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 87 ISSN 1857-7660 30 октомври 2015 година

Ќе се градат домови за стари лица

Во Скопје и во целата земја недостатокот од сместувачки капацитети за стари лица е дамнешен проблем кој Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија и претседателот Аргировски го истакнуваат секаде и во секоја прилика. Точно е дека во последно време, се отворија повеќе такви приватни установи, но тие не ги задоволуваат потребите на пензионерите, а и се доста скапи. Проблемот станува уште покритичен ако се земе предвид дека животниот век кај нас и во Европа е се подолг и бројот на старите луѓе се поголем. Од овие причини изјавата на премиерот Никола Груевски дека ќе се градат и реновираат старски домови во Скопје и во Републиката, израдува многумина, особено оние со пониски пензии.

– Ќе се градат старски домови за лица со ниски пензии кои не можат да бидат прифатени во приватните старски домови заради цените. Најнапред ќе се гради дом во Скопје, а потоа и во други градови од Републиката. Во таа насока ќе биде изграден нов објект за геријатрија и палијатива во кругот на Геријатрискиот центар во Горче Петров и старски дом со капацитет од 510 легла во Гази Баба во Скопје, – рече премиерот Никола Груевски, на 16 септември одговарајќи на новинарско прашање дали се планира изградба на нов државен Дом за стари лица, а истото го потврди и на неодамнешниот состанок на кој се сумираа и анализираа барањата од граѓаните кои премиерот и неговите соработници ги слушнаа на средбите кои ги имаа со нив.

– Нашата одлука, – појасни премиерот Груевски, – е во правец да бидат згрижени стари лица кои имаат ниски пензии и немаат имот, како и болни стари лица што не можат да бидат прифатени во приватните домови. Сакаме да помогнеме да се зголеми капацитетот на државните старски домови, но не сакаме да им бидиме конкуренција на приватните, кои доста помагаат во решавање на овој проблем, но тие им се недостапни на многумина, а такви незгрижени има многу, – изјави премиерот Груевски.

Притоа, тој нагласи дека ќе бидат многу внимателни во однос на ова прашање, за да се овозможи и понатаму да се развива приватниот сектор, кој во овие неколку години, како што рече, доста е развиен и отворени се 17 нови домови за стари лица во Република Македонија и истите згрижуваат околу 600 лица.

Во Скопје во моментот во државните домови за стари лица има исполнет капацитет од 558 места, а она што се планира, истакна премиерот Груевски, е дуплирање на овој капацитет и ќе се одвива постепено и во одредени фази.

– Старскиот дом во Гази Баба ќе се гради во три фази. Првата фаза ќе биде за 170 лица и ќе чини околу еден милион евра, а Министерството за труд и социјална политика ги почне постапките за проектирање на Домот. Некаде во втората половина на следната година, откако ќе биде избран проектант кој ќе го направи проектот, ќе биде објавен јавен повик за изведувач на објектот. Очекуваме во втората половина од 2016-тата да започне изградбата на првата фаза. Во наредните две фази ќе бидат обезбедени уште 340 легла. Исто така, ќе бидат реновирани и некои од постојните државни старски домови во државата, – рече премиерот Никола Груевски.

К. С. Андонова

На 4. октомври посета на вицепремиерот Зоран Ставрески и министерот Диме Спасов на СЗПМ

Од зголемувањето на пензиите задоволни најголемиот број пензионери

Вицепремиерот и министер за финансии Зоран Ставрески заедно со Диме Спасов, министер за труд и социјална политикана 4. октомври го посетија раководството на најголемата, невладина, непартиска и мултиетничка организација – Сојузот на здруженија на пензионери на Македонија. На средбата присуствуваа претседателот на СЗПМ Драги Аргировски, потпретседателот на Собранието на СЗПМ Бесник Поцеста и секретарот на Извршниот одбор на СЗПМ Станка Трајкова. Средбата мина во релаксирачка и пријателска атмосфера.

– Нашата доверба и соработка не се од вчера. Ги градиме веќе девет години, а резултатите се потврда за тоа. Владата и нејзините министерства водат континуирана грижа за најстарите жители на земјата. Во таа насока се и многуте проекти кои се реализирани со успех, а така ќе биде и во иднина, – изјави на почетокот на средбата, вицепремиерот Ставрески.

Надоврзувајќи се на неговите зборови Диме Спасов рече:

– Владините проекти бањако-климатска рекреација и бесплатен туристички викенд пензионерите ги поздравија со задоволство. Тоа го потврдија и неколкуте средби што ги имавме со нив. Со овие два проекти досега се опфатени над 36 000 пензионери.

Претседателот на СЗПМ Драги Аргировски ги информираше гостите за неодамнешното учество на македонските пензионери на 15. меѓународен фестивал за трето животно доба во Љубљана – Словенија, на кој со песни и игри од Македонија беше претставена нашата земја пред присутните пензионери и гости од Австрија, Босна и Херцеговина, Бугарија, Македонија, Словенија, Србија, Унгарија и Црна Гора, и на кој претставникот на СЗПМ беше прогласе за лидер во пензионерското организирање на Балканот и пошироко и беше поздравена иницијативата идната година да се одржи Балканска фолклорна ревија по повод 70 години од пензионерското организирање во Македонија. Тој, исто така, ги информираше високите гости

дека сите тие постигнувања се резултат на залагањата на членството, но и на поддршката што ја има Сојузот од нашата Влада, нејзините министерства и локалната самоуправа.

Потоа беше одржана прес конференција на која имаше голем број новинари од електронските и пишаните медиуми.

Во својата изјава пред нив, Зоран Ставрески рече:

– Денес беше исплатена септемвриската пензија зголемена за 621 денар за секој пензионер во Р. Македонија. Во октомври 2016 година ќе бидат исплатени уште по 650 денари зголемени пензии за сите пензионери во државата. Со ова го исполнивме најголемото ветување кое им го дадовме на нашите највозрасни граѓани, што е доказ дека ние како Влада ветувањата не ги заборавaме и ги исполнуваме.

Во својата изјава Диме Спасов појасни дека Владата и Собранието на РМ ги усвои измените и дополнувањата на Законот за ПИОМ и на Законот за социјална заштита.

– Со ова последно зголемување пензиите се зголемија за 5 %. Досега зголемувањето на просечната пензија од 2006 година заклучно со октомври годинава изнесува 70,3 проценти. Од 7.683 денари, во 2006 година, сега просечната пензија изнесува 13.085 денари, – рече Спасов.

– Оваа одлука на Владата ја поддржа и СЗПМ. Зголемувањето на овој начин е многу поголемо од редовното усогласување за многу поголем број пензионери со пензии до 15 000 денари и за нив изнесува од 4–8 %. Согласувањето на Сојузот со ова решение е во согласност со главната карактеристика на пензионерите: – солидарноста. Најголемиот број пензионери се задоволни бидејќи со ова покачување просечната пензија во Р. Македонија е највисока од земјите во опкружувањето, – истакна Аргировски.

Калина С. Андонова

ВО ОВОЈ БРОЈ...

ИЗМЕНИ И ДОПОЛНУВАЊА НА ЗАКОНОТ НА ПИО ВО 2015 стр. 2

НА15-ти f3ŽO ВО ЉУБЉАНА ДОСТОЈНО ПРЕТСТАВЕНА МАКЕДОНИЈА стр. 3

ЧЕТВРТА СЕДНИЦА НА ИО НА СЗПМ стр. 4

ПРЕС НА АРГИРОВСКИ ВО СЗПМ стр. 5

ХРОНИКА стр. 7

МУЛТИЕТНИЧКА СРЕДБА ВО ОПШТИНА ЛИПКОВО стр. 8

ЕКСКУРЗИИ стр. 9

ПАНОРАМА стр. 10

УБАВ И ХУМАН ПРИМЕР стр. 11

ИЗБОР НА АЛБАНСКИ стр. 12

ЗДРАВСТВО стр. 13

ЗАБАВА стр. 15

НАГРАДА „8. ОКТОМВРИ“ ЗА ЗП КР. ПАЛАНКА стр. 16

ЌЕ ИЗЛЕЗАТ
12. ноември
во „Нова Македонија“ - Пензионерски видици
27. ноември
„Пензионер плус“
19. ноември
- Прилог за пензионери во „Коха“

ЗП Пробиштип – Пикник на зелено во Лесново

Времето не ги поколеба пензионерите

Игодинава Здружението на пензионерите од Пробиштип беше организатор на традиционалната средба на зелено во живописното Лесново во кое е сместен еден од најстарите и најубавите манастири во Македонија, Лесновскиот манастир „Свети Гаврил Лесновски“, кој датира од првата половина на 14–тиот век и е предизвик за многу посетители не само од Македонија, туку и од странство. Средбата се одржа на 21–ви септември и беше во рамките на одбележувањето на Денот на пензионерите во Македонија 20–ти септември и големиот празник на православните верници „Мала Богородица“.

И покрај тоа што ноќта пред 21–ви септември постојано врнеше, а се та. За среќа, денот беше сончев и пријатен, па сите што се најдоа во Лесново имаа можност да уживаат во прекрасниот амбиент на околината, на ливадите кои наликуваа како во пролет, а секако тука беше и манастирскиот комплекс чиј двор наликува на цветна градина. Со пристигнувањето верниците влегоа во манастирот опкружен со црковен мир, запалија свеќи за здравје и среќа, а потоа се сместија во раксошната убавина на доворот.

Покрај пензионерите кои допатуваа организирано преку своите здруженија, во Лесново тој ден дојдоа и голем број верници со што бројот на присутните беше уште поголем.

Според програмата на домаќинот,

најавуваа врнежи и на самиот ден, тоа многу не ги поколеба пензионерите. Во нешто помал број од минатата година, сепак бројката од околу 6 илјади пензионери од цела Македонија ги надмина очекувањата. ЗП Пробиштип, со претставниците од 30–те здруженија се одржа средбата на која се разменија предлози, искуства и мислења за негување на традицијата на ваквите друженја на оваа популација.

На присутните прв им се обрати претседателот на ЗП Пробиштип **Груица Манасијев** кој им посака пријатно и топло добредојде, заблагодарувајќи се за масовното присуство и честитајќи им го Денот на пензионерите со најубави желби за многу здравје и за многу вакви друженја.

Добредојде, многу здравје, среќа и убави пензионерски денови на присутните им посака и претседателот на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија **Драги Аргировски** кој и овој пат се најде меѓу своето членство заедно да го прослави Денот на пензионерите, 20–ти септември. Во своето излагање тој ја потенцираше важноста на ваквите друженја за припадниците на третата доба, нагласувајќи дека токму овие средби, ги релаксираат, ги опуштаат, и ги оттргнуваат од секојдневните грижи. Овие средби, истакна Аргировски, се најубава можност за градење мостови на пријателства кои се чуваат со години и го забавуваат стареењето. Аргировски во своето обраќање не ја одмина и соработката на здруженијата со локалните самоуправи и градоначалниците од кои добиваат голема поддршка во своите активности.

На средбата претседателот Аргировски го врачи и Признанието за успешното учество на гајдаџиите при КУД „Весели пензионери“ на Европскиот фестивал трета доба во Љубљана – Словенија. Признанието го прими претседателот на ЗП Пробиштип Груица Манасијев, кој од срце се заблагодари во името на сите членови на здружението.

Дружењето траеше до доцните попладневни часови, а гостите ги забавуваше групата Еуфорија.

М. Здравковска

Пикник–средба во Сарај – Скопје

Уште еден пример за нашиот соживот

Рекреативниот спортски комплекс Сарај во Скопје, сместен во истоимената општина покрај десниот брег на Вардар, на 15 септември беше центар на најмасовната пикник–средба на пензионери од скопските и десетина други здруженија од СЗПМ, која првпат оваа година под покровителство на градоначалникот на Скопје ја организираше Градскиот сојуз на здруженијата на пензионери. Над 2.000 пензионери, по повод Денот на сувереноста на нашата држава и својот празник – 20 септември, чествуваа и во пријатен амбиент и убаво време повеќе часови се дружеа. Најпрво музиката и орото го најавија настанот, а разиграните пензионери на момент беа прекинати за да им посака добредојде на посетителите домаќинот **Методија Новковски**, претседател на ИО на Градскиот сојуз на ЗП, кој го истакна значењето на оваа средба повикувајќи на поголемо присуство на здруженијата од Република Македонија со желба истата да стане традиционална и да биде обележје на македонската метропола. Восхитен од убавината тој посака овој простор да стане вистински сарај и за пензионерите.

Добредојде на присутните во име на општината домаќин им посака градоначалникот на Сарај **Беким Мурати**, при што ја изрази подготвеноста на локалната самоуправа за поголема помош на пензионерите, истакнувајќи го примерот со обезбедувањето простор за сместување и дејствување на месното Здружение.

На пензионерите им се обрати и **Сокол Митровски**, градоначалник на соседната општина Ѓорче Петров и потсети на изворите на заедништвото и на соживотот, што ги зближувале младите генерации токму на овој простор, дека традицијата мора да продолжи и, како што рече, на вакви средби треба да потсетуваме и да служиме за пример во чувањето и негувањето на традициите. Честитајќи им го празникот на пензионерите, тој ги повика на заедничко дружење и чествување на Денот на Општината кој се совпаѓа со празникот на пензионерите.

Поздравувајќи ги и честитајќи им го празникот на присутните лидерот на СЗПМ **Драги Аргировски** тековниот месец го издвои како исклучителен и плоден за пензионерите. Во најавата за зголемувањето на пензиите тој направи споредување со земјите од нашето опкружување и истакна дека нашите пензионери имаат највисок процент на просечна пензија и додека кај сите балкански држави пензиите се намалуваат, кај нас се зголемуваат. Исто така, зборуваше за бенефитите и поволностите што ги уживаат пензионерите.

Кон честитките се придружи и директорот на Фондот на ПИОМ **Амет Даути** кој ја истакна примерната соработка со СЗПМ и претседателот Аргировски, при што рече дека таквата тенденција ќе продолжи, а Фондот и натаму ќе настојува целосно да ги реализира сите законски обврски и да придонесува кон подобрувањето на квалитетот на животот на пензионерите.

Во поздравниот говор градоначалникот на Скопје **Коце Трајановски,** исто така, потсети на одличната соработка со СЗПМ и Градскиот сојуз и вети дека како градоначалник и претседател на ЗЕЛС постојано ќе се залага во буџетите на општините да се планираат средства за помош на пензионерите, бидејќи тие го заслужуваат тоа. Честитајќи им го празникот тој на сите им посака добро здравје, повеќе вакви средби и друженја. Потоа, присутните повторно им се вратија на орото, на музиката и песните кои одекнуваа на сите јазици на етникумите кои живеат во Македонија како уште еден пример и доказ за негувањето на заедништвото и соживотот во најмасовната неполитичка и мултиетничка пензионерска организација.

М. Димовски

Станка Трајкова

Измени и дополнувања на Законот за ПИО во 2015

Во 2015 година се случија четири измени и дополнувања на Законот за пензиското и инвалидското осигурување со што се докажува дека проблематиката од пензиската област е варијабилна и димамична. Со Законот за изменување и дополнување на ЗПИО (Сл. весник на РМ бр. 97/ 15) со 5 нови члена (107–а, 107–б, 107–в, 107–г и 107–д) се создава правен основ за осигуреник кој бил во работен однос, односно на работа врз основа на која бил пријавен во задолжително социјално осигурување, а од страна на обврзникот не е платен придонесот за ПИО за период до 31 декември 2008 година да може самиот за себе да изврши плаќање на придонесот за пензиското и инвалидското осигурување.

Основица за пресметнување и плаќање на придонесот изнесува 50% од просечната плата за претходната година од годината во која е поднесено барањето за плаќање придонес за ПИО, објавена од Државниот завод за статистика. Правото на плаќање на придонесот се остварува врз основа на поднесно барање до Фондот на ПИОМ, а плаќањето на придонесот се врши по стапка за ПИО утврдена со закон. Фондот на ПИОМ како надлежен орган донесува решение за плаќање придонес доколку се исполнети следните услови: осигуреникот да бил пријавен во задолжително ПИО заклучно до 31 декември 2008 година, придонесот за ПИО да не е платен или делумно платен за што записник подготвува Фондот како и обврзникот да е избришан од регистрите што се водат во Централниот регистар на РМ или друг регистар кои податоци ги добива Фондот по службена должност. Овие измени и дополнувања се во прилог на идните пензионери иако е евидентно дека работодавачот кој бил должен да го плати придонесот за работникот не си ја исполнил својата законска обврска и не го платил придонесот и сега обврската на работодавачот ја трансвормира како можност, осигуреникот сам за себе да го плати придонесот.

Оваа можност како придобивка ја гледам за оние осигуреници кои немаат минимум пензиски стаж од најмалку 15 години за остварување право на пензија, како и собирање на средства по основ на придонес, но од друга страна тоа значи и зголемување на бројот на корисници на пензија. Исто така, административно определување на основица за плаќање придонес значи воведување на линеарно плаќање на придонеси, а не според реално остварената плата на секој осигуреник, што секако ќе генерира и ниски пензиски примања.

Покрај оваа можност осигуреникот сам да си го плати придонесот, со членот 193–в се утврдува дека Фондот на ПИОМ од средствата стекнати од продажба на имотот да се утврдува стаж на осигурување во траење и износ соодветно на добиените средства. Начинот и потребната документација за утврдување на стажот и основиците на кои се плаќа придонес, по основ продажба на имот, ги пропишува министерот за труд и социјална политика. Барањето за донесување решение за плаќање на неплатени придонеси се поднесува во рок од една година по влегувањето во сила на овој закон (член 8).

Исто така, со посебен Закон за отпишување на камати на достасани обврски по основ на придонеси од задолжително социјално осигурување објавен во наведениот Службен весник, се уредуваат условите, начинот и постапката за отпишување камати на доспеани обврски по основ на социјални придонеси настанати заклучно до 31 декември 2008 година односно со декември 2014 година. Кога станува збор за отпишување на камати, барање се поднесува до Фондот на ПИОМ, а ако е во прашање придонес за здравство, надлежен орган е Фондот за здравствено осигурување на Македонија, додека ако се работи за отпишување камати за неплатен социјален придонес (сите видови на придонес) кои настанале по 1 јануари 2009 година заклучно до 2014 година, барање за отпис на камати се поднесува до УЈП. Во врска со можноста за отписот на камати, одложеното плаќање на придонес за ПИО, дисконтно плаќање на придонес, се мерки кои и порано биле применувани во пензискиот систем и многу критикувани, но истите пак претставуваат можност на идните пензионери тоа време да им се утврди во пензиски стаж.

На крајот да ги информираме идните пензионери дека подзаконските акти кои произлегуваат од овие измени и дополнувања се донесени и објавени во Службен весник број 104/1015.

Последните измени и дополнувања се објавени во Службен весник на РМ. бр. 173 од 5–ти октомври 2015 година, кој содржи две значајни одредби. Првата измена е дека во стаж на осигурување се смета времето за кое осигуреникот користи надоместок на плата за скратено работно време поради нега на дете со телесни и ментални пречки во развојот, за разлика од досегашната регулатива, според која стажот се признаваше само за потешко хендикипирано лице.

Второто законското решение се однесува на усогласување на пензиите содржано во членот 2, кој гласи:

„Одредбите од членот 37 од Законот за пензиско и инвалидско осигурување (Службен весник на Република Македонија број 98/12, 166/12.15/13, 170/13, 43/14, 44/14, 97/14, 113/14, 160/14, 20/15, 61/15 и 97/15) нема да се применуваат во период од 1 јануари до 31 декември 2016 година.

Во 2016 година сите видови пензии согласно овој закон се усогласуваат на начин што вкупниот износ за исплата на пензиите за септември 2016 година се зголемува за 5% и се дели со вкупниот број на корисници на пензија кои пензијата ја оствариле заклучно со септември 2016 година.“

ЗП Виница

Втора средба кај Драгобраште

Традиционалната втора средба на пензионерите од Виница и регионот се одржа на 13–ти септември кај манастирот „Вознесение Христово“ близу селото Драгобраште. На средбата присуствуваа голем број пензионери дојдени од повеќе здруженија од Кочани, Штип, Карбинци, Македонска Каменица, Конче, Радовиш, Делчево, Пехчево, Берово и Виница. Средбата ја организираше ЗП Виница со помош на Општина Виница и Црковниот одбор на Манастирот „Вознесение Христово“ во село Драгобраште. Присутните на средбата ги поздрави претседателот на ЗП Виница, **Драган Петков**, кој меѓу другото истакна:

– Радува податокот што на оваа втора средба бројот на присутните пензионери е двојно зголемен од лани, кои дојдоа од повеќе градови од Источна Македонија.

На средбата присуствуваше и претседателот на СЗПМ **Драги Аргировски**. Тој ги поздрави присутните и рече:

– Средбата нека помине во дружење и пријателство. Уживајте во убавиот амбиент и во бенефитите кои ги имате благодарение на соработката на СЗПМ и Министерството за труд и социјална политика. Проектите за бањско – климатска рекреација и бесплатен туристички викенд ќе продолжат и во наредната година.

Средбата кај манастирот „Вознесение Христово“ кај Драгобраште – Виничко помина со традиционалниот ручек како и со народно оро, песна и веселба, кои траеја до доцните попладневни часови.

К.Герасимов

Излагање на Меѓународна конференција во Љубљана, Словенија 30.09.2015 г.

„Како до активно стареење“

Почитувана екселенцијо Иво Вајгл, почитувани европратеници, почитувани дами и господа, драги домаќини.

Чест ми претставува и задоволство да ве поздравам од името на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија, најмасовна и најактивна невладина, неполитичка мултиетничка пензионерска организација во Република Македонија со вкупно 250.000 редовни членови.

Драги Аргировски,
претседател на СЗПМ

Во моето излагање посебно ќе се задржам на постигнувањата и проблемите во работата на Сојузот, со акцент на меѓугенерациската солидарност и соработка и вработувањето на постарите луѓе. Оваа проблематика како и волонтерската работа се содржани во Националната стратегија за стари лица на Владата на Република Македонија 2010–2020 година која е подготвена по европски модел, меѓутоа потребни се нови усилби и активности за имплементација на зацртаните содржини и цели. Затоа потребно е натамошно збогатување на меѓугенерациската соработка и солидарност со што ќе се обезбедат достоинствени услови за активно и здраво стареење.

Во тој контекст Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија настојува да има волонтерско ангажирање на што поголем број од своите членови. Во Република Македонија волонтирањето е опфатено во Законот за волонтерство, каде нема ограничување во поглед на годините на потенцијалниот волонтер. Волонтерството претставува активност од интерес за Република Македонија која придонесува за подобрување на квалитетот на животот со активно вклучување на луѓето во општествениот живот, како и за развој на хумано и рамноправно демократско општество. Волонтер е физичко лице кое дава услуги, вештини и знаења во корист на други лица, органи, организации и други институции, на доброволна основа и без финансиска или друга лична добивка. Голем број пензионерски волонтерски организации имаат вклучено свои активисти бидејќи ние во Македонија имаме околу 400 клубови за дневен престој низ цела Македонија каде најмалку 150.000 пензионери неделно ги посетуваат, се дружат и информираат, а има и 12 Центри за стари лица. Патем кажано пензионерската организација во Македонија е организирана на многу високо ниво, со 53 здруженија. Од година во година се подобрува нивниот стандард, како и условите за живот во трета доба. Благодарерјќи на добрата соработка со Владата секоја година се зголемуваат пензиите и сега просечната пензија во Македонија изнесува 212 евра, што во однос на нашето опкружување сигурно е за поздравување. Пензионерите одат во посета на домови за изнемоштени стари лица или со социјален ризик, притоа даваат разни услуги, совети и помош.

Со Закон за пензиско и инвалидско осигурување е регулирано: на корисник на пензија, додека е во работен однос или додека врши самостојна дејност во Република Македонија или странство, му се запира исплатата на пензијата, а на корисник на инвалидска пензија му престанува правото на пензија. На корисникот на старосна пензија може да му се определи нов износ на пензија, ако навршил најмалку една година стаж на осигурување по остварувањето на право на старосна пензија, доколку е поповолно за самиот корисник.

Законот за работни односи во Република Македонија го регулира и пензионирањето со навршена старост за мажи на 64 години, а за жени на 62 години. Многу се значајни изменети со Законот, со кои се дава право на избор да можат работниците да го продолжат самостојно работниот однос уште за максимум три години по своја волја, така што ќе се определат дали во пензија ќе одат на својата возраст од 64, 65, 66 или на 67 години за мажи, односно на 62,63,64 или 65 години возраст за жени. Тоа е една новина која веќе се применува во Република Македонија, за која мислам дека може да се користи и во другите држави во регионот.

Владата на Република Македонија започна и со реализацијата на проектот кој опфаќа пакет мерки за вработување „Проект – Македонија вработува”, чија примарна цел е борба за секое работно место. Целта на овој проект е придвижувањето на економијата, забрзано отворање и создавање на нови работни места во приватниот сектор, спроведување на политики кои ќе помогнат на илјадници и илјадници невработени лица, од различна возраст и со различен статус да се вработат. Сега пак, со новиот проект се овозможува олеснително и повластено вработување на неколку групи на невработени граѓани и тоа со огромен опфат на невработени кои ги исполнуваат условите и кои полесно и побрзо ќе стигнат до вработување и до работно место, со редовна плата и до подобар и поквалитетен живот. Проектот се однесува и на највозрасните работоспособни невработени лица над 58 години кои во последните две години се невработени. Работодавачот кој ќе вработи такво лице ќе биде ослободен од плаќање придонеси од задолжително социјално осигурување до исполнување на условите за стекнување на правото на старосна пензија.

Овие податоци покажуваат дека во Република Македонија во сегашниот степен на економскиот развој општеството се повеќе ги почитува и вреднува искуствата и мудроста на старите лица со што тие стануваат и дел од одговорниот фактор по битни општествени и државни прашања. А порано не беше така, бидејќи пензионерите беа во еден информативен мрак. Благодарејќи на издавањето на „Пензионерски видици” на бесплатниот весник „Пензионер плус”, на страницата на албански јазик „Коха”, на зголемената соработка со сите медиуми и отворање на сопствена веб страница, Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија стана сила во која членуваат од академици до обични работници, сплотени, македонци, албанци, власи, срби, роми, турци и сите жители што се во државата. Досега во овој мандат во овие десетина години немаме ниту еден екцес на меѓуетничко поле, односно веќе претставуваме пример како треба да создаваме активен живот на стари лица и како треба да имате соживот. Ова обезбедува да се создадат и услови за подостоинствен живот на старите лице.

Еден од позначајните проблеми за посиромашните пензионери е прашањето за индивидуално или институционално домување. Сега се чувствува навистина голем недостаток од старски и пензионерски домови. Така што во главниот град на Македонија, Скопје, кајшто се сконцентрирани најголемиот број пензионери во државните домови за стари лица имаме само 558 станбени единици, поради што оние кои се кандидираат за сместување мораат да чекаат и по неколку години на ред. Мораме да кажеме дека со државно привилегирање веќе се отворени 17 приватни домови кои згрижуваат околу 600 лица, сепак таму сместувањето заедно со сите потребни основни сервиси е по доста повисока цена од стандардната. За намалување на овој проблем во Скопје со инвестиција од 1.000.000 евра Владата ќе започне градба на современ нов дом за стари лица кои имаат ниски пензии, а немаат други приходи, ниту имот. Тоа беше наше настојување, веќе нѝ излегуваат во пресрет.

Споменатите и други мерки и активности ќе придонесат за подобрување и продолжување на животниот век во Република Македонија.

На сите нас присутни на оваа меѓународна конференција новите сознанија и пораки од оваа проблематика ќе ни бидат добродојдени и значајни. Ние ќе ги пренесеме во нашата средина и ќе настојуваме максимално да се применуваат во практиката за обезбедување квалитетно, активно и здраво живеење и стареење.

На крајот ја користам приликата на сите вас да ви го честитам 1 октомври–Меѓународниот ден на стари лица, со иницијатива, идната 2016 година, во чест на 70 години од формирањето на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија и 25 годинишната од независноста на Република Македонија, со помош на Европската унија, да се одржи Балкански фестивал на песни и ора, односно Европска регионална пензионерска ревија Скопје 2016. Тоа ќе биде уште еден пример на успешна соработка, посебно со Сојузот на здруженијата на пензионерите на Словенија, и во оваа прилика посебно се заблагодарувам на претседателот Антон Донко со кого веќе седум години одлично соработуваме, како и со господата: Андреј Јус, Даворин Доминкуш, Марјан Шифтар, госпоѓата Јожица Пухар, и голем број други пријатели со кои соработуваме и благодарејќи на таа соработка Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија стана лидер на пензионерското организирање во тој дел на Балканот.

Сега во оваа убава пригода ќе го искористам присуството на ценетиот европратеник Иво Вајгл, кој е голем пријател на Македонија, да му ја предадам мојата најнова книга посветена токму на пензионерското организирање. Како публицист имам напишано 18 книги, од кои 5 се посветени на пензионерското организирање. Повелете европратениче Иво Вајгл.

• • •

Во својата изјава за заблагодарување европратеникот Иво Вајгл искажа убави зборови за Аргировски и за Македонија која ја застапува во Европскиот парламент и дека прилично го разбира мелодичниот македонски говор. Тој додаде дека иницијативата за нови дружења на пензионерите од Југоисточниот регион на Европа е за поздравување и дека Европската унија ќе ги поддржува.

15–ти Фестивал за трета доба во Љубљана – Словенија

Достојно претставена Република Македонија

15. FESTIVAL ZA tretje ŽIVLJENJSKO OBDOBJE
29. september do 1. oktober 2015, od 9. do 18. ure

Во организација на Сојузот на здруженија на пензионерите на Македонија, а со директно учество на делегација од СЗПМ и културно–уметничките друштва од ЗП Радовиш и Конче и ЗП Македонска Каменица, на 29. и 30. септември и оваа година беше успешно реализиран проектот „Учество на меѓународниот 15–ти Фестивал за трета животна доба, Љубљана, Словенија“. Делегацијата на СЗПМ предводена од претседателот **Драги Аргировски**, во чиј состав беа и членовите **Јордан Костадинов, Видан Коневски, Мендо Димовски, Андреја Наумовски** и **Илија Глигоров**, присуствуваше на свеченото отворање на Фестивалот, имаше три формални средби на високо ниво и учествуваше на две меѓународни конференции. Во останатото време делегацијата ги следеше настапите на нашите културно–уметнички друштва и други настани на Фестивалот, кој се одржа во Цанкаревиот дом во Љубљана, а имаше средба и со аташето од Амбасадата на Македонија во Словенија.

ЗП Радовиш и Конче на фестивалот настапуваше со културно–уметничко друштво со 27, а ЗП Македонска Каменица со КУД со 18 учесници. Тие остварија шест настапи со фолклорни игри и песни, а беа единствени странци на 7–та Вечер на песни и игри на словенечките пензионери. Нашите учесници со своите изведби мошне импресивно и достојно го претставија богатото културно творештво и традициите на Република Македонија. Покрај присуството на свеченото отворање на Фестивалот, тие со автобус и туристички водач го обиколија и разгледаа градот на зеленилото – Љубљана и се запознаа со неговите културно–историски знаменистости. Во рамките на Фестивалот, исто така во слободното време го разгледуваа големиот саем и ги следеа другите придружни активности. Посебен интерес и големо внимание кај сите учесници предизвика посетата на Пензионерскиот дом во Фужине, каде што за корисниците на услуги приредија најдолга и највпечатлива програма. Пријатно беше и дружењето со припадниците на Домот со кои за спомен направија неколку заеднички фотографии. Мисијата на нашите учесници на фестивалот заврши со шестиот, по протокол не предвиден настап во Цанкаревиот дом, но изнуден и посакуван од организаторот и публиката, кој со воодушевување, како и претходните настапи, го следеа присутните наградувајќи ги изведувачите со долготрајни аплаузи.

Паралелно со изведувањето на програмските активности на учесниците се одвиваше и Првата меѓународна конференција, со панелни дискусии на тркалезните маси, при што беа разменети мислења и искуства од работата на пензионерското организирање и живеење во овој дел на Европа. На Меѓународната конференција на тема „Активно и квалитетно стареење„ во Југоисточна Европа, што ја организираше европратеникот Иво Вајгл, покрај повеќе европратеници и експерти од Европската унија, присуствуваа и претседатели на сојузите на пензионерите од Југоисточна Европа. Во уводните напомени од организаторот и од други говорници посебно беше нагласена потребата невладините организации поефикасно да делуваат за остварување на потребите и аспирациите на постарите луѓе. Во неколку рефетати и дискусии беа разменети и мислења и искуства од работата и активностите на сојузите и на здруженијата на пензионерите посебно по прашањето на активното стареење. Претседателот Драги Аргировски, како репрезент на СЗПМ, најамасовна и најактивна невладина и мултиетничка организација во Република Македонија, во својот десетминутен реферат на македонски јазик, се задржа на повеќе аспекти за активното стареење во нашата земја при што ги презентираше искуствата и постигањата во рамките на проектите на ниво на државата, како и за волонтерското ангажирање на пензионерите и за вработувањето на повозрасните лица. То ја потенцираше и потребата од зајакување на меѓугенерациската соработка и солидарност во создавањето на достоинствени услови за активно, квалитетно и здраво стареење. На крајот, Аргировски презентираше сосема нова иницијатива, со целосна финансиска поддршка од Европската унија, наредната година да се одржи „Европска регионална ревија на песни и ора Скопје 2016“. Оваа иницијатива беше поддржана од сите претседатели на сојузите на пензионерите и претставници на Конференцијата од Словенија, Австрија, Италија, Босна и Херцеговина, Србија, Бугарија, Унгарија и Црна Гора, а предхоно во билатерални средби идејата беше прифатена и од Хрватска и Албанија. Поддршка даде и европратеникот Иво Вајгл, кога се заблагодари при свеченото врачување на публицистичката книга „Наши пензионерски времиња“. На маргините на Конференцијата се одржа и Прва средба на претседатели на сојузите на пензионерите од Југоисточна Европа, што ја водеше новиот претседател на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Словенија, Антон Донко, кој врачувајќи му уметничка слика на претседателот Драги Аргировски, свечено го промовира во лидер на пензионерското организирање на Балканот, што беше прифатено со аплауз од сите присутни. На втората конференција со која раководеше Давор Домикуш, претседател на програмскиот борд за Фестивалот, на тема „Сеопфатни стратегии за стреењето“, посебен интерес предизвика подготвувањето на закон за старите лица во Словенија, како новитет во Југоисточна Европа.

На 1. Октомври, во Љубљана се одржа и состанок на кој присуствуваа: претседателот на СЗПМ Драги Аргировски, Андреј Јус од ЗДУС, претседателот на Сојузот на пензионерите на Бугарија Цветан Минков, потпретседателот на Сојузот на пензионерите на Србија Василије Белобрковиќ и претседателот на Сојузот на пензионерите на Црна Гора Бранко Вешовиќ, при тоа стана збор за збогатување на меѓусебните билатерални соработки.

За целосна реализација на проектот „Учество на СЗПМ на Фестивалот за трета животна доба во Љубљана – 2015“ непосредна финансиска поддршка на СЗПМ добиена е од организаторот на Фестивалот и од Европската унија, во износ од околу 6.000 евра.

Илија Глигоров

Четврта седница на Извршниот одбор на СЗПМ

Во изминатите 9 месеци со домаќинско работење остварени планираните активности

На 20–ти октомври 2015 година се одржа четвртата седница на Извршниот одбор на Сојузот на здруженија на пензионерите на Македонија. На седницата покрај членовите присуствуваа: Бесник Поцеста, потпретседател на Собранието на СЗПМ, Митре Стојановски, претседател на Надзорниот одбор на СЗПМ и Здравко Петковски претседател на Комисијата за спорт и рекреација.

На седницата беше поднесена информација дека јавната расправа по Предлогот за измени во Статутот на СЗПМ е завршена и сите предлози и дополнувања ќе и бидат дадени на разгледување на Комисијата за статутарни прашања. Информацијата ја поднесе **Станка Трајкова,** секретар на ИО на СЗПМ, а во дискусијата учествуваа Димитрија Богатиноски, Ѓорѓи Серафимов, Ѓорѓе Андонов, м–р Илија Адамоски, Ристо Франгов, Ристо Трајкоски, Салтир Каровски, Данче Даскаловска, Јордан Костадинов, д–р Крсто Ангеловски и д–р Мирко Макрешански. Се заклучи предлогот на статутарни измени да бидат усвоени на седницата на Собранието на СЗПМ во втората половина на декември 2015 година, при што ќе бидат предложени препораки за измени и дополнувања на Статутите на здруженијата на пензионерите – членки на СЗПМ.

За успешното финасиско работење на Сојузот во периодот од 01.01–30.09.2015 година, извештај поднесе главниот сметководител на СЗПМ **Перо Андреевски**. По дискусиите на повеќемина како и на претседателот на Надзорниот одбор **Митре Стојановски,** се заклучи дека Сојузот во назначениот период работел според планот, средствата се трошени рационално и домаќински, дури во одредени ставки има и заштеда, а така ќе се продолжи и до крајот на годината.

На седницата беа поднесени извештаи за престојот на нашата делегација на 15–тиот Меѓународен фестивал за трето доба во Љубљана, Словенија како и за настапите на културно–уметничките друштва на ЗП Радовиш и Конче и ЗП Македонска Каменица. И оваа година двете пензионерски здруженија ја претставија Македонија во најубаво светло, истакна шефот на делегацијата **Јордан Костадинов**, член на ИО на СЗПМ. Беше потенцирано дека со посебен успех бил примен и рефератот „Како до активно стареење" кој што на меѓународната конференција во рамките на Фестивалот го поднесе претседателот Драги Аргировски. Од сите земји присутни на оваа европска манифестација прифатена е иницијативата на претседателот Аргировски во 2016 да се одржи во Македонија Европската регионална ревија на песни и ора „Скопје 2016" под покровителство на европратеникот Иво Вајгл, а по повод 70 години од пензионерското организирање во Македонија. За учество на Конференцијата и Фестивалот сите трошоци на СЗПМ беа покриени од ЕУ и ЗДУС.

На седницата **Здравко Петковски,** претседател на Комисијата за спорт и рекреација 20–тите јубилејни пензионерски спортски натпревари одржани на 04. 09. 2015 година во Скопје ги оцени како досега најуспешни.

На седницата беа донесени и неколку одлуки.

Калина С. Андонова

Петти пензионерски игри во општина Карпош

Традиционално спортување и дружење

По повод Денот на Општината Карпош – 3 ноември, по петти пат на игралиштето „Алумина" се одржаа традицоналните Пензионерски спортски игри. Натпреварувачите од ЗП Карпош и ЗП Тафталиџе си ги одмерија силите во дисциплините: пикадо, фрлање ѓуле, скок од место, трчање на 60 и 80 метри и влечење јаже. Во дисциплината **пикадо (мажи)** прво место освои Богдан Стојковски од ЗП Карпош, второто и третото место им припадна на Борче Здравковски и Бранко Милев од ЗП Тафталиџе. Во **пикадо (жени)** прво, второ и трето место освоија Верче Смилковска, Ратка Илиевска и Јулијана Зикова, од ЗП Тафталиџе. Во дисциплината **фрлање ѓуле (мажи)** трофеите ги понесоа Павле Трајковски (прв), Иван Кралкевски (втор) и Александар Алексовски (трет) сите од ЗП Тафталиџе. Во **фрлање ѓуле за жени**, најдобра беше Цвета Ивановска од ЗП Карпош, која зад себе ги остави натпреварувачките од ЗП Тафталиџе Лепосава Митковска и Борка Стојковска.

Во дисциплината **скок од место** најдалеку скокна Иван Кралевски од ЗП Тафталиџе, а второ и трето место им припадна на членовите од ЗП Карпош, Мирко Михајловски и Аце Стојановски. Истиот ранг во однос на припадноста на натпреварувачите беше постигнат и во дисциплините **трчање на 80 и 60 метри за мажи и жени,** во кои редоследно прво, второ и трето место освоија Павле Трајковски, Митко Михајловски и Аце Стефановски, во машка конкуренција и Пандора Тодоровска, Весна Ивановска и Јорданка Јордановска, во женска конкуренција.

Во физички најтешката дисциплина **влечење јаже** во женска и во машка конкуренција, победници беа претставниците на ЗП Карпош.

Натпреварот помина во пријатна и дружељубива спортска атмосфера со искрени желби за вакви средби и по други поводи.

Раководителот на Одделението за спорт и култура при локалната самоуправа, **Патрик Поповски** на најдобрите натпреварувачи им доделил пехари, при што им се заблагодари на здруженијата за масовното учество и соработката во продолжувањето на традицијата.

Р.К.

ЗП Прилеп

Спортистите кај градоначалникот

Во рамките на добрата соработка на Здружението на пензионерите од Прилеп и локалната самоуправа, деновиве се оствари средба на пензионерите спортисти кои учествуваа на спортските пензионерски натпревари во Скопје.

– Со ЗП Прилеп имаме одлична соработка. Со воведувањето на бесплатниот автобуски превоз и со многу реализирани заеднички проекти како Локална самоуправа заедно со Здружението сме организирани со цел да им помогнеме за подобро здравје и подолг живот на луѓето од третото доба. Како градоначалник ги отворив овде во Прилеп регионалните спортски пензионерски игри и тука прилепските пензионери беа најдобри. Имате спортски дух за кој веруваме дека ќе постои и понатаму. Го подобрувате вашиот живот преку спортувањето што е многу значајно. А како локална самоуправа се трудиме да обезбедиме што повеќе и подобри услови за спортување, особено со изградба на спортски игралишта и други терени, не само за младите, туку и за повозрасните – истакна градоначалникот на општина Прилеп, **Марјан Ристески**, поздравувајќи ги спортистите и честитајќи им ги успесите со верба дека и во иднина ќе бидат добри не само на спортски, но и на секаков друг план.

На последните Републички спортски пензионерски игри во Скопје прилепските спортисти од „третото доба", годинава се пласираа на третото место, за само пет бодови зад Кумановчани и Охриѓани. Сребрен медал освои Славица Јованоска, натпреварувајќи се во табла. Симон Цветкоски се закити со злато во тробој и сребрен медал доби екипата на пензионерките натпреварувајќи се во пикадо.

Спортистите од ЗП Прилеп на градоначалникот Ристески му подарија Благодарница за досегашната успешна соработка.

К.Р.

ЗП Пробиштип

Средба со градоначалникот и неговите соработници

Неколку години наназад, стана традиција, градоначалникот да ги посети пензионерите и со нив да поразговара за своите планови, за реализација на истите, но и да ги слушне проблемите на своите сограѓани од трета животна доба. Така се случи и на 16–ти септември 2015 година кога градоначалникот Тони Тоневски заедно со своите соработници ги изнесоа реализираните активности во доменот на своето работење и одговараа на прашањата на пензионерите.

На почетокот претседателот на ЗП Пробиштип **Груица Манасијев** ги поздрави гостите и им се заблагодари за прифатената покана да се најдат меѓу оваа популација, а веднаш потоа пратеникот **Емил Димитров** зборуваше за неговото и ангажирањето на градоначалникот околу разрешувањето на проблемите во општината ставајќи акцент на невработеноста и одливот на високо образовниот кадар од општината, па и од Македонија што е проблем и на младите и на возрасните. За истиот проблем зборуваше и директорот на Агенцијата за вработување **Влатко Јорданов.** Градоначалникот **Тони Тоневски** во своето излагање се наврати на активностите околу инфраструктурната изградба во општината, при што истакна дека е направено многу.

– Сега работиме на уредување на градот. Со градскиот плоштад можеме да се гордееме, а во блиска иднина ќе имаме и најубав парк во кој ќе може да се одмараат пензионерите, се реновираат некои објекти, со што нашиот град заличува на убава урбанизирана средина.

Раководителот на фондот за пензиско и инвалидско осигурување – подрачна единица во Пробиштип **Стојмир Стојмиров** говореше за грижата за подобрување на стандардот на пензионерите преку бањско–климатска рекреација и бесплатните викенди за кои во општината има голем интерес.

Откако пензионерите ги сослушаа нивните излагања уследија бројни прашања кои се однесуваа на хигиената во градот, вработување на младите, до каде е отворањето на рудникот на Плавица и друго. Гостите внимателно ги слушаа и даваа исцрпни одговори.

М.З.

Чешиново – Облешево

Соработката со локалната самоуправа продолжува

Во просториите на општината Чешиново–Облешево градоначалникот **Костадин Личков** одржа работна средба на која присуствуваа претседателот на Здружението на пензионери од Кочани, Ѓорги Серафимов, група пензионери од Чешиново–Облешево како и претседателите на трите огранока на Здружението на пензионери од Облешево, Соколарци и Чешиново.

Целта на средбата беше градоначалникот Личков да ги информира пензионерите за полесно искористување на активните Владини мерки кои им се нудат, како бесплатната бањско – климатска рекреација, бесплатниот викенд за пензионерите кој почна да се реализира од март 2015 година, најавеното зголемување на пензиите за 5%, како и многу други поволности.

На средбата стана збор и за полесно изнаоѓање решение за отворање и оспособување простории по сите населени места во општината кои ќе им служат на пензионерите за нивни дневни рекреативни активности.

Во името на Здружението на пензионерите Кочани претседателот **Ѓорги Серафимов** искажа благодарност до општината за континуираната соработка и поддршката што ја имаат од општината и градоначалникот Личков, особено за реконструкцијата на Пензионерскиот дом во Облешево каде што пензионерите ќе можат да го минуваат слободното време и да се дружат.

К.Г.

ЗП Богданци

Грижа за поквалитетен живот

На 29–ти септември 2015 година раководството на ЗП Богданци за поголем број заинтересирани пензионери организираше состанок со градоначалничката и член на Советот на општината, при што присутните беа запознаени со активностите и заложбите на локалната самоуправа за подобрување на животот на пензионерите. Состанокот го отвори и со него раководеше **Димитар Чавдаров**, претседател на ИО на здружението.

Во своето излагање градоначалничката **Анастасија Олумчева** ја акцентираше потребата од искуставата на пензионерите како насушност во секој сегмент од работата и дејствувањето на општината. Пензионерите со своите активности отвораат нови видици во секојдневното живеење и претставуваат духовна храна за младите.

Поволностите што општеството ги прави со бесплатните викенди, бањи, лекарски прегледи, бесплатни патувања и намалени цени на лековите, имаат за цел подобрување на животот на пензионерите.

Присутните пензионери активно учествуваа со свои предлози, видувања и сугестии за состојбата во Општината. Тие истакнаа повеќе проблеми, а за подобрување на условите за живот иницираа нивно побрзо решавање. Така беше посочена потребата за пензионерски клуб и други простории каде би се дружеле и одржувале активности од областа на културно–забавниот и спортско–рекреативниот живот. Беше истакнато и немањето специјалисти во месната амбуланта, па за посериозни прегледи се приморани да одат во Гевгелија. Стана збор и за недостатокот на електронски медиум, што им причинува потешкотии во информирањето, како и за други актуелни од нивен интерес.

За подобро остварување на правата и порелаксирано живеење, една пензионерка предложи да се формира градски актив на жените во кој свој придонес ќе дадат припадничките од областа на просветата, здравството, општината и секако пензионерките од Здружението. Во пријатна атмосфера присутните изразија надеж дека нивните укажувања ќе се земат предвид и проблемите побрзо ќе се решаваат.

Д.Ч.

ПРЕС во СЗПМ

Зголемување на пензии поголемо кај пензионерите со пониски примања

Во Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија во Скопје на 27 септември се одржа средба со преставници на поголем број медиуми на која претседателот **Драги Аргировски** информираше дека септемвриската пензија е зголемена за 621 денар. Со тоа се имплементира одлуката на Собранието на РМ усвоена во октомври минатата година. Покачувањето не е еднократно, туку влегува во основата на пензиите за наредниот период и е исто за секој пензионер во нашата земја.

– Република Македонија има околу 293 000 корисници на пензија од кои 250 000 се членови на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија. Во изминатата деценија зголемувањето на просечната пензија изнесува 70.3 проценти бидејќи од 7.683 денари, колку што изнесувала во 2006 година, сега истата изнесува 13.085 денари односно 212 евра што е највисок просек во однос на другите земји од нашето опкружување: Пензиите речиси секаде се намалуваат а кај нас се зголемуваат. Просечната пензија во Србија е 190, Бугарија 135 евра, во Косово 120 и во Албанија 145 евра, а во Грција пензиите и натаму драстично се намалуваат, рече Аргировски.

Тој додаде дека за одбележување е тоа што зголемеувањето е поголемо кај пензионерите со пониски пензии. Така што, како што рече, околу 220.000 пензионери сега добија повисоки пензии за 4 до 8,6 проценти. Според податоците од Фондот на ПИОМ во 2014 година 22.808 корисници примале најнизок износ на пензија до 7.162 денари, а 82.640 до 9.500 денари и 113.437 пензионери во висина до 15.000 денари. Највисока пензија над 35.000 денари примиле само 1.753 пензионери. Односот на најниската со највисоката пензија е 1 спрема 5.

Кога станува збор за зголемување на пензиите, истакна Аргировски, секогаш е актуелно и интересно прашањето на усогласување на пензиите како системско решение со членот 37 од Законот за пензиското и инвалидското осигурување кадешто е утврдено дека пензиите се усогласуваат два пати во годината (од 1 јануари и од 1 јули) и тоа според движењето на индексот на трошоците на животот во висина од 50% и порастот на просечно исплатената плата на сите вработени во Република Македонија, во висина од 50% .

Според утврдените податоци на Државниот завод за статистика и од Фондот на ПИОМ во минатата година порастот на трошоци за живот изнесувал минус 1,10 отсто, а порастот на плати бил 0,25 отсто . Со тоа во 2014 година усогласувањето по дватта основа би изнесувало само 0,125% што за највисоките пензии би било зголемување само 4 денари, а добија по 600. За каква законска обрска за нивелирање на пензиите со реалните трошоци на живот може да се говори кога според статистиката и во 2015 година трошоците за живот се негативни од минус 0,3 проценти.

Значи далеку е од вистината дека зголемувањето на пониските пензии била на сметка на тие што земаат повисоки пензии.

Со законски измени што деновиве ги усвои Собранието на Република Македонија во полн состав и за наредната година се предвидува ново зголемување на пензиите за 5 проценти. Со тоа во октомври 2016 година од буџетски средства ќе биде исплатено зголемување од 650 денари за секој корисник на пензија во Република Македонија, што ќе значи натамошно подобрување на стандардот посебно на оние со пониски пензии кои се во најголем број, информира за медиумите Драги Аргировски, претседател на СЗПМ.

К.С.А.

ОД РАБОТАТА НА ФОНДОТ НА ПИОМ

Поголема одговорност од закупците на просторот

И, во оваа прилика ќе истакнеме, дека Фондот на ПИОМ располага со свои објекти – пред сè, пензионерски домови, во кои, уште при проектирањето, биле планирани и простории за стопанисување, односно за развивање на дополнителна дејност.

Далеку би не одвело набројувањето на пензионерските домови во кои има ваков простор, а се сопственост на Фондот на ПИОМ, затоа, во оваа прилика ќе истакнеме дека, според евиденцијата на Одделението за стопанисување со имотот, Фондот на ПИОМ располага со деловен простор во домовите за живеење и клубовите за дневен престој на корисниците на пензија во вкупна површина од 8.991,01 м2, од кои 6.885.03 м2 се издадени. Тоа претставува 76,58% од деловниот простор со кој располага Фондот. Деловниот простор е претежно издаден под закуп на правни лица што може да претставува поголема сигурност како за наплата на закупнината, така и за подобро и посовесно одржување на самиот деловен простор.

Што се однесува пак, до здруженијата на пензионери на кои им е отстапен деловен простор во висина од 1.526,55 м2, или 22.17% од издадениот деловен простор, тие заради извршување на нивните активности, се ослободени од закуп.

Ваков простор има во пензионерските домови и клубови во Скопје (6 објекти) во општините Аеродром, Ѓорче Петров, Чаир и Шуто Оризари, како и во урбаните заедници Автокоманда и Драчево, како и во Куманово (2), Гостивар (2) и во останатите општини.

Меѓутоа, издадениот деловен простор, во однос на 2014 година е зголемен за 1.653.54м2, или за 12,13%, како резултат на завршувањето на сите потребни процедури околу измените на Правилникот и одржаното електронско наддавање во јуни 2014 год. и во мај 2015 год., на кое беа објавени деловни простори во објекти со кои стопанисува Фондот на ПИОМ, при што се издаде просторот во клубот за дневен престој на корисници – Драчево и деловниот простор во домовите за живеење на корисниците на пензија во Гостивар.

За да нема шпекулации, треба да се истакне дека слободниот деловен простор е огласуван според Правилникот за издавање на деловен простор под закуп, а што се однесува до поголемиот дел од слободниот простор што не е издаден поради неатрактивност на истиот, се работи за тоа што повеќето е подрумски простор. Деловниот простор кој го користат здруженијата на пензионери во домовите и клубовите е без закупнина.

Првите шест месеци од 2015 год., Фондот кон закупците на деловен простор има фактурирано износ од 6.231.073 денари и бруто наплатено 5.840.352 денари. Од оваа наплата, 5.344.713, или 85,78% денари се однесуваат на фактурираното за 2015 година, а останатите 495.639 ден. се однесуваат на наплатата за пренесени побарувања од 2014 година во висина од 877.453 денари, или во овој период наплатени се 56,49% од пренесените побарувања.

Во истиот период е пресметана и задолжена камата за доцнење на плаќањето во износ од 37.480 денари, а наплатено е 7.493 ден., или 19,99% од задолженото.

Од анализата што ја изврши Одделението за стопанисување со имотот при Фондот на ПИОМ, произлегува дека бруто фактурираното за овој период во споредба со истиот период од минатата 2014 година е зголемено за 8,08% како резултат на повеќе издаден деловен простор под закуп во овие 6 месеци, додека тековната наплата е намалена за 6,68% во споредба со истиот период од претходната година.

Но, наплатата на пренесените побарувања иако во апсолутен износ е поголема од истиот период во минатата година, процентуално е помала за 28,53% како резултат на двојно поголемите пренесени неплатени побарувања од претходната година од страна на закупците на деловен простор. Затоа пак, пресметана е затезна камата во поголем износ од истиот период минатата година, а процентот на наплата на камата е 19,99%, така што во овој период од вкупно утужените побарувања за закуп на деловен простор во висина од 3.820.202 ден., сега засега, произлегува дека нешто е наплатено.

И покрај релативно остварените резултати во наплатата, сепак Одделението за стопанисување со имотот на Фондот, презема постојани мерки и активности за подобрување и зголемување на процентот на наплата, со тоа што контактира со закупците на деловен простор, притоа опоменувајќи ги за пресметка на камата и утужување на закупците кои доцнат со плаќањето на закупнината, што оди сè потешко поради општата економска состојба кај нас. Но, сепак се верува дека во наредните шест месеци од годината, наплатата не само што ќе биде реализирана, туку и односот на закупците на тој простор, позитивно ќе се промени.

м-р. Снежана Кутузовска

По повод спортските пензионерски олимпијади

Спортот во третото доба

Во славенички дух, како што доликува на едно дваесетгодишно одбележување, неодамна во Скопје се одржаа јубилејните републички пензионерски спортски натпревари на кои се постигнаа убави спортски резултати. Бројните гости и поддржувачи поздравија нови рекорди и нови шампиони. Охриѓани (пензионерите – спортисти од Охрид и Дебрца) станаа недостижни севкупни победници (по 5–ти пат) што е своевиден рекорд.

Бројни беа поводите за славење, а со успешната организација дваесеттата спортска олимпијада на луѓето од третото доба ќе им остане во трајно сеќавање. Претседателот на Комисијата за спорт и рекреација при СЗПМ Здравко Петковски на тоа е особено горд и малку во шега додава дека иако биле обезбедени две амбулантни возила за евентуални интервенции, тие останале без било каков ангажман, а така е во сите изминати 20 години!

Секоја година, дваесет по ред, се натпреваруваат пензионерите и постигнуваат завидни резултати иако меѓу нив има и такви кои имаат хронични болести. Речиси нема пациент што од својот лекар не бил советуван повеќе да се движи и да рекреира, за да го подобри своето здравје. Многумина од нив во младоста спортувале, па затоа се чувствуваат способни и подготвени да учествуваат и во спортските натпревари што ги организираат здруженијата и регионите, а тие што имаат најдобри резултати и на републичките игри. Само така претходно спортски едуцирани и на тренинг навикнати луѓе можат без последици да учествуваат во спортски активности и во поодмината доба. На овие теми разговаравме и со **д-р Славе Пашоски**, управник на Спортска медицина при Здравствениот дом – Скопје (инаку активен каратист), потоа со **д-р Милан Костовски**, доајен по спортска медеицина при истата установа, како и со **Аница Пупиноска**, пензиониран професор по физичка култура, рекордерка и магистер по спортска медицина, инаку поранешна државна првенка во атлетика на 400 и 800 метри. Сите се едногласни дека рекреацијата треба задолжително да се практикува и велат:

– За возрасните луѓе најлошо е „залегнувањето" и затворањето во себе и во својот дом, а особено за оние што во младоста спортувале. Најдобар лек

против тоа е рекреирањето и дружењето, но, сите напоменуваат дека колку што рекреативното спортување е корисно, тоа мора да подлежи на одредени предуслови. Истрошениот организам е лесно подложен на повреди, па затоа е неминовна поголема внимателност, одбирање на спортови со помал физички напор и ризик и се разбира редовна контрола на здравствената состојба. Затоа ваквите спортски натпревари треба да бидат повеќе рекреативни и забавни отколку натпреварувачки, – препорачуваат докторите.

Рекреативните активности помагаат за надминување на одредени заболувања (реума, остеопороза и други). Особено се неопходни поради начинот на кој живееме – динамично или подолго време на работно место или пред телевизорот со седење, без движење, во затворени простории. Тоа не „принудува" да забораваме на здравјето, па затоа е препорачливо посветување на рекреативни активности, со мали физички напори, кои активираат одредени органи и нивни функции, со што го подобруваат здравјето. Соговорниците се едногласни во предупредувањата дека рекреацијата ќе стане масовен спорт на идината.

За д–р. Костовски важно е луѓето од третото доба да практикуваа спортови што ќе релаксираат и ќе ги тренираат потсвеста и мислата, а не предизвикуваат голем физички напор. Важно е да се биде здрав и да се води активен живот, да се учествува без победници и победени и сите да бидат задоволни!

Нашите соговорници повторно ја нагласуваат потребата од почесто пешачење, со паузи, редовна и рамномерна исхрана, без прејадување и со употреба на повеќе течности, како рецепт за здрав пензионерски живот. Затоа, овие спортски манифестации придонесуваат многу за развивање на спортскиот дух кај пензионерската популација и особено во развојот на дружењето, што е неминовна алка во збогатувањето на колективен социјален живот. Спортските пензионерски натпреварувања од година во година се сè помасовно прифатени од целото членство, потврдени и истакнати од релевантни домашни и странски организации и фактори, па затоа и не се далеку деновите кога вакви манифестации ќе прераснат во вистински Празници или Денови на масовна рекреација, со уште помасовно учество и со уште поголемо задоволство од страна на сите.

С. Лозановски

ЗП Битола

ФЗОМ во пресрет на осигурениците

Во организација на ФЗОМ, подрачната единица во Битола и пензионерското здружение, на 17 септември во просториите на ЗП Битола се одржа мошне корисно предавање за лековите и ортопедските помагала. Пред поголемиот број присутни пензионери, предавањето го одржаа **Марија Коневска** од секторот за фармација и **Ана Филиповска** од секторот за контрола при ФЗОМ.

Коневска зборуваше за унапредување во здравствениот систем во поглед на оптимално и ефикасно обезбедување на лекови, за квалитетот на лековите, правилната употреба на препишаните лекови, потреба од дополнителни информации кај фармацефтот, како и за лековите кои се на позитивната листа и цените на истите.

Филиповска од секторот за контрола при ФЗОМ, предавањето го одржа на тема „Ортопетски помагала", при што ги потенцира правата на пациентите за ортопетски и други помагала и начинот на нивно остварување и изнесе кои помагала се на товар на фондот, а кои се набавуваат со одредена партиципација.

Од страна на предавачите беше оставено повеќе време за поставување прашања, што пензионерите ја искористија можноста да добијат одговори од релевантни лица.

– Ние во нашите годишни планови предвидуваме предавања од повеќе области, а ваквите средби кои засегаат во здравствената сфера на пензионерите се секогаш добредојдени. Предавањата побудуваат интерес кај членовите, за што сведочи и големата присутност, – истакна потпретседателката на ЗП **Цветанка Ангелковска**.

Д. Тодоровски

ПЕНЗИОНЕР плус

Весник за сегашните и за идните пензионери

Издавач:
СЗПМ

Година VIII – број 87
октомври 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:
Томе Ангеловски

Печати:
Графички центар Скопје

Ракописите и фотографиите не се враќаат.

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

НЛБ Сребрен пакет

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

Поволности

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

NLB Тутунска банка

www.nlbtb.com.mk Контакт центар: 02/15-600

ZEGIN ВАША СЕМЕЈНА АПТЕКА

ЕВРОБАЛКАНСКИ ЛИДЕР ВО ПРОМОЦИЈА НА НОВИ МОЛЕКУЛИ

- 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.

- 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

ЗП Кавадарци

Одбележан Денот на пензионерите

Традиционално, кавадаречките пензионери и годинава со бројни активности го одбележаа 20–ти септември, Денот на пензионерите на Македонија. Во големата сала на Домот на културата во Кавадарци беше организирана културно уметничка програма на која беа присутни претседателката на Советот на општина Кавадарци Горица Пеливанова Вилхелм, голем број граѓани, како и пензионери. Претседателот на ИО на ЗП Кавадарци, **Ристо Анѓушев** честитајќи им го денот на пензионерите, ја најави изградбата на новиот Пензионерски дом во Кавадарци, при што подвлече дека е пронајден стратешки партнер од Турција кој ќе го гради овој дом.

– Овој објект е неопходен за сите пензионери и истиот се надеваме дека ќе биде изграден според планираното. Фактот што околу 7000 пензионери од Кавадарци се членови на нашето Здружение доволно говори за големината и капацитетот на оваа организација која претставува значаен фактор во Општината – рече Анѓушев.

Пензионерите во најдобро светло ги покажаа своите вокални способности пеејќи ги строградските изворни народни песни. За да се надополнат песните со ора на оваа манифестација беше промовирана новата играорна група. Во културно забавниот дел од програмата настапи КУД „Лоза“ кое работи во состав на ЗП Кавадарци, со својата пејачка и новата играорна група и одлич-

ниот оркестар составен од докажани професионалци и солистот Ангел Тотов. Покрај кавадаречките пензионери редовни гости на оваа манифестација се пензионерите од збратименото Здружение од Кочани. Исто така, беа прогласени и трите најдобри поетски творби од распишаниот конкурс за најдобра песна. Прва беше прогласена песната на ликовниот уметник и писател Петар Наневски, втора на пензионерот Ѓорѓи Лазов и како трето пласирана беше песната на пензионерката Тодорка Андова.

Како увертира на целиот настан беше изложбата насловена „Опус на слики“ на кавадаречкиот педагог и ликовен уметник, активист во ЗПК, неуморната **Ружица Јосифовска**, која најгласи дека ќе твори се додека може. За Јосифовска и нејзините дела зборea нејзиниот колега, ликовниот уметник и директор на Домот на културата во Кавадарци, **Владимир Темков** и претседателката на Собранието на пензионери **Виолета Андова**, а вечерта со пријатни ноти ја збогатија ученици од Музичкото училиште од Кавадарци. Славеничката не го криеше задоволството од посетеноста и интересот на нејзиниот „Опус на слики“ Ружица Јосифовска како ликовен уметник има организирано десеттина самостојни изложби, а нејзините слики ги красат амбиентите во нашата, но и во повеќе европски земји.

Убава вечер на која пензионерите повторно докажаа дека со своите активности и дружби и со големиот ентузијазам што го поседуваат го надополнуваат културното богатство на Кавадарци.

Мартина Митков

ЗП Велес

Свечена академија по повод празникот

По повод Денот на пензионерите на Македонија во Велес беше одржана свечена академија.

На академијата учествуваше пејачката група од ЗП Велес како и младите актери од театарската група „Словото“

со перформансот „За Велес“. На свеченоста претседателот на ЗП Велес, **д-р Веле Алексоски** обраќајќи им се на присутните, меѓу другото рече:

– Наша задача, а и задача на сите пензионери, е да ги помагаме нашите колеги кои се во тешка материјална или здравствена состојба. За таа цел нашето здружение има изработено Стратегија за помош на стари и немоќни лица. Во таа насока отворивме амбуланта во пензионерскиот дом, а волонтери – медицински лица, заедно со Општината, Црвениот крст и другите здравствени организации организирано вршат месечни бесплатни проверки на здравјето на пензионерите. Покрај тоа здружението партиципира 20%–30% при бањско–климатската рекреација, за оние со поголеми пензии, а за некои пензионери таа е бесплатна. Исто така, даваме и еднократна помош за бездомниците и напуштените лица.

На крајот на сите пензионери им посакувам долг и среќен живот, почит од нивните млади поколенија, а вам драги присутни и на целиот македонски народ ви посакувам добро здравје, долг живот, многу среќа во нашата мила библиска татковина. Да живее Македонија!

Прославата на овој ден заврши со песни и ора до доцна во ноќта. **Н.А.**

Општинска организација на СБ во Струга

Чествување за Денот на мирот и Денот на востанието

Во Струга на 21–ви септември , во организација на Општинската организација на Сојузот на борците од НОАВМ 1941 – 1945 година и граѓаните на Струга и стружско – продолжувачи на традициите, со помош на Општината и локалната самоуправа беше одбележан Светскиот ден на мирот со марш на мирот под мотото „Партнерство за мир – достоинство за сите“. Маршот започна од кругот на Организацијата – Паркот на поезијата со насока кон крајната дестинација Калишта и назад.

Со Резолуција на Генералното собрание на ООН од 2001 година, 21–ви септември е прогласен за за Меѓународен ден на мирот, а Резолуцијата ги обврзува сите земји и држави членки

на ООН секоја година редовно да го одбележуваат.

Централната прослава во Струга се одржа пред споменикот на Нико Нестор каде беше интонирана на Химната на Република Македонија и положено свежо цвеќе, а претседателот на ОО СБС, **Ајро Мемети** ја прочита пораката на Генералниот секретар на ООН Бан Ки–Мун.

Исто така, борците и другите граѓани од Струга организирано и со сите почести го одбележаа 11–ти октомври – Денот на востанието на Република Македонија. По тој повод беше положено цвеќе пред Споменикот на Револуцијата на плоштадот во Струга и бистите на паднатите борци. За значењето на овој светол датум во историјата на Македонија, на свечениот собир пред зградата на Сојузот на борците, на кој присуствуваа повеќе пензионери, зборуваше претседателот на Општинската организација на СБС Ајро Мемети.

С.К.

Прославен светскиот ден на стари лица

По повод 1. октомври – светскиот ден на стари лица Друштвото на писатели од Куманово, со поддршка од членовите на КУД „Ѓоко Симоновски“ при ЗП Куманово одржа поетско–музичка средба во Домот за стари лица „Зафир Сајто“ во Куманово. Претседателката на ЗГДП Божана Трајковска како најава рече:

– Драги пријатели, нека ви е среќен денот на стари лица и уште многу години да сте со добро здравје и расположение.

– денес ви ја посакуваме сета радост што срцето може да ја понесе;

– сите насмевки денот што може да ги донесе;

– сите благослови кои ви недостасуваат;

– и сите блиски постојано да ви се радуваат и прегрнуваат;

– имајте убав ден со поетите кои ќе ви ја отворат душата со своите поетски напливи и творби од срцето, творби кои ја кажуваат вистината за животот како коњаници кои галопираат низ времето.

Потоа следуваа милозвучни мелодии од оркестарот, солистите, дуетите и хорот на КУД „Ѓоко Симоновски“ при ЗП Куманово, кои настапија под диригентска палка на Коста Ќосе со песните: „По цели ноќи не спијам“, „Барај го мила мамо барај го“ и „Животе мој“, како и фолклорната група со „Кумановско поле“ во кореографија на Миле Бошковски. На почеток сериозните лица, како течеше програмата се развеселија, силно ракоплескаа и дури потпевнуваа. Потоа се фатија на орото и заиграа.

Разделбата беше со зборовите: прекрасно беше, дојдете ни пак, секогаш ќе ни бидете драги гости.

Б.Т.

ЗП Штип и Карбинци

Пензионерскиот дом во завршна фаза

Завршувањето на изградбата на Домот на пензионери и стари лица во Штип е насушна потреба и доминантна цел во програмата на ЗП Штип и Карбинци. Повеќе субјекти од

градот под Исарот се заинтересирани за побрзо ставање во функција на ова здание, иако главниот товар го носи матичното здружение на пензионери кое во изградбата до карабина сите заштедени средства ги вложи. Градоначалникот на Штип прим. м–р **Илчо Захариев** рече дека за најмладите градиме градинки, за постарите од нив, клубови и спортски терени, а за највозрасните старски домови, каде ќе се чувствуваат удобно, ќе се дружат со своите врсници, ќе се сеќаваат на минатото и ќе ја споделуваат сегашноста. Во врска со Домот, треба да се потсети дека целата процедура е покриена со одлуки, а редовно се дава извештај на Владата, која и го преотстапи ресторанот на касарната „Јане Сандански“ на Општината Штип, а со одлука на ЛС и ДУП за пренамена во Дом на пензионери, беше преотстапен во владение на ЗП Штип и Карбинци, кое ја асвалтираше улицата што води до Домот и обезбеди линија со вода до објектот.

Претседателот на Здружението **Михаил Василев**, изјави дека Домот влезе во втора фаза на изведба, а секретарот **Ристо Нетков** рече дека е донесена одлука на ИО за пренамена на покривот, што ќе чини повеќе средства и време, но долгорочно гледано ќе биде многу поефикасен. Изведувањето на занаетчиските работи, столаријата, преградувањата, инсталирањето водовод и канализација, како и другите работи, како што рече, потпретседателот на ИО **Коста Штериев**, бараат дополнителни финансиски средства, што ги нема здружението, а овој проблем би можел да се разреши со враќање на данокот на додадена вредност од 18% во износ околу 5 милиони денари, што ќе биде доволно за ставање во функција на Домот.

Здружението плански ги остварува и другите активности, а сега најактуелно е снабдувањето со огревно дрво, што се одвива според зацртаните задачи.

Цвета Спасикова

Писмо до редакција

Предлог за превозот на пензионерите во Скопје

Ви се обраќам со молба во врска со градскиот и приградскиот превоз на пензионерите во Скопје и блиската околина, бидејќи ова е прашање што се однесува на дигнитетот на сите граѓани, пензионери и непензионери. Се согласувам, дека секојдневниот превоз на граѓаните во една метропола од речиси околу 700.000 жители дневно, не е предмет за потценување.

Секојдневно користам градски превоз за третмани за здравствена превенција, понатамошно извршување на мојата професија, како и на други лични и семејни обврски. Значи, секој работен ден и сабота, во можност сум, волно или неволно, да бидам сведок на севкупните меѓучовечки односи во јавноста во градскиот превоз. Веќе неколку месеци според мене, а може и подолго, се чувствува извесна нелагодност во односите меѓу пензионерите и останатите граѓани. Можеби на оваа околност веќе и други ви обрнале внимание или пак можеби и во СЗПМ дошле до таков заклучок.

Во деновите кога пензионерите имаат слободен превоз има многу повеќе турканица во автобусите и извесна нетрпеливост кај голем дел патници од таа состојба. Затоа предлагам доколку е можно, а потребно е, да се зголемат деновите за слободен превоз на пензионерите во седмицата за уште најмалку еден ден, можеби понеделник, или пак да се смени начинот и пензионерите, како и во многу други земји, со одредена секако не висока партиципација во трошокот да имаат секојдневен превоз на сите релации во градот Скопје и околината. Ова не е нов предлог и не е само мој, туку и на мои пријатели и познаници.

Мислам дека овие проблеми на сите им се познати и затоа треба да се понуди соодветно решение за ова прашање кое ќе ги задоволи пензионерите и останатите граѓани. Не оставајте ова прашање понатаму да произведува непријатни ситуации, до кои доаѓа во деновите кога пензионерите имаат слободен превоз. Убеден сум дека тоа може брзо да се реши.

Д-р Ѓорѓи Стојчевски

Обвинувањата упатени на погрешна адреса

Во весникот „Слободен печат“ е објавен напис на 9 август 2015 година од Јана Колева во кој се зборува за злоупотребите на приватното Здружение на пензионерите „БМГ“ членка на Сојузот на инвалидските пензионери на Македонија. Во написот од непознавање тенденциозно се наведува дека има направено злоупотреба во Здружението на пензионери од Свети Николе, со што без причина ни се нанесени непоправливи штети.

Еве за што станува збор:

Здружението на пензионери на општина Свети Николе е регистрирано согласно Законот за здруженија и фондации со 2760 членови и како такво е член на Сојузот на здруженијата на пензионери на Македонија. Здружението работи согласно наведениот закон и Статутот со легитимни органи, Извршен одбор и претседател, избрани од Собранието на седницата одржана на 03.03.2015 година. Здружението работи во свои простории и клубови во Св. Николе, с. Горобинци и с. Ерџелија.

Во Свети Николе една група граѓани се обиде да формира уште едно здружение на пензионери, меѓутоа вакво здружение не е регистрирано, туку се прикажува како здружение на пензионери „БМГ“ со дејност како приватно претпријатие основано од 5 члена. Од страна на ова здружение – претпријатие објавено е дека ќе снабдува пензионери со дрва. Заинтересираните граѓани, меѓу кои има и лица кои не се пензионери, вршеле уплата за дрва со потврда – каса прими. По ненадејната смрт на нивниот претседател Мите Митев е извршена ревизија и произлезе дека граѓаните немаат добиено дрва ниту пак им се враќаат парите. Имаме сознание дека врз оваа работа пред надлежните органи се води постапка за да се утврди дали парите на граѓаните се злоупотребени.

Поради напред изнесената состојба потребно е правилно да се информира јавноста и тоа дека Здружението на пензионери Св. Николе не стои зад настанатата состојба и квалификација за голема проневера во Св. Николе. Во написот на Јана Колева пишува дека пензионери уплатиле 35.000 евра во Здружението на пензионери во Св. Николе, меѓутоа не е нагласено за кое здружение станува збор!? Затоа, согласно Законот за јавно информирање, бараме да се објави овој демант дека Здружението на пензионерите во општината Св. Николе нема никаква врска со дејствијата што ги наводи новинарката во написот во „Слободен печат“, туку станува збор за група граѓани кои целата работа ја вршеле надвор од нашето здружение.

Претседател на ЗП Свети Николе
Никола Атанасов

ЗП Куманово

Втора мултиетничка средба во Глажња во Општина Липково

ЗП Куманово и Огранокот на пензионерите од Липково на 3.10. 2015 година ја организираа втората традиционална мултиетничка средба на која зедоа учество стотина пензионери од Куманово и од селата Умин Дол, Љубодраг, Ново Село, Бедиње, Матејче, Липково, Слупчане и Старо Нагоричане. На средбата присуствуваа и Бесник Поцеста, потпретседател на Собранието на СЗПМ, Спирко Николовски и Љубица Кузмановска, претседател и потпретседател на ЗП Куманово и Нехати Османи, секретар на Општината Липково, како и делегати во СЗПМ од Куманово Мирко Макрешански и Хуљуси Салиу.

Според утврдената програма најпрвин беше посетена Месната заедница и Пензионерскиот клуб во Липково, а потоа во училиштето беше организирана работна средба која ја отвори **Исмаил Гаину** од Огранокот, а потоа претседателот **Назим Емини** ги поздрави пензионерите и присутните. Во поздравите се вклучи и **Хуљуси Салиу** потенцирајќи ја потребата од соживот и меѓугенерациската соработка.

Пред пензионерите зборуваше потпретседателот на Собранието на СЗПМ **Бесник Поцеста**, кој на присутните им пренесе топли поздрави од претседателот на СЗПМ Драги Аргировски и ги истакна заложбите на Сојузот за подобар стандард на пензионерите на сите полиња, а особено на здравствената заштита, одморот и рекреацијата, како и подобрување на меѓугенерациска соработка, активното стареење и соживотот.

– Моето присуство меѓу вас е потврда за ова што го реков. Ве гледам со задоволство заедно седнати еден до друг на овој убав ден во Липково. Инаку јас ги пратам вашите активности, преку вашето гласило „Пензионерски информатор" и напишав и писмо до претседателот Николовски во кое ја пофалив работата на сите органи и тела во здружението, а особено на полето на соживотот. И сега велам: вие сте најдобри меѓу најдобрите здруженија. Ви посакувам многу здравје и многу вакви средби, – заврши видно возбуден и со многу емоции, потпретседателот Поцеста.

Претседателот на ЗП Куманово **Спирко Николовски** се заблагодари на убавите зборови и пораки, за високите оценки за организација на средбата и вети дека така ќе биде и во иднина.

Секретарот на Општина Липково ги поздрави раководствата на пензионерите и ги запозна со природните вредности и можности на Општината.

Работната средба ја поздравија и **Алириза Рамани** и **Зекир Исени,** пензионери од Матејче и Липково. Потоа беше разгледана водената акумулација Глажња, а дружењето продолжи во ресторанот „Кодра" на Липковското Езеро. Првото оро го поведе Тевиде Иљази со музичка придружба на Коста Косе.

Во Клубот на пензионерите за време на оваа мултиетничка средба во Глажња ЗП и Здружението за дијабетес од Куманово организираа мерење шеќер во крвта за пензионерите и граѓаните, каде и овој пат акцијата ја изведоа Драган Гачевиќ и м-р. фармацевт Расим Арифи. При тоа се делеа флаери и прирачници за дијабетес на македонски и албански јазик.

Д-р Мирко Макрешански

ЗП Прилеп

Празнична средба на пензионерите од Македонија

Весели, расположени за другарување и се разбира за игра, беа над 300 пензионери од повеќе ЗП од Македонија за празникот 11 Октомври во Прилеп.

Традиционално, за денот на вооруженото востание на македонскиот народ, 11 Окртомври, се одржува средба на пензионерите во градот првоборец и херој, Прилеп. Така беше и годинава. На овој ден, Прилеп со право може да

се каже дека беше Македонија во мало. Пензионерите и пензионерките ги имаше скоро од сите здруженија, од повеќе градови на државава. Од скоро сите ЗП од Скопје, тетовчани беа најбројни, околу 50-тина, па битолчани, стружани, светиниколчани, кумановчани и т.н.

– Пријатно, подолгорочно дружење, како и успешна соработка на секој план, а посебно со еден од најуспешните градоначалници, прилепскиот Марјан Ристески – рече претседателот на СЗПМ, **Драги Аргироски**, поздравувајќи ги присутните.

Градоначалникот **Марјан Ристески**, на пензионерите им посака долг и весел живот, многу убави и слични на оваа средба, и дружења и во други градови. Ја истакна и добрата соработка со прилепското Здружение на пензионери, а особено се задржа на, со успех остварените заеднички проект, како што се отворањето на неколку клубови во градот и населените места, потоа, обезбедувањето на бесплатниот автобуски градски превоз.

Гостите ги поздрави и им посака долг и здрав пензионерски живот и претседателот на ЗП, домаќинот **Кирил Ѓорѓиоски**.

За претседателките на активите при здруженијата, подароци и благодарници им додели претседателката на активот на жени при ЗП Прилеп, Снежана Димеска.

А кога музичарите ја засвирија „За многу години македонци", пензионерите не можеа да одолеат и да не се фатат на оро. Се разви широко и весело пензионерско оро. Трајко Ангелески од Демир Хисар рече дека од неговото ЗП по трет пат доаѓаат на оваа средба во Прилеп и дека се чувствуваат пријатно и убаво.

– Супер е, вака да се дружиме уште многу години – рече Ангелески.

Истото ни го рече и Светозар Димоски од ЗП Тетово од каде беа најброј-

ни. А и Мошо Лазаревски од ЗП Струмица го дели истото мислење, додавајќи дека ова е една од ретко убавите средби на ниво на ЗП во Македонија.

К. Ристески

ЗП Гази Баба

Пријатна и незаборавна средба

Во организација на Активот на пензионерки при ЗП Гази Баба, на 29 септември се одржа, по третпат, традиционалната средба, а во чест на верскиот празник, „Светите маченици" Вера, Надеж и Љубов, кој е и ден на Активот

на пензионерки при Здружението, на која присуствуваа повеќе од 250 пензионери од градовите: Куманово, Прилеп, Битола, Струмица, Неготино, Кичево и пензионерските здруженија од Скопје: Тафталиџе, Бутел, Илинден и Карпош.

Гостите ги поздрави **Магдалена Спировска,** претседателка на Активот на пензионерки при ЗП Гази Баба, која се наврати на долгогодишната работа и успешната соработка со активите на пензионерки низ цела Македонија и изрази задоволство што од година во година се зголемува бројот на пензионерки кои доаѓаат на оваа нивна средба. Средбата започна со пригодно обраќање на претседателот на ЗП Гази Баба, **Ѓорѓе Андонов**, кој им посака срдечно добредојде на гостите и зборуваше за значењето на ваквите средби, истакнувајќи дека пензионерите на таквите средби гледаат можност за заедничко запознавање, дружење и воспоставување нови пријателства, при што им посака на присутните добро расположение, здравје и долг живот.

– Секогаш сте ни добредојдени и ни причинува посебно задоволство ваквото одбележување на настаните да ги прославиме заедно со вас. Денес на оваа средба ќе се дружиме со песна, музика и оро. Задоволство е да се почувствува радоста од заедничкото дружење кај сите нас – истакна меѓу другото првиот човек на ЗП Гази Баба

Традиционално, во знак на благодарност за присуството и добрата соработка, претседателката Спировска, на претседателките на активите присутни на оваа средба, им подари пригодни подароци.

Мнозинството од гостите, пред средбата, прошетаа низ Скопје и беа импресионирани и воодушевени од онаа што го видоа.

Васил Пачемски

Дневен центар за пензионери од село Истибање

Наместо денот да го минуваат на бетонските плочи покрај коловозот, 130 пензионери од село Истибања – Виничко, ке го минуваат во квалитетно уредено и пријатно место за секојдневно дружење и релаксација. Просториите од поранешниот пензионерски дом сега се комплетно адаптирани со сите потреби на оваа категорија на граѓани од третото доба. Просториите на дневниот центар во село Истибање, на пригодна свеченост на 19. септември 2015 година им ги прерадова во употреба заменик министерот за труд и социјална политика Ибраим Ибраими, градоначалникот Емил Дончев и претседателот на ЗП Виница Драган Петков.

– Со отворањето на овој објект наменет за лицата од третото доба, како и со почетокот на работата на детската градинка и повеќенаменското игралиште, заокружуваме уште еден одличен пример на соработка помеѓу Локалната самоуправа, Владата и жителите на село Истибања. Во дневниот центар вложени се околу 20 000 евра за преуредување и адаптација и 4.500 евра за внатрешно уредување, – истакна градоначалникот на Виница Емил Дончев. Заменик министерот за труд и социјална политика Ибраим Ибраими го поздрави овој 13-ти дневен центар за стари лица на ниво на државата, при тоа потенцирајќи ги сите останати бенефиции и благодети кои ги добија пензионерите од страна на Владата. Инаку, во Дневниот центар во село Истибање ќе се организираат и најразлични културно-забавни и работни активности кои се од интерес на пензионерите.

Пензионерите со задоволство се вгнездија во новото катче кое покрај столчиња и маси, има се што е потребно за комплетен дневен престој.

К. Герасимов

ЗП Кочани

Пензионерите на зажнејување на ориз

Во завршните активности од манифестацијата „Денови на кочанскиот ориз" кои се одржаа на оризовите полиња во село Прибачево кочанско, учествуваа и членовите на Фолклорниот ансамбл при ЗП Кочани.

Дваесетина пензионери облечени во народна носија со српови во раце потпомогнати од оркестарот на здружението, изведоа неколку жетварски народни песни од кочанскиот крај, со што и официјално ја започнаа рачната жетва на оризот во кочанскиот регион.

– Да ви е благословен родот, да имате полни вреќи и полни амбари со ориз, догодина берикетот да биде двојно поголем, беше благословијата на пензионерот Боро Наумов на зажнејувањето на ориз во прибаческото поле, народен обичај кој со сите адети за жетва, го следеа бројни гости од повеќе европски држави меѓу кои беа и министерот за земјоделство Михаил Цветков и кинескиот амбасадор во Македонија, Вен Зенсхун.

Пред присутните на нива освен рачна жетва на ориз беше демонстрирано и изнесување на полози, како и вршидба на оризова арпа на гумно со севгар.

Претседателот на ЗП Кочани, Ѓорѓи Серафимов е задоволен од учеството на фолклористите-пензионери на зажнејувањето на оризот, со што го презентираа богатиот македонски фолклор, песни, ора и оригинална носија. Настапот на кочанските пензионери беше оценет како високо квалитетен и доби оценка на високопрофесионално завршена работа.

Традицијата си го прави своето па оттука и градоначалникот на Кочани Ратко Димитровски, искажа големи пофалби кон кочанските пензионери за организирање на рачната жетва на оризот на поле со сите адети кои ги носат обичаите во оваа пригода.

Кочанските пензионери – жетвари беа мета на фотографските апарати на голем број репортери и телевизиски екипи кои сликата со рачната жетва на ориз во кочанското поле, ја пренесоа низ целата земја.

Киро Гертасимов

Инвалидски спортски натпревари

Сојузот на инвалидски пензионери на Република Македонија организираше републички спортски натпревари, помеѓу здруженијата на инвалидски пензионери од Штип, Куманово, Прилеп, Велес, Скопје, Свети Николе и други. Натпреварите се одржаа на 20 септември 2015 година на спортските терени на хотел „Изгрев", а истите беа организирани по повод традиционалната манифестација „Пастрмалијада" во Штип. На манифестацијата учествуваа над 90 љубители на спортот од кои 70 натпреварувачи. Претседателот на Сојузот на инвалидски пензионери на Македонија **Љубомир Јанев** ги поздрави присутните и ја прогласи манифестацијата за отворена при што ја истакна традицијата на овие натпревари кои даваат позитивни резултати за размена на искуства, пензионерско дружење и соработка. Во спортска атмосфера натпреварите се одржаа во седум дисциплини и тоа: шах,табла, домино, пикадо, скок од место, фрлање ѓуле и тегнење јаже. Убавото сон-

чево време придонесе натпреварите да се одржат во интересни и фер борби, а натпреварувачкиот дух беше забележан во поединачно и екипна конкуренција во сите спортски дисциплини. Севкупен победник на натпреварите беа инвалидските пензионери од Штип со најмногу освоени први места.

По завршувањето на натпреварите претседателот Љубомир Јанев им врачи дипломи на учесниците од првите и втори места. Потоа во ресторанот „Изгрев" се одржа пријатна забавна средба на сите учесници.

С. Михајлова

Здружение на воени пензионери

Два незаборавни излети

При крајот на септември и почетокот на октомври Здружението на воените пензионери оваа година организираше две екскурзии – во Берово и во Крива Паланка со надеж дека ќе ги послужи убаво време, што, мора да признаеме, е важно кога се планира разгледување, запознавање и разонода во неколку места од истокот на Македонија. За жал, и на двата излети, уште не тргнати, небото се стемни, почна и не престана да врне... Но, тоа не беше важно за нашето дружење. Автобусот не носеше низ прекрасното зеленило, се уште недопрено од студот, и иако магливото небо ни ја затскриваше глетката, чувствуваме дека патуваме низ питоресна природа.

По патот кон Берово, нашите водичи Ефтим Мишовски и Панте Чочковски, кои потекнуваат од овој крај, ни зборуваа за историјата и животот на херојското градче, кое сега стана мошне привлечна туристичка дестинација. Во Ратево ја посетивме црквата во која била крстена тука родената ќеркичка на Катерина Цилка, придружничката на сите нас познатата Мис Стон. Иако притиснати од облачното и врнежливо време, влеговме во црковниот двор сиот во зеленило и неколку дрвја отежнати со есенските плодови, и си ги притаивме срцата под сводот на црквата, секој со своите мисли и чувства. Местата на нашата духовност секогаш будат благородност, човекољубие и смиреност, иако тие места во минатото за Македонците биле собиралишта на напредниот и храбар од во

иднината. Потоа отидовме во туристичкиот комплекс Бела Вода, навистина убаво, средено и пријатно катче. По вкусниот ручек, народната песна некако дојде спонтано и како бистра вода ни потече од грлата, ни ги стопли срцата, ни ја исправи снагата! Во ова наше трето доба тоа и најмногу ни треба! А песнопоецот Лазо Стефановски, кој го „водеше репертоарот" навистина беше неуморен! Сите го следевме, кој колку умее и знае, но секој со расположение. На враќање посетивме едно од бачилата што ги има во овој зелен крај. Убавото млеко, познатото беровско сирење, компирите, јаболката, сливите, оревите, беа докази за нашата плодна роднокрајна Македонија. Патувањето во Крива Паланка речиси во целост наликуваше на она во Берово. Дождот повторно беше постојаниот придружник, но не можеше да ги попречи импресиите и доживувањата, посебно при посетата на манастирот Св. Јоаким Осоговски. Потоа, песните и дружењето внесоа пријатно расположение и ги зголемија впечатоците. Неуморните пејачи и на враќање за Скопје го изведоа својот репертоар и сите задоволни што помина уште еден пријатен и исполнет ден, не ја криеја желбата во овие поодминати години, такви денови да има што повеќе!

Т. Гавровска

ЗП Центар

Со патување и другарување до побогат пензионерски живот

На човекот, до крајот на животот му требаат и умствени и физички активности и движење и дружење, за да со поцврст чекор го изоди патот на животот. Тргнувајќи од ова сознание и пензионерите од ЗП Центар редовно организираат разни активности, меѓу нив и екскурзии низ нашата преубава земја. Така по повод 11 Октомври, во очи на празникот, организираа патување низ западниот дел од земјава. Стотина пензионери од сите ограноци на здружението, со два автобуси, се упати најнапред кон Маврово и Бигорскиот манастир, потоа го посети женскиот манастир во селото Рајчица, па преку Дебар кон крајната цел – прекрасното Вевчани. И сè ќе беше убаво, доколку и времето беше наклонето. Обилните дождови не пратеа од тргнувањето до враќањето. Па сепак тоа не беше доволна причина да не се ужива во денот, во убавините на местата, во раскошните есенски бои на природата, обвиткана со магла и исплакната од дождот. Сите уживаа во меѓусебното другарување. И покрај тоа скоро сите беа весели, насмеани и задоволни, можеше да се слушне и по некоја шега, а и по некоја песна.

Ниту дождот ниту пешачењето по стрмната патека долга околу два километри, не ги спречи поголемиот дел од пензионерите да се искачат до Бигорскиот манастир и да уживаат во единствениот амбиент на возобновениот манастир после пожар. Од таму покрај живописниот крај долж реката Радика, беше посетен женскиот манастир во селото Рајчица – „Рај на земјата" и пречекани од монахињите. Вевчани и изворите на Дрим, беа последната дестинација на ова патување и другарување. Ниту водата што навлезе во обувките на многумина, не беше пречка да стигнат до изворите, а оние пак кои веќе биле, избраа да седнат во бројните ресторани и кафулиња. Потоа, сите заедно, пензионерите полни со впечатоци, исполнети и среќни, појдоа назад, преку Кичево кон Маврово и Скопје, со што беше затворен кругот низ овој дел од нашата убава земја. Се разделиме среќни што ЗП Центар ни овозможи вакво патување и другарување, кое бездруго ќе придонесе за збогатување на нашиот пензионерски живот.

Ц. Илиева

ЗП Кисела Вода

Екскурзии и пријатни дружења

ЗП Кисела Вода во 2015 година организираше повеќе екскурзии. Првата беше посета на манастирот Свето Преображение во селото Зрзе одалечено 34 км. од Прилеп во подножјето на планинскиот масив Даутица на 1000 метри надморска височина. Овој манастир кој

датира од деветиот век изграден на бигорна карпа, секој посетител го остава без здив со својата убавина. Под самиот манастир издлабени се многу испоснички ќелии во кои живееле монасите, кои за жал за посетителите сеуште не се достапни.

Втората беше посета на манастирот Свети Јоаким Осоговски сместен на околу 3 км. северозападно од Крива Паланка во густа дабова шума на Осоговските планини познат под името Сарандапор, при крајот на 11 век и почеток на 12 век век. Во него живеел испосникот Јоаким Осоговски по кого и го добил името. Овој манастир претставува туристичка атракција. На 28 август секоја година тука се одржува прослава по повод верскиот празник Света Богородица.

Овој ден да биде незаборавен придонесе и посетата на Етно село и Визијана. Овој комплекс ги воодушеви сите со својата убавина, со убаво уредениот парк и мини зоолошката градина.

На враќање беше посетен риболовниот центар парк Гиновци, со мали убави цветни ресторанчиња во кои може да се одмори и ужива во прекрасниот амбиент.

Третата екскурзија беше на 04.09.2015 година во Врањска Бања и во Лесковац на познатата лесковачка роштилијада.

Зора Тасева

ЗП Демир Хисар

Еднодневна посета во Грција

Триесетина пензионери од ЗП Демир Хисар во средината на минатиот месец, во рамките на планираните активности реализираа еднодневна екскурзија во соседна Грција со посета на градот Воден и населбата Лутраки. При тргнувањето, уште од рано утро, сончевите зраци блеснаа во полн сјај. Пензионерите и пензионерките од Демир Хисар ужива во она што го перцепираа. Тивката музика во автобусот беше дел од амбиентот кој создаваше спој на нивните разговори и прекрасната надворешност. Водопадите и водената сила во Воден се посебна убавина и глетка за уживање. Околу водопадите можеа да се купат разновидни сувенири за спомен од Воден. На десетина километри од Воден се наоѓа населбата Лутраки позната по термалните извори со топла вода. Некои од пензионерите се избањаа во топлите лековити води. За пензионерите и третата доба им е прекрасна и секое патување е посебно за нив, особено на места каде никогаш не биле.

– Воодушевени сме од она што го видовме околу нас и денот ни помина убаво, – ни раскажуваше Мендо Прпушовски.

На залезот на сонцето пензионерите се вратија во реалноста и со радост тргнаа кон дома каде што ги чекаше уште една љубов, чиста и најискрена и рачињата на малите внучиња што ќе ги прегрнат ќе им ги наполнат срцето и душата. Од еднодневната прошетка пензионерите понесоа грст убави спомени овековечени со фотографии.

З. Стевановски

ЗП Солидарност – Аеродром

Посета на македонскиот бисер

Секое патување носи нови пријателства, доверба и соработка. Еден таков незаборавен ден беше посетата на македонскиот бисер Охрид, на 28 септември, од членовите на Активот на пензионерки и на Клубот на љубителите на книгата од ЗП Солидарност – Аеродром, Скопје. Централниот настан се случи пред споменикот на сесловенските просветители браќата св. Кирил и Методиј кој е во срцето на градот. По поздравната реч на домаќините, членки од охридскиот пензионерски актив, на присутните им се обрати **Слободанка Николовска**, претседателка на Активот на пензионерки од Аеродром. Притоа таа ја нагласи соработката меѓу активите со желба за натамошни нови форми, содржини и размена на искуства. За животот и делото на солунските браќа говореше **проф. д-р Васил Тоциновски**. Тој меѓу другото нагласи дека со писмото и јазикот во 9. век, Кирил и Методиј разбивајќи ја јазичната хереза ги вовеле Словените како рамноправни партнери во големото семејство на европските културни народи. Цивилизациските

придобивки впечатливо ги илустрира и податокот дека иако тешко болен, постариот брат Методиј при крајот на животот го завршил преводот на книгата над книгите „Библијата". Тоциновски во својата беседа посебно внимание му посвети на симболот на градот Охрид св. Климент Охридски. Како најдобар ученик и следбеник на Кирил и Методиј, во родниот Охрид развил богата и плодоносна просветителска и културна дејност. Како најголема придобивка се вреднува Охридската книжевна школа која што претставува прв словенските универзитет на Балканот со три илјади и петстотини студенти. Неговите дела го одредуваат како бележит основоположник на македонската средновековна книжевност, како прв поет и раскажувач, а секако најзначајниот труд „Панонските легенди" е најважниот извор за животот и делото на сесловенските просветители. Неговата „Пофалба на учителот Кирил Филозоф" се смета за антологиски пример во тој жанр. Климент е светилник, првоучител и вечен заштитник на Охрид и охриѓани. Потоа со свои стихови настапија **Санда Игновска** и **Петар Шаламанов**. За скопските пензионери незаборавно ќе биде попладнето минато на Свети Наум, разгледувањето на бисерите од македонското културно наследство, посетите на Пештани и на Музејот на вода. Добриот дух на свети Климент Охридски го исполни денот со убавина и верба во иднината.

Т.В.

ЗП Свети Николе

Продолжување на старите и воведување нови активности

Со богата и разновидна активност ЗП Св. Николе го одбележа 20. септември Денот на пензионерите на Македонија.

По повод празникот претседателката на Активот на пензионерки **Лилјана Наумова** и претседателката на Комисијата за хуманитарна помош **Боцка Глигорова** посетија 40 пензионери – колеги од ЗП Св.Николе, во ограноците Ерџелија, Горобинци, Црнилиште и Мустафино, и им врачија пригодни подароци. Сите посетени лица беа пријатно изненадени, среќни и исполнети со благодарност за покажаното внимание и грижа. Оваа активност се реализира за првпат, но ќе прерасне во традиционална.

Истакнувајќи го значењето на 20–ти септември, претседателот на пензионерите од ЗП Свети Николе, **Никола Атанасов** вети дека вакви посети кај одредена категорија на пензионерите ќе има почесто за да не се чувствуваат осамени и заборавени.

На 15.9. оваа година дваесетина пензионери од здружението ја увеличаа прославата на Денот на пензионери која беше организирана во Рекреативниот центар Сарај во Скопје.

Пензионерката **Василија Мутева** беше иницијатор во рамките на Здружението да се одржи работилница на која се дискутираше за етика и вера, а која беше прифатена од претседателката на Активот на пензионерки и првата средба се одржа на 18. септември 2015 година. Одзивот од страна на пензионерките беше неочекувано голем. Договорено е оваа работилница да стане редовна активност на Активот на пензионерките од ЗП Свети Николе. Верскиот празник „Мала Богородица" беше повод 80 светиниколски пензионери да го посетат манастирот Свети Гаврил Лесновски. Ова се само дел од активностите на ЗП Свети Николе, а од ден на ден ги има се повеќе особено со изборот на новото раководство кое ги продолжи старите активности, но воведе и нови содржини.

Вукица Петрушева

За дводомните македонски автори

Во Клубот на љубители на книгата при Здружението на пензионери Солидарност во Аеродром, Скопје, на 29 септември беше

претставено новото научно дело „Варна на мојата младост“ од **Васил Тоциновски**. Промотор на изданието беше универзитетскиот професор Стефан Влахов Мицов, писател, новинар и публицист. Во својата беседа тој иастакна:

– Заедничкото меѓу варненските Македонци за кои пишува проф. Тоциновски во својата книга е нивната љубов кон Македонија како нивна единствена татковина. Се менуваат нивните политички и национални ставови, но љубовта кон Македонија не е менлива категорија. За таа своја љубов сите тие пишуваат и во своите песни, и во своите написи, и во своите реферати читани пред македонските и другите друштва, сојузи и организации.

По обемната студија за животот на варненските Македонци и нивната општествена и патриотска дејност, во посебни студии обработени и коментирани се животот и делото на Георги Апостоловски, Арсени Јовков, Христо Коцев, Илија Д. Венов, Атанас Симеонов, Димитар Миленски, Христо Рајчанов и Никола Вапцаров. Трудот „Варна на мојата младост“ на Тоциновски има голема историографска и книжевна вредност. Но и повеќе од тоа. Тој е интересен и како историографија и како драма на македонската емигрантска судбина и на борбата за зачувување на македонската меморија, традиција и суштина, резимираше промоторот пред преполната сала на ЗП „Солидарност“. Пријатната книжевна вечер се заокружи со поетскиот настап на Данче Пишманова. **В.Т.**

ЗП Пробиштип

Меѓугенерациски концерт

Вклучувајќи се во одбележувањето на 24–та годишнина од независноста на Република Македонија, општина Пробиштип организираше повеќе активности, меѓу кои и меѓугенерациски концерт, за своите сограѓани. На ракометното

игралиште, во центарот на градот, пред преполните трибини настапија членовите на КУД „Весели Пензионери“ при ЗП Пробиштип, железничарското КУД „Владо Тасевски“ од Скопје и детската фолклорна група при Домот на културата „Злетовски рудар“. Беше тоа прекрасен спој на повеќе генерации. Се надигрувaа и натпејуваа учесниците од 7 до 77 години. Железничарското културно уметничко друштво „Владо Тасевски“ кое годинава одбележува 70 години од своето постоење се претстави со кореографиран фолклор, прикажувајќи ги кореографиите „Источна“ “Скудринка” и „Невестинско“, а народниот оркестар и солистите се претставија со сплет песни и ора од богатата македонска ризница за што беа бурно поздравени од гледачите. Културно уметничкото друштво „Весели пензионери“ пак се претстави со изворни песни и ора. Тие 40 години трагаат по нашите традиции, по изворните песни и ора и со успех и ги прикажуваат на концертите, ревиите и фестивалите во нашата земја. Најмладите, дечињата при Домот на културата во Пробиштип, кои сериозно си го сфатиле учеството на еден значаен концерт, во чест на значаен празник, мошне успешно одиграа неколку изворни ора од пробиштипскиот крај. На оваа несекојдневна фолклорна плетеница настапи и осумгодишниот Петар Арсов, кој на Фестивалот во Долнени ја освои првата награда во соло пеење, со песничката „Девојчиња батеви“. Тој ја крена целата публика на нозе, која заедно со него запеа.

Овој букет од песни и ора беше подарок и за празникот на општината Пробиштип која годинa ја одбележува 60 годишнината од формирањето, а се совпадна и со јубилеите на Културно уметничкото друштво „Весели пензионери” кое ја одбележува својата 4–ри децениска работа и „Владо Тасевски” од Скопје кое ја одбележува 70–сет годишнината. И Домот на културата „Злетовски рудар” исто така го одбележа својот 40 годишен јубилеј.

Многу јубилеи, многу песни и настапи. Меѓугенерациски концерт кој долго ќе се памети.

М. Здравковска

ЗИТ КИТ Тетово

Огревните дрва пристигнуваат до пензионерите

Снабдувањето со огревно дрво со кое се однесува една голема грижа за членовите на Здружението на инвалиди на трудот и корисници на инвалидска пензија, останува една од задачите на здружението. Мислењето на првите луѓе на ова здружение во Тетово е дека на оваа категорија треба да им се помогне заради нивните отежнати здравствени проблеми и други причини што условиле да станат инвалиди.

„Веќе четврта година како се зафативме со оваа активност во интерес на нашето членство. За успешно извршување на оваа обврска треба да се посочи и разбирањето со „Македонски шуми” со кои на почетокот на секоја година склучуваме договор со кој ги утврдуваме условите и начинот на испорака на огревни дрва. Првата година започнавме со откуп и пласман на околу 1.000 кубни метри, а веќе од наредната, оваа бројка се зголеми на над 2.500. нашето членство е задоволно. Од оваа активност и од причини што количините огревно дрво и плаќаат во по неколку рати, што им го олеснува финансирањето на една од основните зимски потреби”, вели Гидо Бојчески, претседател на ЗИТ КИТ Тетово.

Бојчески вели дека и со Здружението на старосни пензионери остваруваат многу блиска соработка и дека во духот на неа, во снабдување со огревно дрво учествуваат и членови на ЗП Тетово. Тој исто така рече дека на оние што ги уплатиле сите рати, огревни дрва им се доставуваат до нивните домови, за што засега нема никакви причини.

ЗИТ КИТ Тетово има околу 2.400 членови, кои активно се вклучени во реализација на програмските активности. Во прв ред тоа се однесува на учество на разни популарни екскурзии, спортски натпревари, како и бањско–климатски лекувања во македонските бањи. Ова здружение доделува и еднократни финансиски средства на своите членови кои се судрувааат од здравствени и други причини, а имаат недостиг за покривање на редовните потреби. Здружението притекна во помош и на семејства што настрадаа во неодамнешните поплави што го зафатија тетовскиот крај.

Г.Е.

ЗП Струга

Активности за посодржаен и поквалитетен живот

На иницијатива на Активот на пензионерки на ЗП Струга, за прв пат годинава скромно беше одбележан први октомври – Меѓународниот ден на старите лица. Одбележувањето беше организирано во Клубот на пензионерите, а во соработка со Општинскиот Црвен Крст на Струга со кого минатата година има потпишано Меморандум за соработка. На пригодната свеченост преставниците на борците, инвалидите и другите присутни, ги поздрави претседателката на Активот на пензионерки **Елисавета Лазареска**, а за значењето на Меѓународниот ден на старите лица зборуваше претседателот на ЗП Струга **Милорад Трпоски**. Во присуство на претставници на ЗП Охрид и Дебрца, двете здруженија со преставниците на Црвениот крст на Струга, разменија мислења и насоки за заедничка меѓусебна соработка, со цел како овој празник на старите лица во наредната година да биде заеднички организиран со поразновидна програма на двете соседни здруженија и Црвениот крст од двата града.

ЗП Струга годинава започна помасовно да организира излети за своите членови, што не беше случај изминатите години. Топ дестинација годинава беше четиридневниот излет во Валона соседна Албанија. Со пет автобуси во ова познато туристичко место на спојот на Јадранското и Егејското море се одмораа 120 пензионери од сите Месни ограноци на струшкото здружение. Нивните впечатоци од одморот се повеќе од задоволителни, не само од престојот и убавите плажи туку и временските прилики кои, кон средината на септември, беа неповторливи за капење и сончање. Четирите дена беа искористени и за посета на неколку блиски културни и историски знаменитости. Убавото време во септември струшките пензионери го искористија и за еднодневни излети и во Републикава.

Грижата за пензионерите кои материјално се од најранливата категорија, ЗП Струга во рамките на своите финансиски можности по потреба интервенира со еднократна парична помош. Најчесто им се помага за патување на лекување во Скопје или друг град во Републикава. Според финансиската програма годишно за оваа намена ЗП Струга издвојува околу 50. 000 денари, а некогаш и повеќе во зависност од критериумите согласно Правилникот за социјална помош.

– За оваа намена би сакале да издвојуваме многу повеќе средства, но толкави се можностите на нашето здружение кое брои околу 4.000 пензионери, – вели претседателот на ЗП Струга **Милорад Трпоски**. **К. Спасески**

ЗП Прилеп

Нов клуб за огранокот „Корзо“

Здружението на пензионери од Прилеп, покрај редовните, а и вонредните активности, кои го сместуваат во редот на најактивните со најдобар организационен и финансиски план во Републиката, се покажа како ЗП кое умее и да стопанисува. Така, деновиве, учествуваше на електронската аукција на ЈП за стопанисување со деловен простор и успеа да го откупи просторот што во скора иднина ќе биде уреден и опремен во нов, поголем клуб на огранокот „Корзо”. ЗП Прилеп со одлука на ИО издвои 1.644 илјади денари, односно околу 28 илјади евра сопствени средства да купи објект – простор од шеесетина метри квадратни за овој огранок кој беше сместен во просторија од 16 m² и за што се плаќаше кирија.

– Се определивме секоја година во рамките на нашите финансиски можности да опремуваме и отвораме по еден клуб за ограноците во Прилеп и околните населени места – вели претседателот на ЗП Прилеп, **Кирил Ѓорѓиоски**. Досега имаат отворено и опремено десет клубови, во кои, своите активности ги реализираат пензионерите.

– Покрај населбите или поранешните месни заедници во Прилеп, со свои клубови ги подновивме и руралните населени места како Кривогаштани, Тополчани, а од неодамна и во Долнени. За до година, планираме да отвориме клуб и во населбата „Варош“, а во преговори сме и се надеваме дека ќе успееме да обезбедиме клуб и за огранокот „Центар“ – додава Ѓорѓиоски.

К. Ристески

ЗИП Куманово

Средба со инвалидски пензионери од Србија

По повод традиционалната и повеќедневна манифестација „Лесковачка роштилијада“, а со цел да се продолжи соработката воспоставена во 2013 година помеѓу Здружението на инвалидски пензионери – Куманово и Општинската организација на „Инвалиди рада” од Лесковац, Република Србија, Здружението на инвалидите – Лесковац организираше заедничко другарување на инвалидски пензионери од двете соседни држави.

Средбата на инвалидските пензионери се одржа на почетокот на септември 2015 година во етно ресторанот „Колиба” во непосредна близина на Лесковац, а на истата присуствуваа здруженија речиси од цела источна и јужна Србија и Здружението на инвалидски пензионери од Куманово. Другарувањето беше придружено со музика и песни карактеристични за периодот од некогашното заедничко живеење.

С.С.

ЗП Вевчани

Екскурзија во Крушево

Неодамна група пензионери од Вевчани беа во посета на Крушево, каде беше одржан историски час пред музејот и пред спомениците од Илинденското востание и Крушевската Република потсетувајќи се на великаните на илинденската епопеја: Никола Карев, Питу Гули, Веле Марков, и на историските места Мечкин Камен и Слива.

Пензионерите не пропуштија да прошетаат низ убавата борова шума и да го посетат гробот и Спомен домот на крушевската легенда Тоше Проески. Екскурзијантите ги разгледаа и галеријата на Никола Мартиноски, галеријата на стари икони од крушевски зографи – црквите Св. Јован и Св. Никола и столбот на Крушевската Република, легендарниот Мечкин Камен.

Групата пензионери од Вевчани, на враќање дел од времето го поминаа во Битола.

С.К.

Сојуз на здруженијата на пензионери на Македонија

Оглас за проекти

На состанокот одржан на 18 септември 2015 година, Комисијата за менаџирање проекти (КМП) при СЗПМ донесе заклучок за објавување оглас за изработка и предлагање проекти за учество на конкурси за добивање финансиски средства од субјекти надвор од СЗПМ: фондации, организации и институции на државно, регионално или локално ниво, од странски извори, во прв ред од амбасадите во Република Македонија и од Европската унија.

Предлог проект со кој ќе се бараат финансиски средства од надворешни субјекти може да подготви секое здружение – членка на СЗПМ, како и група или поединец пензионер – член во некое од здруженијата на СЗПМ.

Огласот трае неограничено време. Видови на проекти кои може да се предлагаат треба да содржат одредена планска или нова активност во рамките на визијата и мисијата на СЗПМ а во насока на остварување, заштита и унапредување на целите и интересите на корисниците на пензија.

Секој предлог проект треба да биде изработен најмалку во форма на концепт со следната содржина: Наслов на проектот; Времетраење на проектот; Потреба и проблем; Цел и краткорочни цели; Партнер(и); Целна група и географска локација; Очекувани резултати; Главни активности; Очекувано долгорочно влијание; Вкупен буџет на проектот.

Проектите кои се предлагаат треба да бидат доставени во архивата на СЗПМ или по пошта на адреса:

Сојуз на здруженија на пензионери на Македонија

Ул. 12 „Ударна бригада” бр. 2 (зграда на Сојуз на синдикати на Македонија–петти кат)

П.Фах 440

Со назнака на пликот: „За огласот на КМП”

На сцената на кумановскиот театар

Заеднички проект на професионалци и пензионери аматери

Драмската работилница на КУД „Ѓоко Симоновски" на ЗП Куманово достигна уште еден извонреден успех во својата приказна. Неочекувано, но сосема заслужено доби извонредна прилика своите актерски квалитети да ги покаже во заедничкиот театарски проект на Народниот театар од Куманово.

Имено, успешната актерска игра во битовите драми, ги забележа младата режисерка Биљана Радиновска од Скопје и во својот проект на комичната драма „Зад кулисите", ангажира да учествуваат девет пензионери артисти. Со тоа, нашите актери го одбележаа своето прво актерство на сцена на професионален театар. Тоа е големо признание за ансамблот на драмската работилница на пензионерското здружение на Куманово.

Премиерната изведба на претставата „Зад кулисите" беше прикажана на 14 јули 2015 година, а потоа следуваше реприза на претставата, и уште една изведба на сцената на Кумановскиот театар. Во Куманово меѓу публиката и воопшто во јавноста, овој заеднички проект на артисти од професионалната фела и артисти пензионери аматери, беше симпатично прифатен.

Од страна на режисерката Биљана Радиновска, за учеството во проектот, на пензионерите актери, им понуди хонорар, но тие се откажаа од добивката, а средствата ги дадоа за бесплатно користење на салите во Центарот за култура и Театарот. **Љ. Кузмановска**

ЗП Тафталиџе

Убав и хуман пример

Реализирајќи ја програмата за работа за годинава, комисијата за здравство и социјална заштита при ЗП Тафталиџе ДДД – Скопје организираше посета на СОС Детското село во населбата Ченто. Еве што ни изјави претседателката на комисијата **Верка Смиљковска** во врска со оваа хумана посета:

– Целта на посетата беше една и единствена, да им подадеме рака на децата од селото, да бидеме хумани, со тоа што на децата ќе им подариме повеќе разновидни подароци и ќе им приредиме малку радост. Од страна на директорката Виолета Ѓеорѓиевска бевме пречекани со топла насмевка на лицето и позитивната енергија. Притоа бевме воодушевени од уредениот двор на

селото, како и од начинот на кој се грижи персоналот за децата. Разговаравме со тимот кој на децата им пружа педагошко–психолошка и едукативно-креативна грижа. Потоа посетивме едно семејство составено од пет биолошки браќчиња на возраст помеѓу 7–14 години, за кои се грижат со голема љубов и внимание нивната „мајка" Буба и „татко" Васко. Децата не пречекаа со насмеани лица, со задоволство во очите и со нетрпение чекаа да ни постават разни прашања. Особено бевме почестени со тоа што едно од децата со полно внимание и достојна почит изрази желба да не испрати до излезната врата на селото, во знак на благодарност, за срећно подарениот ден од страна на нашата екипа, со желба за повторна средба – вели Смиљковска.

Овој убав и хуман пример треба да го следат и други здруженија бидејќи нема ништо поубаво отколку да се израдува дете, особено овие кои се жедни за внимание и љубов. **С. Билински**

ЗП Битола

Дониран „Летниковец" на Домот за стари лица „Сју Рајдер"

Во рамките на редовните активности, а во согласност со годишната програма на ЗП Битола, на 7 септември, остварена е посета на Домот за стари лица „Сју Рајдер" во Битола. Посетата ја реализира одбрана делегација на Здружението, а по повод предавање на објектот „Летниковец" кој е направен во дворот на Домот за потребите на штитениците, корисници на услугите на Домот „Сју Рајдер".

– Ова е едно од низата активности кои ги спроведуваме со Здружението на пензионери од Битола и е резултат на исклучителната соработка. Овој „Летниковец", убедена сум дека нашите штитеници добро ќе го искористат. Наменета му е, во дворот да можат да одморат, да играат шах, дама или карти, или едноставно да се дружат во една пријатна атмосвера. Морам да нагласам и тоа дека ЗП Битола е наш најпосакуван гостин и искрен соработник со кој сме во постојан контакт за реализација на заеднички активности, – потенцираше директорката **Марица Тодоровска**.

Да потсетиме. Домот за стари лица е модерна зграда, неодамна пуштена во употреба, опремен по сите стандарди за најсовремени услови за живот.

– Оваа донација е во рамките на нашата соработка со Домот за стари лица. Донацијата „Летниковец", ќе ја користат станарите на Домот, кои се воедно и наши членови. Што се однесува до соработката со раководството на Домот, го искажувам огромното задоволство од досега реализираните заеднички проекти, начинот на соработка и комплетните реализации на истите, – истакна претседателот на битолските пензионери **Томе Илијовски**.

Токму така. Во повеќе наврати и на страниците на нашиот весник ја забележавме, токму успешната соработка на Домот за стари лица и ЗП Битола. Тие се без малку постојано присутни во Домот по разни поводи, а обостраната соработка е секогаш добредојдена. **Добре Тодоровски**

Здружение на пензионираните работници од ОВР на РМ

Во посета на Тиквешијата

На 14 октомври, над педесетина пензионери тргнаа во посета на убавините на Тиквешскиот крај, поточно кон таканаречената Бошавија и Витачево, а како крајна дестинација беше одмаралиштето Михајлово. Попатно застанаа во Кавадарци, а потоа се упатија кон Ваташа и ги посетија куќата и споменикот на народниот

херој Страшо Пинѓур и споменикот на убиените 12 младинци од овој крај за време на втората светска војна.

Со автобусот полека се искачуваа по асфалтниот пат на планината Кожуф впивајќи ја прекрасната недопрена природа. Целиот тој предел наречен Бошавија, преполн со огромни ореови дрва, а на падините со помали и поголеми лозови насади, по некоја трошна куќа и повеќе нови градби, дава надеж дека можеби овде повторно се ќе заживее. На неколку пати, на убавите падини пензионерите направија кратки прошетки и се фотографираа за спомен и сеќавање. Еден од пензионерите по потекло од овој крај потсети на многу карактеристични историски моменти, за убавините и живеачката некогаш.

Патот го продолжија кон одморалиштето Михајлово што се наоѓа на 1250 метри надморска висина. И повторно восхит и восклик од тоа што го гледаат. Прекрасен модерен ресторан со посебна зграда за престој, со терени за рекреација, со патеки за пешачење, возење велосипед, клупи за муабетење. А чистиот мирислив воздух, шумскиот пејсаж, зеленилото и тивкиот поветерец овој комплекс го прават незаборавен. Потоа, не изостана заедничката песна, орото и дружењето.

Враќањето беше по патот на Витачкиот предел, повторно низ недопрена природа во која се вселиле индустриските комплекси на Горска и Кожуфчанка. Повторно почнаа да чкрапаат фотоапаратите за овековечување на глетката. Расположени, со полни срца, задоволни и срећни од поминатиот ден се вратија во Скопје.

Инаку, пензионерите од ова здружение и за време на летниот период беа во неколку повеќедневни екскурзии во други држави. Така беа во посета на Подградец и Корча во Албанија, на Копаоник и Златибор во Србија, и во еднодневна екскурзија во Крива Паланка со посета на манастирот Свети Јоаким Осоговски и рекреативниот комплекс Гиновци. **Соња Смилеска**

Интересни книги

Лето во Италија

Автор: Дејвин Мекфарлан

Што носи мигот, не носи векот. А што може да се случи едно лето во Италија? Прашања за кои можете да најдете многу одговори во овој интересен и возбудлив роман.

Едно момче во 1968 година патува во Париз, каде што многу неверојатни настани ќе го доведат до големата љубов на неговиот живот. Со филмска брзина се случуваат многу неочекувани настани. Трговец со мермер срекава необична двојка на меден месец и ги запознава со сензуалните убавини на регионот Карара. Една Италијанка пристигнува во Канада во потрага по својот татко кого никогаш не го видела. Ужасната несреќа во еден мермерен каменолом го менува животот на едно младо момче. Крајот е двигател на секоја од овие навидум неспоиви приказни кои мајсторски се сплотени во величествена целина.

Оливер Хјусон се вљубува во дивата боемка Ана во текот на едно прекрасно лето во Италија. Но мора да ја напушти – чин за кој ќе се кае до крајот на животот. По четириесет години, неговата ќерка која никогаш не ја запознал, ја раскажува оваа љубовна приказна со митски размери. И нашата препорака за прочитување на овие необични приказни вградени во дело кое претставува сензуален, трогателен роман за уметноста, убавината и изборите што ги правиме, а кои го предодредуваат нашиот живот.

Продавачот на ветар и магла и други приказни

Автор: Стефан Марковски

Авторот е припадник на најмладата генерација творци во современата македонска книжевност. Поет, раскажувач, романсиер, есеист. Светски патник. Оваа книга раскази му го донесе престижниот признание *Македонска книжевна авангарда*.

Раскажувањето во јас форма не ја покажува и потврдува само документарноста на прозниот материјал, туку и на највисоко рамниште ја воздигнува уверливоста, умешноста, дарбата, та наспрема малото животно искуство како соговорник го имаме зналецот Марковски. Неговите постмодерни приказни се духовито и интелигентно писмо. Самопризнанието оти е брутално искрен портретираат млад човек и автор кој има свои ставови и доследно се придржува до нив. Тој не е бунтовник, уште помалку без причина, туку е субјект со сопствена животна филозофија. И читателското признание оти е убаво да се биде со/во неговите творби зашто си таков каков што си во суштина.

Животот е бескрајно патување. Авторот е неуморен патник. Оттука и луѓето, времињата и настаните во неговите кажувања се случуваат на сите страни од светот. Иако се пишувани во поголема временска дистанца, како што забележува Марковски, има текстови и од неговите средношколски денови, дарбата не ни дава можност според естетските вредности како такви да ги одвоиме и препознаеме. Станува збор за писател – грижник за современоста кој отворено забележува, критикува и опоменува. Неговата позитивна енергија не разградува и уништува, туку е постојано замислена и во изборување на посреќна иднина.

Избор: Васил Тоциновски

Пензионерите во „Феферонче шоу"

Деновиве на МТВ се прикажува емисија за натпревар во готвење, така наречена „Феферонче шоу". Во неа земаат учество сите оние кои на некој начин се покажале во животот како спремни готвачи. Со своите умеења во готвењето тие се покажуваат како вешти готвачи и спремаат вкусни јадења.Со ова го потврдуваат познатото мото „Со љубов готви, со мерак јади". Најбројни учесници во ова шоу се пензионерите. Со своето присуство тие докажуваат дека искуството е најбитно во сè, па и во готвењето. Нивните подготвени јадења добиваат највисоки оценки и во натпревар со младите покажуваат дека се брзи и вешти готвачи. Во однос на спремноста во готвењето тие дури може да им бидат и учители.

„Феферонче шоу" се одржува во ресторанот Мулино. Интересен е фактот кога станува збор за пензионерите, тие доаѓаат од сите краишта на нашата земја: Куманово, Велес, Крушево, Виница и други места. Учествувајќи во емисијата тие се поврзуваат и запознаваат, се дружат и забавуваат. При тоа разменуваат искуства во готвењето, но и за пензионерскиот живот и склопуваат трајни познанства. На ова меѓугенерациско дружење со помладите разменуваат искуства како треба да се живее за да се дочека пензија активен и здрав.

Учеството на пензионерите во ова шоу покажува колку се неограничени можностите за исполнување на нашиот пензионерски живот и дека пензионерите умеат да покажат што научиле во својот живот и дека годините не се пречка и на овој план, готвењето.

Во „Феферонче шоу" зедов и јас учество и со моето готвење и пораки оставив добар впечаток кај организаторите и учесниците. Овој ден ќе го запомнам како посебен во мојот пензионерски живот. **Ратко Спасевски**

ЗП Крива Паланка

Дружење со хуманитарна порака

На иницијатива на Активот на пензионерки од ЗП Крива Паланка по повод Денот на старите лица – Први октомври, беше организирана средба и дружење на жените од истоимената општина при што беше промовиран и проектот со хуманитарна порака „Не заборавај ја раката која не одгледала". Добредојде на гостинките им посака претседателката на Активот **Анка Стојановска**, а за значењето на проектот зборуваше **Елена Митовска Давидовска**, која даде објаснување за вклучување на пензионерките и соработка при вградувањето на искуствата и мудроста на возрасните како патоказ и поука за млади генерации.

Средбата помина во заедничко договарање и размена на мислења за нови иницијативи за подобар и поквалитетен живот на пензионерите и зацврстување на меѓугенерациската соработка и солидарност во рамките на Општината. Средбата беше засладена со слатки од гостите, а заврши со поздрави и желба за повторно дружење и понатамошна соработка. **Б. Стојчевска**

Festival i 15-të për moshën e tretë në Lubjanë – Slloveni

Në Lubjanë – Slloveni, më 29 shtator 2015, u mbajt festivali i 15-të për moshën e tretë në të cilën pensionistët nga Maqedonia përfaqësuan shoqatat kulturore – artistike nga Radovishi dhe Konçe si dhe ShP Makedonska Kamenica.

Paralelisht me përfaqësimin e paraqitjeve programore të pjesëmarrësve është mbajtur edhe Konferenca ndërkombëtare në të cilën me referate dhe panel diskutime janë shkëmbyer mendime dhe përvoja nga puna dhe aktivitetet e shoqatave dhe lidhjeve të pensionistëve nga më shumë vende. Në këtë konferencë, referat për plakjen aktive ka dhënë kryetari i LShPM Dragi Argirovski, duke theksuar posaçërisht të arriturat në të gjitha sferat dhe segmentet në Maqedoni. Me këtë rast, ai ka theksuar nismën që në viti e ardhshëm, me rastin e 70 vjetorit të organizimit pensionist, në Maqedoni, me ndihmën e UE të mbahet Festivali ballkanik i këngëve muzikës dhe valleve. Kjo nismë është përkrahur dhe pranuar nga të gjithë kryetarët e lidhjeve dhe përfaqësuesve të konferencës nga: Austria, Bosnja dhe Hercegovina, Bullgaria, Maqedonia, Sllovenia, Serbia, Hungaria dhe Mali i Zi, ndërkaq, përkrahje të veçantë i është dhënë edhe nga eurodeputeti Ivo Vajgl, si nikoqir i Konferencës. Në pranimin e pjesëmarrësve të festivalit, që ka organizuar kryetari i ZDUS Anton Donko, është thënë qëllimi për vënien e një bashkëpunimi më të fortë dhe shkëmbimit të mirë të ndërsjellë të praktikave dhe bashkimit për lobimin e fuqishëm në institucionet e Unionit evropian për çështjet që kanë të bëjnë me interesat e pensionistëve. Paraqitjet shumë orësh të shoqatave kulturore-artistike, janë pritur dhe përcjellë me duartrokitje të gjata, ndërkaq edhe shumica e publikut në mënyrë spontane është shoqëruar në vallet dhe këngët. Me këtë rast, janë radhitur këngë popullore dhe të traditave, të cilat kanë treguar përrallën për Maqedoninë... Në paraqitjen e fundit u dol edhe jashtë programit. Në vend pesë herë, me kërkesë të organizatorëve dhe publikut, përfaqësuesit nga Maqedonia u paraqitën edhe së gjashti herë.

Përfaqësuesit folklorik nga ShP Radovish dhe Konçe dhe ShP Makedonska Kamenica, kanë pasur paraqitje të suksesshme edhe në Shtëpinë për persona pleq në Fuzhine. Me fjalë të tjera, kudo që të paraqiteshin pensionistët nga Maqedonia, kanë nxitur kënaqësi dhe duartrokitje, në të vërtet ashtu ishte edhe në vitin e kaluar.

Mendo Dimovski

4. Mbledhja e Këshillit ekzekutiv të LShPM

Më 20 tetor 2015, është mbajtur mbledhja e katërt e Këshillit ekzekutiv i Lidhjes së shoqatave pensioniste të Maqedonisë. Në mbledhje, pos anëtarëve, ka marrë pjesë edhe Besnik Pocesta, nënkryetar i Kuvendit të LShPM.

Në këtë takim, është dhënë informacion se diskutimi publik për Propozimin për ndryshimin e Statutit të LShPM ka mbaruar dhe se të gjitha propozimet dhe plotësimet do të jepen në shqyrtim Komisionit për çështje të statutit. Informacionin e ka dhënë **Stanka Trajkova**, sekretar i KE i LShPM. Është sjellë konkluzion që propozimi për ndryshime të statutit të aprovohen në mbledhjen e Kuvendit të LShPM në gjysmën e dytë të dhjetorit të vitit 2015.

Për funksionimin e suksesshëm të Lidhjes në periudhën 01.01-30.09.2015, raport ka dhënë kontabilisti kryesor i LShPM **Pero Andreevski**. Pas diskutimeve të shumicës dhe i kryetarit të KM, **Mitre Stojanovski**, është sjellë konkluzion se Lidhja, në periudhën e cituar ka punuar sipas planit, se mjetet janë harxhuar në mënyrë racionale dhe me nikoqirllëk.

Në mbledhje është dhënë edhe raport për qëndrimin e delegacionit tonë në Festivalin e 15-të ndërkombëtar të moshës së tretë në Lubjanë, si dhe për ngjarjet e shoqatave kulturore-artistike të ShP Radovish dhe Konçe dhe të ShP Makedonska Kamenica. Edhe këtë vit, të dy shoqatat pensioniste e kanë përfaqësuar Maqedoninë në dritën më të mirë. Është potencuar se me sukses të veçantë është pranuar edhe referati "Si deri në plakjen aktive" të cili në konferencën ndërkombëtare në korniza të Festivalit e ka dhënë kryetari Dragi Argirovski. Nga të gjitha shtetet të pranishme në këtë manifestim evropian, është pranuar iniciativa e kryetarit Argirovski që në vitin 2016 të mbahet në Maqedoni Revyali evropian i këngëve, muzikës dhe valleve nën patronazhin e eurodeputetit Ivo Vajgl, që do të mbahet me rastin e 70 vjetorit të organizimit pensionist në Maqedoni. Për pjesëmarrjen në Festival, të gjitha shpenzimet e LShPM janë të mbuluara nga UE dhe ZDUS.

Kalina S. Andonova

Të kënaqur shumica e pensionistëve me rritjen e pensioneve

Zëvendës ministër dhe ministër për financa Zoran Stavrevski së bashku me Dime Spasov, ministër i punës dhe politikës sociale, kanë vizituar drejtuesit e LShPM. Në takim kanë marrë pjesë kryetari i LShPM Dragi Argirovski, nënkryetari i Kuvendit të LShPM Besnik Pocesta dhe sekretari i Këshillit ekzekutiv i LShPM Stanka Trajkova. Takimi ka kaluar në atmosferë relaksuese dhe miqësore.

- Besimi dhe bashkëpunimi ynë nuk janë prej dje. Ndërtojmë tani më nëntë vite, ndërkaq, rezultatet janë dëshmi për atë. Qeveria dhe ministritë e saj kanë kujdes të vazhdueshëm për banorët më të vjetër në tokë. Në atë drejtim janë edhe shumë projekte të cilat janë realizuar me sukses dhe ashtu do të jetë edhe në të ardhshmen,- ka deklaruar në fillim të takimit zëvendës ministri Stavrevski. Duke u lidhur me fjalët e tij, ministri Spasov ka thënë se Projektet qeveritare – rekreimi klimatik në banjat dhe vikendi turistik pa pagesë, pensionistët i kanë përshëndetur me kënaqësi. Atë e kanë vërtetuar në disa takime që kemi pasur me ata.

Në deklaratën e tij para tyre, zëvendës ministri Stavrevski ka thënë:

- Në tetor të vitit 2016 do të paguhen edhe nga 650 denarë pension të rritur për të gjithë pensionistët në shtet. Me këtë kemi plotësuar premtimin më të madh që ju patëm dhënë qytetarëve tanë më të rritur, që është dëshmi se na si Qeveri premtimet nuk i harrojmë por ato i plotësojmë.

- Këtë vendim të Qeverisë e kanë mbështetur edhe LShPM. Rritja në këtë mënyrë është shumë më e madhe se harmonizimi për numër shumë më të madh pensionistësh me pensione deri më 15 000 denarë. Numri më i madh i pensionistëve janë të kënaqur nga se me këtë rritje pensioni mesatar në R. e Maqedonisë është më e madhe se e shteteve që na rrethojnë.

K.S.A.

Takim i paharrueshëm në Saraj – Shkup

Më 15 shtator në Saraj, Shkup, u mbajt vikend-takim më masiv i pensionistëve nga shoqatat e Shkupit dhe dhjetëra të tjerave anëtare të LShPM, së pari herë nën patronazhin e kreut të qytetit të Shkupit, ndërkaq në organizim të Lidhjes së shoqatave pensioniste të qytetit të Shkupit. Mbi 2.000 pensionistë, me rastin e 20 shtatorit – ditën e organizimit pensionist në Maqedoni, u shoqëruan dhe argëtuan në Saraj. Fillimisht, mirëseardhje ju dëshiroi nikoqiri **Metodija Novkovski**, kryetar i KE i Lidhjes së qytetit të ShP, i cili me këtë rast ka theksuar domethënien e takimit dhe ka ftuar që pensionistët të vijnë edhe vitin e ardhshëm në numër edhe më të madh.

Mirëseardhje të pranishmëve në emër të komunës nikoqir ju dëshiroi kreu i komunës Saraj **Bekim Murati**, me ç'rast shprehu gatishmërinë e vetëqeverisjes lokale për ndihmë më të madhe për pensionistët. Pensionistët i ka përshëndetur edhe **Sokol Mitrovski**, i pari i komunës Gjorçe Petrov, i cili i ka kujtuar të pranishmit në burimet e bashkëjetesës. Duke ju uruar festën pensionistëve, ai i ka ftuar në shoqërim të përbashkët në Ditën e Komunës e cila është mu në festën e pensionistëve.

Duke i përshëndetur dhe uruar festën të pranishmëve lideri i LShPM **Dragi Argirovski**, muajin aktual e ka veçuar si më të rëndësishëm për pensionistët. Në lajmërimin për rritjen e pensioneve ai ka bërë krahasim me shtetet që na rrethojnë me çka ka përfunduar se pensionistët tonë kanë përqindje më të lartë të pensionit mesatar dhe pothuajse tek të gjitha shtetet ballkanike pensionet zvogëlohen, ndërkaq, tek na ato rriten. Urimeve iu bashkëngjit edhe drejtori i Fondit FPIM **Amet Dauti**, i cili ka theksuar bashkëpunimin shembullor me LShPM dhe kryetarin Argirovski, për çka ka theksuar se një tendencë e tillë do të vazhdojë. Në fjalën përshëndetëse, kreu i qytetit të Shkupit **Koce Trajanovski**, gjithashtu, ka kujtuar bashkëpunimin e shkëlqyeshëm me LShPM dhe Lidhjen e qytetit dhe ka premtuar se do të angazhohet që në buxhetin e komunave të planifikohen mjete për ndihmë të pensionistëve.

Në fund, të pranishmit u kapën në valle, ndërkaq, muzika përzihej me këngë nga të gjitha gjuhët.

M. Dimovski

ShP Kumanovë

Takimi i dytë multietnik në Lipkovë

ShP Kumanovë dhe Dega e pensionistëve nga Lipkova, më 03.10.2015, kanë organizuar takimin e dytë tradicional multietnik në të cilën kanë marrë pjesë qindra pensionistë nga Kumanova dhe fshatrat Umin Dol, Lubodrag, Novo Sello, Bedinje, Matejçë, Lipkovë, Sllupçan dhe Staro Nagoriçanë. Në takim kanë marrë pjesë edhe Besnik Pocesta, nënkryetar i Kuvendit të LShPM, Spirko Nikollovski dhe Lubica Kuzmanovska, kryetar dhe nënkryetar i ShP Kumanovë dhe Nehati Osmani, sekretar i Komunës Lipkovë, si dhe delegatë në LShPM nga Kumanova Mirko Makreshanski dhe Hulusi Saliu.

Sipas programit të vërtetuar, fillimisht ishte organizuar takim pune të cilën e hapi **Ismail Ganiu** nga Dega, e më pas, kryetari **Nazim Emini** i ka përshëndetur pensionistët dhe të pranishmit. Përshëndetjeve iu bashkëngjit edhe **Hulusi Saliu** duke potencuar nevojën **për** bashkëjetesë dhe bashkëpunim ndër gjenerata.

Para pensionistëve ka folur edhe nënkryetari i Kuvendit të LShPM **Besnik Pocesta**, i cili të pranishmëve u ka përcjellë përshëndetje të përzemërta nga kryetari i LShPM Dragi Argirovski dhe përpjekjet e Lidhjes për standard më të mirë të pensionistëve në të gjitha fushat, e sidomos në mbrojtjen shëndetësore, pushimit dhe rekreimit si dhe përparimit të bashkëpunimit ndër gjenerata, plakjes aktive dhe të bashkëjetesës. Ai ka lavdëruar punën e ShP Kumanovë. Edhe sekretari i komunës Lipkovë ka përshëndetur drejtuesit e pensionistëve dhe i ka njohur me vlerat dhe mundësitë e Komunës. Takimin e punës e kanë përshëndetur edhe **Aliriza Ramani** dhe **Zekir Iseni,** pensionistë nga Matejçi dhe Lipkova.

Në Klubin e pensionistëve që nga orët e hershme të mëngjesit ShP Kumanovë dhe Shoqata për diabet nga Kumanova kanë organizuar matjen e sheqerit në gjak për pensionistët dhe qytetarët, ku edhe kësaj here aksionin e kanë udhëhequr Dragan Gaçeviq dhe m-r farmaceut Rasim Arifi. Gjatë aksionit janë ndarë flaerë dhe doracak për diabetit në gjuhën maqedonase dhe shqipe.

D-r Mirko Makreshanski

ShP Dibër – Qendër Zhupë

Pensionistët njoftohen me të drejtat e tyre

Në lokalet e Shtëpisë së Shëndetit, në organizim të Fondit pensional invalidor të Maqedonisë, u mbajt ligjëratë kushtuar të drejtave të pensionistëve që u takojnë për të shfrytëzuar barna dhe mjete ortopedike, nëpërmjet Fondit në fjalë. Kryetari i Shoqatës së pensionistëve Dibër- Qendër Zhupë, i pensionistëve si nga Dibra ashtu edhe nga Zhupa, me ç'rast pati edhe shumë pyetje nga ana e tyre që i kishin të paqarta. Përfaqësuesit e Fondit dhanë detaje për pyetjet e të interesuarve që për disa çështje nuk i kishin të qarta dhe u njoftuan që të shfrytëzojnë Fondin për lehtësim gjatë marrjes së barnave apo mjeteve ortopedike.

Julietat Marku, udhëheqëse e njësisë të Fondit në Dibër, ka thënë se ky është projekt qeveritar i Ministrisë për shëndetësi dhe ajo realizohet me sukses dhe me një interesim të theksuar. Sipas Markut, ligjëratat janë tejet të mirseardhura për këtë kategori, pasi që tani ligjet mundësojnë shumë lehtësime për marrjen e barnave pa pagesë dhe të mjeteve ortopedike. Mirëpo, Marku ka shtuar se pensionistët dibran edhe pse janë tejet të interesuar për ligjërata të këtilla, ata janë për t'i përshëndet pasi që çdo risi që del, ata janë ndër të parët që i dijnë dhe i shfrytëzojnë të drejtat e tyre që u takojnë me ligj. Kjo sipas saj, është pasi që kjo kategori apo gjeneratë e pensionistëve pjesa dërmuese janë të shkolluar dhe kanë pasur pozita të kënaqshme në shoqëri.

Xhavit Karpuzi, duke përshëndetur të pranishmit ka thënë se kjo ligjëratë është e mirëseardhur për moshën e tretë dhe njëherësh edhe për tu njoftuar ata me të drejtat që u takojnë me Ligj për shfrytëzimin e barnave pa pagesë si dhe mjeteve ortopedike. Përfaqësuesit e Fondit pensional invalidor nga Maqedonia, në detaje kanë informuar pensionitët dibran me listën pozitive të barnave nëpër barnatoret e vendit dhe për këshillat dhe kërkesat që duhet të realizojnë për nevojat e tyre për mjetet ortopedike në bashkëpunim me mjekun amë.

Ligjëratën e ndoqën një numër i madh

Vjollca Sadiku

ShP Çair

Rashit Idrizi – atletika dashuria më e madhe

Ashtu edhe siç thuhet se qëllimi është motiv për punë, ka vërtetuar edhe pensionisti **Rashid Idrizi,** anëtar i ekipit sportiv në disiplinën kërcim nga vendi pranë ShP Çair. Ditët pensioniste ai i kalon në mënyrë aktive në Shoqatë për arsye se, prej se ka kaluar në pension është ndesh me shumë kohë të lirë dhe kështu është dashur që atë patjetër ta drejtoi në diç të dobishme. Ai, dy vite me radhë është anëtar i ekipit me të cilën merr pjesë në garat sportive komunale, regjionale dhe republikane. Rezultatin që ai arrin është shumë i mirë.

Garat sportive, në mënyrë modeste thotë Rashidi, i kuptoj si nxitje për moshën e tretë me qëllim që të mobilizohen forcat personale, që të tregohet se mundet edhe më tutje të jesh aktiv në jetë edhe në moshën e tretë. Garon në kërcim nga vendi, sport i cili para së gjithash kërkon koncentrim, qetësi dhe kuptohet përgatitje të mirë fizike dhe psikike. Në garat republikane sportive pensioniste vitin e kaluar mori vendin e tretë, ndërkaq, në garat sportive regjionale gjithnjë zë vendin e parë, me çka dëshmon se jep gjithë nga vetja që të arrij rezultat të lartë, sepse, dëshira për fitore nuk njeh vite.

- Jam krenar që marri pjesë këtë vit në garat e 20-ta sportive republikane jubilare. Konkurrenca është e madhe. Garuan pensionist kualitativ sportist nga i gjithë vendi. Është ky viti i dytë prej se marri pjesë në garat regjionale dhe republikane. Posaçërisht jam fatlum që mu plotësua dëshira që edhe këtë vit, të marri pjesë në garat jubilare sportive republikane. Edhe pse në fillim të garave, e cila zhvillohej në frymën shoqërore, isha skeptik dhe dyshoja në shanset e mia, isha i qëndrueshëm deri në fund, më fshehtë besoja në potencialin tim, por nuk pata sukses sikur vitin e kaluar që të fitoj medaljon. Me pjesëmarrjen time dëshmova se edhe në Shoqatën tonë ka potencial sportiv dhe frymë sportive. Shpresoj se suksesi do të vij përsëri – ka thënë **Rashid Idrizi.**

Për këtë pensionist të vyeshëm, sporti është kënaqësi e vërtetë. Gjithashtu, Rashidi i mbron me sukses ngjyrat e ekipit sportiv pran ShP Çair, ndërkaq me kthjelltësinë, energjinë dhe qëndrueshmërinë vet do të arrij edhe më tej shpërblime dhe mirënjohje për vete dhe për shoqatën.

Vasil Paçemski

Знаци за здравствен проблем

Знаци кои не смеете да ги игнорирате, а кои индицираат дека не сте здрави колку што мислите дека сте:

Промена на бојата на белката на окото – Белката на окото би требало секогаш да биде бела, освен при ненаспаност или настинка, овој дел од окото може да открие и некои опасни промени во организамот. Жолтата белка на окото може да биде знак за жолтица или на проблеми со жолчката и црниот дроб. Црвената белка може да биде знак на висок крвен притисок или вирусно заболување како конјуктивитис.

Опаѓање на веѓите – Со текот на годините веѓите стануваат поретки, но нивната нагла загуба може да биде знак на проблеми со штитната жлезда, односно на хипертиреоза (преактивна штитна жлезда) или хипотиреоза (намалена работа на штитната жлезда). Ваквите промени се проследени и со опаѓање на косата.

Бемки – Иако повеќето бенки на телото се безопасни и бенигни, некои може да бидат прилично сериозни, особено оние кои се појавиле од сончање. Сенилната кератоза настанува од дејство на сонцето и неговото УВ зрачење, а се вбројува во преканцерогена промена на кожата.

Студени стапала – Стапалата се дел од телото кој е најодалечен од срцето, заради што васкуларните болести прво се манифестираат токму на нив. Доколку почувствувате дека стапалата често ви трнат или ви се ладни и бледи, побарајте совет од лекарот.

Испукани усни – Непријатните пукнатини на усните може да бидат предизвикани од промена на надворешната температура и од ветер. Но, доколку на завршетоците усните често ви пукаат или, пак, ви се појавуваат внатрешни ранички, тоа може да биде знак на недостаток на витамин Б и цинк. Исто така, може да станува збор и за габична инфекција.

Потечен врат – Доколку сте забележале дека вратот ви изгледа потечено, што побрзо закажете преглед на лекар. Отокот на предниот дел од вратот најчесто е предизвикан од проблеми со штитната жлезда кои се вообичаени кај жените помеѓу 25 и 60 години.

Црвени дланки – Вжарените и црвени дланки може да означуваат присуство на дерматитис, ексцема или алергиска реакција на метал, лекови, храна или пијалак. Но, ваквата промена исто така може да биде знак на отежната работа и болест на црниот дроб.

Промени на ноктите – Ноктите може да ви откријат многу за состојбата на вашето тело, а причините за промените може да бидат различни. Имено, бледата кожа под ноктите може да укажува на слабокрвност, додека кршливите и тенки нокти може да укажуваат на недостаток на калциум или неправилна работа на штитната жлезда. Жолтите и задебелени нокти може да се заболени од габична инфекција. Белите линии кои се појавуваат преку целата широчина на ноктите може да укажуваат на недостаток на протеини и други нутриенти, но и на болести на бубрезите или абнормалности на црниот дроб. Модрата боја на кожата под ноктите, пак, е знак дека на вашето тело му недостасува кислород, што може да биде предизвикано од лоша циркулација или изложување на многу ниски температури.

Црвени образи – Наглите промени на лицето се вообичаени кај жените на возраст помеѓу 35 и 65 години и можат да бидат предизвикани од хормонални промени, промена на температурата или лута храна. Но, црвените образи може да укажуваат и на Rosacea, хронична болест која ги погодува повеќето жени, а причината за нејзината појава е непозната.

Седа коса пред 40-та година – Седите влакна се природна појава, која главно зависи од генетиката. Но, доколку вашата коса е побелена повеќе од 50 проценти веќе во 3-та деценија од животот, а ист случај немате во семејството, ова може да биде знак за дијабетес.

М Дамјаноска

Полезности од модриот патлиџан

Плодовите на патлиџанот (лат. *Solanum melongena*) се многу хранливи и се разликуваат по облик и боја. Најпознат и најраспространет вид е долгнавестиот патлиџан, со темновиолетова боја. Оваа интересна билка потекнува од Индија каде што се употребува веќе 3000 години. Од Индија нејзиното одгледување најпрво се проширило на Истокот во Кина и Јапонија. Во 14 век почнува да се одгледува и на подрачјето на јужна Европа, а два века подоцна расте неговата популарност и во средноевропските земји. Плодовите на модриот патлиџанот во веганските кујни се слават како вистински деликатес и совршена и вкусна замена за месо.

Освен како хранлива земјоделска култура, патлиџанот во одредени земји се применува и за медицински намени. Традиционалната кинеска медицина ја признава оваа билка како одлично средство за лекување на гастритис, болки во коските, реума, изгореници, па дури и рак. Во Нигерија е познат како исклучителен лек против ишијас, грчеви во мускулите и хемороидите. Во многу источни култури многу е ценет чајот од свежа или исушена кора од патлиџан. Позната е и примената на облози од листови на оваа билка за ублажување на воспаленија. Овој зеленчук е одличен извор на витамините К, С, А, В1, В3, В6 и В9 (фолна киселина). Богат е и со минералите калиум, калциум, фосфор, бакар и магнезиум. Покрај тоа, модриот патлиџан, обилува со растителни влакна кои имаат повеќекратно значење за организмот. Посебен интерес кај научниците предизвикал насунинот – фитонутриент од патлиџанот со силно антиоксидансно дејствување. Докажано е дека оваа состојка го подобрува излачувањето на вишокот од железото од организмот, што е од големо значење во превентива од кардиоваскуларни болести. Според некои студии овој антиоксидант има голем потенцијал во превенција од рак и сузбивање на растот и ширењето на малигните клетки. Патлиџанот содржи и каротеноиди кои добро влијаат на видот и здравјето на очите. Сокот пак исцеден од патлиџанот е одлично средство за поттикнување на уринирањето и е извонредна помош во случај на слабокрвност и срцеви тегоби. Освен тоа, патлиџанот е богат извор на хлорогенична киселина (CGA која е позната по своите исклучителни антиоксидантни својства. Еве уште некои негови својства:

Помага при контрола на дијабетесот - Со столетија плодовите на патлиџанот се познати како одлична помош во контрола на дијабетесот. Современите научни истражувања потврдуваат дека исхраната богата со овој зеленчук оди во прилог на регулирање на нивото на шеќерот во крвта.

Делотворен е во регулирање на телесната тежина - Модриот патлиџан е зеленчук со низок процент на јаглеродни хидрати, не содржи масти и има само 20 калории по лажичка. Богат е со влакна поради што придонесува кон чувството на ситост. Според некои истражувања хлорогеничната киселина присутна во плодот делотворно придонесува во намалувањето на масните наслаги. Тоа се предности кои го прават одличен сојузник во борбата против вишокот килограми.

Ги ублажува дигестивните тегоби - Горчливите состојки во патлиџанот се заслужни за сузбивање на грчеви во желудникот и останатите желудочни и цревни тегоби. Плодовите на патлиџанот се богати со влакна кои го штитат дигестивниот тракт и помагаат во одржување на функционалноста и здравјето на целиот систем за варење.

Го намалува степенот на холестерол во крвта - Хлорогеничната киселина соучествува во снижување на нивото на LDL (лошиот) холестерол како и во зголемувањето на HDL (добриот) холестерол.

Го забавува растот на туморите - Според истражувањата, насунинот, антиоксидант присутен во кората на патлиџанот има силна улога во превенција и ширење на ракот. Студијата објавена во 2005 година, потврдува дека насунинот делотворно го спречува процесот на развој на нови крвни жили покрај постоечките и така помага во сузбивање на ширењето на клетките на туморот. Според истражувањето на американското Министерство за земјоделство, хлорогеничната киселина содржана во патлиџанот е одличен сојузник во борбата против слободните радикали кои се причинители на рак.

Штити од вируси - Експертите потврдуваат дека модриот патлиџан, благодарение на антивирусните својства на хлорогеничната киселина може да биде од голема полза во превенција и лекување на многубројни болести каде што причина се вирусите. Патлиџанот го штити имунолошкиот систем, ја подобрува циркулацијата, го чува здравјето на срцето и крвните жили, а го намалува и стресот.

Покрај полезностите, потребно е да се нагласи дека свежиот модар патлиџан содржи – отровна состојка сланин, која билката ја произведува за да се заштити од натрапници, а се наоѓа во кората и под неа. Сланинот ако пристигне во организмот може да предизвика главоболка, гадење, потење, срцева аритмија и друго, па затоа е неопходно модриот патлиџан термички да се обработи за да се елиминира оваа состојка.

Т.Г.

Зелениот зеленчук го подмладува мозокот и телото

Американските научници потврдиле дека консумирањето на зелен лиснат зеленчук го штити и подмладува човечкиот мозок. Научниците од Американскиот Универзитет во Чикаго, спровеле истражување за влијанието на спанаќот на мозочните клетки на 850 луѓе на возраст од 81 година.

Истражувањето е базирано на анализа на нивните ментални способности и навики во исхраната. Истото покажало дека оние кои секојдневно консумираат спанаќ и друг зеленчук со зелена боја имаат до 11 години „помлад" мозок, за разлика од оние кои не ги консумирале ваквите намирници.

Укажувајќи на лековитите својства на зелениот зеленчук, кој е богат со витамин К, бета-каротен, како и различни антиоксиданси, научниците препорачуваат консумирање на овие намирници заради нивното позитивно дејство во превенција на бројни заболувања, меѓу кои е и Алцхајмеровата болест. И шведските научници преку истражувања потврдиле дека консумирањето на зелениот зеленчук помага и за зајакнување на мускулите.

Ве потсеќа ли ова на филмчињата за силниот и умен Попај, кој секого може да совлада затоа што јаде спанаќ?!

Резултатите од истражувањето биле презентирани на Конференцијата на експериментална биологија во САД.

Б. Арсов

Разговор со прим. д-р Благој Јорданов

Хемороидална болест во старосна доба

● **Д-р Јорданов, Вие во Велес сте познат како доктор кој успешно се справува со хемороидалната болест. Ќе ни кажете ли за каква болест станува збор?**

– Точно така. Во мојата лекарска ординација често навраќаат болни со проблеми на дебелото црево, поточно пациенти кои имаат хемороиди. Хемороидите претставуваат проширување на вените во аналниот (завршниот) дел од дебелото црево. Според локацијата ако се над аналниот отвор се наречени внатрешни, а ако се надвор – надворешни. Големината може да биде од прв до четврт степен. Кај луѓе над 55-годишна возраст дури до 40% можат да се видат овие пореметувања, независно од половата припадност. Намалената физичка активност, честата опстипација (запек), неправилната исхрана со доста зачини и конзерванси, употребата на жестоки алкохолни пијалаци и друго, се најчести причини за ова пореметување. Постоењето на болести на срцето и на црниот дроб, исто така, можат да бидат причина за оваа болест.

● **Кажете ни ги најчестите симптоми кај оваа болест?**

– Најчести симптоми се:

1. Болки при вршење голема нужда, која за време на вршење трае и по неколку часа.

2. Дискомфорт во задниот дел, повремен или постојан. Ова е проследено со честа секреција на нечиста, заматена слуз што остава траги на алиштата.

3. Јадеж во внатрешниот дел на анусот и на самиот отвор.

4. Излевање на проширувањата на крвните садови (хемороидите) надвор од анусот при вршење на голема нужда, а зависно од степенот на болеста повлекување назад во цревото. Во потешки случаи истите остануваат надвор со денови при што се воспалуваат и во тој случај тегобите се зголемуваат. Често пати тие се тромбозираат.

5. Крварење. Се појавуваат мали трагови на тоалетната хартија и јаки во вид на шприцање. Крвта секогаш има светлоцрвена боја и најчесто се јавува при вршење на голема нужда.

● **Како ја поставувате дијагнозата, односно на кој начин се открива болеста?**

– Најверодостојна метода за поточно поставување на дијагнозата е андоскопски преглед. Се практикува ректоскопски преглед со ригиден апарат. Пожелно е да се прегледа дебелото црево (колоноскопија). При овие испитувања доколку има сомнителни промени се прави биопсија (откинување на парче ткиво) за хистолошко верифицирање. Честопати со овие испитувања се откриваат и други болести како: анална фисура, фистула, полип, улцерозен колит, кронова болест, рак и друго.

● **Кој е начинот за справување со оваа болест?**

– При лекувањето мора да се обрати внимание на исхраната. Неопходна е забрана за употреба на пикантни, зачинети, конзервирани, сувомеснати производи, жесток алкохол и црно вино. Мора да се регулира празнењето на цревата и одржувањето на личната хигиена. Исто така, помагаат и разни креми и чепчиња.

Постојат и неколку специјални медицински зафати за лечење на хемороидите.

Склеротерапијата е доста ефикасна метода која се базира на инјектирање специјални инекции кои доведуваат до намалување на волуменот на хемороидите, односно до нивно сушење. Оваа метода се употребува при внатрешните хемороиди. Еластичната лигатура е доста ефикасна метода за лекување на внатрешните хемороиди која се изведува со специјална вакумска опрема. Можно е истовремено да се направат две интервенции по што доаѓа до нагло запирање на крварењето.

Инфрацрвената фотокоагулација се користи при лекување надворешни хемороиди. При оваа процедура болните имаат екстремно јака болка што може да трае и по неколку дена.

Н.А.

Како да се справите со промените на времето

Метеоропатија е низа од различни симптоми и реакции на нашиот организам на промените на времето. Временски фактори кои влијаат на нашиот организам се температурата, УВ зрачењето, влажноста, ветерот, притисокот, дожд и грмотевици како и ефектот на јонизација. Меѓу најранливите групи се средовечните луѓе, особено жените, но тоа може да му се случи секому – од бебиња до стари лица. Колку оваа состојба ги погодува некои личности ни покажува и тоа дека во некои медитерански земји јужниот ветер е олеснувачки фактор за казнени дела, па затоа некогаш во Дубровничката република било забрането донесување на закони за време на југот. Метеоропатијата може да биде особено опасна за луѓе со потешки заболувања, бидејќи таа може сериозно да ја влоши здравствената состојба, па дури и да доведе до смрт. **Симптомите од метеоропатијата** се манифестираат обично 24-48 часа пред почетокот на временските промени, особено кај почувствителните луѓе, и вклучуваат депресија, главоболка, вртоглавица, физичка слабост, хипертензија, зголемена осетливост на болка во зглобовите и болка во мускулите, влошување на симптомите на постоечката болест, промени во расположението, нервоза, забрзано чукање на срцето и други. Оваа состојба обично трае еден ден – два, а потоа телото се стабилизира, а симптомите се исти, без оглед на возраста.

Постојат два вида на метеоропатија:

1. Примарна или основна метеоропатија се јавува кај здрави лица во форма на промени во расположението, телесна слабост или болка за време на промената на временските услови.

2. Секундарна метеоропатија – состојба кога некои веќе присутнаи болести (висок крвен притисок, срцеви и белодробни заболувања, воспалителни и дегенеративни заболувања на мускулно-коскено-зглобен состав) се влошуваат поради временските промени.

Предизвикувачи на метеоропатија: Промени на временските услови предизвикуваат електромагнетни бранови кои влијаат врз хипоталамусот во мозокот и индиректно се зголемува лачењето на хормоните на стресот, намалувајќи го хормонот на среќа ендорфин, кој води до зголемена вознемиреност, раздразливост, главоболка и слични симптоми. Падот на атмосферскиот притисок ги стеснува крвните садови што предизвикува зголемување на крвниот притисок, додека порастот на атмосферски притисок ги проширува крвните садови и предизвикува пад на крвниот притисок. Сличен притисок се јавува и во коските и зглобовите, предизвикувајќи зголемување на болката во истите. Една од причините за создавање метеоропатија се смета и човечкото оддалечување од природата поради што доаѓа до послабо прилагодување на временските промени.

Ако страдате од метеоропатија редовно следете ги биометеоролошките извештаи, така што ќе можете на време да се подготвите за промените на времето, но може да ви помогнат и различни растенија и билки. Еве некои од нив:

Родиолата - го намалува нивото на стрес, дејствувајќи истовремено смирувачки и стимулативно. Родиолата ја враќа физичката сила, го зајакнува паметењето и спречува чести промени на расположението. Делува благотворно при срцева слабост, аритмии и висок и низок крвен притисок. Мерејќи ги менталните способности кај луѓето кои земаат родиола, констатирано е дека таа ја зголемува работната ефикасност, го одложува заморот и го намалува нивото на исцрпеност. Се препорачува кај хроничен замор, депресија, несоница, главоболки, болки во мускулите, висок крвен притисок и раздразливост.

Лецитин - Лецитинот се препорачува за луѓе кои имаат болки во зглобовите, тешко се движат или се чувствителни на временските промени. Лецитинот, исто така, помага во подобрување на концентрацијата. Тој спречува и појава на деменција.

Сибирски женшен - го зајакнува и стимулира телото. Адаптогеното делување на екстрактот од сибирски женшен се покажал како корисен за метеоропатите. Неговите екстракти му помагаат на телото да се прилагоди на стрес. Ова растение се користи за подобрување на физичката кондиција, работните способности, ја зголемува општата отпорност на организмот, го зајакнува срцето, крвните садови и нервниот систем.

Билни чаеви - Ако страдате од метеоропатија секогаш при рака треба да имате чај од камилица, кучешки трн или лимета затоа што ја намалуваат нервозата, раздразливоста и напнатоста. Препорачливо е да почнат да се пијат неколку дена пред почетокот на симптомите. Чај од валеријана е одличен избор за оние кои страдаат од несоница. Во случаи на густа магла и висока заситеност со влага на воздухот, луѓето со хронични болести, особено со астма, треба да пијат чаеви кои ја подобруваат циркулацијата, како што се чајот од чили, гинко или ѓумбир. Покрај наведените додатоци во исхраната и чаеви, се препорачува земање магнезиум и витамин Б, како и почесто престојување на отворено и редовно вежбање.

Б. Ангеловска

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 Master-Card 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
ПОНУДА ЗА ПЕНЗИОНЕРИ
ВРШИМЕ ПРЕВОЗ НА ОРГАНИЗИРАНИ ИЗЛЕТИ И ЕКСКУРЗИИ ВО ЗЕМЈАТА И ВО СТРАНСТВО
Во договор со Агенцијата можни се и збирни тури од неколку здруженија на пензионери
АГЕНЦИЈАТА 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

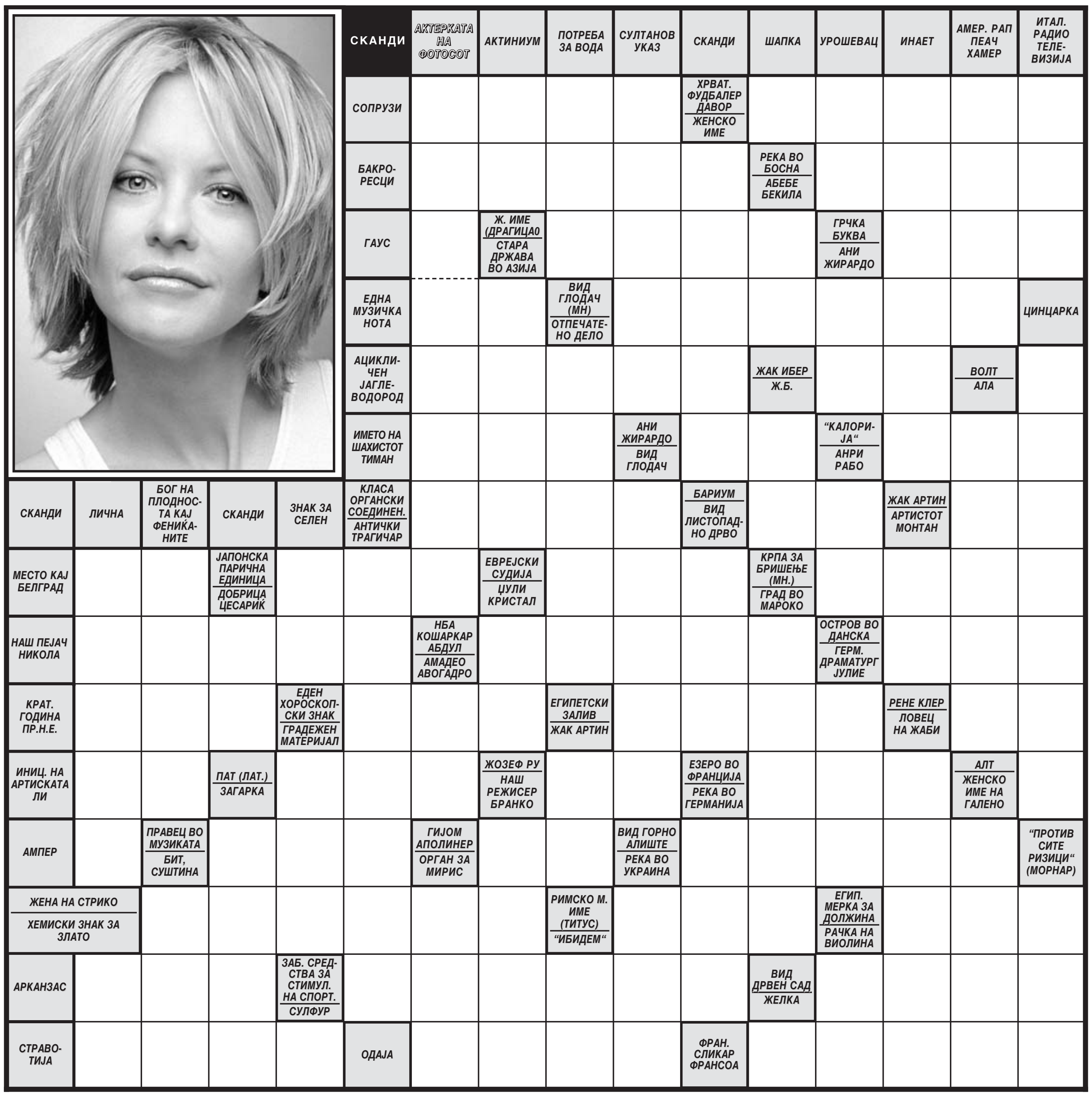
Само околу една третина од човечката раса има идеален вид.
Жените се раѓаат со подобро сетило за мирис од мажите.
Носот може да запамети околу 50 000 различни мириси.
Дури и најмалите шумови може да предизвикаат ширење на зениците на очите.
Должината на главата на бебето е една четвртина од должината на телото, а на возраст од 25 години, таа изнесува една осмина.
Понеделник е денот во кој има најголем број случаи на срцев удар.
Скоро 90% од заболувањата се предизвикани или комплицирани од стрес.
Потребни се 17 мускули за човекот да се насмее, а 43 за да се намурти и 200 за да се направи еден чекор.
Бебињата се раѓаат со 300 коски, а подоцна тој број се редуцира до 206.
Човекот е за 1 сантиметар повисок наутро, отколку навечер.
Најцврстата коска во човековото тело е виличната коска и е поцврста од челик.
Околу 32 милиони бактерии има на човечката кожа.
Клетките на кожата се менуваат на секои 27 дена.
Секоја минута, во телото изумираат 300 милиони клетки.
Секој човек има единствен отпечаток на јазикот.
Најчестата крвна група во светот е нулта група.
Бојата на усните кај луѓето е црвена поради присуството на многубројни капилари под кожата.
Колку е поладна собата во која се спие, толку се поголеми шансите за лоши соништа.
За 30 минути, телото оддава доволно топлина за да предизвика вриење на половина литар вода.
Должината од врвот на хоризонтално испружена рака до другата испружена рака е еднакво на висината на телото.
Луѓето се единствените живи суштества кои произведуваат емоционални солзи.

Левучари

Левучарите кои преживеале мозочен удар многу полесно се опоравуваат.
Во осумнаесеттиот и деветнаесеттиот век леваците немале право да склопат брак, ниту пак да имаат деца.
Во Велика Британија постои здружение кое се грижи за леваците. Основано е во 1990 година, а за задача има да им го олесни животот на неговите членови.
Од 1976 година во САД се празнува денот на леваците, секој 13 август.
Според статистиките, 11% од населението во Европа се леваци.
2/3 од леваците се припадници на машкиот пол.
Пресметано е дека во последниот век, бројот на леваците е зголемен за четири пати.
Кина е најнаселена држава, но има најмал процент на леваци – само 1,5%.

М. Дамјановска

КРСТОЗБОР



Хумор

– Мамо, што прави штркот откога ќе донесе некаде бебе?
– Си лежи на кауч, гледа телевизија, оди во кафеана со другарите...

* * *

– Дедо се сеќаваш ли каква ти беше првата девојка?
– Да ти кажам право внуче, не се сеќавам каква беше ни последната.

* * *

Водоинсталатер му ја поправил на некој лекар чешмата.
– Колку сум должен?
–1500 денари.
– Аман, многу. Јас сум хирург и не земам толку пари.
– Знам. И јас кога работев во неуропсихијатрија бев лошо платен.

* * *

Разговараат двајца пензионери.
– Знаеш ли кој е најдобар лек?
– Не знам.
– Парите! Кога ги имам ништо не ме боли, ни глава, ни зглобовите, и притисокот ми е добар.

* * *

Доживејте ја најлудата ноќ на 31–ви Декември во Рим само за 499 евра.
– Јас с'с тија паре у Македонију, до Март ќе преживу!

* * *

– Како се викаш девојче?
– Дома ме викав Цвета, а на работу, „Ај–ти“.

* * *

– Вчера сум била пијана – пепелашка.
– Како тоа? Не сум чула такво нешто. Сум чула мртва–пијана, камен–пијана, ама пепелашка?!
– Тоа е кога ќе си дојдеш дома со една кондура!

* * *

Цветко се жали на кумот:
– Бев на лекар заради пиењето!
– И? Што ти кажаа?
– Докторот ми рече дека може да пијам само по една чаша пред спиење.
– И сега што ќе правиш?
– Сега спијам 4 пати на ден по еден саат!

* * *

– Трпе, како се вика мажот на змијата.
– Незнам, змијак, можеби.
– Свекор, се вика Трпе.

Жабата и орелот

Една жаба замолила еден орел да ја научи да лета. Тој и рекол дека тоа не може да биде, зошто таа нема крилја. Жабата не го послушала и пак го молела: тогаш орелот ја грабнал и кога ја издигнал високо, ја испуштил и таа паднала и веднаш се смачкала, па жабата сватила дека не треба да се бараат невозможни работи.

ЗП Кочани

Презентиран проектот за дом за стари лица

Во просториите на ЗП Кочани на 8 октомври министерот за труд и социјална политика **Диме Спасов** присуствуваше на презентацијата на изработената проектна документација за изградба на регионален дом за стари лица. Претстедателот на ЗП Кочани **Ѓорѓи Серафимов**, ги поздрави присутните истакнувајќи дека го радува и што заедно со општината и Министерството пројавува интерес за градба на ваков објект кој ќе има регионалелн карактер. По видео презентацијата на домот што ја направи архитект Александар Гицов, Спасов истакна дека се работи за модерен, енергетски ефикасен проект.

– Ние како министерство ги подржуваме ваквите идеи и ке дадеме максимална поддршка и на општината и на здружението на пензионери од Кочани за изнаоѓање стратешки партнер за изградба на истиот, истакна министерот Спасов.

Градоначалникот на Кочани, **Ратко Димитровски** најави распишување на јавен повик за изнаоѓање приватен инвеститор за да може на определената локација да се гради дом со сите современи потреби за вакво домување.

– Општината го одреди плацот каде што ќе се гради Домот,ги реши потребните инфраструктурни потреби, а за Домот ќе се користи и геотермалната вода од изворите кај Подлог.

На презентацијата на идејното решение за идниот регионален пензионерски дом прусуствуваше и претседателот на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија Драги Аргировски, преставници од општината и членови на Извршниот одбор на ЗП Кочани.

Новиот регионален дом за стари лица во Коачни ќе се протега на површина од 8000 метри квардатни. Локацијата е на просторот од некогашната воена касарна на излезот од Кочани кон Виница. **К. Герасимов**

ЗП Крива Паланка

Награда „8-ми октомври“ за Здружението

По повод Денот на ослободувањето на Крива Паланка – 8–ми октомври, на свечената седница на Советот на општината, највисоката награда „8–ми октомври” беше доделена на Здружението на пензионери Крива Паланка.

Задоволни од ваквиот потег, раководните луѓе од Здружението се пријатно изненадени што нивното работење и успесите ги следеле и надлежните фактори од општината и затоа Здружението го номинирале како единствен кандидат за оваа висока општинска награда.

Секако, наградата е заслужена бидејќи Здружението со своите активности и постигнувања се истакнува во рамките на општината, а посебно во Сојузот на здруженијата на пензионери на Македонија и пошироко. Соработката со општината е традиционална и навистина за пример. Помеѓу градот и здружението се практикува постојано меѓусебно информирање, а претставници од двете страни присуствaат на позначајни настани и активности кои се од заеднички интерес. Исто така, претставник од Здружението на пензионерите присуствува на состаноците и придонесува во работата и одлуките на Советот на Општината.

За соработката со здружението при врачувањето на наградата на свечената седница зборуваше градоначалникот на општината **Арсенчо Алексовски.** Тој, покрај другото, истакна дека здружението на пензионери е пример на сплотеност, дружење и меѓусебна соработка, без оглед на национална припадност или каква било друга определба на членовите, а од активностите и дејствувањето на пензионерите има многу што да се научи и да ни послужи за пример, како што е меѓусебното почитување и разбирање, рече градоначалникот Алексовски.

А. Илиевски

Општина Кочани и Здружението на пензионери на општина Кочани објавуват

Оглас за пријава на интерес

за реализација на проект за Дом за стари и изнемоштени лица - Пензионерски дом во Кочани на градежна парцела во кругот на поранешната касарна во Кочани на слободен неизграден терен, врз основа на податоци од изработен основен проект.

Огласот има за цел да ја информира пошироката јавност – сите заинтересирани домашни и меѓународни инвеститори од повеќе области, **да го пријават својот интерес и да предложат свои идеи, предлози, услови и сугестии во врска со начинот на изградба, отворање и стопанисување со Дом за стари и изнемоштени лица** (Пензионерски дом) во Кочани како на пример преку јавно–приватно партнерство, концесија, продажба на градежното земјиште, давање под долготраен закуп, можно субвенционирање, начин на функционирање, начин на управување и стопанисување итн.

Предвидените содржини и корисната површина на објектот се опишани во целосниот оглас којшто е објавен на веб–страницата на Општина Кочани www.kocani.gov.mk и на огласната табла пред општинската зграда.

Краен рок за поднесување на пријавите на интерес е 30.11.2015 година до 16:00 часот.

Лице за контакт: **Ристо Николовски, nikolovski@kocani.gov.mk, тел. 072-275-640.**

ЗП Битола

Редовен состанок со локалната самоуправа

Во рамките на редовните активности за соработката со Локалната самоуправа, на 11 септември Здружението на пензионерите го посети градоначалникот на Битола, д–р Владимир Талевски.

Ова е една од редовните годишни посети каде што првиот човек на градот има прилика изворно, во директен разговор со членовите на ЗП Битола, да се запознае со проблемите на кои наидуваат пензионерите. Треба да се напомене дека во досегашниот период од остварените контакти реализирани се низа проекти поднесени и како иницијатива на Здружението, а се однесуваат на подобрување на стандардот на највозрасната популација во градот. Состанокот беше од отворен карактер, без дневен ред, а можеа да присуствуваат сите заинтересирани пензионери, а го отвори и го водеше претседателот на Собранието на ЗП Битола **Стево Бојаџиев**.

Најпрво, градоначалникот го изрази своето задоволство од досегашната соработка и нагласи што се има направено Општината за добробит на нашите пензионери, како и тоа што сè се планира во иднина. Искористувајќи го присуството на градоначалникот, а и актуелните пратеници во Републичкото Собрание, пензионерите поставуваа прашања најчесто за нивниот стандард, подобрување на условите со отворање на нови пензионерски клубови, градскиот превоз до одредени правци, нови одморалишта со парковни клупи во околината на градот и паркот, односно оној простор што најповеќе го користат пензионерите, здравствената заштита, помош на постари и изнемоштени лица од градот и околината и друго. Прашањата беа упатувани до градоначалникот, но и до пратениците, кои им даваа соодветни одговори и начини на решавање на одредени проблеми.

– Ова е редовна посета на Здружението на нашиот градоначалник, овој пат заедно со пратениците во републичкото Собрание Лилјана Кузмановска и Зоран Илиовски. Пред извесно време делегација на Здружението ја посети локалната самоуправа, при што упати покана градоначалникот да ги посети пензионерите. Ние како Здружение имаме потреба од тесна соработка со Општината, како би можеле да ги оствариме зацртаните програмски цели, кои ги планираме годишно и на подолг временски период, – истакна претседателот на Здружението на пензионери **Томе Илиовски**.

Долг е списокот на остварени активности во повеќе области изразен токму преку тесната соработка со градоначалникот и Општината. Присуството на членови на Здружението е неизоставно и потенцирано на секоја позначајна манифестација која е во организација на Општината, и обратно кога како организатор се јавува Здружението на пензионери. **Д. Тодоровски**

ЗП Солидарност – Аеродром и ЗП Охрид и Дебрца

Натпреварување и дружење во Скопје

Во Скопје, на 15 октомври 2015 година, двете збратимени здруженија на пензионери, ЗП Солидарност – Аеродром и ЗП Охрид и Дебрца одржаа спортско–рекреативни игри под мотото „Заедничко спортување и дружење за одржување на виталноста”. Поводот за тоа беше одбележувањето една година од потпишувањето на Спогодбата за збратимување. Според Програмата за 2015 година за заедничките активности, двете здруженија организираа спортски двомеч во четири дисциплини: шах (мажи), табла (мажи и жени), домино (мажи) и пикадо (мажи). Поздравни обраќања на турнирот имаа претседателите на ИО на ЗП на двете здруженија, **Димитрија Богатиноски** и **Ѓорѓи Трпчевски**. Тие нагласија дека овој турнир е една од првите заеднички активности, а организиран е на спортско поле затоа што преку физичката активност се одржува виталноста, доброто здравје и ведриот дух.

Иако турнирот имаше рекреативен карактер, резултатите прецизно се бележеа заради поголемо залагање и постигнувања. Од друга страна охридските спортисти како докажани повеќегодишни прваци на републичките натпревари претставуваа пример и мотив повеќе. Сепак, на крајот констатацијата беше дека сите се победници. Претседателот на СЗПМ, **Драги Аргировски** и како член на ЗП Солидарност – Аеродром ги поздрави спортистите и истакна дека уште од збратимувањето знаел дека станува збор за пензионерски здруженија за пример. Притоа, тој нагласи дека и европските насоки и медицинските препораки укажуваат дека дружењето и физичката активност се многу значајни во третото доба.

Според Програмата, соработката помеѓу двете здруженија ќе продолжи и во другите области. **И.Г.**

ЗП Гази Баба

Спортистите и хористите на заслужена екскурзија

ЗП Гази Баба на 19 септември 2015 година за раководствата и членовите на спортските екипи и хористите, кои имаа добри резултати, како на регионалните така и на републичките манифестации, организираше бесплатна екскурзија во туристичките бисери Охрид и Струга. Околу 100 пензионери од ова здружение, со два автобуси, ги посетија овие надалеку познати места со богата култура и традиција, при што обиколија повеќе историски знаменитости и споменици. На одење и на враќање тие попат уживаа во планинските видици и живописните предели.

Најпрво, во Охрид, беа посетени Билјанините извори, во подножјето на планината Галичица, место на кое по преданието и песната Билјана платно белеше, е најпознатиот и најопеаниот симбол на градот. Тука пензионерите под дебелите сенки и амбиенталните ресторани се одморија и освежија. Некои, покрај самите извори, веднаш до езерото уживаа во убавините и се фотографираа, додека другите ја посетија и прошетаа низ старата чаршија, која е една од главните туристички атракции на градот.

Струга, како следна туристичка дестинација со богато минато, природни убавини и многубројни знаменитости, со отворени врати и гостопримство ги дочека посетителите на враќање од Охрид и им ги стави на располагање културно–историските споменици, црквата Св. Богородица и Св. Ѓорѓија од 13 век, а им се понуди и со преубавата разгледница на градот.

Кај овие пензионери во меморијата ќе остане евидентирано уште едно успешно патување и дружење.

В. Пачемски

ЗП Прилеп

Милион денари на име еднократна помош

Еден милион денари, Здружението на пензионерите од Прилеп, годинава додели како еднократна помош на скоро 220 свои членови.

Деновиве им беа исплатени средствата на 70 пензионери. Комисијата на ЗП Прилеп ги разгледа барањата на пензионерите со пониски пензиски примања и здравствени проблеми и на 11 членови на ЗП им додели по 5.000 денари, на 24 по 4.000 и на 35 членови по 3.000 денари. Вакви и слични на овие активности, ова ЗП практикува од поодамна и е едно од пензионерските здруженија во Македонија што посебно се грижи за финансиската и здравствената состојба на своите членови и им помага. **К.Р.**