ПЕНЗИОНЕР плус

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

NLB Тутунска банка

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

Година IX, број 90-91 ISSN 1857-7660 5 февруари 2016 година

ВО ОВОЈ БРОЈ...

ИНФО стр. 2
ПРАЗНУВАЊА стр. 3
ХРОНИКА стр. 4
ПРООДОЛЖУВА ПРОЕКТОТ „ФОНДОТ ПОБЛИСКУ ДО ПЕНЗИОНЕРИТЕ“ И ВО 2016 стр. 5
СТАТУТ НА СЗПМ стр. 7, 8, 13 И 14
ПАНОРАМА стр. 9
СЕДНИЦИ НА ЗДРУЖЕНИЈА НА ПЕНЗИОНЕРИ стр. 10
АКТИВНОСТИ стр. 11
ИЗБОР НА АЛБАНСКИ стр. 12
БЕСПЛАТНО БОЛНИЧКО ЛЕКУВАЊЕ ЗА 170.000 ПЕНЗИОНЕРИ СО ПЕНЗИИ ДО 12.600 ДЕНАРИ стр. 16
ЗДРАВСТВО стр. 17
КУЛТУРА стр. 18
ЗАБАВА стр. 19
ВИДИЦИ стр. 20

70-годишниот јубилеј на пензионерското организирање во Македонија ќе биде достоинствено одбележан

Драги АРГИРОВСКИ, претседател на СЗПМ

Годинава Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија ќе ја одбележи 70–годишнината на пензионерското организирање во нашата земја. Тоа е редок јубилеј на една од најстарите невладини организации во Републиката.

Почетокот на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија е во далечната 1946 година, кога е донесен првиот закон за пензионирање на работниците во земјата, со што започнало и пензионерското организирање како дел на Единствените синдикати во Македонија.

Во 1947 година се случил првиот поголем прилив на нови пензионери, со што во Единствените синдикати на Македонија биле регистрирани околу 500 работници кои го оствариле своето право за одење во пензија. Новите пензионери како членови на својата организација под голема заштита на Синдикатите се ангажирале за што поголемо користење на своите права за здравствена заштита, за поредовно користење на повластено патување со државните превозни средства, за користење на синдикалните одморалишта за летување, за усогласување на пензиите со порастот на платите, за ублажување на нерешените станбени прашања на пензионерите и слично. Во рамките на синдикалните форуми биле формирани и компетентни комисии за прашања од пензискиот систем, како и за решавање на проблеми поврзани со пензионерската проблематика.

Во 1951 година се регистирани 3.736 пензионери од кои 1.318 старосни, 1.423 семејни и 995 инвалидски, и тогаш за првпат бил формиран Републички одбор на пензионерите кој дејствувал во рамките на Синдикатите на Македонија. Истовремено во Скопје бил избран Градски одбор на пензионерите, а вакви зафати имало и во други поголеми градови во нашата земја.

Во 1960 година бројот на пензионерите се зголемува на 15.321, за десет години потоа да нарасне на 51.537, а во 1980 година на 84.948, од кои 39.202 старосни, 22.904 семејни и 22.042 инвалидски пензионери.

Во1986 година по повод 40–годишнината на пензионерското организирање одржана е свечена седница на Републичкиот одбор на пензионерите на Македонија, како колективен член на Сојузот на синдикатите. Во рефератот е констатирано дека во Македонија има вкупно 122.800 пензионери, од кои 56.126 старосни, 36.090 семејни и 30.584 инвалидски, со нагласување на потребата од посовремени приоди во развојот на организацијата со следните задачи: поефикасно работење, самостојност во работата и поголемо користење на кадровскиот потенцијал од редовите на пензионерите. Во усвоените заклучоци и во Програмата за работа било одредено 20 септември да се одбележува како Ден на пензионерите на Македонија со пригодни средби, спортски и културни настани и друго.

Во 1990 година во независна, суверена и самостојна Република Македонија бројот на пензионерите се зголемува на 166.224. Тогаш СЗПМ се определува да биде самостојна невладина и неполитичка мултиетничка организација, организирана сила која ќе ги штити правата на пензионерите утврдени со закон. На редовниот конгрес на Сојузот на синдикатите на Македонија во 1994 година во усвоениот Статут е избришано колективното членство на пензионерите, но вообичаената комуникација со ССМ продолжува, а во последните години истата се интензивира. Со осамостојувањето Сојузот остварува и поголема соработка со своите членки –здруженијата на пензионерите.

Во 1993 година формиран е и Солидарниот фонд на пензионерите на Македонија како единствен пример во Европа.

На 20 септември 1996 година, по повод 50 години од пензионерското организирање, се одржа свечена седница на Републичкиот одбор на која присуствуваа највисоките претставници на државата и тоа беше убава можност да биде истакнат не само растежот на организацијата со бројка од 222.345 членови, туку и да се согледаат и проблемите во сите области од животот на пензионерите.

Во 2.000 година, во Република Македонија има 241.221 пензионер, а во 2005 година бројот на пензионерите се зголеми на 272.740. Меѓутоа, 60–годишнината од пензионерското организирање во 2006 година, не беше одбележана на потребното ниво и немаше манифестација на државно ниво, од објективни и субјективни причини.

На 20 септември 2011 година по повод 65 години од пензионерското организирање во Македонија и 20 години од независна Република Македонија се одржа Свечена академија многу значајна за создавање нова платформа во дејствувањето и афирмација на СЗПМ. Тогаш во државата има околу 270.000 пензионери, од кои 235.000 членови на СЗПМ и 35.000 членови на трите сојузи на корисници на инвалидска пензија.

Во тој долг период пензионерското организирање успеа да се соочи со сите предизвици на времето и опстанувањето и успешно да продолжи да ја остварува својата кауза на вистинска респектабилна граѓанска асоцијација.

Денес, Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија брои 250.000 членови и е една од најактивните невладини организации, која се развива во континуитет, оставајќи траги и во развојот на државата. СЗПМ е асоцијација која ја сочинуваат 53 доброволно здружени здруженија и е вистински репрезент на неговото височество пензионерот.

Големиот пензионерски јубилеј 70–годишнината од пензионерското организирање во Македонија и 25 години на самостојна Република Македонија, годинава ќе биде одбележан достоинствено и со повеќе пригодни манифестации. Собранието на СЗПМ усвои динамична програма и сите програмски задачи и традиционални манифестации се очекува да минат во духот на јубилејот, да бидат помасовни, квалитетни и инспиративни. Свечената академија, во чест на јубилејот и Денот на пензионерите ќе се одржи на 20 септември во Скопје, а ќе биде издадена богата Монографија во која ќе бидат запишани сите успеси и случувања во изминатите години, а ќе бидат подготвени и други пригодни изданија.

Во текот на годината ќе се настојува да бидат решени и одредени актуелни проблеми на пензионерското организирање со цел создавање подобри услови за достоинствен живот и соживот на пензионерите и нивно здраво и активно стареење. Во тој контекс се очекува донесување на Закон за пензионерско организирање во Македонија.

Со цел работата на Сојузот да биде што подобра и поуспешна Собранието на СЗПМ го усвои новиот Статут на СЗПМ со акцентирани цели за заштита и унапредување на правата од пензиското и инвалидското осигурување, остварување на поквалитетна и поцелосна здравствена заштита, подобрување на животниот стандард на корисниците на пензија и збогатување на културните, спортските и социјално–хуманитарните потреби. Ќе бидат поттикнати натамошни активности за унапредување на соработката со Министерството за труд и социјална политика, со Фондот на ПИОМ, Фондот за здравствено осигурување на Македонија и други државни институции и локалните самоуправи. Меѓу другото, во 2016 година, продожува проектот за бесплатна бањско–климатска рекреација и друго. Продолжува и проектот „Фондот на ЗОМ поблиску до пензионерите” во 30 градови во Македонија. Годинава бесплатно болничко лекување ќе можат да користат 170.000 пензионери кои примаат пензии до 12.600 денари.

И по овој повод заслужува да се нагласи дека во Република Македонија, за разлика од другите држави во регионот, пензиите се исплаќаат редовно и се врши континуирано зголемување. И во 2016 година се планира натамошно зголемување на пензиите. За таа намена Собранието на РМ на предлог на Владата усвои буџетски средства пензиите со септемвриската пензија да се зголемат за 5 отсто, односно линеарно по 650 денари. Со тоа споредбено со 2006 година најниската пензија ќе се зголеми за 94, а просечната за 79 отсто. Пред десет години најниската пензија изнесуваше 4.300 денари, а од септември годинава таа ќе изнесува 8.400 денари, а просечната од 7.683 ќе се зголеми на 13.692 денари, односно 223 евра. За пензионерите тоа значи многу, бидејќи мнозинството од нив издржуваат една до две генерации. Истовремено, многу ќе значи и зголемувањето на бројот на вработените и на платите, бидејќи повеќе средства ќе остануваат за пензионерскиот живот.

Пензионерите, исто така, ја поздравуваат најавената изградба на државни старски и пензионерски домови за лица со ниски пензии во Гази Баба во Скопје, во Кочани, Кавадарци, Охрид и други градови, како и пуштањето во употреба на Пензионерскиот дом во Штип.

Пример за пензионерите од земјите на нашето опкружување и Европа, се нашите ревии на песни, музика и игри, коишто 14 години по ред се одржуваат на регионално и шеста година на државно ниво со програмска поддршка на Министерството за култура кое оваа пензионерска манифестација ја прогласи за национален интерес на културата со што го верифицираше фактот дека пензионерите се верни чувари на македонското културно наследство и ги враќаат од заборав нашите преубави песни, ора, обичаи и носии кои го претставуваат идентитетот на сите кои живеат во нашата држава. На закажаните регионални ревии на 27 април во Штип, на 5 мај во Велес, 7 мај во Кратово, 9 мај во Пехчево, 11 мај во Битола, 13 мај во Гази Баба – Скопје, 17 мај во Бутел – Скопје и на 19 мај во Кичево се очекуваат нови квалитетни изведби на изворни и староградски песни, музика и игри, со својствени фолклорни обележја. Главната ревија на државно ниво се планира да се одржи на 7 јуни во салата на Македонската опера и балет во Скопје. При тоа ќе се избере и наш претставник за годинешниот Фестивал за трета животна доба во Љубљана.

По повод седумдецениският јубилеј на пензионерското организирање во Македонија и 25 години на независноста на Република Македонија поведена е иницијатива со поддршка од Европската унија во Скопје да се одржи Првиот балкански пензионерски фестивал со учество на земјите од Југоисточна Европа.

Во духот на јубилејот ќе се одржат и 21. спортски натпревари на пензионерите во Република Македонија. Од 21 мај до крајот на јуни домаќини на регионалните спортски натпревари ќе бидат здруженијата на пензионерите на скопски Чаир и Ѓорче Петров, Демир Хисар, Дебар, Кавадарци, Куманово, Лозово и Делчево. Државната манифестација се планира за 3 септември на спортскиот комплекс „Шампион” во Радовиш.

Во знак на јубилејот со нови содржини и поголема масовност ќе се одржат и пикник–средбите во Оравовица, Лесново, Дојран, Еленец, Св. Пантелеј кај Кочани, Пелинце, Сарај, Демир Капија и други. Во Тетово ќе се одржи традиционалната меѓуетничка пензионерска средба. Забележлив напредок треба да се почувствува и при организирањето на разни други средби и екскурзии.

Со тоа што сме прогласени за лидери на пензионерското организирање на Балканот во 2016 година, се планира и збогатување на меѓународната соработка на европско рамниште со цел да се користат европските искуства за размена на пензионерските традиции и за соработка.

Секако, во јубилејната 2016 година, ќе се збогати соработката и со медиумите. Во март заедно со весникот „Нова Македонија” ќе го одбележиме 50–тиот број на заедничкиот прилог „Пензионерски видици”, а во ноември ќе биде промоцијата на Монографијата „70 години пензионерско организирање во Македонија” и на 100–тиот број на „Пензионер плус”. Во текот на годината со нови содржини ќе се збогатува и веб–страницата на СЗПМ.

По долги настојувања СЗПМ јубилејот го дочекува во нов деловен простор што е добиен од Фондот на ПИОМ и кој ќе се користи без надоместок. Просторот од 141 квадратен метар е адаптиран и уреден со сопствени средства на СЗПМ заштедени во минатите неколку години и определени за капитални инвестиции. Со тоа заслужено се создаваат услови за натамошно пофункционално, поефикасно и подомаќинско работење на Сојузот, во интерес на просперитетот на пензионерите.

Сето тоа укажува дека Јубилејната година очекуваме да мине во работна и славеничка атмосфера.

ЌЕ ИЗЛЕЗАТ

10. Март
во „Нова Македонија“ - Пензионерски видици
17. Март
- Прилог за пензионери во „Коха“
25. Март
„Пензионер плус“

Седница на Одборот на регистрираната организација при СЗПМ

Донесени значајни заклучоци

Одборот на регистрираната организација при СЗПМ, на седницата што ја одржа на 21–ви јануари 2016 година, на која присуствуваа и претседателот на СЗПМ Драги Аргировски и секретарот на ИО на СЗПМ Станка Трајкова, ги разгледа информациите на Фондот на ПИОМ за дозначените и исплатените средства за Солидарен фонд за починатите корисници на пензија, како и за членарината за членување во здруженијата на пензионери заклучно со ноември минатата година, а расправаше и за распределбата на членарината кај инвалидските сојузи. Со седницата раководеше претседателот на ОРО **Салтир Каровски,** кој на почетокот ја посочи полезноста од ваквото информирање на Одборот и на пензионерската популација.

За значењето на информациите од повеќе аспекти говореше претседателот на СЗПМ, **Драги Аргировски**, кој нагласи дека за истите расправал и едногласно ги усвоил Управниот одбор на ФПИОМ, во кој, токму тој ги претставува пензионерите. Според Аргировски, дозначените и исплатените средства за солидарен фонд соодветствуваат на потребите и моменталната состојба, па затоа нема потреба од зголемување на задршката од пензиите на членството по тој основ. Во тој контекст, Одборот донесе заклучок дека се потврдува Одлуката со која е определен износот на задршката од пензијата за солидарен фонд и членарина бидејќи расположливите средства ги покриваат потребите за исплата на посмртнината за починатите корисници на пензија. Исто така, Одборот заклучи дека ќе се направи список на пензионерите по општини и здруженија, на кои не им се врши задршка на средства за солидарен фонд и членарина, за да се информираат и доброволно да се вклучат во овој проект.

На седницата беа истакнати и проблемите околу распределбата на членарината кај инвалидските сојузи поради неажурираната евиденција и Одборот реши процентуалната распределба на членарината по инвалидски сојузи да се врши врз основа на Прегледот на бројната состојба што го изготви стручната служба според податоците од Фондот на ПИОМ. **М. Димовски**

Членарина за членување во здруженија на пензионери заклучно со ноември 2015 година

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

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

Во 2015 година, средства за членување во здруженијата на пензионерите заклучно со ноември истата година, се дозначени во вкупен износ од 93.485.010,00 денари.

Табела 1: број на корисници кои плаќаат членарина и пресметани средства за периодот јануари–ноември 2015 година

р. бр	месец	број на корисници на пензија	членарина	средства
1	Јануари	279.544	30	8.386.320,00
2	Февруари	280.159	30	8.404.770,00
3	Март	280.451	30	8.413.530,00
4	Април	280.755	30	8.490.810,00
5	Мај	281.156	30	8.513.520,00
6	Јуни	280.991	30	8.502.630,00
7	Јули	281.472	30	8.513.340,00
8	Август	282.002	30	8.533.830,00
9	Септември	282.400	30	8.549.820,00
10	Октомври	282.966	30	8.577.390,00
11	Ноември	283.569	30	8.599.050,00
	Вкупно:			**93.485.010,00**

Од вкупниот број пензионери заклучно со месец ноември 2015 година, кој изнесува 290.880 (работничко, воени и земјоделски), на 283.569 корисници на пензија им се врши задршка за членарина во износ од 8.599.050,00 денари и истите се дозначени на сметката на Регистрираната организација на сојузите на здруженијата на пензионери на Македонија.

Табела 2: Број на корисници на пензија на кои не се врши задршка за членарина

Вид на пензија	Работничко осигурување	Воено осигурување	Земјоделско осигурување	Вкупно
Број на корисници на старосна пензија	2165	6	171	2342
Број на корисници на инвалидска пензија	2153	12	0	2165
Број на корисници на семејна пензија	4217	12	325	4554
Вкупно	**8535**	**30**	**496**	**9061**

Во табелата 2 е прикажан вкупниот број на корисници на пензија на кои не се врши задршка за членарина. Во истата се дадени бројот на корисниците по видови на пензија и вид на осигурување.

Според оваа табела, од вкупно 9.061 корисници на пензија на кои не им се задржува членарина, 8.535 корисници на пензија се по основ на работничко осигурување.

По основ на корисници од воено осигурување од вкупно 1.611, задршка за членарина не се врши за 30 корисници на пензија, а по основ на земјоделско осигурување задршка не се врши на 496 корисници.

Од вкупниот број корисници на пензија на кои не им се задржува членарина заклучно со ноември 2015 година, 2.986 корисници се деца на школување до 26 годишна возраст.

Во 2015 година вкупниот број корисници на пензија на кои не им се задржува чланарина за Сојузот на пензионерите на Македонија е 9.061 корисник. Бројот на корисници на пензија на кои не им се задржува членарина е на исто ниво со 2014 година.

Табела 3: Број на корисници на пензија по филијали и деловници на кои не се врши задршка за членарина.

Општина	старосни	семејни	инвалидски	вкупно
Берово	8	50	21	79
Битола	185	412	214	811
Валандово	0	4	0	4
Велес	51	177	126	354
Виница	7	8	0	15
Демир Хисар	6	4	0	10
Дебар	1	4	0	5
Делчево	9	63	28	100
Гевгелија	10	95	45	150
Гостивар	27	87	52	166
Кавадарци	27	138	51	216
Кичево	19	98	10	127
Кочани	25	114	34	173
Крива Паланка	12	45	23	80
Кратово	5	4	0	9
Крушево	4	8	0	12
Куманово	58	206	93	357
Охрид	57	204	122	383
Прилеп	183	293	167	643
Пробиштип	7	49	13	69
Ресен	7	41	28	76
Скопје	1434	1832	802	4068
Мак. Брод	9	3	0	12
Неготино	1	4	0	5
Струга	19	75	42	136
Струмица	48	131	73	252
Св. Николе	1	10	0	11
Тетово	46	180	94	320
Радовиш	2	4	0	6
Штип	68	202	112	382
Вкупно	**2336**	**4545**	**2150**	**9031**

Дозначени и исплатени средства за Солидарен фонд за починатите корисници на пензија во периодот јануари-ноември 2015 година

Согласно Законот за пензиското и инвалидското осигурување на Македонија („Службен весник на РМ" бр. 98/2012 година), Фондот на пензиското и инвалидското осигурување на Македонија е задолжен со согласност од корисникот на пензија, да му се задржи дел од пензијата за обезбедување на средствата потребни за исплата на посмртна помош за членовите на неговото семејство и за членување во здружение на пензионери (членарина).

Врз основа на донесената Одлука бр. 02–02/847 од ОРО, висината на задршката за Солидарен фонд изнесува 120 денари, а висината на членувањето во здружението изнесува 30 денари, или вкупно задршки во износ од 150 денари. Посмртната помош е во износ од 30.000 денари.

Средствата за Солидарен фонд – посмртна помош, Фондот ги уплаќа на посебна подсметка во рамките на Трезорската сметка, со назнака „Средства за солидарен фонд – посмртна помош на корисниците на пензија".

Во периодот јануари – ноември 2015 година, пресметани и задржани се средства за Солидарен фонд– посмртна помош во вкупен износ од 373.599.810,00 денари од просечно 281.426 корисници на пензија, на кои се врши задршка и истите се дозначени по месеци на посебна сметка за оваа намена.

Табела 1. Број на корисници на пензија и пресметани средства за Солидарен фонд за период јануари – ноември 2015 година:

Во месец	Корисници на пензија кои плаќаат средства за Солидарен фонд	Средства за Солидарен фонд (денари)
јануари	279.902	33.588.240
февруари	279.937	33.592.440
март	280.551	33.666.120
април	280.844	33.701.730
мај	281.149	34.010.520
јуни	281.547	34.100.880
јули	281.379	34.057.200
август	281.860	34.099.920
септември	282.387	34.181.400
октомври	282.784	34.245.360
ноември	283.353	34.356.000
ВКУПНО:	**просек: 281.426**	**373.599.810**

Задршките на средствата за исплата на посмртна помош дозначени во тековниот месец, се однесуваат за исплата на пензиите за претходниот месец, односно средствата од задршки за посмртна помош за ноемвриските пензии ќе бидат во функција за исплата на Солидарен фонд за починатите корисници во месец декември 2015 година.

Табела 2: Број на корисници и исплатени средства за солидарен фонд – посмртна помош за период јануари – ноември 2014/2015 година.

Р. бр	Месеци	Починати 2014 година	Исплатени средства 2014 година	Починати 2015 година	Исплатени средства 2015 година	Разлика
0	1	2	3	4	5	(5–3)
1	јануари	1.155	34.650.000	1.229	36.870.000	2.220.000
2	февруари	1.152	34.560.000	1.120	33.600.000	–960.000
3	март	1.100	33.000.000	1.122	33.660.000	660.000
4	април	1.163	34.890.000	1.123	33.690.000	–1.200.000
5	мај	1.115	33.450.000	1.134	34.020.000	570.000
6	јуни	1.107	33.210.000	1.137	34.110.000	900.000
7	јули	1.108	33.240.000	1.136	34.080.000	840.000
8	август	986	29.580.000	1.137	34.110.000	4.530.000
9	септември	982	29.460.000	1.139	34.170.000	4.710.000
10	октомври	1.159	34.770.000	1.142	34.260.000	–510.000
11	ноември	1.164	34.920.000	1.145	34.350.000	–570.000
Вкупно:		**12.191**	**365.730.000**	**12.564**	**376.920.000**	**11.190.000**

Во период јануари – ноември 2015 година, во Фондот се исплатени средства за посмртна помош во износ од 376.920.000,00 денари за 12.564 починати корисници на пензија и споредбено со истиот период во 2014 година кога се исплатени 365.730.000,00 денари за 12.191 починати корисници, во 2015 година тој број е зголемен за 373 и се исплатени повеќе средства во износ од 11.190.000,00 денари.

Според изнесените податоци во информацијата, се констатира дека во периодот јануари – ноември 2015 година, по основ на задршки на средства за Солидарен фонд, се акумулирани средства во износ од 373.599.810,00 денари, кои заедно со пренесените средства за 2014 година во износ од 9.907.214,00 и уплати на задршки од физички лица за Солидарен фонд во износ од 40.200,00 денари, изнесуваат вкупно 383.547.224,00 денари. Во истиот период се исплатени средства за посмртна помош за 12.564 корисници на пензија во износ од 376.920.000,00 денари.

Исто така, во 2015 година се исплатени средства за посмртна помош во износ од 6.600.000,00 денари за починатите 220 корисници од крајот на 2014 година, а истите се исплатени во јануари 2015 година.

Салдото на сметката на 30.11.2015 година изнесува 27.224,00 денари.

Според поднесените барања за посмртна помош заклучно со 30.11.2015 година, поради недостиг на средства за исплата чекаат 720 поднесени барања во износ од 21.600.000,00 денари. Истите се исплаќаат во месец декември, откако ќе бидат префрлени средствата од ноемвриската задршка за Солидарен фонд на сметката за Солидарниот фонд.

Поради ваквата состојба со средствата за солидарен фонд, Фондот на пензиското и инвалидското осигурување на Македонија се наоѓа во состојба да не може редовно да ја сервисира исплатата на посмртната помош за починатите корисници на пензија. Со тоа, ја пролонгира истата за наредниот месец по исплата на пензиите и пренесување на средствата од задршката на жиро–сметката на солидарниот фонд.

Средствата за исплата на посмртна помош за бројот на починатите корисници на пензија во 2015 година, е во просек од 1.207 месечно починати, во износ од 36.210.000,00 денари, а месечниот износ на средствата кои се наменети за исплата на Солидарен фонд во просек изнесува 34.260.000,00 денари. Овие средства во тековната година не се доволни да ја покријат исплата на средствата за посмртна помош на починатите корисници на пензија.

Според направените анализи и предвидувања од страната на Стручната служба на Фондот каде се земени во предвид двата битни параметри како времетраењето на користење на пензијата во просек од 15 години за еден корисник (што влијае директно на задршката за солидарен фонд) и бројот на починатите корисници на пензија (кој е зголемен за 3% во период јануари–ноември 2015 година во однос на истиот период во 2014 година), во 2015 година Фондот во целост ќе ги сервисира и навреме ќе бидат иплатени средствата за посмртна помош.

Согласно очекуваниот број на пензионери до крајот на 2015 година, бројот на пензионери кои би плаќале Солидарен фонд и членарина, би изнесувал околу 284.000 пензионери. Со тоа, ќе се зголемат уплатените средства за Солидарен фонд и редовно ќе се извршуваат сите обврски по основ на исплата на средства за покривање на погребните трошоци за починатите пензионери. **ФПИОМ**

Во здруженијата на пензионери членки на СЗПМ

Новогодишни средби и прослави

Повеќе здруженија на пензионери членки на СЗПМ, по повод новогодишните и божиќните празници, на крајот од декември минатата година организираа пригодни средби и дружења. Традиционалните чествувања пред дочек на Новата 2016 година беа повод да се истакнат и прослават резултатите во изминатиот период со надеж и заложба за поразновидни активности и подобри успеси во иднина. Ваквите манифестации беа одржани во сопствена организација и главно потпомогнати од локалната самоуправа, посебно во здруженијата кои имаат примерна соработка со општините. На некои заеднички прослави на здруженијата на пензионери беа присутни и градоначалниците или нивни претставници, како и претседателот на СЗПМ и претставници на Сојузот.

ЗП Солидарни пензионери Илинден

ЗП Карпош

ЗП Куманово

Предновогодишната средба на **ЗП Солидарни пензионери** од општината **Илинден** ја отвори претседателот на ИО на здружението **Благоја Атанасовски** и честитајќи им ги празниците на присутните, посебна благодарност за поддршката и постигнатите успеси во минатата година изрази до градоначалникот на општина Илинден и претседателот на Сојузот на здруженијата на пензионери на Македонија.

Градоначалникот **Жика Стојановски** во пригодното обраќање на пензионерите од матичното здружение им посака добро здравје и подолг и поубав живот, при што даде ветување дека и понатаму ќе се залага и ќе ги помага пензионерите во нивните активности.

Во новогодишната честитка претседателот на СЗПМ **Драги Аргировски** на присутните од ЗП Солидарни пензионери им посака многу здравје и среќни пензионерски денови, при што изрази надеж дека подддршката и помошта на Општината и во Новата 2016 година ќе донесе нови успеси.

Крајот на 2015 година, **Здружението на пензионери Карпош** го дочека со импресивна прослава во ресторанот „Каскада", на која, при честитањето на празниците со пригодни зборови за постигнувањата се обрати претседателот на ИО **Трајко Савески**. Новогодишна честитка упати и претседателот на Собранието на ЗП Карпош, **Јован Гиновски** и со посебно задоволство ги поздрави гостите, градоначалникот на Општина Карпош и претседателот на Сојузот на здруженијата на пензионери на Македонија.

– На прагот сум на пензионирањето и се надевам дека брзо ќе ви се придружам. Ме радуваат ваквите средби и дружења, но и активностите и успесите што ги постигнувате. Затоа и во иднина ќе ве поддржувам и помагам, – рече покрај другото градоначалникот на Карпош, **Стевчо Јакимовски** честитајќи им ги празниците.

Во пригодното обраќање претседателот на СЗПМ **Драги Аргировски**, накратко ги истакна резултатите на пензионерите во минатата година, при што нагласи дека ЗП Карпош, како едно од најстарите здруженија има голем удел и придонес во Сојузот, а за да бидат успесите уште поголеми очекува во 2016 година пензионерите на Карпош да се обединат во единствено здружение што го носи името на општината.

Околу 150 пензионери од **ЗП Центар** присуствуваа на заедничка средба на која новогодишните празници им ги честитаа претседателот на ИО на Здружението, **Павле Спасев** и градоначалнилот на општината Центар, **Андреј Жерновски.**

Над 300 пензионери од **ЗП Штип и Карбинци** одржаа предновогодишна средба во хотелот „Оаза", која со убави честитки и желби ја отвори претседателот на ИО на Здружението **Михаил Василев,** а гостин на забавата беше и градоначалникот на Општина Штип, **Илчо Захариев**. Тој ги поздрави присутните и упати честитки за здравје и среќа во Новата 2016 година, со ветување и заложба за завршување на Домот за сместување на пензионерите и старите лица.

ЗП Кавадарци веќе неколку години по ред организира прослава по повод заминувањето на старата и доаѓањето на Новата година. Во ресторанот „Ангропромет Тиквешанка" околу 200 пензионери во пријатна атмосфера со музика и песна ги сумираа минатогодишните успеси и со насмевки на лицата покажаа како треба да се сака и да се живее секој ден од животот. На прославата присутните ги поздрави претседателот на ИО на ЗП Кавадарци, **Ристо Анѓушев** посакувајќи им добро здравје, весела атмосфера, длабока старост и уште почесто и помасовно дружење во Новата 2016–та година.

Прославата на новогодишните и божиќните празници на кривопаланечките пензионери со своето учество и поздравно обраќање ја увелича градоначалникот **Арсенчо Алексовски.**

Според известувањата на нашите дописници, вакви средби и прослави се одржаа и во здруженијата на пензионери: Кисела Вода, ОВР Скопје, Бутел, Солидарност – Аеродром, Воени пензионери, како и во други ЗП низ Републикава.

Мендо Димовски

ЗП Дебар и Центар Жупа

ЗП Крива Паланка

ЗП Штип и Карбинци

ЗП Радовиш и Конче

ЗП Гази Баба

ЗП Прилеп (Тризламаалци)

Одбележување на Бадник и Василица

Во повеќе здруженија на пензионери низ Републикава со средби и дружења организирно се славеа верските празници Бадник и Василица, при што беа спроведувани и обичајни обреди кои се практикуваат како дел од нашите културни обележја и традиции. Организацијата и атмосферата за време славењето на овие празници во повеќе здруженија на пензионери ни ја доловија нашите дописници.

Значителен број пензионери од **ЗП Кисела Вода**, христијанскиот празник Бадник го одбележаа на 5–ти јануари во огранокот „11–ти октомври (згради), каде Активот на пензионерки беше организатор, а вредните домаќинки се потрудија бадниковата трпеза да ја збогатат со разновидни посни специјалитети и овошје. Минатогодишната кума, наедно и претседателка на Активот, **Светлана Андонова**, на сите им ги честиташе празниците Бадник и Христовото раѓање со желба за добро здравје и среќа во Новата година. При кршењето на погачата, паричката првпат падна на Клубот на огранокот и се верува дека среќата ќе ги следи сите негови членови.

ЗП Кисела Вода

ЗП Прилеп

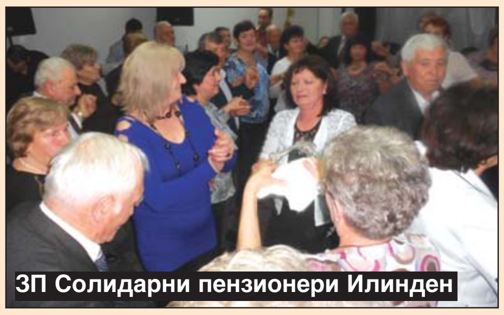
ЗП Демир Хисар

Во организација на **ЗП Гази Баба** над сто и седумдесет пензионери присуствуваа на средбата во ресторанот „Ханибал", која ја отвори претседателката на Активот на пензионерки **Магдалена Спировска**. Притоа таа рече дека оваа манифестација во здружението се практикува како можност за изразување на традиционалните обичаи и пренесување на помладите генерации. На средбата, пензионерките го прикажаа обичајот при кршење обредна погача со паричка, проследен со музика и песни кои се дел од ваквите прослави. Погачата беше дело на старата кума Ана Ѓорѓиева, а паричката и падна на Горица Коцевска, која го презеде кумството за оваа година.

Исто така, по иницијатива на Активот на пензионерки, за околу сто членови на **ЗП Солидарни пензионери - Илинден** и претставници и гости од некои скопски здруженија, со убава музика првпат беше организирана заедничка прослава на Василица во ресторанот „Два партнера" во село Марино. Присутните најпрво ги поздрави и им посака добредојде претседателката на Активот **Ротка Петровска**, а потоа во своето обраќање претседателот на ИО, **Благоје Атанасовски**, на сите им го честиташе празникот и зборуваше за значењето на ваквите средби. И овде беше спроведена церемонијата со кршење погача со паричка и прогласување на новиот кум за 2016 година.

ЗП Демир Хисар за празникот Василица (Стара Нова Година) во комплетно реновираната голема сала организираше незаборавно дружење на поголем број пензионери со традиционалното вртење мазник со паричка. Оваа година паричката и падна на Верка Лозановска на која од раководството на Здружението и беше врачен пригоден подарок. Во име на Здружението учесниците ги поздрави претседателката на Активот на пензионерки **Благица Богоевска.** Со богата трпеза и во весела и пријатна атмосфера и на оваа средба пензионерите докажаа дека се верни чувари на традицијата и адетите кои долги години се слават во демирхисарско.

Во **ЗП Струга,** Активот на пензионерки и оваа година беше иницијатор и организатор на прославата на стара Нова година, на која со убави желби за празникот се обратија председателот на здружението **Милорад Трпоски** и секретарот **Изеир Мустафаи**, додека претседателката на Активот на пензионерките **Елисавета Лазаревска,** се погрижа за спроведување на церемонијата со вртењето ѓомлезец – кашаник со паричка, што стана традиција струшките домаќинки на овој ден да подготвувавaат и виткалници, мазници, како и други специјалитети и слатки работи.


ЗП Солидарни пензионери Илинден

Активот на пензионерки при **ЗП Прилеп** и годинава, ден пред Стара Нова Година – Василица, организираше заедничко дружење на пензионерките од сите ограноци во градот. Централниот клуб на Здружението беше премал за да ги прими заинтересираните за кои организаторите направија бурек со паричка, сендвичи и убава торта. На средбата, гостите најпрво ги поздрави и многу здравје, среќа и радост им посака претседателката на Активот, **Снежана Димеска**, а срдечни поздрави и желби упати и претседателот на здружението **Кирил Ѓорѓиоски**, кој на пензионерките покрај честитањето на Новата година и Божиќните празници им посака уште многу вакви и слични дружења. Најсреќна, се разбира, на ова традиционално пензионерско дружење овојпат беше пензионерката Цветанка Момироска, која во нејзината четвртина бурек го најде паричето.

На традиционалното одбележување на Стара–нова година во **ЗП Демир Капија** присуствуваа градоначалникот Трајче Димитриев и претседавачот на Советот Петар Мојсов, а најсреќен меѓу пензионерите беше претседателот на Здружението Благој Кавазов, на кого му падна лепчето со паричка.

ЗП Гази Баба

IN MEMORIAM

Почина Никола Николовски

На 20 јануари 2016 година почина Никола Николовски, претседател на ИО на ЗП Крушево.

Никола Николовски е роден 1936 година во Крушево, градот на патриотите, градот на храбрите, родниот град на многумина кои ќе останат запаметени, а меѓу нив е и тој.

Основно училиште завршил во Крушево, а гимназија во Прилеп. Дипломирал на Правниот факултет во Скопје. Работниот век го поминал другарувајќи со вистината и правдата, извршувајќи одговорни и значани задачи и повеќе општествени функции во градот Крушево.

Во 1997 година заминува во пензија, со што станува член на најбројната невладина асоцијација во земјата – Сојузот на здруженија на пензионери на Македонија.

Набргу по пензионирањето, правдољубивиот, одговорен, сериозен и одмерен Николовски активно се вклучува во пензионерските случувања давајќи несебичен придонес во развојот и унапредувањето на пензионерското организирање во Република Македонија.

Во 2002 година е избран за член на ИО на СЗПМ и претседател на Правно–економскиот совет при што неговата ангажираност и посветеност придонесуваше за разрешување на многу прашања од правен аспект, битни за пензионерите.

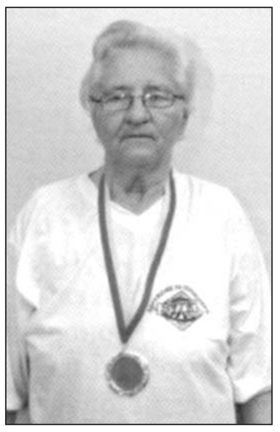
Од 2011 година е претседател на Извршниот одбор на ЗП Крушево, а на оваа функција беше и во моментот кога почина.

Никола Николовски беше човек кој сите поставени задачи ги извршуваше одговорно и професионелно благодарение на своето искуство, знаење и мудрост. Тој ќе биде запаметен како добар човек, искрен пријател и другар со кој беше привилегија да се другарува и да се учи од него. Неговото заминување е загуба за пензионерската организација во Македонија, но пред сè тоа е голема загуба за членовите на неговото семејство кои треба да бидат горди што им бил сопруг, татко и дедо.

СЗПМ

Јанинка Костадиновска, пензионерка од ЗП Куманово

Квалитетна и наградувана шахистка



За неа велат дека е сестрана и посебна. Сестраноста произлегува оттаму што таа спортува, пишува поезија и ракотвори. Посебноста што таа е најдолгогодишна членка на женската шаховска екипа во ЗП Куманово.

Во спортот се испроба и потврди во неколку дисциплини.Најпрвин беше членка на женската екипа во тегнење јаже, потоа целосно се посвети на шахот. Животната енергија и мудрост особено пулсираа во првата спортска декада кога се закити со сите можни медали. Во 2004 година на IX РПСН во Струга, таа со уште две пензионерки во женската шаховска игра беа први и како признанија за челната позиција добија златни медали. Костадиновска беше прогласена за најдобра во поединечна конкуренција. За најуспешна на шаховското поле во истата година е прогласена и на тримечите во Струмица и Скопје. И во 2007, на државниот натпревар во Велес со уште една пензионерка го освоија првото место. Јанинка повторно беше прогласена за најдобра шахистка. Следната 2008 година во Радовиш, со колешките од екипата се пласираа на втората позиција. Низ годините следеа многу шаховски настапи и победи на турнири, двомечи и тримечи со збратимените здруженија од Струмица и скопската Гази Баба, потоа регионални и државни натпревари.

Тоа е накусо спортскиот профил на оваа кумановска пензионерка, која вели спортувањето покажува дека нема старост, нуди другарување и шири позитивна енергија меѓу луѓето толку потребна во овие денешни времиња. Она што кај мене побудува посебни симпатии, додава Костадиновска, е што пензионерите почнаа да размислуваат за својата посветеност, за своето правилно искористување на слободно време, за многу нешта што ќе придонесат животот да им биде поубав и разновиден со што се брише тезата дека бабите и дедовците треба да бидат на располагање исклучиво на домашните обврски и на внуците.

Јанинка Костадиновска е редовна учесничка на поетско–музички средби организирани најчесто во чест на Осми март – Денот на жената. Низ лирските трепети од авторската душа, произлегоа грст стихови инспирирани од ликот на жената мајка и општественик, љубовта кон најблиските и татковината. Таа е истовремено исклучително креативна пензионерка. Од нејзините вредни раце излегоа колоритни дела. Уште во 2004 година се оствари нејзината дамнешна желба. Во НУК „Трајко Прокопиев“ приреди самостојна изложба на ракотворби. На изложбената поставка доминираа плетени волнени чорапи што им ги подари на членовите на пензионерската фолклорна секција, разнобојни исткаени скутачи и други елементи на народните носии.

И денес Јанинка Костадиновска, која животниот пат го продолжи во кумановскиот дом за старци лице „Зафир Сајто", не се откажува од шаховската табла. Со шаховските квалитети ги победува противниците и е позитивен пример за другите дека годините не се битни, ниту пречка за спортување и негување на своето хоби.

Т. Антиќ

ЗП Лозово

Празнична посета на болни пензионери

По повод новогодишните и божиќните празници, членови од ИО на ЗП Лозово посетија повеќе болни и немоќни пензионери во нивните домови и честитајќи им ги празниците на овие луѓе „врзани" за креветот им врачија скромни подароци – донација од градоначалникот на општина Лозово, аптеката „Маринела" – Лозово и од продавачите на овошје, кои со радост дарува од своите производи. Тие во секој дом и од секој болен пензионер беа дочекани со задоволство и со понекоја солза радосница. Раскажуваа за болестите што ги измачуваат, за староста но и за своите внучиња и правнучиња. На заминување, посетителите им ветија дека повторно ќе дојдат да ги видат. На баба Стефка од с. Караратманово, која наполнила 96 години (но за жал го изгубила видот) и ветија дека пак ќе ја посетат, а за стотиот роденден ќе дојдат со торта заедно да го прослават.

Дедо Штерио од с. Дорфулија беше воодушевен од посетителите и желен за разговор, не дозволуваше да си заминат додека неговата бабичка,

10 години помлада од него, ги послужи со локум и кафе.

Баба Стојка од с. Сарамзалино сама живее, нејзините деца се во Србија. Со нескриена љубов и носталгија им ги покажуваше фотографиите од нејзините внучиња, закачени на ѕидот до нејзиниот кревет, каде најчесто ги поминува деноноќијата. Некои од овие болни и немоќни пензионери, како Ратка Стојанова од Лозово, со тага и солзи зборуваа за изгубените чеда, очекувајќи утеха од луѓето кои дошле да ги посетат.

Петар Гурбански од Лозово, кој неодамна го прославил 82 роденден, во неговиот дом го затекнаа со внукот и внуката. До скоро беше витален и подвижен, но дијабетесот, со кој се справувал дваесетина години, го направил своето. Сега не може да се движи без туѓа помош. Како другите и тој со солзи радосници ги пречека гостите. Петар побара од внуката Теона да го фотографира со посетителите и со внукот Кристијан, за да се сеќава на овој убав ден.

М.М.

ЗП Кавадарци

Хуманитарни акции

Традиционално по повод новогодишните и божиќните празници ЗП Кавадарци повторно ја покажа својата хуманитеарна нишка. Имено здружението организираше хуманитарна акција која беше со цел да се помогне на пензионерите кои се нашле во тешка материјална и здравствена состојба, а истовремено се со ниски пензии. Притоа на овие пензионери им беа поделени хуманитарни пакети со прехрамбени продукти и средства за лична хигиена.

Претседателот на ИО на ЗП Кавадарци **Ристо Анѓушев** посочи дека со овој хуман гест сакаат да им покажат на своите членови дека секогаш се со нив и дека не ги заборавиле ниту во празничните денови. Социјално загрозените пензионери и нивните семејства беа пријатно изненадени од овој гест на раководството на Здружението кое својата хуманост и грижа ја покажа на дело. И преку целата година Здружението организира низа такви активности со кои има помага на своите припадници.

Пред новогодишните случувања посебна активност искажаа и членовите од Активот на пензионерки и Комисијата за здравство и социјална политика. Тие организираа посета на неколку семејства и пензионери со неповолна здравствена состојба посакувајќи им успешно закрепнување и многу здравје во новата година. Притоа разговараа за нивните потреби и проблеми, а посетените пријатно изненадени и задоволни, искажаа голема благодарност за несебичната и укажаната помош од активистите.

М. Јованова

ЗП Пробиштип

Средба на пензионерите со градоначалникот

Градоначалникот на Пробиштип Тони Тоневски пред новогодишните празници, точно на 29–ти декември минатата година, не отстапувајќи од востановената традиција, ги посети пензионерите од матичното здружение и ги информираше за реализираните и планираните активности на Општината за 2016 а ги посочи и планираните активности во 2016 година. Во тој контекст истакна дека во наредниот период Општината ќе се фокусира кон намалување на невработеноста, за што е планирано отворање нови капацитети кои ќе вработуваат нови кадри. Тука пред се е изградбата на леарницата „Кранфилд Фаундри" во која

очекува да се вработат над 200 граѓани, како и отворањето на рудникот „Плавица" со можност за вработување на 150 работници, како и давање можности за отворање мали погони и семејни бизниси за самовработување со цел за подобрување на квалитетот на животот на граѓаните.

Градоначалникот Тоневски не го криеше задоволството што е меѓу сограѓаните кои најмногу се вградиле во овој град и во развојот на општината. Во своето излагање тој направи рекапитулација на остварените задачи и решавањето на проблемите на Општината во текот на минатата година, година. Во име на присутните во преполнетата сала на Клубот на пензионерите, новогодишна честитка на градоначалникот му упати и му се заблагодари за соработката претседателот на ЗП Пробиштип **Груица Манасиев.**

По излагањето на градоначалникот се редеа многу прашања од пензионерите на кои тој исцрпно одговараше, а на крајот им посака многу здравје, среќа и убави мигови во останатиот дел од животот.

М. Здравковска

ЗП Охрид и Дебрца

Сите активности во духот на 70-годишниот јубилеј

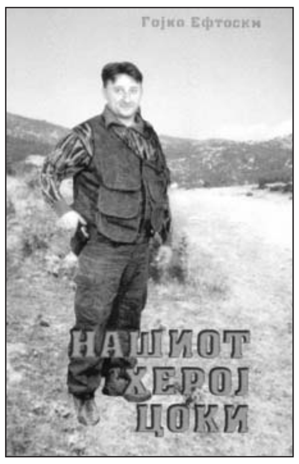
Собранието на ЗП Охрид и Дебрца на декемвриската седница оцени дека во 2015 година се реализирани програмските задачи во сите области од работата на Здружението. Беше истакнато дека најголем придонес е остварен во подобрувањето на стандардот, социјално–здравствената заштита на пензионерите, спортот, културата, соработката, како и во други сегменти. На седницата Собранието ги усвои Програмата за работа и Финанискиот план за 2016 година, како и насоките за работа на месните ограноци. Едногласно беше донесена и одлука сите активности во 2016 година да се одвиваат во духот на одбележувањето на јубилејот 70–години од формирањето на Пензионерската организација на Македонија.

Оценувајќи дека минатата година ЗП Охрид и Дебрца постигна одлични резултати на спортски план, и дека годинава ќе настојува по вторпат да го освои преодниот пехар во трајна сопственост. Собранието го прифати предлгот во 2016 година да се следи активноста на месните ограноци за да може најреално да се изврши избор на најактивен месен огранок и усвои други значајни одлуки. Во оваа пригода членовите на Собранието беа информирани и за тековните активности и одлуки на Извршниот одбор и на Собранието на СЗПМ од преставниците во овие органи од ЗП Охрид и Дебрца, Ристана Мојсоска и Ристо Трајкоски.

К. Спасески

Монографијата „Нашиот херој Цоки"

Сведоштво за една насилно прекината младост



Нашиот дописник од Тетово и новинар во пензија, Гојко Ефтоски, е автор на семејната монографија „Нашиот херој Цоки", чиј издавач е семејството Стојановски од Тетово. Книгата содржи стотина страници, илустрирана со оригинални фотографии, а во себе содржи три дела: биографски податоци за Цоки Стојановски, неговата прерана и насилна смрт во конфликтната 2001 година и – случувањата по неговото убиство до крајот на 2015 година.

Во монографијата се наведува дека тетовецот Цоки Стојановски е роден на 9–ти јануари 1973 година, дека детството го поминал во својот роден град каде завршил средно образование, а за успесите во школувањето и спортувањето добивал повеќе награди, признанија, дипломи, пофалници и благодарници. Бил едуциран за професионално ангажирање во полицијата во која поминал на неколку работни места. Во 1992 година оформил свое семејство, а во бракот добил две ќеркички.

Наоѓајќи се на должност, ноќта спроти први август 2001–та година, смртно бил застрелан кај некогашната зграда на Радио Тетово, на 28 годишна возраст, со што е насилно прекината неговата младост.

Во третиот дел се зборува за случувањата во врска со Цоки Стојановски. За неговото семејство, највредно е одликувањето – ОРДЕН ЗА ХРАБРОСТ, што го додели претседателот на државата Ѓорге Иванов на 7–ми мај 2013 година. Во чест на Цоки, подигнати се спомен бисти во дворот на Сообраќајната полиција во Тетово, во оформениот парк во Туденце, родното село на неговиот татко Лазо, спомен–плоча на местото на погибијата, одржување на веќе традиционален турнир во мал фудбал и полагањето свежо цвеќе од семејството, негови соборци и припадници на полицијата на денот на погибијата на неговото вечно почивалиште.

Е.Г.

Продолжува проектот „Фондот поблиску до пензионерите” и во 2016 година

Фондот за здравствено осигурување на Македонија како финансиска институција од јавен интерес во здравствениот систем на Република Македонија продолжува со својата отворена и конструктивна соработка со сите субјекти во здравствениот систем, во рамките на своите надлежности и согласно законските прописи. Важен чинител во здрвавствениот систем се здруженијата на граѓани, а посебно место има Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија.

Фондот за здравствено осигурување има одлична соработка со Сојузот на здруженија на пензионери на Македонија и на взамено задоволство заеднички утврди дека поради големиот интерес од страна на пензионерите за едукативни работилници, во 2016 година ќе реализира нов – трет циклус на теми кои се од посебен интерес на пензионерите.

Договорено е проектот „Фондот поблиску до пензионерите” да се одржува во текот на 2016 година во 30 градови во Македонија, каде и Фондот за здравствено осигурување има подрачни служби, а Сојузот на здруженија на пензионери на Македонија има свои здруженија. Во овој проект трет партнер со којшто соработуваат ФЗОМ и СЗПМ е Црвениот Крст на Македонија.

Досега, во 2014 година, одржани се 15 работилници, а во 2015 година 32 работилници на територијата на целата држава. На овие работилници, тим од правници и лекари од ФЗОМ имаат свои презентации пред пензионерите на договорени теми, со посебно одвоено време за прашања од пензионерите.

Новиот циклус на работилници посебен осврт ќе има за специјализираната медицинска рехабилитација и рефундациите, кои се едукација за определени здравствени проекти и услуги кои ги финансира ФЗОМ, но и други теми што се од интерес за оваа категорија осигуреници.

Овие едукативни работилници имаат за цел да го зголемат нивото на информираност на пензионерите за своите права од здравствено осигурување како и за другите прашања кои се од интерес на оваа популација.

К.С.А.

Распоред за едукативните работилници со пензионерите за 2016 година, односно нов акциски план за 2016

Бр.	Датум	Место	Тема	Тим
1	29 јануари	Штип	– Специјализирана медицинска рехабилитација – Рефундации	Еден правник и еден доктор од ФЗОМ
2	02 февруари	Кратово	– Специјализирана медицинска рехабилитација – Рефундации	Еден правник и еден доктор од ФЗОМ
3	17 февруари	Тетово	– Специјализирана медицинска рехабилитација – Рефундации	Еден правник и еден доктор од ФЗОМ
4	24 февруари	Неготино	– Специјализирана медицинска рехабилитација – Рефундации	Еден правник и еден доктор од ФЗОМ
5	3 март	Кочани	– Специјализирана медицинска рехабилитација – Рефундации	Еден правник и еден доктор од ФЗОМ
6	10 март	Струмица	– Специјализирана медицинска рехабилитација – Рефундации	Еден правник и еден доктор од ФЗОМ
7	17 март	Струга	– Специјализирана медицинска рехабилитација – Рефундации	Еден правник и еден доктор од ФЗОМ
8	24 март	Гостивар	– Специјализирана медицинска рехабилитација – Рефундации	Еден правник и еден доктор од ФЗОМ
9	07 април	Крушево	– Специјализирана медицинска рехабилитација – Рефундации	Еден правник и еден доктор од ФЗОМ
10	14 април	Свети Николе	– Специјализирана медицинска рехабилитација – Рефундации	Еден правник и еден доктор од ФЗОМ
11	21 април	Велес	– Специјализирана медицинска рехабилитација – Рефундации	Еден правник и еден доктор од ФЗОМ
12	28 април	Ресен	– Специјализирана медицинска рехабилитација – Рефундации	Еден правник и еден доктор од ФЗОМ
13	5 мај	Кавадарци	Специјализирана медицинска рехабилитација – Рефундации	Еден правник и еден доктор од ФЗОМ
14	10 мај	Радовиш	– Специјализирана медицинска рехабилитација – Рефундации	Еден правник и еден доктор од ФЗОМ
15	18 мај	Прилеп	– Специјализирана медицинска рехабилитација – Рефундации	Еден правник и еден доктор од ФЗОМ
16	24 мај	Охрид	– Специјализирана медицинска рехабилитација – Рефундации	Еден правник и еден доктор од ФЗОМ
17	09 јуни	Скопје	– Специјализирана медицинска рехабилитација – Рефундации	Еден правник и еден доктор од ФЗОМ
18	07 јули	Делчево	– Специјализирана медицинска рехабилитација – Рефундации	Еден правник и еден доктор од ФЗОМ
19	30 Август	Берово	– Специјализирана медицинска рехабилитација – Рефундации	Еден правник и еден доктор од ФЗОМ
20	07 септември	Виница	– Специјализирана медицинска рехабилитација – Рефундации	Еден правник и еден доктор од ФЗОМ
21	14 септември	Пробиштип	– Специјализирана медицинска рехабилитација – Рефундации	Еден правник и еден доктор од ФЗОМ
22	21 септември	Битола	– Специјализирана медицинска рехабилитација – Рефундации	Еден правник и еден доктор од ФЗОМ
23	28 септември	Кичево	– Специјализирана медицинска рехабилитација – Рефундации	Еден правник и еден доктор од ФЗОМ
24	06 октомври	Мак. Брод	– Специјализирана медицинска рехабилитација – Рефундации	Еден правник и еден доктор од ФЗОМ
25	12 октомври	Дебар	– Специјализирана медицинска рехабилитација – Рефундации	Еден правник и еден доктор од ФЗОМ
26	19 октомври	Валандово	– Специјализирана медицинска рехабилитација – Рефундации	Еден правник и еден доктор од ФЗОМ
27	27 октомври	Гевгелија	– Специјализирана медицинска рехабилитација – Рефундации	Еден правник и еден доктор од ФЗОМ
28	03 ноември	Демир Хисар	– Специјализирана медицинска рехабилитација – Рефундации	Еден правник и еден доктор од ФЗОМ
29	10 ноември	Кр. Паланка	– Специјализирана медицинска рехабилитација – Рефундации	Еден правник и еден доктор од ФЗОМ
30	15 декември	Куманово	– Специјализирана медицинска рехабилитација – Рефундации	Еден правник и еден доктор од ФЗОМ

ОД РАБОТАТА НА ФОНДОТ НА ПИОМ

Во чекор со потребите

Едно од залагањата во работата на Фондот на ПИОМ е и водење на постојана грижа за сопствениот имот, односно негово редовно одржување, но и постојано инвестирање во подобрувањето на објектите, кои се во секојдневна употреба. Така, Фондот на ПИОМ располага со значаен сопствен имот, и тоа деловни простории во кои се сместени филијалите и деловниците, потоа бројните пензионерски домови за живеење и клубови за дневен престој на корисниците на пензија, како и одморалишта за вработените во Фондот.

Што се однесува до филијалите и деловниците на Фондот на ПИОМ, за 8 објекти кои се користат заедно со Фондот за здравствено осигурување на Македонија, имотно–правните односи сè уште не се регулирани. За овие објекти, Фондот на ПИОМ во 2011 год. поднел барање за целосно и конечно регулирање на статусот согласно Законот за постапување со бесправно изградени објекти (легализација). Меѓутоа, постапката не можела да се реализира, бидејќи, за истите објекти, ФЗО не поднел барање. Со оглед на тоа што Владата на РМ, го продолжила рокот за легализација до март оваа година, сосема е за очекување, ФЗО дополнително да поднесе нови барања за легализација, со што ќе се овозможи овие објекти да добијат регулиран статус.

Но, исто така, треба да се изврши физичка делба на 6 објекти на филијалите на Фондот на ПИОМ кои се запишани со заедничка сопственост со Фондот за здравствено осигурување. Освен тоа, Филијалата на Фондот во Пробиштип е сместена во објект кој е запишан во сопственост на Агенцијата за вработување на РМ, додека во Неготино, Филијалата од 2007 год. е преселена во нов објект, а стариот објект кој се користел заедно со ФЗО, со Одлука на Владата на РМ од 2015 год. е предаден на користење на Општина Неготино. Исто така, и во Делчево, Фондот на ПИОМ заедно со ФЗО располага со заеднички објект кој не се користи и од тие причини побарано е мислење од Министерството за финансии за понатамошно постапување, односно изнаоѓање на соодветно решение.

Меѓутоа, од 14 пензионерски домови со кои располага Фондот на ПИОМ, имотно–правните односи се регулирани за 13, додека за Пензионерскиот дом во Гевгелија е поведена постапка за легализација и истата е при крај. Што се однесува до статусот на деветте клубови за дневен престој на корисниците на пензија, прашањето е регулирано, така што овие простории главно ги користат здруженијата на пензионери и треба Фондот на ПИОМ да склучи договор за нивно понатамошно користење и во оваа и во наредните години.

Кога кон погоре посочениот имот ќе се додаде и фактот дека Фондот на ПИОМ располага и со 4 одморалишта за вработените, и тоа во Сретеново-Стар Дојран, Крушево, Асамати и „Андон Дуков” крај Охридско Езеро, тогаш може да се рече дека е тоа значаен имот, изграден во минатото. Но, за жал, само во Стар Дојран е со регулирани имотно–правни односи, додека за другите објекти е поведена постапка за легализација, со што се очекува во најскоро време целосно и успешно да бидат регулирани овие имотно–правни состојби со имотот на Фондот на ПИОМ.

Уште едно прашање, исто така, е во центарот на вниманието во секојдневната работа на Фондот на ПИОМ. Имено, се работи за секојдневните активности во делот на регистрација на податоците. Треба да се знае дека Фондот на ПИОМ, во рамките на своите надлежности, воспоставува и води матична евиденција која содржи податоци за остварување на правата од ПИО. Важно е да се каже дека регистрацијата на податоците од матичната евиденција на Фондот, опфаќа обработка на М–4 пријавите, кои тековно, Службата за матична евиденција ги регистрира како стаж на осигурување и плати, според кои се пресметува висината на пензијата. Точно оваа и ваква евиденција, во својата точност бара од сите во службата, максимално одговорно да се однесуваат при внесувањето на матичната евиденција за секој осигуреник. Така, заклучно со месец ноември 2015 год., од страна на непосредните извршители, внесени се 535.900 пријави во податоци за стаж на осигурување и плати, од кои 374.870 пријави се добиени по електронски пат, а 161.030 пријави се интерактивно внесени од страна на референтите во службите за матична евиденција.

Во текот на минатата година, во Секторот за информатика во соработка со Одделението за матична евиденција, извршена е масовна контрола и евидентирање на стажот на осигурување на ниво на година и даночен број на обврзниците за плаќање на придонесот. Продолжувајќи со овие активности, сосема разбирливо е дека и во 2016 година, ќе продолжи прибирањето на податоците за осигурениците, проектот М–4 и електронската листа за стаж и плати за обврзниците и осигурениците.

Настојувајќи секогаш да се внесуваат иновации во работата на Фондот на ПИОМ, сосема разбирливо е и одделување на посебни средства за набавка на нови основни средства. Така, со Буџетот на Фондот на ПИОМ за 2016 година, се одобрени средства во износ од 10.030.000 денари за набавка на опрема и машини за сопствени потреби. Во рамките на одобрените средства се планира набавка на информатичка опрема и машини потребна за замена на дел од сегашната и набавка на нова согласно потребите на Фондот, а заради непречено и навремено извршување на деловните процеси и новите процеси кои треба да бидат воведени оваа година во Фондот на ПИОМ.

Заради извршување на работата, за потребите од Секторот за информатика, ќе се извршат набавки на персонални компјутери, потоа на принтери и скенери, информатичка опрема, набавка на софтвер за надгледување и контрола на работата и администратори. Притоа, треба да се истакне дека во оваа година ќе бидат набавени најнеопходните потребни средства и ќе се изврши замена на дел од компјутерите кои се застарени повеќе од 8 години, а тоа се однесува и за принтерите од кои еден број се амортизирани и технолошки застарени, нефункционални и претставуваат проблеми во технолошките процеси. Но, има потреба од набавка и на скенери заради усогласување со технолошките процеси, каде што документацијата при решавањето на пензиите и други процеси се движи по електронски пат, па е потребно да биде скенирана. Предвидени се и средства за набавка на софтвер за надгледување и контрола на работата на системот и лицата вработени во Фондот на ПИОМ, односно заштита на ресурсите и податоците од злоупотреба.

Сето ова вложување покажува дека во Фондот на ПИОМ постојано се следат новите технолошки достигнувања кои позитивно влијаат во работата, за што, сосема разбирливо и се одделуваат огромни средства за оваа намена.

м-р. Снежана Кутузовска

ПЕНЗИОНЕР плус
Весник за сегашните и за идните пензионери

Издавач:
СЗПМ

Година IX – број 90–91
февруари 2016 год.

БЕСПЛАТЕН МЕСЕЧЕН ВЕСНИК

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

Редакциски одбор:
Калина Сливовска - Андонова
главен и одговорен уредник;
Мендо Димовски,
заменик главен
и одговорен уредник;

Членови:
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.

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

ZEGIN ВАША СЕМЕЈНА АПТЕКА
ЕВРОБАЛКАНСКИ ЛИДЕР ВО ПРОМОЦИЈА НА НОВИ МОЛЕКУЛИ
40 - ДНЕВНА ПРОГРАМА
СО ЧИСТ МАТИЧЕН МЛЕЧ
HERBESAN Bio
Complément alimentaire à base de
Gelée Royale
Programme de 40 jours
1000 mg par jour
ПРИДОБИВКИ
ОД МАТИЧНИОТ МЛЕЧ
Зајакнување на функцијата на мозокот
Заштита на црниот дроб
Антивоспалително дејство
Регенерирање на кожата
Контрола на нивото на шеќерот во крвта
Матичниот млеч има силно антиоксидантно дејство, успешно го контролира нивото на холестерол, а само една лажичка дневно ја јакне способноста за апсорпција на калциумот што е клучно за остеопороза.
РЕСВЕРАТРОЛ
со витамин Ц
ПРИДОНЕСУВА ЗА НОРМАЛНА ФУНКЦИЈА НА ИМУНИОТ СИСТЕМ
PHARMAVITAL
RESVERATROL
MIT VITAMIN C
ANTIOXIDANT
Es trägt zur normalen Funktion des Immunsystems bei
64,5 g
130 KAPSELN
Nahrungsergänzungsmittel
ГЕРМАНСКИ КВАЛИТЕТ ЗА ОДЛИЧНА ЦЕНА

СЗПМ

С Т А Т У Т

НА СОЈУЗОТ НА ЗДРУЖЕНИЈАТА НА ПЕНЗИОНЕРИТЕ НА МАКЕДОНИЈА

(ПРЕЧИСТЕН ТЕКСТ)

1. ОПШТИ ОДРЕДБИ

Член 1

Со Статутот се уредуваат целите и дејностите, организационата поставеност и функционирањето на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија (во натамошниот текст: Сојузот).

Статутот содржи: здружување и раздружување во Сојузот, име и седиште; цели и дејности со кои се остваруваат целите; органите и нивниот состав, начинот на избор и разрешување, траење на мандатот на членовите во органите; начинот на одлучување; застапување по закон; начин на стекнување и располагање со средствата; начин на остварување јавност и отчет во работата; начин на донесување, изменување и дополнување на Статутот; начин на постапување со средствата и имотот во случај на престанок на Сојузот и други прашања од значење за работата на Сојузот.

Член 2

Здруженијата на пензионерите на Македонија доброволно се здружуваат во Сојузот за остварување и заштита на целите и интересите на корисниците на пензија, за поцелосно и на единствен начин претставување пред надлежните органи на државата на нивните интереси, заштита и унапредување на правата од пензиското и инвалидското осигурување, за остварување на поцелосна и поквалитетна здравствена заштита, како и за координирање, збогатување и унапредување на културните, спортските и хуманитарните потреби и на други дејности на пензионерите на Република Македонија.

Член 3

Во Сојузот се здружени здруженијата на пензионерите од: Берово, Битола, Богданци, Валандово, Велес, Виница, Гевгелија, Гостивар, Дебар и Центар Жупа, Делчево, Демир Капија, Демир Хисар, Дојран, Злетово, Кавадарци, Кичево, Кочани, Кратово, Крива Паланка, Крушево, Куманово, Лабуништа, Лозово, Македонска Каменица, Македонски Брод, Ново Село, Неготино, Охрид и Дебрца, Пехчево, Прилеп, Пробиштип, Радовиш и Конче, Ресен, Свети Николе, Струга, Струмица, Тетово, Штип и Карбинци, Солидарност – Аеродром, Гази Баба, Ѓорче Петров, Карпош, Кисела Вода, Сарај, Центар, Тафталиџе, Чаир, Бутел, Шуто Оризари, Воените пензионери, Пензионерите од ОВР, Вевчани и Солидарни пензионери – Илинден.

Во Сојузот можат да се здружуваат и други здруженија на пензионерите под услови и критериуми утврдени со овој Статут.

Член 4

Во Сојузот може да се здружуваат здруженија во кои членуваат корисници на старосна, семејна и инвалидска пензија кои се регистрирани во Централниот регистар и го прифаќаат Статутот и другите акти на Сојузот и ги почитуваат и спроведуваат одлуките на Сојузот.

Со барањето за прием во Сојузот, здружението на пензионери доставува: фотокопија од решението за регистрација во Централниот регистар на Република Македонија; Статут на здружението на пензионерите; Одлука за прифаќање на Статутот и програмата на Сојузот; Одлука за учество во финансирањето на дејноста на Сојузот; Одлука за овластување на органот на Сојузот да ја утврдува висината на делот од членарината за финансирање на дејноста на Сојузот; Одлука за овластување на органот на Сојузот да ја определува висината на задршката од пензијата за членарина на здружението и висината на придонесот за Солидарниот фонд и висината на испратнината на член на семејството на починат корисник на пензија и Список на членови на здружението со пристапници (доказ за бројот на членството).

Со здружување во Сојузот, здруженијата не го губат својството на правно лице и својата автономија со взаемно почитување и спроведување на својот Статут и Статутот на Сојузот.

Здруженијата на пензионерите членки на СЗПМ му доставуваат информации, извештаи, записници од седници и советувања, програми за работа и други материјали заради меѓусебно информирање, остварување потесна соработка и други дејствија според заедничка проценка на здруженијата на пензионерите и Сојузот.

Член 5

До раздружување на здружението на пензионерите од Сојузот ќе дојде: ако за тоа Собранието на здружението донесе одлука со двотретинско мнозинство од членовите за раздружување од Сојузот; не постапува согласно Статутот и одлуките на Сојузот; ако е донесена одлука од надлежен суд за престанок на здружението на пензионерите и ако е избришано од Централниот регистар на Република Македонија и поради статусни промени.

2. ИМЕ И СЕДИШТЕ НА СОЈУЗОТ

Член 6

Името на Сојузот е: СОЈУЗ НА ЗДРУЖЕНИЈА НА ПЕНЗИОНЕРИ НА МАКЕДОНИЈА. Скратено име на Сојузот е: СЗПМ.

Седиштето на Сојузот е во Скопје, Бул. „Кочо Рацин“ број 14.

Член 7

Сојузот има својство на правно лице и не може да се трансформира во друг вид на правно лице.

Член 8

Сојузот има печат и штембил.

Печатот е во тркалезна форма со пречник од 26 мм со текст кој гласи: Сојуз на здруженија на пензионери на Македонија – Скопје, а во средината СЗПМ.

Штембилот е во форма на правоаголник во големина од 6 x 2,5 см со ист текст како и на печатот, со место за број и датум.

Член 9

Сојузот го одбележува 20–ти септември, како Ден на пензионерите на Македонија.

3. ЦЕЛИ НА СОЈУЗОТ И ДЕЈНОСТИ СО КОИ ТИЕ СЕ ОСТВАРУВААТ

Член 10

Сојузот е невладина, непартиска и мултиетничка асоцијација на пензионерите и е самостоен во организирањето и остварувањето на целите, интересите и дејностите на здруженијата на пензионерите во Македонија – членки на Сојузот, за нивно остварување, утврдени со овој статут.

Член 11

Цели на Сојузот се:

– следење и проучување на остварувањето на уставните и законските права на корисниците на пензија, заради заштита и промоција на социјалните права и интереси на корисниците на пензија и преземање на мерки за унапредување на социјалната положба и интеграција и подобрување на животниот стандард на корисниците на пензија;

– претставување пред државните органи во заштита и унапредување на правата од пензиското и инвалидското осигурување, остварување на поцелосна и поквалитетна здравствена заштита, збогатување и унапредување на културните, спортските и социјално–хуманитарни потреби на корисниците на пензија;

– остварување соработка со пензионерските асоцијации на пензионерите и старите лица, со цел за унапредување на организацијата, методот и содржината на работата на Сојузот и на системот на пензиското и инвалидското осигурување;

– следење и координирање на организирањето и начинот на дејствување на здруженијата на пензионерите членки на Сојузот за унапредување на формите на нивното организирање и начинот на дејствување, што се од интерес на сите корисници на пензија во државата;

– го следи остварувањето на постапката со закон на задршка од пензијата за посмртна помош и исплата на посмртна помош и средствата за членарината на членките на Сојузот;

– остварува соработка со други Сојузи со невладини и непартиски асоцијации и фондации, со хуманитарни организации, со цел унапредување на хуманитарната помош на корисниците на пензија со ниски пензиски примања;

– остарува соработка со Сојузот на синдикатите на Македонија, Црвениот крст на Македнија, ЗЕЛС и други, за заштита на правата од пензиското и инвалидското осигурување и унапредување на здравствента заштита на пензионерите;

– учество во работата на Економско – социјалниот совет на Македонија за прашања од интерес за пензионерите;

– учество на претставници во работата на Советот за социјална сигурност во Министерство за труд и социјална политика;

– остварува соработка со Фондот на пензиското и инвалидското осигурување на Македонија во однос на солидарниот фонд – посмртна помош и членарина и врши размена на потребни податоци;

– остварува соработка со Фондот за здравствено осигурување на Македонија во унапредување на здравствената заштита на корисниците на пензија;

– учество на претставници на пензионерите во работа на управните одбори како и учество и давање на мислење во подготвување на законски проекти кои се во интерес на корисниците на пензија;

– ги организира, следи и проучува спортските активности на пензионерите во Македонија, со цел, унапредување, збогатување и проширување на интересот на пензионерите за практикување на разни спортски активности и форми за одржување на психофизичката активност на пензионерите. За таа цел непосредно организира регионални и завршни спортски игри на пензионерите;
– организира, следи, анализира и унапредува разни облици и форми на културно–уметнички и забавни дејности на здруженијата со организирање на ревии на песни, музика и игри, одржување на уметничко творење од областа на ликовната и драмската уметност, промоции и на други облици на творење;
– поттикнува издавачка дејност и творештво;
– поттикнува и договара спогодби со организации од областа на прометот, локалниот сообраќај, здравствената заштита, бањско–климатски одмаралишта, културно–уматничките установи и други, за остварување на подобра соработка и бенифиции;
– се грижи за унапредување на чиста животна средина;
– остварува јавност и отчет во работата.

4. УПРАВУВАЊЕ СО СОЈУЗОТ

Член 12

Органи на Сојузот:
- Собрание
- Извршен одбор
- Надзорен одбор.

Собрание на Сојузот

Член 13

Собранието е највисок орган на Сојузот и го сочинуваат избрани претставници на здруженијата на пензионерите – членки на Сојузот.
Бројот на членовите на Собранието на Сојузот е во зависност од бројот на членовите на здруженијата, и тоа: здруженијата до 8.000 членови бираат по еден претставник, а здруженијата со над 8.000 членови, бираат по двајца претставници.
Членовите од став 2 на овој член се бираат од Собрание на здружението и не само по функција туку и од останати членови на здружението заради исполнување на поширока делегатско учество во работата на Собранието на Сојузот.
По потреба, за подобрување на половата, националната и образовната структура, Собранието избира од редот на членовите на здруженијата – членки на Сојузот уште најмногу пет членови, на начин и постапка по предлог на Кандидационата комисија.

Член 14

Избраните претставници во органите на Сојузот извршуваат само една функција.
Собранието на Сојузот има претседател.
Сојузот има претседател кој истовремено е и претседател на Извршниот одбор.
Претседателот на Сојузот е законски застапник на Сојузот и го претставува во правниот промет и спрема трети лица.

Член 15

Надлежност на Собранието:
– донесува статут, програма, финансиски план, деловник за работа и други акти;
– формира Статутарна комисија;
– усвојува годишен извештај за работа и финансиски извештај и ги објавува на својата веб–страница и во весникот „Пензионер плус“;
– одлучува за промена на целите на Сојузот;
– избира и разрешува претседател на Собранието, членови на Извршниот одбор, Надзорниот одбор и на Статутарната комисија;
– утврдува единствени критериуми во материјално–финансиското работење;
– донесува одлука за висината на учеството од членарината на здруженијата на пензионерите за финансирање на дејноста на Сојузот;
– одлучува за здружување и раздружување на здруженијата во Сојузот;
– одлучува за здружување или разделување од други сојузи и за зачленување во сојузи и меѓународни организации;
– одлучува за престанок на Сојузот со мнозинство гласови од сите здруженија членки на Сојузот;
– ги определува функциите во органите на Сојузот;
– одлучува и за други прашања кои не се во надлежност на другите тела на Сојузот.

Член 16

Претседателот на Собранието ги има следните права и обврски:
– ги свикува седниците на Собранието, го предлага дневниот ред во согласност со претседателот на СЗПМ, претседава со седниците и се грижи за редот и дисциплината во текот на седницата;
– распишува редовни и вонредни избори за избор на претставници за членови на Собранието;
– учествува на советувања со претседатели на здруженија на пензионери, на регионални и републички спортски натпревари и на ревии;
– присуствува на посети и приеми на претставници на органите на Државата, на меѓународни организации и друго;
– врши и други работи што ќе му ги довери Собранието.

Член 17

Собранието работи на седници.
Собранието, по правило, одржува седница по потреба, а најмалку двапати годишно.
Вонредна седница на Собранието може да се одржи по писмено барање на една третина од членките на Сојузот, Извршниот одбор и Надзорниот одбор.
Вонредна седница на Собранието се одржува најдоцна во рок од 30 дена од денот на поднесувањето на барањето за одржување.
Седница на Собранието свикува и со неа раководи претседателот, а во негово отсуство или спреченост најстариот член на Собранието на СЗПМ.
Начинот на свикување седница на Собранието, работата и донесувањето на одлуките, се уредуваат со деловникот за работа на Собранието.
Од седниците на Собранието се води записник, кој се доставува до здруженија.

Член 18

Собранието може да работи ако на седницата присуствуваат најмалку две третини од вкупниот број членови.
Собранието одлуките ги донесува со мнозинство гласови од присутните.

Член 19

Собранието одлучува со јавно гласање, а за одделни прашања, по предлог од најмалку 20 членови, Собранието одлучува со тајно гласање.

Член 20

На член на Собранието на Сојузот ќе му престане мандатот пред истекот на времето за кое е избран во случаи:
а) кога сам ќе поднесе неотповиклива оставка;
б) кога неоправдано не учествува во работата на органите на Сојузот чиј член е подолго од 6 месеци;
в) кога ќе биде отповикан од Собранието на СЗПМ кое го верификувало мандатот.

Извршен одбор на Собранието на Сојузот

Член 21

Извршниот одбор се состои од 21 член заедно со претседателот на СЗПМ кој е и претседател на Извршниот одбор и изборот се врши од редот на членовите на Собранието.
Извршниот одбор од својот состав избира потпретседател и секретар.
Извршниот одбор за својата работа му одговара на Собранието.

Член 22

Седница на Извршниот одбор свикува и со истата раководи претседателот на Извршниот одбор, а во случај на негова спреченост или отсуство потпретседателот или секретарот.
Извршниот одбор одлучува ако на седниците присуствуваат најмалку две третини од членовите на Извршниот одбор, а одлуките ги донесува со изјаснување на повеќе од половината од вкупниот број членови на Извршниот одбор.
За седницата на Извршниот одбор се води записник.
Записниците се доставуваат до членовите на Извршниот одбор.
Записникот од седницата на Извршниот одбор се усвојува на наредната седница на Извршниот одбор и се доставува до здруженијата на пензионерите.

Член 23

Извршниот одбор:
– донесува деловник за својата работа;
– ги подготвува седниците на Собранието;
– го утврдува нацртот и предлогот на статутот и другите акти што ги донесува Собранието;
– ја спроведува политиката, заклучоците и одлуките донесени од Собранието;
– формира стручна служба и врши контрола врз нејзината работа;
– управува и одговара за управувањето со имотот на Сојузот;
– поднесува годишен и периодичен извештај за својата работа;

Интервју со Душанка Дивјак – Томиќ, амбасадор на Србија во Република Македонија

Заложба за соработка помеѓу пензионерите од Србија и Македонија

Неофицијално дознавме дека Душанка Дивјак-Томиќ, амбасадорката на Република Србија во Македонија, набрзо ќе и се придружи на пензионерската популација, која и во Вашата држава (со респективна бројка) зазема важно место во општеството. Како гледате на пензионерската организација и колку сте подготвени да и пристапите?

– Според годините и работното искуство, јас веќе и припаѓам на категоријата пензионери, меѓутоа, морам да признаам дека благодарение на многу интензивните и одговорни обврски во рамките на амбасадорската функција, сè уште ја немам прескокнато таа психолошка бариера помеѓу статусот на некој кој е активно вработен и оној кој и понатаму е активен, но формално е во заслужена пензија. Со оглед на тоа имам висока почит кон сите мои врсници кои и припаѓаат на оваа втора категорија, не помалку вредна и кои своето искуство и способности ги манифестираат низ пензионерската организација. Согласно на тоа, кога ќе дојде времето, природно ќе се вклучам во активностите во рамките на моето ново опкружување.

Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија, како најбројна невладина, неполитичка и мултиетничка организација, остварува соработка со повеќе балкански и европски асоцијации и со своите активности се афирмира и на меѓународен план. Со пензионерската организација од Србија е остварена соработка, но има потреба од збогатување на заеднички активности во интерес на пензионерите. Какво е Вашето мислење?

- И Сојузот на пензионерите на Србија, исто така, е најмасовна невладина, неполитичка и мултиетничка организација, како и СЗПМ.

Точно е и сосема е природно помеѓу пензионерските организации на нашите пријателски народи и држави да постои добра соработка. Тоа е така и поради тоа што не толку одамна живеевме во една држава, па и пензионерските организации беа само дел од едно големо семејство. Иако во меѓувреме се изменија околностите, останува она што е трајно, а тоа се нашите цврсти врски во сите области, па сосема е природно и соработката меѓу пензионерите да биде што подобра. Бидејќи, со тоа што се грижат за статусот на пензионерите во нашите општества да биде што подобар и подостоинствен, интересите се совпаѓаат, а размената на искуства секогаш е полезна и потребна. За таа цел уверена сум дека двете страни би требало да се заложат контактите да бидат поинтензивни и поредовни, што секако ќе доведе и до многу подобри конкретни резултати.

Пензионерите и кај вас се сметаат за пренесувачи и чувари на традициите и културното наследство на државата. СЗПМ како лидер на пензионерското организирање на Балканот во таа насока организира регионални и републички фолклорни ревии. По повод 70 години од пензионерското организирање и 25 години од осамостојувањето на Р Македонија постои иницијатива во 2016 година во Скопје да се одржи Балканска ревија на песни, музика и игри. Каков е Вашиот став во врска со ова?

– Во целост се согласувам со вашата констатација и ја ценам вашата иницијатива како мошне добра и корисна. Верувам дека нашите пензионери со задоволство ќе ја прифатат поканата и дека ќе учествуваат на оваа манифестација.

Главната мисија на раководствата на пензионерите е обезбедување побезгрижен и подостоинствен живот на членството, што е исто така поврзано и со висината на пензиите. Како тоа се постигнува во Вашата држава?

– Во остварувањето подобар стандард за сите граѓани во Србија, а посебно за пензионерите кои спаѓаат во најранливата категорија од населението, голема е одговорноста и мошне комплексна е задачата на Владата на Република Србија и на сите други надлежни институции. Секако дека во таа област првенствено спаѓа борбата за поголеми пензии, на што се ангажирани посебно пензионерските здруженија и организации. Тоа ниту малку не е лесна задача, посебно во услови на транзиција, кога тешкотиите од овој чувствителен процес особено се манифестираат токму врз пензионерите. Од друга страна и самите пензионери се свесни дека се неодвоен дел од општеството кој мора да го дели и доброто и тешкотиите со останатите граѓани. Битно е дека пензионерите не се, ниту смеат да бидат заборавени. На овој план претстои уште многу да се направи за тие значително да го почувствуваат подоброто од реформите коишто се во тек.

Со оглед на Вашето големо искуство, стекнато од многуте должности што сте ги извршувале главно надвор од вашата земја, ќе иницирате ли некакви други активности кога ќе влезете во пензионерската организација?

– Со оглед на долгогодишното искуство, верувам дека можам да бидам од корист и кога ќе ми заврши активната кариера. Тоа ме обврзува да продолжам се додека објективно сум во можност и во состојба. Но, за тоа – потоа.

Што е тоа посебно или многу важно во дадениот момент за пензионерите во Македонија, во Србија и другите земји од опкружувањето?

- Секако е најважно во земјата да постојат услови секој човек кога ќе му заврши работниот век и стане пензионер да има соодветни услови за да продолжи достоинствено да го живее животот. Тоа, секако, подразбира многу нешта и зависи од мноугубројни фактори, субјективни и објективни. Сепак, ми се чини дека првиот предуслов е да живее во општество кое има перспектива, кое е способно да осигура просперитетна иднина за своите граѓани. Без оглед на многубројните потешкотии со кои се соочуваат, уверена сум дека и во Србија и во Македонија се градат токму такви општества, како и во тоа дека нашите држави зачекориле со големи и сигурни чекори на патот на просперитетот и развојот.

Разговорот го водеше
Мендо Димовски

Интервју со Љиљана Наумова – претседател на Активот на пензионерки во ЗП Св. Николе

Работата во Активот ме исполнува

Разговорот со Љиљана е со убав повод: – 8 Март денот на жената. Љиљана е сопруга, мајка, баба, пензионерка, активна жена која со своето ангажирање може да биде пример на другите. Родена е во Велес, а светиниколчанка е 45 год. Во пензионерските води успешно „плива" 13 години, а од 19.3.2015 година е претседател на Активот на пензионерки во ЗП Св. Николе.

● Што Ве поттикна да бидете активна во Здружението на пензионери?

– Со престанок на работниот однос, се создаде простор во кој межев да се свртам кон себе. Дружењето со пријателките од мојата генерација, ми беше одлично решение, го немав чувството на осаменос, што многумина пензионери го доживуваат. Помеѓу нас се развија искрени пријателски односи, слични на оние кои постојат во едно семејство, а и така се чувствуваме како семејство. Тоа многу ни значи на сите.

● Дали во Активот, откако сте Вие на чело, има нови активности, нови членови?

– По пензионирањето, откако почнав да членувам, се дружевме и среќававме еднаш неделно. Во сопствена режија организиравме екскурзии до познати историски места, манастири, излети на отворено и друго. Со новоизбраното раководство имаме големо разбирање и соработка, така да дел од трошковите ги подмирува Здружението и тоа придонесува сите активности да бидат помасовни. Среќавањата и понатаму се реализираат, со тоа што сега сме побројни, другарувањето е на висина. За оваа година дена имаме неколку нови активности. Соработката со Црвениот крст е на повисоко ниво, ги посетуваме болните и изнемоштените лица во нивните домови. На иницијатива на една пензионерка, формиравме работилница, која се одржува еднаш месечно, каде со стручно лице дискутираме за етика и вери, а ова е и меѓугенерациска соработка, бидејќи предаваат е млад. Имаме и редовна соработка на разни полиња, со други Здруженија од земјава. Формиравме секција за литературно творење и читање. Со истите секции од ЗП Велес, Куманово, Кавадарци и Неготино, наизменично се одржуваат средби каде се читаат творби од пензионерите и ова дружење има тенденција да се прошири. Со вложување труд, волја и упорност една активистка со уште десетина пензионерки успеа да се докажат во вештина на правење макраме, кое беше подзаборавено, правење икебани и слики од суви китки и лисја, декубаж вештина и сликање. Ова се и планови за оваа година, што не значи дека нема да има уште повеќе активности. Јас го сакам спортот и редовно учествувам во спортските натпревари.

● Што Ви значат овие ангажирања во Здружението?

– Ме исполнуваат со задоволство, се чувствувам корисно, среќна сум што имам добри пријатели, а и новите познанства прераснуват во искрено дружење. Ангажирањата што ги имам во Активот ми го исполнуваат времето, дури некогаш денот ми е мал.

● Што ќе преземете како Актив во чест на одбележување на големиот јубилеј 70 години од пензионерското организирање во Македонија?

– Да, тоа прашање е во тек, ќе се вклучиме во програмата на Сојузот, според нашите можности.

● Што друго правите во слободното време, освен што сте ангажирана во Активот?

– Ја сакам природата и доста слободно време поминувам во нашето лозје, а дотаму пешачам бидејќи пешачењето, исто така, го сакам. Лозјето ми е втора куќа, занимација, одмор, катче каде можам да останам самата со себе, што секому му е потребно. Многу ги сакам и цвеќињата и не ми е тешко да ги негувам и да уживам во нивната убавина и опојните мириси. Среќна ме прават и многу нешта, ситни вниманија од сите што ми значат, и убавото зборче, но сето тоа не може да се спореди со чувството на среќата и исполнетост со љубов кога се во прашање моите внуци, деца од моите две ќерки кои се многу внимателни кон мене и татко им. Внуците од малечки јас ги одгледав, и уживав во секој миг додека земав учество во нивното воспитувањето и растењето. Сега кога се студенти и средношколци доаѓаат доста често, и по повод некој значаен датум и онака, да ме видат, да се дружиме, размениме мислења, се сакаме и почитуваме. Нема крај на мојата среќа кога ќе ми приредат некое изненадување.

● На крај што би им порачале на идните пензионери?

– Да влезат среќно без страв во третото пензионерско доба. Многу години да ја користат пензијата, да имат добро здравје и нека ни се придружат во нашето Здружение.

Вукица Петрушева

ЗП Кавадарци

Турнири во табла и шах

Традицијата продолжува и годинава. Кавадаречките пензионери третото Божиќно утро го започнаа со традиционалниот турнир во табла. Од година во година интересот за играње табла и одмерување на силите меѓу пензионерите е сè поголем. Така и годинава во просториите на Пензионерскиот клуб 16-мина натпреварувачи седнаа еден наспроти друг и ја покажаа својата умешност во играњето табла и доброто дружење. Убава дружба и среќа на сите натпреварувачи им посака претседателот на ИО на ЗПК, **Ристо Анѓушев** и го прогласи турнирот за отворен.

Возбудата и тензијата се повеќе растеа како што се приближуваше финалето. Како и секогаш во ваквите игри на врвот има место само за еден, најдобриот. Оваа година тоа беше пензионерот Блашко Грозданов, веднаш зад него се најде Андре Рамнишов, трет беше Пане Тодоров и четврти Здраве Стојанов. На сите нив им беа доделени симболични награди.

За неколку дена подоцна, на 13.01. 2016 година се одржа и традиционалниот турнир во шах кој, исто така, го организира ЗП Кавадарци и Комисијата за спорт при здружението. На турнирот во шах беа пријавени 10 наптреварувачи кои играа повеќе од три часа. Во убава атмосфера течеше турнирот, на кој единствена цел беше традицијата и забавата меѓу шахистите. Најумешен од сите годинава беше пензионерот Ване Тодев, второто место го освои Киро Кузманов, а со ист број на поени беа пензионерите Димо Дулот и Петар Кабранов, кои го поделија третото место. Со овие спортски активности пензионерите го означија стартот на уште една плодна, богата и работна година, во која освен дружењето и забавата ќе бидат организирани и други разни активности предвидени со Програмата за работа.

Мартина Јованова

ЗП Гази Баба

Пивтијада со хуманитарен карактер

Традиционално, по осми пат, на плоштадот во населбата Автокоманда, по повод верскиот празник Богојавление – Водици, на 19 јануари 2016 година се одржа хуманитарната манифестацијата „Пивтијада 2016", на која се избира најубаво подготвен кулинарскиот специјалитет – пивтија, во организација на општина Гази Баба, која има и продажен карактер, а собраните средства ќе бидат наменети за Клиниката за детски болести во Скопје.

Манифестацијата ја отвори и за нејзиното значење зборуваше градоначалникот **Тони Трајковски**, а на истата учествуваа жени од месните и урбаните заедници, Активот на пензионерки при Здружението на пензионери Гази Баба и ресторани на територијата на општината. Граѓаните уживаа во вкусните пивтии, песните на повеќе естрадни уметници и ората на кои играа.

– Активот на пензионерки при нашето Здружение активно учествува на повеќе манифестации од најразличен карактер. Со посебно задоволство учествуваме на оваа хуманитарна манифестација, осма година по ред, од самиот почеток. Традиционално утврдениот рецепт на вкусните пивтии, нашите пензионерки го наследиле од своите мајки и баби, од кои научиле дека вистинската пивтија треба да биде проѕирна и бистра. Вкусните пивтии, колачи и други производи ги продаваме, а парите одат во хуманитарни цели, – ни рече **Магдалена Спировска**, претседател на Активот на пензионерки при Здружението.

Како и многу пати досега, Активот на пензионерки при ова Здружение, ја покажа својата хуманост. По завршувањето на продажниот дел на манифестацијата, во клубот на пензионери во Автокоманда, пензионерите и гостите, со звуците на пријатна музика, песни и ора, продолжија со славењето на празникот, кое прерасна во незаборавно дружење.

Васил Пачемски

Трета седницата на статутарната комисија на СЗПМ

Усвоен пречистениот текст на Статутот на СЗПМ

На 20 јануари 2016 година статутарната комисијата на СЗПМ ја одржа својата трета седница. На седницата покрај членовите на комисијата Зико Зиков, Јован Гиновски, Пеце Гештаров и Весна Поповска, заради важноста на дневниот ред беа присутни: претседателот на СЗПМ Драги Аргировски, потпретседателот на Собранието на СЗПМ Бесник Поцеста, потпретседателот на Извршниот одбор Салтир Каровски и секретарот на Извршниот одбор Станка Трајкова. Оправдано отсутен беше Руфат Рамадани.

По усвојување на дневниот ред претседателот Зико Зиков даде објаснување за текот и начинот на создавање на пречитениот текст. Меѓу другото тој рече дека при утврдување на содржината на пречистениот текст на Статутот на СЗПМ, земени се во предвид сите измени и дополнувања од статутарната одлука за измени и дополнувања на Статутот кои беа добиени низ целокупната демократска процедура низ која помина овој најважен документ за Сојузот за чија измена се пристапи со единствена цел да биде во потполност сочувана автономноста на здруженијата кои се правни субјекти, но од друга страна, здруженијата да го почитуваат Статутот на асоцијацијата во која доброволно пристапиле.

Со својата дискусија придонес во работата на седницата даде секретарот на ИО на СЗПМ Станка Трајкова објаснувајќи го начинот и методологијата на создавање на содржината на пречистениот текст на Статутот на СЗПМ.

Во дискусијата во која учествуваа сите присутни и детално беа разгледани членовите од пречистениот текст на Статутот на СЗПМ.

Сите дискусии беа стручни и сеопфатни, при што посебен придонес за разрешување на одредени дилеми, даде претседателот на СЗПМ Драги Аргировски.

На крајот од седницата беа донесени следните заклучоци: се задолжува стручната служба да ги внесе сите забелешки во текстот нотирани на седницата; пречистениот текст на Статутот на СЗПМ да биде даден на лекторирање и да биде отпечатен на македонски, на англиски и на албански јазик.

К.С.А.

ЗП Гази Баба

Подем во сите области

На 29–ти декември, ЗП Гази Баба одржа отчетна седница на Собранието, во проширен состав со претставници и претседателите на месните разграноци и комисии, при што беше анализирана работата на здружението во 2015 година и беа донесени значајни документи за натамошно дејствување и остварување на програмските задачи. На дневен ред на седницата беа ребалансот на Финансискиот план на приходи и расходи за 2015 година и Програмата за работа и финансискиот план за 2016 година. Јасните резултати и достигнувања и вистинското задоволство од остварените задачи беа основната карактеристика за едногодишната работа на телата и органите на Здружението. Со седницата раководеше претседателот на Собранието, **Ана Ѓорѓиева**, која откако им посака успешна работа на присутните имаше воведно излагање. Извештај за работата за 2015 година, поднесе претседателот на Здружението, **Ѓорге Андонов.**

Претседателот Андонов ги запозна присутните со Програмата за 2016 година која содржи широка палета активности корисни за пензионерите. Исто така тој нагласи, дека меѓу другото планирани се повеќе хуманитарни активности, помош на посиромашните пензионери, спортски и културни настани, посета на повеќе историски и културни споменици, партиципација за бањското лекување и друго. Во рамките на другите активности, годинава се предвидува интезивирање, збогатување и омасовување на севкупниот културно–забавен и спортски живот со заедничко дружење на пензионерите преку материјално–финансиска и едукативна помош на натпревари и турнири. Исто така нагласи претседателот Андонов здружението ќе се вклучи активно во одбележување на 70 години од пензионерското организирање во Македонија.

На крајот на отчетната седница на Собранието сите документи беа едногласно усвоени. и беше заклучено дека Здружението во сите области покажува подем и постигнува забележителни успеси.

Васил Пачемски

ЗП Куманово

Отчетно-програмска седница

Собранието на ЗП Куманово на 29 декември 2015 година одржа отчетно–програмска седница со која раководеше и акценти од Извештајот за работата во 2015 година поднесе претседателот **Спирко Николовски.** Тој истакна дека планираните задачи во сите области се реализирани и наведе некои факти што го потврдуваат истотото. Така во здравствено–социјалната и хуманитарната сфера се помогнати 177 болни пензионери со доделени 830.000 денари, бањски одмор користеле 126 членови, за што се потрошени 327.200 денари, додека на 13 екскурзии учествувале 1733 пензионери поддржани со 182.478 денари. Во областа на културата, се организирани 34 јавни настапи првенствено благодарение на Драмската работилница. Исто така, во 2015 година спортистите биле прваци во регионот во 13 дисциплини, а на Републичката спортска олимпијада го освоиле второто место.

Како значаен сегмент во работењето Николовски го истакна информирањето со гласилата на СЗПМ и „Пензионерскиот информатор" на здружението, а ја спомна и монографијата „20 години пензионерско спортување".

На седницата беше разгледано и финансиското работење на Здружението поткрепено со конкретни бројки и проценти за потрошените средства според програмските задачи, а предлог Финансиски план за 2016 година со образложение поднесе **Снежана Андова**, претседател на Надзорниот одбор. На седницата беше разгледана и предлог Програмата за работа на здружението во 2016 година, по која воведно излагање имаше **Љубица Кузмановска**, потпретседател на Собранието.

По широката и конструктивна расправа по сите документи, со незначителни дополнувања, Извештајот за работата во 2015 година, Програмата за работа и Финансискиот план за 2016 година, едногласно беа усвоени.

Мирко Макрешански

ЗП Штип и Карбинци

Утврдени Програмата и Финансискиот план за 2016

На 30.12.2015 година, Собранието на ЗП Штип и Карбинци во проширен состав одржа седница на која беа разгледани Програмата за работа и Финансовиот план за 2016 година. На седницата беше избран Душко Стојанов за претседател на Надзорниот одбор, а Никола Иванов за нов член.

Претседателот **Михаил Василев** ја образложи Програмата, при што рече дека и во 2016 година активностите ќе бидат насочени кон подобрувањето на стандардот на пензионерите, соработката со СЗПМ и со ЗП широм Републикава, со ЛС, Црвениот крст и други значајни субјекти. Потоа се осврна на зацртаните активности како: бањски лекувања со партиципација, хуманитарна помош, сместување на стамбено загрозени пензионери, хуманитарни акции, организирање културни и спортски настани на регионално и републичко ниво, излети и посети на културно–историски места. Значајно за Здружението ќе биде и завршувањето на Пензионерскиот дом, кој е готов до карабина, а со отворање нови клубови ќе се продолжи сè зависно од можностите, за што треба да се води сметка за пензионерските средства.

Ѓорги Боризов, претседател на Комисијата за култура, меѓу другото додаде дека во план е да се формира изворна група од јуручкиот етнос од плачковичкиот предел, поетска средба, а пејачката група ќе има настапи на регионалните и републичките музички средби.

Претседателката на Комисијата за економија и стандард **Ленче Василева** нагласи дека треба да се води сметка и за заштита на имотот на ЗП Штип и загрозените пензионери.

Во дискусијата се вклучи **Александар Захариев,** член на ИО на СЗПМ, кој појасни некои работи околу користењето на членарината, а за истото прашање дискутираше и **Коста Штериев,** заменик претседател на ИО на ЗП.

Цвета Спасикова

ЗП Центар

Успешно завршена 2015

Собранието на ЗП Центар на 25–ти декември 2015 година ја одржа својата 4–та седница, со која раководеше претседателот **Крсте Ангеловски,** а расправата главно беше насочена кон разгледувањето и усвојувањето на Предлог финансискиот план за 2016 година. Во дискусијата учествуваа: **Крсте Ангеловски, Павле Спасев**, **Димитар Тодевски**, **Салтир Каровски, Ристо Пановски, Вељан Стојковски, Спиро Николовски, Царева Трпеновска и други**. Беше констатирано дека Здружението во 2015 година домаќински работело, со барање таквиот тренд да продолжи и оваа година, дотолку повеќе што приходите се значително на пониско ниво од претходната.

По усвојувањето на Предлог финансискиот план, Собранието го прифати барањето на др. Крсте Ангеловски за повлекување од претставник на здружението во Градскиот сојуз на ЗП од оправдани причини. Исто така, Собранието ја поздрави и Одлуката на ИО донесена кон крајот на 2015 година според која еднократната парична помош на социјалните случаи се зголемува од три на четири илјади денари. Пензионерите пак со пензија до 8 000 денари ќе можат да се одмораат во Рекреативниот центар Катланово целосно безплатно, за што трошоците ќе ги покрива ЗП Центар.

Успешно завршената 2015 година, на 28 декември над сто пензионери од ова здружение имаа можност со веселба да ја испратат и да си посакаат најубави желби за Новата година. Тоа им го овозможи градоначалникот на Општина Центар **Андреј Жерновски,** кој со своите соработници и покрај преполниот дневен распоред, придружувајќи им се го увелича заедничкото дружење во ресторанот Томче–Софка, со новогодишна честитка и ветување дека оваа средба ќе прерасне во традиционална.

Ц. Илиева

ЗП Тафталиџе ДДД – Скопје

Прифатена програмата за работа за 2016

Програмата за работа на ЗП Тафталиџе ДДД – Скопје и Финансискиот план за 2016 година беа основни точки на дневниот ред на втората седница на Собранието на ЗП Тафталиџе, што се одржа на 30–ти декември 2015 година. Со седницата раководеше претседателот **Димитрија Димовски**, кој го посочи значењето на предложените документи, по кои расправа се водеше и во сите шест ограноци на здружението во текот на месец декември.

Во дискусијата членовите на собранието нагласија дека за остварување на програмските задачи е неопходно организационо зајакнување на здружението, како и оспособување на ограноците на пензионерите за следење на сите проблеми, прашања и забелешки. Активностите на Извршниот одбор ќе се реализираат преку четирите комисии. За одбележување е дека програмските активности на ИО ќе се насочат кон заштита и унапредување на правата и инетресите од областа на пензиското осигурување и здрасвтената заштита. Инаку, и оваа година ќе продолжат активностите за создавање на просторни услови за подобрување на работата на ограноците со можност за отворање пезнионерски клубови во соработка со локалната самоуправа. Посебно ќе се остварува соработка со СЗПМ и СЗП на Град Скопје. На седницата беше предложено да се донесе амблем на здружението Тафталиџе ДДД, за што ќе се ангажира Извршниот одбор. По конструктивната расправа, Програмата за работа и Финансискиот план за 2016 година беа едногласно усвоени.

С. Билински

ЗП Струга

Резултатите - поттик за успеси

Собранието на ЗП Струга на 26 декември 2015 година, одржа редовна седница на која беа разгледани основните документи за работа на здружението во 2016 година. Посебно внимание му беше посветено на Финасискиот план за работа, што го образложи претседателот на ИО **Милорад Трпоски**, кој раководеше со седницата и кој изнесе акценти од предлог Програмата за работа. Овој значаен документ рече дека е коректно изработен, при што е водено сметка за рационално и домаќинско работење на Здружението. Приходите во најголема мера се од членарината, а најголеми ставки на расходи се за одржување на пензионерските спортски игри, ревиите и друго.

Другите точки од дневниот ред ги образложи секретарот на здружението **Изеир Мустафаи**, кој ги запозна членовите на ИО со некои одлуки. По обемната и конструктивна дискусија, Предлог–финасискиот план и другите одлуки едногласно беа усвоени. На крајот од седницата, претседателот Трпоски истакна дека домаќинското работење и постигнатите резултати и успеси на Здружението во 2015 година претставуваат обврска, но и поттик за уште подобро работење во 2016 година.

С. Кукунешоски

ЗП Радовиш и Конче

Усвоени документи за работа во 2016

На 22 Декември 2015 година, Собранието на ЗП Радовиш и Конче одржа редовна седница на која се расправаше за новоподготвените документи за работа во 2016 година.

Во воведното излагање, претседателот на ЗП Радовиш и Конче, **Јордан Костадинов** ги информираше присутните за актуелностите во Сојузот, а посебно се задржа на новините во Статутот на СЗПМ, како и измените во Правилникот за спортски игри. Исто така, тој зборуваше и за пензионерската социјална карта, за ажурирањето на регистерот на Здружението, за стандардот на пензионерите, како и за учеството на ЗП Радовиш и Конче и ЗП Македонска Каменица на фестивалот на третата животна доба во Љубљана, каде беше прифатена иницијативата на претседателот на СЗПМ Драги Аргировски за одржување „Европска ревија на песни и ора – Скопје 2016".

За материјално–финансиското работење во Здружението и за предлог финасискиот план за 2016 година, опширно зборуваше книговодителот **Маринко Тодоров**.

За приложените документи се водеше мошне конструктивна дискусија во која членовите ги искажаа своите ставови и мислења. Во дискусијата учествуваа: Љиљана Младеновска, Стојанчо Лукаров, Павлина Чабукова, Трајанка Ѓоргиева, Славчо Ристов, Петре Димчевски и Петре Јованов.

Задоволни од досега постигнатото како и од содржината на новопредложените документи, членовите на Собранието едногласно ги усвоија Програмата за работа и Финансискиот план за 2016 година.

Љ. Младеновска

ЗП Прилеп

Годинава уште поактивни

Собранието на ЗП Прилеп ја одржа 2. седница на која покрај членовите, присуствуваа и претседателите на 19–те разграноци. На седницата беа разгледани и со незначителни забелешки прифатени извештаите и понудените програми за работа на комисиите и Активот на пензионерки.

– Лани остваривме многу активности во сите области, а за годинава планираме да бидеме уште поактивни и да оствариме уште подобри резултати на спортско и културното поле со двете наши КУД, особено на планот на рекреацијата и одморот на пензионерите. Активот на пензионерки беше мошне продуктивен со своите акции, предавања и организирани приредби – истакна, – претседателот на ЗП **Кирил Ѓорѓиоски**.

Овде секако треба да се одбележи учеството на пвеќето манифестации, празници и јубилеи на локално, регионално и државно ниво. Потоа, успешното презентирање и афирмирање на македонските изворни и староградски песни и традиционални игри и обичаи од прилепскиот крај, преку двете КУД „Пензионер" и „Пенка Котеска". Исто така, во 2015 година на повеќе од 200 пензионери, им беа доделени од 3 до 5 илјади денари помош, а 500 илјади денари ЗП вложи како партиципација за градскиот автобуски превоз. Беа реализирани и 8 екскурзии во земјата и една во Србија, а педесетина пензионери по 7 дена користеа одмор во Драч – Албанија. Забележителни беа и резултатите на регионалните и републичките спортски натпреварви на пензионерите.

Седницата на собранието заврши во пријатна атмосфера со дружење при што КУД „Пензионер" изведе кратка програма, а по повод 40 години постоење им беа доделени благодарници. Благодарници и парични награди добија и најдобро пласираните пензионери спортисти.

К. Ристески

Седница на Собранието на ЗП Солидарност – Аеродром

Со нови планови во нови успеси

Во согласност со Статутот, Собранието на ЗП Солидарност – Аеродром Скопје, од вториот изборен состав на неговото формирање, одржа редовна седница на 25.12.2015 г. со која раководеше претседателот Стамен Филипов.

За новата Програма за работа на Здружението и органите и телата во 2016 г., воведно излагање изнесе секретарот **Милорад Ристовски**. Планираните активности произлегуваат од статутарните определби, особено се во културно–забавните и рекреативните активности, спортот, хуманитарните и активности за статусот на пензионерите. Во соработка со СЗПМ, ќе се залагаме за: подобрувањето на стандардот на пензионерите, здравствената заштита, климатско–бањската рекреација и лекување и други активности. Преку Програмата за работата ќе се зајакне соработката со збратимените здруженија и со други организации и институции, а таа може и да се надоградува според согледаните нови потреби.

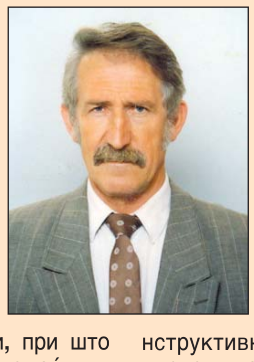
Документите за усогласување на финансиските планови за 2015 г., и Планот на планирани приходи и расходи на Здружението за 2016 година ги образложи претседателот на Извршниот одбор, **Димитрија Богатиноски**. Усогласувањето на документите е според практиката во СЗПМ и придонесува за подобро искористување на пренесените средства во наредната година. Со Планот на планирани приходи и расходи на Здружението за 2016 година се бележат реално очекуваните приходи првенствено од членарината бидејќи бројот на членовите континуирано расте и се приближува кон 12.000 пензионери од територијата на Општина Аеродром. Реално планираниот буџет ќе овозможи реализирање на сите програмски активности во сите сфери на делување и воведување и на нови разновидни активности како и за прослава на 70 години од пензионерското организирање во Македонија.

Илија Глигоров

ЗП Кисела Вода

Домаќинското работење носи резултати

Собранието на ЗП Кисела Вода на 25. декември 2015 година ја одржа втората седница во новиот состав, со која раководеше претседателот Јован Ќирковиќ и донесе значајни документи за работата на здружението во 2016 година.



Најпрво се разгледа Извештајот на Надзорниот одбор, за кој образложение даде Петар Пауновски, при што заклучи дека здружението домаќински работело и остварило позитивно салдо. За правилното и законско работење зборуваше и претседателот на ИО на ЗП **Васил Зимбаков**. Потоа беа разгледани ребалансот на Финансискиот план и Програмата за работа во 2016 година, за кои вовед дадоа Јован Ќирковиќ, Александар Штерјовски и Петар Пауновски, а по конструктивната расправа од повеќе членови на Собранието, сите документи беа едногласно усвоени.

Во врска со предложените измени и дополнувања на Статутот на Здружението, образложение даде Зико Зиков, кој говореше за значењето и почитувањето на одредбите.

На оваа седница за претставник на Здружението во Сојузот на ЗП на град Скопје беше избран Слободан Илијевски.

Седницата заврши со честитање на новогодишните и божиќните празници и со желби за подобро здравје и поголеми успеси во наредната година.

Елица Даниловска

ЗП Свети Николе

Донесени важни документи и одлуки

Извршниот одбор на ЗП Свети Николе на 25.12.2015 година одржа седница во новиот состав. На седницата со која раководеше претседателот Никола Атанасов беа донесени важни документи и неколку одлуки.

По едногласно усвојување на дневен ред, претседателот **Никола Атанасов** детално го образложи финансискиот план за 2016 година. Притоа нагласи дека во 2016 година најголемите вложувања ќе бидат за реновирање на салата за дневен престој на пензионерите каде тие се рекреираат, забавуваат и одмораат, како и за реновирање на двете канцеларии.

Понатаму тој даде исцрпно објаснување за работата на органите и телата на Здружението, потенцирајќи дека за својата работа комисиите треба да изготват програма за активностите за 2016 година.

Донесена е и усвоена одлука за времено финансирање, кое е законска обврска. По овој период, на своја седница Собранието ќе го донесе буџетот за 2016 година.

По разгледувањето на Деловникот за работа на органите и телата на Извршниот одбор, членот на Собранието на СЗПМ Светолик Николов, поопширно ги образложи причините за донесување ваков Деловник, кој ќе овозможи да се спроведуваат препораките донесени од СЗПМ. Измените на Статутот треба да бидат во согласност со измените на Статутот на СЗПМ.

В. Петрушева

ЗП Берово

Избран претседател на здружението

Собранието на ЗП Берово на својата седница на 25–ти декември 2015 година, поради определени несогласувања околу изборот на претседател на Здружението минатата година, најпрво реши да гласа за избор на претседател и потоа да ги донесе основните документи за работа на Здружението во 2016 година. Со јавно гласање и мнозинска поддршка на членовите од Собранието, Љупчо Готовски повторно беше избран за претседател и му беше даден мандатот да го води здружението во наредниот период. За член на Собранието на СЗПМ беше избран Јован Чичаковски. На седницата се расправаше за финансиското работење на Здружението во 2015 и донесувањето Програма за работа и Финансиски план за 2016 година. Во тој контекст во дискусијата беше истакнато дека во минатата година со домаќинско работење на органите успешно се реализирани сите програмски задачи со планираните финансиски средства.

По извештајот за работата и Предлог програмата за 2016 година се разви мошне конструктивна дискусија која главно беше насочена кон укажување на проблемите и предлагање мерки за унапредување на работата. Посебно внимание со својата дискусија привлече Бранко Дупкарски кој даде конкретни предлози за решавање актуелни проблеми и вети дека лично ќе се ангажира и ќе помогне во отворањето пензионерски клуб во огранокот во Русиново.

Со незначителни дополнувања на Финансискиот план и Програмата за работа во 2016 година Собранието овие документи едногласно ги усвои.

На седницата беа разгледани и други актуелни прашања значајни за натамошно дејствување и постигнување подобри успеси на здружението.

М.Д.

ЗИП Прилеп

Нови простории за инвалидските пензионери

По отстапувањето на просториите од страна на ЗП Прилеп и по успешното аплицирање со проект за помош до Амбасадата на Р. Германија во Македонија, ЗИП Прилеп се опреми со нова канцеларија и клуб кои неодамна на свечен начин беа официјално предадени на употреба. За остварување на проектот за подобри услови на инвалидските пензионери, беа доделени, грант од околу три илјади евра од германската амбасада, 10 илјади денари од Локалната самоуправа, а и ЗИП учествуваше со сопствени средства.

Претставникот на Германската Амбасада, **Томас Хеле**, при примопредавањето на новите простории ја објасни причината за прифаќањето на апликацијата на ЗИП Прилеп на конкурсот и доделувањето на грантот.

На свеченоста присуствуваше и градоначалникот на Прилеп, **Марјан Ристески**, кој нагласи дека ова здружение заслужено беше поддржано и со средства од Општината, а за неговата активност минатата година ја доби наградата „3–ти ноември" на град Прилеп.

Заблагодарувајќи им се на донаторите, претседателот на ЗИП Прилеп, **Томе Мазгалоски**, истакна што е сè направено за членовите, меѓу кои ги наброи доделувањето на еднократна помош на пензионери со ниски пензии, обезбедувањето со огревно дрво, организирањето екскурзии и бесплатно возење на инвалидските пензионери со автобускиот градски превоз, како и осигурувањето на брачните другари и други активности што лани успеаја да ги реализираат 1800–тините членови на Здружението.

К.Р.

ЗП ОВР

Активни на повеќе полиња

Пензионерите од ЗП ОВР постојано некаде патуваат, ги запознаваат убавините и знаменитостите на нашата татковина и пошироко и се дружат по разни поводи и сопствени желби. Чести гости и учесници се на традиционалните главно регионални манифестации, а незаборавни впечатоци носат и од екскурзиите на кои почесто одат. Значителна раздвиженост во ова здружение се почуствува при крајот на минатата година, кога беше реализирана и екскурзијата во Кратово од каде доживувањата на посетителите подолго ќе им останат во сеќавање.

За нив посебно доживување беше прошетката низ тесните улички на градот, кога со полни гради чист планински воздух минуваа и по прочуениот Радин мост, а организирано го посетија и музејот на минерални руди што ги има во овој крај. Неодминлив им беше и богатиот пазар во кој се нудеше исклучително здрава и свежа храна. Вкусувањето на познатата кратовска пастрмајлија, внесе подобро расположение, после кое, побогати за уште едно доживување полициските пензионери се вратија во Скопје.

Потоа, немирот за нови патувања и сознанија ги здружи со слични „трагачи по возбуди" од ЗП Карпош со кои беше организиран еднодневен шопинг во Софија – Бугарија. Но, активности беа искажани и во областа на културата и хуманоста, од кои го истакнуваме присуството на промоцијата на најновата поетска книга „Зародиш на повикување" на Љерка Тот Наумова, што се одржа во Друштвото на писателите на Македонија, како и учеството во хуманитарната акција со донирање облека во Психијатриската болница – Бардовци, организирана од Здружението „Др. Олга Ѓорѓевиќ". Исто така, претставници од ЗП ОВР учествуваа и на други хуманитарни активности по разни поводи.

Соња Смилеска

ЗП Богданци

Домот на културата - во фокусот на пензионерите

Градоначалничката на Општина Богданци Анастасија Олумчева на состанокот по повод реконструкцијата на Домот на културата – проект „Отворена врата за културна размена – градење на заедничка европска иднина", на 18.12. 2015 година ги промовираше активностите од двегодишната работа на објектот. Хронолошки беа изнесени активностите на Општина Богданци и Општина Ќустендил во заедничките заложби за целосна реализација на проектот – дел од ИПА програмата на ЕУ за прекугранична соработка помеѓу Р.Македонија и Р. Бугарија.

Во рамките на проектот, општина Богданци го реконструира Домот на културата „Бране Петрушев". Целосно е реновирана кино – салата, со обнова на покривот, сидовите, замена на подот, нова бина и опремување со нов мебел, аудио и видео опрема. Проектот е сеопфатна студија за презентација на културните, историските и фолклорните традиции на Богданци со цел да се зачуваат и пренесат на следните генерации од овој регион. Од страна на партнерите во општина Ќустендил е реновиран Културниот центар „Објект 366", а беа одржани и два културни настани на кои гостуваа уметници од општина Богданци.

Крајната цел на овој потфат, всушност е градење на трајно пријателство и соработка помеѓу граѓаните на Богданци и Ќустендил, преку размена и чување на културното наследство на двете општини.

Пензионерите од ЗП Богданци активно учествуваа и дадоа свој придонес во реализацијата на проектот, а се надеваат дека во реконструираниот дом и во иднина ќе можат да исполнуваат дел од своите културни активности.

Д. Чавдаров

Viti 2016 në shenjën e 70 vjetorit jubilar të LShPM

Më 21. dhjetor të vitit 2015, Kuvendi i Lidhjes së shoqatave pensioniste të Maqedonisë, ka mbajtur mbledhjen e vetë të dytë me të cilën ka udhëhequr kryetari i LShPM Dragi Argirovski. Në mbledhje janë sjell dokumente dhe vendime të rëndësishme.

Fillimisht është aprovuar Propozimi për ndryshim dhe plotësim të Statutit të LShPM. Është përfunduar teksti i pastruar i vendimit për ndryshime që t'ju dërgohet shoqatave deri në muajin mars, ndërkaq, ato t'i pajtojnë statutet e tyre deri në fund të vitit 2016.

Më pas, është aprovuar Programi për punën e Lidhjes për vitin 2016, në të cilin të gjitha aktivitetet do jenë të lidhura me 70 vjetorin jubilar të LShPM.

Vlerësimi për punën financiare në vitin 2015, si dhe për Planin financiar për vitin 2016 ka dhënë Këshilli mbikëqyrës i LShPM, pas çka ai është aprovuar.

Zdravko Petkovski, kryetar i Komisionit për sport i LShPM, i ka arsyetuar ndryshimet e rregullores për gara sportive. Ndër të tjerat, ai ka thënë se ndërpriten disiplinat dyluftim dhe triluftim, ndërkaq vihen shutimi i golave të vegjël dhe hidhje e lirë në kosh.

Në mbledhje, për anëtar të rinj të ORO është zgjedhur Saltir Karovski, Gjorge Andonov, Kiril Gjorgjioski dhe Jovan Ginovski.

Në fund të mbledhjes së Kuvendit, kryetari Dragi Argirovski ka thënë se rezultatet dhe sukseset e arritura të Lidhjes në vitin 2015 përfaqësojnë obligim, por edhe nxitje për punë edhe më të mirë në të ardhshmen. Me dëshira të bukura ai ju uroj vitin e Ri 2016 të gjithë pensionistëve të tanishëm dhe atyre të ardhshmëve.

Kalina S. Andonova

ShP Ohër dhe Debarcë

Të gjitha aktivitetet në frymën e jubileut 70-vjeçar

Kuvendi i ShP Ohër dhe Debarcë, në mbledhjen e dhjetorit ka vlerësuar se në viti 2015 janë realizuar detyrat programore në të gjitha fushat e punës së Shoqatës. Është thënë se kontribut më i madh është realizuar në përmirësimin e standardit, mbrojtjes sociale-shëndetësore të pensionistëve, sport, kulturë, bashkëpunim si dhe në segmente të tjera. Kuvendi në mbledhje ka miratuar Programin për punë dhe Planin financiar për vitin 2016 si dhe sugjerimet për punë të degëve. Është aprovuar njëzëri edhe vendimi, të gjitha aktivitetet në vitin 2016 të bëhen në frymën e shënimit të jubileut 70 vjet nga formimi i Organizimit pensionist të Maqedonisë.

Duke vlerësuar se vitin e kaluar ShP Ohër dhe Debarcë kanë arritur suksese të shkëlqyeshme në planin sportiv, dhe se këtë vit do të përpiqet që për së dyti herë të fitoi peharin kalimtar në pronësi afatgjate, Kuvendi ka sjellë vendim që të bëj aplikim dheri tek LShPM, shoqata e Ohrit, të jetë nikoqir i Olimpiadës sportive republikane. Gjithashtu, kuvendi ka pranuar propozimin që në vitin 2016 të përcillet aktiviteti i degëve që të mundet sa më realisht të bëhet zgjedhja e degës më aktive si dhe ka aprovuar vendime të tjera të rëndësishme. Me këtë rast, anëtarët e Kuvendit, janë informuar edhe për aktivitetet dhe vendimet në rrjedhë të Këshillit ekzekutiv dhe të Kuvendit të LShPM nga përfaqësuesit në këto organe nga ShP Ohër dhe Debarcë, Ristana Mojsoska dhe Risto Trajkoski.

S. Spaseski

ShP Kumanovë

Shpallen sportistët më të mirë

Mome Cvetanovski dhe Bogica Dimitrievski janë fituesit të medaljeve të arta në disiplinat vrapim dhe gjuajtje në lojërat e 20-ta Republikane sportive pensioniste, për çka janë shpallur sportistët më të mirë përmes Shoqatës Republikane dhe Lidhjes komunale të sporteve nga Kumanova. Mirënjohjet për sportistët më të suksesshëm u janë ndarë kohë më parë në mbrëmjen argëtuese sportive të vitit të Ri, të cilën ka organizuar ShP Kumanovë, në të cilën gjithashtu, mirënjohje kanë fituar edhe anëtarët e ekipit në gjuajtje: Margarita Staniq, Bozhana Trajkovska, Zllata Trajkovska dhe Bogica Dimitrievska, të cilat kanë fituar vendin e parë të lojërave. Për trajner më të mirë është shpallur Lube Dimitrievski, ndërkaq, falënderime për rezultate të suksesshme kanë fituar edhe Branko Poçuva, mbajtës i medaljes së argjend dhe Jasmina Todorovska dhe Mirjana Andonoviq, fituese të medaljes së bronzit.

Për ndryshe, manifestimi tradicional që është mbajtur për të 15-tën herë në fund të vitit 2015, ishte në organizim të ShP Kumanovë, e cila vite më pas rregullisht merr pjesë në të gjitha olimpiadat dhe në planin sportiv fiton mirënjohje të larta. Kryetari i Shoqatës, Spirko Nikollovski edhe me këtë rast, ka rikujtuar se nga Olimpiada në Shkup, ShP Kumanovë është kthyer edhe me mirënjohje të veçantë për pjesëmarrjen në garat sportive Republikane të cilat u mbajtën në Ohër.

Në argëtim, ka marrë pjesë edhe kreu i komunës së Kumanovës, Zoran Damjanovski, i cili nuk ka fshehur kënaqësinë që gjendet në mesin e përfaqësuesve të Shoqatës qytetare më të organizuar dhe të suksesshme, pensionistët, të cilët janë prezantues të denjë të qytetit jo vetëm në planin sportiv por edhe në fushën e kulturës, muzikës, folklorit. Pas pjesës oficiale, manifestimi ka vazhduar deri në orët e mbrëmjes me muzikë dhe valle, në atmosferë të këndshme shoqërimi dhe argëtimi.

J. Todorovska

Vazhdon projekti" Fondi më afër pensionistëve"edhe në vitin 2016

Fondi për sigurim shëndetësorë i Maqedonisë si institucion financiar me interes publik në sistemin shëndetësorë të Maqedonisë, vazhdon me bashkëpunimin e hapur dhe konstruktiv me të gjitha subjektet në sistemin shëndetësorë, në korniza të kompetencave të tyre dhe në pajtim me dispozitat ligjore. Në sistemin shëndetësorë, me rëndësi janë shoqatat e qytetarëve, ndërkaq, vend me rëndësi ka Lidhja e shoqatave pensioniste të Maqedonisë.

Fondi për sigurim shëndetësor ka bashkëpunim të shkëlqyeshëm me Lidhjen e shoqatave pensioniste të Maqedonisë dhe me kënaqësi të ndërsjellë, bashkërisht kanë vërtetuar se për arsye të interesimit të madh nga ana e pensionistëve për punëtori edukative, në vitin 2016 do të realizojë - cikël të ri temash të cilat janë me interes të veçantë për pensionistët.

Është kontraktuar projekti "Fondi më afër pensionistëve" të mbahet gjatë vitit 2016 në 30 qytete të Maqedonisë, ku edhe Fondi për sigurim

shëndetësor ka shërbime periferike, ndërkaq, Lidhja e shoqatave pensioniste të Maqedonisë, ka shoqatat e veta. Në këtë projekt, partner i tretë me të cili bashkëpunon FSShM dhe LShPM është Kryqi i Kuq i Maqedonisë. Deri tani, në vitin 2014, janë mbajtur 15 punëtori, ndërkaq, në vitin 2015 janë mbajtur 32 punëtori në territor të shtetit. Në këto punëtori, ekip nga jurist dhe mjekë nga FSShM kanë dhënë prezantimet e tyre para pensionistëve në tema të kontraktuara, me kohë posaçërisht të ndarë për pyetje nga pensionistët.

Cikli i ri i punëtorive, shqyrtim të posaçëm do të ketë rehabilitimin e specializuar të medicinës dhe refundimin, të cilat janë edukim për projekte dhe shërbime shëndetësore të caktuara të cilat i financon FSShM, por edhe tema të tjera të cilat janë në interes për këtë kategori të personave të siguruar.

Këto punëtori edukative Kanë për qëllim ta rrisin nivelin e informimit të pensionistëve për të drejtat e tyre për sigurimin shëndetësor si dhe për çështje të tjera të cilat janë në interes të kësaj popullate.

K.S.A.

ShP Dibër dhe Qendër Zhupë

Shoqërim me rastin e Vitit të Ri 2016

Sipas Programit për vitin 2015, Aktivi i pensionisteve pranë ShP Dibër dhe Qendër Zhupë, kanë mbajtur mbledhje në të cilën është vendosur njëzëri ashtu si në vitin e kaluar, të festohet bash-kërisht ardhja e vitit të Ri 2016, për çka kanë informuar të pensionistet.

Kështu, numër i madh pensionistesh të interesuara dhe të paraqitura, më 28.12.2016, u takuan në restorantin ku të gjitha pensionistet janë përshëndetur dhe njëra tjetrës i kanë uruar vitin e Ri duke ju dëshiruar gjitha të mirat. Në këtë takim ka pasur disponim të mirë, takim në të cilin janë shkëmbyer mendime, ide dhe dëshira që takime të tilla të ketë edhe në të ardhmen, sepse ato i gëzojnë dhe u janë të nevojshme njerëzve të moshës së tretë.

Ishte ky një takim për tu përshëndetur, nga se ndihmon edhe socializmin e pensionisteve, por edhe për arsye se në takim ka pasur gra nga të gjitha nacionalitetet si fjalën dhe gra të cilat nuk janë pensioniste të cilat kanë shprehur dëshirë që të shoqërohen me pensionistet e ShP Dibër dhe Qendër Zhupë. Kryetarja e Aktivit Marjonka Ushtelenca, në fjalën e saj të pranishmëve, ndër të tjerat ka thënë:

- Unë si kryetare e parë e Aktivit, dua t'ju njoftoj se ky Aktiv është formuar në vitin 2007, me iniciativë të LShPM dhe me përkrahje të kryetarit të atëhershëm të Shoqatës së pensionistëve nga Dibra dhe Qendër Zhupë, Besnik Pocesta. Me kohë, Aktivi i pensionisteve prej viti në vit bëhej gjithnjë në numër më i madh dhe më aktiv. Sot, pensionistet marrin pjesë në të gjitha aktivitetet në nivel lokal,

regjional dhe republikan, duke i falënderuar kryetarit të tanishëm të shoqatës Xhavid Karpuzi, i cili gjithashtu na përkrah në punën tonë. Aktivi është organ përbërës i Shoqatës së pensionistëve dhe jep kontribut të çmueshëm në shoqërimin multietnik dhe në bashkëjetesë. Sot, kam nderin dhe kënaqësinë që në emërim tim dhe në emër të Kuvendit të Shoqatës së pensionistëve Dibër dhe Qendër Zhupë, mund të ju uroj Vitin e Ri dhe t'ju dëshiroj shëndet të mirë dhe plakje aktive.

Shoqërimi në këtë takim ka zgjatur disa orë dhe më në fund të gjithë dëshiruan që viti Ri t'ju sjell shëndet, fat, gëzim, jetë të gjatë dhe paq, si dhe të organizohen takime të tilla me aktive të tjera të pensionisteve nga qytete tjera të Maqedonisë.

Marjonka Ushtelenca

ShP Strugë

Rezultatet - nxitje për suksese të reja

Këshilli ekzekutiv i ShP Strugë, më 26 dhjetor të vitit 2015, ka mbajtur mbledhjen e rregullt në të cilën janë shqyrtuar dokumentet bazë për punën e shoqatës në vitin 2016. Vëmendje e posaçme i është kushtuar Planit financiar për punë, të cilin e ka arsyetuar kryetari i KE Millorad Tërposki, i cili ka udhëhequr me mbledhjen. Ai ka dhënë disa theksime nga propozim Programi për punë, ndërkaq, në detaje për tridhjetë e një pjesë, ka sqaruar propozim - Planin financiar për vitin 2016. Ai ka thënë se ky dokument i rëndësishëm është i bërë në mënyrë korrekte, për çka është mbajtur llogari për punë racionale dhe nikoqire të Shoqatës. Të ardhurat në masën më të madhe janë nga anëtarësia, ndërkaq pjesa më e madhe e harxhimeve janë për mbajtjen e lojërave sportive pensioniste, revyalet etj.

Pikat tjera të rendit të ditës i ka arsyetuar sekretari i shoqatës Izeir Mustafai, i cili i ka njoftuar anëtarët e KE me disa vendime. Pas një diskutimi të gjatë voluminoz dhe konstruktiv, propozim Plani financiar dhe vendimet tjera janë aprovuar njëzëri.

Në fund të mbledhjes, kryetari Tërposki ka thënë se puna me nikoqirllëk dhe sukseset e arritura në Shoqatë në vitin 2015 përfaqësojnë obligim, por edhe nxitje për punë edhe më të suksesshme në viti 2016.

S. Kukuneshoski

ShP Gazi Babë

Vizitë për vit të Ri shtëpisë për pleq "Ruski"

Sikurse çdo vit më parë, tradicionalisht në korniza të shënimit të festave të vitit të Ri dhe Bozhikut, përfaqësuese të Aktivit të pensionisteve pranë ShP Gazi Babë, të udhëhequr nga veprimtaria humanitare e tyre, më 22 dhjetor 2015, kanë vizituar institucionin social privat për mbrojtjen e personave pleq "Ruski", në vendbanimin Çento në Shkup.

Pensionistet i ka pritur pronarja e Shtëpisë, Marina Mustaçki, e cila ju ka dëshiruar mirëseardhje të ngrohtë duke shprehur falënderim për vizitën dhe kujdesin e treguar ndaj shfrytëzuesve të shërbimeve. Sipas saj, vizitat e tilla i gëzojnë shumë shfrytëzuesit sepse fitojnë njohuri se nuk janë të harruar. Më pas, kryetarja e Aktivit të pensionisteve pranë ShP Gazi Babë, Magdalena Spirovska, të gjithë shfrytëzuesve dhe personelit të Shtëpisë, ju dëshiroj shëndet të mirë, fat dhe jetë të gjatë. Njëherësh, ju uroj festat e vitit të Ri dhe Bozhikut, e më pas u janë ndarë dhurata të vitit të Ri. Takimi u mbajt në tri hapësira të cilat ishin të mbushura deri në vendin e fundit. Banuesit në këtë shtëpi, u impresionuan nga vizita dhe humaniteti të pensionisteve të ShP Gazi Babë. Me këtë rast u bë një atmosferë tepër e këndshme. Në sytë e banuesve shihej gëzim, ndërkaq tek ndonjëri prej tyre u panë edhe lot në dy anët.

- Është traditë gjithnjë para vitit të Ri, me dhurata modeste t'i vizitojmë shfrytëzuesit e shërbimeve në ndonjërin nga shtëpitë e pleqve në Shkup, me qëllim që t'ju ofrojmë së paku pak gëzim me rastin e festave, e atë e bëjmë edhe me rast të festave tjera sepse e dimë se ata dëshirojnë të kenë më shumë takime të këtilla, sepse së paku për një çast të harrojnë të gjitha mundimet dhe problemet,- ka thënë kryetarja Spirovska.

Vasil Paçemski

– го утврдува предлогот на деловникот за работа на Собранието;
– ја определува висината на надоместокот на трошоците на лицата ангажирани за извршување на административно–техничките работи во Сојузот;
– одлучува за доделување благодарници, плакети, признанија и награди на поединци и организации;
– организира одржување трибини, советувања и семинари за одделни прашања од интерес за усовршување на начинот и методите на работа на здруженијата со претставници на здруженијата по региони или за целата Република;
– организира советувања и стручни расправи со познавачи на системот на пензиското и инвалидското осигурување, за реформите на системот и неговото усовршување и унапредување;
– организира конференции со новинари за запознавање на пошироката јавност по прашања од интерес за пензионерите;
– избира претставници во Одборот на Регистрираната организација за солидарен фонд и членарина;
– формира комисија за арбитража за мирно решавање на споровите;
– донесува одлука за реализација на финансиски план и одлучува за благајнички максимум
– одлучува за составии на делегации и посета во странство
– одлучува за висината на надоместокот на носителите на функции во органите на Сојузот;
– одлучува за висината на патни и дневни трошоци на претставниците во органите и за помошните тела;
– формира постојани и повремени работни тела (комисии) за конкретни активности, за следење и проучување на состојбите во одделни области од дејствувањето на здруженијата на пензионерите во Република Македонија и со нивните наоди и оценки го запознава Собранието;
– ги разгледува предлозите и поплаките упатени до него и до Собранието, ги проучува наводите во нив и презема мерки за решавање на истите, запознавајќи ги со нив подносителите на претставките и Собранието;
– врши и други работи што не се појавуваат во секојдневјето и по разни основи.

Член 24

Претседателот на Извршниот одбор ги има следните права и обврски:
– ги свикува седниците на Извршниот одбор, предлага дневен ред и раководи со седницата;
– го претставува и застапува Сојузот во правниот промет и спрема трети лица;
– ги извршува одлуките на Собранието и на Извршниот одбор;
– се грижи за законито и рационално користење на имотот, за средствата и за инвентарот на Сојузот;
– склучува и потпишува договори и други документи во име на Сојузот;
– одговорен е за реализација на финансискиот план;
– организира изготвување на Програмата за работа на Извршниот одбор;
– организира изготвување извештај за работа на Извршниот одбор;
– поднесува пријава за регистрација и за измени и дополнувања во Статутот;
– предлага состави за одбори и комисии;
– врши и други работи предвидени со овој статут и со другите нормативни акти на Собранието и на Извршниот одбор.

Член 25

Потпретседателот на Извршниот одбор ги има следните права и обврски:
– го заменува претседателот во случај на негово отсуство;
– се грижи за извршување на финансискиот план на приходите и расходите на Сојузот и за навремено изготвување на завршната сметка на приходите и расходите на Сојузот;
– подготвува материјали за седници на Собранието и на Извршниот одбор;
– врши и други работи што му ги дава претседателот и Извршниот одбор со деловникот и со другите акти и одлуки.

Член 26

Секретарот на Извршниот одбор ги врши следните работи:
– ги следи прописите од пензиското и инвалидското осигурување, здравствената заштита и други прописи што се однесуваат на корисниците на пензија и по истите дава мислења, предлози и иницијативи до Извршниот одбор и работните тела.
– оперативно ги спроведува одлуките и заклучоците на Собранието и на Извршниот одбор;
– организира и самиот подготвува материјали за седници на Собранието и на Извршниот одбор;
– ги извршува работите поврзани со закажувањето и одржувањето на седниците на Собранието, Извршниот одбор, Надзорниот одбор и на работните тела на Собранието и на ИО, како и одржување на разни советувања, семинари и симпозиуми;
– ја организира работата на Стручната служба и раководи со неа;
– ги заменува во случај на отсутност претседателот и потпретседателот;
– врши и други работи што ќе му ги довери Извршниот одбор и Собранието.
– за својата работа секретарот одговара пред Извршниот одбор.

Член 27

Според Законот за пензиското и инвалидското осигурување распоред на средствата од членарината го врши Регистрираната организација за солидарен фонд и членарина и ги дозначува до сојузите, а тие до здруженијата членки на сојузите.
Регистрираната организација од став 1 на овој член е Сојузот на здруженија на пензионерите на Македонија бидејќи во својот состав има најголем број членови, по претходна согласност на сојузите на здруженија на пензионерите на Македонија.
Регистрираната организација има одбор на регистрирана организација за солидарни средства и членарина, во која членуваат Сојузите.
Претседателот на Одборот е законски претставник на Регистрираната организација.
Одборот на Регистрираната организација за солидарен фонд и членарина донесува правилник со кој се утврдува начинот на работа, висината на задршката за посмртна помош и членарина, висина на исплата на посмртната помош, начин на распределба на членарината по сојузите и начинот на увид во исплатата на овие средства.
Сојузот на здруженија на пензионерите на Македонија ја врши и административната работа за Регистрираната организација, односно Одборот од став 1 и 2 на овој член.

Надзорен одбор

Член 28

Членовите на Надзорниот одбор ги избира Собранието од пензионерите на членките на Сојузот и не може да бидат членови на Собранието на СЗПМ.
Надзорниот одбор се состои од претседател, заменик–претседател и три члена.
Надзорниот одбор одлучува со мнозинство од вкупниот број членови.
Надзорниот одбор донесува деловник за својата работа.

Член 29

Надзорниот одбор врши увид во материјално–финансиската документација и ја контролира правилната примена на прописите од материјално–финансиското работење и со наодот ги информира Собранието и Извршниот одбор.
Ја разгледува годишната сметка и периодичните пресметки за финансиското работење и за тоа поднесува извештај до Собранието и до Извршниот одбор.

Траење на мандатот на членовите во органите

Член 30

Изборите на органи на Сојузот се спроведуваат на секои 4 години.
Конститутивната седница на Собранието на Сојузот се одржува на секои четири години до крајот на месец април.

5. ЗАСТАПУВАЊЕ

Член 31

Претседателот на Извршниот одбор е законски застапник на Сојузот и го претставува и застапува Сојузот во правниот промет и спрема трети лица.
По негово овластување, Сојузот може да го застапува и потпретседателот или секретарот на Извршниот одбор.

6. СРЕДСТВА ЗА РАБОТА НА СОЈУЗОТ

Член 32

Сојузот средствата за финансирање ги стекнува од дел од членарина на здруженијата, доброволни прилози, донации, проекти, подароци (во пари, имот, имотни права), завештанија, легати, како и други приходи и со нив располага во согласност со законот и со Статутот.
Сојузот може да добива средства и од Буџетот на Република Македонија, буџетите на единиците на локалната самоуправа и Буџетот на Скопје.

Член 33

Средствата за финансирање на дејноста на Сојузот се планираат и распределуваат со Финансискиот план за тековната година, при што мора да биде урамнотежен помеѓу приходната и расходната страна.

Член 34

Финансискиот план на Сојузот, по правило, се донесува до крајот на

тековната година за наредната година.

Во зависност од потребите Собранието може во текот на фискалната година да врши ребаланс на Финансискиот план.

Во оправдани случаи, Собранието може до донесувањето на Финансискиот план да донесе одлука за времено финансирање на Сојузот, за првите три месеци на наредната фискална година, во висина на 1/3 од остварените приходи и расходи во претходната година.

Член 35

Наредбодавец за извршувањето на Финансискиот план на Сојузот е претседателот на Извршниот одбор, а по негово овластување во случај на негова отсутност, е потпретседателот или секретарот на Извршниот одбор.

Користењето на средствата од сметките на Сојузот е со еден потписник.

7. ЈАВНОСТ И ОТЧЕТ ВО РАБОТАТА

Член 36

Работата на Сојузот е јавна.

Седниците на Собранието и на Извршниот одбор и другите органи и тела на Сојузот се отворени за јавноста и за претставниците на средствата за јавно информирање.

Заради запознавање на јавноста со одредени состојби во здруженијата на пензионерите и со работењето на органите на Сојузот како и со остварувањето на уставните и законските права на корисниците на пензија, Извршниот одбор може да одржи конференција со новинарите или да издаде соопштение за јавноста преку средствата за јавно информирање.

За информирање на членовите и пошироката јавност се користи печатот, радиото, телевизијата и веб–страницата и весникот на СЗПМ „Пензионер плус“.

8. ДОНЕСУВАЊЕ, ИЗМЕНУВАЊЕ И ДОПОЛНУВАЊЕ НА СТАТУТОТ

Член 37

Нацрт на Статутот на Сојузот го изготвува Статутарна комисија формирана од Собранието, а го утврдува Извршниот одбор и го дава на јавна расправа пред здруженијата на пензионерите – членки на Сојузот.

Предлозите и мислењата од јавната расправа ги разгледува Статутарна комисија која го изготвува Предлог–статутот, што го утврдува Извршниот одбор и го поднесува до Собранието на Сојузот.

Статутот го донесува Собранието на Сојузот со двотретинско мнозинство гласови од вкупниот број членови на Собранието.

Член 38

Автентично толкување на Статутот и статутарните одлуки и другите акти што ги донесува Собранието дава Собранието, а на актите што ги донесува Извршниот одбор дава самиот орган.

Член 39

За статусните промени и престанокот на Сојузот се одлучува според одредбите од Законот за здруженија и фондации.

9. ПОСТАПУВАЊЕ СО СРЕДСТВАТА И ИМОТОТ ВО СЛУЧАЈ НА ПРЕСТАНОК НА СОЈУЗОТ

Член 40

По престанокот на работата на Сојузот, имотот и средствата што остануваат по намирувањето на обврските ќе биде распределен на здруженијата на пензионерите – членки на Сојузот сразмерно на нивниот придонес во неговото создавање.

10. АДМИНИСТРАТИВНИ И СТРУЧНИ РАБОТИ

Член 41

За извршување на стручните работи за органите на Сојузот и материјално–финансиското работење, Извршниот одбор организира стручна служба која ќе ги извршува материјално–финансиските работи и канцелариското работење согласно со позитивните прописи.

Бројот на ангажираните лица во Стручната служба и нивните задачи го утврдува Извршниот одбор.

Член 42

Стручната служба од претходниот член изготвува периодични пресметки во тековната година како и завршна сметка за изминатата година, во согласност со постојните прописи.

Член 43

Стручната служба ги извршува одлуките, заклучоците и другите акти што ги донесуваат органите и телата на Сојузот.

11. ПРЕОДНИ И ЗАВРШНИ ОДРЕДБИ

Член 44

Овој Статут влегува во сила со денот на неговото донесување, а ќе биде објавен и во јавниот весник на Сојузот „ПЕНЗИОНЕР ПЛУС“ и ВЕБ страницата на СЗПМ.

Со влегувањето во сила на овој Статут престанува да важи Статутот број 01–01/179 од 10.03.2011 година.

Член 45

Актите на органите на Сојузот донесени пред влегувањето во сила на овој Статут ќе се усогласат во рок од шест месеци од денот на неговото влегување во сила.

Бр. 533/2
Скопје 21.12.2015 год.

СОЈУЗ НА ЗДРУЖЕНИЈА НА ПЕНЗИОНЕРИ НА МАКЕДОНИЈА
СОБРАНИЕ
претседател
Драги Аргировски

СОЈУЗ НА ЗДРУЖЕНИЈА НА ПЕНЗИОНЕРИТЕ НА МАКЕДОНИЈА

По Статутарната одлука за изменување и дополнување на Статутот на Сојузот на здруженија на пензионерите на Македонија, јавната расправа по здруженијата на пензионерите траеше од 30 јуни до 30 септември 2015 година.

Во текот на расправата здруженијата дадоа свои мислења и предлози на Статутарната одлука која содржеше заеднички одредби за СЗПМ и здруженијата на пензионери со цел тие да бидат регулатива како на Статутот на Сојузот, така и на статутите на здруженијата на пензионерите.

Со цел да се постигне усогласеност по одделни витални прашања од пензионерското организирање, Извршниот одбор на СЗПМ, ги донесе следните препораки:

ПРЕПОРАКИ
за здруженијата на пензионери - членки на Сојузот на зруженија на пензионери на Македонија

1. За решавање на прашањето на декумулација на функциите во органите на здружението се препорачува избраните претставници да извршуваат само една функција.

2. Се препорачува здруженијата да имаат претседател на Собрание и претседател на Извршниот одбор кој истовремено е и претседател на здружението на кој начин не постои кумулација на функции, бидејќи претседателот на здружението не е посебен орган.

3. За здруженијата на пензионери до 5000 члена е целисходно да имаат претседавач на Собрание и претседател на здружение, кој истовремено е и претседател на Извршниот одбор на здружението.

4. Се препорачува здруженијата да не вршат исклучување на член од здружение, доколку е неопходно би требало да се исклучи само од органите на управување. Ова од причини што според Законот за пензиското и инвалидското осигурување на пензионерот се одбива истовремено дел од пензијата за посмртна помош и членарина. Со оглед на тоа што членарината се дозначува во здружението, пензионерот има право да ги користи правата по тој основ и би требало и понатаму да биде член на здружението.

5. Се препорачува статутите на здруженијата да имаат одредби за одржување на избори на секои 4 години.

6. Се препорачува здруженијата на пензионери да ги усогласат своите статути со Статутот на СЗПМ вклучувајќи ја и Статутарната одлука за изменување и дополнување на Статутот на СЗПМ до крајот на 2016 година.

Скопје, декември 2015 година

Претседател на СЗПМ

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

Кратово

Промоција на Географско историска монографска публикација

Во Кратово на 24.12.2015 година се одржа промоцијата на книгата „Кратовска Област – Географско историска монографска публикација" од авторот **Стојан Насевски - Шлеговски**. По пензионирањето се посветува на истражување и творење. Првиот негов успешен обид беше спортската монографија „80 години фудбал во Кратово 1924–2004 година".

Монографијата „Кратовска област" содржи 600 страници и изобилува со голем број фото–документација. Во процесот на создавањето на Монографијата, авторот реализирал голем број теренски истражувања преку разговори со многу живи информатори заради поголема автентичност. Промотори на Монографијата беа **м-р Драган Георгиевски** и **проф. д-р Љубиша Монев** според кои авторот на монографијата вложил голем труд и енергија за да ги анализира и расветли битните карактеристики на кратовската област. Поздравна реч за ова значајно дело и за авторот имаа градоначалникот на општина Кратово **Мите Андоновски** и претседателот на СЗПМ Драги Аргировски.

Овој обемен труд финансиски е поддржан од локалната самоуправа, СЗПМ и неколку донаторски семејства.

Промоцијата побуди голем интерес и присуство на граѓани, пријатели, љубители на пишаниот збор и многу гости од здруженијата на пензионери од околните места и градови.

Томче Стојков

Како да го направите побрз компјутерот

Не сте задоволни од брзината со која што работи вашиот компјутер? Не е потребно да го замените, можете само да го направите побрз. The Telegraph нуди девет совети како да го постигнеме тоа.

1. Избришете ги некористените програми

Новите компјутери обично се продаваат со неколку претходно инсталирани програми, од кои повеќето веројатно никогаш нема да ги користите, а најверојатно дури и не знаете дека постојат. Некои од овие програми работат во позадина кога го палите вашиот компјутер, па дури и тогаш кога не ги користите. Значи, ако сакате брз компјутер морате да ги избришете сите програми, од кои што немате потреба и резултатот веднаш ќе излезе на виделина. За целта можете да користите програма како PC Decrapifier, која е специјализирана во локализирањето и отстранувањето на секакви видови промотивни или пробни верзии на софтвер кои често ги има на компјутерите.

2. Автоматски бришете ги привремените датотеки

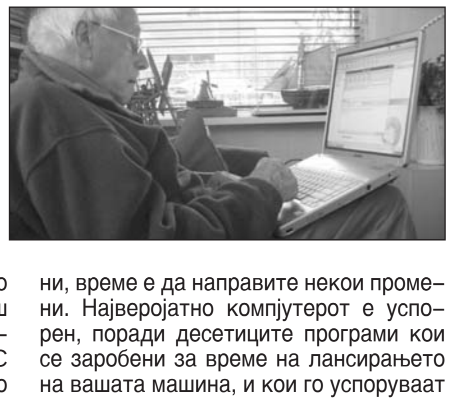
Привремените датотеки се акумулираат во компјутерот како резултат на секојдневните задачи кои ги вршиме и можат да ја забават работата на компјутерот. Затоа е подобро да се ослободите од овие датотеки, вклучувајќи ја и вашата интернет историја. Откако ќе ослободите простор на дискот, брзината на работата на вашиот компјутер ќе се подигне.

3. Инсталирајте SSD

Хард дискови се најголемата причина за доцнењето на брзината на вашиот компјутер. Иако не се евтини, инсталирајте SSD.

4. Забрзајте го времето за полнење на вашиот компјутер

Ако може да се направи цел бокал кафе додека вашиот компјутер се полни, време е да направите некои промени. Најверојатно компјутерот е успорен, поради десетиците програми кои се заробени за време на лансирањето на вашата машина, и кои го успоруваат полнењето на оперативниот систем. Преземете инструмент како Autoruns, со кој лесно може да се оневозможат некои програми за време на подигнувањето на компјутерот или обидете се со вградената програма за Windows MSConfig. За да ја најдете, одете на "Search" од менито Start и внесете ја командата "msconfig". Под "Startup" одштиклирајте до програмите од кои немате потреба секој пат кога вашиот компјутер се полни.



5. Повеќе RAM

Најефективен начин да се забрза вашиот компјутер – кој исто така бара малку техничарски вештини – е да додадете повеќе RAM. Можете да најдете 4 GB меморија за помалку од $ 50 на интернет. Ако имате помалку од 2 GB (за да дознаете колку е меморијата на вашиот компјутер мора да одите на My Computer> Properties, надградба е задолжителна.

6. Дефрегментација

Звучи комплицирано, но е императив за максимална ефикасност. Одете на 'My Computer', кликнете со десното копче на хард дискот и изберете 'Properties'. Под 'Tools' изберете ја опцијата 'Defragment Now'.

7. Исчистете го дискот

Windows има вграден инструмент наречен 'Disk Cleanup', кој бара преку системот за непотребни големи датотеки, како привремените интернет датотеки, програмски датотеки, и така натаму. Отворете 'Disk Cleanup' кликнете на Start> All Programs> Accessories> System Tools> Disk Cleanup.

8. Исчистете го правот од вашиот компјутер

Прашината е непријател на вашиот компјутер. Таа може да го спречи протокот на воздух, кој е од витално значење за одржување на температурата на компјутерот и ако компјутерот ви прегрее, тоа ќе влијае на ефикасноста да се справи со различни задачи.

9. Зајакнување на местото за складирање на хард дискот

Дури и редовно да ги бришете сите ваши привремени датотеки, ако хард дискот ви е 85% завршен, тоа ќе влијае на брзината на вашиот компјутер.

И не мора да ги направите сите девет препораки. Направете само некои за кои мислите дека можете да ги резлизирате без туѓа помош.

Калина С. Андонова

По повод 8–ми март

И покрај сè чекорам

Тежи врелината која ме повива покривајќи ја и трудејќи се да ја затвори секоја пора од изморено- то тело, кое долго и неуморно се бори со силните удари на реалното околу себе. Тие почнуваат да таложат болка, која трае, оставајќи неизлечиви траги... А јас чекорам... И пак се прашувам каде? Одеењето ми станува мрзливо, бавно, се влече пред мене, а јас не брзам да го стигнам, тивко кажувајќи му дека се изморив. Чекорот е послушен, подзастанува и ја расфрла лутината под моите нозе, како да сака да ми каже дека не ме сака кога сум ваква. А јас му простувам, зашто јас секогаш си простувам, а да си простиш себе си е всушност еднакво на самооправдување. Предолгата самотија ме вовлече длабоко во сопствениот свет, самата да го барам: **силното** – во мене што ќе ме движи, **тажното** – што брзо ќе ме расплаче, но само кога сум сама, зашто солзите мои се немо зборови кои раскажуваат за мојата тага, **мудрото** – што секогаш ќе ме поучи да не згрешам, **милото** – што уште љубов дава и за неа проси, **измореното** – често присутно во мене кое подзастанува и за одмор моли, **исплашеното** – јас кое постојано бара безбедно место во нечија силна прегратка и **горделивото** – мое кое како капка по капка го полни битието, никогаш не давајќи го и храбро бранејќи го она што во себе го носам.

А јас чекорам понатаму. Каде, кога реалното е полно со изострени камчиња, што моето одење по него го прават уште потешко. Каде, кога на мојот пат се луѓе исполнети со желба да ме повредат. Каде, кога нема кој да ме слушне, кога во многу очи ќе го видам лошото, завидливото, наместо разумното. Каде, кога? Ничии раширени раце не ме дочекуваат. Фрлена во небитие а сè уште со зачувано тело, незабележана од луѓе без човечки погледи, непочитувана од оние што за почит не знаат, осиромашена од оние што се посиромашни од мене, удрена од оние со валкани дланки, нељубена од оние што не знаат да љубат. Станувам, го тресам сето тоа од себе и еве ме пак чекорам. Носена од желбата која тлее со силно пламенче во мојата темнина и осветлува дел од моето постоење присилувајќи ме да чекорам. Патот е ист до вратата која ја оставам затворена зад себе каде останува просторот во кој се измешани моите воздишки обвиткани во чадот од неброените цигари. Излегувам на изодената улица каде секогаш на истото место ги оставам моите траги, сретнувам познато лице и ги забавувам чекорите зашто не го сакам она формалното – како си – зашто прекраток е патот за да раскажам некому како сум, а во сето тоа видливо да го забележам токму тоа формално прашање. Можеби во себе често посакувам проживеаното да го носам сама колку и да ми тежи, кога знам дека од кажаното нема да биде полесно, само ќе ме повреди токму тоа формалното. Затоа го поздравувам утрото и чекорам. Забележувам по некој задржан машки поглед, со чувство без чувства, но со мисла дека тоа е само поглед. Можеби погрешно, но останува она без чувства, а чувството постои. Ме дочекуваат истите лица, кои од постојано носење на разни маски сега веќе изобличени, веднаш спремни да упатат некоја неоправдана забелешка и останува постојано чудење. Како не се изморија без прашање да фрлаат забелешки, при тоа не знаејќи за она моето – чувство без чувства. Со насмевка, не насмевка зашто вистинската насмевка е искрена, а насмевката е уште една формалност, посакувам добро утро, таков е само редот и јас чекорам во денот распослан пред мене. Понатаму е само она изработено, изодено, редоследно од настаните што се нижат, трепливи, вообичаени и чекствувам, уште еден тег на веќе натежнатите плеќи. Подгрбавена од тежината брзам дома, во своето тивко катче, каде звукот на клучот од вратите ме потсетува дека никој не ме чека во моето гнездо, каде пред масата наместо ручек ќе ги сервирам изминатите настани од денот, каде телевизорот ме моли и верно чека да другарува со мене, во собата, каде во постелата има само една перница, на која ќе ја спуштам главата и по кој знае кој пат ќе прашам зошто? Понекогаш тивко ќе заплачам, не зашто некој ќе ме слушне, туку затоа што мојата тивка солза ќе го измие она гласното во мене. На прсти полека доаѓа темнината, таа знае дека не ја сакам, зашто многу бргу ме голта... Ја истуркувам ноќта и го поздравувам денот. Утре јас пак ќе чекорам и ќе чекам... Што? Не знам, а зарем не е важно, зарем не е најважно што јас уште чекорам иако годините неумоливо се натрупуваат во мојот живот и веќе чекорам во моето трето доба.

Росица Митиќ

Бесплатно болничко лекување за 170.000 пензионери со пензии до 12.600 денари

Пензионерите чија пензија е пониска од 12.600 денари имаат право на бесплатно болничко лекување во државните болници и клиники во земјава, без да платат партиципација за услугите. Оваа привилегија која беше првпат воведена минатата година ќе може да ја користат околу 170.000 пензионери во земјата, но не и членовите на нивните семејства, ниту граѓаните што остваруваат право на пензија од друга држава.

Бесплатното лекување не важи за сите медицински случаи, туку непосредно по акутно заболување, состојба и повреда поради влошување на хроничната болест. Ова право не важи и ако на пензионер што спаѓа во оваа група – со пензија пониска од 12.600 денари, му е неопходна специјализирана медицинска рехабилитација, како и продолжено болничко лекување. И за сместување во геронтолошка установа и лекување во дневна болница не важи ослободување од плаќање партиципација, па сите пензионери што имаат потреба од ваков вид услуга за тоа ќе треба да платат и партиципација.

Од Сојузот на здруженијата на пензионери на Македонија велат дека бараат и други олеснувања.

– Ја поздравуваме одлуката за бесплатно болничко лекување и годинава на оваа категорија пензионери – со пензии пониски од 12.600 денари. Ние како Сојуз баравме оваа мерка да важи за сите корисници што се со примања под просечната пензија, која сега изнесува 13.070 денари. Знаеме дека најмногу трошоци одат за болничко лекување, па ова ослободување многу ќе им значи на дел од оние 170.000 пензионери што ќе може да ја користат оваа бенефиција, – вели **Драги Аргировски**, претседател на Сојузот. Тој потестува дека пензионерите бараат воведување и на други олеснувања.

– Преку програмата што ја усвоивме и ја испративме и до Владата,

бараме од плаќање партиципација за здравствени услуги да бидат ослободени сите пензионери со примања до 15.000 денари. А сите стари лица и пензионери што навршиле 80 години да бидат ослободени од секаков вид партиципација за болничко лекување, без оглед на висината на пензијата – додава Аргировски.

Оваа програма за бесплатно болничко лекување на пензионерите со пензии пониски од 12.600 денари ја спроведува Министерството за здравство, а по потреба се известува и Владата.

Програмата ќе се реализира со 55.000.000 денари. Од основниот буџет на РМ за 2016 година одобрени се 25.000.000 денари, а преостанатите 30.000.000 денари се од самофинансирање на Министерството за здравство, а со кои ќе бидат намирени и заостанатите обврски.

(Дневник)

Две новини од ФЗОМ

Со анекс на постојниот договор Фондот за здравствено осигурување воведува две нови обврски за аптеките како заштитен механизам за осигурениците и тоа:

Аптеката мора да издаде лек на осигуреник доколку го има на полица во рамките на својата квота;

Да издава фискална сметка на која ќе се види целосниот износ на лекот, партиципацијата и доплатата, доколку ја има, а ова ќе започне да важи од 1.4.2016.

Со оваа одредба секој ќе може на лице место да види дали правилно му е наплатена партиципацијата и се исклучува каква било можност за евентуална манипулација, затоа што во секоја аптека на видно место е истакната скалата за наплата на партиципација за лекови на рецепт.

Овој анекс на договорите за 2016 година е прифатен од Фармацевтската комора на Македонија, за кој изразија задоволство од новините и олеснувањата, а воедно го препознаа овој анекс како добра волја од страна на Фондот да им излезе во пресрет на фармацевтите и аптеките со што ќе се намалат расправиите и непотребните одења од аптека во аптека, што особено тешко им паѓаше на највозрасните пациенти во земјата.

За потсетување, во моментов, ФЗОМ има склучено договори со вкупно 772 аптеки, од кои: 68 се аптекарски станици, 6 се подвижни аптеки и 3 се рурални аптеки.

ЗП Куманово

Нов пензионерски клуб

Пензионерите од кумановските населби „Гоце Делчев". „Зелен Рид" и „Трета МУБ", ќе имаат можност слободното време да го поминуваат во новоотворениот пензионерски клуб, лоциран во трговскиот комплекс во населбата „Гоце Делчев". Од Здружението на пензионери Куманово информираат дека ова е единаесети пензионерски клуб кој го отвора здружението по претходно донесена одлука на Извршниот одбор, а на барање на членовите.

– Пензионерите од огранокот од трите населби ќе имаат можност да го користат овој централен клуб и организирано да се дружат во слободното време, – изјави претседателот на Здружението **Спирко Николовски**.

Претседателката на огранокот, **Зора Ивановска** рече дека просторот ќе го користат за дружење и реализирање на активности, согласно програмата на здружението. Вакви пензионерки катчиња има во сите поголеми населби во градот, но и во руралните средини како што се Умин

Дол, Агино Село, Липково. Од Здружението на пензионерите најавија дека ќе продолжат со активности за проширување на мрежата на дневни центри.

Во Куманово, Липково и Старо Нагоричане има над 13.300 пензионери.

(„Вечер")

Природни начини како да се ослободите од депресијата

Депресијата и тегобноста се душевни состојби кои сè се поизразени во денешно време. Се претпоставува дека брзиот и неприроден начин на живот, се пооддалечен од природниот ритам е главна причина на овие психички пореметувања.

Депресијата е несакан придружник кој како дополнителен товар постојано не стопира и не попречува во нормалното функционирање. Оваа состојба може да прерасне во сериозна болест со која единката тешко се справува. Заради тоа депресијата е постојан предмет на многу истражувања.

Постојат низа откријте и совети како можеме да си помогнеме со природни средства и третмани да ги спречите, олесните или да ги победите негативните душевни симптоми на оваа состојба. Еве некои од нив:

Здрава храна - Постојат одредени видови намирници кои по природен пат го зголемуваат нивото на серотонин во мозокот и кои не прават да бидеме посреќни. За да бидеме среќни и релаксирани треба да конзумираме: омега 3 масни киселини, кокосово масло, ленени семки, вишни и друго.

Кафе - Кога е во прашање депресијата, кафето има негативен ефект. Тоа многу брзо го подига расположението, а потоа не остава да се чувствуваме исцрпени.

Зелен чај - Зелениот чај содржи две состојки кои во меѓусебна синергија го подобруваат расположението. Тоа се Л–танинот и кофеинот. Кога овие две состојки се конзумираат заедно, доведуваат до зголемување на нивото на невротрансмитерот допамин во мозокот кој е задолжен за добро расположение.

Медитација - Медитацијата може да помогне во подобрување на расположението. Дневна медитација во траење од 45 минути помага да се вратиме во рамнотежа, да се спознаеме самите себе, да го разбистриме умот и да се ослободиме од негативни мисли.

Акупунктура - Голем број студии покажуваат дека акупунктурата делотворно помага не само кај намалување на болката туку и кај депресија и тегобноста. Кога иглата продира во кожа, на една од 400–те точки кои се употребуваат во акупунктурата, телото реагира така што испушта ендорфини кои не смируваат и предизвикуваат чувство на среќа и релаксација.

Чај од камилица - Депресијата ја засилува несоницата. Камилицата помага полесно да се опуштитме и поспокојно да спиеме. Во комбинација со млеко и мед таа е идеален напиток за смирување.

Кантарион - Кантарионот е традиционално средство во борбата против лошото расположение. Се употребува за смирување на внатрешен немир или нервоза уште од времето на античка Грција. Содржи хиперицин кој ја поттикнува работата на невротрансмиторите и на природен начин делува како антидепресив.

Зголемен внес на витаминот Б - Витаминот Б игра важна улога во подобрување на расположението. Тоа е инаку и исклучително важен витамин кој помага на многу телесни функции и на нормалното функционирање на организмот.

Зголемен внес на магнезиум - Магнезиумот е еден од најважните минерали. Особено е значаен за делувањето на повеќе од 300 ензими кои контролираат разни биолошки функции. Меѓу останатото одржува и стабилна хемија на мозокот. Организмот не може сам да го произведе, па затоа треба да го внесуваме преку исхрана. Некои од намирниците богати со магнезиум се: бадемите, индиските ореви, црвениот грав, бананите, спанаќот и други.

Вежбање - Вежбањето е идеално за одржување на телото во рамнотежа, а исто така и за подобрување на духовна состојба.

30 минутно секојдневно џогирање или 15 минути пешачење значително го подобрува расположение.

Семки од тиква - Семките од тиква содржат здрави масноти и магнезиум – две значајни состојки кои можат да го подобрат расположението. Исто така ја содржат и аминокиселината Л-триптофан која учествува во производство на серотонин.

Природните средства за лекување на расположението не се волшебно стапче кое за миг ќе ги реши сите проблеми, но, затоа, на долги патеки нивната помош ќе има позитивен ефект и ќе обезбеди трајна психичка стабилност. **Т.Г.**

Зошто се замастува црниот дроб

Речиси секому му е познато дека црниот дроб е еден од најважните органи во човечкиот организам. Исто така, многумина знаат дека пиењето големо количество алкохол е опасно за црниот дроб. Впрочем, тоа го покажуваат и статистичките податоци, според кои кај 90% до 100% од лицата што уживаат во прекумерни количини алкохол дијагностициран е најнапред замастен црн дроб, потоа цироза и на крајот она најлошото. Меѓутоа, замастувањето на црниот дроб може да биде предизвикано и од други фактори, како што се хепатит C, недостаток на железо во организмот, дебелина и лоша исхрана.

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

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

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

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

Освен тоа, може да се појават и болки во централниот или во горниот десен дел од стомакот, темни дамки на кожата на вратот или на подлактицата и зголемен црн дроб. Доколку болеста се развие во цироза, функцијата на црниот дроб значително се нарушува, што обично, се манифестира со задржување на течностите во ткивото, губење на мускулната маса, внатрешно крварење, жолтица и откажување на црниот дроб. Три специфични знаци на заболен црн дроб се: жолта нијанса на кожата (како резултат на акумулација на билирубин во крвта), чешање и лесно создавање модринки поради намалено производство на факторите за згрутчување на крвта.

Во моментов не постои специфичен начин на лекување на замастен црн дроб, но регулирањето или лекувањето на кој било скриен или примарен причинител на нарушување на неговата функција е од клучно значење. Корисни се и балансираната исхрана и редовната физичка активност. Освен редуцирање на калориите, потребно е да се намали консумирањето на преработени производи, бел леб и тестенини, компир, пченка, бел ориз и концентриран шеќер во пијалаците. За сите оние што имаат проблеми со црниот дроб од особена важност се намалувањето на маснотиите во исхраната, посебно заситените масти (маргарин, путер, павлака), а се препорачува подготовка на храна на пареа, на скара и варење во вода или со минимално количество маслиново масло.

Избегнувањето непотребни лекови, исто така, е ефикасна мерка за повлекување или за забавување на текот на болеста. Дури и одредени минерали и витамини во форма на додатоци можат да предизвикаат здравствени проблеми, поради што е најдобро да се земаат од природни производи. Иако промената на начинот на исхрана и физичката активност се најважни за подобрување на состојбата на фукцијата на црниот дроб, неколку природни лекови го забрзуваат регенеративниот процес. Овие растенија и додатоци имаат двоен ефект – антивоспалителен и антиоксидансен, што значи дека ја стимулираат неговата работа и го неутрализираат оштетувањето. Тоа се: **виолетов трн**, **црна `рдоква, шипка, артичока, глуварче, жен-шен и друго.** Повеќето од овие растенија и материи дејствуваат заштитно на црниот дроб, а тоа значи дека може да ги регенерираат здравите клетки во овој орган, како и да ја неутрализираат направената штета. Воопшто не е тешко да се елиминираат симптомите и да се подобри функцијата на црниот дроб, бидејќи тој е единствениот орган што се регенерира. Да го санирате замастениот црн дроб потребно ви е одлучност, трпение и консултирање со лекар што ќе го следи вашиот напредок. **Б. Арсов**

Трик како побрзо да се сетите на нешто

Често ви се случува да отидете до некоја соба и заборавите зошто сте таму? Можеби е време да поработите на меморијата.

Најновото истражување, објавено во книгите за криминална психологија, го потврдува постоењето на еден едноставен трик со кој за само 30 секунди ќе можете да ја појачате меморијата, па и да се присетите на најситните детали што секојдневно ги заборавате.

Во експериментот учествувале лица на возраст меѓу 20 и 60 години, а задачата им била да погледнат краток филм и потоа да се присетат на што повеќе детали. Едната половина од испитаниците требало да одговори веднаш, со отворени очи, додека другата требало да ги затворат очите на 30 секунди па дури тогаш да одговорат на истото прашање.

Членовите на втората група, кои ги одмориле очите, успеале да набројат речиси 30% повеќе детали од филмот, и тоа неколку пати по ред, вклучувајќи звучни ефекти, па и дел од конверзацијата.

Експертите велат дека објаснувањето е едноставно. Имено, кога ги затворате очите го исклучувате мозокот од надворешните влијанија кои ви пречат во размислувањето. На тој начин, мозокот станува пофокусиран исклучиво на задачата која му е поставена во моментот.

Па така, следниот пат кога ќе заборавите каде ви се клучевите, документите или адресата на која треба нешто да испратите, затворете ги очите за момент и оставете го мозокот детално да „пребара" по меморијата.

Постои мислење дека помага ако два–три пати ја повторите азбуката. **Б. Арсов**

Три интересни методи за зајакнување на имунолошкиот систем

Со доаѓањето на студените денови доаѓаат и различни вирусни заболувања, настинки и друго. Тоа е причина зошто многу луѓе се впуштат во различни методи за подигнување на имунитетот, со цел организмот да се одбрани од болести. Универзално решение или одговор како да се заштитите не постои, но затоа е сигурно дека постојат начини како да го зачувате здравјето, а при тоа не ви се потребни многу пари бидејќи некои од најдобрите методи за подигање на имунитетот целосно се бесплатни! Единственото нешто што е потребно за нив – е упорност.

1. **Челичење на организмот -** Со современите системи за греење, луѓето почнаа да живеат во претопли простории. Така станале пречувствителни на намалена собна температура, како и на разни причинители на болести. Со користење на контрастни методи за зајакнување на организмот – со изложеност на високи и ниски температури – телото може да се доведе во состојба во која подеднакво добро ќе ги поднесува и ниската и високата температура и ќе стане помалку подложно на настинки. Колку телото е почесто изложено на студ, помалку го чувствува, бидејќи тоа самото ќе се навикне на пониска температура. Човечкиот организам се зајакнува на ниски и високи температури и со користење на ладна и топла вода и тоа: со туширање, со бањање, облоги, ледени комори и сауни. Многу северни народи практикуваат методи на челичење на телото на секоја возраст, кај нив тоа е вообичаена метода.

Постапка за мини-студена бања

- Секоја вечер во када наполнете 10–15 сантиметри ладна вода.
- Влезете боси во кадата и тапкајте со стапалата само 10–15 секунди!
- Потоа излезете од кадата, избришете ги нозете со груба крпа и облечете волнени чорапи.
- Ако ова го правите секоја вечер, оваа мини–ладна бања значително ќе го зајакне вашиот имунолошки систем и ќе ја подобрите циркулацијата во нозете.

2. **Вежбање со умерен интензитет -** Редовното вежбање на телото е еден од темелите за добро здравје. Вежбање со умерен интензитет ја намалува напнатоста и стресот и го подобрува имунолошкиот систем. Тоа го подобрува здравјето на кардиоваскуларниот систем, го намалува крвниот притисок и помага во контрола на тежината. Вежбањето ја поттикнува циркулацијата, која им овозможува на супстанциите со имунолошки состав да циркулираат низ телото и да бидат поефикасни, а со тоа директно влијаат на зголемување на имунитетот. Во 2006 година, научниците набљудувале 115 подебели жени во поодминати години и ги поделиле во две групи и им дале различни вежби. Едната група практикувала вежби со протегање еден час само еднаш неделно, а втората група 45 минути вежбање со умерен интензитет секој ден, пет дена во неделата. По една година од спроведувањето на студијата, групата што вежбала еднаш неделно имала трипати повеќе настинки.

На секое човечко суштество движењето е една од основните потреби. Многумина тоа го игнорираат, а тоа е една од важните причини зошто заболуваме. Движење и вежбање се препорачува дури и кај болни луѓе, се разбира, во оние периоди кога се чувствуваат подобро. Иако е многу тешко да почнете со вежбање, бидејќи тоа бара напор, имајте на ум дека овие напори донесуваат напредок. Затоа, оставете ги изговорите и почнете да вежбате, веднаш!

3. **Постење** – Постојат многу сведоштва и научни потврдувања од придобивките на постот. Според истражувачите, пост од минимум 3 дена може да го регенерира целокупниот имунитет, дури и кај постарите луѓе. Постењето го стимулира производството на клетки кои помагаат во борбата против инфекции. Истражувачите додаваат дека постот може да биде особено корисен за луѓе со ослабен имунолошки систем, како и за пациенти кои примаат хемотерапија, бидејќи ги намалува нејзините несакани дејствија. Постот исто така помага и во намалување на телесната тежина, забрзување на метаболизмот, лечење на инсулинска резистенција и подобрување на мозочните функции. Самиот почеток на постот никогаш не е лесен и веројатно ќе чувствувате придружни појави на детоксикација. Сепак, набрзо ќе имате чувство дека сте сè полесни и дека имате повеќе енергија, ќе ви треба помалку сон од вообичаеното, а сепак ќе се чувствувате свежо. Ако одлучите двапати месечно да постите – тоа ќе значи многу за вашето тело!

4. **Усвојте здрав начин на живот** – Вашата прва линија за одбрана против болести е да практикувате поздрави животни навики. Имунитетот секогаш ќе го зајакнете со: доволно спиење, намалување на алкохолот и цигарите, елиминирање на стресот, исхрана која ќе се базира на свежа и природна храна, намалено внесување шеќер, почест престој на свеж воздух, дружење и смеење. **Б. Ангеловска**

Во 9 од 10 случаи и болниот е виновен

Научниците тврдат дека во најголем број случаи, добивањето на рак не е резултат само на лоша среќа и е по директна вина на болниот. Студијата на универзитетот „Стоуни Брук" покажува дека 90% од случаите на канцер се предизвикани од надворешни фактори, како: пушење, пиење, изложеност на сонце или на загаден воздух; така што по сè изгледа превентивата е полесна отколку што порано се мислеше.

– Постојат промени што можеме да ги имплементираме во нашиот начин на живот, со што значително ќе го намалиме ризикот од канцер, велат видни истражувачи на оваа болест. Според нив, најчестите канцери можат да бидат превенирани преку придржување кон здрава исхрана, физичка активност, справување со стресот и одржување на здрава тежина. Аргументот на научниците е дека канцерот е премногу чест за да може да биде сведен само на последица од мутации во делбата на клетките. Според други иатражувачи во оваа област природните ризични фактори само делумно придонесуваат за појава на оваа тешка, а во 9 од 10 случаи и болниот е виновен што се разболел од оваа болест.

Направената ревизија на неколку поранешни студии, меѓу нив и оние кои сугерираат дека лицето што се селило од земја со ниска стапка на канцер во земја со висока стапка на канцер, набрзо развива канцер соодветен на стапката на новата околина, упатува на заклучок дека најголемиот број случаи на појава на рак се поврзани со околината и животните навики! Така, 75% од ракот на дебелото црево се должат на лошата исхрана, 86% од ракот на кожата се резултат на изложеност на сонце, а 75% од ракот на главата и вратот се должат на цигари и алкохол, се вели во студијата.

Заклучокот звучи прилично застрашувачки и за неверување, но она што е важно е дека статистички гледано, одбраната од ракот во голема мера зависи од нас самите и превенцијата од канцер мора да оди и во таа насока, бидејќи во 9 од 10 случаи и болниот во извесна мера е виновен и допринел со својот начин на живот.

М. Дамјаноска

„Пензионерски информатор“ на ЗП Куманово

Гласило по вкусот на пензионерите

Гласилото „Пензионерски информатор“ во декември минатата година го одбележа петнаесетгодишното излегување и успешно информирање на пензионерите за активностите и постигнувањата на Здружението на пензионери Куманово. Јубилејното одбележување се совпадна со 30–тиот број на гласилото, кое стана повеќедневна потреба на секој пензионер за запознавање и следење на активностите и настаните во здружението. Според претседателот на ЗП Куманово, **Спирко Николовски**, весникот има одиграно мисионерска улога, која првенствено се огледа во двонасочното информирање, како по хоризонтала, така и по вертикала, како на македонски, така и на албански јазик, изразувајќи го на тој начин мултиетничкиот карактер, што се соврзува со средината во која излегува.

За разновидноста и богатата содржина, како и за дизајнот на гласилото мошне позитивно се изрази и претседателот на СЗПМ, **Драги Аргировски**. Тој рече дека во списанието „Пензионерски информатор“ со задоволство се читаат актуелните теми од пензионерската проблематика и за тековните активности и проблеми на здружението и неговите органи и разграноци.

Информаторот се дистрибуира до разграноците, од каде се разнесува по клубовите и штафетно, од еден до друг, се предава на читање и така стигнува до последниот пензионер од Здружението.

М.Д.

ЗП Вевчани

Изложба на пензионерот Баткоски

Овогодишните Василичарски свечености во Вевчани започнаа на 10 јануари со отварање на изложбата икони во резба со наслов „Духовни победници“ на вевчанскиот пензионер – копаничар Александар Баткоски.

Тој е човек кој си ги знае и ги почитува националните корени, вљубеник во културно–националното минато на својот народ, во светлите страници на нашата историја. Тоа јасно се чита и од изложените четири портрети: Филип, Александар Македонски, Гоце и Тито. Тие портрети обележуваат четири периоди од нашето минато. Баткоски е типичен вевчанец: бескомпромисен борец за македонската вистина.

Александар Баткоски е роден во 1939 година во Вевчани. Неговиот од до економист по туризам го започнал од родното место. Целиот работен век (до април 2004) го минува во струката (рецепционер и во туристичка агенција), паралелно, волонтерско занимање му беше туристички водич, кога ретко квалитетно го презентираше нашето културно благо и националното минато пред странските посетители. Од 1998 година ѝ се посветува на длаборезачката уметност.

Како Дичо Зограф, кусо работи, но има ретки и бројни остварувања во плитка, длабока и ажурна дрворезба. Веќе околу 200 негови дела се наоѓаат насекаде во Република Македонија и во светот (САД, Австралија, Србија, Грција, Холандија, Белгија, Германија). Досега учествувал на 18 колективни изложби организирани од Здружението на копаничарите на Република Македонија, а во 2000 година учествуваше и на светската изложба „ЕКСПО“ во Хановер.

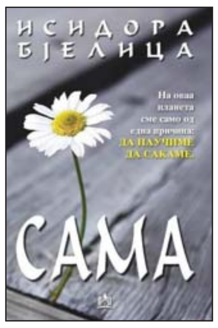
Ова е прва самостојна изложба на Александар Баткоски со избор на негови остварувања што ги има кај себе. Иако имал понуда да ја отвори на други места, дури во странство, тој ја отвори во родното Вевчани. На неа презентира 30–ина експонати. Тука е неговиот првенец Ореви, од кој се следи авторовиот раст за кој зборуваат портретите: Исус Христос, Св.Богородица, евангелистот Матеј, светите: Климент, Наум, Никола, Јован Крстител, Недела, Ѓорѓија, Злата Мегленска, архангелите Михаил и Гаврил, па Грозје, Огледало, Македонија и друго.

Беше задоволство и уживање да се посети првата изложба на Александар Баткоски кој со резбање им дава содржина на своите пензионерски денови.

С. Кукунешоски

Интересни книги

Сама



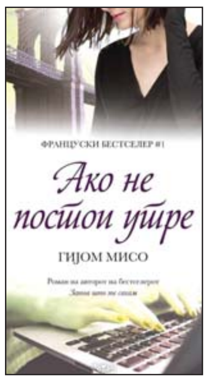
Автор: Исидора Бјелица

Романот „Сама“ е автобиографско дело. Негово мото е оти на оваа планета сме само од една причина: да научиме да сакаме. Човекот без срце и без љубов не е човек. Сметаме оти овие мисли се доволна причина да го побарате и прочитате трудот на Бјелица. И никако нема да погрешите и зажалите што сте го сториле тоа.

„Ме обзеде страшна, морничава паника, која оди до длабочината на коските, дека сè ова заедно нема никаква смисла и дека јас тоа нема никогаш да го откријам. Дека сиот живот ќе го поминам погрешно...“ Тоа е возбудлива исповед на Исидора Бјелица за делот од нејзиниот живот што бил непознат и недостапен за јавноста. Овој автобиографски роман истовремено е своевидна филозофска приказна за вечното трагање по љубовта и смислата. Останува дилемата дали воопшто е можно заедничкото чекорење на срцето и мислата. Тоа е суштината на животот кој за жал никогаш не успеал да го пронајде одговорот на ова најактуелно егзистенцијално прашање.

Хероината на романот „Сама“ талка по светот. Стигнува во Мексико во потрага по клучното разбирање на човековото битие и смисла, не знаејќи дека одговорот на тоа се наоѓа во нејзиното срце... И кога многу години подоцна ќе биде соочена со последното беспаќе, ако тоа воопшто е последно, кога ќе помисли дека сите ја напуштиле и дека останала сама, ќе сфати дека има само еден и единствен пат до срцето на саканиот. Кој е тој пат!? Одговорот е мошне едноставен и кажува оти тој пат води низ сопственото срце.

Ако не постои утре



Автор: Гијом Мисо

Животот подеднакво го составуваат севозможни настани и случки. Неочекувано малите и црни лаги се престоруваат во пекол за двете пријателки кои едноставно биле две тела во еден дух. Дали се возможни радикални промени во човекот и во животот. Книжевната критика едноставно ќе забележи дека Болтон е нов мајстор за трилери.

Гијом Мисо на читателската публика и е познат како автор на романот „Затоа што те сакам“ кој беше француски бестселер број еден. Негов естетски резултат е делото со интригантен наслов „Ако не постои утре“.

Таа е неговото минато. Тој е нејзината иднина. Ема живее во Њујорк. Иако нејзиното животно искуство има триесет и две години, таа сè уште е во потрага по вистинскиот човек. Оној што треба да биде голема љубов и смисла на животот. Метју живее во Бостон. Во страшна несреќа ја загубил саканата сопруга. Сам и несреќен ја има големата обврска и истовремено среќа да се грижи за четиригодишната ќерка.

Судбоносна средба во виртуелниот свет ќе ги доведе до фактот да поверуваат дека конечно ја пронашле среќата. Нетрпеливи да се запознаат, ќе се договорат да вечераат во еден мал италијански ресторан во Менхетен. На истиот ден и во исто време, ги отвораат вратите на ресторанот и се упатуваат на истата маса. Сепак, нивните патишта никогаш нема да се вкрстат. Дали е тоа игра на лаги? Производ на имагинацијата? Манипулација? Фатени во форма на реалност што не може да се сфати, Метју и Ема брзо разбираат дека ова не е само една пропуштена можност... Што потоа се случило? Оставаме почитувани читатели сами да дојдете до одговорот.

Избор: Васил Тоциновски

ЗП Прилеп

„Трајан Чатало“ - меѓу пензионерките

Како и 316–та по ред прикажана претстава, неколку дена пред Новата година, во организација на Секцијата на жени при ЗП Прилеп, актерот – пензионер од Прилеп, Душко Ѓорѓиоски, ја одигра монодрамата „Трајан Чатало од Бучин“.

– Пензиониран сум официјално од пред 3 години, но за артистите, а и за режисерите, како и за вас новинарите, нема „пензионерски мир“. Работам и сега. Оваа моја монодрама ја имам одиграно еве веќе 316 пати и тоа пред нашинци во Белград, Љубљана, Земун, Цеље, Брчко, во Виена, во Флорида, Ормон Бич, во македонските клубови насекаде... Ја имам играно и на „импровизирани“ сцени, на железнички станици, во училишта, кафетерии... – кажува Ѓорѓиоски.

Во монодрамата станува збор за несреќата на Трајана, раскажана на еден хумористичен и сатиричен начин. Иако станува збор за еден трагичен случај, Трајан е полн со животна радост и не се жали за својата судбина.

– Играм 13 ликови во оваа моја монодрама и дејствието го развив наместо во Брчко, каде и се случи овој вистински настан, во прилепскиот крај. Текстот е разбиен и е помакедончен, дејствието е автентично и е вистинска приказна. Се одлучив за прилепскиот дијалект, како да се случува во прилепско, во Бучин. Сам и го режирав, а ова во Прилеп е прва претстава, воопшто. Оваа претстава што ја организираат пензионерките му ја посветувам и на неодамна починатиот артист и мој драг пријател, кој ме учеше да бидам артист и режисер, Благоја Дамески – Глумецо – ни рече Душко Ѓорѓиоски.

Монодрамата, овој прилепски артист и режисер кој уште режира документарни филмови во повеќе ТВ низ Македонија, ја одигра пред полна сала пензионерки од сите прилепски разграноци кои го наградија со долг громогласен аплауз.

К. Р.

Димитар Стојчевски – ликовен педагог по слободно цртање и акварел

Ликовно творештво над четириесет години

Димитар Стојчевски е роден 1940 година во Сисак, Р. Хрватска. Училиште за применета уметност – оддел за декоративно сликарство завршил во 1959 година во Скопје, а Академија за ликовна уметност во 1968 година во Белград во класата на професор Недељко Гвозденовиќ. Од 1969 година е член на ДЛУМ и од истата година се наоѓал на Архитектонско–градежниот факултет во Скопје. Во 1974 година станал постојан асистент по предметот Слободно цртање и акварел. На тоа место работел до 1984 година, а во 1987 година со други ентузијасти заедно ја формираат ликовната колонија „Свети Јоаким Осоговски“ во Крива Паланка, од каде и самиот тој потекнува.

По завршувањето на работниот век, тој не престанува да работи во ликовното творештво. Дури и денес како пензионер неуморно твори во ликовната уметност, а за неговата макотрпна работа на ова поле, сведочат неговите самостојни и групни изложби направени ширум нашата татковина и надвор од неа низ европските земји.

Стојчевски има добиено безброј награди, а денес неговите дела се наоѓаат во приватни збирки и колекции во Македонија, Грција, Германија, Шпанија, Англија и Америка.

Поради големиот творечки ангажман што го има постигнато во уметноста му припадна честа прв да ги отвори деновите на културата во 2016 година со самостојна изложба во Л.У. Градски Музеј – Крива Паланка. Изложбата за отворена ја прогласи првиот човек на Општината, градоначалникот Арсенчо Алексовски. Доминантен и средишен мотив на неговите дела на платно е манастирот Св. Јоаким Осоговски, како што вели тој, негова вечна инспирација. Изложбата беше масовно посетена од неговите соработници и сограѓани, меѓу кои се најдоа и голем број пензионери. Посетители, негови гости имаше и од Р. Бугарија.

На неговиот постигнат труд во ликовната уметност, горд е самиот тој, но со него се гордеат граѓаните и градот Крива Паланка, како на еден од најголемите промотори на културното творештво на градот во земјата и во светот .

Б. Стојчевска

ЗП Солидарност – Аеродром

Активности во Клубот на љубители на книгата

Клубот на љубителите на книгата при ЗП Солидарност – Аеродром, Скопје, на редовната книжевна вечер на 26 јануари, имаа средба со Петко Шипинкаровски и неговиот роман „Утринска молитва“. Промотор беше Марина Мијаковска. Станува збор за интересно и оригинално книжевно дело создадено од вистински настан. Тематски делото навраќа во годините на Втората светска војна и прогонот на битолските Евреи. Врз судбината на младата девојка и трагедијата на нејзиното семејство авторот напишал дело со универзални значења и пораки. Осудата на војната како најголемо зло на човештвото повикува на почит, доверба и љубов во животот и светот. Смислата на егзистенцијата е во човекувањето. Самопочитувањето подразбира и возвратена мера од другите што потврдува оти во еднаш дадениот човечки живот останува само добрите и возвишени дела. На своевиден начин романот на Шипинкаровски е дел од летописот на многувековната традиција од неговото опстанување и борба за извојување на сопствените национални и социјални права и слобода.

Последниот вторник во тековната година членовите традиционално го одбележуваат со новогодишно дружење. Така беше и на 29 декември 2015 година. На членовите на Клубот кои ја исполнија салата до последното место им се обрати со честитки и новогодишни пожелби **Димитрија Богатиновски**, претседател на ИО на ЗП Солидарност – Аеродром. Станува збор за едно од најдобрите и најактивни здруженија во чиј состав од 2008 година, успешно дејствува и Клубот на љубителите на книгата. Тој е единствен ваков клуб во Републиката, а неговите членови покрај јавните настапи и презентации, со материјална поддршка на СЗПМ имаат објавено книги поезија, раскази, романи, новинарско–публицистички трудови. Со свои стихови на средбата настапија Александра Игновска, Јован Мазгански, Петар Шаламанов, Ратко Спасовски и Данче Пишманова.

В. Т.

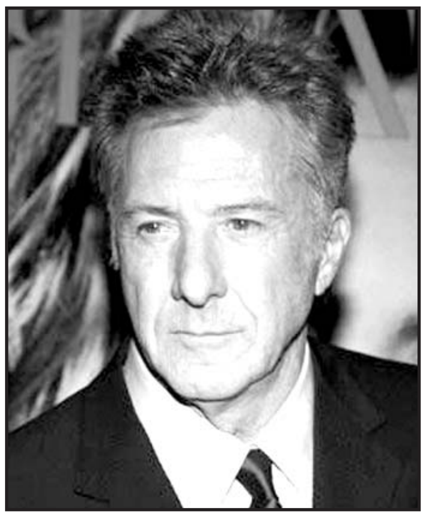
ЗАНИМЛИВОСТИ

Цинични и мудри цитати на Чарлс Буковски - поет, циник и икона

● Кога сфаќаш дека си остарел – кога седиш и се прашуваш каде отиде сè.
● Мојата пијана од пиво душа е потажна од сите мртви новогодишни елки во светот.
● Речиси секој се раѓа како гениј, а умира како идиот.
● Разликата меѓу животот и уметноста е тоа што уметноста е поднослива.
● Љубовта е пат со смисла; сексот е смисла сам по себе.
● На жените никогаш не им треба благоразумност, единствено то нешто што сакаат е да се одмаздат емоционално на некого за кого што се грижеле премногу.
● Убавите мисли и убавите жени никогаш не се задржуваат.
● Можеш да затвориш тигар во кафез, но никогаш нема да си сигурен дали ќе се скроти. Кај луѓето е полесно.
● Најлошото нешто за еден писател е да познава некој друг писател, а кога познава голем број други писатели, станува ужасно.
● Почетокот на една врска секогаш е најлесна. Потоа почнуваат откритијата – и никогаш не завршуваат.
● Токму тоа е проблемот со пиењето. Ако се случи нешто лошо, пиеш за да заборавиш; ако се случи нешто убаво, пиеш за да прославиш; а ако ништо не се случува, пиеш за да се случи нешто.
● Љубовта се издржува, но само ако може да се справи со психичката напнатост.
● Со луѓето е така. Колку повеќе ги истражуваш, толку повеќе се гледа колку се ненормални. Понекогаш тоа е забавно – барем на почетокот.
● Храброста е прашање на стил во една безизлезна ситуација, каква што е животот.
● Добриот писател знае кога да не пишува.
● Луѓето без морал често се сметаа за слободни, но најчесто само беа лишени од способноста да чувствуваат и да сакаат.
● Кога лажеш некој човек за неговиот талент само затоа што седи наспроти тебе, тоа е најнепростлива лага од сите, бидејќи така го охрабруваш да продолжи и на крајот да си го уништи целиот свој живот само затоа што нема талент. И сепак повеќето луѓе постапуваат токму така – претежно пријателите и роднините.
● Ако еден човек не може да напише љубовен расказ од него нема полза.
● Што може да постигне еден поет, ако не чувствува болка? Болката е исто толку важна како и машината за пишување.
● Лудите и пијаниците се последните светци на оваа ера.
● Никогаш немојте да се задоволувате со мали нешта.
● Никогаш не сум сретнал друг човек, кој сум посакал да бидам – Сакајте се себе.
● Не е страшна смртта, туку животот што луѓето го живеат или не го живеат до својата смрт – Живејте го животот со сета страст.
● Понекогаш се извлекувате од креветот наутро, мислејќи: Денес навистина не можам, но внатре се смеете самите на себе, бидејќи многупати сте се почувствувале така... – Посилен си отколку што мислиш.
● Проблемот со светот е тоа што интелигентните луѓе се полни со сомнеж – Имај верба во себе.

М.Д.

КРСТОЗБОР

СКАНДИ	РАСТЕГЛИВОСТ	КОБАЛТ	НАШАТА АРМИЈА (СКР.)	СКАНДИ	ДЕНАР	АРТИСТОТ МАРФИ	ДУПКА	ВЛАЖНОСТ	ВИД ГУШТЕР	ГЛУМЕЦОТ НА ФОТОСОТ					
ЖЕНСКО ИМЕ (ЕЛИЦА)				ФУДБАЛЕРОТ БЕКАМ / ЖЕНАТА НА ЗЕВС											
АНГЛИСКА БАЛГОРОДНИЧКА ТИТУЛА					БРАН / ДЕЛ ОД ПОВЕЌЕКАТНИЦА										
АЛТ		ЛИК ОД ЦРТАНИТЕ / НАРОД. ХЕРОЈ НИКОЛОВ													
ПРЕДЛОГ			ДВЕ САМОГЛАСКИ / ВИД ЖОЛТА БОЈА			ГРАД НА ОСТРОВОТ ГУАМ / ГРАД ВО ТУРЦИЈА									
НЕСМАСНА ЖЕНА							АМЕР. КУКАВИЦА / "МЕЃУНАР. ОЛИМП КОМИТЕТ"								
ЖЕНСКО ИМЕ НА ГАЛЕНО					БЕЛА МЕСАРОШ / ГРАДЕЖНО ЗЕМЈИШТЕ			ГРАД ВО ФРАНЦИЈА / ГРАД ВО ВИЕТНАМ			ЖАК АРТИН	ЕНЕРГИЈА	СКАНДИ	АРИЕВОТО УЧЕЊЕ	ГРЧЕВИ СО ГУБЕЊЕ СВЕСТ
ВИД ДАБ				РИМСКИ ЦАР МАРКО АНТОНИЈ / АМПЕР ЧАС					ХЕКТАР / ИМЕТО НА ПЕЈАЧКАТА СУМАК				АНИТА ЕКБЕРГ / ВИД КРОКОДИЛИ		
ЈОД		АМЕР. АВИОТРАНСПОРТ / ЖАК АРТИН				МУЗА НА ИСТОРИЈАТА / ЕВРЕЈСКИ СУДИЈА						АРКАНЗАС / "АБЛАТИВ"			
ИНИЦ. НА ФРАНЦУСКИОТ СЛИКАР ЖЕРИКО			ГЛ. ГРАД НА ХОЛАНДИЈА / АФРИКА. ПЛЕМИЊА				ВОДОЗЕМЕЦ / СЕНКА				ОРГАНСКИ ОСТАТОК ВО ЛУК. / МЕЃУ. АСТРОН. ОРГ.				
ЛИЧ. ОД ГРЧ. МИТОЛОГИЈА, КТАЛ НА ЕГИНА				"КАЛОРИЈА" / СВЕЖО, ПРЕСНО				ЛЕГУРА НА ЖИВА СО МЕТАЛ / ДЕЛ ОД ЛИЦЕТО							
ТОН		АСТАТИН / ЖИТЕЛ НА ИРСКА			ВИД ЛИСТОПАДНО ДРВО / ЛИБАН				"АНИ ФУТУРИ" / НАШ ПИСАТЕЛ АЛЕКСАНДАР			ХОЛАНДСКА НОВ. АГЕНЦИЈА / ОРЕГОН			
РЕКА ВО СРБИЈА / ФРАНЦУСКИ ПИСТАЕЛ ФЕЛИКС						НИСКО ЛИС. ДРВО / ЈАПОНСКИ ПОЛИТИЧАР ХИРОБУМИ					ИМЕТО НА ПЕЈАЧОТ РЕДИНГ / ДЕВ САМОГЛАСКИ				
НАЈГОЛЕМА МЕЧКА							АНИ ЖИРАРДО / АВТОЗНАК ЗА ОРЕГОН			ДЕЛ ОД ПУШКА (МН.) / АВТОЗНАК ЗА РИЕКА					
АВТОМАТСКИ ПРЕКИНУВАЧ (РЕЛЕЈ)					ЖЕНСКО ИМЕ / КЕЛВИН							БАЛЖЕНСТВО / РАДИУС			
ИМЕТО НА ПИЈАНИСТОТ БЕРТОНЦЕЉ				ТВРДИ, ЗАКОРАВЕНИ							СЛИК				

Хумор

Момче и девојка седат прегрнати на клупа во паркот и ги гледаат sвездите на небото.
– Еј, гледај срце, sвезда што паѓа! Посакај желба.
– Сакам да се омажам за тебе. Рекла девојката.
– О, не била sвезда, авион било!

*****

– Што правиш Трпе, го прашува Перо по телефон.
– Еве, само што се вратив од риболов.
– И што фати?
– Жена ми со љубовникот!

*****

– Душо, морам да ти признаам нешто.
– Е, ајде де кажувај.
– Имам жена и две деца.
– Их. Бре ме извади од памет! Помислив дека мерцедесов што се возиме не е твој, туку си го украл.

*****

Мара и се жали на Трпана:
– Трпе стално ми зборува за првата жена, а тоа многу ме нервира.
– Што да кажам, пак јас? Мене мојот постојано ми зборува за идната!

*****

Синот го прашува Трпе:
Тато може ли да ги вратам шишињава од пиво и со кауцијата да купам леб?
– Може бе сине. Гледаш ли, ако не сум јас ќе умрете од глад!

*****

Го прашува Трпе комшијата?
– Ако некој ти ги киднапира жена ти и мајка ти, за кого повеќе ќе жалиш?
– За киднаперот!

*****

Во кинески ресторан дошле две баби и нарачале нешто за јадење. После некое време кенлерот им го донесол јадењето, а меѓу другото и стапчиња за јадење. Бабите чудно се погледнале, а едната не можела да се воздржи и му рекла:
– А бре синко, ние дојдовме овде да јадеме, а не да плетеме!

*****

Дошол поштарот кај една баба да и предаде писмо.
– Бабо, ти стигна писмо од Америка!
– Со што дојде?
– Со авион!
– Не ме лажи, те видов дека дојде со мотор!

Два петла

Два петла кои долго време живееја пријателски, се скарале поради една кокошка. Оној што победи се качи на покривот и славно почна да кукурика и бучно да мавта со крилјата. Таму го забележа јастребот и го грабна.

Овој другиот, победениот петел се врати потоа меѓу кокошките. Сега сите се завртеа околу него и му укажуваа најголемо внимание. Никој не го споменуваше неговиот пораз, дури и не помислуваше на тоа.

Не е добро да се дозволи да ве заслепи победата или успехот.

ЗП Ѓорче Петров

Нов пензионерски Клуб во село Волково

Нов пензионерски клуб на површина од 168 метри квадратни, комплетно опремен со: шах, табла, домино и пикадо, како и нови маси и столици, беше отворен во село Волково. Клубот го пуштија во употре-

ба заменик– министерот за труд и социјална политика Диме Спасов, градоначалникот на општината Ѓорче Петров, Сокол Митровски, претседателот на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија Драги Аргировски и претседателот на ЗП Ѓорче Петров Методија Новковски.

Во присуство на голем број пензионери, заменик–министерот за труд и социјална политика **Диме Спасов** истакна дека отворањето на клубот ќе помогне во организирање на разни активности на пензионерите, како и за нивно дружење, што ќе придонесе тие поквалитетно да ги поминуваат пензионерските денови.

– Владата и Министерството за труд и социјална политика во изминатите години во фокусот имаше зголемувањето на мрежата за дневни центри на корисници на пензија. Отворивме вкупно 10 центри за стари лица и со овој проект ќе продолжиме и понатаму. Во 2016 година планирано е отворање на уште четири дневни центри, – рече меѓу другото заменик–министерот Спасов.

Исто така, тој потсети дека пензионерите оваа година во октомври ќе добијат зголемување на пензиите од 5 проценти за кои, како што рече, веќе се направени потребните законски измени.

Според градоначалникот на Ѓорче Петров **Сокол Митровски**, отворањето на клубот е резултат на одличната соработка на општината со Здружението на пензионерите и со Сојузот на здруженија на пензионери на Македонија.

– Ова е втор клуб кој општината со сопствени средства го отвора за потребите на пензионерите. За реконструкција на објектот вложени се 2,5 милиони денари, а покрај Клубот отворени ќе бидат и работни канцеларии за претседателот на Месната заедница за жителите од селото, како и за претседателот на разгранокот на пензионери од Волково при ЗП Ѓорче Петров, – појасни Митровски.

Претседателот на Сојузот на здруженија на пензионери на Македонија, **Драги Аргировски** истакна:

– Ова е прв пензионерски клуб што се отвора во оваа година која е јубилејна за Сојузот, бидејќи во 2016 година се прославуваат 70 години од неговото основање. Отворањето на овој Клуб е дел од одбележувањето на нашиот голем и несекојдневен јубилеј.

Љ. Ристов

Работилница за сметководители при СЗПМ

Едукација за правилно финансиско работење

Во организација на Сојузот на здруженијата на пензионери на Македонија, на 29–ти јануари, во ресторанот „Панини" на Велешко Езеро, беше одржана работилница за со-

ставување финансиски извештаи и годишна сметка во здруженијата на пензионери и Сојузот на која присуствуваа: сметководителите и претседателите на ЗП членки на СЗПМ, претседателот на СЗПМ Драги Аргировски, потпретседателот на Собранието Бесник Поцеста, потпретседателот на ИО Салтир Каровски, изготвувачот на материјалот Димитар Тодевски и претседателот на Надзорниот одбор на СЗПМ Митре Стојановски.

Работилницата ја отвори претседателот на СЗПМ **Драги Аргировски** при што го нагласи значењето на едукацијата на претседателите и сметководителите за правилно финансиско и домаќинско работење, што се покажа мошне корисно и се потврди во практика минатите четири години. Благодарение на ваквата грижа за законско работење во рамките на Сојузот во изминатиот период нема констатирано слабости и негативни состојби од инспекциските и надзорните органи.

Авторот на прирачникот за составување финансиски извештаи – годишни сметки за 2015 година, **Димитар Тодевски,** ги образложи прашањата поврзани со оваа проблематика и гиназначи проблемите кои можат да се појават во разни случаи и да предизвикаат реперкусии доколку не се постапува според пропишаните регулативи, а посебно според Правилникот за сметководство на непрофитните организации. На работилницата беа расчистени сите дилеми околу изготвувањето на финансиските извештаи и завршната сметка во ЗП и СЗПМ, а сите поединости и специфичности во разни случаи и примери се содржани во прирачниот материјал што им беше поделен на сметководителите.

Во меѓувреме, претседателот на СЗПМ оствари посебна средба со претседателите на ЗП на која ги информираше за позначајните активности во 2016 година, со најава на домаќините и термините за одржување на ревиите и спортските натпревари на регионално и републичко ниво, како и можноста по повод 70–годишнината на пензионерското организирање, СЗПМ да биде домаќин на Европска ревија на песни, музика и игри во Скопје. На средбата се разговараше и за некои негативни појави и проблеми, а посебно за непочитувањето на договорите од ЈП Македонски шуми при испораката огревно дрво за пензионерите, за што беа дадени насоки за нивно разрешување.

М. Димовски

ЗП Куманово

Прогласени најдобри спортисти

Моме Цветановски и Богица Димитриевска освојувачи на златни медали во дисциплините трчаење и стрелаштво на 20–те Републички спортски пензионерски игри, се прогласени за најдобри спортисти преку Здружението на пензионери и Општинскиот сојуз на спортови од Куманово. Признанијата на најуспешните спортисти им беа врачени на неодамнешната новогодишно спортска забавна вечер, што ја организираше ЗП Куманово, на која, исто така, признанија добија и членовите на екипата во стрелаштво: Маргарита Станиќ, Божана Трајковска, Злата Трајковска и Богица Димитриевска, кои го освоија првото место на игрите. За најдобар тренер беше прогласен Љубе Димитриевски, а благодарници за успешни резултати добија и Бранко Почуча, носител на сребрен медал и Јасмина Тодоровска и Мирјана

Андоновиќ, добитнички на бронзен медал.

Инаку, традиционалната манифестација што се одржа по 15–ти пат на крајот од 2015 година беше во организација на ЗП Куманово, кое години наназад редовно учествува на сите олимпијади и освојува високи признанија на спортски план. Претседателот на Здружението, **Спирко Николовски** и во оваа прилика, потсети дека од Олимпијадата во Скопје ЗП Куманово се врати и со посебно признание за учество на првите Републички спортски натпревари кои беа одржани во Охрид.

На забавата, присуствуваше и градоначалникот на Куманово, **Зоран Дамјановски**, кој не го криеше своето задоволство што се наоѓа меѓу припадниците на најорганизираното и најуспешно Здружение на граѓани, пензионерите, кои се достојни презентери на градот не само на спортски план туку и на полето на културата, музиката, фолклорот. По официјалниот дел, манифестацијата продолжи со музика и игра, во пријатна атмосфера на дружење и забава до ноќните часови.

Ј. Тодоровска

ЗП Центар

Активен почеток во 2016

ЗП Центар на 22 јануари со пригодна свеченост го одбележа Денот на формирањето на здружението. Ова најстаро здружение, член на СЗПМ, претставува квалификуван партнер во развојот на системот на пензиското и инвалидското осигурување во Македонија и заштитник на правата на пензионерите. Тргнувајќи од оваа констатација, претседателот на ИО на ЗП Центар **Павле Спасев** на оваа свеченост потсети дека пензионерите од Центар во изминатите 62 години, се активни чинители обединети во една

непартиска, самостојна и непрофитабилна организација. ЗП Центар со сите карактеристики претставува пример на организираност и структура на пензионерската организација во градот и на Републиката.

Од 2007 година ИО на здружението, на предлог на Комисијата за спорт, донесол Одлука на најдобрите спортисти во изминатата година да им се доделуваат пехари од здружението. Така оттогаш до сега се доделени 21 пехар на пензионерите спортисти. Годинава, на патрониот празник на здружението, за спортисти на годината беа прогласени Лилјана Славеска и Ванчо Георгиевски и двајцата шахисти. Доделувајќи им ги пехарите, претседателот Спасев нагласи дека и двајцата пензионери имаат голема заслуга шахот во ЗП Центар да биде на завидно ниво.

Заблагодарувајќи се на признанието, Ванчо Георгиевски рече дека со шахот другарува цели 60 години. Учествувал на разни турнири и во земјата и во странство. Добивал многу признанија, но ова сега му е најзначајно и ќе има посебно место во неговиот дом. И за Лилјана Славеска ова е голема сатисфакција, особено сега во пензионерските денови кога шахот и помага монотонијата да ја замени со активен живот и другарување.

Цветанка Илиева

ЗП Кичево

Нови иницијативи на Активот и Комисијата за култура

Само што ја испратија Стара Нова година со заедничко дружење и сите адети што се практикуваат за оваа пригода, со неизбежното вр-

тење василичарска пита со паричка, кичевските пензионери отпочнаа со активностите предвидени со Програмата за оваа година. Како најдоследни во тоа се покажаа Активот на пензионерки и Комисијата за култура, кои иницираа нови активности и предлози за поуспешна работа и подобри резултати во новата јубилејна година.

Ваквата тенденција Активот на пензионерки ја искажа уште при василичарската прослава на седумдесетина–та пензионери од здружението, кога на 6 најзаслужни членки им додели скромни награди со статус „активна пензионерка", како поттик за ангажирање во наредниот период. Таквото признание го завредија: Нада Јандреска, Размена Цветаноска, Нада Матеска, Елица Трајкоска, Размена Темелкоска и Јагода Запатоска.

Исто така, во првите денови од новата 2016 година Комисијата за култура започна со подготовки за претстојната регионална ревија на песни, музикаа и игри, а нејзина иницијатива е во почетокот на оваа година да се организира хуманитерен концерт на кој би зеле учество сите пејачи од Кичево, играорни групи, уметници и пензионерите од здружението, како и најмладите од детската градинка „Олга Мицеска" во Кичево, за што ќе бара поддршка од ИО на Здружението.

А. Ристоска

Свети Трифун

Се кројат лозјата и градините,
на височинините и падините,
кога се уште е зима,
за напролет цвет да цвета,
за поголем род да има.

Кога гранките ги крои,
над секого Светецот стои,
низ лозјата и градините свои,
како да надгледува и брои.

Насекаде среќа блика,
младост, смеа и вика,
тапан чука и оро се вие,
заедно млади и стари ние,
радоста не може да се скрие.

Закрој и Ти запеј Свети Трифуне,
овошјата и лозјата, кога ќе се стопили,
сè нека цвета, нека род роди,
тоа на сите ќе ни годи.

Елица Даниловска,
пензионерка од ЗП Кисела Вода

ЗП Солидарност – Аеродром

Јубилејна прослава

На денот на формирањето на Огранокот „Јане Сандански" во Здружението на пензионери Солидарност – Аеродром, 23 декември 2015 година и оваа година беше организирана јубилејна средба и новогодишна прослава. Во пријатна атмосфера средбата ја отвори претседателката **Виолета Кусева**, а гостите ги поздрави претседателот на Извршниот одбор на Здржението, **Димитрија Богатиноски**. Тој зборуваше за развојот на овој огранок и на здружението, а на крајот на сите им го честита јубилејот и Новата 2016 година. Претседателот на СЗПМ, **Драги Аргировски**, кој потекнува од овој огранок, со одбрани зборови и духовито ги поздрави присутните и им пожели многу здравје и активно и бавно стареење.

Одборот на Огранокот „Јане Сандански" во улога на домаќин се погрижи гостите пријатно да се чувствуваат, а со изборот на музиката нашиот познат ракувач со озвучувањето, средбата ја направи повозбудлива. На

оваа средба присуствуваа претседателите и гости од сите ограноци и комисии од Здружението, а дружењето се повтори и наредниот ден со членовите од огранокот „Јане Сандански".

И.Г.