членки на Сојузот, за што зазеде ставови и определи работна група за изготвување информација по прашања кои се однесуваат на заштитата на правата на пензионерите стекнати со Законот за пензиско и инвалидслко осигурување и другата правна регулатива.

За предлогот измени и дополнувања на Статутот на посебна седница позитино се изјасни и Статутарната комисија на СЗПМ.

М. Димовски

Комисија за информирање

Само добро информираниот пензионер е корисен за себе и за општеството

На 26. јуни 2015 година се одржа седница на Комисијата за информирање и издавачка дејност на ИО на СЗПМ. На седницата присуствуваше претседателот на СЗПМ Драги Аргировски и секретарот на ИО на СЗПМ Станка Трајкова.

Претседателот на СЗПМ Аргировски на почетокот на седницата им честиташе за изборот на присутните и меѓу другото истакна:

– Комисијата за информирање и издавачка дејност на ИО на СЗПМ е една од најважните комисии на ИО на СЗПМ. Од Извештајот и од анализите во врска со работата на оваа комисија, може да се заклучи дека таа си ја исполнува задачата за која е формирана. Така треба да биде и во иднина бидејќи само добро информираниот пензионер е корисен за себе и за општеството. За вистината да излезе на виделина треба да се залагаме сите, посебно оваа комисија и сите нејзини членови во средините од кои доаѓаат. Факт е дека работата на Сојузот и на здруженијата постојано е присутна во „Пензионер плус", во „Пензионерски видици" и на нашата веб страница која од ден на ден е се попосетена од посетители во земјата и надвор од неа.

За работата и значењето на комисијата зборуваше и секретарот на ИО на СЗПМ Станка Трајкова. И таа ја оцени работата на комисијата како добра и посебно го истакна значењето на подстраниците на здруженијата членки на СЗПМ поместени на веб страницата на Сојузот, напоменувајќи дека овие потстраници ги поттикнуваат здруженијата на активност, а од друга страна податоците за секое здружение му се достапни на секој заинтеесиран или кој има потреба од нив.

На седницата беше разгледан Извештајот за работата на Комисијата за информирање и издавачка дејност на ИО на СЗПМ за 2014 година, а беше усвоена Програма и Планот за работа на Комисијата за 2015 година.

Образложение за работата на Комисијата за 2014 година и на Програмата и Планот за работа во 2015 година, во кои беа набројани сите активности на комисијата во изминатата и идната година даде претседателот на Комисијата.

– Оваа комисија, чија работа и активности ја презентира целокупната работа на Сојузот и здруженијата, како и соработката со Владата и министерствата, ПИОМ, ФЗОМ и други, преку „Пензионер плус", подлистокот „Пензионерски видици" во Нова Македонија, страната на пензионери во КОХА, веб страницата на СЗПМ и друго ќе го прави и во наредниот четиригодишен мандат преку постојните форми, но и преку нови содржини и начини. Во оваа година најважни задачи ни се покривање на Регионалните и петтата јубилејна републичка ревија на песни, музика и игри и Регионалните спортски натпревари и Спортската пензионерска Олимпијада 2015, која оваа година одбележува редок јубилеј, 20 години од првите натпревари, како и јавната расправа за измените во Статутот на СЗПМ. Во 2016 година комисијата активно ќе се вклучи во одбележувањето на 70 години од пензионерското организирање во Македонија – нагласи претседателот на Комисијата Калина С. Андонова.

Во дискусијата во која учествуваа: Цветанка Илиева, Гојко Ефтовски, Јован Ќирковиќ, Димитар Димовски, Фруска Костадиновска, Благоја Спиркоски, Баки Бакиу и Арсен Илиевски, беше предложено да се одржат повеќе работилници и обуки за подобро користење на информатичката технологија, како и да се збогати информирањето на сите нивои.

К.С.А.

ЗП Валандово

Кирил Гошев нов претседател

ЗП Валандово е едно од последните здруженија, кое своите активности ги започна три месеци по одржаните избори на 28.02.2015 година. За нов Претседател на здружението, е избран Кирил Гошев, за потпредседател Миле Шунтов и за секретар Горица Михајлова. По изборите здружението се зафати со реализација на потребните активности за да може нормално да функционира.

ЗП Валандово ја изготви и Програмата за работа и Финансискиот план за тековната 2015 година, во која се предвидени бројни активности, поради што е потребно позабрзано и поактивно извршување на предвидените обврски. Формирани се комисии кои ќе земат активно учество согласно донесената програма, а се со цел остварување на задачите кои произлегуваат од Статутот на СЗПМ и Статутот на Здружението за подобрување на животот на пензионерите од Валандово и сите населени места.

Што се однесува до другите активности на здружението прифатени се поканите за заедничко дружење добиени од Демир Капија, Македонска Каменица и Дојран за „Пикник на отворено". И покрај тешката финансиска состојба во која се најде здружението, Извршниот Одбор донесе одлука трошоците за превоз на пензионерите до Стар Дојран да бидат покриени од сметката на Здружението.

Иако поради оредени проблеми не можеше навремено и соодветно да го организира учеството на Регионалните спортски натпревари кои се одржаа на 06.06.2015 година во Нов Дојран на терените на Спортско–рекреативниот центар „Истатов", сепак здружението зеде учество во само три дисциплини: пикадо – мажи и жени, табла–мажи и трчање – мажи, и се избори за учество на Републичките спортски игри во септември во Скопје. Сите учесници на натпреварите беа пријатно изненадени од постигнатите резултати на пензионерот Блажо Кировски, кој победи во трчање на 80 метри за пензионери над 65 години возраст.

Горица Михајлова

5. јубилејна Републичка ревија на песни, музика и игри 2015 - МОБ, 9. јуни во Скопје

Обраќање на претседателот на Сојузот на здруженија на пензионери на Македонија
Драги Аргировски

Почитувани пензионерки и пензионери, ценети гости и пријатели. Големо е задоволството да се биде денес овде во салата на Македонската опера и балет, на одржувањето на петтата јубилејна Републичка пензионерска ревија на песни, музика и игри која се одржува во организација на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија.

Почитувани присутни, со особена чест и почит го поздравувам министерот за труд и социјална политика Диме Спасов, со чија соработка Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија се разви во една од најдобрите и најактивните невладини организации, успешно презентирајќи ги и застапувајќи ги правата и интересите на пензионерите и нивното интегрирање во социјалниот живот и севкупните општествени текови во државата.

Голем поздрав и почит кон заменикот министер за култура Драган Недељковиќ и Министерството за култура кое во нас пензионерите го препознава нашиот потенцијал и мудрост, нашиот придонес во збогатување на културното богатство на нашата земја, во зачувување на нашето вековно македонско име, како и идентитетот на сите кои живеат на овие простори. Со своето покровителство на оваа најзначајна културна манифестација на пензионерите во Република Македонија, Министерството за култура го потврди значењето на оваа наша петта по ред јубилејна Републичка пензионерска ревија на песни, музика и игри. Со достојна почит и благодарност го поздравувам и градоначалникот Коце Трајановски кој секогаш ја поддржувал највозрасната популација на нашиот главен град, но и пошироко како претседател на ЗЕЛС поттикнувајќи ги сите активности што ги презема Сојузот.

Почитувани, и годинава на овој наш петгодишен јубилеј, пензионерите од цела Македонија ќе прикажат стари македонски песни и ора, ќе заиграат и ќе запеат со срце и душа, со невидена енергија и желба да се истакне она што сме биле и на коешто сме горди. Денешнава јубилејна ревија е финале на кое учествуваат најдобрите 25 од вкупно 45 здруженија, учесници на 13. регионални ревии што во минатите денови се одржаа во осум региони, а на кои успешни домаќини беа здруженијата на пензионерите од Охрид, Демир Хисар, Гевгелија, Куманово, Струмица, Виница и Здружението на воените пензионери и Карпош од Скопје.

Почитувани, сите сме различни по националност и вера. Но различноста наша ја прави оваа манифестација побогата и поубава. Нашата различност е темел на нашето дружење, на нашиот соживот и заедништво. На оваа манифестација преку песната и орото ќе бидеме поблиски со соседот и пријателот, а тоа ќе ја зголеми почитта на еден кон друг. Песните ќе не вратат во минатото, но ќе бидат и светла водилка и културни мостови кон помладите генерации на кои ќе им ги оставиме како аманет, како непроценливо богатство кое ретко која земја го има. Ова што ќе се случува денес на оваа сцена е извор на непресушна културна енергија што ја полни душата и носи радост и несекојдневно уживање.

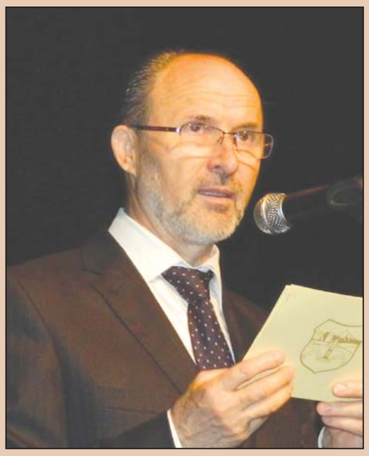
Благодарение на нашите ревии низ изминатите 13 години се вратија од заборав многу песни и музички бисери. Излегоа на виделина многу подзаборавени народни инструменти. Блеснаа во својот раскош колоритните народни носии кои биле едно од обележјата на нашите краишта и нашиот идентитет. Ќе се потсетиме и на нашите обичаи и традиции, на нашите корени, бидејќи овие ревии, се уште еден доказ како се чува своето и како се почитува туѓото. Имајќи ја предвид оваа успешна мисија на пензионерите и нивниот придонес во обновувањето и негувањето на културните традиции Министерството за култура Регионалните и Републичката ревија ги прогласи за манифестации од посебен национален интерес на културата на нашата држава.

Денес, сите убаво ќе пеат и ќе играат, но најдоброто, најподготвеното здружение ќе не претставува на Меѓународниот фестивал на трето животно доба во Љубљана, Република Словенија. И годинава во Љубљана како и претходните години со нашите „амбасадори“ на македонската култура ќе пеат, ќе играат и ќе уживаат во македонскиот мелос жителите на Словенија кои ќе дојдат да присуствуваат на фестивалот, но и други гости и учесници од повеќе европски земји. Сите ќе ја имаат можноста да ја видат и почувствуваат нашата енергија, нашата радост и нашата почит кон нашето фолклорно богатство, традиција, идентитет и вековната култура.

Ќе видат како се сака и чува она што со векови се напластило во нашето славно минато. Ќе видат дека луѓето кои живеат во Република Македонија имаат длабока и вековна културна историја. Преку звуците на зурлите, гајдите, тамбурите и кавалите, преку ударите на тапаните, преку песната и ората на пензионерите, уште еднаш ќе видат и ќе дознаат дека Македонија е Европа, а постигањата на Македонија и на СЗПМ се пример за многу земји иако тоа некои не сакаат да го признаат. Непобитен факт е дека секоја наша песна е една нишка вткаена во македонското, но и во европското фолклорно наследство и култура. Нашата пензионерска порака е мир, соживот и дружење со песна и пријателство. Така било, така и ќе биде.

Ви благодарам.

Поздравен говор на градоначалникот на град Скопје
Коце Трајановски



Почитуван министер за труд и социјална политика во Владата на РМ, Диме Спасов,

Почитуван заменик министер за култура во Владата на РМ, Драган Недељковиќ,

Почитуван претседател на Сојузот на здруженијата на пензионери на РМ, Драги Аргировски,

Почитуван претседател на Сојузот на здруженијата на пензионери на Град Скопје, Крсте Ангеловски

Почитувани пензионери, почитувани присутни

Дозволете ми да ве поздравам и да го изразам моето задоволство што денес присуствувам на Републичката ревија на песни, музика и игри, која ја организира Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија.

Оваа Ревија ги обединува активностите на 53 здруженија на пензионерите во државата, и е од исклучителна важност за пензионерите во Македонија, не само поради придонесот кој го има во зачувувањето на културната традиција, со негување на фолклорот, туку е значајна и поради тоа што дава можност за дружење, социјализација и подолг и поквалитетен живот на пензионерите.

Токму затоа и Министерството за култура оваа ревија ја прогласи за манифестација од национален интерес за културата на државата.

Дозволете ми да ја истакнам одличната соработка која Градот Скопје ја има остварено изминатите години со Сојузот на здруженијата на пензионерите на Скопје и тоа преку взаемно учество во реализација на разни програми и активности кои имаат за цел остварување на поквалитетен живот на пензионерите.

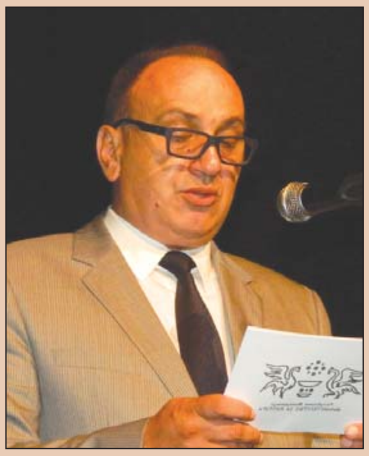
Накратко можам да го споменам следното:

- Потпишување на меморандум за соработка на ниво на СЗПМ и ЗЕЛС;
- Подобрување на условите за рекреација и дружење на пензионерите во Рекреативниот Центар Катланово, негово реновирање и оспособување за функционирање. Реновирано е фоајето на одморалиштето, комплетно се обновени ходниците на двата ката, реновирани се купатилата во собите на одморалиштето. Во дворот на објектот поставени се клупи и осветлување. Следува обновување на бетонските патеки околу Рекреативниот центар;
- Организиран групен превоз на пензионери на дестинации на подрачјето на Скопје и територијата на Република Македонија;
- Бесплатен превоз три дена во неделата – вторник, петок и сабота, а од 22 јуни и и во недела;
- Бесплатни слободни легитимации за јавниот градски превоз за инвалидските пензионери;
- Поддршка на спортски манифестации како што е традиционалниот 13–то Ноемвриски шаховски турнир и друго;
- Соработката на Градот Скопје со Сојузот на здруженијата на пензионерите на Град Скопје продолжува и понатаму и тоа преку поддршка во организациското јакнење на Сојузот односно за понатамошната работа на Сојузот и здруженијата кои се негови членки.

Градот Скопје во рамките на своите можности ќе излегува во пресрет на барањата на пензионерите, ќе ги разгледува нивните предлози, сугестии и иницијативи и ќе работи на решавање на конкретни проблеми. Исто така ќе бара форми и ќе презема мерки кои ќе придонесат за збогатување на секојдневниот живот на пензионерите.

Ви благодарам.

Обраќање на заменик министерот за култура во Владата на РМ
Драган Недељковиќ



Почитуван министер за труд и социјална политика Диме Спасов, почитуван градоначалник на Скопје Коце Трајановски, почитуван Драги Аргировски, претседател на Сојузот на здруженијата на пензионерите, почитувани присутни, дами и господа,

Ми претставува чест и големо задоволство што денеска имам можност да ви се обратам на свеченото отворање на Републичката ревија на песни, музика и игри на пензионерите, манифестација која во континуитет ја афирмира македонската традиција, нашиот фолклор, нашето изворното творештво, нашиот македонскиот културен идентитет.

Оваа манифестација која е плод на заложбите на највозрасната, но и најмудрата генерација за негување на нашата богата традиција, е резултат на силната желба, посветеност и длабока почит на пензионерите кон трајните вредности на културата како наше национално и културно обележје.

Републичката пензионерска ревија на песни, музика и игри е манифестација од голема важност за македонската култура, затоа во оваaa прилика би сакал да ги поздравам сите иницијативи на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија, кој во изминатите години реализираше низа активности и проекти преку кои ја демострираше волјата и подготвеноста на повозрасната генерација, активно да учествува во креирањето на културниот и јавниот живот кај нас.

Почитувани пријатели, дозволете ми во оваа прилика да ја реафирмирам мојата цврста определба за отворена соработка со Сојузот и со здруженијата на пензионерите во земјава, која и во иднина верувам дека ќе резултира со нови и квалитетни проекти и програми поддржани од Министерството за култура, а кои се резултат на потребите и побарувањата на различните категории граѓани. Во изминатиот период спроведовме повеќе мерки со кои го подобривме статусот на пензионерите, меѓу кои има многу број на истакнати уметници и културни работници. Се воведоа националните пензии, со кои добитниците на врвните признанија за долгогодишни остварувања во културата или за животно дело, оствария право на доживотен месечен надомест во висина на разликата меѓу пензијата што ја остваруваат и највисоката пензија во Република Македонија. Во соработка со Владата на Република Македонија, Министерството за култура овозможи 50% попуст за пензионерите за влез во сите институции од областа на културата во Република Македонија и можност да ги проследат сите културни манифестации и настани. Ме радува фактот што оваа мерка е навистина добро прифатена од пензионерите и што тие редовно ги посетуваат сите настани на Националните установи кои се поддржани од Министерството за култура. Ова е уште една потврда дека грижата за пензионерите и изнаоѓањето на нови форми за взаемна соработка, никогаш не престанува.

Почитувани, на крајот, би сакал да упатам посебна благодарност до претседателот на Сојузот на здруженија на пензионерите на Македонија господинот Драги Аргировски, за неговата ангажираност и посветеност со која се реализира оваа манифестација. Воедно на сите граѓани на Република Македонија им порачувам: „Да веруваме во себеси и во своите способности, да работиме и да придонесуваме секој граѓанин да ја најде својата среќа и личен успех, да обезбедиме услови секој од нас да биде спокоен во својата старост и да ужива во плодовите на својот труд“.

Ви благодарам за вниманието!

ЗП Охрид и Дебрца

Одбележан 65-годишен јубилеј

ЗП на Охрид и Дебрца, го одбележа Денот на формирањето 20 јуни 1950 година. Прославата на 65–годишниот јубилеј од формирањето, во свечено украсената сала на општината Охрид, започна со химната на Македонија во исполнение на КУД при ЗП Охрид и Дебрца, „Далга“.

По повод празникот пригоден реферат поднесе еден од најдобрите хроничари и познавач на приликите на ЗП Охрид и Дебрца, претседателот на Извршниот одбор **Ѓорѓи Трпчески**. Значиме за едно почитувано здружение, кое постигнува видни резултати особено на културен и спортски план, истакна тој.

Свое поздравно обраќање до присутните на прославата имаше актуелниот претседател на СЗПМ **Драги Аргировски**. „Славите голем јубилеј, исполнет со многу успеси на спортски, културен план и грижа за вашето членство во повеќе области кои го красат вашето здружение. Идната година СЗПМ ќе слави 70 години, јубилеј кој ќе се потрудиме достојно да го одбележиме, а имаме и зошто. Ние сме најголема невладина, непрофитна и мултиетничка организација. Ја поздравувам вашата соработка што ја негувате со Локалната самоуправа и со ЗП од соседните држави, за што имате полна поддршка од Сојузот и така треба да продолжите и во иднина. Да славите уште многу вакви јубилеи со добро осмислена прослава”, – рече на крајот од поздравниот збор претседателот Аргировски.

Од името на Општината Охрид, заменик–градоначалникот **Ангел Јанев** истакна дека бројката од 9.500 пензионери значи многу и не треба да се занемарува нивното значење и активност. „Пред една и пол година потпишавме Меморандум за соработка помеѓу општината и здружението на пензионери, со кој се покажа и докажа дека пензионерите малку бараат, а многу даваат на градот Охрид со нивните активности. Јас се надевам дека тоа ќе продолжи и во наредниот период” – истакна Јанев.

Присутните на свечената пригода ги поздравија претседателката на ЗП од Врање – Србија **Мирјана Трајковиќ**, претседателот на Конфедерацијата на синдикатите на Поградец Албанија, **Назив Далјани**, потоа, **Димитар Богатиноски** од збратименото здружение на пензионерите „Солидарност – Аеродром” од Скопје и претседателот на ЗП Струга **Милорад Трпоски**.

Претседателката на ЗП од Врање, Мирјана Трајковиќ во поздрваниот збор рече дека со охридското здружение имаат беспрекорна соработка, која постои долги години.

По повод јубилејот 65–години од формирањето на ЗП Охрид и Дебрца, беше промовирано второто издание на Монографијата „Охридските пензионери низ времето, култура, спорт и рекреација” од авторот Ѓорѓи Трпчески во соработка со Редакцискиот одбор, во сотав м–р Димитар Смилески, Стефан Владимиров и Крсте Спасески. Промотор на Монографијата беше рецензентот м–р Димитар Смилески.

По промоцијата на Монографијата, следеше настапот на Драмско–рецитаторската секција „Развигорче“ при ЗП Охрид и Дебрца, со рецитал на тема: Што е тоа пензионер, под менторство на наставничката во пензија Ристана Меруџеска – Мосјоска.

По повод јубилејот беа врачени плакети и благодарнци на организации и институции кои придонеле во развојот на ЗП Охрид и Дебрца. Претседателот на Собранието на ЗП Охрид и Дебрца д–р Димитар Спасески ја врачи Златната плакета на СЗПМ, која во името на Сојузот ја прими претседателот на СЗПМ Драги Аргировски. Ова признание на СЗПМ е повеќе од заслужено, рече д–р Спасески, бидејќи СЗПМ има голем придонес за успесите на охридското здружение, а изрази и пофални зборови за личноста и делото на претседателот Аргировски, кој Сојузот го афирмира и издигна на високо рамниште со што се наметна како значаен сибјект и чинител во општеството.

Благодарниците за успешна долгогодишна соработка на претставниците на збратимените здруженија од Врање – Србија и Поградец – Албанија, им ги врачи, секретарот на здружението Стефан Владимиров.

Благодарници им беа доделени и на Подрачната единица на Фондот за ПИОМ, на Фондот за здравствено осигурување, Центарот за социјални работи и Геронтолошкото одделение. Благодарниците им ги врачи потпретседателката на Извршниот одбор на ЗП Охрид и Дебрца, Добринка Талева.

На крајот од прославата настапи КУД „Далга”, а во текот на прославата беше прикажан документарниот филм со слики и збор „Охридските пензионери низ времето”, што го подготвија Ристана Меруџеска – Мојсоска и Миланка Панделеска. По завршувањето на прославата на сите присутни во големата сала на Општината Охрид, им беше врачен по еден беспалтен примерок од Монографијата.

К. Спасески

ЗП Кочани

Кумановски аматери - пензиоенри на ДАФ

На годинешниот 51–ви драмски аматерски фесивал на Македонија (ДАФ), кој од 25 до 30 мај се одржа во Кочани, настапија 15 аматерски драмски групи од нашата земја и една аматерска група од Нови Пазар, Република Србија.

Фестивалот, кој 39 години постојано се одржува во Кочани, на сцената во националната установа – Центарот за култура „Бели мугри”, донесе претстави за сечиј вкус. Наградата на ДАф годинава ја доби претставата „Бетон махала” од аматерите од Нови Пазар, Република Србија.

Во чест на наградените на фестивалот на последната вечер настапија членовите на Драмската секција при Здружението на пензионерите од Куманово со претставата „Сомнително лице” од Бранислав Нушиќ, во режија на Лазар Ѓорѓевиќ.

– Кумановските драмски аматери пензионери се наши драги гости. Тие на овој фестивал учествуваа неколку години по ред, а публиката знаеше секогаш да ги награди со бурни аплаузи. Така беше и на затворањето на ДАФ во Кочани. Салата ја исполнивме со посетители претежно пензионери кои уживаа во изведувањето на оваа претстава, – изјави **Ѓорѓи Серафимов**, претседател на ЗП Кочани.

К. Герасимов

ЗП Кисела Вода

Хуманитарна манифестација „Корјада 2015“

Во присуство на голем број граѓани, на 29.06.2015 година се одржа хуманитарна манифестација „Корјада 2015„ во организација на ЗП Кисела Вода, а во соработка со општината Кисела Вода, која го чествуваше 60–тиот јубилеен роденден. Иницијативата за одржување на оваа манифестација потекна од Активот на пензионерки при здружението.

Корјадата се одржа во паркот „Федерик Шопен“, кој го изгради и уреди општината Кисела Вода. Ова катче е собиралиште на пензионери, на внуци и родители, кои секој ден уживаат во неговата убавина. Глетката беше уште поубава кога пензионерките со тепсии сукано и разни месени производи се собраа во паркот. За кратко време масете се наполнија со домашни специјалитети подготвени од вештите раце на пензионерките. Цените беа симболични, а средствата ќе бидат донирани за социјално загрозени семејства во Општината.

Корјадата беше збогатена со културно–забавна програма во која учествуваа околу 40 фолклористи и музичари облечени во народни носии кои настапија со традиционални изведби потсетувајќи на минатото и копнежот за слободата на Македонија. Водителите во име на градоначалничката Билјана Беличанец и претседателот на ЗП Кисела Вода, Васил Зимбаков ги поздравија присутните со честитки за јубилејот. Следуваа песни, ора, стихови, а граѓаните со внимание ја проследија културно–забавната програма, за на крај, заедно сите да играат и да се забавуваат.

Елица Даниловска

Покана за соработка и збратимување

Средба за паметење

Една дамнешна желба на пензионерката Славица Кузевска – Хузаниќ, член на Здружението на пензионери од Иванич Град, од Република Хрватска, се оствари.

Имено, по неколкуте контакти со Здружението на пензионери од Битола, Здружението на пензионери од Иванич Град ја реализира својата замисла за посета на Република Македонија и на Здружението на пензионери од Битола.

Посетата е остварена на 5.6.2015 година, од страна на 70 пензионери од Иванич Град, Република Хрватска, на нашето пензионерско здружение.

Претседателот на пензионерите од Иванич Град, Жељко Брезовечки – Брзи, со официјална делегација беше примен од претседателот на битолските пензионери Томе Илиовски, во просториите на Здружението на пензионерите. На средбата беа разменети мислења за збратимување на двете пензионерски друштва, со цел развивање на соработката, во насока на унапредување на животниот стандард на пензионерите на повеќе полиња. Заедничката средба се одржа во ресторанот „Корзо”, каде што е официјализирана соработката.

Заблагодарувајќи им се на исклучително добриот прием, претседателот на пензионерите од Иванич Град од Хрватска, истакна.

– Донекаде ја знаев гостопримливоста на битолчани, затоа што во нашето здружение имаме дури пет битолчанки. Една од нив Славица Кузевска–Хузаниќ, е иницијаторот што сме денеска овде. Од срце ви се заблагодарувам за топлиот прием од страна на Здружението на пензионери од Битола и претседателот Томе Илиовски. Изненаден сум од вашата организација со импозантен број членови, со кои би сакале во иднина да соработуваме, во рамките на нашите можности. Ова е навистина средба која долго – долго ќе ја паметиме, – посочи **Жељко Брезовечки - Брзи.**

Здружението на пензионери од Иванич Град брои 1270 членови. Станува збор за мало Здружение на пензионери на чие чело е релативно млад и енергичен претседател со силна иницијативност кон многуте преземени активности.

– Реализирана е една од активностите на Здружението со прифаќање на соработката со Здружението на пензионери од Иванич Град од Република Хрватска. Од нашите разговори со претседателот Жељко Брезовечки–Брзи, разгледани се повеќе опции од кои се надеваме на една подлабока соработка. Република Хрватска како членка на Европската унија има повеќе поволности за развивање активности кои ги ползуваат пензионерите. Се надевам со зближувањето и заедничките контакти дека дел од тие активности ќе се прелеат и во нашето Здружение, – истакна претседателот на битолските пензионери **Томе Илиовски**.

Во делегацијата беше вклучена и заменикот на градоначалникот на Иванич Град, Гордана Брцковиќ – Михинец, која во официјалната посета кај градоначалникот на Битола, предаде писмо од Иванич Град за збратимување на двата града и на двете здруженија на пензионери.

– Во нашата кратка посета во Македонија, ги посетивме Скопје, Охрид и Крушево. Во Крушево го посетивме мавзолејот на Тоше Проевски, неговото вечно почивалиште и манастирот „Благовештение”. Во Битола ја посетивме Хераклеа, Пелистер и стариот дел на градот. Понесуваме големи импресии од историското и културно богатство што го поседува Битола. Особено што се однесува до негувањето на традициите, за кои сметам дека е најзаслужна највозрасната категорија граѓани кај вас и кај нас. Се надевам на возвратна посета која ја понудивме на вашата Општина и на Здружението на пензионери од Битола, – истакна заменикот на градоначалникот на Иванич Град, **Гордана Брцковиќ - Михинец.**

Во целовечерното дружење, својствено за ваквите средби помеѓу членовите на двете здруженија разменети се мислења и животни искуства. Составен дел на оваа срдечна средба беа заедничкото оро со мелос од двата народа. Забавата беше збогатена со ангажман на пејачката група „Сирма Војвода” и реномиран оркестар.

Добре Тодоровски

ЗП Неготино

Засилени активности

Помеѓу Здружениото на пензионери и Домот за згрижување стари и изнемоштени лица „Жана” од Неготино веќе со години постои соработка. Имено, неколкупати во годината, по разни поводи, претставници од клубот на пензионери „Неготинијана” и хорот „Распеани пензионери” доаѓаат во посета на домот „Жана” и неколку часа се дружат со лицата корисници на услугите. Во тие мигови се склопуваат нови познанства, се кажуваат случки од животот, а пејачката група со убави песни внесува расположение и речиси секогаш се развива македонско оро во кое сите играат и се веселат. И така со години.

Сепак, оваа година згрижените во домот „Жана” изразија желба тие да дојдат нагости кај пензионерите. Така и се случи. Средбата се одржа во клубот на пензионерите кој заради посетата беше затворен за редовните посетители. И како и секогаш при вакви средби се создаде весела атмосвера. Се пееја песни, се играше оро и сите беа задоволни. На разделбата сопственичката на домот „Жана”, Снежана Илова изрази голема благодарност до претседателот на Здружението на пензионетри, Петар Захарчев за искажаното гостопримство со надеж оваа традиција да продолжи и понатаму.

Исто така, ЗП Неготино во месец мај изведе еднодневна екскурзија до Прилеп. Целта на екскурзијата беше посета на манастирот „Трескавец”. Пензионерите беа воодушевени од убавината и местоположбата на манастирот, кој, иако се уште не беше реновиран по опожарувањето, изгледаше импозантно. На присутните им се обрати и им ја раскажа историјата на манастирот монахот кој живее тука и се грижи за истиот. На враќање пензионерите го посетија и манастирот „Архангел Михаил” и уживаа во неговите убавини.

И.Е.

Сојуз на здруженијата на пензионерите на град Скопје

Избрано ново раководство

Сојузот на здруженијата на пензионерите на град Скопје на 25.06.2015 година ја одржа конститутивната седница на која беше верификуван мандатот на членовите на Собранието и избрани членови на органите на Сојузот.

За претседател на Собранието беше избран Љупчо Димовски од ЗП Бутел За членови на Извршниот одбор беа избрани Методија Новковски од ЗП Ѓорче Петров, Ратка Коколанска од ЗП Карпош, Димитрија Димовски од ЗП Тафталиџе, Крсте Ангеловски од ЗП Центар, Димитрија Богатиновски од ЗП Солидарност – Аеродром, Благоја Арсиќ од ЗП Кисела Вода, и Рауф Хамиди од ЗП Чаир.

Потоа беше одржана конститутивна седница на Извршниот одбор. За претседател на ИО беше избран Методија Новковски.

Собранието избра и членови на Надзорниот одбор и Комисијата за Статут и правни прашања .

На наредната седница на ИО ќе бидат избрани работните тела и комисии и ќе биде донесен План за реализација на Годишната програма за работа на Сојузот.

М.Н.

ЗП Ѓорче Петров

Посети и излети

Здружението на пензионери Ѓорче Петров веќе неколку години наназад има успешна соработка со Домот за стари лица „Мајка Тереза " во село Злокуќани и Геријатриската болница „13–ти Ноември" во населбата Дексион.

Во почетокот на месец јуни фолклорната секција, поточно игаорната и пејачката група, како и соло пејачот Стево Ѓуревски придружувани од музички оркестар имаа двочасовен настап во домот за стари лица во Злокуќани. Лицата сместени во домот како и целокупниот персонал беа воодуше–вени од настапот на нашите фолклористи, а тоа го покажаа со чести и силни аплаузи. Исто така оваа фолклорна група свој настап имаше и во Геријатриската болница „13–ти Ноември" и пред пензионерите згрижени во оваа установа нашите солисти се претставија со неколку изворни народни песни. И овде присутните искажаа задоволство од настапот на изведувачите.

На присутните од името на Здружението им се обрати Методија Новковски претседател на Извршниот одбор кој се заблагодари на срдечниот прием ветувајќи им дека и во иднина ќе продолжат ваквите посети.

Исто така ЗП Ѓорче Петров имаше свој настап и на шаховскиот турнир кој беше организиран од страна на Домот за стари лица „Мајка Тереза" на кој што беа присутни поголем број учесници.

Здружението на пензионери Ѓорче Петров доследно ја реализира и годишната програма за организирање на излети.

Така, 120 пензионери од нашето Здружение зедоа учество на пикник– средбата на зелено која што по трет пат се одржа во Дошница – Демир Капија. Ова Здружение со 120 пензионери учествуваше и на Поречката средба која беше одржана во село Локвица – Македонски Брод, а последниот излет во месец јуни беше изведен до село Михајлово – Кавадарци. За време на овие излети пензионерите уживаа во убавините на нашата земја и се дружеа.

Љубинко Ристов

Здружение на воените пензионери

Отчет за полугодишната работа

Шестомесечното дејствување во оваа година Здружението на воените пензионери на 26–ти јуни го заокружи со проширена седница со претседателите на органите и телата на која пред Извршниот одбор дадоа отчет за сработеното во овој период. Претседателот на здружението **Ѓорѓи Заринскi** во воведниот збор истакна дека планираните активности се успешно извршени со предвидената скромна финансиска поддршка, а постигнатите резултати се потврда за максималната ангажираност и вложениот труд на активистите. Споредувајќи го ова полугодие со претходното од минатата години, беше речено дека истото се издвојува по разновидноста на активностите и поголемата реализација на задачите.

Во извештаите на претседателите на одборите на ограноците и на комисиите, вклучително со Активот на пензионерки, преовладуваше констатацијата дека планираните активности навреме и во целост се реализирани и дека Здружението, покрај присутниот проблем со староснатa структура на членството, изнаоѓа сили да се справи со предизвиците и со скромни средства да постигнува успеси за респект.

На седницата беа истакнати областите во кои се позабележителни постигнувањата, како што е културно–забавниот и рекреативниот живот, за што како потврда на успешноста беше наведено учеството на здружението во организацијата на Регионалната ревија на песни, музика и игри како докажан домаќин, а со десетина претставници учествуваше во подготовката и реализацијата на Републичката ревија која се одржа на 9–ти јуни во салата на МОБ. И во областа на спортот, учесниците на регионалните пензионерски натпревари во општина „Илинден" постигнаа солидни резултати, а женската екипа во дисциплината пикадо го освои првото место и се номинира за учество во Републичката спортска олимпијада, која ќе се одржи во почетокот на септември оваа година.

На седницата беа истакнати и други успеси, а од раководството беше дадено ветување дека и натаму ќе настојува и ќе создава поволни услови за уште поголеми постигнувања.

Милка Гирасова

Седумнаесет старски домови отворени со поддршка на владините мерки

Како што е познато во Република Македонија недостасуваат институции за згрижување и престој на стари лица. Ако на ова се додаде дека животниот век се продолжува и дека помладите генерации се сè позафатени со своите обврски, состојбата од година во година станува се позагрижувачка и потешка. Со месеци се чека да се ослободи место. Овој проблем постојано го потенцира Сојузот на здруженија на пензионери на Македонија и претседателот Драги Аргировски, а го согледа и државата, па така со Владиниот проект за изградба на старски домови во Сопиште почна со работа 17–от Дом за стари лица во Република Македонија. Старскиот дом „Св. Петка" е со капацитет од 21 легло, а во моментот се сместени 14 лица.

Инвеститорот, како што истакна министерот за труд и социјална политика Диме Спасов, при посетата на домот, искористил владини мерки, меѓу кои грантот за самовработување и 1.500 евра за дополнително вработување, односно грант од 4.500 евра. Ја искористиле и мерката за вработување млади лица до 29 години со која вработиле две лица.

– Новата приватна установа „Св. Петка" отвори 10 работни места, а со зголемувањето на бројот на згрижени стари лица ќе се зголеми и бројот на вработени. Ќе продолжиме да го поттикнуваме приватниот сектор, приватните инвеститори да инвестираат во вакви капацитети, а со тоа да се зголемува конкуренцијата и квалитетот за згрижување на старите лица и да се намалуваат цените, – рече меѓ удругото министерот Спасов.

Како резулатат на владините мерки и поволности отворени се 17 домови за стари лица, а во постапка на основање се уште четири. Во соработка со општините, министерот информираше и дека се продадени три локации за изградба на нови старски домови со што продолжува континуитетот за зголемување на капацитетите за згрижување стари лица во државата.

Сопственичката на Домот, Даниела Стојковска е мајка на три малолетни деца, како активен баратeл на работа поднела документи и добила грант за изградба на старечки дом.

– Благодарност до Владата што ми овозможи јас како невработена, мајка на три деца да вработам 10 луѓе. Се надевам дека за брзо бројката ќе се прошири, – вели Стојковска.

Би било убаво овој пример да го следт и други невработени лица бидејќи добробитите се на двете страни.

Калина С. Андонова

СЗПМ со поддршка на културни манифестации и издавачка дејност

Извршниот одбор на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија и годинава го распиша Конкурсот за поддршка на културни манифестации и издавачка дејност во 2015 година. Комисијата во состав: Васил Тоциновски, претседател, Тамара Арсовска и Томче Стојков, членови, немаа лесна работа. Интересот најдобро го илустрира податокот што поединци, групи и здруженија поднесоа триесет и шест проекти. Во делот на културните манифестации поддржани се пејачката и играорната група на ЗП Шуто Оризари и театарската претстава „Сомнително лице" на ЗП Куманово. Пријатно изненадување претставува големиот интерес во издавачката дејност со интересни, квалитетни и жанровски разновидни проекти. Поддржани се новите поетски книги „Песна на ѕвездите" од Нада Алексоска, „Лулка на срцето" од Лидија Јеремиќ и „Ехо во квечерината" од Сава Таховска. Со книги раскази се јавуваат Анастас Ќушкоски „Глува река", Баки Бакиу *Басни*, Ленка Гогоска и Благоја Алексоски „Џунџуле". Душко Јосифовски пред читателите се јавува со романот „Гроздана". Посебно интересни се поддржаните проекти од областа на публицистиката и науката: „Последниот илинденец" од Иван Глигоровски, „Матуранти и потоа" од Благој Арсов, „Македонски леења" од Михаил Белдедовски, *Кратовска област* од Стојан Насевски и монографијата „Десет години културно живеење" на ЗП Куманово. Посебно радува појавата на нови автори дебитанти, па во таа смисла поддржани се книгата раскази „Судбини" на Калина С. Андонова и стихозбирката на Петар Шаламанов.

Комисијата едногласно донесе неколку заклучоци кои би биле во функција за натамошна успешна мисија на традиционалниот Конкурс за поддршка на културни манифестации и издавачка дејност на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија. Тоа е дека секој проект – книга треба да има белешка дека изданието има финансиска поддршка од СЗПМ, лектор, поговор или предговор кои не се само препорака до читателите, туку се и соодветна валоризација на тематските и естетските вредности на делото. По објавувањето на трудот авторите се должни да достават десет примероци и фактура за искористените средства. Комисијата исто така предлага во иднина во Конкурсот како услов и потреба со барањата да се доставуваат и по две позитивни рецензии – препораки. Во богатите форми и содржини на работа и дејствување кои резултираат со извонредни успеси на СЗПМ, секако Конкурсот што беше распишан по третпат претставува нова стимулација за творештвото на нејзините членови што уверливо ги потврдува виталноста и креативноста на припадниците на третата доба.

В.Тоциновски

СОЈУЗОТ НА ЗДРУЖЕНИЈА НА ПЕНЗИОНЕРИ
НА МАКЕДОНИЈА МУ СЕ ЗАБЛАГОДАРУВА НА
„ГАЗМЕНД ТУРИСТ"
ПРЕТПРИЈАТИЕ ЗА УДОБЕН И СОВРЕМЕН ТРАНСПОРТ
НА ПАТНИЦИ, ЗА УСПЕШНАТА СОРАБОТКА
СО НАДЕЖ ДЕКА ИСТАТА ЌЕ ПРОДОЛЖИ И ВО ИДНИНА

СЗПМ

Знам зошто.
Вашата пензија секогаш навреме.
НЛБ Сребрен пакет
ПОН ВТО СРЕ ЧЕТ ПЕТ САБ НЕД
1 2 3 4
5 6 7 8 9 10 11
12 13 14 15 16 17 18
19 20 21 22 23 24 25
26 27 28 29 30 31
NLB Тутунска банка
НЛБ Сребрен пакет
• VISA Electron дебитна картичка
• ПЕНЗИОНЕР+ Maestro картичка
• Зегин - НЛБ Тутунска банка картичка
• Кредитни картички
• Трајни налози
• Сребрен кредит за пензионери
• Депозити за пензионери
Поволности
• Пензија на првиот работен ден во месецот
• Плаќање на рати без камата во сите аптеки на Зегин
• 3% попуст во ВЕРО маркетите за имателите на ПЕНЗИОНЕР+ картичката
NLB Тутунска банка
www.nlbtb.com.mk
Контакт центар: 02/15-600

25 години
ZEGIN ВАША СЕМЕЈНА АПТЕКА
ЕВРОБАЛКАНСКИ ЛИДЕР ВО ПРОМОЦИЈА НА НОВИ МОЛЕКУЛИ
PHARMAVITAL
LUTEIN FORTE
NAHRUNGSERGÄNZUNGSMITTEL
NEUE REZEPTUR
AUGEN KAPSELN
30 KAPSELN HOCHDOSIERT
LUTEIN FORTE
Витамин А, Витамин Б2 и цинк кои придонесуваат за одржување на видот.
Витамин Ц и Витамин Е кои придонесуваат за заштита на клетките од оксидативен стрес.
ONE DAILY
NEURO VITAL FORTE
30 TABLETS • VEGAN
NEW FORMULA
Improves Brain Function, Mental Focus & Memory
AMINO ACIDS
MAGNESIUM
VITAMIN B6
VITAMIN C
GINKGO
• МОЗОЧНА ФУНКЦИЈА
• МЕНТАЛЕН ФОКУС
• ПОМНЕЊЕ
За нормална физиолошка функција и нормална функција на нервниот систем
ГИНКО БИЛОБА, АМИНОКИСЕЛИНИ, МАГНЕЗИУМ, ВИТАМИН Ц, НИАЦИН.
PHARMAVITAL ГЕРМАНСКИ КВАЛИТЕТ ЗА ОДЛИЧНА ЦЕНА

ОД РАБОТАТА НА ФОНДОТ НА ПИОМ

Исчекор што значи современо работење

Неодамна, во Фондот на ПИОМ се одржа конференција за новинари од печатените и електронски медиуми, на која тие беа запознати со примената, односно реализацијата на најновите проекти на Владата на РМ, и тоа, преглед на регистрираните податоци во матичната евиденција, односно информирањето на граѓаните за нивниот стаж двапати во годината и за електронскиот пристап до податоците за стаж и плати преку Интернет. Во оваа прилика, треба да се истакне дека во изминатите неколку години во Фондот на ПИОМ, беа реализирани десетина проекти, кои придонесоа за максимално приближување и распо-лагање на услугите на сегашните и идни пензионери, но и перманентно настојување за унапредување и модернизирање на вкупната работа во Фондот на ПИОМ.

Со последните измени на Законот за пензиското и инвалидското осигурување, Фондот беше задолжен до крајот на 15 февруари 2015 година, да подготви, имплементира и реализира цикличен процес за доставување на прегледи за утврден стаж и плата. За таа цел, се изврши анализа за обврската и расположливиот буџет, при што се констатира дека единствена опција е да се искористат можностите за бесплатна достава преку е-маил пораки. Фондот требаше да изработи софтверски апликации за електронски пристап до податоците за стаж и плата, потоа електронско рангирање на апликациите за сместување во пензионерските домови и доставување на апликации за остварување на правата од ПИО преку Интернет. Исто така, Фондот, од своја страна, во плановите за работа ја вклучи и апликацијата за доставување на пријавите за договори за дело и авторски права преку Интернет.

Поставени пред задачите кои произлегуваа од новиот проект, во текот на 2014 година, во Фондот на ПИОМ беше направен Акциски план, во кој главни обврски беа да се дефинира процесот на работа, да се обезбедат службени податоци за е-маил адресите на обврзниците за уплата на придонес и согласноста на Агенцијата за заштита на лични податоци. Особено беше значајна техничката подготовка за доставување на огромен број е-маил пораки во краток временски период и да се обезбедат доволно процесирачки ресурси. Но, требаше да се избегнат и некои интернет ограничувања кон оние кои генерираат толкав број пораки со ризик дека може да бидат блокирани од контролорите на глобалниот интернет, како и да се обезбеди заштита на податоците со криптирање. На општо задоволство, сето тоа беше успешно спроведено, што е уште еден доволен показател за мобилизација на сите вработени во Фондот на ПИОМ и одговорно однесување во реализацијата на проектот кој отпочна на 15 јануари, а заврши на 14 февруари 2015 година. Со овој проект беа доставени прегледи за сите вработени кај секој регистриран обврзник за уплата на придонес (деловен субјект/работодавач). Овој зафат овозможи да бидат доставени фајлови по е-маил пораки за 508.860 прегледи за 74.960 обврзници. Акцијата продолжи и понатаму за оние кои имале проблем да го отворат фајлот, или ја избришале пораката, како и од други причини не ги имаат прегледите на своите податоци. Вака добиените прегледи, потребно е работодавачот веднаш да ги дистрибуира до своите вработени, со што се прави огромен чекор во ставањето ред во пензиската политика.

Следниот чекор од овој проект беше тоа дека по примените коментари од обврзниците, извршено е генерирање на податоците за утврден стаж и плати, така што во текот на месец март, повторно е реализиран дополнителен циклус за 3.151 обврзник, или 51.678 прегледи за осигуреници.

Важно е да се истакне дека во подготовката на наредниот циклус во делот на содржината и комплетноста на податоците за стажот и платите, Фондот презеде активности за ажурирање на податоците за стаж и плата за кој е платен придонесот за што постои електронска евиденција. Ова придонесе да се подготви софтвер со кој масовно се изврши генерирање и контрола на податоците за стаж на осигурување и плата (М4) за осигурениците за сите години после јануари 2006, вклучително и за 2014 година. Од овој аспект, се очекува подобар квантитет и квалитет на податоците во наредниот циклус, кој треба да биде реализиран до 15 јули 2015 година.

Исто така, во процедура е редизајнирањето на прегледот со податоците која се подготвува да го замени тековниот преглед во следните циклуси и други проекти. Во тек се преговори за нов договор за размена на податоците со Централен регистар, за преземање ажурни службени податоци за е-маил адресите на обврзниците за уплата на придонес.

Од јуни годинава, на веб страницата на Фондот, ставена е во употреба и софтверската апликација за електронски пристап до податоците за стаж и плата, со што дополнително се унапредува комуникацијата која ќе му овозможи на секој осигуреник безбеден пристап до своите лични податоци. Всушност, секој осигуреник преку безбедна Интернет конекција ќе може да го преземе прегледот за регистрирани податоци во матичната евиденција на Фондот на ПИОМ, потпишан со електронски сертификат во било кое време, согласно неговите лични потреби и може да биде добра замена за претходниот проект.

Секој заинтересиран граѓанин кој сака да има електронски пристап до базата на податоците на Фондот на ПИОМ, треба само еднаш да дојде во Фондот за да го подигне своето корисничко име и лозинка и потоа лично тој, постојано да има пристап до сопствените податоци за стаж и осигурување.

Новата е-услуга за податоците за стаж и плати преку веб-страницата на Фондот, овозможува граѓаните на Р. Македонија, континуирано и во текот на 24 часа да имаат пристап до своите податоци за стаж и плата, односно да се информираат дали работодавачот каде што работи навремено му ги исплаќал придонесите, со што ќе можат навреме да извршат соодветни корекции на стажот за остварување на своето право за пензија, а истовремено ќе се намали и метежот и турканиците пред шалтерите во Фондот.

Од погорното се гледа дека во Фондот на ПИОМ, паралелно се работи на реализација на бројните програмски работни задачи, што недвосмислено покажува дека прифаќањето и реализирањето на новите проекти е иднината на модерното административно работење...

м-р. Снежана Кутузовска

Седница на Управниот одбор на Фондот на ПИОМ

Усвоени информации за членарината и солидарниот фонд на пензионерите

Управниот одбор на Фондот на пензиско и инвалидското осигурување на Македонија на седницата што ја одржа на 29 јуни го усвои Предлог буџетот на ПИОМ за 2016 година со предлогот за Стратешкиот план до 2018 година, а беше информиран и запознат со позитивната финансиска состојба во првите пет месеци од годинава. На оваа седница беа усвоени и информациите за членарина и за Солидарен фонд за корисници на пензија во периодот јануари–мај 2015 гиодина. Со седницата раководеше претседателот на Управниот одбор Јасмина Иванова, а воведни забелешки по информациите за пензионерската проблематика даде Ајредин Амзаи, помошник директор на Фондот на ПИОМ.

При разгледувањето на Информацијата за членарина беше констатирано дека согласно член 115 од Законот за пензиското и инвалидското осигурување, Фондот на пензиското и инвалидското осигурување на Македонија на корисникот на пензија, со негова согласност, му запира дел од пензијата за обезбедување на средства потребни за исплата на посмртна помош за членовите на неговото семејство и за членување во здруженијата на пензионери (членарина). Издвојувањето на посмртната помош и членарината се врши доброволно од пензијата на корисникот на пензија, освен од семејната пензија на дете остварена по основ на школување. Согласно член 116 став 2 од истиот закон, висината на задршката за посмртна помош и членарина со акт (одлука) ги утврдува **Регистрираната организација на сојузите на здруженијата на пензионери на Македонија.**

Според Одлуката на Регистрираната организација на сојузите во 2014 год., висината на задршката за членарината е 30,00 денари и истата Фондот ја дозначува на сметката што ја определува Регистрираната организација на сојузите по секоја исплата на пензиите за тековниот месец, а распределбата по сојузите ја врши СЗПМ.

Во 2015 година, средства за членување во здруженијата на пензионерите заклучно со мај истата година, се дозначени во вкупен износ од 42.080.700,00 милиони денари. Од вкупниот број на пензионери заклучно со месец мај 2015 година кој изнесува 289.938 (работничко, воени и земјоделски), на 280.755 корисници на пензија им се врши задршка за членарина во износ од 8.490.810,00 денари, и истите се дозначени на сметката на Регистрираната организација на сојузите на пензионерите на Македонија.

Од вкупно 9.183 корисници на пензија на кои не им се задржува членарина, 8.591 корисник на пензија се по основ на работничко осигурување. По основ на корисниците од воено осигурување, од вкупно 1.657, задршка за членарина не се врши за 32 корисници на пензија, а по основ на земјоделско осигурување задршка не се врши на 560 корисници. Од вкупниот број на корисници на пензија на кои не им се задржува членарина заклучно со месец мај 2015 година, 3.204 корисници се деца на школување до 26 годишна возраст. Споредбено со истиот период од 2014 година, бројот на корисници на кои не им се задржува членарина е намален за 256 корисници. Бројот на корисници на пензија по филијали и деловници на кои не се врши задршка за членарина е најголем во Скопје, Битола, Прилеп и Тетово.

Во врска со Солидарниот фонд беше истакнато дека согласно Законот за пензиското и инвалидското осигурување на Македонија („Службен весник на РМ" бр 98/2012 година), Фондот на пензиското и инвалидското осигурување на Македонија е задолжен со согласност од корисникот на пензија, да му се задржи дел од пензијата за обезбедување средства потребни за исплата на посмртна помош за членовите на неговото семејство и за членување во Здружение на пензионери (членарина). Врз основа на донесената Одлука бр 02–02/847 на Одборот на регистрираната организација на сојузите на здруженијата на пензионерите на Македонија, висината на задршката за Солидарен фонд изнесува 120 денари, а висината на членувањето во здружението изнесува 30 денари, или вкупно задршки во износ од 150 денари. Висината на посмртната помош е во износ од 30.000 денари. Средствата за Солидарен фонд – посмртна помош, Фондот ги уплатува на посебна подсметка во рамките на Трезорската сметка со назнака „Средства за солидарен фонд – посмртна помош на корисниците на пензија".

Во периодот јануари – мај 2015 година пресметани се и задржани средства за Солидарен фонд – посмртна помош во вкупен износ од 168.559.050,00 денари од просечно 280.397 корисници на пензија на кои се врши задршка и истите се дозначени на посебната сметка за оваа намена по месеци.

Фондот на пензиското и инвалидското осигурување на Македонија редовно ја сервисира исплатата на посмртната помош за починатите корисници на пензија, по исплата на пензиите и пренесување на средствата од задршката на корисниците на пензија на жиро сметката на Фондот – средства за исплата на солидарен фонд во трезорот на Министерството на финансии. Според бројот на починатите корисници на пензија во периодот јануари – мај 2015 година, произлегува дека месечниот просек на исплатени починати корисници изнесува 1145 корисници, односно просечно месечениот исплатен износ изнесува 34.440.000,00 денари. Месечниот износ на средствата од задршките на корисниците на пензија за Солидарен фонд во просек изнесува околу 33.711.810.133,00 денари. Од овој сооднос произлегува дека средствата кои се издвојуваат, не се доволни да ја покријат тековната исплата на средствата за посмртна помош на починатите корисници на пензија, односно не се доволни за исплата на надоместокот за исплата на Солидарен фонд кој изнесува 30.000,00 денари. И покрај зголемениот износ на дозначените средства за Солидарен фонд во последните месеци како резултат на акциониот план од страна на Фондот на пензиското и инвалидското осигурување на Македонија, се констатира дека Фондот во периодот јануари – мај 2015 година обезбедува средства само за 1.123 починати корисници на пензија во месецот, односно помалку за 22 корисника, или помалку средства од 660.000,00 месечно. Ваквата состојба предизвикува пролонгирање, односно извесно задоцнување во исплатата на поднесените барања за починатите корисници, за што е потребно Одборот на регистрираната организација на сојузите да преземе соодветни активности согласно законските регулативи.

Д.А.

Табела за бројот на корисници и исплатени средства за Солидарен фонд - посмртна помош за периодот јануари - мај 2014/2015 година.

Р.бр	Месеци	Починати 2014 година	Исплатени средства 2014 година	Починати 2014 година	Исплатени средства 2015 година	Разлика
	1	2	3	4	5	(5–3)
1	јануари	1155	34.650.000	1.229	36.870.000	2.220.000
2	февруари	1152	34.560.000	1.120	33.600.000	–960.000
3	март	1100	33.000.000	1.122	33.660.000	660.000
4	април	1163	34.890.000	1.123	33.690.000	–1.200.000
5	мај	1115	33.450.000	1.134	34.020.000	570.000
	Вкупно:	**5.685**	**170.550.000**	**5.728**	**171.840.000**	1.290.000

ПЕНЗИОНЕР плус

Весник за сегашните и за идните пензионери

Издавач:
СЗПМ

Година VIII – број 84–85
јули 2015 год.

БЕСПЛАТЕН МЕСЕЧЕН ВЕСНИК

Издавачки совет:
Драги Аргировски (претседател)
Бесник Поцеста
Методија Тошевски
Станка Трајкова
Гидо Бојчевски
Лена Семенакова
Павле Спасов
Д-р Веле Алексоски
Мустафа Ќамуроски
E-mail: argirovski@szpm.org.mk

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

Членови:
Мендо Димовски, уредник;
Цветанка Илиева
Баки Бакиу,
Спирко Николовски,
Димитар Чавдаров

Лектор:
Верица Тоциновска

Адреса:
СЗПМ „12 ударна бригада"
бр. 2. зграда на ССМ – Скопје
П.фах. 440

Телефон: 02 3223 710
тел–факс: 02 3128 390

Web: **www.szpm.org.mk**
E-mail: **kontakt@szpm.org.mk**

Компјутерска обработка:
СЗПМ

Печати:
Графички центар Скопје

Ракописите и фотографиите не се враќаат.

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

ЗП Ѓорче Петров

Активист и хуманист

Во Вашето здружение сте познат како еден од најактивните членови. Вистина ли е тоа?

За време на мојот работен однос во МВР бев ангажиран во повеќе општествени активности. Тој мој ангажман продолжи и по моето пензионирање во ЗП Ѓорче Петров, со една единствена цел да дадам свој придонес во афирмацијата на Здружението и подобрување на квалитетот на живеење на пензионерите од нашата општина. Моето ангажирање не остана незабележано, па во 2007 година бев избран за член на Извршниот одбор, а потоа и за секретар, на која што функција сум и денес. Со доста вложен труд, несебична работа, одвојување на дел од слободното време заедно со останатите структури Здружението за кратко време успеа да постигне доста резултати во сите области и се вброи меѓу најдобрите на ниво на СЗПМ. Јас лично вложувам доста труд, но постигнатото се должи и на големата меѓусебна соработка и разбирање со претседателот на ИО Методија Новковски.

Кои активности ги планира Вашето здружение за наредниот период?

Во наредниот период сакаме ЗП Ѓорче Петров да се афирмира уште повеќе. Нашите пензионери да бидат задоволни, а тоа можеме да го постигнеме само со поголема ангажираност. Здружението преку цела 2014 година работеше на Пилот–проектот за изработка на социјална карта на нашите членови. Оваа обврска успешно е извршена речиси 90%. Резултатите од анкетирањето сега треба да се имплементираат. Тие се со повеќекратна корист. Сега знаеме на кои наши пензионери им е потребна помош и во соработка со Црвениот крст планираме да ја реализираме. Исто така сакаме да ја дистрибуираме подготвените членски книшки на секој наш пензионер. Таа активност прво ќе почнеме да ја реализираме во огранокот „Ѓорче Петров", а потоа и во останатите огранoци. И оваа активност како и социјалната карта, е обемна работа, но заеднички ќе ја завршиме во текот на годината.

Покрај тоа што сте општествено активен, Вие сте познат и како многу хуман човек. Во што се состои таа Ваша активност?

Да се биде хуман значи да се има желба да му се помогне на секој во одреден момент. Јас по природа сум хуман човек и среќен сум што и во нашето здружение има многу такви луѓе. Нашата хуманост ја искажавме и за време на поплавите кои ја зафатија Р Македонија. Здружението донираше помош во хигиенски материјали, минерална вода, прехранбени артикли и друго, но уплативме и парични средства. Исто така, правиме посета на наши изнемоштени болни членови на кои им подаруваме пакети или ваучери, а секоја година го посетуваме и Геријатрискиот центар „13 Ноември" и Домот за стари во Злокуќани. Што се однесува до мене, јас сум и редовен крводарител. Првпат дарував крв во далечната 1966 година. Оттогаш па сè до ден–денешен имам дарувано над 120 пати крв. За оваа моја хумана активност имам добивано безброј признанија. Исто така, можам да се пофалам дека во моето потесно и пошироко семејство има околу 30 редовни крводарители, а меѓу нив се синот Марјан, ќерката Сузана, снаата Биљана, внуката Ангела како и браќа, сестри и внуци.

Истовремено работам и на полето на мотивацијата кај граѓаните, а посебно кај младата популација.

Вие сте член и на Црвениот крст. Има ли доволно волонтери во Вашето здружение?

Јас сум долгогодишен член на Црвениот крст во кој има голем број волонтери. Таму сите членови се волонтери. Ме радува фактот што сè поголем број млади лица стануваат активни членови на Црвениот крст. Волонтерството и хуманоста се истакнуваат особено за време на летниот период како и за време на елементарни непогоди. Што се однесува пак за волонтери во нашето здружение можам да кажам дека и овде ги има во сè поголем број, но сепак мислам дека треба уште повеќе да работиме во оваа област.

Покрај толкава ангажираност имате ли време и за други работи, за шетање, читање, некое хоби и слично.

Слободното време го минувам заедно со моите внучиња со кои излегувам на прошетка, Спортувам, а љубител сум и на енигматиката. Се обидувам многу работи да им пренесам на внучињата. Исто така, еднаш месечно одам и во моето родно село Јосифово каде што имам лозови насади, па и таму се одморам.

Калина С. Андонова

50 години од матура на Кумановските гимназијалци

Со нетрпение и некоја скриена возбуда го исчекував денот на нашата пензионерска средба по повод 50 години од матура иако со некои се гледам речиси секој ден, со некои доста често, а со некои сум се сретнала пред 10 години! Како изгледаат овие што не ги гледам често? Се измениле ли?

На 6. јуни 2015 година беше закажана средбата. Нешто пред 10 часот почнаа да доаѓаат „матурантите". Поздравување, прегрнување и проверување: кој колку остарел, како изгледа на крајот од седмата деценија.

За жал не се собравме многу. Ги гледам и имам впечаток дека присуствувам на родителски состанок на нашите родители од пред 50 години. Сите личиме на нив, кој повеќе кој помалку.

На класниот час не поздрави и ни посака добредојде на овој наш убав и значаен јубилеј, сегашниот директор на нашата гимназија, кој меѓу другото рече дека гимназијата „Гоце Делчев" сè уште се наоѓа меѓу петте најдобри гимназии во Македонија. Се чувствувам горда. Така беше и кога учевме ние. Сите први награди по многу предмети беа наши.

По него ни се обрати наш колега од математичката насока Киро Солар, изразувајќи задоволство што сме заедно, а по неговото обраќање оддадовме почит на починатите професори и колеги. Ги има доста!

Со одбрани зборови колешката Станка Трајкова во име на јазичниот смер не поздрави, притоа потенцирајќи дека е воодушевена од прекрасните слики кои што ги красеа ѕидовите на просторијата во која сме собрани, дело на ученици од разни генерации на гимназијата.

Потоа сите заедно одиме во најблискиот ресторан. И таму како извор извираат спомените од најубавите години на нашето школување. Секој има што да каже. Некој се фали со другарството, некој со палавштините. До мене седи мој другар со кој сум била во исто одделение и клас, верувале или не 13 години, од забавиште до матура, а другарството ни трае 63 години. Многу!

Се разделуваме со ветување дека ќе се гледаме секоја наредна година. Дали ќе биде така?

Калина Сливовска - Андонова

55–годишен јубилеј на текстилните матуранти

Тоа сме ние

На 10.06.2015 година во утринските часови почнаа да пристигнуваат пред влезот на текстилното училиште во Штип првите матуранти кои го стекнале своето знаење за текстилот пред педесет и пет години. Тоа е првата генерација од текстилното училиште во Македонија, која ги даде зачетоци на текстилните фабрики низ нашата земја.

Со голема љубов кон другарството и кон спомените од ученичкиот живот овие средовечни луѓе пристигнаа од повеќе градови во Македонија, а и од соседните држави. Нивната педесет и пет годишна „Матурска средба" привлече големо внимание кон пошироката јавност, бидејќи тоа се текстилни работници познати како врвни технолози, управители и менаџери, основачи на текстилната индустрија во Македонија, кои своето понатамошното дообразување и усовршување го продолжија на текстилните факултети во Љубљана, Загреб и Скопје. Заради сето тоа, заслужуваат со почит да се истакнат нивните имиња: Александар Цебов, Александар Захариев, Ванчо Прешленков, Мијалче Балов, Александар Стаиќ, Благој Попчев, Мирко Коцевски, Трајче Тасков, Петар Каракашев, Реџаил Рамаданов, Ѓоше Маренчев, Ристо Причков, Ристо Дурдубаков, Штерјо Николов, а еве и до нив честитка:

Првите текстилци–момчиња во Штип
Се дружеа сложно до црешовиот рид,
Со учење и смеа им минеа дните,
Во спортските игри учествуваа сите.
Пред педесет и пет далечни лета,
Кога младоста ко цвет пролетен цвета,

Првите текстилци со диплома в рака,
Со љубов кон професијата што ја сакаат,
Тргнаа смело по својот пат,
Да ја градат иднината на својот град.
Секој си најде свое работно место,
Живот да гради, беспрекорно, чесно,
Машините пееја од нивната грижа
Успеси бројни од платното се нижеа.
Но денес ги нема фабриките со врати отворени,
На нив висат катанци затворени!
Зошто ли згаснаа фабриките мили,
Што ткаеа волна, памук и свили.
Прашања без одговор ќе паметат сите,
Зборот приватизација ги голтна дните.
И денес како и тогаш пред 55 лета
Првите текстилци, сложно се дружат,
На овој голем јубилеј здравица си пружаат.

Натка Цебова

Во Кочани

Средба по 50 години матура

Убаво е кога по педесет години генерација матуранти, завршени средношколци во кочанската гимназија, ќе се сретнат на заедничка средба и ќе ги вратат спомените од ученичките денови. Ако пред педесет години беа голобради момчиња, со спомените од првата средношколска љубов, симпатија или повеќе од тоа, денес тие се пензионери, завршени економисти, професори, доктори, инженери... Кај сите нив и по 50 години останала желбата за другарство, пријателство, заедничка средба.

– На средбата имавме можност со некои од школските другари да се видимне дури по педесет години. Многумина од нас заминаа надвор од Кочани, завршија факултети, создадоа свои семејства. Денес сите ние сме пензионери, достојно и се оддолживме на државата, но спомените од ученичките средношколски денови остануваат да не потсетуваат на едно време поминато во кочанската гимназија, – ни изјави Миле Соколов, пензионер, организатор на средбата.

Меѓу генерацијата матуранти која обележуваше 50 години од матурата, беше и нивниот професор по хемија Драгица Тасева, која непосредно по завршените студии со дневникот во рака беше меѓу средношколците.

– Тогаш и јас бев млада, со завршен факултет и постара од нив само пет години. Бев и професор и другар. Тоа беше мојата прва генерација на која бев класен раководител, која ќе ја паметам долги години. Секоја средба со нив ме враќа во младоста, во годините кога станаа кочанска снаа и професор во гимназијата, – ни изјави Драгица Тасева, професор во пензија.

Дружењето на генерацијата матуранти 1965–2015 продолжи во ресторанот „Аледар" во Кочани со заедничка средба.

К. Герасимов

Полувековен јублеј на штипската гимназиска генерација 1965-2015

На 7 јуни годинава една од трите најуспешни генерации во неговиот 23–годишен мандат како директор на Гимназијата „Славчо Стојменски" во Штип, како што често знаеше да потенцира легендарниот директот, педагог и сакан пријател на учениците, Александар Аговски, ја одбележа 50–годишнината од матурирањето, што се случи во далечната 1965 година, во градот под Исарот. Пред влезот на сеуште актуелната зграда на Гимназијата, сега веќе 68–69 годишњаци со побелени коси, со видоизменети телесни карактеристики, со траги на лицата од полувековните собитија по врвиците на сопствените животни патеки, за еден момент се претвораја во деца. Се радуваа на секој препознаен лик „од прва", или се чудеа пред некој лик на кого воопшто не можеа да се сетат, и наеднаш, по препознавањето – прегратки, радост, брборење, секој брзајќи да каже што повеќе моменти од младешките лудории создадени меѓу ученичките клупи.

Оваа генерација, прва од природно–математичката насока во историјата на штипската Гимназија, ја имаше привилегијата, првите три години да ги помине во зградата во Штипско Ново Село, каде од 1894 до 1896 учителствувал најпознатиот македонски учител и револуционер, Гоце Делчев, и каде од неодамна е сместен и Ректоратот на Универзитетот „Гоце Делчев" во Штип. Четвртата, завршната година во Гимназијата, генерацијата за која станува збор, ја помина во денешната зграда на Гимназијата „Славчо Стојменски" во центарот на Штип.

Сега 50 години подоцна, само може да се потврди успешноста на генерацијата. Меѓу дипломираните факултетлии и вишисти, има од сите струки. Сите се пензионери, но не од оние кои седат на клупа во парк за да им помине времето, туку се активни во своите „нови" професии кои ги извршуваат со многу ентузијазам, волонтерски и со љубов кон семејствата, децата и внуците. Овде нема простор да ги спомeнеме поединечно, но затоа постои животописот на генерацијата, „Матуранти и потоа", објавен по повод 50 годишната прослава и финансиски поддржана од Сојузот на здруженија на пензионери на Македонија.

И како што обично се случува, на крајот од средбата, радоста од почеток се измеша со носталгичен поглед кон изминатиот половина век, со нескриена желба, повторно да се сретнеме наредната, па таа по неа, и по неа, и по неа.... година.

Благој Арсов

Интервју со Арсенчо Алексовски, градоначалник на Крива Паланка

Примерна соработка со пензионерите

Здружението на пензионери од Крива Паланка има мошне добра соработка со Општината и градоначалникот Арсенчо Алексовски. Најсвеж пример за тоа е поддршката и помошта на неодамнешното регионално спортско првенство на пензионерските здруженија од овој регион што се одржа во Гиновци, на кое ЗП Крива Паланка беше домаќин. Всушност, тоа е поводот за разговор со градоначалникот, што го започнавме токму за оваа тема.

Градоначалниче, знаеме дека имате примерна соработка со ЗП Крива Паланка, односно со највозрасните жители на градот - пензионерите, но кажете ни нешто повеќе за тоа?

– Можам слободно да кажам дека соработката со пензионерите е на највисоко ниво откако сум јас дојден за градоначалник на општината. Редовно одржуваме средби со раководството, при што ги решаваме нивните барања и проблеми доколку ги има. За секоја седница на Советот на општината Крива Паланка ги повикуваме пензионерите со свој претставник да присуствуваат и да учествуваат во работата. И при формирањето заедници, пензионерите исто така, присуствуваат и учествуваат. Така, повеќе дознаваме едните за другите и знаеме на што повеќе да се фокусираме при натамошната соработка.

Што планирате да направите во иднина за да го подобрите квалитетот на животот на пензионериоте од вашата општина. Ќе отворите ли уште некој клуб за дневен престој или пензионерски клуб?

– Секако, планираме и ја разгледуваме можноста за отворање нови пензионерски клубови, бидејќи навистина има потреба за тоа, за да можат пензионерите во тие свои катчиња да се дружат, да играат шах, домино, табла и уште слични такви игри, да прочитаат некој весник и да разменат мислења за актуелни теми. Долгорочно размислуваме и изнаоѓаме можност за изградба на пензионерски дом. Значи, секојпат се осврнувам на нивното барање за решавање некој проблем од животот.

Во повеќе градови ширум Републиката здруженијата на пензионери имаат потпишано меморандум за соработка со градоначалниците. Дали е тоа случај и во нашава општина?

– Меморандум за соработка со Здружението од Крива Паланка немаме потпишано, а досегашните контакти се одвиваат со покана за средби и состаноци. Се наметнува потребата за официјализирање на соработката со ваков документ и во најкус можен рок тоа ќе го направиме.

Градоначалничките обврски се мошне големи и одговорни па е потребно определено релаксирање и да така кажам, полнење на батериите за нови напори. Дали имате ваше хоби, што би ви помогнало во таа насока?

– Добро рековте дека ангажманот и обврските ми се големи и времето не ми дозволува да го исполнувам моето лично хоби, кое всушност го имав порано, а тоа беше ловот. Но и како семеен човек, слободното време му го посветувам на семејството, така што другите работи вон службените обврски нека чекаат подобри времиња.

Б. Стојчевска

Интересни книги

Дневникот на еден волшебник

Автор: Пауло Коељо

Пауло Коељо е бразилски новелист и писател. Добитник е на голем број меѓународни награди. Неговата книга „Алхемичарот" преведена е на 80 јазици!

„Дневникот на еден волшебник" е восхитувачка приказна на Пауло Коељо за неговиот аџилак по средновековниот чудесен Пат на свети Јаков до Сантјаго. Тоа е духовна потрага полна со авантури, но истовремено и фасцинантна алегорија за потребата од пронаоѓање на сопствениот животен пат. Борејќи се со многу искушенија, натчовечки напори за исполнување на задачите поставени од водачот–учител и неочекувани борби со внатрешните демони, патникот ќе ги научи најважните лекции за животот и за она што ги прави луѓе. На крајот од патот, ќе ја открие и најголемата тајна – дека не е важно да ја имаш моќта, туку да знаеш како правилно да ја искористиш.

Ова е една од најважните книги на Коељо, не само затоа што е негов прв голем роман, претходник на Алхемичарот, туку и поради целиот начин на кој во него е изразена хуманоста на филозофијата на Коељо и длабочината на неговата духовна потрага.

Можеби некогаш

Автор: Колин Хувер

Писателка. Мајка. Нинџа. Сопруга. Фанатичен обожавател на групата *The Avett Brothers*. Тврдокорен реалист. Живее во Тексас со сопругот и трите синови.

Сидни живее во идиличен свет заштитена навидум од сѐ: има работа во која ужива, живее со својата најдобра пријателка Тори. Таа има прекрасно момче и бесплатно слуша неверојатна музика во живо од балконот спроти нејзиниот. Но кога Сидни дознава дека нејзиното момче ја изневерува и тоа со нејзината најдобра пријателка, идиличното меурче пука. Таа одеднаш останува без Хантер, без Тори, без кров над главата и без работа.

Тогаш во игра влегува мистериозниот и привлечен сосед Риџ, кој стои зад музиката што доаѓа од спротивниот балкон. Тој веќе ѝ е делумно познат, иако реално не се познаваат, бидејќи Сидни е навлечена на неговата музика и не може да престане да го гледа и слуша како страсно свири на гитара на балконот. Тој ѝ нуди излез од навидум безизлезната ситуација, предлагајќи ѝ заедно да пишуваат песни, а со тоа истовремено ѝ дава и надеж дека таа може да продолжи со сопственото опстојување. Но продолжувањето понатаму со животот се покажува потешко отколку што Сидни очекува, па ѝ останува само да се надева дека... Можеби некогаш. Ова е страсна приказна за љубовта, предавството, лојалноста и музиката со која најизменично ќе се смеете и ќе плачете.

Овој роман не е само книга, туку нешто необично и уникатно, поразлично од сѐ што досега сте прочитале. **Избор: Васил Тоциновски**

Велимир Лешниковски ЗП Тетово

Учесник на првите републички спортски пензионерски натпревари

Здружението на пензионерите Тетово не само што е учесник, туку е и еден од иницијаторите за востановување на спортски натпревари меѓу пензионерите и на регионално и на ниво на Република Македонија. Ова здружение и сега ја поддржува иницијативата спортските натпревари на пензионерите да прераснат во меѓународни, да учествуваат и пензионерски асоцијации од соседните земји.

На првите републички спортски натпревари и игри, што се одржале во Охрид на 28 септември 1996 година, екипата на тетовските пензионери ја сочинувале 10 активни спортисти. На натпреварите биле застапени три дисциплини: стрелаштво, шах и пикадо. Во дисциплината стрелање со воздушна пушка, претставниците на ЗП Тетово го освоиле првото место. Во составот на шаховската екипа, како „прва резерва" бил и Велимир Лешниковски, тогаш туку што пензиониран.

– Тешко човек може да се присети на сите детали од тие настани. За нас беше најважно да отпатуваме за Охрид и да се дружиме со нашите колеги од други здруженија што го потврдија учеството на овие игри и натпревари. Сепак, добро се сеќавам дека се играше на три табли и дека во многу силна конкуренција ние не можевме да избориме највисоко место. Сепак, основно беше што се дружевме и што почнавме да шириме вистинско пријателство меѓу луѓето од „третото доба", во кое јас само што се зачленив, оти таа година се стекнав со право на пензија. По мене, уште позначајно беше тоа што уште на средбите во Охрид, иако само во три дисциплини, беше потврдено дека определбите за организирање спортски натпревари меѓу пензионерите е благородна определба. Се сеќавам дека беше договорено да се организираат спортски натпревари секоја година по повод 20 септември, денот на пензионерите на Македонија, да се одржуваат регионални натпревари и во други дисциплини, не само оние со кои почнавме во Охрид, а прваците на регионите да земат учество и на републичките натпревари, – вели пензионерот од Тетово Велимир Лешниковски.

Според Лешниковски, Тетово има богата шаховска традиција во која се забележува и масовно учество на сите категории граѓани. Во Клубот на пензионери во Тетово каде се собираат пензионерите, најдолго остануваат оние кои играат шах.

– Таму сум секој ден и јас, не затоа што се затворија просториите на Шаховскиот клуб „Тетекс" кој беше сместен во Центарот за култура, туку пред сѐ заради мојата желба да продолжам во шахот да го наоѓам моето лично задоволство. Со пензионирањето се префрлив овде, во Пензионерскиот дом. Овде и се вршеше и се врши селекција на најдобрите, но истовремено и се развиваше желба кон шахот, кон оваа древна игра, која во вистинска смисла на зборот, релаксира и шахистот го става во активна мисловна положба. Имаше период кога во шаховската секција на ЗП Тетово имаше и повеќе од 30 членови – шахисти. Можеби сега оваа бројка е помала, но затоа ја одржуваме децениската традиција. Меѓу машките, со најдобри успеси можат да се пофалат пензионерите Петко Дабески, Фаик Јашари, Стојан Велјановски и уште многу други. Сакам во оваа прилика да кажам дека и да се пофалам дека во Клубот на шахистите – пензионери, но и целосно во Клубот во Тетово, имаме извонредни и блиски меѓунационални односи. На исто место сме и со максимална меѓусебна доверба Македонци, Албанци, Роми, Турци, кои заедно сочинуваме вистинско друштво. Тоа е нашата вредност и одлика. Инаку, во шах – клубот сега има и женска екипа во која доминира квалитетот на Вера Ненчева, – го продолжува своето кажување Лешниковски. Интересно е што овој пензионер, кој цел работен век го поминал во образованието, но најдолго во култура, дал голем придонес во изградбата на Домот на пензионерите во Тетово.

Гојко Ефтоски

ЗП Кочани

Изложба на графики

Во изложбениот салон на Центарот за култура „Бели мугри" во Кочани беше отворена изложба на графички листови на академскиот сликар Момчило Аврамовски од Куманово. Аврамовски по четврти пат излага свои дела во Кочани, а на изложбата се поместени 24 графички листови.

– На графичките листови Аврамовски прикажува комплексна визуелна филозофија градена со искуство и со желба да се открие нешто ново во техничка смисла, да се направи фузија меѓу цртежот и графиката, – истакна во своето обраќање Роберт Цветковски, историчар на уметноста од Куманово.

– Момчило Аврамовски и припаѓа на постарата геренација на македонски академски сликари кои што сѐ уште се активни со потврден творечки континуитет, – изјави Коце Стојменов, директор на Центарот за култура од Кочани.

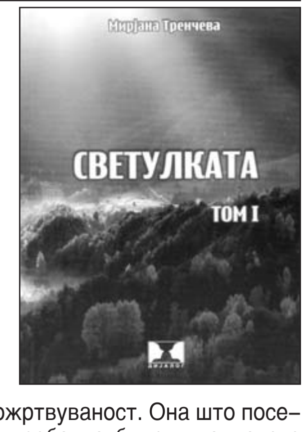
Изложбата на Аврамовски се реализира во соработка со центрите за култура „Бели мугри" од Кочани и „Трајко Прокопиев" од Куманово.

Еве уште еден пример дека за творење не се битни годините и дека создавањето на дела ја прави третата доба посодржајна и поубава.

К. Герасимов

Книжевна средба со Мирјана Тренчева

Промоција на романот „Светулката"



Во Клубот на љубителите на книгата при ЗП Солидарност – Аеродром, на 30 јуни се одржа книжевната средба со познатата македонска поетеса и преведувачка Мирјана Тренчева. Повод беше излегувањето од печат на нејзиниот роман првенец „Светулката" во два тома. Промотори беа Гордица Величковска и Иванка Стојковска. Фрагменти од делото читаше ученичката Оливера Митевска, претставник од седмо колено од лозата на Тренчеви. Ова епско дело е приказна за животот и делото на бележитиот Константин Тренчев, лекар, општественик, револуционер, хуманист, новинар и писател. Неговите животни и творечки врвици го минуваат долгиот пат од трње до ѕвездите. Керката на Константин, Мирјана Тренчева романот го гради како хронологија којашто во исто време опстојно и уметнички вредносно ги следи животот на детето од село Владимирово, неговото образование, а потоа во Воениот училиште во Софија и на Медицинскиот факултет во Виена. Како млад човек тој се нашол во крвавите воени битки на Солунскиот фронт од каде што едвај извлекува жива глава. Желбата да биде поблиску до својот народ и да му помога го мотивира по дипломирањето да се врати во татковината каде што ја продолжил својата професионална работа, а со неа безрезервно и веќе посведоченото македонствување.

Станува збор за личност и дело од традицијата и континуитетот на Македонија која што за жал останала помалку позната и афирмирана. Големи љубови на д–р Тренчев биле домот и семејството, професијата, литературното творештво и татковината. Во сите нив се внесувал со огромна љубов и пожртвуваност. Она што посебно како квалитет на романот треба да биде истакнато е авторската тенденција да се прикажат луѓето, времињата и настаните во Пијанец и Малешевијата, во Македонија, на Балканот и Европа. Едноставно речено делото на Мирјана Тренчева е своевидна лирска хроника – епопеја на европскиот 20. век. Станува збор за книга којашто поседува убав и негуван јазик и стил, динамика во раскажувањето, со богата галерија од ликови и карактери кои создаваат проза која што се чита со леснотија и интерес.

В. Тоциновски

Виница

Монографија за јубилејот на здружението „Златно доба"

Здружението на жени „Златно доба" од Виница,во кое членуваат голем број сегашни и идни пензионерки, своето 10 – годишно постоење го одбележа со издавање Монографија, чиј автор е Марика Симова, професор во пензија која на 50 страници преку фотографии и текстови дава осврт кон сите досегашни активности кои жените ги реализираат пред се како аманет од прерано починатата Ристика Христова, основоположник на ова здружение кое е едно од најактивните во овој крај.

Во подготовката и издавањето на Монографијата се вклучија сите активни членови,на чело со претседателката Петрунка Илиева. Во Монографијата посебен акцент е даден на Василичарскиот карневал организиран од жените за жените во кој учествуваат пензионери и тинејџери и кој од година во година станува се помасовен, а го следат и гости од Кочани и Штип.

За издавањето на ова јубилејно издание голем придонес даде и градоначалникот на Виница, Емил Дончев. Здружението на жени „Златно доба" во изминативе десет години,па и сега организира повеќе хуманитарни акции, дружења, екскурзии, а се обработуваат и теми од областа на здравството, зашто се покануваат луѓе од разни области.

Жените на ова Здружение посебен акцент даваат и на соработката со Општина Орхангази, Р. Турција, како и со неколку збратимени градови од соседството.

С. Арсов

ЗП Битола

ЗП Пробиштип

ЗП Радовиш и Конче

ЗП Прилеп

ЗП Ѓорче Петров

ЗП Гевгелија

ЗП Македонска Каменица

ЗП Кисела Вода

ЗП Гостивар

ЗП Гази Баба

ЗП Струмица

ЗП Карпош

ЗП Бутел

ЗП Виница

5. јубилејна Републичка ревиј

Фолклорна мултиетнич

Во прекрасен амбиент, во салата на Македонската опера и балет во Скопје, на 9–ти јуни 2015 година, повеќе од два часа се разлеваа пријатни звуци и рефрени од убави евергрини, се преплетуваа бои на изворни и староградски носии – македонски, албански, ромски, влашки, српски..., се нижеа оро до оро, песна до песна, обичај до обичај и традиции, се додека „камче по камче" се сложуваше мозаикот наречен „македонска фолклорна ризница". Над 2 часа, учесниците во јубилејната 5. републичка ревија на песни, музика и игри, на присутните им ги презентираа подзаборавените традиции и обичаи, познатите ора и рефрени од македонските песни, изворните музички инструменти, старградските и изворни носии од повеќе краеви на нашата земја и ги вратија во времињата на убавината и незаборавот.

На присутните, гостите и учесниците во ревијата прв им се обрати претседателот на СЗПМ **Драги Аргировски**, кој посебно го поздрави министерот за труд и социјална политика Диме Спасов, нагласувајќи дека соработката со министерството навистина е за почит. Неговото несебично залагање за заштита на стандардот на пензионерите, преку разни форми, како што се бесплатна бањско–климатска рекреација, бесплатни викенд–одмори и други привилегии, се проекти со кои им се овозможи на пензионерите безгрижен, квалитетен и релаксиран пензионерски живот.

И во излагањето на градоначалникот на Скопје **Коце Трајановски**, беа упатени најискрени желби за подобар живот за граѓаните од третата животна доба, кои секогаш се подготвени да изненадат со вакви пријатни и незаборавни приредби, преку кои не враќаат во младоста и ни го презентираат нашето неисцрпно фолклорно богатство.

Заменик–министерот за култура **Драган Недељковиќ**, од повеќе аспекти го истакна значењето на ваквите манифестации на пензионерите во негувањето и зачувувањето на културните вредности на нашите народи кои живеат на територијата на Република Македонија и притоа ја прогласи Ревијата за отворена.

Во ревијалниот дел на приредбата учесниците се погрижија да покажат и прикажат дел од она што го сработиле меѓу двете републички ревии, да покажат дека товарот на годините помалку се чувствува ако човек се вклучи во активностите кон кои има афинитети, особено ако тоа се музиката и орото, кои не признаваат етничка, верска, национална и јазична припадност – тие ги сплотуваат народите и создаваат целина. Македонски или албански обичај, ромска или влашка песна, кавал или зурла, тапан или дајре, се е тоа дел од големиот културен мозаик на Република Македонија.

Чест прв од учесниците да ја отвори ревијата, му беше укажана на ЗП Битола кое се претстави со Мешан хор во придружба на оркестар на народни инструменти со патриотската песна „Македонијо, мајко...". ЗП Радовиш ни понуди богат колорит од народни носии кои можат да се сретнат само во овој крај. Игроорната група од с. Габровци се претстави со еден стар обичај кога момите играле со стомни на главата. Тие одиграа такво оро придружувано со песната „Ај Стојане, сине Стојане". ЗП Ѓорче Петров и солистот Ѓуровски придружуван од фолклорна група извонредно ја интерпретираше песната „Севдалино малој моме". ЗП Македонска Каменица со години наназад го негува изво–

а на песни, музика и игри 2015

а ревија со
нки призвук

рниот фолклор и изворните носии. Женското трио ја исполни песната „Марко коси“, а мешаната игроорна група се претстави со бисерот во источна Македонија, орото „Копачка“, кое најубаво го играат токму каменичани.

ЗП Гостивар прикажувајќи ни извонредна албанска носија во која беа облечени пејачот и инструменталистите се претставија со песната „Каде беше девојче“ на албански јазик. Мешаната пејачка група од ЗП Струмица, облечена во староградска носија и придружба на оркестар на народни инструменти ја испеаја песната „Под кулите на Струмица“. ЗП Бутел, исто така, настапи со мешана пејачка група во придружба на оркестар на народни инструменти и колаж на жетварски песни. Претставувањето на ЗП Пробиштип отсекогаш било со определба да истражува по традициите. Овој пат КУД „Весели пензионери“ ја прикажаа есенската седенка „Лупење класја“ придружувана со викоичката песна „Класја лупат Јован и Јованка“ и „Пајдушкото оро“.

ЗП Прилеп настапи со хор во староградска носија и придружба на народен оркестар кој ја донесе песната „Болен ми лежи Миле Поп Јорданов“. Потоа се претстави ЗП Гевгелија со женска пејачка група и оркестар на народни инструменти со песната „Верувај ми“. ЗП Кисела Вода – игроорната мешана група, облечена во прекрасна изворна носија од Скопско изведе сплет ора. Хорот од ЗП Гази Баба ја отпеа песната „Секоја вечер пијан се враќам“, а хорот „Серенада“ од ЗП Карпош ја исполни познатата песна „Јовано, Јованке“.

ЗП Виница, на автентичен начин и во изворна носија од виничкиот крај го прикажа обичајот „Водење невеста на вода“ и играње оро. ЗП Велес – мешана пејачка група во староградска носија, придружувана од оркестар на народни инструменти ја отпеа песната „Излегов да се прошетам“, а и ЗП Кавадарци настапи со мешана пејачка група и песната „Зачукале, зачукале тапаните“. ЗП Куманово како и секогаш, разиграни, распеани, со богата колоритна изворна носија и прекрасна кореографија во придружба на оркестар на изворни инструменти не разиграа и развеселија со „Кумановско поле“.

Мешаната пејачка група од ЗП Охрид и Дебарца, ја отпеа познатата песна за Деспина притоа манифестирајќи староградски манири. ЗП Тетово на ревијата се претстави со две групи. Албанската фолклорна група настапи со албански обичај „Албанска свадба“, а македонската женска пејачка група со песната „Тетово пее“. ЗП Шуто Оризари, во раскошна ромска носија со весели ромски игри ни се претстави со сплет ора насловени како „Чифте, чифте“, додека ЗП Крушево и овојпат ни донесе една прекрасна влашка песна и уште еден забележлив вокал со песната „Кн’душа“.

Мешаната игроорна група од ЗП Солидарност Аеродром во изворни носии изведе сплет ора во придружба на оркестар на народни инструменти. ЗП Кочани, исто така со мешана игроорна група во традиционални изворни носии од Кочанскиот крај ги одигра ората „На три пати“ и „Пајдушко“.

Пејачката група од ЗП Богданци, во придружба на народни инструменти ја испеа песната „Се прошета мома“ прикажувајќи мала стилизација. Крајот на ревијата го најавија игроорците од ЗП Демир Хисар кои по импресивниот настап со орото „Беранче“ беа испратени со долготраен аплауз на публиката.

Милевка Здравковска

ЗП Велес

ЗП Шуто Оризари

ЗП Кавадарци

ЗП Крушево

ЗП Куманово

ЗП Солидарност - Аеродром

ЗП Охрид и Дебрца

ЗП Кочани

ЗП Тетово

ЗП Богданци

ЗП Тетово

ЗП Демир Хисар

XX РЕГИОНАЛНИ ПЕНЗИОНЕРСКИ СПОРТСКИ НАТПРЕВАРИ

На годинешните 20–ти пензионерски регионални спортски натпревари учествуваа 1607 натпреварувачи

Спортот е битен фактор за здравјето на пензионерите

Годинашниве 20–ти по ред пензионерски регионални натпревари во сите 8 региони во Републиканава се одржаа под знакот на големиот јубилеј 20 години континуирано одржување како на регионалните така и на републичките натпревари. Првите натпревари се одржаа во Охрид во 1996 година, а на нив учество земаа само десетина здруженија, кои се натпреваруваа само во три спортски дисциплини во присуство на 150 учесници. Оттогаш наваму, спортот како главна преокупација кај пензионерите, односно луѓето од третото доба, стана важна активност и фактор за одржување и подобрување на психофизичката состојба кај оваа популација. Оваа активност постојано се практикува и збогатува со внесување нови спортски дисциплини и други облици рекреација.

Во почетокот, првите неколку години, немаше никакви правила и пропозиции, но подоцна комисијата за спорт при Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија изготви Правилник за спортските натпревари. Овој Правилник постојано се надополнува со цел да се регулираат сите пропусти и недоречености успешно и уредно да се одвиваат натпреварите.

Оваа година регионалните пензионерски спортски натпреварите се одржаа во временскиот период од 22. мај до 27. јуни во целосна координација со Комисијата за спорт и рекреација на СЗПМ и здруженијата домаќини на игрите, па како резултат на тоа натпреварите беа одржани во различни термини и денови во сите 8 региони. Во 5 региони натпреварите се одржаа во работни денови, а останатите 3 во неработни денови.

На регионалните натпревари непосредно учество со свои натпреварувачи земаа 52 здруженија на старосни пензионери – членки на СЗПМ, кои се натпреваруваа во двете категории (мажи и жени) во 11 спортски дисциплини, вкупно 1607 натпреварувачи од кои 970 во машка и 637 во женска конкуренција. Бројот на натпреварувачи од година во година постојано се зголемува што е добар знак дека луѓето од третото доба сакаат да се занимаваат со спорт, да се рекреираат и меѓусобно дружат.

Иако бројот на натпреварувачи се зголемува постојано ако се има во предвид бројот на здруженијата и максималните можности на учество кое изнесува околу 2700 натпреварувачи, простор за зголемена активност на овој план има уште многу, особено во редовите на побројните здруженија кои се уште се недоволно активни.

Посебно треба да се истакне појавата која се манифестира во третиот и четвртиот регион поради недоволна активност на останатите здруженија, во поединачните дисциплини изостанува конкуренцијата, па така натпреварувачи од ЗП Охрид и Прилеп директно се пласираат за републичките натпревари. Оваа појава никако не може да им се препише на овие две здруженија кои на спортот навистина му посветуваат големо внимание бидејќи решенијата вградени во правилникот и пропозициите тоа го дозволуваат. На овој план во наредниот период очекуваме останатите здруженија во тие региони да ја зголемат својата активност и да создадат поголема конкуренција.

За истакнување е дека во дисциплината тробој и двобој во последните години е достигнат максимумот на учесници, иако во првите години имаше доста здруженија кои не настапуваа во овие дисциплини, а се случуваше и одреден регион да нема преставници за републичките натпревари.

За жал се уште во третиот регион ни едно здружение на пензионери не успеа да формира екипа во дисциплината шах – жени, па како резултат на тоа наместо 400 натпреварувачи на годинашниве 20 – ти по ред републички натпревари ќе настапат 397 натпреварувачи од кои 208 во машка и 189 во женска конкуренција.

Радува фактот што покрај спортистите на регионалните натпревари присуствуваа и меѓу себе се дружеа и навиваа за своите екипи и поединци, уште 837 пензионери, членови на здруженијата на пензионерите или севкупно на регионалните игри учествуваа 2444 пензионери.

Ако се има предвид тоа дека на регионалните игри му претходат обемни подготовки по ограноците внатре во рамките на здруженијата во кои се вклучени поголем број пензионери, а подоцна по пат на селекција во меѓусебни натпревари на регионалните натпревари настапуваат најдобрите, оценка е дека на подготовките кои траат подолг временски период (два до три месеци) на истите активно земале учество или се раздвижени на спортски план повеќе од 15 000 пензионери. Оваа активност придонесува за нивното психофизичко одржување и активно стареење.

Наведените податоци во целост го оправдуваат скромното финансиско зафаќање на дел од средствата на здруженијата на пензионерите и на Сојузот.

Анализирајќи ги сите активности што им претходат на регионалните натпревари, како и содржините на самите натпревари, може да се каже дека натпреварите од година во година добиваат на квалитет. Таму каде што има добри и темелни подготовки, имаме и квалитетни натпревари, а таму каде што површно се постапуваше во подготовките, се манифестираат пропусти.

За истакнување е фактот што на 5 регионални средби на натпреварите беа присутни градоначалниците на локалната самоуправа, кои пред присутните пензионери настапуваа со пригодни говори. Интересно е да се напомене дека сите градоначалници во своите обраќања се произнесуваа дека пензионерската популација секогаш ќе има полна поддршка и разбирање во решавањето на нивните проблеми и активности од страна на општините. Вреди да се истакне дека градоначалниците на општините Илинден и Ново Село беа и покровители на регионалните игри.

Иако на овие игри настапуваат натпреварувачи во подминати години, тие во сите дисциплини постигнуваат високи резултати на кои можат да им позавидат и помлади активни спортисти. Така во дисциплината стрелање со воздушна пушка голем е бројот на натпреварувачи кои постигнуваат и по 85 – 90 кругови од 100 можни, што е за секаква почит. Високи резултати се постигнуваат и во дисциплините каде што резултатот е мерлив (трчање, фрлање ѓуле, скок од место итн) .

Отворено останува прашањето за осигурување на спортистите кои настапуваат во атлетските дисциплини, а е предвидено во правилникот за спортски игри како обврска на здруженијата домаќини. Потребно е комисијата за спорт на овој проблем да му посвети посебно внимание и да предложи соодветно решение.

На крајот за истакнување е и фактот што од вкупниот број 52 здруженија кои земаа умество на регионалните спортски игри, право на настап на републичките натпревари обезбедија 41 здружение.

На 20 –тата јубилејна Републичка пензионерска олимпијада – Скопје 2015, седум од осумте региони ќе настапат со максимален број на натпреварувачи (50), а еден регион ќе настапува со 47 натпреварувачи.

Очекуваме во блиска иднина нашата централна, па и локална власт да тргне по примерот на некои држави од светот во создавање услови за спортување на возрасните граѓани – пензионерите, со што тие ќе се охрабрат повеќе да спортуваат, а и психофизички ќе зајакнуваат и ќе си го чуваат здравјето.

Претседател на комисија за спорт и рекреација
Здравко Петковски

ПРЕГЛЕД НА ПЛАСМАН ПО ДИСЦИПЛИНИ			
МАЖИ	ЖЕНИ	МАЖИ	ЖЕНИ
СТРЕЛАШТВО		**ТРЧАЊЕ НАД 60 ГОДИНИ**	
1.Гази Баба 2.ОВР 3.Прилеп 4.Охрид и Дебрца 5.Кавадарци 6.Куманово 7.Штип и Карбин. 8.Кочани	1.Центар 2.ОВР 3.Битола 4.Охрид и Дебрца 5.Кавадарци 6.Куманово 7.Штип и Карбин. 8.Кочани	1.К.Вода 2.ОВР 3.Битола 4.Охрид и Дебрца 5.Валандово 6.Пробиштип 7.Н.Село 8.М. Каменица	1.Гази Баба 2.Ѓорче Петров 3.Прилеп 4.Охрид и Дебрца 5.Велес 6.Куманово 7.Струмица 8.Кочани
ШАХ		**ДОМИНО**	
1.Центар 2.Тетово 3.Ресен 4.Охрид и Дебрца 5.Гевгелија 6.Кр.Паланка 7.Штип и Карбин. 8.Кочани	1.Центар 2.Тетово 3. –––––– 4.Струга 5.Велес 6.Куманово 7.Штип и Карбин. 8.М. Каменица	1.Чаир 2.Тетово 3.Прилеп 4.Охрид и Дебрца 5.Дојран 6.Злетово 7.Штип и Карбин. 8.М. Каменица	1.Шуто Оризари 2.ОВР 3.Ресен 4.Кичево 5.Гевгелија 6.Куманово 7.Радовиш и Конче 8.Кочани
ПИКАДО		**ТАБЛА**	
1.Центар 2.Тафталиџе 3.Прилеп 4.Охрид и Дебрца 5.Велес 6.Злетово 7.Штип и Карбин. 8.Делчево	1.Воени пенз. 2.Тетово 3.Прилеп 4.Кичево 5.Д.Капија 6.Куманово 7.Штип и Карбин. 8.Делчево	1.Солид.Аеродр. 2.Тетово 3.Битола 4.Кичево 5.Кавадарци 6.Куманово 7.Струмица 8.Делчево	1.Центар 2.Ѓ.Петров 3.Прилеп 4.Охрид и Дебрца 5.Велес 6.Злетово 7.Радовиш и Конче 8.Пехчево
ТЕГНЕЊЕ ЈАЖЕ		**СКОК ОД МЕСТО**	
1.Гази Баба 2.Тетово 3.Прилеп 4.Охрид и Дебрца 5.Гевгелија 6.Пробиштип 7.Штип и Карбин. 8.Кочани	1.Солид.Илинден 2.Тетово 3.Прилеп 4.Охрид и Дебрца 5.Кавадарци 6.Пробиштип 7.Штип и Карбин. 8.Виница	1.Центар 2.Тетово 3.Прилеп 4.Охрид и Дебрца 5.Кавадарци 6.Куманово 7.Штип и Карбин. 8.Кочани	
ФРЛАЊЕ ЃУЛЕ		**ТРОБОЈ**	
1.Солид.Илинден 2.Тетово 3.Прилеп 4.Охрид и Дебрца 5.Дојран 6.Куманово 7.Струмица 8. М. Каменица	1.Солид.Аеродр. 2.Тетово 3.Прилеп 4.Охрид и Дебрца 5.Богданци 6.Куманово 7.Радовиш и Конче 8.Виница	1.Сол.Аеродром 2.Гостивар 3.Прилеп 4.Охрид и Дебрца 5.Кавадарци 6.Куманово 7.Радовиш и Конче 8.Кочани	
ТРЧАЊЕ ДО 60 ГОДИНИ		**ДВОБОЈ**	
1.Центар 2.Тетово 3.Прилеп 4.Охрид и Дебрца 5.Велес 6.Куманово 7.Струмица 8.Берово	1.Гази Баба 2.Тетово 3.Ресен 4.Охрид и Дебрца 5.Кавадарци 6.Куманово 7.Штип и Карбин. 8.М. Каменица		1.Сол.Аеродром 2.Ѓорче Петров 3.Битола 4.Охрид и Дебрца 5.Кавадарци 6.Кратово 7.Штип и Карбин. 8.Берово

СТРЕЛАЊЕ СО ВОЗДУШНА ПУШКА		
РЕГИОН	МАЖИ	ЖЕНИ
I	**Гази Баба** 1.Драги Стевковски 2.Методија Кондевски 3. Христо Дамчески 4.Јово Митревски	**Центар** 1.Марија Јанева 2.Ангелина Темелковска 3.Трајанка Стојановска 4.Данче Романова
II	**ОВР** 1. Зоран Саздов 2. Дине Китанов 3. Драги Левков 4. Василие Никлевски	**ОВР** 1. Мара Илиќ 2. Мирослава Бошњаковска 3.Славица Денковиќ 4.Вера Стрезовска
III	**Прилеп** 1.Кире Каранфилов 2.Христо Камчески 3.Петар Николоски 4.Цветан Талевски	**Битола** 1.Вера Ѓошевска 2.Славица Николова 3.Лилјана Галовска 4.Василка Ѓорѓиевска
IV	**Охрид и Дебрца** 1.Цветко Попоски 2.Томе Ристески 3.Тони Филипов 4.Владо Милошески	**Охрид и Дебрца** 1.Бојкица Димоска 2.Благуна Милошеска 3.Снежана Илиоска 4.Цветанка Танеска
V	**Кавадарци** 1.Ацо Клинчаров 2.Ристо Гогов 3.Тодор Манев 4.Ристо Глигоров	**Кавадарци** 1.Ефка Јошева 2.Марија Ристова 3.Виолета Андова 4.Менча Делова
VI	**Куманово** 1. Љубе Димитриевски 2.Мирко Цветковски 3.Јовица Ванчевски 4.Петар Стојановски	**Куманово** 1.Богица Димитриевска 2. Маргарита Станиќ 3. Божана Трајковска 4.Злата Трајковска
VII	**Штип и Карбинци** 1.Никола Белјановски 2.Стојан Камчев 3.Ванчо Денков 4.Љупчо Трифуновски	**Штип и Карбинци** 1.Гордана Миланова 2.Велика Здравева 3.Евгенија Протугерова 4.Каменитка Ристова
VIII	**Кочани** 1.Костадин Стојанов 2.Драги Гацев 3.Стојан Андонов 4 Ѓорѓи Јосифов	**Кочани** 1.Трајанка Глигорова 2. Ѓурѓа Илиева 3. Виолета Андонова 4. Виолета Павлова

НАТПРЕВАРУВАЧИ НА XX РЕПУБЛИЧКИ ПЕНЗИОНЕРСКИ СПОРТСКИ НАТПРЕВАРИ

ШАХ

РЕГИОН	МАЖИ	ЖЕНИ
I	**Центар** 1.Ристо Кизов 2.Ванчо Ѓорѓиевски 3.Ристо Камчевски 4.Боге Јаневски	**Центар** 1.Лидија Кизова 2.Лилјана Славевска 3.Љубинка Крстевска
II	**Тетово** 1.Јакуп Лика 2.Тоде Зафировски 3.Шпенд Салиу 4.Фадил Алиу	**Тетово** 1.Верица Нончева 2.Марица Серафимовска 3.Борка Новевски
III	**Ресен** 1.Никола Котлароски 2.Ѓорѓи Доковски 3.Серјан Ајрединовски 4.Кире Пупалевски	
IV	**Охрид и Дебрца** 1.Ѓорѓе Кука 2.Ѓоко Попоски 3.Живко Угриноски 4.Бранко Китаноски	**Струга** 1.Шенка Балтоска 2.Љубица Јованоска 3.Надежда Чаторошковска
V	**Гевгелија** 1.Бранко Аврамов 2.Ристо Костадинов 3.Никола Јанчев 4.Јован Ташев	**Велес** 1.Галаба Андреева 2.Софија Димова 3.Оливера Маринковиќ
VI	**Крива Паланка** 1.Јован Јосифовски 2.Богдан Николов 3.Данчо Стефановски 4.Драги Петровски	**Куманово** 1.Вера Зориќ 2.Загорка Трајановска 3.Јанинка Костадиновска
VII	**Штип и Карбинци** 1.Ристо Рушев 2.Панче Захариев 3.Данчо Јорданов 4.Момчило Смолиќ	**Штип и Карбинци** 1.Верица Огњанова 2.Милица Бизоева 3.Евгенија Протугерова
VIII	**Кочани** 1.Тодор Милосиев 2.Фиданчо Паунов 3.Станчо Арсентиев 4. Драги Ангелов	**Македонска Каменица** 1.Светлана Митревска 2.Славка Димитровска 3.Аника Цветановска

ПИКАДО

РЕГИОН	МАЖИ	ЖЕНИ
I	**Центар** 1.Владо Левковски 2.Ѓоко Денковски 3.Кирил Бутриновски 4.Анастас Каранфиловски	**Воени пензионери** 1.Павица Зимбовска 2.Ружица Василевска 3.Цвета Алексовска 4.Лилјана Влаисавлевиќ
II	**Тафталице** 1.Бранко Милевски 2.Славе Симовски 3.Борче Здравковски 4.Иван Костанивски	**Тетово** 1.Добрила Јоргушевска 2.Менка Блажевска 3.Јованка Ристовска 4.Роса Хаџиманова
III	**Прилеп** 1.Божин Талески 2.Трајко Мунески 3.Иван Кузманоски 4.Милан Тодороски	**Прилеп** 1.Лилјана Костоска 2.Пиринка Јованоска 3.Блага Стојаноска 4.Пандора Ристеска
IV	**Охрид и Дебрца** 1.Слободан Пупиноски 2.Ване Радованоски 3.Илија Николоски 4.Насте Лачоски	**Кичево** 1.Светлана Крстеска 2Јагода Запатоска 3.Зорица Наумоска 4.Елица Трајкоска
V	**Велес** 1.Трајче Ламјов 2.Орце Петровски 3.Орце Ковачев 4.Димче Митров	**Демир Капија** 1.Милица Ристова 2.Соња Ѓумурџиева 3.Драгица Тодорова 4.Анче Кавазова
VI	**Злетово** 1.Драган Панов 2.Александар Михајлов 3.Лазо Петков 4.Трајан Попов	**Куманово** 1.Љубинка Симоновска 2.Виолета ?авдаровиќ 3.Добра Атанасовска 4.Драгица Атанасовска
VII	**Штип и Карбинци** 1.Димитар Делиџиков 2.Драгослав Серафимов 3.Мирко Мојсовски 4.Трајан Ѓорѓиев	**Штип и Карбинци** 1.Николина Ристова 2.Цена Стефанова 3.Трајанка Трајчева 4.Блашка Богатинова
VIII	**Делчево** 1.Цветан Ефтимовски 2.Стојан Богдановски 3.Младен Николовски 4.Амза Ибраимов	**Делчево** 1.Снежана Спасевска 2.Цвета Џабирска 3.Фимка Стојковска 4.Верка Гацевска

СКОК ОД МЕСТО

РЕГИОН	МАЖИ	РЕГИОН	МАЖИ
I	**Чаир** 1.Рашид Идризи	V	**Кавадарци** 1.Атанас Димитров
II	**Тетово** 1.Славко Трајчевски	VI	**Куманово** 1.Томислав Паневски
III	**Прилеп** 1.Мирослав Кузманоски	VII	**Штип и Карбинци** 1.Ристо Петков
IV	**Охрид и Дебрца** 1.Марјан Николоски	VIII	**Кочани** 1.Ѓорѓи Николов

ТЕГНЕЊЕ ЈАЖЕ

РЕГИОН	МАЖИ	ЖЕНИ
I	**Гази Баба** 1.Циме Анчевски 2.Андон Јовановски 3.Марјан Петушевски 4.Благој Димковски 5.Боро Спасовски 6.Душко Костадиновски 7.Драги Стоилковски	**Солидарни Илинден** 1.Ротка Петровска 2.Лиле Ѓорѓиовска 3.Богица Ангеловска 4.Билјана Атанасовска 5.Стојанка Богдановска 6.Анка Јовиќ 7.Борјанка Младеновска
II	**Тетово** 1.Неделко Ромац 2.Абдирезак Рустеми 3.Томе Угриновски 4.Исмаил Усеини 5.Божин Апостоловски 6.Трајче Максимовски 7.Трипун Симоноски	**Тетово** 1.Лилјана Аврамовска 2.Цвета Велјановска 3.Марика Јовановска 4.Димка Силјановска 5.Таса Златановска 6.Драгица Љубевска 7.Благица Дишеска
III	**Прилеп** 1.Зоран Паризоски 2.Ѓоре Василески 3.Алексо Беличанец 4.Владо Стефановски 5.Аце Трајкоски 6.Љубен Спиркоски 7.Бојо Бојоски	**Прилеп** 1.Снежана Димеска 2.Марија Тодороска 3.Донка Петреска 4.Милка Ѓореска 5.Зора Здравеска 6.Горица Дамеска 7.Олга Самарџиоска
IV	**Охрид и Дебрца** 1.Сребре Здравески 2.Ацо Смилевски 3.Благоја Наумовски 4.Славе Крстоски 5.Коста Недески 6.Марјан Манев 7.Лазор Јовановски	**Охрид и Дебрца** 1.Нада Спироска 2.Ленче Наскоска 3 Ратка Ангелеска 4.Цветанка Стојаноска 5.Јагода Војноска 6.Кита Лекопска 7.Љубица Дуковска
V	**Гевгелија** 1.Панче Аџиев 2.Илија Толов 3.Дино Капсаров 4.Киро Танев 5.Љубо Голубов 6.Тано Костадинов 7.Александар Јованов	**Кавадарци** 1.Лена Мегленова 2.ленка Наумова 3.Лефка Бунгурова 4.мара Атанасова 5.Ратка Стојанова 6.Донка Наумова 7.Лилјана Камчева
VI	**Пробиштип** 1.Тимчо Петровски 2.Данче Панов 3.?едо Ефремов 4.Трифун Серафимов 5.Ацо Постоловски 6.Драган Серафимов 7.Благојчо Радевски	**Пробиштип** 1.Латинка Серафимова 2.Славица Петрова 3.Станка Василева 4.Благородна Николова 5.Јана Тодорова 6.Анка Андонова 7.Жана Стојановска
VII	**Штип и Карбинци** 1.Петре Николовски 2.Стојан Митевски 3.Павле Ордев 4.Боро Барзов 5.Власте Петрушев 6.Ванчо Шахинов 7.Драги Јованов	**Штип и Карбинци** 1.Стојка Шалева 2.Тодорка Тунева 3.Цвета Василева 4.Стојанка Андова 5.Македонка Китанова 6.Љубица Манојлова 7.Бранка Митева
VIII	**Кочани** 1.Благој Манев 2.Анче Митев 3.Трендафилчо Данилов 4.Трајан Стефанов 5.Димче Нешевски 6.Цанко Минов 7.Методи Серафимов	**Виница** 1.Милка Атанасова 2.Марионка Атанасова 3.Стојка Ѓорѓиева 4.Стојанка Данчева 5.Васка Андонова 6.Јорданка Ампова

ФРЛАЊЕ ЃУЛЕ

РЕГИОН	МАЖИ	ЖЕНИ
I	**Солидарни Илинден** 1.Тодор Радевски	**Солидарност-Аеродром** 1.Милица Андреевска
II	**Тетово** 1.Митко Богатиновски	**Тетово** 1.Јабланка Веселиновска
III	**Прилеп** 1.Димко Мијајлески	**Прилеп** 1.Маријана Пешталеска
IV	**Охрид и Дебрца** 1.Миралем Билаловиќ	**Охрид и Дебрца** 1.Ленче Настеска
V	**Дојран** 1.Ѓ. Механџиски	**Богданци** 1.Мара Карамишева
VI	**Куманово** 1.Бранко Почуча	**Куманово** 1.Лилјана Андоновиќ
VII	**Струмица** 1.Никола Николов	**Радовиш и Конче** 1.Данка Ефтимова
VIII	**Македон. Каменица** 1.Димитар Стојановски	**Виница** 1.Нада Димитрова

ТРЧАЊЕ МАЖИ

РЕГИОН	До 60 год	Над 60 години
I	**Центар** 1.Александар Каранфиловски	**Кисела Вода** 1.Петре Андоновски
II	**Тетово** 1.Нејази Тахири	**ОВР** 1.Живко Петревски
III	**Прилеп** 1.Мицо Мицоски	**Битола** 1.Владе Самарковски
IV	**Охрид и Дебрца** 1.Јован Јанакиевски	**Охрид и Дебрца** 1.Блаже Србиноски
V	**Велес** 1.Иле Николовски	**Валандово** 1.Блажо Кировски
VI	**Куманово** 1.Моме Цветановски	**Пробиштип** 1.Слободан Бошковски
VII	**Струмица** 1.Драги Велков	**Ново Село** 1.Димитар Иванов
VIII	**Берово** 1.Драган Тушевски	**Македон. Каменица** 1.Методи Ангеловски

ТРЧАЊЕ ЖЕНИ

РЕГИОН	До 60 год	Над 60 години
I	**Гази Баба** 1.Катица Христовска	**Гази Баба** 1.Љубица Петрушевска
II	**Тетово** 1.Соња Петровска	**Ѓ.Петров** 1.Радица Симевска
III	**Ресен** 1.Катерина Милошевска	**Прилеп** 1.Лилјана Ѓорѓиоска
IV	**Охрид и Дебрца** 1.Љупка Трифуноска	**Охрид и Дебрца** 1.Благица Маркулоска
V	**Кавадарци** 1.Стојанка Наумова	**Велес** 1.Гајта Андова
VI	**Куманово** 1.Јасмина Тодоровска	**Куманово** 1.Славица Миленковска
VII	**Штип и Карбинци** 1.Галаба Горгиева	**Струмица** 1.Павлина Камчева
VIII	**Македонска Каменица** 1.Петрунка Ѓорѓиева	**Кочани** **1.Благица Михова**

ДОМИНО

РЕГИОН	МАЖИ	ЖЕНИ
I	**Чаир** 1.Азир Јакупи	**Шуто Оризари** 1.Лилјана Хајдар
II	**Тетовово** 1.Фејзи Рустеми	**ОВР** **1.**Станка Поп Ристова–Николовска
III	**Прилеп** 1.Сотир Пешталески	**Ресен** 1.Слободанка Талевска
IV	**Охрид и Дебрца** 1.Блаже Николоски	**Кичево** 1.Блага Велјановска
V	**Дојран** 1.Јанко Лазаров	**Гевгелија** 1.Венка Минова
VI	**Злетово** 1.Николчо Манасиев	**Куманово** 1.Стојна Велковиќ
VII	**Штип и Карбинци** 1.Стево Станов	**Радовиш и Конче** 1.Даринка Стојкова
VIII	**Македонс. Каменица** 1.Хајро Куртовиќ	**Кочани** 1.Даница Поп–Зафариева

ТАБЛА

РЕГИОН	МАЖИ	ЖЕНИ
I	**Солидарност-Аеродром** 1.Ѓорѓи Линковски	**Центар** 1.Трајанка Стојановска
II	**Тетово** 1.Генц Кориу	**Ѓорче Петров** 1.Софија Арсовска
III	**Битола** 1.Милан Миладиновски	**Прилеп** 1.Славица Јованова
IV	**Кичево** 1.Мустафа Ефатоски	**Охрид и Дебрца** 1.Миланка Панделеска
V	**Кавадарци** 1.Ристе Петров	**Велес** 1. Софка Јованова
VI	**Куманово** 1.Стевчо Китановски	**Злетово** 1.Трајанка Манасиева
VII	**Струмица** 1.Љупчо Контуровски	**Радовиш и Конче** 1.Божана Димова
VIII	**Делчево** 1.Ванчо Ангелов	**Пехчево** 1.Љубица Јовевска

ТРОБОЈ - МАЖИ ДВОБОЈ - ЖЕНИ

РЕГИОН	МАЖИ	ЖЕНИ
I	**Солидарност Аеродром** 1.Кире Панов	**Солидарни Илинден** 1.Убавка Ѓорѓиевска
II	**Гостивар** 1.Добре Билбилоски	**Ѓорче Петров** 1.Нада Милевска
III	**Прилеп** 1.Симе Цветкоски	**Битола** 1.Снежана Дамческа
IV	**Охрид и Дебрца** Ѓорѓи Јаневски	**Охрид и Дебрца** 1.Верица Пулеска
V	**Кавадарци** 1.Јонче Апостолов	**Кавадарци** 1.Митра Стојанова
VI	**Куманово** 1.Блажо Станојков	**Кратово** 1.Ленче Стаменова
VII	**Радовиш и Конче** 1.Живко Милев	**Штип и Карбинци** 1.Борјана Трифунова
VIII	**Кочани** 1.Борче Крстев	**Берово** 1.Даринка Јанчовска

Mbledhje e rezultateve dhe marrëveshje për aktivitetet në vijim

Më 30 qershor 2015, u mbajt mbledhja e tretë e Këshillit ekzekutiv i Lidhjes së shoqatave pensioniste të Maqedonisë. Pos anëtarëve, në mbledhje kanë marrë pjesë edhe: Besnik Pocesta nënkryetar i Kuvendit të LShPM, Fidanço Stoev kryetar i Forumit juridiko-ekonomik, kryetarët e Komisioneve për jetën kulturore zbavitëse, sport dhe rekreim dhe informim.

Në fillim të mbledhjes është propozuar dhe aprovuar që në ORO të jetë anëtar i ri **Saltir Karovski.** Propozimi njëzëri është aprovuar. Më pas, në mbledhje, për rezultatet dhe aktivitetet, ka folur kryetari i LShPM **Dragi Argirovski**, i kënaqur me rezultatet nga gjithë ajo që është arritur me forca të përbashkëta të të gjitha udhëheqjeve të shoqatave anëtare të LShPM dhe i Lidhjes në tërësi. Në fjalën e tij, ai posaçërisht ka potencuar rëndësinë e vendimit për ndryshimet në Statutin e LShPM me qëllim që të nxitet dhe forcohet aktiviteti i brendshëm dhe kompaktësia në dy drejtimet në Lidhje. Për Propozim-Vendimin statutar për ndryshimet dhe plotësimet të Statutit të LShPM, arsyetim ka dhënë sekretari i KE të LShPM , **Stanka Trajkova**. Pas një shqyrtimi të bujshëm është sjellë konkluzion që materiali të shkojë në diskutim publik në shoqatat deri më 30 shtator të vitit 2015.

Më pas, është kaluar në analizë detale dhe mbledhjen e rezultateve të arritura në periudhën ndërmjet dy mbledhjeve. Informim të shkurtër për Revyalet e 8-ta të mbajtura të këngës, muzikës dhe valleve dhe Revyalin e 5-të republikan folklorik e cila këtë vit shënon jubile të mirë, ka dhënë kryetari i komisionit për jetën kulturore zbavitëse **Mendo Dimovski**. Ai ka informuar se që të gjitha 8 revyalet janë mbajtur sipas planit dhe në ato kanë marrë pjesë 43 shoqata nga 53 anëtare të Lidhjes. Posaçërisht është theksuar suksesi i revyalit të 5-të folklorit republikan e cila këtë vit është mbajtur në Shkup nën patronazhin e Ministrisë së kulturës.

Në mbledhje është propozuar dhe aprovuar që në Festivalin ndërkombëtar për moshën e tretë në Lubjanë, këtë vit Lidhjen ta përfaqësojë ShP Radovish dhe Konçe dhe ShP Makedonska Kamenica si më të suksesshmet ne revyalin e pestë jubilar. Anëtarët e LShPM janë informuar nga kryetari i Komisionit për sport dhe rekreim **Zdravko Petkovski** se Garat sportive regjionale janë mbajtur me sukses në të gjitha tetë regjionet dhe se garuesit janë të njohur të cilët do të marrin pjesë në garat e 20-ta republikane sportive jubilare - Shkup 2015. Ky jubile i rrallë dhe i rëndësishëm do të mbahet në Shkup në kompleksin "New Star" më 5. Shtator 2015. Përgatitjet janë në rrjedhë. Në mbledhje është dhënë edhe Raport nga Komisioni për mbështetje të e manifestimeve kulturore dhe veprimtarinë botuese për vitin 2015, për çka është theksuar se për këtë ka pasur interesim të madh me ç'rast Komisioni nuk e ka pasur lehtë që të zgjedhë më të mirët. Pas diskutimit nga të pranishmit është sjellë konkluzion se periudha e kaluar ishte i pasur me aktivitete mirë të organizuara, rezultatet janë të shkëlqyera dhe ashtu duhet vazhduar edhe në të ardhshmen.

Kalina S. Andonova

Revyali i pestë Republikan i këngëve, muzikës dhe valleve 2015

Revyal folklorik me karakteristika multietnike

Më 9-të qershor të vitit 2015, në ambientin e bukur, në sallën e Operës dhe baletit të Maqedonisë në Shkup, më se dy orë u gërshetuan ngjyra të veshjeve burimore – maqedonase, shqiptare, rome, vllahe, serbe..., u radhitën valle pas valles, këngë në këngë, traditë në traditë. Mbi 2 orë, pjesëmarrësit në Revyalin jubilar të 5-të republikan të këngëve, muzikës dhe valleve, të pranishmëve, ju prezantuan traditat, vallet dhe refrenet, instrumente burimore të muzikës etj.

Të pranishmëve, mysafirëve dhe pjesëmarrësve në revyal, i pari iu drejtua kryetari i LShPM **Dragi Argirovski**, i cili posaçërisht përshëndeti ministrin e punës dhe politikës sociale Dime Spasov, duke theksuar se bashkëpunimi me ministrinë me të cilën ai udhëheq, me të vërtet është për respekt. Angazhimi i tij i posaçëm për mbrojtjen e standardit të pensionistëve, përmes formave dhe projekteve të ndryshme, u është mundësuar pensionistëve jetë e pamundimshme, kualitative dhe relaksuese.

Edhe në fjalimin e kreut të qytetit të Shkupit **Koce Trajanovski**, u drejtuan dëshira të sinqerta për jetë më të mirë të qytetarëve të moshës së tretë, të cilët gjithnjë janë të përgatitur të befasojnë me shfaqje të këndshme dhe të paharrueshme.

Zëvendës-ministri i kulturës **Dragan Nedelkoviq**, nga më shumë aspekte e ka theksuar domethënien e manifestimeve të tilla të pensionistëve në ruajtjen e vlerave kulturore të të gjithëve të cilët jetojnë në territor të Republikës së Maqedonisë, dhe me këtë rast ai shpalli Revyalin të hapur.

Në pjesën revyale të shfaqjes, pjesëmarrësit u përpoqën të tregojnë pjesë nga ajo që kishin punuar ndërmjet dy Revyaleve republikane, të tregojnë se ngarkesa e viteve më pak do të ndjehet nëse njeriu bashkëngjitet aktiviteteve kah të cilat ka afinitete, e sidomos nëse ajo është muzika dhe vallja, të cilat nuk pranohen etnike, fetare, nacionale dhe përkatësisë gjuhësore – ato i bashkojnë njerëzit dhe bëjnë tërësi.

Me këtë rast, ishte nderuar që i pari ta hap revyalin ShP Manastir, e cila u përfaqësua me korr të përzier shoqëruar nga orkestrina me instrumente popullore me këngën patriotike "Maqedoni, nënë...". ShP Radovish na ofroi kolorit të pasur të këngëve popullore të cilat mund të hasen vetëm në këtë anë. Grupi vallëzues nga f. Gabroçan u përfaqësua me një traditë të vjetër kur vajzat kanë luajt me shtamba mbi krye. ShP Gjorçe Petrov dhe solisti Gjurovski i shoqëruar nga grupi folklorik, shkëlqyeshëm ka interpretuar këngën "Sevdalino maloj mome". ShP Makedonska Kamenica, disa vite pas e kultivon folklorin burimor dhe veshjen burimore. Trio i femrave ka interpretuar këngën "Marko kosi", ndërkaq, grupi i përzier i valltarëve nga Maqedonija lindore, me vallen "Kopaçka", të cilën më së miri e luajnë kamenicasit. ShP Gostivar, duke treguar veshje të shkëlqyer shqiptare me të cilat ishin veshur këngëtarët dhe instrumentalistët, u paraqit me këngën "Ku ishe çikë" në gjuhën shqipe.

Grupi këngëtar nga ShP Bogdanci, në shoqërim të instrumenteve popullore ka kënduar këngën "Se prosheta mome" (U shëtit çika), duke treguar stilizim të vogël. Fundin e revyalit e paralajmëruan valltarët nga ShP Demir Hisar të cilët pas paraqitjes impresive me vallen "Barançe" u përcollën me duartrokitje të gjata të publikut. Që të gjithë 25 shoqatat kanë treguar paraqitje shumë të bukura, ndërkaq shoqërimi mbaroi me shoqërim në kompleksin New Star ku kryetari Argirovski shoqatave pjesëmarrëse ju ndau falënderime.

Milevka Zdravkovska

ShP Saraj

Ekskursion njëditor në Strumicë

Në kuadër të aktiviteteve programore, Shoqata pensioniste e Komunës Saraj, më datë 23.05. 2015, nën udhëheqjen e kryetarit Rufat ramadani, realizoi një ekskursion njëditor në Strumicë. Në këtë ekskursion morën pjesë 126 pensionistë dhe pensioniste nga shoqata në fjalë.

Dy autobusë dhe një minibus, u nisën në orët e hershme të mëngjesit. Me të arritur në Strumicë, pensionistët vizituan këtë qytet të bukur me vendet historike. Ndër të tjerat, vizituan Ujëvarën Kolesino, Banja Banskon etj. Në këtë ekskursion, me angazhim të kryetares Zulfie Ramadani, kanë marrë pjesë edhe 12 pensioniste nga Aktivi i grave të kësaj shoqate.

Ishte një vizitë e këndshme për tu mbajtur mend. Pensionistët u shoqëruan, u argëtuan. Përndryshe, interesimi në shoqatë për ekskursione është i madh, çka dëshmon edhe numri i pjesëmarrësve në këtë ekskursion. Ata u kthyen shëndosh e mirë në orët e vona të ditës...

B.B.

ShP Çair

Ekskursion i paharrueshëm në Berovë

Bukuritë natyrore, vendet kulturore-historike, shoqërimi, lidhja e miqësive të reja, gjithnjë janë përmbajtje të ekskursioneve të cilat i organizon ShP Çair. Në vazhdimësi realizohen udhëtime pa pagesë për pensionistët, deri në vende të njohura dhe vende të rëndësishme në Maqedoni. Siç theksuan disa nga pensionistët, së pari herë shkojnë në ndonjë nga ato drejtime. Si aktivitet i ri, por në korniza të programit të Shoqatës, më 16-tin qershor është realizuar ekskursion njëditorë me 100 pensionistë në Berovë, nga se bukuritë natyrore të kësaj ane si dhe ajri i pastër e kthejnë forcën fizike.

Dita ishte e bukur dhe e ngrohtë. Me propozim të Dr. Mane Manev, anëtar i kësaj Shoqate, i cili është i pranishëm në të gjitha aktivitetet e Shoqatës, pati disa pauza gjatë rrugës, për freskim të pensionistëve. Me të arritur në Berovë, pensionistët bënë një shëtitje nëpër qytet sipas zgjedhjes së tyre, ndërkaq, ata të cilët deshën pushim për shpirtin dhe trupin, atë e kërkuan thellë në qetësinë e manastirit "Sveti Arangjell Mihail", ndërtuar në vitin1840. Pas shikimit të qytetit, pensionistët u drejtuan në drejtim të liqenit artificial malor të Berovës, që gjendet në lindje të qytetit, ku natyra është me bukuri të veçantë për përjetim me kompleks të bukur hotelerie, pensionistët mundën të blejnë suvejnire për kujtim nga Berova, mjaltë të pastër malore dhe lëngje të ndryshme të pemëve.

Këtu, pensionistët u shëtitën në natyrën e bukur dhe luajtën valle dhe kënduan këngë me ç'rast aspak nuk ishte e rëndësishme se kush çka është dhe cilës fe i përket, në të vërtet, gjithnjë ashtu është në këtë shoqatë multietnike e cila vërtet është ngjallur me ardhjen e udhëheqjes së re dhe kryetarit **Mentor Qoku**. Të gjithë ishin të gëzuar dhe me fat. Dita tani më ishte kah fundi dhe muzgu ngadalë lëshohej. Të gjithë ishin të gëzuar dhe me fat. Dita tani më ishte kah fundi dhe muzgu ngadalë lëshohej. Të gëzuar nga përjetimet dhe nga ajo që kishin parë, sërish në autobusë, disa këndonin, ndërkaq disa të tjerë tregonin përjetimet nga momentet, të cilat do t'ju mbeten thellë në kujtime.

Vasil Paçemski

17-të Shtëpi për pleq të hapura me mbështetje të masave qeveritare

Siç është e njohur, në Republikën e Maqedonisë, mungojnë institucionet për përkujdesje dhe qëndrim të personave pleq. Nëse kësaj i shtohet se koha e jetës vazhdohet dhe se gjeneratat më të reja janë gjithnjë e më shumë të zënë me obligimet e tyre, situata nga viti në vit gjithnjë bëhet më brengosëse dhe më e vështirë. Me muaj pritet që të lirohet vend. Këtë problem, në vazhdimësi e potencon Lidhja e pensionistëve të Maqedonisë dhe kryetari i saj Dragi Argirovski, gjë të cilën e ka konstatuar edhe shteti, dhe kështu, me projekt Qeveritar për ndërtim të shtëpive për pleq në Sopishtë, ka filluar me punë Shtëpia e 17-të për pleq në Republikën e Maqedonisë. Shtëpia e pleqve "Sv. Petka" është me kapacitet prej 21 shtretërve, ndërkaq për momentin janë vendosur 14 persona. Siç theksoi investitori, gjatë vizitës së shtëpisë, ministri për punë dhe politikë sociale Dime Spasov, ka shfrytëzuar masat qeveritare, ndër të cilat masat për vetëpunësim dhe 1.500 evra për punësim plotësues, ose masën prej 4.500 evra. E kanë shfrytëzuar edhe masën për punësim persona të rinj deri më 29 vjeç me çka kanë punësuar dy persona.

- Enti i ri privat "Sv. Petka" ka hapur 10 vende të reja pune, ndërkaq, me rritjen e numrit për përkujdesje të personave pleq, do të rritet edhe numri i të punësuarve. Do vazhdojmë ta nxisim sektorin privat, investitorët privat të investojnë në kapacitete të këtij lloji me të cilën do të rritet konkurrenca dhe kualiteti për përkujdesjen e personave pleq dhe të zvogëlohen çmimet, - ka thënë ndër të tjera ministri Spasov.

Si rezultat i masave qeveritare, janë të hapura 17 shtëpi për persona pleq, ndë-

rkaq në procedurë për themelim janë edhe katër. Në bashkëpunim me komunat, ministri ka informuar edhe se janë shitur tre lokacione për ndërtim të shtëpive të reja për persona pleq me çka vazhdohet në kontinuitet për rritjen e kapaciteteve për kujdesjen e personave pleq në shtet.Pronarja e Shtëpisë, Daniella Stojkovska është nënë e dy fëmijëve të moshës së vogël, e cila si kërkuese aktive e punës ka dorëzuar dokumente dhe ka fituar grant për ndërtim shtëpie pleqsh. Do të ishte mirë që këtë shembull ta përcjellin edhe personat tjerë të pa punësuar sepse me këtë rast janë fitimtarë të dy palët.

K.S. Andonova

ShP Dojran

Mbi 7000 pensionistë "Piknik në gjelbërim-hapja e sezonit verorë"

Dita e freskët e qershorit 20.06. 2015, kontribuoj që të mblidhen në një vend më se 7000 pensionistë nga shoqatat: Shtip, Radovish, Strumicë, Gjevgjeli, Kumanovë, Shkup, Veles, Sfeti Nikolë e të tjerë, në një shoqërim njëditorë të paharrueshëm "Piknik në gjelbërim-hapja e sezonit verorë" në Star Dojran. Pesë vitet paraprake me

radhë, në Star Dojran, pensionistët nga Radovishi kanë ardhur në numër më të madh, këtë vit ata bënë rekord me 755 persona. Në këtë shoqërim ishin edhe pensionistët e Shoqatave të Velesit të cilat me anëtarët e tyre të veshur siç i ka hije, vendosën lule në përmendoren në Dojran. Për kënaqësi të madhe të pensionistëve, në këtë takim ishte edhe kryetari i LShPM **Dragi Argirovski.**

I pari të pranishmëve iu drejtua duke ju dëshiruar mirëseardhje kryetari i ShP Dojran, **Borivoje Bojaxhev** njëherësh edhe nikoqir i shoqërimit. Në emër të kreut të komunës Dojran, të pranishmit i përshëndeti kryetarja e ShP Gjevgjeli, **Lena Semenakova.**

Kryetari i LShPM **Dragi Argirovski**, fjalimi i të cilit u përcoll më duartrokitje të fuqishme, i përshëndeti të pensionistët e pranishëm duke ju dëshiruar qëndrim të këndshëm në Dojran, si dhe shoqërim të gëzueshëm, duke ju dëshiruar njëherësh edhe shumë takime të tjera masive të cilat janë të mira për shëndetin dhe plakjen aktive me çka, ai takimin e shpalli të hapur.

Në fytyrat e pensionistëve të pranishëm shihej gëzim dhe fat. Të radhitur në valle njëri pranë tjetrit, vallëzuan dhe kënduan në shoqërim të grupit këngëtar dhe muzikorë, ndërsa pjesë nga ata si lum njerëzish lëviznin nëpër shëtitoren bukur të rregulluar përreth liqenit në të cilin kishte ujë si asnjëherë teri tani, në të cilin, më trimat edhe u lanë. Të gëzuar se edhe këtë vit u takuan, pensionistët u kënaqën me shoqërimin dhe në bukurit e liqenit të bukur të Dojranit.

Sofija Mihajlova

Ligjëratë për mbrojtjen shëndetësore të pensionistëve

Në kuadër të programit të shoqatës të pensionistëve Dibër-Qendër Zhupë, për mbrojtjen shëndetësore të anëtarësisë dhe në përputhje me kalendarin e aktiviteteve të Komisionit për shëndetësi pranë shoqatës, në Qendër Zhupë, më 17 qershor, u organizua dhe u mbajt ligjëratë në lidhje me sëmundjen e prostatës.

Në fjalën hyrëse kryetari i shoqatës së pensionistëve Dibër-Qendër-Zhupë, Xhavit Karpuzi, para pensionistëve në Qendër-Zhupë, theksoi se me këto ligjërata të cilat i mbajnë mjekë specialistë nga Spitali i përgjithshëm i Dibrës dhe Shtëpia e Shëndetit në Dibër, tentohet që pensionistëve t'ju jepen informatat për mbrojtje më të mirë shëndetësore. Sipas Karpuzit, ligjërata të këtilla do të mbahen çdo muaj edhe atë si në Dibër ashtu edhe në Zhupë.

Gjatë ligjëratës, urologu dibran Ekuran Duka, në detaje sqaroi problemet që sjell sëmundja e prostatës, si dhe kurimi i rregullt i kësaj sëmundje. Ai tha se është krejtësisht normale që tek një pjesë të moshës së tretë paraqitet kjo sëmundje por shtoi se ka shumë mënyra për ta kuruar këtë sëmundje në fazat e para.

Kryetari i komisionit për shëndetësi pranë shoqatës së pensionistëve Fitim Alili, na informoi se ligjëratat që resalizohen nga ana e shoqatës për nevojat e pensionistëve kanë për qëllim atyre t'ju jepen sa më shumë informata për trajtimin e sëmundjeve të ndryshme të cilat paraqiten sidomos në moshën e tretë. Shumë shpejt do të mbahen ligjërata edhe në qytetin e Dibrës në bashkëpunim me mjekët specialist shtoi Alili. Është për tu theksuar thotë ai se interesimi i pensionistëve në të gjitha ligjëratat që mbahen është shumë i madh.

Vjollca Sadiku

20-ти Регионални пензионерски спортски натпревари

ИЛИНДЕН, ПРВ РЕГИОН

Најдобри спортистите на ЗП Центар

На 13–ти јуни 2015 година во организација на Сојузот на здруженија на пензионери на Македонија, а под покровителство на градоначалникот на општина Илинден, Жика Стојановски, се оддржаа јубилејните 20–ти Регионални пензионерски спортски игри од Првиот регион. Домаќин за првпат на оваа спортска регионална манифестација беше здружението Солидарни – пензионери – Илинден. Игрите се одржаа на помошното фудбалско игралиште во Спортскиот центар „Марино", како и во СОСУ „Илинден", каде во 11 дисциплини се натпреваруваа 550 претставници од ЗП „Гази Баба", „Кисела Вода", „Солидарност – Аеродром", „Воени пензионери", „Центар", „Чаир", „Бутел", „Шуто Оризари" и домаќинот, „Солидарни пензионери". Најпрво на учесниците и присутните им се обрати претседателот на ИО на ЗП Солидарни пензионери, **Благоја Атанасовски**, кој ги поздрави гостите и на пензионерите спортисти им посака добредојде, добри резултати и пријатен престој.

Со пригодни зборови на присутните и пензионерите спортисти им се обрати претседателот на СЗПМ, **Драги Аргировски**, кој изрази задоволство од добрата организација. „Добри разултати во работата постигнуваат само оние здруженија кои имаат добра соработка со локалната самоуправа и градоначалникот. Таков пример е и ова здружение. На натпреварувачите им посакувам фер натпревари и нека победат најподготвените, – истакна Аргировски.

Градоначалникот Стојановски, за време на отворањето на игрите, покрај другото, истакна: „Ми претставува големо задоволство што имам можност денес да бидам овде со вас. Дозволете ми најнапред да ја искажам мојата благодарност за укажаната доверба јубилејните 20–ти Регионални пензионерски спортски игри да се одржат во нашата општина. Тоа за нас претставува голема чест".

Во знак на благодарност за афирмацијата на Општина Илинден градоначалникот Стојановски им додели посебни признанија на претседателот на СЗПМ, Драги Аргировски, како и на претседателот на ИО Солидарни пензионери – Илинден, Благоја Атанасовски.

Најдобри резултати во екипна и поединечна конкуренција имаа спортистите од ЗП Центар, а забележителни постигања имаше и ЗП Гази Баба. Карактеристично за натпреварите беше спортскиот дух и доброто дружање меѓу пензионерите, кое заврши со заедничка веселба.

Васил Пачемски

ТЕТОВО, ВТОР РЕГИОН

Тетовчани по 20-ти пат најдобри

Со 12 освоени први места во машка и женска конкуренција во 11 спортски дисциплини на регионалните натпревари на пензионерите од вториот регион, тетовските пензионери по 20–ти пат станаа колективни победници. Освојувачите на првите места во сите дисциплини се стекнаа со право да учествуваат на јубилејните републички спортски натпревари на пензионерите што ќе се одржат во Скопје. Ова е епилогот на регионалните спортски натпревари на пензионерите што се одржаа во кругот на комбинатот „Тетекс" во Тетово на 22–ри мај.

На учесниците на натпреварите први им се обратија домаќините – **Стојан Соколовски,** претседател на Собранието и **Шабан Азизи**, претседател на Извршниот одбор на ЗП Тетово. Најнапред истакнаа дека се добредојдени сите од здруженијата од Гостивар, Сарај, Ѓорче Петров, Тафталиџе, Карпош, ОВР и домаќинот Тетово. „За нас пензионерите, голема добивка е меѓусебното дружење, а уште поголема, па и привилегија, да се учествува на спортски натпревари. Спортувањето го јакне организмот, ги челичи сите негови функции, а победите се задоволство за вложените напори. Но, најважно е да се учествува, а нека победат најподготвените, најхрабрите и најсреќните", – нагласија домаќините.

Натпреварите за отворени ги прогласи **Бесник Поцеста**, потпретседател на Собранието на СЗПМ. Тој најнапред ги пренесе поздравите од претседателот Драги Аргировски, а потоа, на негов својствен начин, на трите јазика – македонски, албански и турски на сите учесници на натпреварите им посака успех, здравје и долг живот.

На 20–тите регионални спортски натпревари на пензионерите во Тетово, второто место им припадна на ОВР Скопје, потоа Ѓорче Петров, Гостивар и Тафталиџе. Тетово освои 13 први, три втори и три трети места, ОВР три први, 4 втори и 3 трети, Ѓорче Петров три први, 5 втори и Тафталиџе едно прво, 4 втори и 1 трето место. Пензионерите на другите две Здруженија Сарај и Карпош освоија по едно второ и едно трето место.

Прогласувањето на победниците го изврши **Здравко Петкоски**, претседател на Комисијата за спорт при СЗПМ.

Спортската манифестација заврши со игри, песни и веселба што се одржа во ресторанот „Арена" во кругот на „Тетекс".

Г. Ефтоски

ПРИЛЕП, ТРЕТ РЕГИОН

Прилепчани со најмногу први места

На 18 јуни, на спортските терени во Паркот на револуцијата во Прилеп, вриеше како во кошница со пчели. Многу, многу, пензионерки и пензионери, нивни сипатизери и се разбира навивачи од Крушево, Битола, Ресен, Демир Хисар и градот домаќин – Прилеп. По дваесетти пат се одржуваа регионалните пензионерски спортрски игри, кои, се квалификација за претстојната пензионерска олимпијада што годинава ќе се одржи на 4. септември во Скопје. На отворањето на годинашните регионални спортски пензионерски игри, покрај 170 спортисти од градовите учесници, присуствуваше и претседателот на СЗПМ, **Драги Аргировски**. Отворајќи ги Игрите, Аргировски им посака на учесниците уште многу, многу години да спортуваат, зашто како што рече, со дружењето и спортувањето подобро и поквалитетно се стареe. Тој меѓу другото им посака успех и се разбира да победи најдобриот. Гостите ги поздрави и градоначалникот **Марјан Ристески** кој укажа на тоа, дека посакува и тој во доцните години од животот да може да се дружи и да спортува со неговите колеги – пензионери. Срдечно добредојде и убав спортски ден на учесниците и на гостите, кој овојпат ги имаше и од Благоевград, соседна Бугарија им посака и претседателот на Здружението – домаќин, **Кирил Ѓорѓиоски**.

Се трчаше, се фрлаше ѓуле, се скокаше во далечина, се тегнеше јаже, се стрелаше со воздушна пушка, се играше шах, табла, домино... Успехот не изостана. По традиција и овој пат најдобри беа

спортистите – домаќини. Тие ги освоија првите места во тегнење јаже, мажи и жени, пикадо и во машка и во женска конкуренција.

Закитувајќи се со 14 први места прилепските спортисти беа најдобри и се здобија со правото да го претставуваат регионот на претстојната пензионерска спортска олимпијада. Благодарници и дипломи за освоените први, втори и трети места, како и благодарници за учеството на сите учесници им беа доделени на заедничката пензионерска веселба во ресторанот „Липа".

К.Ристески

КИЧЕВО, ЧЕТВРТИ РЕГИОН

Незаборавна средба и дружење

На 06. јуни 2015 година во Кичево, во организација на СЗПМ се одржаа 20–тите јубилејни регионални спортски напревари во кои учествуваа здруженијата на пензионерите од Дебар – Центар Жупа, Вевчани, Струга, Охрид, Македонски Брод и домаќинот Кичево. На убавите терени на ФК Напредок и во просториите на СУЦ „Мирко Милески" во Кичево, пред поголем број пензионери и граѓани љубители на спортот, учесниците од овој четврти регион се натпреваруваа во 11 спортски дисциплини и тоа: шах, домино, табла, пикадо, трчање, влечење јаже, фрлање ѓуле, скок од место, стрелаштво, двобој – жени и тробој – мажи.

Најпрво, на платото пред Правниот Факултет во Кичево, гостите и учесниците, ги поздрави претседателот на Здружението на пензионерите од Кичево **Љубомир Лукароски**, а од името на Сојузот на здруженијата на пензионери на Македонија спортистите ги поздрави и средбите ги прогласи за отворени **Бесник Поцеста,** потпреседател на Собранието на СЗПМ. Тој меѓу другото укажа на значењето на овие игри, не само за спортувањето во третото доба, туку и за дружењето на пензионерите од овај западен регион во Македонија, кои на ваквите манифестации се сплотуваат без оглед на националната и верска припадност, го шират пријателството и придонесуваат во негувањето на соживотот. На отворањето присуствуваше и претседателот на Комисијата за спорт и рекреација при СЗПМ Здравко Петкоски, кој даде битни информации за поуспешно реализирање на натпреварите.

И на овие регионални спортски напревари неприкосновени победници беа претставниците на ЗП Охрид и Дебрца, а второто место

им припадна на домаќините од Кичево, зад кои останаа натпреварувачите од Струга, Дебар, Македонски Брод и Вевчани. Победничкиот пехар го прими претседателот на ЗП од Охрид и Дебрца Ѓорѓи Трпчески, а сите други здруженија за учеството добија благодарници.

Спортската средба продолжи во ресторанот „Арабела" каде со песни и музикасите заеднио се дружеја пензионерите радувајќи им се на пријатните мигови кои ќе им останат долго во сеќавање.

А. Ристоска

ЗП Чаир

Посета на малешевијата

Природните убавини, културно-историските знаменитости, другарувањето, создавањето нови пријателства, се секогаш содржина на популарните екскурзии што ги организира ЗП Чаир. Во континуитет се изведуваат бесплатни патувања за пензионерите, до познати и значајни знаменитости во Македонија. Некои од пензионерите, како што изјавија, за првпат одат на некоја од тие дестинации.

Како нова активност, но во рамките на програмата на Здружението, на 16–ти јуни беше реализирана еднодневна екскурзија со 100 пензионери до Берово, затоа што природните убавини на овој крај и чистиот воздух ја враќаат физичката сила.

Денот беше сончев и топол. Имаше неколку застанувања по патот, за освежување на пензионерите, по предлог на д–р. Мане Манев, член на ова Здружение, кој е присутен на сите активности на Здружението. По пристигнувањето во Берово, пензионерите извршија обиколка и прошетка по личен избор низ градот, а оние кои сакаа одмор за душата и телото, го побараа длабоко во тишината во манастирот Свети Архангел Михаил изграден 1840 година.

По разгледување на градот, пензионерите се упатија кон живописното вештачко планинско Беровско Езеро, кое се наоѓа источно од градот, каде природата е со посебна убавина, глетка за уживање и со прекрасна континентална клима. Покрај убавата борова шума, пред прекрасниот хотелски комплекс, пензионерите можеа да купат сувенири за спомен од Берово, чист планински мед и разновидни овошни сокови.

Тука, пензионерите се шетаа во прекрасната природа, но заиграа оро и запеаја песна во која воопшто не беше важно кој што е и од која вера е, впрочем така е секогаш во ова мултиетничко здружение кое вистински заживеа со доаѓањето на новото раководство и претседателот Ментор Ќоку. Сите беа весели и среќни. При крајот на денот пензионерите тргнаа кон дома. Радосни од доживеаното и виденото, повторно во автобусите, некои пееја, а некои ги прераскажуваа доживеаните моменти, кои ќе им останат длабоко во сеќавањето.

Васил Пачемски

Здружение на пензионираните работници од ОВР на РМ

Убавините на Берово

Здружението на ЗП ОВР секоја година прави годишен план за културно забавниот живот на своите пензионери. Притоа се грижи барем еднаш месечно да организира еднодневни екскурзии со посета на градовите и природните убавини во нашата прекрасна Македонија.

Овој пат, на 27 мај, над педесетина пензионери тргнаа во посета на убавините на Беровскиот крај. Денот беше прекрасен како и расположението кај сите нив.

Најпрвин попатно застанаа на кафе пауза во еден рибен ресторан пред Пехчево, а потоа се упатија кон Пехчевите водопади. Низ убава природа и тесна патека пензионерите полека, но упорно го совладуваа патот за наскоро да ја доживеат недопрената природа исполнета само со појот на птиците и громогласниот шепот на водопадот кој своите порои чиста планинска вода ги истура врз камените карпи. Пензионерите фотографираа, а секоја фотографија беше поинаква и поубава од претходната. Патот го продолжуваат кон Беровското Езеро. И повторно восхит и восклик од тоа што го гледаат. Природата дала многу, но и човечките раце ова место го оплемениле уште повеќе со градењето на комплексот Аурора. Има патеки за пешачење, возење велосипед, муабетење на клупите, во ресторанот, а чистиот миризлив воздух и тивкиот ветрец ве гали и целосно ве опушта. Некој од пензионерите восхитено вели: „Каде ли сме, во Швајцарија ли? А повеќемина весело му одговараат: Во Беровска Швајцарија". Баш така, и ние имаме природа и убавини, да ги чуваме, да ги посетуваме, да ги цениме.

Расположени пензионерите се упатуваат во центарот на градот на организирано дружење во ресторанот на пензионерскиот дом. Во градот ги пречека пороен дожд, но тоа не ги спречи да уживаат во специјалитетите на прочуената беровска кујна.

Доцна попладнето автобусот тргна за Скопје. Но неочекувано попатно автобусот застана кај местото викано „Бела вода" што се наоѓа на самиот излез од општина Берово кон Струмица. И пензионерите доживуваат уште едно изненадување, уште една недопрена природа, а во неа распослан комплекс на бунгалови, ресторан, поток, воденица, живина, рибник, коњи, кози и други домашни животни. Повторно и повторно сите со своите фотоапарати ги овековечуваат овие прекрасни глетки. А воедно се слуша нивниот восклик на доживување, нивното муабетење дека беровскиот крај навистина го заслужува епитетот „Беровска Швајцарија". Доцна, во приквечерината со полни срца беше враќањето во Скопје.

Соња Смилеска

ЗП Богданци

Впечатоци од екскурзијата во Крушево

По повод празникот посветен на браќата Кирил и Методи, ЗП Богданци организираше посета на Крушево. Стотина пензионери на 23–ти мај отпатуваа во градот на Питу Гули, Никола Карев, Тоше Проески... Атмосферата во автобусот беше весела, а патувањето пријатно. Првата дестинација беше градот херој Прилеп. Со пристигнувањето во Крушево пред пензионерите се појави „Илинден", споменикот од кој 40 години зрачи македонската цврстина, непокор, и желба за слобода...

Петте пранги во првиот дел од монументот го симболизираат петвековното ропство и се неми сведоци за тешките времиња низ историјата , но и вечниот идеал на македонскиот народ: слободата. Тука пензионерите се запознаа со културата, фолклорот, обичаите на крушевчани и со соборците на Питу Гули и Никола Карев преку напишаното во вториот дел од „Македониум". Присутните се поклонија пред мермерната коцка, оддавајќи му почит на претседателот на првата македонска република, Никола Карев. Пензионерите го посетија и вечниот дом на незаборавниот Тоше Проески, кој се наоѓа наспроти гробот на легендарниот Питу Гули. Музејот на Тоше ги разнежи срцата на пензионерите. Потоа следуваше посета на манастирот што Тоше го започна, но не успеа да го изгради. Посебноста на манастир беше посебно доживување за присутните што ги имаше од повеќе градови на Македонија. Ентериерот на манастирот со мал број фрески е посебно доживување, како и прекрасната панорама. Напуштајќи го манастирот следуваше посета на Прилеп каде пензионерите во убаво уредениот центар на градот имаа три часа да ручаат и купат предмети за спомен. Грижата на прилепчани за убавиот изглед на градот е пример за секој присутен. Во попладнето посетителите го продолжија патот кон Богданци со впечатоци коишто долго ќе ги паметат.

Д. Чавдаров

ЗП Сарај

Посета на Струмица

Во рамките на Програмата за работа, Здружението на пензионерите Сарај, на 23.05.2015, под водство на претседателор Руфат Рамадани, оствари еднодневна екскурзија во Струмица. На оваа екскурзија, учествуваа 126 пензионери и пензионерки.

Два автобуси и еден минибус тргнаа во раните утрински часови. Со пристигнувањето во Струмица, пензионерите го посетија овој убав град полн со историски места. Меѓу другото ги посетија Колешинските Водопади, терминалните води во Бања Банско и др. На ова екскурзија, со ангажирање на претседателката Зулфије Рамадани, учестфуваа и 12 жени од Активот на пензионерки при здружението. Толкав број да учествуваат на една екскурзија ретко се случува во здруженија во кои членуваат албанки–пензионерки, што е за поздравување.

Сè на сè ова беше една убава екскурзија за памтење. Пензионерите се разонодуваа се друежја. Инаку, интересирањето за екскурзиите во здружението е големо што докажува и бројот на учесниците. Екскурзијантите ведри и расположени се вратија во Сарај во доцните часови на денот.

Б.Б.

ЗП Тетово

Пензионерите од два правци ја освоија Охридската ривиера

Веќе стана традицијата во почетокот на летото за тетовските пензионери Здружението да организира масовна екскурзија и посета на приезерските градови Охрид и Струга. Така беше и годинава. На 13 јуни над 250 тетовски пензионери од два правца ја „освојуваа" Охридската ривиера. Во три автобуси се патуваше до Струга, навраќајќи во Дебар и Вевчани и со два до Охрид преку Битола и Ресен. Меѓу нив имаше и такви кои за прв пат се најдоа на брегот на Охридското езеро. Сепак, еден од пензионерите во оваа прилика посебно го издвојуваме. Меѓу екскурзијантите се најде и Рефет Емини од Челопек. Иако со две штаки и одвај ги совладуваше искачувањата во автобусот, тој сепак беше дел на овој караван, презадоволен од тоа што го видел и доживеал и уште повеќе од големото внимание и однос на другите пензионери со кои бил во еден автобус.

Како што информираше Шабан Азиси, претседател на Извршниот одбор на ЗП Тетово, белег на учесниците на екскурзијата е различната национална припадност, но и меѓусебното друження и разбирање.

– Сите се чувствувавме исто, само како – пензионери. И од автобусите ечеа песни пеани на јазиците што ја карактеризираат тетовската средина. Конвојот за Струга најнапред застана во Дебар, каде во својство на домаќин беше Бесник Поцеста, потпретседател на Собранието на СЗПМ. По краткиот одмор и панорамското разгледување на овој пограничен град, наредната дестинација беше Вевчани.

Два момента посебно ги потенцира Азис Шабани: убавините на вевчанските извори и ненајавеното, а достоинствено прифаќање на групата од страна на претседателот на ЗП Вевчани Витомир Костојчиновски и градоначалникот Светомир Угриновски. Стотина пензионери во два автобуса прошетаа до Охрид. Во Охрид, групно или посебно, разгледуваи се убавините на овој град и доживеан е како бисер на македонската историја и култура.

На пропатување дел од одморот поминат е во Битола на познатиот Широк сокак и Старата чаршија. Во Ресен посетен е музејот на грнчарството и други историски и културни знаменитости.

Гојко Ефтоски

ЗП Кочани

Пензионерско дружење

Во организација на ЗП Кочани од 28 јуни до 1 јули беше реализирана екскурзија на пензионерите со посета на повеќе населени места низ поранешна Југославија. Во цената за патувањето кое беше со три ноќевања и три полупансиони ЗП Кочани партиципираше во патните трошици со 50%. Како што ни изјави Ѓорги Серафимов, претседател на ЗП Кочани, на екскурзијата учествувале 48 пензионери и пензионерки кои ги посетиле Кладово, Ѓердап, Белград, Нови Сад, Суботица, Смедерово, Соко Бања како и Ниш и Нишка бања.

Екскурзијата е дел од програмата на ЗП Кочани за организиран одмор и рекреација на пензионерите. Ова е прво патување за годинава на Кочанскаите пензионери надвор од границите на Македонија. Според најавите ќе следуваат уште неколку патувања надвор од државата со посета на неколку соедни земји.

К. Герасимов

ЗП Лабуништа

Петдневна екскурзија во Албанија

Од програмските активности што ги планира и остварува Здружението на пензионери Лабуништа, најпрактикувани се екскурзиите и организирањето излети и одмор за заинтересираните пензионери. Раководството на здружението мошне успешно организира вакви активности, а најпривлечни и најпосетувани дестинации се туристичките места и градови со богато културно–историско минато во нашата земја, но и во соседните држави. Пензионерите пројавуваат поголем интерес за престој во Албанија, па затоа тие повеќе се застапени во планирањето.

Екскурзијантите главно се задоволни од ваквите патувања и кога ќе се вратат со воодушевување раскажуваат за своите импресии и доживувања. Најсвеж пример за тоа е групата пензионери која неодамна се врати од петдневна екскурзија во Албанија, а своето патешествие го прикажаа низ повеќе фотографии. За посетата на Албанија и пријатните доживувања на лабуништанските пензионери сведочи и оваа фотографија што ја објавуваме.

Л. Ќазимоски

Струшка разгледница

Струга со својата околина обилува со природни убавини, со културно–историски споменици и со туристички знаменитости и реткости.

Градот се наоѓа на крајбрежјето на Охридско Езеро, распослан од едната и другата страна на реката Црн Дрим чии бистри, сини површини се заобиколени со планината Јабланица, Галичица и Мокра. Охридското Езеро е на надморска височина од 685 метри и зафаќа површина од 348 квадратни километри. Неговата најголема длабочина изнесува 286 метри. Главните извори што го полнат Охридското Езеро се чиста и бистра вода се наоѓаат кај манастирот Свети Наум.

Поради исклучиво поволните природни географски услови, Струга, во текот на целото свое минато, претставувала мошне интересно подрачје за живеење во сите периоди од нејзиното постоење. Нејзината историја е исполнета со голем број настани кои оставиле етнолошки, етнографски, етнички и етимолошки траги.

Со прошетка низ старата Струшка чаршија, посетителите можат да се запознаат со ретките знаменитости. Најпознатата струшка црква посветена на Св. Ѓорѓи е изградена 1835 година, а целосно живописана во 1874 година. Една од најзначајните ретки икони во црквата, посветена на патронатот на истата, е врвно уметничко дело изработено во 1267 година од зографот Јован. Тука е сместена и галеријата на икони од Струга и струшко. Во центарот на градот се наоѓа и Уметничката галерија, во која љубителите на ликовната уметност можат да ги видат делата на еден од најголемите македонски современи сликари Вангел Коџоман,кој е роден во Струга. Ликовната галерија располага со над 50 експонати . Веднаш тука е и спомен–домот на Браќата Миладиновци. Тоа што посетителот, односно нашиот пензионер, не може да го сретне во градот, на езерото или околината, тоа што егзистирало на овој терен во поблиското или подалечно минато, тоа што суштествува и денес, но што претставува реткост, може да го најде во Народниот музеј д–р „Никола Незлобински", кој е скромен по обем, но затоа е мошне богат и преполн со разновидни експонати. Музејот е основан во 1928 година, кога првобитно претставувал збирка на д–р Никола Незлобински.

С. Кукунешоски

12 особено токсични хемикалии исфрлите од домот

80 000 различни нетестирани хемикалии, за кои не е докажано дека се безбедни, се употребуваат ширум светот. За многу од нив се знае дека се опасни, но за жал и понатаму се во продажба. Овие 12 хемикалии се особено опасни и можат да го поткопаат не само вашето здравје туку и здравјето на вашите потомци, па затоа избегнувајте ги колку што е можно!

1. ДЕЕТ (dietiltoluamid) е активна состојка на средствата за заштита од инсекти. Оваа хемикалија се покажала исклучително опасна за нервниот систем. Комарците можат да се избркаат например со запалена свеќа која содржи етерични масла.

2. Глифосат - најповеќе употребуван хербицид на светот – поврзан е со родените маани, оштетување на ДНА, хормонски пореметувања, рак и невролошки пореметувања. Се користи за уништување на пиреј. Отстранувајте го пирејот со природни начини употребувајќи вриена вода или оцет, или искорнете.

3. Фталати - најчесто се наоѓаат во освежувачите на воздух, пластичните амбалажи, пластичните играчки и козметиката. Го има во лаковите и средствата за заштита на дрво. Фталатите го пореметуваат ендокриниот систем што може да предизвика репродуктивни и невролошки оштетувања. Исфрлете ги од домот пластичните чаши, лажици и шишиња за вода. Избегнувајте производи пакувани во пластична амбалажа и евтини кинески пластични играчки. Употребувајте природна козметика.

4. Бисфенол А (BPAC) се наоѓа во многу предмети кои секојдневно ги употребувате, како шишенца за хранење деца, кутии за компакт дискови, амбалажи за храна и пијалок. Научниците го поврзале BPA со болестите на срцето, дијабетисот и абнормалностите на црниот дроб, како и со проблеми во развојот на мозокот и хормоните кај фетусот и децата. Купувајте само BPA – free пластика со рециклажни кодови 1, 2 или 5 оти рециклажните кодови 3 и 7 веројатно вклучуваат фталати.

5. Испарливи органски споеви (HOS) се гасови кои се испуштаат од одредени тврди и течни материи. Овие небезбедни супстанции го засилуваат загадувањето на воздухот и поврзани се со астма и рак. Боите, пестицидите, лаковите, градежните материјали и канцелариската опрема може да содрживаквии материи. Но, најголемиот виновник за нивна емисија во домовите се миризливите детергенти за алишта. Наместо нив, купувајте безмирисни детергенти базирани на билни материи.

6. Полибромирани дифенил етери (PBDE) се поврзуваат со пореметување на хормоните, потешкотии во развојот на децата и појава на ракот, а се употребуваат во опрема за домаќинството и електричната опрема.

7. Перфлуорни хемикалии (PFCs) се употребуваат во нелепливи садови за варење (тефлон) и ткаенините отпорни на флеки. Овие материи можат да предизвикаат оштетување на плодот и рак. Наместо тефлонски садови, употребувајте садови од нерѓосувачки челик или лиено железо. Избегнувајте купување на домаќински производи отпорни на флеки.

8. Перклоретилен (PERC) е хемикалија која се користи во хемиско чистење, за среќа забранета е во Европа и Канада. Оваа хемикалија има токсичен ефект на црниот дроб, бубрезите и нервниот систем, а се верува дека е и канцерогена.

9. Формалдехид е една од најпровните и најчестите хемикалии кои може да продре во човечкото тело. Се употребува во столарија, сапуни, козметика, градежни материјали, детергенти, разни производи за домаќинство и во лепила. Формалдехидот е екстремно отровна карценогена супстанца која Американската Асоцијација за заштита на околината го означила како сериозна закана за добивање рак. За да го намалите изложување на формалдехид купувајте дрвен мебел, користете природна козметика, а ако градите куќа, распрашајте се за материјалите кои ќе се употребат за изградба.

10. Триклосан се употребува за изработка на антибактериски сапуни. Таквите сапуни овозможуваат заштита од бактерии, со што се создаваат супер бактерии отпорни на антибиотици. Кога триклосаните се мешаат со хлорирана вода од чешма, се создава токсичен гас хлороформ.

11. и 12. Хлор и амонијак се смртоносни состојки често употребувани во домаќинските средства за чистење вклучувајќи ги средствата за wc школката и рерната на печката. Американската Агенција за заштита на околината открила дека нуспродуктите на хлор се 300 000 пати поканцерогени отколку хемискиот пестицид ДДТ. Наместо нив, употребувајте природни и нештетни средства за чистење како сода бикарбона, лимонов сок, оцет и друго.

Т.Г.

Вистини за хидратацијата на телото

Водата претставува 60% проценти од вашата телесна маса и игра клучна улога во нормалното функционирање на телото. И покрај тоа што е толку важна, знаењето за хидратацијата не ни е на потребното ниво. Еве неколку вистини за хидратацијата односно за улогата на течностите за нашето тело во кои има и неточност:

Вистина 1: Мора да пиеме 8 чаши вода на ден

Ова правило настанато по безмалку слободна проценка. Всушност, дел од научниците истакнуваат дека не постојат научни докази кои би ја потврдиле оваа популарна теза.

Вистината е дека нашите лични потреби можат да изнесуваат и над 8 чаши, но и помалку од 8 чаши вода. Нема магичен број, а потребата се менува секојдневно, во зависност од големина, маса, температурата на просторијата/околината, дневните активности и уште позначајно, од храната која се консумира бидејќи и таа содржи течности!

Сигурно си го поставувате прашањето како тогаш да знаеме колку вода треба да пиеме? Нашите предци, уште пред да постои науката, имале прилично добар метод за да ја утврдат потребната количина на вода. Всушност, толку бил ефикасен што постои и ден денес, а се вика – жед. Токму така, пијте вода кога и да сте жедни!

Вистина 2: Ако си жеден, веќе си дехидрирал

Строго земено, точно е. Жедта генерално е предизвикана од намалувањето на количеството на вода во нашето тело. Но, не е така очајно како што обично звучи.

Нормалните нивоа на жед обично се појавуваат при 2–4% редукција на водата во телото. Освен ако немате проблеми со бубрезите, ова намалување обично можете да го толерирате, иако несомнено жедта е добар показател дека ви е потребна чаша вода.

Дехидрацијата станува проблем кога намалувањето на вода во телото надминува 5–8%. При оваа етапа веќе чувствуваме вртоглавица и замор – состојби што се многу посериозни од обичната сува уста.

Принципот на пиење вода кога сте жедни важи и за кога вежбате. Сепак, ако заборавате на хидратацијата и често при крајот се чувствувате „исушени", следите го ова правило: чаша вода на секои 10 до 20 минути тешка физичка активност или интензивно спортување би требало да е доволно. И уште нешто кога е во прашање постарата популација. Ао годините чувството за жед се намалува, па затоа пијте вода и кога не сте жедни!

Вистина 3: Спортските пијалоци се најдобра опција после вежбање

Не ебаш така. Спортските пијалоци се полни со електролити (солени јони) што му помагаат на телото да ги надокнади изгубените количини при потењето. Овие електролити се доста важни за функцијата на нервите и помагаат да ја регулираат pH вредноста на крвта, меѓу другото. Сепак, овие пијалоци не се неопходни освен во екстремни ситуации, после подолго трчање и пешачење или долго, со часови, планинарење на жешко сонце. Дури и тогаш, ладничко пиво е подобриот избор!

Вистина 4: Водата ги исфрла токсините од телото

Постои популарно мислење дека консумирањето на огромни количини на вода помага да го исчистиме нашето телото од сите гурмански прејадувања што ги сме ги направиле во текот на минатата недела. Но не е баш така. Пиењето на адекватна количина на вода е предуслов за прецизна работа на метаболизмот, а природната детоксификација на црниот дроб и бубрезите е секако дел од тој процес. Но, пиењето на повеќе вода од потребното може всушност да ја попречи детоксификацијата на нашето телото, бидејќи ја редуцира концентрацијата на сол во крвта, а тоа може да ги оштети бубрези и црн дроб и да ја попречи нивната нормална функција.

Како и да е раководете се и во овој случај како и за сè, пијте течности внимателно и со мерка бидејќи вистината е секогаш на средина. **М. Дамјаноска**

Како да го разладите телото при сончаница, топлотна исцрпеност и топлотен удар

Сончаница е состојба предизвикана од прекумерно изложување на целото тело на сонце, а особено ако е изложена главата. Оваа вонредна состојба го поттикнува телото да испрати што е можно поскоро „ладна" крв од други делови на телото до главата, со цел да се реши проблемот на прегревање и да се елиминираат бројни непријатни и понекогаш и исклучително опасни последици. Ако загревањето продолжи, вените ќе се прошират, па може дури да се јави и оток на мозокот. Симптомите на оваа состојба наликуваат на симптоми како при потрес или воспалување на мозокот. Потешки случаи на сончаница може да предизвикаат дури и губење на свеста, а во крајни случаи кома или смрт, па затоа е потребно веднаш да се дејствувааа да се спречи тоа.

Најчестите симптоми на **сончаница** се: сува кожа, изразено црвенило на лицето, зголемена температура, конфузија, главоболка и вртоглавица, пречувствителност на светлина, гадење

Ако сметате дека сте добиле сончаница веднаш одете на лекар, но ако не сте во можност, јавете му се на телефон или побарајте помош од него или од некој друг кој мислите дека може да ви помогне додека да стасате до најблиската амбуланта. Ако стручната медицинска помош е недостапна или амбулантата многу оддалечена, користете едноставни домашни третмани, а пред се разладете се со ладна вода и пиење поголема количина на ладни пијалоци.

Покрај од сончаница може да се чувствувате лошо и да ви се зголеми температурата на телото и во случај на **топлотна слабост** (исцрпеност) до која доаѓа не поради прекумерното изложување на сонце, туку поради губење на течности, особено вода и сол од организмот. За да ја намалите температурата, пијте повеќе вода или чај со цел за да ја надоместите изгубената течност, за што најчест виновник е потењето. До топлотна исцрпеност може да дојде и поради прекумерното изложување на сонце, поради губење на течности од спортување или пешачење. Знаци на топлотната исцрпеност се: леплива, бледа и влажна кожа, губење на апетитот, конфузија, гадење и повраќање, зголемена температура, вртоглавица и главоболки, грчеви во рацете, нозете и стомакот, забрзано дишење, неправилна работа на срцето, губење на свеста

До **топлотен удар** доаѓа ако сте изложени на сонце или се наоѓате во прегреана просторија. Во тој случај доаѓа до шок на телото, температурата на телото се зголемува до над 40 степени целзиусови, а сите други симптоми, како гадење, повраќање, забрзан пулс и главоболки се многу посилни и поизразени.

Во сите три случаеви – сончаница, топлотна исцрпеност и топлотен удар, но и ако температурата на телото е покачена од било која друга причина, најважно е најпрво да се **засолните во сенка или на поладно место**, а потоа да користите некои од познатите совети за разладување на целото тело, како и да ја надоместите изгубената течност и електролити. За брзо и ефикасно да се опоравите од последиците на сонцето и високата температура можат да ви помогнат и следните традиционални рецепти:

1. Брзо симнување на температура со бања, туш и облоги

Налејте постудена вода во кадата и седете во неа 5–10 минути. Ладната бања би требало брзо да ја намали температурата, но ако немате када, ќе ви помогне ладно или разладено туширање или облоги од влажни пешкири и замотување во влажен чаршав. Ако од ладната вода почувствувате морници, наместо неа, користете млака вода, чија температура не надминува 30 степени.

Во болничка средина, лекарот може да ви даде и средство за опуштање на мускулите, со што ќе се ограничи треперењето.

2. Овошјето и зеленчукот во служба на разладување

Лута пиперка ја намалува високата температура и ја ублажува главоболката предизвикани од прекумерното изложување на сонце. Ставете половина лажичка лута пиперка во еден филџан врела вода, потоа земете една лажица од добиената течност и ставете ја во чаша вода и полека испијте ја. Исто така јадете доста свежо овошје и зеленчук, особено она што е богато со вода, како што се лубеница, лимон, портокал и краставица. Збогатете ја исхраната со извори на протеини, како што се ореви, мешункасти растенија и маслиново масло. Јадете попара од јогурт. Оваа храна разладува, но е и корисна за целокупното здравје. Ако сте изгубиле течност избегнувајте храна богата со сол, бидејќи вишокот на сол може да го намали лачењето на пот.

3. Со ароматерапија до брзо закрепнување

Етерични масла можат да им помогнат на жртвите од сончаница и топлотен удар брзо да закрепнат, но откако поголемиот дел од тешкотиите се поминати. Најделотворно масло против сончаницата е етеричното масло од лаванда, како и мешавина од лаванда и алое вера.

4. Домашно масло од сиров кромид

Уште едно масло кое помага во намалувањето на тешкотиите од сончаница, е маслото кое се добива од обичен свеж сиров кромид. Исцедете сок од две големи главици кромид и размачкајте го по дланките и стапалата.

5. Фактор облека

Со повремено избегнување на силното летно сонце, превентивно делувајте против сончаница и топлотен удар облекувајќи се во светла и лесна облека од природни материјали, за да и овозможите на кожата да дише. Изберете облека направени од **лен** и **памук**, а избегнувајте синтетика. Користете шапки, капи, кои особено мора да ги носат децата и постарите луѓе.

Б. Ангеловска

ЗП Охрид и Дебрца

Здравственото осигурување - поблиску до пензионерите

Во рамките на неколку годишната успешна соработка меѓу СЗПМ и Фондот за здравствено осигурување, годинава заеднички се реализира проектот „Фондот за здравствено осигурување – поблиску до пензионерите",.Овој проект континуирано се спроведува во сите 53 здруженија на пензионери членки на Сојузот, а почна да се реализира во јануари оваа година и ќе трае до крајот на јануари 2016 година.

Во рамките на овој проект, деновиве во здружението на пензионери Охрид и Дебрца, со видео–презентација, се одржа предавање на тема: „Обезбедување на лекови на товар на фондот и употреба на ортопедски помагала". Предавачи на двете теми беа фармацевтот Кристина Тасеска и стоматологот Ана Филипоска. Двете предавања беа проследени со голем интерес од присутните на предавањето, а од пензионерите беа поставувани и повеќе прашања околу набавката и квалитетот на лекарствата и ортопедските помагала, кои најмногу ги користат лицата од третата доба. Стана збор и за пилот проектот 46 Подвижни аптеки во руралните средини и функционирањето на 24 – часовното дежурство на аптеките во Охрид, во неработните и празничните денови, кои ги дадоа очекуваните резултати. Кај охридските пензионери, ваквите предавања околу здравствената заштита и снабдувањето со лекови секогаш побудуваат големо внимание и интерес, од причини што пензионерите заради здравствената состојба се најголемите потрошувачи на лекови.

К. Спасески

Заштитете се од зрачењето од мобилните телефони со рузмарин

Повеќето од нас имаат слушнато дека употребата на мобилните телефони не изложува на нездраво ниво на радијација и дека кога се акумулира со тек на време може да резултира во рак, оштетувања во ДНК и ослабен имунолошки систем. На зрачењето од мобилен постојано сите сме изложени, од својот телефон и од телефоните на сите околу нас особено кога се возиме со автобус. А колку се зрачат оние кои целден зборуваат, играат игри или слушаат музика може само да претпоставуваме.

Во 2011 година Меѓународната агенција за истражување на ракот (IARC), објавила соопштение дека зрачењето на мобилените телефони е „можен човечки карциноген."

Исто така, повеќе студии покажуваат дека зрачењето (радијација) на мобилните телефони брзо ја менува и оштетува ДНК структурата кај луѓето. Шестгодишна истражувачка студија покажала дека човечката крв која е изложена на зрачење од мобилен телефон има зголемено 300 проценти генетското оштетување во форма на микронуклеи, што укажува на здраствена закана многу поголема од например пушењето или азбестот.

Опасностите по здравјето од радијација вклучуваат: хроничен замор, депресија, дигестивни проблеми, проблеми со памнењето, хроничен стрес, несоница, срцебиење, главоболки и друго.

Радијацијата може да биде отстранета од телото преку многу природни методи, а една од нив е заштитата со рузмаринот и етеричното масло од рузмарин. И рузмаринот и етеричното масло од рузмарин содржат моќни антиоксиданси својства кои можат да не заштитат од било каква радијација, па и онаа од мобилниот. Рузмаринската киселина од рузмарин делува како фотозаштитник, како чистач на слободни радикали и како поттикнувач на сопствените ендогени одбранбени механизми на телото.

Рузмаринот можете да го користите за приготвување на чај. За таа цел направете чај од рузмарин на следниов начин:

Со 2 чаши зовриена вода, попарете 2–3 лажички ситно исецкани листови од рузмарин.

Почекајте 5 до 10 минути. Пијте го секој ден.

За заштита од радијација може да користите и масло од рузмарин или комбинација од рузмариново масло со масла од авокадо или кокос кое ќе го нанесете на долниот дел од нозете. Есенцијалното масло од рузмарин може, исто така, да биде вдишувано по попрскување неколку капки на шамивче или крпа или со користење на испарувач за ароматерапија.

И да не ве заштити нема во никој случај да ви наштети! **М. Дамјаноска**

ЗНАЕМЕ ДЕКА МОЖЕТЕ!
Дајте им го она што им е потребно!
• Бесплатно отворање на трансакциска сметка
• Бесплатно овластување на вашата сметка за еден или повеќе членови на семејството
• Бесплатна Маестро дебитна картичка
• Бесплатна MasterCard кредитна картичка
• Можност за отплата до 73 години
Износ до 2 пензии
• Дирекција тел. 02/3249-437 ; 02/3249-454
• Градски Ѕид Скопје тел. 02/3217-224
• Партизански Одреди тел. 02/3221-003
• нас. Аеродром тел. 02/2401-225
• нас. Бутел тел. 02/2600-055
• Карпош 4 тел. 02/3090-209
• Кисела Вода тел. 02/2720-470
• Струмица тел. 034/343-881
• Битола тел. 047/232-434
• Прилеп тел. 048/400-210
• Кавадарци тел. 043/414-726
• Гостивар тел. 042/211-221
ЕУРОСТАНДАРД Банка
www.eurostandard.com.mk

ТУРИСТИЧКА АГЕНЦИЈА И ПРЕВОЗ НА ПАТНИЦИ
HAK BUS
Поаѓање од Македонија
07.06
14.06
21.06
28.06
05.07
12.07
19.07
26.07
Поаѓање од Македонија
02.08
09.08
16.08
23.08
30.08
06.09
13.09
ПОНУДА ЗА ПЕНЗИОНЕРИ
НА ПРЕКРАСНИОТ БРЕГ НА ЈАДРАНСКО МОРЕ НУДИМЕ ПАКЕТ АРАНЖМАН СО
7 НОЌЕВАЊА И 8 ДЕНА СО ПО ТРИ ОБРОЦИ И УДОБЕН ПРЕВОЗ СО НАШИ АВТОБУСИ
ОД МЕСТОТО НА ПОАЃАЊЕ ДО ГРАДОТ ДРАЧ - РЕПУБЛИКА АЛБАНИЈА
Објектот е со три ***, убава сопствена песочна плажа со бесплатни чадори
И сето тоа ќе ве чини верувале или не само
135 евра
Се патува со лична карта, а термините се одредуваат во договор со Агенцијата
Можни се и збирни тури од неколку здруженија на пензионери
АГЕНЦИЈАТА HAK BUS ВРШИ И ТРАНСПОРТ НА ПАТНИЦИ
ДО ПОВЕЌЕ ДЕСТИНАЦИИ ВО ЗЕМЈАТА И ВО ЦРНА ГОРА
контакт телефон: 044 331 587; 070 244 019

ЗАНИМЛИВОСТИ

Во Јапонија започна развојот на автономни такси возила, кои ќе функционираат без возач. Станува збор за проект на корпорацијата DeNA, која се занимава со продажба на мрежни компјутерски игри.Се очекува дека секој ќе биде во можност да ја користи оваа услуга, бидејќи за истата ќе постои и апликација наменета за паметните телефони, преку која клиентите ќе можат да ја прецизираат својата локација, но и да внесат информации за саканата дестинација. Цената за возењето ќе биде автоматски наплатена, со трансакција на средства од банкарската сметка на клиентот.

323светлински години нè делат од ѕвездата Северница. Ова се 111 светлински години помалку од досегашната процена, која беше направена во '90–тите години на минатиот век со помош на сателитот Хипаркос. Северницата секогаш го покажува северот. Токму во оваа насока Дејвид Тарнер од Универзитетот во Халифакс го насочил рускиот телескоп БТА–6 за потоа попрецизно да ја пресмета оддалеченоста на оваа ѕвезда од Земјата.

Thync е нова носечка направа што користи електроенцефалографија (ЕЕГ) за да ја измери електричната активност на мозокот, а потоа и да ја модифицира невронската активност. Со еден збор, може да ви го смени расположението. Се што треба е да ја прикачите на челото и инстанто ќе ви ја подобри (?) „состојбата на умот". Кореспондирачката ајфон апликација ќе ви овозможи да си изберете какво расположение сакате да искусите, па дури и да го подесите интензитетот. Среќни, релаксирани, фокусирани, освежени, сето ова е на менито. А најдобриот дел, сето ова ќе можете да го постигнете без дрога, лекови, алкохол, енергетски пијалоци или сл.

1,40 m изнесува оддалеченоста којашто е способен да ја прерипа пигмејскиот штурец. Ова е еквивалентно на 250 пати од должината на телото на овој инсект, која изнесува 5 mm.

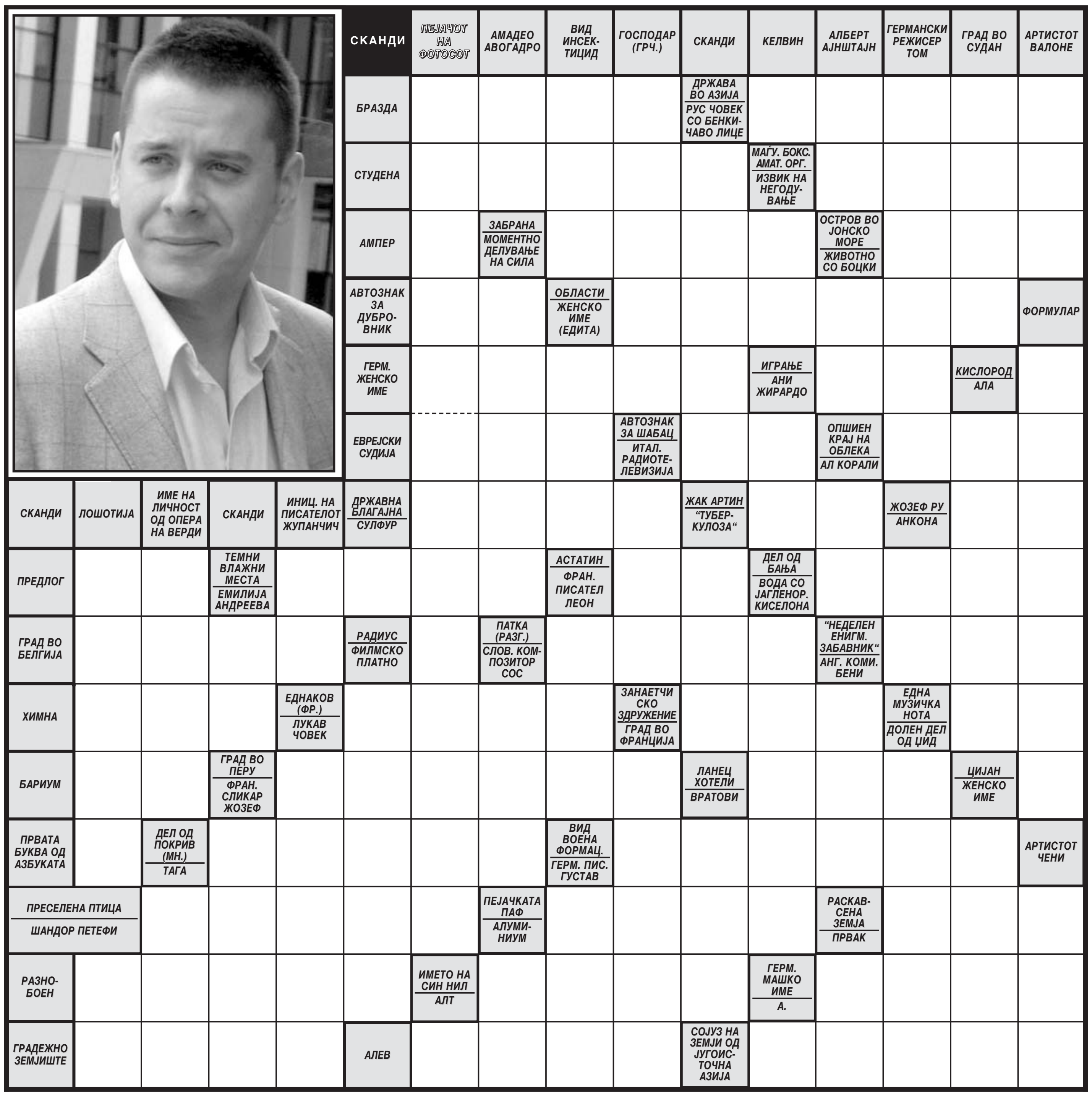
Новите суперкомпјутери наскоро би можеле да процесираат податоци илјадници пати побрзо отколку во моментов – користејќи светлина наместо електрони. Тим од инженери на универзитетот во Јута, смета дека „фотонските" направи ќе се покажат како огромен технолошки скок, а според нив, можеме да ги очекуваме веќе за три години!

0,59 mm годишно изнесува придонесот на ледените прекривки на половите од Земјата во подигањето на нивото на морето, коешто на годишно ниво се издигнува за 3 mm. Од 1992 година Гренланд има изгубено, во просек, по 152 милијарди тони годишно. Ситуацијата е спротивна на Антарктикот: Западниот дел и полуостровот губат по 65 и 20 милијарди тони годишно, но затоа источниот дел трупа нови 14 милијарди тони мраз секоја година.

500 km/h изнесува крстосувачката брзина којашто ќе ја постигне новиот јапонски воз чиј прототип беше претставен во ноември 2012 година. Ова е за 1,2 пати побрзо од најбрзите комерцијални возови кои се во оптек денес. Најавено е Јапонскиот воз да се најде во употреба во 2027 година.

Б. Арсов

КРСТОЗБОР



Хумор

Трпе и Трпана пијат утринско кафенце и читаат весници:

– Трпе, знаеш дека, ова статистикава е чиста глупост.

– Зошто?

– Пишува дека на поголемиот број жени јазичното богатство им било од околу 500 збора.

– Де бе Трпано, не се вознемирувај, можеби вашиот капитал на зборови е мал, ама обртот е голем.

* * *

– Знаеш ли Трпе која е разликата помеѓу алкохоличар и пијаницата?

– Не знам.

– Алкохоличарот пие, за да живее, а пијаницата живее, за да пие...

* * *

Еден ден мажот се прибрал порано од работа. Влегол во спалната соба, а таму, жена му лежи на креветот.

– Што ти текнало да лежиш во ниедно време?

– Уф, многу ми е лошо. Срцето силно ми бие. Те молам, оди до аптеката и земи ми нешто!

Вознемирен, човекот се упатил кон аптеката, а по пат ѕирнал во соба од синчето.

– Што правиш сине?!

– Тато, тато, таму во спалната чичко Иван се крие во плакарот...

Се вратил мажот во спалната и го отворил гардероберот:

– Комшија ти луд ли си? На Мара и е лошо, умира, а ти си играш криенка со син ми.

* * *

– Ало, душо, каде си?...

– Дома, драги, каде на друго место ?! Се обидувам да заспијам и си слушам музика. А ти?

– Јас сум еве крај тебе во барот на соседната маса, свртисе...

* * *

– Душо, инсистирам да го отпуштиш нашиот возач! Вчера за малку ќе ме убиеше.

– Немој така! Греота е момчето. Да му дадеме уште една шанса!

* * *

Му се жалел Хасо на Мујо:

– Мујо, оваа мојава постојано ми вели дека повеќе нема џентлмени меѓу нас мажите.

– Не е точно, еве јас баш пред некој ден на Фата и го држев чадорот над глава, да не накисне.

– Кога тоа Мујо !?

– Завчера. Додека менуваше Фата гума на автомобилот.

Гавранот што сакал да биде орел

На едно дрво стоеле орел и гавран. Во тоа време под дрвото поминало стадо овци. Орелот се спуштил и грабнал едно мало јагне за да го изеде. Кога го видел тоа гавранот кој бил и глупав и лаком и тој се спуштил, но на грбот на еден поголем овен. За несреќа канџите на гавранот се заплеткале во крзното на овенот. Дошол овчарот го фатил гавранот и му ги отсекол крилјата.

Вечерта овчарот го однел гавранот дома кај децата, а тие му рекле:

– Што птица е ова татко?

– Гавран кој мисли дека е орел!

20-ти Регионални пензионерски спортски натпревари

ДОЈРАН, ПЕТТИ РЕГИОН

Со 8 први места Кавадарчани најдобри

Јубилејните 20–ти регионални пензионерски спортски натпревари на здруженијата на пензионери од Велес, Кавадарци, Демир Капија, Неготино, Валандово, Гевгелија, Богданци и Дојран, се одржаа на 5–ти јуни 2015 година во Дојран. На терените и во просториите на комплексот „Истатов", во 11 спортски дисциплини си ги одмерија силите и покажаа висока психо–физичка подготвеност 215 натпреварувачи од овој регион.

Присутните пензионери, натпреварувачите како и гостите ги поздрави градоначалникот на Општина Дојран **Борче Стамов**, посакувајќи им пријатен престој во градот, како и претседателот на Здружението на пензионери Дојран, **Боривое Бојаџиев**, домаќини на Регионалните пензионерски спортски натпревари 2015. Во име на организаторот, Сојузот на здруженијата на пензионери на Македонија, ги поздрави присутните и им посака спортска среќа и фер–плеј борба на натпреварувачите, секретарот на Извршниот одбор на СЗПМ **Станка Трајкова.** При отворањето на ова првенство, таа го истакна значењето на игрите за внесувањето свежина и здрав дух кај припадниците на третото доба, за кои рече дека со несмалено темпо треба да продолжат со спортување и да докажуваат дека и во постари години од животот, вакви и слични активности придонесуваат да си докажеме самите на себе дека годините не се пречка достоинствено и активно да се вклучиме во секој сегмент на општественото живеење.

Потоа започна натпреварувањето во кое сите влегоа со оптимизам и надеж за подобри успеси. Сепак, најдобри резултати постигнаа спортистите од ЗП Кавадарци и со освоени 8 први места станаа годинашен регионален победник. Здружението на

пензионери од Велес, освои 5 први места и го заседе второто место, а Здружението од Гевгелија со освоени 4 први места стана третопласирано.

Спортската манифестација заврши со доделеување признанија на победниците и благодарници на учесниците и заедничко дружење со песни, музика и оро, на кое сите играа, ја славеа победата на најдобрите и им се радуваа на пријатните моменти во животот.

Л. Семенакова

КРИВА ПАЛАНКА, ШЕСТТИ РЕГИОН

Кумановци најзабележителни и во спортот

Во спортско–рекреативен комплекс „Парк" во селото Гиновци, во општина Ранковце, на 10 јуни во организација на СЗПМ се одржаа јубилејните 20–ти Регионални пензионерски спортски натпревари на 6–от регион, а домаќин беше Здружението на пензионери од Крива Паланка. Со посебен спортски дух и енергија, низ забава и дружење се натпреваруваа околу 200 пензионери од Куманово, Крива Паланка, Кратово, Пробиштип и Злетово.

Гостите и учесниците прв ги поздрави претседателот на ИО на ЗП Крива Паланка, **Иван Јакимовски,** кој им посака добредојде и успешен настап на сите натпреварувачи. Успех и поддршка на натпреварувачите им искажаа и градоначалниците на Крива Паланка и Ранковце **Арсенчо Алексовски** и **Момчило Алексовски,** кои истакнаа дека имаат одлична соработка со Здружението на пензионери од Крива Паланка и дека секогаш ги поддржуваат нивните активности и манифестации.

За значењето на оваа спортска манифестација зборуваше претседателот на СЗПМ **Драги Аргировски,** кој посебно го истакна придонесот во јакнењето на духот и здравјето како предуслов за активно стареење и подолго живеење.

– Овие спортски игри имаат долга традиција и се вистински мегдан не само за одржување на виталноста и здравиот начин на живот на пензионерите, туку и на нивното зближување и проширувањето на соработката. Ваквите настани се добредојдени за лицата од третото доба. Ја одржуваат нивната физичка и ментална кондиција, придонесуваат за активно стареење и богат општествен и социјален живот на пензионерите. Истовремено, тие се и место каде се разменуваат искуства, се раѓаат

нови идеи, се дружат, се забавуваат, – нагласи во своето обраќање Аргировски и го прогласи првенството за отворено.

Учесниците се натпреваруваа со голем ентузијазам и фер–плеј однесување, а најдобри резултати постигнаа натпреварувачите од ЗП Куманово со вкупно 13 први места, додека ЗП Пробиштип и Злетово освоија по 3, а ЗП Кратово и домаќинот, Крива Паланка, по едно прво место. Средбата заврши со врачување благодарници на учесниците и заедничко дружење во инспиративниот и амбиентално уреден комплекс „Парк".

Ж. Ц. - Б. С.

НОВО СЕЛО, СЕДМИ РЕГИОН

Триумф на учесниците од Штип и Карбинци

На спортските терени во Ново Село во организација на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија, на 12 јуни се одржаа Регионални спортски натпревари од седмиот регион на кои учествуваа натпреварувачи од здруженија на пензионери од Струмица, Штип и Карбинци, Радовиш и Конче, Свети Николе, Лозово и Здружението на пензионерите од Општина Ново Село, кои беа добри домаќини и обезбедија посебни пехари и шах табли за најдобрите натпреварувачи. Натпреварите се одржаа во 11 спортски дисциплини во машка и женска конкуренција, при што триунфираа пензионерите од Здружението на Штип и Карбинци со 12 први места и го освоија пехарот на регионот.

Натпреварувачите на ЗП Радовиш и Конче освоија 4 први места, на ЗП Струмица 4, на ЗП Ново Село 1.

На свеченото отворање на игрите во спортската сала во Ново Село најпрвин говореше **Илија Ковачев**, претседател на општинското здружението на пензионери, а пригодно обраќање имаше и градоначалникот на Општина Ново Село **Блажо Велков**, кој посебно ја потенцираше успешната соработка со здружението на пензионерите и потребата од нови заеднички активности во интерес на пензионерската популација.

Срдечно поздравен претседателот на СЗПМ **Драги Аргировски** го истакна значењето на регионалните спортски натпревари за создавање во здраво тело – здрав дух и дека најдобрите ќе

учествуваат на 20–тите Републички пензионерски спортски натпревари, кои на 4. септември ќе се одржат во Скопје.

Пензионерите и од овој регион покажаа дека се со спортски дух и дека е многу значајно што имаат неуморна желба за заедничко дружење и за ширење пријателство што беше карактеристика и на средбата во ресторанот „Сонце" во село Борисово.

Цвета Спасикова

МАКЕДОНСКА КАМЕНИЦА, ОСМИ РЕГИОН

Најподготвени и најуспешни Кочанчани

Во саботата на 27 јуни 2015 година во Македонска Каменица се одржаа 20–те регионални пензионерски спортски игри со учество на над двеста пензионери од Кочани, Виница, Македонска Каменица, Делчево, Пехчево и Берово.

Присутните ги подрави и им посака пријатен престој и успешни спортски резултати претседателот на ЗП Македонска Каменица **Видан Коневски**, а на присутните им се обрати и претседателот на СЗП на Македонија **Драги Аргировски**.

– Оваа мини пензионерска Олимпијада е одраз на спортскиот дух на пензионерите кои иако се во третата доба знаат и умеат да спортуваат, да постигнуваат одлични спортски резултати и да се дружат. Потоа Аргировски зборуваше и за заложбите на Сојузот за зголемување на пензиите, како и за многуте бенифиции кои ги имаат пензионерите од Македонија, истакнувајќи дека тоа е резултат на грижата која води СЗПМ за своите членови пензионери.

На игрите во Македонска Каменица кои се одржаа на тренерите на Градскиот стадион на ФК „Саса" и во просториите на пензионерскиот клуб, учесниците се натпреваруваа во шах,

домино, пикадо, стрелаштво, теглење јаже,трчање,тробој и скок од место и друго.

Најдобри резултати на средбите покажаа пензионерите од ЗП

Кочани освојувајќи осум први места, две втори и две трети места. Екипно втори беа ЗП Македонска Каменица, а трети ЗП Виница. На најдобрите екипи и поединци организаторот им додели благодарници во знак на освоените места.

Најдобрите екипи и поединци во секоја категорија ќе учествуваат на Републичката пензиомнерска олимпијада која на 4. септември ќе се одржи во Скопје.

К. Герасимов