ПЕНЗИОНЕР плус

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

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

NLB Banka

Година IX, број 97 — ISSN 1857-7660 — 26 август 2016 година

Достојното одбележување на јубилејот се финализира

СЗПМ СОЈУЗ НА ЗДРУЖЕНИЈА НА ПЕНЗИОНЕРИ НА МАКЕДОНИЈА 1946 - 2016

На 18 февруари 2016 година на шестата проширена седница Извршниот одбор на СЗПМ усвои Заклучоци за одбележување на 70-годишнината од пензионерското организирање во Македонија. Поголем дел од нив веќе успешно се реализирани.

Организациониот одбор за одбележување на јубилејот, кој го составуваат 39 истакнати активисти, на 18 март одржа седница на која се говореше за значењето на јубилејот и притоа беа формирани повеќе комисии. Се поддржа и предлогот по повод овој значаен настан СЗПМ да објави Монографија, како и книгите „Студија на пензионерското организирање“ и „Аргументите ја осветлуваат вистината“. Предложените заклучоци од Извршниот одбор во целост беа усвоени.

На наше задоволство претседателот на Р Македонија Ѓорге Иванов го прифати предлогот да биде покровител и да говори на Свечената академија, која ќе се одржи на 16 септември, во 11 часот, во големата сала на Домот на АРМ по повод нашиот голем и значаен јубилеј. На свеченоста за историјатот и развојот на СЗПМ ќе зборува претседателот Драги Аргировски. Ќе бидат изведени химната и 30-минутна пригодна културно-уметничка програма со учество на ансамблите на ЗП Гази Баба, Солидарност – Аеродром, Центар, Кисела Вода, Чаир и Ѓорче Петров. По повод јубилејот, веруваме дека претседателот на државата ќе го одликува СЗПМ со високо признание, со што ќе им направи чест и почит на 240.000 пензионери во нашата земја.

Што се однесува до признанијата кои ќе бидат доделени на институции со кои СЗПМ подолго време успешно соработува, на гости од странство, на градоначалници, здруженија, на наши истакнати активисти, културни друштва, спортисти и други, врз база на донесени критериуми кои беа доставени до здруженијата на пензионерите и се очекуваат нивните предлози. Предложено е да се доделат 140 признанија, плакети и благодарници. На сите добитници на признанија како подарок ќе им биде врачена и книгата „Аргументите ја осветлуваат вистината“, а на 54 здруженија на пензионери – членки на СЗПМ и книгата „Студија за пензионерското организирање“.

Редакцијата за Монографијата по повод 70 години од пензионерското организирање во Македонија, исто така одржа состанок на којшто ги определи темите и задачите. За да ги опфати настаните во оваа јубилејна година Монографијата треба да се подготви и објави во првите месеци на идната година. Меѓу другото, ќе се одреди тиражот според финансиските можности, а книгата ќе се печати на македонски, албански и англиски јазик.

Во издание на СЗПМ во јуни излезе од печат книгата „Студија за пензионерското организирање“ од Илија Глигоров и Драги Аргировски, чија промоција се одржа на 16 јуни 2016 година, а за делото говореше д-р Живко Митревски, претседател на ССМ.

Од печат излезе и 20-тата публицистичка книга „Аргументите ја осветлуваат вистината“ од Драги Аргировски која свечено ќе биде промовирана на 26 август, во 12 часот, во големата сала на ССМ.

Значајно е и тоа што во годината на јубилејот СЗПМ се всели во нови современи простории, коишто ги користи без надоместок.

Поради политичката состојба во Република Македонија, отпадна одржувањето на меѓународната „Балканска фолклорна ревија“ што настојуваме годинава да се одржи во Скопје. Меѓутоа, од познати причини финансиската поддршка од Европската унија изостана.

Пензионерските манифестации и собири во текот на 2016 година, минаа во знакот на 7-деценискиот јубилеј на СЗПМ. За значењето на јубилејот се зборуваше на осумтте регионални ревии и на Републичката ревија на песни, музика и игри, која е прогласена за најдобра досега, а така беше и на осумте регионални спортски натпревари, а така ќе биде во Радовиш на 3 септември 2016 на 21-те републички спортски натпревари. Во духот на јубилејот успешно минаа и сите пикник-средби, како и другите собири на пензионерите во нашата земја.

Организациониот одбор на СЗПМ

Сочувство до настраданите од катастрофалните поплави во тетовско и скопско

Најнапред, искрено сочуство до семејствата на починатите, кои ги загубија животите во катрастрофалната поплава која се случи на 5 август 2016 година во нашата земја.

Несреќи од временски непогоди, како што се земјотреси, поплави и ветришта имало и ќе има. Тоа е нешто што се случувало и ќе се случува, но на сите нас ни е должност и обврска сето тоа да го дочекаме што е можно поподготвени, а кога ќе се случи, да помогнеме во граница на нашите можности да се заштитат животите на луѓето, нивните имоти и домови. Пензионерите се луѓе со искуство и знаење во справување со несреќите. Хуманоста и солидарноста се столбови врз кои се потпира нивното здружување и дејствување. Затоа Сојузот и сите негови 53 здруженија донираат парични средства, но и се вклучија директно во помагање на настраданите луѓе во скопско и тетовско. Така било секогаш, така ќе биде и во иднина, а наша заедничка желба е вакви несреќи никогаш да не се случуваат.

СЗПМ

Отворен нов современ приватен дом за стари лица во општина Кисела Вода

Уште едно „Сонце“ за највозрасните

Големите финансиски поволности и мерки на Владата на Република Македонија за поттикнување на домашните компании да отворат домови за стари лица, очигледно даваат резултати. Во последниот период се отворија 20 вакви домови, со што значително се зголеми капацитетот за згрижување лица од третата животна доба, а со зголемување на конкуренцијата континуирано се подобруваат и условите за живот со воведување современи стандарди и содржини во функционирањето на домовите, а се намалуваат и цените за престој.

Нов дом за згрижување стари лица неодамна почна со работа во скопската населба Пржино во општина Кисела Вода, кој е 20-ти по ред приватен дом со ваква намена.

При отворањето на домот, министерот за труд и социјална политика Диме Спасов, посочи дека владините мерки за изградба на приватни старски домови претставуваат сериозна поддршка за сите заинтересирани лица и компании да се одлучат да вложат во овој бизнис, а притоа освен да влијаат на својата профитабилност, да отворат и нови работни места и да го зголемуваат вработувањето во нашата земја, кое пак од друга страна се рефлектира и на прилив на сретства во Фондот на ПИОМ.

– Лицата сместени во овој модерен дом се задоволни од услугата, од грижата на вработениот тим, како и од условите кои ги нуди објектот во кој се сместени. Тука значајни се и поволностите на Владата од пред 2,5 години, со кои се намалија комуналиите за изградба на старски дом за 95 проценти, односно почетната цена за квадрат за градежно неизградено земјиште изнесува од едно евро. Притоа мора да се споменат и поволните кредитни линии за поддршка и развој на оваа област, како и поволностите за вработување кои се нудат преку Агенцијата за вработување. Тука е и најновиот проект „Грант за отворање на нови старски домови“ од 12.000 евра, кои секако даваат резултат. Во овие 20 приватни домови за стари лица работат над 260 вработени, што секако не е за потценување. Заради сето ова, интересот за отворање домови за стари лица се зголемува и интензивира. Се поголем број луѓе се решаваат да инвестираат во оваа дејност и да отворат приватни домови за стари лица. Овој дом ќе обезбеди згрижување на 40 лица и ќе отвори 10 до 15 работни места. Во моментов има седум инвестиции кои се во постапка на отворање домови за стари лица. Очекувам мерките што ги воведовме да влијаат на подигнување на интересот, бидејќи за тоа во оваа дејност има простор и очекувам тоа и натаму да се развива, – рече на отворањето министерот за труд и социјална политика **Диме Спасов**.

Претседателот на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија **Драги Аргировски** истакна дека со отворањето приватни старски домови почнува да се решава проблемот за згрижување пензионери и стари лица, бидејќи, како што рече, во моментов има недостаток на легла.

– Благодарение на акцијата на Владата и на Министерството за труд и социјална политика, како и бенефициите што се даваат на инвеститорите кои сакаат да отворат старски домови овој проблем почнува да се решава на општо задоволство на Сојузот на здруженија на пензионери на Македонија и на над 300 илјади пензионери и стари лица во нашата земја. Со отворањето нови капацитети не само што се ублажува проблемот

со недостигот на згрижувачки капацитети, туку и се зголемува конкуренцијата, која придонесува за намалување на цените на сместувањето и згрижувањето за старите лица – потенцираше Аргировски.

– Во последно време се зголемува потребата за воведување повисоки норми и стандарди. Затоа го реализиравме проектот кој е алтернатива на старските домови со цел да обезбедиме услови за поквалитетен живот во кој старите лица ќе добијат грижа во одлични услови и простор – рече **Петар Старделов**, сопственик на новиот дом „Сонце“ во Пржино и при тоа информираше дека објектот има над 20 апартмани за сместување и простор од над 2.000 квадратни метри во кој ќе можат згрижените станари да ги поминуваат слободните активности со своите врсници, но и со своите семејства.

Отворањето на новите современи приватни домови за стари лица во Кисела Вода, но и во уште некои други општини, е уште една потврда дека соработката и напорите на Владата, на Сојузот на здруженија на пензионерите на Македонија и на локалната самоуправа секогаш даваат добри резултати, а така треба да се продолжи и во иднина.

Калина С. Андонова

ВО ОВОЈ БРОЈ...

АКТУЕЛНОСТИ стр. 2

РАЗГОВОР СО ДРАГИ АРГИРОВСКИ ЗА ТВ МТМ стр. 3

СПОРТСКА СРЕДБА И ДРУЖЕЊЕ стр. 4

МАКЕДОНСКОТО ЗНАМЕ СЕ ВЕЕШЕ ВО ЗАЈЕЧАР стр. 5

ИНТЕРВЈУ СО ЃОРГЕ АНДОНОВ стр. 7

ХРОНИКА стр. 8

НЕЗАБОРАВНА ПОСЕТА НА ПОГРАДЕЦ стр. 9

БИТОЛЧАНИ ВООДУШЕВЕНИ ОД КУД „ДАЛГИ“ стр. 11

СПОРТ стр. 12 и 13

ИЗБОР НА АЛБАНСКИ стр. 14

ИНФО стр. 15

ДВЕ ИНФОРМАЦИИ ОД ФПИОМ стр. 16

ЗДРАВСТВО стр. 17

ЗАБАВА стр. 19

ПЕНЗИОНЕРИТЕ БЕСПЛАТНО И СО ПРИВАТНИ АВТОБУСИ стр. 20

ЌЕ ИЗЛЕЗАТ
22. Септември
во „Нова Македонија“
- Пензионерски видици
29. Септември
- Прилог за пензионери
во „Коха“
16. Септември
„Пензионер плус“

Вашата пензија секогаш на први во месецот.

НЛБ Сребрен пакет

NLB Banka

Колумна

Мендо Димовски

Просторот за колумна беше резервиран, ама јас ја немав темата. Ми беше присутна само приказната и поуката што се раскажува во новинарството за потрага по „темата на денот“. Кога се вратил без прилог за весникот, младиот новинар му се пожалил на уредникот: „Изгоре театарот и претставата не се одржа“!?

Аларм и по потопот

Луѓе мои, обични и необични, новинари, писатели, уметници и творци, зар по овој потоп што го „удави“ Скопје на 6–ти август годинава и што однесе толку животи со невиден пустош зад себе, да бараме тема на денот?!...

Алармот беше веднаш вклучен. Недостасуваше само тажниот звук на ТВ медиумите како што се повторуваше за време на замјотресот 1963 година. Тогаш зградите паѓаа и ги гмечеа луѓето, а сега водата незадржливо им навлегуваше во живеалиштата, ги носеше и ги давеше, како да поулавела природата! Сета вода што ја имаше во облаците, ја истури одеднаш на падините на Скопска Црна Гора и големата вода рушеше се пред себе. Тогаш, водената стихија поита да го „удави“ Скопје. Среќа што „Господ“ оттаму тргнал да не „камшикува“ и опоменува?! Недај Боже, „да решил“ толку вода да истури на падините на Водно. Проценката на еден добар стручњак и познавач на работите беше загрижувачка. Тој рече дека е среќа во оваа голема несреќа што така се случило. Водата од Водно скопјани можела да ги преполови. Затоа предупредува на почитување на градежните услови и критериуми при одбирот на местоположбата за живеење и изградбата на објектите. Но, како да ни е пишано да не можеме или да не знаеме превентивно да дејствуваме! Затоа ги отстрануваме последиците и ако навреме не обезбедиме сигурност и натаму со нив ќе се занимаваме.

Но, највозрасните и најискусните жители на Македонија, дел зафатени и настрадани од скопскиот и делумно од тетовскиот потоп, не седат со скрстени раце и не мудруваат за состојбата. Како и во други поранешни неволји и страдања, организирани и сплотени, заедно преземаат акции и мерки во кои се вклучени и пензионери и пензионерки. Најпрво, одлука за организирање, за дејствување и помагање, донесе Раководството на Сојузот на здруженијата на пензионери на Македонија, кое веднаш упати соопштение до медиумите и известување до пензионерите. Тогаш, лидерот на пензионерската организација, претседателот на СЗПМ Драги Аргировски, застана пред камерите и на сите им раскажа за мерките, активностите и намерите на пензионерите:

– Минаа неколку денови од невремето што го зафати скопскиот регион што однесе и човечки животи. Болката и тагата за починатите не стивнува. Сојузот на здруженијата на пензионери на Македонија изразува сочувство до семејствата на жртвите од поплавите. Сега силите се насочени кон надминување на последиците од катастрофалните поплави. СЗПМ како најмасовна невладина граѓанска и мултиетничка организација и овојпат најодговорно, активно се вклучи во организирање помош за настраданите. За тоа е воспоставена традиционалната соработка со Црвениот крст на Македонија, како и со локалната самоуправа. Сите пензионерски здруженија донираат парични средства во рамките на своите можности. Покрај тоа, Здружението на пензионери Гази Баба, во чие подрачје се настраданите населби, формираше Комисија која ги посетува поплавените и повредените пензионери. Најзагрозени се старите и изнемоштени лица. Кај нив се јавува потреба од лекови и медицинска грижа. Исто така и Здружението на пензионери од Велес, за сместување на старите лица го нуди деновиве отворениот Рекреативен дом во Богомила. Помладите пензионери од Скопје, Куманово и други градови, доброволно се пријавија да помогнат во расчистување на теренот од големите наноси во дворовите и куќите...

Хуманоста и солидарноста се покажа на дело. Како што беше за време на поплавата на Скопје 1962 година, за време на скопскиот земјотрес 1963 година, за време на поплавите минатата година во Тетово и во Пелагонија и во други места во Македонија, во Србија и пошироко, за време на друго невреме, пензионерите први им подадоа рака на настраданите и им ја понудија својата помош. Страшната глетка од направениот пустош во скопскиот регион опоменува и потсетува дека санацијата нема брзо да заврши. Како пензионерите, секој совесен, млад и стар, добронамерен и хуман човек, во оваа акција треба што побрзо да се вклучи.

Алармот за помош не смее да се исклучи.

Станка Трајкова

Акценти од Конечниот извештај на Државниот завод за ревизија:

Препораки за подобрување на квалитетот на животот на старите лица

Со писмо на Државниот завод за ревизија бр.15–279/19 од 09.05. 2016 година до Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија доставен е Конечен извештај за извршена ревизија на успешност: „Ефикасност на преземените мерки, политики и активности за остварување на права од социјална заштита на стари лица во РМ, институционално сместување во државни пензионерски домови и клубови“.

Ревизијата опфаќа согледување на состојбите за сместување во домовите на старите лица за период од 2013, 2014, 2015 година. Со извештајот беа опфатени скоро сите субјекти вклучени во институционално и вонинституционално сместување на старите лица во пензионерски домови почнувајќи од Владата на РМ (која ги донесува стратешките документи како што се неколкуте стратегии за стари лица), Министерството за труд и социјална политика, Домовите за стари лица, Фондот на ПИОМ, Заводот за социјални дејности, Министерството за финансии, Министерството за локална самоуправа, Црвениот крст и други.

Ревизијата имаше цел да даде оценка за севкупноста на ефикасноста и потоа да даде препораки насочени кон подобрување на квалитетот на живеење на старите лица. Општа оценка којашто е дадена во Извештајот е дека законите и стратешките документи се насочени кон подобрување на основните услови, со цел да им се даде подеднаков третман и квалитет на живеење на старите лица.

Во Извештајот е констатирано дека за подигање на квалитетот на живеење на старите лица потребно е да се допрецизира законската регулатива во делот на категоризација на старите лица според возраста, да се изврши целосно регулирање на дејноста (функција, сместување, издавање, контрола, надзор), субјектите и дејностите во зависност од видот на сместувањето, грижата за старите лица, здравствената заштита, ревизија на стратешките документи, зголемување на мрежата на институциите за згрижување на старите лица, зголемување на постоечките капацитети, сместување во установи кои ќе одговараат на здравствената состојба, комлетирање со соодветен кадар во јавните установи, подобрување на моделот на финансирање, како и надзор и контрола над работењето.

Во Извештајот е констатирано и отсуство на програмски документи за заштита на старите лица на локално ниво, односно поизразена соработка на општината со надлежните институции. Покрај тоа согледан е и недостаток на меѓуопштинска соработка во зголемување на бројот на јавните установи и други облици на домови за сместување стари лица. Слична е и перцепцијата на состојбата на нивото на обезбеден средства од ФПИОМ наменети за пензионерски домови, како капитални трошоци и тековно одржување, кои не се доволни, што негативно се одразува на условите за живеење на корисниците на пензија, а има потреба од поголема контрола над работењето со деловните објекти во рамките на пензионерските домови и клубови.

Што се однесува до 18 пензионерски домови со кои стопанисуваат нашите здруженија на пензионери констатирано е дека во нив се сместуваат станбено загрозени пензионери како и се организираат клубови на пензионерите. За оние пензионерски домови коишто се посетени се дава оценка дека се многу стари со релативно обезбедени услови за сместување, нерешената сопственост, пензионерски домови градени во седумдесеттите години со оценка за недоволно инвестициска активност, кадар што би го подобрило живеењето на старите лица во нив како и недоволна поддршка на мерки за подобрување на состојбите. Притоа е наведено дека СЗПМ е еден од чинителите за имлементација на Стратегијата за стари лица, дека Сојузот соработува со Фондот на ПИОМ бидејќи во нивните домови се сместуваат корисници на пензија. Меѓутоа, дадена е оценка дека таа соработка не е доволна, оти кога станува збор за Стратегијата за стари лица при подготвување на акциските планови односно програми, се предвидуваат задолжени субјекти на активности и временска рамка без да бидат утврдени доволно финансиски средства.

Извештајот од Државниот завод за ревизија е доставен до субјектите кои беа предмет на ревизорскиот извештај, со посебни заклучоци за субјектите вклучени на соодветен начин во грижата за старите лица.

Конечниот Извештај на Државниот завод за ревизија содржи мерки и активности кои се однесуваат на здруженијата и Сојузот, со следната содржина:

1. Целосно регулирање на дејноста, сместување во пензионерски домови и клубови за дневен престој кај здруженијата кои управуваат со истите, за добивање на статус на организација од јавен интерес.

2. Утврдување на сопственост на недвижниот имот.

3. Одобрување на средства или поволности од државата за тековни и инвестициони активности во пензионерските домови.

4. Вршење на контрола на условите во пензионерските домови и клубови за дневен престој, со дефинирање на лица за контрола и известување по таа основа.

Сојуз на здруженија на пензионери на Македонија

Повик за најдобра дописна картичка

По повод одбележување на „Недела на грижа за стари лица од 11 до 17 ноември 2016“ Црвениот крст на град Скопје и Сојузот на здруженија на пензионери на Македонија, кој одбележува 70 години пензионерско организирање, Ве повикуваат на „Акција за испраќање ТРИ дописни картички“. Теми за пишување во дописниците од пензионерите се: „Се што ти посакувам“, „Од старите за младите“, „Светот ќе биде подобро место ако...“, „И јас можам да помогнам“, „Љубовта може се“. Целта на овој повик е возрасните лица да ги испишат, исликаат или украсат дописничките картички на одредените теми, притоа ќе искажат и пренесат нивни идеи, искуства, чувства, совети, стихови и позитивни пораки. На овој начин возрасните ќе дадат свој личен совет или споделат сопствена убава мисла, при што ќе остават белег и ќе придонесат со упатување убави и креативни мисли во општеството. Секој заинтересиран учесник треба да искреира три дописни картички и да ги испрати до следниве три адреси:

– Сојуз на здруженија на пензионери на Македонија, ул. Кочо Рацин бр. 14, Скопје,

– Црвен крст на град Скопје, ул. 11 Октомви бр. 42а, Скопје,

– И до една своја блиска личност.

Право на учество имаат пензионерите од сите здруженија на пензионери во Македонија. Краен рок за доставување на дописните картички е 01.11. 2016. Од добиените дописни картички, комисиски ќе бидат одбрани најдобрите (според текстот и украсните цртежи). Пензионерот кој ја изработил најинтересната дописна картичка ќе биде награден со бесплатен викенд во Струга, во хотелот „Солферино“. Исто така и за останатите две места ќе следуваат награди. Прогласувањето на најдобрите дописни картички ќе се реализира на настан по повод Недела на грижа за старите лица. Воедно, на настанот ќе се реализира изложба на сите дописни картички.

Повикот го објавуваат:

– Сојуз на здруженија на пензионери на Македонија, и

– Црвен крст на град Скопје

И.Г.

ЗП Дебар и Центар Жупа

Над 300 дебарчани од третата доба живеат осамени

Изградбата старски домови стана неминовна потреба за сместување лица во поодминати години кои не можат сами да си ги вршат услугите и да си ги задоволуваат животните потреби. Во Здружението на пензионери Дебар и Центар Жупа, покрај проблемот со пензионерскиот дом околу регулацијата на имовинските односи, постои потреба за изградба на старски дом заради големиот број заинтересирани лица кои ги исполнуваат условите за такво згрижување.

– Пред 20–тина години тогашната Влада донесе одлука пензионерските домови во општините да преминат во државна сопственост и покрај тоа што домовите како и тој во Дебар, беа изградени со локални средства. Тие се домови на пензионерите и треба како такви да останат нивни и на локално ниво. Денес во најмасовната организација во Република Македонија, СЗПМ, еден од отворените проблеми кој треба да се реши се имотно–правните работи на пензионерските домови во внатрешноста. Истиот проблем го има и ЗП Де-

бар и Центар Жупа, иако постои целосна документација за изградбата на објектот, – вели **Бесник Поцеста**, претседател на Собранието на СЗПМ, кој две декади беше и на чело на ЗП Дебар и Центар Жупа.

Актуелниот претседател на ова здружение **Џавит Карпузи** додава дека сите инвестиции кои се реализирани за санација и други зафати за одржување на пензионерскиот дом во Дебар, направени се со сопствени средства на пензионерите иако сопственоста не е дефинирана правно.

– За ова прашање имаме разговарано и на ниво на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија, а разговарано е и со Министерството за труд и социјална политика на РМ, Диме Спасов, од кој на една средба добивме уверување дека ако општина Дебар додели локација за изградба на старски дом, Министерството би помогнало да се изгради. Бидејќи разговорите се уште се водат, има и варијанта дебарските стари лица да бидат сместени во регионалниот старски дом во Охрид, но дебарчани во никој случај не се откажуваат од градење ваква институција во Дебар, поготово што за изградба на еден ваков објект има и приватни иницијативи од наши иселеници од САД, кои бараат да се вклучат во инвестирањето – вели Поцеста.

Во состојба кога дел на старите лица немаат покрај себе лица од своето семејство или пак блиски роднини и пријатели, изградбата на домот е неоходна потреба и покрај тоа што во Дебар традиција е старите лица да не се оставаат да живеат сами. Исто така, Поцеста посочува дека мина „времето на срамот“ старите да се сместуваат во домови за стари, бидејќи нема друг излез. Црвениот Крст има бројни проекти за помош на старите лица, но сепак, тоа не е исто, бидејќи тие во домовите би добивале храна, облака и лекарства, помош во одржување на личната хигиена и друго.

Вјолца Садику

Разговор во студио на ТВ МТМ во емисијата КОЛОСЕК со Драги Аргировски, претседател на СЗПМ

Достојно одбележување на големиот јубилеј: „70 години пензионерско организирање во Македонија“

● Претседателе Аргировски, добре дојдовте во МТМ. За нашата телевизија претставува особена чест што прифативте да бидете наш гостин, бидејќи Вие сте еден од ретките новинари, публицисти и доајен на електронското новинарство. И покрај сѐ, Вие сте и активен општественик, актуелен претседател на најголемата неполитичка мултиетничка невладина организација, Сојузот на пензионерите на Македонија. На почетокот кажете ни која е целта на оваа асоцијација која опстојува веќе 70 години?

– Во Македонија на 20 септември 1946 година имало само околу 2.600 пензионери. Тој број постојано се зголемува, сега во Република Македонија има околу 300.000 корисници на пензија од кои 183.000 се корисници на старосна пензија, околу 40.000 на инвалидска и околу 76.500 на семејна. СЗПМ како најголема невладина организација во Република Македонија со 250.000 членови сме и најактивна пензионерска организација не само кај нас туку и на Балканот. Во Националниот сојуз за трудови инвалиди, во Сојузот на инвалидските пензионери и Сојузот на инвалиди на трудот и корисници на инвалидска пензија, во овие три сојузи на инвалидски пензионери членуваат околу 36.000 пензионери, тоа се посебни организации, кои си имаат свои регистрации и органи. Основна цел на Сојузот е пред сѐ, заштита и унапредување на правата од пензиското и инвалидското осигурување, здравствената заштита, културните и спортските настани, хуманитарната активност и друго или со други зборови кажано подобар стандард и активно стареење на луѓето од трета доба преку организирано дејствување.

● Неодамна по повод јубилејот на 7 јуни се одржа Републичката ревија на песни, музика и игри. Какви се оценките за оваа значајна пензионерска културна манифестација?

Годинешнава Републичката ревија на песни, музика и игри беше досега една од најдобрите фолклорни ревии на пензионерите во Република Македонија. Тоа е шеста по ред и на неа во програмата учествуваа ансамбли на 27 здруженија со 600 пензионери, што е посебен рекорд досега. Ревијата беше квалитетен избор на настапи од 50 здруженија што учествуваа на четиринаесеттите регионални ревии на песни, музика и игри, што се одржаа во осум градови во Република Македонија. Во преполната концертна сала на Домот на АРМ во Скопје, покажавме дека пензионерите и понатаму ги негуваат убавите носии, песните и ората, од сите етникуми што живеат во Република Македонија. Министерката за култура Елизабета Канческа–Милевска, со право истакна дека пензионерите многу придонесуваат за да се вратат од заборав голем број песни и обичаи, а како резултат на тоа и оваа година нашите ревии беа прогласени за манифестации од национален интерес за културата на Република Македонија.

Покрај ревиите СЗПМ организира и спортски натпревари кои се одржуваат веќе 21 година. Годинава осумте регионални спортски игри се одржаа во осум општини во државата, а Републичката олимпијада ќе се одржи на 3 септември на спортските терени кај комплексот „Шампион“ во Радовиш. И оваа средба ќе се одржи по повод 70 години пензионерско организирање и во чест на 25 години на независноста на Република Македонија. Се очекува да присуствуваат над 1.300 учесници, од кои околу 500 натпреварувачи во 21 дисциплина.

● Кои други активности ги имаат пензионерите освен овие големи собири и дружења кои ги посочивте?

– Веќе неколку години ги нагласуваме средбите на зелено, кои се многу масовни и шират позитивна енергија меѓу пензионерите. На пикник–средбата на Еленец кај Македонска Каменица годинава учествуваа рекордни 7.000 пензионери од сите краеви на нашата земја, а околу 6.000 беа на отворањето на туристичката сезона во Дојран. Во јули над 8.000 пензионери ќе учествуваат на средбата на Ореовица кај Радовиш, а доста голем број на присутни се очекува да има и на традиционалните пензионерски средби во Пелинце кај Куманово, крај манастирот Пантелеј кај Кочани, во Спортскиот рекреативен центар во скопски Сарај, во Лесново и други излетнички места. Тука до полн израз доаѓа меѓусебното почитување и соживотот, ширењето на пријателството, социјализацијата на пензионерите и друго. На овие дружења превозот го обезбедуваат здруженијата од членарината, а пензионерите вообичаено е сами да се снабдуваат со храна. Дружејќи се во природните убавини на Македонија пензионерите остваруваат незаборавни спомени.

● Почитуван колега Аргировски, претседател сте на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија од 2011 година. Во овој временски интервал од шест години колку се остваруваат барањата на пензионерите?

– Задоволни сме од постигнатото, но секогаш може да биде подобро. Оваа 2016 година во чест на јубилејот имаме зголемени активности на здруженијата во врска со хуманитарните активности. Се настојува секој пензионер да ја сознае и почувствува нашата организација. Во таа насока ги поттикнуваме активностите со Црвениот крст на Република Македонија, со цел пензионерот да почувствува дека не е оставен сам на себе. Не изостанува и грижата за добро информирање на

членството преку нашиот весник и со вакви емисии како оваа на ТВ МТМ, но и во другите радија и телевизии, како и во дневните весници и слично. Во весникот „Нова Македонија“ неколку години се објавува месечен прилог „Пензионерски видици“, а во Коха на албански јазик, страница за пензионерите. Имаме и своја ВЕБ–страница на која здруженијата членки на Сојузот имаат и свои потстраници. Во чест на јубилејот објавен е 50–тиот број на прилогот „Пензионерски видици“, а до крајот на годинава ќе се објави и 100–тиот број на весникот „Пензионер плус“ кој секогаш има богата и интересна содржина за сегашните и идните пензионери. Ваков весник и информирање нема ниту еден Сојуз на пензионери на Балканот. Во нашите весници и на сите настапи во јавноста не случајно го нагласуваме овој метод на ширење на вистината и на фактите. Сето тоа придонесува пензионерите навремено правилно и точно да бидат информирани.

Сојузот се грижи и за подобрување на стандардот на пензионерите. Знаете дека во овие десетина години пензиите се зголемени: најниската за 84% и изнесува околу 8.000 денари, а просечната за 72 отсто и веќе е 13.095 денари. Тоа се 213 евра и е највисока просечна пензија во овој дел на Балканот. Во Република Македонија 213.000 пензионери имаат пензија до 15.000 денари, а само околу 16.000 пензионери се со повисоки примања од просечната плата. Износ до просечна пензија примаат околу 180.000 корисници, а највисока од 35.680 денари само 1.825 пензионери или 0,6 отсто од вкупниот број. И покрај политичката криза се смета дека пензиите редовно ќе се исплатуваат. И не само тоа. Планирано е пензите во Македонија до крајот на годинава да се зголемат во вкупната маса за 5 отсто, така што просечната пензија ќе се зголеми на 13.745 денари и ќе изнесува 223 евра или 60 отсто од просечната нето–плата.

За подобар стандард на пензионерите свој придонес имаат и неколку успешни проекти што ги реализираме со Владата на Република Македонија, а се многу битни за пензионерите. Да споменам некои од нив: бањско–климатска рекреација, туристички викенд и бесплатен железнички превоз. Во Скопје и неколку други градови во соработка со локалната самоуправа воведен е бесплатен јавен автобуски превоз за пензионерите. Само за година и пол има околу 60.000 пензионери кои користеа бесплатен превоз со воз, а бањско–климатска рекреација за шест години користеле 37.000 пензионери главно со ниски пензии. Тоа придонесе и за развој на бањскиот туризам. Дебарската Бања „Цапа“ сега е европска бања, во Катлановска Бања исто така, многу работи се изменети во позитивна смисла. Тоа може да се каже и за Негорски Бањи, како и за Бањата Бањско. Сѐ се тоа непобитни факти, па затоа пензионерите со индигнација ги отфрлија разните интриги во врска со овие бенефити. Пензионерите ги заслужуваат овие поволности, бидејќи во работниот век беа главни градители во сите области во нашата земја.

Во Република Македонија во овој период здруженијата на пензионерите самостојно или во соработка со локалната самоуправа отворија и повеќе клубови на пензионери и нивниот број веќе е зголемен на над 350. Во нив неделната фреквенција е 150.000 корисници и посетители, кои се дружат, играат шах, домино, табла, гледаат телевизија, читаат весници и слично. Државата отвори и неколку Центри за целосен дневен престој на пензионери и стари лица. Во последните неколку години се остварува многу добра соработка со Фондот на ПИОМ, со Фондот за ЗОМ, со Сојузот на синдикатите на Македонија и Црвениот крст на Македонија. Заедно со Фондот за здравствено осигурување, минатата година воведовме една голема активност, која оваа година ја интензивираме, а тоа е проектот „ФЗОМ поблиску до пензионерите“. Се одржуваат работилници за запознавање на пензионерите со правата од здравственото осигурување и активностите на Фондот. Со ангажирање и соодветен притисок од нашиот Сојуз и со заемно разбирање со Министерството за здравство и со Фондот за здравствено осигурување донесена е Одлука пензионерите кои имаат пензија пониска од 12.600 денари, доколку користат болничко лекување да бидат ослободени од партиципација. Потенцијални корисници на оваа поволност се околу 150.000 пензионери, за кои, заедно со грижата за здравјето, им се олеснува и финансискиот трошок за лекувањето.

● Господине Драги Аргировски, познато е дека сте добитник на многу награди и признанија за Вашата работа, а една од најважните е државната награда „11 Октомври“ за животно дело во областа на новинарството и публицистиката. Овие награди се доказ за Вашата успешна кариера. Досега имате издадено 18 книги, од кои пет за пензионерската проблематика. Штотуку излезе и шестата книга наменета за пензионерите „Студија за пензионерското организирање“. За каква книга станува збор?

– Оваа книга е една документација што ја подготвивме со колегата Илија Глигоров, за тоа како настанала пензионерската организација во Македонија, па и во светот, какви се европските практики на ова поле, и кои други активности ги имаме во текот на овие 70 години на развојот на оваа значајна граѓанска невладина асоцијација. Во нашата земја недостасуваше еден ваков труд. Кога на почетокот на годинава го формиравме Одборот за одбележување на овој значаен јубилеј се донесе одлука да се подготви една ваква публицистичка книга, како студија во која може да се најдат сите елементи за тоа како се развивала нашата организација, со какви проблеми се судрувала посебно во транзицијата и друго. 20 септември 1946 година е прогласен за Ден на пензионерите на Македонија. Во таа година во штотуку ослободената Македонија, како што напомнав на почетокот од разговорот, имало само околу 2.600 старосни, семејни и инвалидски пензионери. Според утврдените податоци на Државниот завод за статистика во 1951 година бројот на пензионерите е зголемен на околу 5.500, а во 1960 година на 51.500. Триесет години подоцна во 1990 година во Република Македонија бројот на вработените ја достигнува бројката од 600.000, а на пензионерите 130.000, односно 4,6 спрема 1. Во транзицијата до 1996 година со приватизацијата бројот на вработените значително се намалува на 412.000, односно за 188.000, а истовремено бројот на пензионерите се зголемува на 220.000, односно за 90.000. Со тоа соодносот вработени со пензионери станува загрижувачки 1,8 : 1. Овој однос се зголемува на 2,3 : 1, дури во 2015 година кога бројот на вработените во нашата земја се зголемува на 695.300, а на пензионерите на 301.700.

● По оваа прва презентација на најновата шеста книга, сакам да Ве прашам која од Вашите книги оставила најголем впечаток кај вашите читатели пензионери, а која Вам Ви е најдрага?

– Сите книги ми се драги, бидејќи се подготвувани со голем труд и многу љубов. Првата книга со оваа тематика беше многу провокативна „Неговото височество пензионерот“ како еден сериозен публицистички продор во таа област за нашата популација. Ја нагласив потребата да се цени човекот во третата доба со мудроста и искуството за неговото позитивно дејствување и да не се става пензионерот на маргините на општеството. Ова навистина предизвика значителен интерес помеѓу читателите. Тогаш не бев во раководството на СЗПМ, туку само активен пензионер. Потоа ги објавив „Пензионерска сага“ и „Вo виорот на третата доба”. Сепак најдобри книги и според добиените оценки и критиката се „Нашите пензионерски времиња“ за која добив и највисока државна награда и промоцијата беше на многу високо ниво, и книгата „Моето име е пензионер“ каде потенцирав дека не е важно што сте работеле пред тоа, туку е важно дека сега сте пензионер! Така на пример јас бев и програмски директор во МРТВ, бев и на други високи функции, ама сега сум пензионер и така со гордост се чувствувам. Сегашните наши интереси треба да бидат заеднички за сите пензионери како еден нов еснаф. Без разлика кој што бил, сега треба сите да бидеме сплотени и да ги решаваме пензионерските прашања и проблеми. Сегашната егзистенција на сите ни зависи од пензијата која доаѓа од еден извор. Благодарни сме што успеваме да постигнеме доста добри резултати на ова витално за нас поле, преку нашето единство и тимска работа. Има и мала група, и една маргинална партија со подруги мислења, кои со лаги и манипулации се обидуваат да ги намалат овие наши аргументирани успеси. Токму на оваа тема, подготвувам нова книга со наслов „Аргументите ја осветлуваат вистината“, која е влезена во програмата за прослава на нашиот јубилеј. Пишувањето, посебно на публикации ме одржува во кондиција. Кога ја знаете вистината, не можете да кажете дека на пример „не постои МТМ“, а постои бидејќи има програма и гледачи, има сведоци кои потврдуваат дека постои, тоа е аргумент против манипулацијата. Аргументот мора да го цени секој. Како што е речено „кога се во прашање аргументите и боговите молчат“. Аргументите и фактите се алфа и омега и во новинарството. Јас како долгогодишен новинар почувствував потреба токму за овој седумдесетгодишен јубилеј да подготвам такво публицистичко дело. Текстот е во поодмината фаза и се надевам дека после два месеца ќе имаме можност да направиме и негова презентација. Инаку, според Одлуката на Одборот за одбележување на јубилејот, подготвуваме и посебна Монографија „70 години пензионерско организирање во Македонија 1946–2016“. Во неа подетално и посеопфатно ќе се опише развојот и работата во организацијата. Очекуваме монографијата да се заврши до крајот на годината кога ќе се сумираат сите активности за јубилејот, а особено прославата со свечената академија на 16 септември 2016 година, која ќе биде под покровителство на претседателот на државата. Во монографијата ќе ги истакнеме досегашните резултати и плановите за идниот развој, како платформа за оваа невладина, непартиска, мултиетничка асоцијација и на тој начин ќе оставиме уште еден значаен белег за наредните генерации да знаат што се правело во овие 70 години во пензионерската организација.

● Господине Аргировски, какви се Вашите планови за развојот на Сојузот на здруженијата на пензионерите и општо за сите пензионери?

– Во СЗПМ веќе имаме добра платформа на пензионерското организирање во Република Македонија, па тргнувајќи оттука, мислам дека полесно ќе продолжиме да надоградуваме и дејствуваме во интерес на пензионерите, но и на целото општество. Решивме повеќе значајни проблеми. Но, останува во наредните години да се решава еден од најгорчливите проблеми, а тоа е сместувањето на пензионерите во старски и пензионерски домови. Недостатокот од сместувачки капацитети во пензионерските домови е очигледен. Благодарение на нашата соработка со Владата и со Фондот на ПИОМ успеавме да придонесеме некои домови да се реновираат, а сега инсистираме и да се градат и нови сместувачки капацитети како за самци пензионери така и за пензионерски брачни двојки. Потребите се значителни во сите региони на Македонија. И нашите здруженија се многу активни по ова прашање. Забележлив напредок има во градбата на домот во Штип, а во Кочани е усвоено проектанско решение кое чека инвеститор за изградба на современ старски пензионерски дом со европски стандарди. Посебно е за поздравување Одлуката на Владата од идната година во Скопје да започне градба на 510 легла која ќе се одвива во три фази, така ќе се изградат три пати по 170 легла во пензионерски домови со што ќе биде двојно поголем нивниот капаците од досега. Со тоа проблемот ќе се ублажи со тенденција целосно да се надмине. Таквото сместување е многу важно за пензионерите кои имаат пониски примања, а не им е решено домувањето.

Како многу значајна задача на нашето раководство во овој период е иницијативата за донесување посебен закон за пензионерското организирање во Македонија, како и за стари лица. Мора попрецизно во законите да се регулира децата да се грижат и да ги помагаат старите и немоќни родители. За целосно согледување на оваа проблематика СЗПМ во договор со здруженијата започна и изготвување на социјална карта на членството.

● На крајот Ви благодарам за гостувањето и за овие информации кои преку нашата телевизија ги споделивте со гледачите.

– Благодарам и јас, ми беше навистина задоволство што бев гостин во Вашата емисија. Се надевам и верувам дека и другите раководители што ќе дојдат во иднина, ќе продолжат со интензивно темпо да работат за да може навистина луѓето од третата животна доба да имаат достоинствена старост, здраво и активно стареење.

Разговорот го водеше
Марија Петковска

ЗП Кочани

Спортска средба и дружење

Во рамките на одбележувањето на Петровден, празникот на општина Кочани, на 12 јули кочанските пензионери беа домаќини на своите пријатели спортисти од ЗП Центар од Скопје. Тие меѓу себе организираа спортска средба, на која добредојде на учесниците и гостите им посака претседателот на ЗП Кочани Ѓорги Серафимов, а на присутните им се обрати и двомечот го отвори потпретседателот на ИО на СЗПМ **Салтир Каровски**. Притоа тој истакна дека Сојузот на здруженија на пензионерите на Македонија ги поддржува вакиве активности и настојува тие да бидат проширени и збогатени со нови содржини.

– Соработката со нашите побратими од ЗП Центар трае веќе трета година. Во текот на годината се среќаваме на двапати. Тие доаѓаат на нашиот празник Петровден, а ние пак им гостуваме на 13 ноември, Денот на ослободувањето на Скопје, – рече **Ѓорги Серафимов**, претседател на ЗК Кочани.

– Овој двомеч е традиционален. Во иднина плаираме соработката да ја збогатиме и во други спортски дисцилини, но и да соработуваме на културен план, – истакна **Павле Спасов**, претседател на ЗП Центар од Скопје.

На двомечот спортистите се натпреваруваа во стрелаштво мажи и жени и во шах, мажи. Постигнати беа солидни резултати од страна на двете екипи, но немаше победници и поразени. Дружењето и пријателството беа главната нишка на средбата.

К. Герасимов

ЗП Штип и Крбинци

Пуштен нов пензионерски клуб во легендарното Ново Село

Раководството на пензионерите од Штип, во континуитет се грижи за своите членови, отворајќи пријатни катчиња за забава и дружење. Така на 20.06.2016 година во легендарното Ново Село во градот под Исарот, ЗП Штип отвори нов пензионерски Клуб за своите членови. Овде, каде реката Отиња се влева во Брегалница, пулсира легендарното Ново Село, карактеристично со: Гоцевото училиште – сега Ректорат, со древната црква посветена на „Успение на Пресвета Богородица“, староградската архитектура, топлата вода на Л’ѓите, бањата Кежовица, која е лек за пензионерите.

Во близина на Музејот на македонската борба, сместен во куќата на Андонови, каде восочните фигури на револуционерите Гоце Делчев, Даме Груев, Развигоров, Дончо штипјанчето, ја раскажуваат историјата. Во ова гнездо сместено во клисурата, пензионерите од Здружението во Ново Село, добија свое катче за дружење и забава.

На отворањето зборуваше градоначалникот прим. **м-р Илчо Захариев**, кој ги поздрави пензионерите, им посака во добро здравје, во пријатно дружење, да ги минат деновите.

– Знаеме дека населението старее, затоа вакви клубови ќе отвараме во континуитет во поголемите урбани заедници. Ете овој простор беше за друга намена некогаш, ама решивме да го дадеме на пензионерите на оваа МЗ, да се дружат во третото доба, зашто и ние чекориме натаму, – рече Захариев.

Претседателот на ЗП Штип и Карбинци **Михаил Василев**, се заблагодари на градоначалникот, за отстапениот убав простор, кој го опреми Здружението, со кујна, сала за состаноци и дружење.

– Во клубот има шах, табла, домино и карти, чај и кафе, телевизија и весници меѓу кои и пензионерскиот весник. Тие овде корисно ќе го минуваат времето и ќе се дружат, рече при пуштањето во употреба на клубот, претседателот Василев.

Присутните пензионери, изразија задоволство од отворањето на ова пензионерско катче, кое беше повеќе од потреба, катче каде ќе се дружат, ќе се прераскажуваат легендите за Револуционерното минато на Ново Село, како и за јаворот, на чие место се виши нова црква.

Цвета Спасикова

ЗП Охрид и Дебрца и ЗП Солидарност Аеродром

Успешната соработка продолжува

Согласно Спогодбата за соработка збратимените ЗП Охрид и Дебрца и ЗП Солидарност – Аеродром – Скопје, неодмана во Скопје, двата Извршни одбори ја одржаа третата заедничка седница. На седницата беше направен пресек и оценка на активностите од заедничката Програма за работа во 2015 година, и беа разгледувани и предлози и мислења за дополнување на Програата за 2016 година.

Заедничката седница на двата Извршни одбори ја отвори и присутните ги поздрави домаќинот – претседателот на ЗП Солидарност – Аеродром **Димитрија Богатиноски**, кој најпрво го оправда отсуството на претседателот на СЗПМ Драги Аргироски, но ги пренесе неговите поздрави, и неговите желби за уште подобри резултати во добрата соработка меѓу двете здруженија.

– Соработка меѓу двете здруженија е успешна бидејќи во минатата 2015 година, реализирани се сите задачи согласно Спогодбата, а сега се фокусираме што ни преостанува во оваа 2016 година. Претседтаелот Богатиноски, истакна дека нереализиран за оваа година, останал само настапот на КУД Солидарнст – Аэроом, пред охридските пензионери, но се надева дека и тоа ќе се оствари. Претседателот Богатиноски, исто така, напомена дека „аеродромци“ годинава имаа неколку средби од работен карактер и присуство на манифестации по разни поводи, во Охрид.

– Кај нас се одржаа спортските натпревари, а следните треба да се организираат во Охрид, кои ќе бидат и добро–дојдени како подготовка за престојните Републични спортски натпревари, – појасни Богатиноски.

Претседателот на ЗП Охрид и Дебрца **Ѓорѓи Трпчески**, од името на присутните членови на охридскиот Извршен одбор ги поздрави присутните, напомнувајќи дека оваа трета заедничка седница по збратимувањето на охридскиот и скопското здружение, е повод за оценка на досегашната заедничка соработка и правците за натамошен развој на делување. Во своето излагање Трпчески упати голема благодарност до СЗПМ посебно до претседателот Драги Аргироски за успешната соработка и за целосната подршка во активностите што ги презема охридското здружение во насока на подобрување на животниот стандард, и бенефитите што ги уживаат пензионерите не само во Охрид туку и во Републиката. На заедничката седница, во дискусијата се вклучија Стефан Владимиров, кој ја најави и подготовката на Документарен филм за ЗП Охрид и Дебрца, и завршната манифестација која треба да се одржи на крајот од октомври по повод јубилејот 70 години од пензионерско организирање во Македонија, и упати покана за настап на КУД на ЗП Солидарност – Аеродром на истата. Во дискусијата учествуваа и Милорад Ристески, д–р Димитар Спасески, Лазо Карафилоски, Крсте Спасески, Димитар Смилески и други.

На крајот беше договорено следната заедничка седница на двата Извршни одбори, да биде во септември или октомври во Охрид.

К. Спасески

ЗП Кисела Вода

„Коријада” дружење со хуманост, солидарност и песна

Оваа година на 28 јуни 2016 година повторно се одржа манифестацијата „Коријада“ во организација на Здружението на пензионери од Кисела Вода. За оваа манифестација вредните домаќинки – членки на здружението направија пити, погачи, раванија и друго кои беа продадени по симболични цени на посетителите. Собраните средства како секоја година одат во рацете на пензионери на кои им се најмногу потребни. Ова здружение има традиција во организирање на настани кои имаат и хуманитерен карактер.

Звукот на музиката и песната им овозможи на пензионерите да излезат од своите домови и да се дружат во паркот „Фредерик Шопен“ во општината Кисела Вода. За овој настан пензионерите од ова здружение се претставија со македонски песни, ора, музика и поезија.

Со прекрасна кореографија пензионерките на сцената се групираа во состави со шарени носии и китки на главата, а мажите гордо ги играа ората како да се создадени само за нив, за да по кратко време направат заедничко оро. Атмосферата беше достоинствена и поради прекрасно изрецитираната поезија од пензионерки кои не само што пеат и играат туку го милуваат и пишаат збор.

Убавата музика и пријатната атмосфера ја привлече и публиката да заиграа и да запее правејќи големо заедничко оро. Така и ова година ЗП „Кисела Вода“ се закити со уште една „Коријада“ исполнувајќи ја проограмската задача за организирање на настани одбележени со хуманост и солидарност и дружење за пензионери – членови на ова здружение.

С.Т.

ЗП Злетово

Активности во континуитет

Здружението на пензионери Злетово оваа година во континуитет ги извршува планираните активности од Програмата за работа. Раководството навреме презеде мерки за реализација на поставените задачи, а посебен акцент стави на подготовките за поуспешен настап и претставување на здружението на регионалните ревии на песни, музика и игри и спортските натпревари. Според зборовите на претседателот на Здружението **Трајан Пецовски**, учесниците во фолклорната ревија, како и во пензионерските спортски натпревари, постигнаа забележителни успеси, имајќи ги предвид скромните можности за избор и учество на овие манифестации. Така, претставниците на регионалните натпревари во Куманово освоија две први места во табла и домино и две втори места во пикадо, а со првите места обезбедија учество и на Пензионерската спортска олимпијада , која ќе се одржи на 3–ти септември во Радовиш.

Здружението покажува резултатаи и во други области и учествува на разни средби и дружења на пензионерите кои се организираат по разни поводи на регионално ниво и пошироко. Покрај тоа, вреди да се напомене и заложбата на раководството во преземањето мерки за подобар и поквалитетен живот на пензионерите, во што, бездруго може да се вброи и акцијата за навремено снабдување на пензионерите со огревно дрво по поволни цени.

Исто така, Здружението преку медиумите постојано ги истакнува живописните убавини на Злетово, како и религиските свети места и обележја, како што се Лесновскиот манастир и црквите „Мала Богородица“ и „Света Богородица“, кои редовно се посетувани од пензионери од здруженијата речиси од сите градови на Македонија.

Ванчо Павловски

ЗП Лабуништа

Се реализираат планираните активности

При неодамнешната средба со **Љутви Казимоски**, претседател на ЗП Лабуништа, разговаравме за програмските активности на Здружението и исполнувањето на задачите во првото шестомесечје од 2016 година. При запознавањето со личната карта на здружението, тој истакна дека и покрај сите напори и желбата да учествуваат на регионалните спортски натпревари во Дебар, како и на фолклорните ревии на песни, музика и игри во Кичево, раководството не успеало да подготви свои претставници.

– Навистина не успеавме да најдеме кандидати кои би учествувале на регионалните пензионерски културни и спортски манифестации, но затоа, уште сега почнаваме да се организираме и да се подготвуваме за наредната 2017 година. За волја на вистината, ЗП Лабуништа е едно од помалите здруженија – членка на СЗПМ, со 650 членови, но и покрај тоа е мошне активно во организирање на пензионерскиот живот. Има свое пензионерско катче, клуб, кое го изградивме со сопствени средства, каде се собираат пензионерите и заедно го поминуваат слободното време. Според програмата за работа за 2016 година, која Собранието благовремено ја донесе, има зацртано дека Здружението ќе организира активности во повеќе области и ќе ги анимира сите пензионери членови на здружението што ги опфаќаат и населените места Подгорци и Боровец кои гравитираат кон Лабуништа. Засега тие активности се сведуваат на издавањето потврди за бањско лекување, за регистрација на сопствено возило, за погребни трошоци од солидарниот фонд, за купување огревно дрво со одложено плаќање и друго. Потоа, организирање разни предавања од областа на здравството. Најважна цел и активност ни е почесто и релаксирано да се дружиме во клубот, што е мошне корисно во процесот на активно и здраво стареење. Кон ова може да се додаде и грижата за болни и изнемоштени лица, како и за пензионери со ниски пензии, за кои раководството води евиденција и наоѓа можности на каков било начин да им помогне. Оваа година, активностите главно се одвиваат во знакот на одбележувањето на 70–годишнината од пензионерското организирање во Македонија, што се остварува и преку непосредната соработка со соседните здруженија на пензионери и СЗПМ, – вели претседателот Љутви Казимовски.

Во однос на соработката со локалната самоуправа, претседателот истакна дека истата е традиционална, мошне корисна и перспективна. Градоначалникот на Струга, **Зејадин Села** ги поддржува нивните активности, а одлична соработка се остварува и со месната самоуправа во населбата, со основното училиште, Еколошкото друштво, здравствените установи и друго.

Неодамна пензионерите од ЗП Лабуништа, беа на петдневна екскурзија во соседна Албанија. Екскурзијата беше во рамките на Програма за 2016 година. Се патуваше покрај брегот на Преспанското Езеро. Пензионерите беа воодушевени од прекрасната глетка на околните планини, езерото и островот Голем Град. Прва дестинација беше градот Елбасан. И другите денови беа полни со доживувања во градовите Драч и Валона и посета на историските објекти. Крајната дестинација беше градот Драч. Оваа екскурзија кај сите нив остави незаборавен впечаток и сите понесоа голем број фотографии.

С. Кукунешоски

Сојуз на ЗП на град Скопје

Посета и дружење во манастирот „Јован Бигорски“

Во рамките на одбележувањето на 70–годишнината од пензионерското организирање во Македонија, Сојузот на ЗП на град Скопје, во соработка со Редакцијата на „ТВ Канал 5“, која го афирмира и поттикнува активното и здраво стареење на пензионерите, на 9–ти јули 2016 година, за 250 свои членови, организираше еднодневна посета и дружење во надалеку познатиот манастир „Св. Јован Бигорски“. Караванот од 5 автобуси тоа утро придружуван од ТВ екипа на „Канал 5“, тргна кон реткото светилиште и во пријатна атмосфера и расположение, со многу изјави на пензионери за телевизија и кажувања за животот и активностите во здруженијата, речиси незабележано допатува до целта. Во желба што побрзо да се стигне и да се види манастирскиот комплекс, дури и највозрасните посетители ги надминаа своите можности и пеш по серпентините, брзо се искачија до возвишеното здание.

Минувајќи низ големите манастирските порти, на почетокот ги дочекаа изворите на светата и исцелителна вода, на која никој не можеше да и одолее. Внатре, со сета раскош, за сите љубопитни пензионери, се отвори грандиозноста на манастирот, кој блескаше со својата привлеченост и мирисот на обновените конаци, пред пар години опожарени и јагленосани.

Пред влезот на Црквата речиси сите запалија свеќи и се помолија за здравје и среќа во животот. Потоа, во мир и тишина пристапија кон организираното разгледување и запознавање со уникатниот иконостас и живописните фрески, кои ги опчинија посетителите. И се така: убавина до убавина и реткост до реткост. Забавеното искачување по скалите на конакот ја надоплнуваше глетката и го овековечуваше сеќавањето.

Дружењето во живо со Баба Рада и нејзините гости од Прилеп, како и нутриционистката Цвета Динева, како раритет беше оставено за крај на посетата. Од сето тоа највпечатливи беа советите и вкусувањето на рецептите на Баба Рада, како и сиболичното прифаќање на „ВОЗ“–от на Динева, токму наменет за активно и здраво стареење, кој во описот ја опфаќа водата, овошјето и зеленчукот.

Спомените и сеќавањата од посетата и дружењето ќе останат долго запаметени.

М.Д.

Одглас

На лагата и се кратки нозете

„Критиката“ што ја упатува Партијата на обединети пензионери и граѓани (ПОПГМ) кон Раководството на СЗПМ, ме постсети на некои народни поговорки, кои како да се наменети за укажување на забеганоста и несогледувањето на вистината и реалноста од страна на раководството на оваа партија, но не ги спомнувам, зашто не сакам на ваков пример да им ја нарушам убавината. Затоа сакам директно да го искажам моето мислење, немир и несогласување со измислените наводи и лаги на предводниците на занемарливиот број истомисленици кои се декларираат како бранители на интересите на пензионерите.

Не ги разбирам поводот и причината на „господата“ од ПОПГМ што се огласуваат во јавноста токму сега, кога СЗПМ со исклучителни резултати го одбележува седумдецениското постоење. Тие со кажување „гачки“ сакаат да ги обезвреднат постигнувањата на Сојузот, веројатно за да излажат уште некој пензионер и да добијат уште некој истомисленик. Но,за волја на вистината, на челниците на ПОПГМ, претпоставувам со еден грст присобрани околу нив, најмногу им пречи она што во последните четири – пет години го постигнува СЗПМ на чело со претседателот Драги Аргировски, личност со нагласени позитивни особини, со изразит углед и дух, човек за почитување. Постигнатите резултати, голем дел од нив веќе забележани на страниците од „Пензионер плус“, прилогот „Пензионерски видици“ во „Нова Македонијана“ и страницата во „Коха“ на албански јазик, повеќе од сигурно е дека им се „трн во око“ на она купче членови во ПОПГМ, кои полни со самобендисаност, а без програма и активности, се обидуваат да го минимизираат веќе постигнатиот успех. Тоа е нискост и малограѓанштина која не му служи никому на чест.

Убеден сум дека се залудни нивните обиди, зашто сегашното раководство на СЗПМ, не само што испиша најсветла страница во работата на Сојузот, туку неговото 250–илјадно членство, давајќи му легитимитет, рамноправно го вклучи во општествените текови на нашата Република. Зошто да не се признае дека ова раководство на СЗПМ на чело со Драги Аргировски, не само што ја оттргна организацијата од зачмаеноста и маргинализираноста, туку со своите многубројни активности ја вброи во водечка, моќна ценета и значајна невладина граѓанска асоцијација на здружените пензионерски општински организации, на чија работа можат да ни позавидат и да ни се восхитуваат и пензионерите во соседните држави. Ете, тоа им пречи на попгмовци, кои исполнети со жолчност, се обидуваат на секаков начин да ги девалвираат сите наши заеднички успеси.

Впрочем, луѓето се ценат по делата, а лагите по кусите нозе. Сите ваши обиди, исполнети со манипулации, шпекулации и рекла–казала „аргументи“, не само што служат за потсмев, туку повеќе од сигурно зборуваат за самите вас, кои, како грст наводни активности, мешетарите низ Република Македонија, надевајќи се дека ќе стекнете некакво членство! Со што, кога немате дела!?

Господо попгмовци, не нудите ни еден валиден аргумент во оваа „со ќорци“ покрената пропаганда, на која сите и се смеат, а најмногу членството во СЗПМ! Очигледно си го имате погрешено патот, зашто, убеден сум дека никогаш вие нема да го достигнете она, на кое ние македонските пензионери се гордееме.

Стојан Кукунешоски

ЗП Кочани и ЗП Штип и Карбинци

Предавање за безбедност на пензионерите

Полицијата од општините Штип и Кочани во соработка со истоимените здруженија на пензионери од двата града организираше предавања во врска со заштитата од кражби и други измами како и од семејно насилство врз луѓето од третата животна доба. Посетеноста на работилниците беше масовна, а како истакна претседателот на кочанските пензионери, Ѓорѓи Серафимов, целта на овие тематски предавања е едукација и заштита на пензионерите од зачестените измами со пари, накит и дрва. Зголемениот број на измами, кражби и други негативни појави за време на летниот период ја аларамираше потребата од запознавање на пензионерите, бидејќи во последно време токму тие се мета на вакви напади и оштетувања.

Полициските станици вакви предавања организираа и во другите околни населби и места, каде што е пројавен голем интерес за ваква едукација.

Предавачот Александар Ашкилов, командир на Полициската станица при СВР Штип, ги запозна присутните во клубот на пензионерите од ЗП Штип и Карбинци со криминалните дејствија, како што се сообраќајни измами, разни грабежи, измами со дрва, измами од гатачки, физички напади и семејно насилство. Најчесто мета на насилниците се празните домови, во кои остануваат стари и изнемоштени лица, додека другите членови на семејството се на одмор, а преку интернет несакајќи даваат информации кои ги користат натрапниците.

– Спроведуваме и еден проект – посета на стари и изнемоштени лица, на кафе–муабет со соседите, од кои се информираме за состојбата во тој реон – вели Ашкилов.

На средбите се поставуваа многу прашања за проблеми кои ги засегаат пензионерите, како кражби, бучава од мотори, непочитување на редот и мирот од младите и многу други нешта што треба да се решаваат взаемно со полицијата и надлежните институции.

Ваквите тематски средби и едукација на пензионерите се дел од проектот „Полицијата и граѓаните заедно“.

К.Г. и Ц.С.

ЗП Пробиштип

Одмор кој долго ќе се памети

Четврта година по ред ЗП Пробиштип, за своите членови организира неколку дневен одмор на брегот на Охридското Езеро. Годинава од 21 до 24–ти јули стотина пензионери ги искористија поволностите што ги дава матичното здружение да се одморат, да се дружат и да уживаат во убавините што ги нуди езеро и градот Охрид.

Првиот ден веднаш по пристигнувањето го посетија надалеку познатиот манастир „Свети Наум“. Многумина од нив и порано го посетиле ова светилиште се запознале со неговото просветителско и уметничкото значење, но и овој пат не останаа рамнодушни на неговата и убавината на околината кои секогаш нудат нешто ново, нешто што ќе биде предизвик и друг пат да дојдат. Љубопитните не можеа да им одолеат на прошетките со кајче до изворите на реката Црн Дрим кои нудат чудна таинствена убавина.

Истиот ден го посетија авто кампот Љубаниште. Љубителите на капењето и пливањето уживаа и во водите на езерото, а оние што го претпочитаа сончањето им се препуштија на топлото јулско сонце и убавите сенки. Четирите денови вечерните часови беа користени за прошетки низ градот, разгледување на бројните цркви и другите знаменитости, а многумина посетија и дел од содржините на Охридското културно лето.

Според разговорите што ги водевме со повеќемина од оние што беа дел од овој колективен летен одмор, покрај убавините што ги нудат езерото и градот, незаборавни ќе останат и дружењата меѓу пензионерите кои ги имаше од повеќе ограноци и вечеринките од кои сами си ги организираа и исполнуваа со шеги, песни, смеа и раскажување за она што им се случило во текот на денот, кој како и каде го поминал, што ќе му остане во најдобро сеќавање, кој запознал нов пријател или пријателка од други здруженија или подалеку од соседството. „Самоиловата тврдина“, Плаошник, црквите „Света Софија“, „Канео“, Старата чаршија со огромниот Чинар ќе им останат во сеќавање на многумина, кои посакаа оваа прекрасна традиција и поволните услови што ги дава ЗП Пробиштип да продолжат и во наредните години.

М. Здравковска

Кумановски пензионери на МФФ во Србија

Македонското знаме се вееше во Зајечар

На покана на КУД „Пензионер“ од Зајечар, КУД „Ѓоко Симоновски“ од ЗП Куманово, учествуваше на 5–тата Меѓународна културна манифестација „Ја имам талент“, на која пензионерите од повеќе здруженија и КУД ги покажуваат своите фолклорни способности за игри, изворна музика и други културно–забавни содржини. На фестивалот учествува КУД од Република Србија и тоа од: Врњачка Бања, Врање, Крагуевац, Лесковац, Смедеревска Паланка, Крушевац и Кула, а како гости беа КУД од Република Бугарија и Република Македонија – КУД „Ѓоко Симоновски“ од ЗП Куманово.

Пред почетокот на Фестивалот, учесниците во свечено дефиле поминаа низ улиците на Зајечар, низ кои на чело на поворката се вееше Македонското знаме. Во центарот на градот сите се фатија во заедничко оро со песната Македонско девојче, а се пееја и други македонски песни.

Добредојде на гостите и на учесниците најпрво им посакаа претседателот на КУД „Пензионер“ од Зајечар, **Драган Миловановиќ** и градоначалникот на Општината, кој го прогласи фестивалот за отворен. Потоа, први настапија домаќините, а на крајот КУД „Ѓоко Симоновски“ се претстави со сплетот „Македонска песнопојна плетенка“ во кореографска постановка на Марјан Бошковски. Со настапот беше импресионирана публиката која цело време аплаудираше. Дружењето продолжи во ресторантот „Адлон“ во населбата Вишњар, каде беа доделени благодарници на учесниците. За најдобро КУД беше прогласено друштвото од Крагујевац, кое ја презеде обврската за организирање на фестивалот наредна година.

Љ. Кузмановска

ЗП Кичево

Работна средба на раководствата на три здруженија

Неодамна во Кичево се одржа работна средба со раководствата на ЗП Кичево, ЗП Македонски Брод и ЗП Прилеп. На средбата зедоа учество претседателот на ЗП Кичево Љубомир Лукароски, претседателот на Собранието Мехмед Мехмети, секретарот Добре Лазароски, делегатот во ИО на СЗПМ Душан Ристоски, а гости од Македонски Брод беа: претседателот на ЗП, Илија Лазески и членови на ИО, а од ЗП Прилеп: претседателот на здружениието Кирил Ѓорѓиоски, Благоја Спиркоски претседател на комисијата за култура и членови на ИО.

Работната средба, започна и се одржуваше согласно предвидениот дневен ред: Примената на правилникот за техничко и организациските мерки за заштита на личните податоци на пензионерите во здруженијата, Улогата и работата на надзорните одбори во здруженијата, работата на активите на пензионерки и нивното финасирање, анализа на одржаните регионални средби на песни, музика и игри и друго.

Правилникот за заштита на личните податоци на пензионерите донесен од СЗПМ доби едногласна поддршка. По оваа точка дискутираше членот на ИО на СЗПМ Душан Ристоски кој меѓу другото напомна дека личните податоци можат да се користат, но не смее да дојде до злоупотреба и при секое користење треба да се потпише изјава за заштита на личните податоци.

За поставеноста и работата на надзорниот одбор во ЗП Прилеп говореше претседателот Кирил Ѓорѓиоски кој ја истакна важноста на ова тело кое редовно по тримесечната, шестмесечната и завршната сметка се состанува и навистина дава насоки во финансиската работа на здружението.

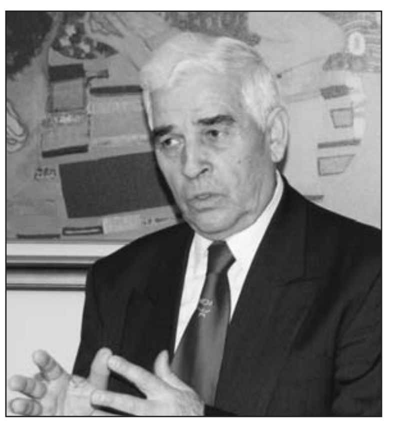
Работата на активите на пензионерки на трите здуженија беше тема на состанокот, со посебен аспект на улогата на пензионерките со своите програмски активности при организирањето и одбележувањето на културните и спортските настани, како и во едукацијата за заштита на здравјето. На крајот произлезе заклучок вакви средби да има почесто, а финансиските средства да се користат наменски за подобар живот на пензионерите.

А. Ристоска

ЕКСКЛУЗИВНА ПОНУДА ЗА ПЕНЗИОНЕРИ
Безгрижно
чекориме кон иднината
Осигурување за целото семејство
Бидете носител на осигурувањето на било кој член од вашето потесно семејство.
Полиси на рати
10 еднакви рати без камата, со административна забрана на пензијата.
Голем број осигурителни продукти
Осигурување од автомобилска одговорност, зелен картон, каско-осигурување на моторни возила, домаќинско осигурување, како и останати имотни осигурувања според вашите потреби.
Продажна мрежа
Полисите можете да ги купите само во подружниците на Сава Осигурување и експозитурите на НЛБ Банка.
Едноставна процедура
Дојдете во некоја од продажните локации, со себе носете чек од пензијата и лична карта, а потоа потпишете ја полисата со пропратната документација.
Сите останати процедури се обврска на Сава осигурување и Фондот на ПИОМ.
ФПИОМ
www.piom.com.mk
СЗПМ
СОЈУЗ НА ЗДРУЖЕНИЈА НА ПЕНЗИОНЕРИ НА МАКЕДОНИЈА
www.szpm.org.mk
24 часа поддршка за клиенти
02 5101 500
SAVA OSIGURUVANJE
За секој случај!
www.sava.mk

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

Резултатите - поттик за нови успеси



Вие претседателе, раководите со едно од поголемите здруженија на пензионери, кое во рамките на СЗПМ се издвојува и по распространетоста и структурата на членството. Всушност за какво здружение станува збор?

– Токму така би можело да се каже, дека ЗП Гази Баба е големо и по многу нешта специфично здржужение. Тоа територијално опфаќа три општини: Гази Баба, каде функционираат 9 огранoци и Петровец и Арачиново, кои имаат по еден огранок. Во здружението членуваат околу 12 илјади пензионери кои живеат во селски и градски населби и во различни етнички средини. Навистина е потребен голем труд, умешност и време овие различности да се усогласат и се да функционира најдобро. Посебност во работата на Здружението е и формирањето и опстојувањето на Солидарниот фонд за сопружници, во кој членуваат сопруги на пензионери од нашето здружение, кои во својот животен век не работеле и не стекнале право на пензија. Иницијативата за основање на Фондот позитивно е прифатена од корисниците во минатото, а сега функционира со 190 членови со тенденција за зголемување. Исто така, нашето здружение се издвојува од другите и со постоењето на Хорот во составот на КУД „Пензионер“ кој со своите настапи успешно го афирмира Здружението и придонесува во подобрувањето на културно–забавниот живот на пензионерите.

На што најмногу се ангажира Извршниот одбор?

– Тековните активности се одвиваат согласно Програмата за работа и Финансискиот план на здружението. Извршниот одбор е тимот кој ги планира и извршува задачите лично и преку комисиите што ги формира. Основна цел е да се помогне во остварувањето на правата на пензионерите од областа на социјалното осигурување и здравствената заштита и да се обезбеди поактивно и поквалитетно живеење на нашите членови. Во таа насока се остваруваат повеќе активности од кои најзастапени се културно–забавните и спортско–рекреативните. Во овие области Здружението постигнува забележителни успеси во однос на масовноста во ангажирањето на членовите и квалитетот што се постигнува. Забележителни успеси ЗП Гази Баба редовно постигнува на регионалните и републичката ревија на песни, музика и игри и на спортските натпревари. Посебно впечатливи се успесите од спортските игри на кои учествуваме во сите дисциплини, а најдобри резултати постигнуваме во тегнење јаже, каде што сме неприкосновени и нашата екипа во континуитет е една од најдобрите во Републиката. Повеќе години наназад на регионалните и републичките натпревари освојуваме први места во стрелаштво и пикадо – мажи, како и во атлетика – жени. Резултатите се извонредни и во рекреативните активности. Здружението секоја година за екскурзии низ Македонија и странство (Србија, Бугарија, Албанија и Грција), ангажира околу 70 автобуси и речиси по 3.500 пензионери ја користат оваа бенефиција. Овде треба да се истакне и грижата за пензионерите со помали пензии и социјално загрозените, на кои им се доделува еднократна парична помош, па испраќање на бањско–климатска рекреација и други поволности што им ги обезбедуваме од членарината. Уште да спомнам дека здружението е активно во организирањето и учеството на разни средби „на зелено“ и регионални културни манифестации, кои се организираат по разни поводи и одбележувања значајни датуми.

Здружението во континуитет остварува добра соработка со СЗПМ и другите ЗП, а посебно со локалната самоуправа. Кажете нешто повеќе за тоа?

– Најнепосредна и одлична соработка оствaруваме со СЗПМ, секогаш сме во координација и дејствуваме според одлуките и насоките што ги добиваме од Сојузот. Здружението во СЗПМ го претставуваат 2 члена во Собранието и 1 член во Извршниот одбор, а наши претставници имаме во Правно–економскиот форум, во Одборот на регистрираната организација и Мировниот совет. Примерна соработка оствaруваме и со повеќе здруженија на пензионери од Скопје и Републиката, а збратимени сме со ЗП Куманово и ЗП Струмица. Соработката со локалната самоуправа, исто така е на звидно ниво, а официјално ја регулиравме со формирање координативно тело, во кое ЗП Гази Баба и Општината учествуваат со по 2 члена и еден член е од Инвалидските пензионери.

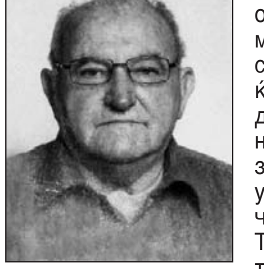
Вие, максимално сте ангажирани и посветени на должностите што ги извршувате во здружението и пошироко, како член на ИО на СЗПМ и на ОРО. Ви останува ли време за некои други активности?

– Ме радува што раководам со мошне стручен и амбициозен тим на пензионери ентузијасти кои со волја ги извршуваат своите задачи и за потребите на здружението се подготвени на уште поголемо ангажирање и напор. Тоа се потврди и за време на катастрофалната поплава што ја зафати нашата општина, кога веднаш им прискокнавме во помош на настраданите, меѓу кои имаше и наши членови. И ова е доказ дека кај нас резултатите се видливи и тоа ме исполнува и поттикнува во работењето. Затоа сум целосно посветен на задачите во Здружението и така времето најбрзо ми поминува.

Мендо Димовски

ЗП Крива Паланка

Солиден шахист и активист



Јован Јосифовски е солиден шахист и активист. Еве што вели тој за себе:

– Шахот за мене уште од раната младост ми претставуваше омилено хоби. И затоа имам бројни настапи уште кога бев во работен однос. Тогаш играв за градот Крива Паланка и надвор од границите на Македонија. Сум се натпреварувал во Врање, Р. Србија и во Кустендил, Р. Бугарија. И на тие натпревари бележев успеси. Откако ми заврши работниот век се пензионирав пред пет години и тогаш веднаш се вклучив активно во спортските игри, односно почнав да се натпреварувам во дисциплината шах, која е една од дисциплините кои ги негува нашето здружение на пензионери. Од постигнувањата ќе ги спомнам 2–ро место по повод 9–ти декември – Ден на превенција на полицијата во 2014 одина, потоа признание на 20–те јубилејни регионални спортски натпревари за најдобар поединец во шах во 2015 годин, а прогласен сум и за најдобар поединец во шах на 21–те спортски регионални натпревари во 2016 година во Куманово, со што обезбедив учество во спортската пензионерска олимпијада која ќе се одржи во месец септември по повод денот на пензионерите и одбележување на 70 години од пензионерското организирање во Македонија, каде очекувам успех. Покрај спортот, активно сум вклучен во работата на нашето здружение. Така, пред пет години, бев избран за претседател на најголемиот огранок на ЗП Крива Паланка. Редовно ги одржуваме средбите и состаноците со пензионерите во нашиот клуб на пензионери. За крај ќе истакнам дека јас сум и претставник на пензионерите во Советот на локалната самоуправа при општина Крива Паланка, со која имаме солидна соработка – вели Јован, кој меѓу пензионерите во Крива Паланка важи за еден од најпримерните.

Б. Стојчевска

ОД РАБОТАТА НА ФОНДОТ НА ПИОМ

Редовната контрола - дава резултати

За да се надминат одредени слабости и пропусти во работењето, а со тоа и да се спречат критиките што би дошле од корисниците на пензии, но уште повеќе од јавноста, во Фондот секоја година се врши ревизија на вкупната работа. Оваа, по многу нешто значајна и одговорна задача ја реализира Одделението за внатрешна ревизија, кое секоја година изготвува извештај за својата работа. Од изготвениот и усвоен извештај за 2015 год., се гледа дека службата ги спроведувала своите работни задачи согласно со Законот за јавна внатрешна финансиска контрола, потоа според Правилникот за начинот на извршување на внатрешната ревизија и начинот за известување за ревизијата, Меѓународните стандарди за професионално извршување на внатрешната ревизија, Правилникот за етичкиот кодекс на внатрешните ревизори, Правилникот за повелбата за внатрешна ревизија и согласно со други акти од областа на внатрешната ревизија.

Одделението за внатрешна ревизија во Фондот на ПИОМ во минатата година, меѓу другото, ги извршуваше и следните активности: изготвување на изјавата за квалитет на состојбата на внатрешните контроли за 2015 год. согласно со Законот за јавна внатрешна финансиска контрола, за изготвување на Годишен и Стратегиски план за работа до 2017 год. за работата на Одделението за внатрешна ревизија, учество во подготовката на Стратегискиот план на ФПИОМ за 2015–2017 година. Согласно со меѓународните стандарди за извршување на внатрешна ревизија, Одделението изготви Регистар на препораки, кој редовно се ажурира по издадените извештаи, или спроведените препораки. Ажурираниот Регистар на препораки од јануари 2016 год. содржи четиринаесет конечни извештаи од внатрешната ревизија и се опфатени седумдесет и две препораки, во времето на нивното ревидирање. Ажурираниот регистар на препораки го опфаќа периодот на извршени ревизии од 2013 до 2015 година и во него се набележани наоди и препораки од процеси, кои треба да претрпат неминовно подобрување. Кога кон ова ќе се додаде и Регистарот на ризици, но и Ревизорскиот универзум кој беше изработен лани и е составен документ на Стратегискиот план на Одделението за внатрешна ревизија за периодот од 2016 до 2018 год., тогаш со право може да се рече дека на ова прашање во Фондот на ПИОМ, му се приоѓа со големо внимание за практична примена во секојдневната работа.

На почетокот од 2015 година, започна ревизија на процесот на матична евиденција на стаж за осигуреници кои се корисници на пензија со стаж од земјоделска дејност во Фондот на ПИОМ. Од извршената ревизија на работењето во врска со ревидираниот процес во 9 филијали, и тоа, во Кочани, Тетово, Гостивар, Куманово, Штип, Прилеп, Битола, Кавадарци и Струмица, констатирано е дека системот на внатрешни контроли на процесот на матична евиденција на стаж за овие осигуреници, постои, добро е дизајниран и функционира со уверување дека во разумни граници ќе обезбедува сигурност во функционирањето и во иднина. Како резултат на тоа, за ревидираниот процес донесени се повеќе законски измени, за кои се изготвени упатства и укажувања од Стручната служба во Централата на ФПИОМ и истите се доставени до филијалите на Фондот за целосна примена. Но, за жал, и покрај овие укажувања, Внатрешната ревизија утврди дека работењето во процесот на матична евиденција на стаж за осигуреници кои се корисници на пензија со стаж од земјоделска дејност во филијалите, не е целосно усогласено во делот на внесувањето стаж, донесување на правото за пензија, унифицирани уверенија за платен придонес кои ги издава Управата за јавни приходи и др. Но, филијалите на ФПИОМ се соочуваат со проблем во врска со издадените уверенија од УЈП, така што за едно исто лице неколку пати се издаваат уверенија со различни податоци за основиците и периодите за платен придонес од ПИО. Од увидот во 693 предмети од вкупно остварени 1681 право од земјоделско осигурување за период од 2011 до 2014 год. и 142 предмети од вкупно 217 донесени негативни решенија за пензија со стаж од земјоделска дејност, е констатирана следната состојба: пример за работење согласно со законските акти во процесот се филијалите во Тетово и Струмица. Внатрешната ревизија од избраниот примерок на остварени и неостварени права на земјоделци-осигуреници, утврди дека предметите се комплетни со потребна документација, а утврдениот стаж е законски. Во филијалите во Куманово, Прилеп, Штип, Битола, Гостивар, и Кавадарци, утврдено е дека приемот во осигурување на индивидуалните земјоделци се врши врз основа на некомплетна документација, како решение од УЈП за регистриран даночен обврзник од земјоделска дејност, или потврда од Агенцијата за вработување дека барателот е евидентиран како невработен, што не е во согласност со процедурите и законските прописи. Исто така, во филијалите во Штип и Гостивар, извршен е прием во осигурување за индивидуален земјоделец само врз основа на имот, со што лицата се стекнале со својство на осигуреник како индивидуален земјоделец и покрај уверението од УЈП дека лицето не е евидентирано како даночен обврзник. Осигурениците извршиле уплата на придонес наеднаш за минат период до 2008 година, и истите стекнале право на старосна пензија како земјоделски осигуреници со исполнет минималeн услов на пензија. Во филијалите во Кавадарци, Битола и Гостивар утврден е стаж од земјоделска дејност за осигуреници кои се стекнале со право на старосна пензија за кои во предметот за остварено право не е приложен целосен доказ, односно Уверението од УЈП за платен придонес не го покрива целосно периодот за утврдениот стаж.

Од погоре констатираните пропусти, може да се заклучи дека до крај не се почитувале законските прописи, на што е укажано, истите пропусти во иднина дека нема да се толерираат.

По извршено тестирање на поднесените пријави за износ на применоит надоместок по основа на договор за дело или авторски договор или друг договор во електронска апликација, во договорот на дело – архива пријава за износ на примен надоместок, констатирано е просечното време потребно за обработка на пријавите, како и определени состојби утврдени на лице место. Притоа, утврдено е дека нема навремена повратна информација од УЈП за изготвени декларации. По доставено барање од ФПИОМ преку МТСП, од 17 април 2015 година, УЈП дневно доставува известување за изготвени декларации, плаќањата се видливи на посебна сметка на ФПИОМ, а генерирањето ќе биде во подоцнежна фаза. Но, исто така, откриени се и следните позначајни наоди. Од вкупно примени пријави заклучно со првите четири месеци од 2015 година, 6.645 се според деловодникот, а обработени пријави од страна на Филијалата во Скопје за четирите месеци биле 3.984. Утврдено е дека пријавите се примаат со некомплетно пополнети податоци, дека електронското доставување на декларациите до подносителите е многу спор и застарен метод за електронска комуникација и др.

Значајно е да се наведе и дека од вкупно 829 предмети кои не се предмет на ревизија, за 294 треба да се изврши ревизија на донесените решенија, за што истите подлежат на неа согласно со доставеното барање од Одделението за ревизија, нормaтива и примена на законски прописи. Ова треба да се оствари со Секторот за информатика во врска со интервенција во апликацијата за донесување на решение за остварени права од ПИО. Од овие 294, во 20 случаи датумот на поднесеното барање е погрешно внесен во П–пријавата и во најголем дел е згрешена годината, внесено е 2014, а треба 2015 год.

Исто така, утврдено е дека од вкупно 8.138 решенија за остварени права во период од јануари до јуни 2015 год., 829 донесени решенија не биле на ревизија. Од нив само 535 решенија не треба да одат на ревизија (согласно со доставеното барање до ИТ), и тоа решенија со промена на право при препензионирање, обнова на постапка заради дополнително утврден стаж, семејни со промена на членови на семејството и инвалидските предмети по задолжителен контролен преглед. Поради комплексната содржина на овие 535 решенија, а заради малиот процент, од вкупно остварени права, се бара да нема донесени решенија кои ќе бидат изземени од ревизија.

Нашата проценка за системот на внатрешни контроли на процесот за ревизија на усогласеност на процесот за водењето на матична евиденција на осигурениците, корисници на права од ПИО и обврзниците за пресметка и уплата на придонес за ПИО со законските одредби, Законот за ПИО, Законот за придонес од задолжително социјално осигурување, Законот за работен однос, Законот за заштита на лични податоци итн., е дека тој постои, добро е дизајниран, истиот добро функционира и дава уверување дека во разумни граници се обезбедува сигурност во функционирањето на системот и во иднина.

м-р Снежана Кутузовска

ПЕНЗИОНЕР плус
Весник за сегашните и за идните пензионери

Издавач:
СЗПМ

Година IX – број 97
август 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
Груица Манасиев
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,
Вадије Зендељи
Димитар Чавдаров

Лектор:
Верица Тоциновска

Адреса:
СЗПМ Бул. „Кочо Рацин“
бр. 14 – Скопје
П.фах. 440

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

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

70-годишен пензионерски јубилеј

Од кога знаат времињата
за човека и порода,
знајте оттогаш постои
и наша Македонија.
Од кога знаат времињата
за минато и иднина,

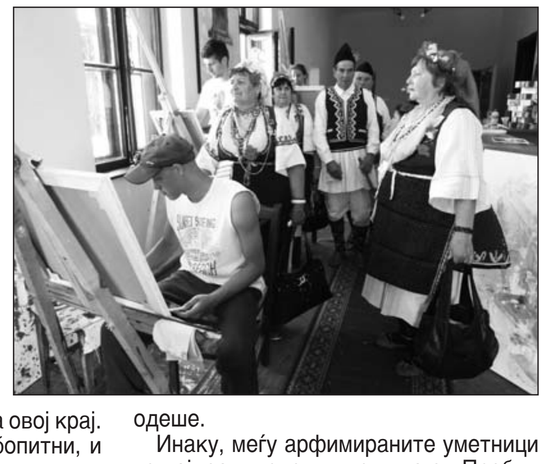
знајте носиме судбина
со наша Македонија.
Денес нека ни е среќна
Седумдесет годишнина,
на пензионерскиот јубилеј
да се помни долги времиња

да слават идни поколенија.
Како што врват времиња
така да носат славења,
наш народ да се радува,
Господ да не благосува,
живи–здрави да бидеме,
нови славја да дочекаме.

Ратко Спасовски
пензионер од Скопје

Пробиштип, Меѓународна ликовна колонија „Лесново 2016“

Пензионерите ја надополнија колоритноста на уметничките дела



Од 27. јуни до 3. јули, во живописното и инспиративно Лесново, се одржа 25–тата, јубилејна, Меѓународна ликовна колонија „Лесново 2016“. Лесново фасцинира и инспирира со Лесновскиот манастир, еден од најстарите, најубавите и најзначајните средновековни сакрални споменици на културата и тајанствените пештери кои кријат многу мистерии и легенди за животот во селото и светилиштето. Затоа не е случајност што уметниците кои еднаш дошле и твореле во оваа недопрена убавина, посакуваат повторно да се вратат и повторно да се сретнат со несекојдневните предизвици што ги создала природата.

Сето ова, беше предизвик, еден ден меѓу овие креативци, меѓу ликовните уметници кои ги овековечуваат убавините на селото и манастирот„Свети Гаврил Лесновски“ да се најде една група пензионери, членови на КУД „Весели пензионери“ при ЗП Пробиштип. Облечени во колоритна овчеполска носија, машка и женска, и со изворните инструменти и песни им приредија пријатно изненадување на 12–темина уметници кои ги имаше од Бугарија, Србија и Македонија. Со кратка програма, испреплетена од песни, ора и свирки, презентираа дел од нашето богато фолклорно творештво. Покрај песните, ората и изворните инструменти на уметниците особено внимание им привлекоа колоритните носии. Додека течеше програмата, учесниците во ликовната колонија постојано ги фотографираа носиите, ги снимаа песните, особено викотиците, кои се карактеристични за овој крај.

Пензионерите пак беа љубопитни, и еден период се најдоа меѓу сликарите, меѓу изработените слики, воодушевувајќи се на вештината со која уметниците ги повлекуваа четкиците со бои, а зад нив се раѓаше замислената идеја на сликите на кои многу реално беа пренесени сите знаменитости, преубавиот манастир, манастирските конаци, патеките до пештерите и самите пештери, старите куќи изградени од камен, дрво и кал и природата која го раструрила сиот раскош над карпите. Некои од пензионерите покажаа интерес и тие да се обидат со четка и боја да остават дел од својата идеја, но тешко им одеше.

Инаку, меѓу арфимираните уметници се најдоа и неколку дечиња од Пробиштип кои имаат афинитет кон оваа уметност, кои сакаат да навлезат во тајните на боите и четките. Меѓу уметниците беше и градоначалникот на општината **Тони Тоневски**, кој не го криеше задоволството што во еден ден, на едно место се дружеа пензионери, уметници и дечиња, можеби идни уметници. Сè на сè, беше тоа еден прекрасен и незаборавен јулски ден на дружење, кој долго ќе се памети, а ќе биде поттик да се формира и ликовен клуб во ЗП Пробиштип.

М. Здравковска

ЗП Прилеп

Ние сме генерација за пофалба

Малку ни беше тешко во тој топол, и би рекол жежок јулски ден, но сепак се собравме повеќе од седумдесет матуранти од пред педесет години од тогашната генерација 1966 година. Некои и не можевме да се препознаеме. Нормално, постари сме откако бевме матуранти во Прилепската гимназија. Девојките, односно, сега баби, не се препознаваа по косите, оти скоро сите веќе ги бојосуваат. А, ние, сите седумдесетгодишници – побелени или веќе оќелавени, без коса. Тука, во летната бавча на ресторанот „Липа“ се собравме од секаде. Се знае, најмногу нè имаше нас, од Прилеп. И, така, кој сок, кој кафе, а богами некој од дедовците побараа и жолта, со вода. Горица Попоска, стана и пред сите присутни гласно и јасно рече:

– Дојдов овде после прославувањето на 35–годишнината од матурата, а живеам во Торонто во Канада и еве, оваа тура пијалоци за сите јас ја плаќам. Нека ви е наздравје!

Некои забележаа дека требало најпрво да се сретнеме во дворот на Гимназијата „Мирче Ацев“. Но, нема проблем рекоа, еве да се почестиме и заминуваме таму, каде традиционално ќе го одржиме класниот час.

И, така некако спонтано, без некој ред и почекување, почнавме разговор за тоа кој, каде е, што завршил, колку внучиња има, а за тоа дека сме сите пензионери се знаеше. Некој се пофали дека сè уште им помага на децата, друг рече дека не се предава и подработува по дома, во бавчата зад куќа, дека вози велосипед и слично. Скоро сите рекоа дека им помагаат на своите, посебно во чувањето на внуците. Почнавме сите меѓу себе да се однесуваме онака како што бевме пред 50 години, како „деца“. Да си се викаме онака, како што тогаш во Гимназијата меѓусебе се нарекувавме, не како што ни беа имињата и презимињата, ами онака како што ни идеше на уста.

Пресметавме дека сме можеле да се собереме стотина души, оти како матуранти бевме голема генерација. Нешто повеќе од 190 ученици. А скоро сите завршивме и факултети. Има меѓу нас речиси од сите професии и доктори на науки, но сите сега сме една професија: пензионери.

Би што би, заминавме на час во Гимназијата. Повеќето пеш, за да разговараме по пат, а малкумина со такси. Часот ни го одржа нашата колешка, Марика Младеница, оти таа била професор и директор во Гимназијата во Крива Паланка од каде и што дојде.

– Имам трема, никогаш пред ученици сум немала трема, а еве, сега, некако ми е страв, рече и нè поздрави сите и нè потсети на многу нешта што можеби сме ги подзаборавиле од пред педесет години. Нè потсети на смешките, кои предизвикани од професорот по географија Елимот, ги правевме на наша сметка. Часот го поминавме и се фотографиравме пред влезот на Гимназијата. А, вечерта, беше посебна приказна. Јас да сум фактор во нашата Влада, ќе донесам закон во пензија да се оди по наврешни 70 години. Па, луѓе, она беше играње, веселење, па пеење. Некој ако не гледаше отстрана во ресторанот „Сонце“, не ќе речеше дека имаме седум децениски животен стаж. Се играше до рано утрото, до два часот после полноќ, и се разбира, се пееше. На крајот се ветивме дека секоја година, додека можеме, ќе се збираме и дружиме. А, бидејќи нашите некогашни матуранти претежно живеат во Скопје, ќе можеме една средба да организираме и во метрополата на Македонија. Си посакавме пред сè здравје, среќа, убав старечки живот и си рековме довидување!

Кирил Ристески

ЗП Дебар и Центар Жупа

Корисна средба

На 9 јули 2016 година, околу 100 пензионери од ЗП Тетово заедно со нивниот претседател на Извршниот одбор Шабан Азизи, дојдоа во посета на Дебарските пензионери. Гостите беа пречекани од секретарот на ЗП Дебар Мухамед Хиса, делегатот во Собранието на СЗПМ од Дебар, Ирфан Уштеленца и претседателката на Активот на пензионерки Марионка Уштеленца.

По пристигнувањето, гостите изразија желба најнапред да го разгледаат градот, при што беа воодушевени од убаво уредените улици и новиот лик на Дебар, кој се разликува од оној од пред години.

Потоа се упатија кон Дебарските Бањи – Цапа, каде беа пречекани од сопственикот Меџит Цапа, кој ги запозна со условите и услугите кои ги нуди во сезона и вон сезона за бројот на вработените и медицинскиот персонал. Тетовските пензионери беа воодушевени од она што им беше презентирано во бањата, но и од панорамата околу објектот.

По завршување на разгледувањето и обиколката, се одржа и работен дел од средбата на кој пензионерите од двете здруженија разменија искуства од работата, заклучувајќи дека вакви средби се потребни и корисни и треба да се организираат што почесто.

М. У.

Галичка свадба - Бисер на светското културно наследство

Под овој наслов, пред нешто повеќе од еден месец, излезе од печат една несекојдневна Монографија за светски познатата Галичка свадба, приредена од авторите Гапе Ажиески и Евтим Муратовски.

Оваа културна манифестација која традиционално се одржува на празникот Петровден во Галичник, предизвикува големо интересирање, така што, низ годините, на овој ден присуствувале и по десетина илјади посетители од земјава и странство.

Иако за оваа фолклорно–туристичка манифестација е пишувано многу во сите медиуми, сепак ова е убав обид да се даде поцелосен фактогравски приказ на општествено–економските прилики кои довеле до појавата на еден вака богат фолклорен обичај, со детален опис на сите обичаи, песни и ора. Ова е хронологија на Галичката свадба од нејзините почетоци во далечните 50–ти години на минатиот век па се до денес, збогатена со огромен број фотографии и документи. Очигледен е напорот на авторите Ажиески и Муратовски реално и максимално објективно да го стават на увид придонесот на повеќе семејства и поединци во афирмацијата на оваа манифестација, без пренагласување на едни или давање на помало значење на други избегнувајќи го до крај личниот субјективизам. Голем дел од податоците за некои од свадбите како и соодветните фотографии се објавуваат првпат со што по својата употребна вредност претставуваат драгоцен прилог и кон фолклористиката на нашата земја. Авторите сознанијата ги црпеле како од личните искуства, особено на Гапе Ажиески без кого најверојатно оваа значајна манифестација не би опстанала и не би се одржала до денес, така и од искажувањето на многу учесници на Галичката свадба во текот на годините.

На првите страни од Монографијата се поместени вредни фотографии од Галичник и искажувања на познати Македонци.

Петре М. Андреевски: „Ако Македонија е библиска земја, Галичник е нејзината последна реликвија!“

Лазар Личеноски: „Галичник е ремек – дело на градителската Мијачка рака – куќи–кули. Пред градот, град...“

На неколку страници следуваат и историските факти за Галичник проследени со стари фотографии збогатени со преубави фотографии за Галичката свадба низ изминатите години. Авторите нè потсетуваат дека Галичката свадба се наоѓа на листата на светското културно наследство утврдено од УНЕСКО. Таа се разликува од сите останати свадби не само по содржината, бројноста, богатството на обичаите и ритуалите, свадбарските обредни и изворните песни, туку и по времетраењето кое некогаш било и по цела седмица. Таа е комбинација на христијански и пагански обичаи.

Во Монографијата има фотографија од Галичката свадба од 1919 год., и од неколку подоцнежни години, а по кои следуваат текстови со интересни содржини. Да споменеме дека фотографиите се дело на Томе Черепналковски, вљубеник во фотографијата, кој со својот фотоапарат ги има овековечено најголемиот број „Галички свадби“. Благодарение на неговата умешност да го извлече најубавото од учесниците и манифестацијата, убавите невести изгледаат како вистински принцези, секако придружувани од нивните лични момчиња. Последната свадба што е поместена во Монографијата е „Галичката свадба“ во 2015 година. И таа како и во сите останати, со својата убавина, ги маѓепсува присутните, особено странските гости кои долго време ќе ги паметат сликовитите предели на Галичник, типичната мијачка архитектура, гостопримството на месните жители и македонската традиција. Убавите искажувања и фотографиите кои се составен дел на Монографијата, авторите Гапе Ажиевски и Ефтим Муратовски, се надеваат дека ќе бидат мотив за ангажирање на помладите генерации за во иднина да создадат нови изданија со нови податоци за богатото културно наследство на Македонија, чиј репрезент во светски размери претставува токму „Галичката свадба“.

Цветанка Илиева

На летовање во Албанија

Здружението на пензионери – Велес преку Агенцијата ХАК–БУС од Тетово годинава организираше летовања во Албанија – Драч. Секој петок патуваа пензионериод повеќе здруженија – членки на СЗПМ, и се враќаа задоволни од одморот Иразнитe посети во Тирана и Драч. Им се восхитуваа на убавите плажи, гостопримството од домаќините, панорамските ресторани од кои се гледаат пејсажи во недоглед, на квалитетните концерти, уживаа во пријатните прошетки, се одморија на ситниот песок, морските бранови...

Секој петок се враќаа со ветување дека догодина, повторно ќе се навратат на овој убав дел од Балканот. **Н.А.**

Писмо до редакција

Видот е нешто најдрагоцено

На човекот за да живее квалитетно потребно е да му функционираат сите сетила и органи. Сепак, меѓу сето тоа, се издвојува видот, односно очите. Не случајно дури постои и изреката „живи очите“ кога некој сака да ја потврди вистината, чесноста или невиноста. Видот и очите се опеани и во многу народни песни, за нив се раскажуваат многу приказни и преданија. Видот им е потребен на сите без разлика на годините, но на видот и очите речиси како и на многу други органи влијае времето и товарот на годините, па така како најзагрозена популација сме ние повозрасните луѓе.

За среќа на сите, а особено на нас постарите, од голема помош ни се очилата тоа генијално откритии без кое на многумина животот не би им бил убав и квалитетен, но има случаеви и болести кога се потребни и интервенции од друг вид, како што се разни лекови, па дури и операции, благодарение на што и по што, се отвора можност за еден нов живот.

Кога само ќе помислам како некој со своето знаење и искуство, како со маѓепсно стапче ти ја трга сивата магла од пред очите, покрај големата благодарност чувствуваш кон него и почит и воодушевување. Еден од таквите добродетели – очни хирурзи е и доктор Аљи Тонузи од Албанија кој на многумина им подарил „бело видело“, вршејќи операции за кои луѓето одат многу подалеку во други земји и се изложуваат на големи финансиски трошоци. Д–р Аљи Тонузи завршил студии од областа на медицината во 1991 година, а потоа специјализирал во Тирана. Завршил и специјализации во: Варна – Бугарија, Малага – Шпанија, и во Прага – Чешка. Специјализирал за операции на ретина во Индија. Благодарение на своето знаење и искуство учествувал на повеќе меѓународни конгреси, а има напишано и книги. Д–р Тонузи не е само очен хирург, туку тој е и голем човек кој им помага на луѓето, особено на оние од третото животно доба. Се разбира дека има и други лекари и во други области од медицината, но тој секако е еден од нив и заслужува посебен респект. И на крајот да завршам со една моја порака:

„Чувајте го видот и очите, заради вас самите и заради вашите блиски за да не им бидете на терет. Чувајте го видот за да ви биде животот квалитетен и убав“.

Нијази Џељиљи,
пензионер од Гостивар

Активисти на Клубот на љубители на книгата

Еднодневна екскурзија во Вевчани

Активисти на Клубот на љубители на книгата при ЗП Солидарност – Аеродром од Скопје, предводени од претседателот Васил Тоциновски и претседателката на Активот на пензионерки, Слободанка Николовска, на 30 јуни го посетија живописното село Вевчани. Стотината пензионери со два автобуса допатуваа во Вевчани нескривајќи го своето задоволство и радост што ќе ги видат и надалеку прочуените Вевчански извори.

Тие, најпрво стигнаа во Струга каде го обиколија Домот на браќата Миладиновци и мозаикот од Октиси од 13 век, сместен во изложбениот дел на ова здание, а оттаму се упатија кон крајната дестинација. На сред селото, на мини плоштадот во Вевчани, љубопитните пензионери од Скопје, ги пречекаа активисти од ЗП Вевчани и вевчанскиот хроничар Мишо Китаноски, кој на самото место на изворите на вевчанската река „Матица" детално ги запозна со личната карта на ова ретко убаво и по Вевчанскиот карневал и изворите надалеку познато македонско место.

Меѓу екскурзијантите беше забележан и најстариот пензионер, 93-годишниот Никола Стојаноски, претседавач на првата седница на Собранието на Република Македонија.

На крајот, скопските пензионери љубезно беа пречекани од сопственичката на ресторанот „Пелвец" каде си направија голема забава со песна и оро. Петар Шаламанов, член на Клубот, напиша песна за Вевчани и за изворите и му ја подари на хроничарот Мишо Китаноски, кој ги придружуваше до крајот на средбата.

С. К.

ЗП Гостивар

Незаборавна посета на Поградец

Согласно Програмата за работа, Здружението на пензионери Гостивар, на 9–ти јули 2016 година со стотина свои членови ја реализира планираната екскурзија во странство. Гостиварските пензионери со 2 автобуса се упатија кон назначената дестинација, туристичкото гратче Поградец во соседна Албанија. Попатно во Струга застанаа и направија кратка пауза. Потоа, преку преминот Ќафасан патот ги водеше покрај Охридското Езеро од албанска страна, каде многумина првпат имаа прилика да поминат низ овој крајолик предел и да се восхитуваат на убавините и раскошот на природата што го создала и сочувала. Уживајќи во прекрасната глетка, речиси незабележливо допатуваа во Поградец, каде, претседателот на здружението Нијази Џелили ги запозна со планот за обиколка на градот и посета на интересни знаменитости со кои располага ова туристичко место. Љубопитните пензионери се расшетаа по убавите улици, покрај плажата и пазарот, каде навистина имаше што да се види, да се одбере и да се купи за спомен и сеќавање на ова патување.

Преку граничниот премин Тушемиште, екскурзијантите се вратија на македонска страна и им остана доволно време да го посетат манастирскиот комплекс „Свети Наум", каде ги обиколија и црквите Св. Богородица, Св. Петка и Св. Анастасија. Со посебен интерес и восхит се задржаа на мостот на реката Дрим, која кај Струга излегува од езерото и навлегува во своето течение.

Така, со убави впечатоци и доживувања денот брзо им помина и никој не ја криеше желбата за организирање повеќе вакви екскурзии.

В. Зендељи

Стихозбирка на пензионерот Ванчо Павловски

„Бродот на бурата"

Пензионерот Ванчо Павловски неодамна ја објави својата втора стихозбирка насловена „Бродот на бурата". Поезија и проза почнал да пишува по пензионирањето, а како поет се промовирал со збирката поезија „Отворен прозорец".

На Ванчо Павловски за неговата втора книга „Бродот на бурата", треба да му се оддаде признание за храброста што пред очите на јавноста изнесе дел од своите интимни размислувања, за да им се обрати на читателите со силни пораки за животот: „Живеј за да постоиш, да бидеш меѓу милите и саканите. Живеј како вечно да си млад, уживај и работи, животот е минлив и се е минливо."

Не можеме а да не ја забележиме и осаменоста на човекот кој секое утро му се радува на денот, но истовремено чувствува и страв што ќе му донесе. Се воодушевува на секое годишно време, на реката Злетовица што минува низ неговиот крај, на птиците, нивите и лозјата, на полињата полни со лековити билки... Се радува на селската идила, на зајдисонцето, на месечевата игра на самовилите под липите, се лути на хаосот во светот полн со војни (во песната „Пред дождот). Поетот ги бележи сите гребнатинки од животот полн со емоции, љубов, тага, радост и грч, но низ сите нив се испреплетуваат пораките – покрај чувството на недоверба, секојпат да се има верба и надеж, да се гледа светлината која ветерот ја носи „да се застане цврсто на бродот на бурата".

Во истоимената песна во збирката авторот советува: „Плови, плови по мирните води на бесконечното море. Фрли ја котвата и застани, приземји се. Биди кормилар на бродот на бурата и управувај го својот брод". Не е тешко да се разбере дека Павловски асоцира на животот и потребата секој својот живот да го држи цврсто во своите раце како кормиларот – кормилото. Доаѓајќи до една точка кога човекот се соочува самиот со себе, авторот одлучил одговорите да ги побара во поезијата. Резултат на тоа е ова поетско дело „Бродот на бурата", кое го привлекува вниманието посебно со својата искреност и непосредност.

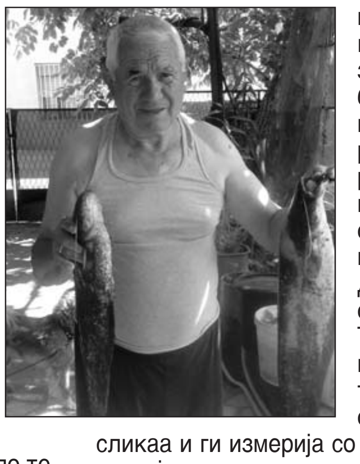
Ц. Илиева

ЗП Куманово

Улов за паметење

Звонимир Пешиќ е 79 годишен пензионер од Куманово, меѓу рибарите попознат како Звонко Пироќанац, кој не го криеше своето задоволство од најновиот рибарски улов, и низ смеа ни ја раскажа својата вистинска рибарска приказна.

– Вљубен сум во риболовот уште од раните детски денови, и со овој спорт се занимавам рекреативно скоро седум децении. Во мојот рибарски дневник, испишани се многу страници, имало големи трофеји, риби капиталци од секакви видови, најчесто тоа биле кленови, шарани, вардарки, сомови, белвици и други. Денес обично ловам по течението на реките Пчиња и Вардар, а кога бев помлад уживав да ловам риби на Морава, како и во езерски води. Годините и здравјето не ми дозволуваат почесто да одам во риболов, и затоа секој нов улов за мене претставува радост, среќа и задоволство. Така беше и овој месец, кога во реонот на Ново Село успеав да фатам сомови над пет килограми: едниот тежеше 2.315 грама, два тежеа по 1.055 грама и три сома по пола килограм. Убаво време, мирната вода и ноќната атмосфера беа добар знак дека ќе уловам големи риби, но ни во сон не претпоставував дека ќе уловам вакви сомови. За оние кои не знаат, сомот е многу паметна риба, и за неа треба посебна техника и знаење да се извади од реките. Но етве, мене ми се посреќи и успеав да ги изборам со паметните риби, и да ги уловам стап. На мојата голема радост и немаше крај. Кога пристигнав дома веста веднаш ја споделив со моите пријатели риболовци. Тие, иако многу помлади од мене, се чудеа и не можеа да сфатат како успеав да ги уловам. За се да биде документирано ги сликаа и ги измерија со прецизни терезии и еве ме мене со мојот улов за спомен и сеќавање! На крајот на сите рибари сакам да им порачам дека нашите реки изобилуваат со риби, само треба да се биде упорен, прецизен, да се чека вистинскиот момент и потоа, сè оди лесно – со гордост раскажува Звонимир, кој пензионерските денови си ги разубавува со риболов.



Импресионирани од најновата вистинска рибарска приказна, на Звонимир Пешиќ му посакавме уште многу среќа, да го послужи здравјето и се разделуваме со рибарскиот поздрав „БИСТРО".

Јасмина Тодоровска

Интервју со Петре Латиновски, градоначалник на општината Бутел

Посебна почит за пензионерите

Вие сте 11 година градоначалник на општина Бутел и кој единствен досега успеал да ја издигне и афирмира општината. Како резултат на тоа, граѓаните ви даваа доверба во изминатите избори едноподруго. Со што ќе го задржите ваквиот рејтинг?

– Пред 11 години ги удривме темелите на новата општина Бутел, најсеверната, најмалата и најсиромашната општина во рамките на градот Скопје. Радоста и возбудата тогаш беа видливи, но и стравувањата и сомнежите за тоа дали ќе заживее, и дали ќе профункционира? На општо задоволство на сите, покажавме дека успесите се достижни, ако се вложи голем труд и време, ако се работи посветено, тогаш се постигнуваат резултати, а успесите долгорочно, се поголеми кога се заслужени. Во изминатиот период општината беше претворена во големо градилиште. Реализиравме капитални проекти, со што се решија повеќедецениските проблеми на граѓаните, со што се подобри квалитетот на урбаното живеење. Кога првпат ме избираа за градоначалник им ветив на граѓаните дека неуморно ќе работам и дека секој ден ќе бидам на терен. Тоа се случи, сеуште трае и ќе трае во иднина. Ако ме прашувате за рејтингот – токму така ќе го задржам и ќе го зголемам за подобра перспектива на општината.

На територијата на општина Бутел живеат околу 6 илјади пензионери. Што посебно правите за нив?

– Бројот на пензионерите се движи во тие рамки, и навистина не е мал. И во минатото и денес, јас секогаш се радувам кога од нив ќе произлезе некоја иницијатива, потреба или барање. Организиран настап и пројавување интерес за некоја активност или проблем пензионерите остваруваат преку Здружението на пензионери, кое го носи името на општината и територијално соодветствува на нејзините граници. Општината се погрижи најпрво да обезбеди седиште за раководството и во урбаната заедница „Живко Брајковски" беше даден простор за клуб на пензионерите. Тогаш ветив дека пензионерски клубови, општината ќе отвори и во другите урбани заедници, и ветеното почнав да го исполнувам. Сега вакво пензионерско катче само недостасува во населбата Радишани, иако речиси се е подготвено и таму да проработи клуб. Во клубовите пензионерите се дружат и имаат разни активности.

Во Стратегијата за стари лица 2010 - 2020 година, покрај другото, нагласена е потребата за изградба на домови за стари лица, дневни центри за престој, пензионерски клубови и слично. Што презеавте по ова прашање?

– По бројот на пензионерски клубови, мислам дека сме лидери во градот Скопје, но проблем се домовите за стари лица. На овој план досега, за жал, ништо посебно не е направено, иако приватниот сектор изнаоѓа можности да припомогне и да го развива својот бизнис и во оваа насока. Највозрасната популација граѓани во создавањето материјални добра на општеството и државата вградиле и оставиле дел од себе и заслужуваат да им се посвети големо внимание. Ние посебно го цениме нивниот придонес и со сите сили ќе настојуваме и ќе се грижиме пензионерите достојно да го живеат останатиот дел од животот. За тоа се предвидени средства и активности, а перспективно се предвидува изградба на домови за згрижување и дневен престој на стари лица.

Вие сте еден од градоначалниците во РМ, кој успешно се справува и наоѓа решение за речиси сите проблеми во општината. Колку тоа бара ангажираност и останува ли малку време за други ваши активности, или некакво лично хоби?

– Ваквиот мој ангажман навистина бара голем напор и максимално вложување. Веќе навикнав да се фаќам во костец со предизвиците, да им се спротивставувам и да ги решавам проблемите. Наша и моја цел е од Општината Бутел да направиме привлечно, пристојно и достојно место за живеење на сите граѓани без разлика на верска, етничка, национална и политичка припадност. Мислам дека сме на вистинскиот пат и продолжуваме со реализација на останатите проекти. Слободно време, речиси, немам и затоа, освен задачите во општината и обврските кон семејството, засега се друго е ставено во мирување.

Мендо Димовски

Интересни книги

Мостот на реката Квај

Автор: Пјер Бул

„Мостот на реката Квај" е фасцинантна приказна за храброста, истрајноста и судирот на две завојувани империи, навидум сосема различни, но сепак прилично сродни. Романот е фикција, но е напишан врз основа на вистински настани. Пјер Бул е познат француски писател и е преведуван во многу земји во светот. Најпознати му се романите „Мостот на реката Квај" и „Планета на мајмуните". Филмската адаптација на првиот роман има добиено седум оскари што веруваме е добра препорака да се прочита книгата.

Во 1942 година, среде походот низ Азија, на Јапонците им е потребна железница од Бурма кон север, која треба да ја градат нивни воени заробеници. Британските заробеници од еден затворенички логор се принудени напорно да работат за изградба на мостот. Полковникот Николсон е примерен британски офицер, во заробеништво. Кога неговите јапонски чувари му наредуваат да го изгради мостот за стратешки напад во југоисточна Азија, кодексот на воена чест на полковникот не му остава друг избор освен да ја послуша наредбата. Додека со своите војници во тешки заробенички услови го гради, британската војска планира да го дигне мостот во воздух. Приказната за подигањето на мостот и прашањето околу неговата судбина отвора низа филозофски прашања за човековата природа и нејзините спротивставени тенденции за создавање и за уништување.

Сабо запре

Автори: Ото Хорват

Романот одново ги поставува прашањата како да се раскажуваат приказните, како да се помести раскажувачкиот глас и да се извести светот за најтрагичниот момент, како да се размести она што се вика живот, изместен од болката на смртта на ближниот. Јунакот во романот, кој има автобиографски карактер, ги раздиплува своите сеќавања за загубениот животен сопатник, покажува како се преживува и како се живее со мачнината што ја носат тагата и болката поради смртта.

Во овој исповеден роман има и многу љубов, и многу тага, и многу меланхолија и многу чувство на вина за немоќта што јунакот во приказната не ја победил смртта. Ова дело на Хорват во 2015 беше финалист на најпрестижното книжевно признание во Србија – наградата за најдобар роман на неделникот НИН, а ги доби наградите „Биљана Јовановиќ" и „Мирко Ковач". Само за неколку месеци по објавувањето во 2014 година доживеа три изданија, а набргу беше преведено и објавено на германски и унгарски јазик. Ото Хорват напишал несекојдневен роман за присуството и отсуството, за смртта и животот, за тагувањето и преживувањето, за љубовта и болката, за Орфеј и неговата мртва сакана.

Избор: Васил Тоциновски

НЛБ Сребрен пакет

Вашата пензија
секогаш навреме

НЛБ Сребрен пакет
- Visa Electron дебитна картичка
- ПЕНЗИОНЕР+ Maestro картичка
- Зегин - НЛБ 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 Зегин со НЛБ - Зегин кобрендираната картичка
- **3% Cash back во Веро** маркетите за имателите на ПЕНЗИОНЕР+ картичката
- **Осигурителни поволности** за пензионери во соработка со Сава осигурување АД Скопје

NLB Banka

www.nlb.mk
Контакт центар: 02 / 15-600

ZEGIN ВАША СЕМЕЈНА АПТЕКА
ЕВРОБАЛКАНСКИ ЛИДЕР ВО ПРОМОЦИЈА НА НОВИ МОЛЕКУЛИ

40 - ДНЕВНА ПРОГРАМА СО ЧИСТ МАТИЧЕН МЛЕЧ

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

ГЕРМАНСКИ КВАЛИТЕТ ЗА ОДЛИЧНА ЦЕНА

ЗП Охрид и Дебрца

КУД „Далги“, со серенади низ Широк сокак, ги воодушеви битолчани

На 46–то издание на Републички–от фестивал на народни, песни и игри „Илинденски денови“– Битола 2016, КУД „Далги“, при Здружението на пензионерте Охрид и Дебрца е прогласен за најдобра музичка група во категоријата Староградска музика и игра. Ваква е оценката на Стручното

жиро составено од врвни професори, признати доктори на науки од етнологијата, фолклорот и музиката.

Во конкуренција на осум ансамбли и музички групи кои се претставија со старогрaдски мелос од повеќе градови, меѓу кои и на ЗП Гевгелија, ЗП Прилеп, ЗП Велес и други, КУД „Далги“, при ЗП Охрид и Дебрца, настапи со поставката „На Сараиште“ со песните: Ој Зарино прва севдо,Три години Кате, Мома крај извор седеше и ората Сирто, Чамче и Охридска деветорка, во кореографија на Ристо Трајкоски. КУД „Далги“ неколку пати ја крена публиката на нозе и со долготрајни аплаузи беше многупати наградувана.

По настапот на фестивалот, посебно доживување и воодушевување КУД „Далги“ придружувано од ансамблот „Билјана–јуниори“, приреди со прошетка низ битолската чаршија и Широк сокак, кои беа топло примени од минувачите и шетачите кои ги наградуваа со аплаузи и спонтано играа и пееја со охридските пензионери, а не изостана и фотографирањето за спомен. Кулминација на неделната вечерна променада низ Широк сокак, беше исполнувањето на познатите битолски серенади: Ако одам во Битола, Битола бабан Битола, Битола мој роден крај и многу други, обнародени познати битолски старогрaдски рефрени.

КУД „Далги“ за успешниот и несекојдневен настап на фестивалот „Илинденски денови – Битола 2016“ кој се одржа од 29 јули до 2 август, под покровителство на Собранието на Република Македонија, а во организација на Националната Установа, Центарот за култура во Битола, покрај прогласувањето за најуспешна музичка група во категоријата на старогрaдска песна и игра, доби и Диплома за учество, со можност овој битолски фестивал во блиска иднина да го претставува на некој странски фестивал во категорија на страогрaдски мелос. **К. Спасески**

Пехчево 2016

Фестивал на дувачки оркестри и етно саем за Павловден

Во Пехчево, традиционално, секоја година на 13 јули, кога се одбележува празникот Павловден, се организира Меѓународен фестивал на дувачки оркестри и Етно саем на традиционална храна и ракотворби – „Пехчевски Павловден“. На Фестивалот учествуваа неколку културно уметнички друштва и тоа: „Јане Сандански“ од Пехчево, „Искрици“ од Благоевград, Република Бугарија, „Ѓупчо Сантов“ од Оризари, Кочанско, „Бели Мугри“, Кочани, „Димитар Беровски“ од Берово, „Гоце Делчев“, „Трпение“ и „Копачка“ сите од Делчево, Пензионерскиот хор од Пехчево и КУД „Ѓорко Симоновски“ од Куманово.

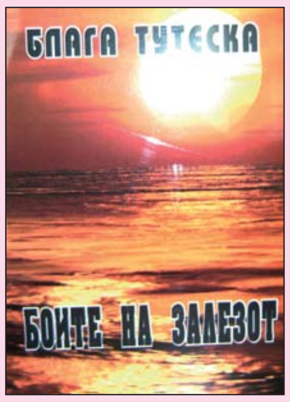
Кумановските пензионери – фолклористи, оркестарот и солистите на народна музика по трет пат беа учесници на овој Фестивал, и секогаш нивниот настап е награден со овации и долги аплаузи. Така беше и годинава. Се прикажаа во најдобро светло исполнувајќи нумери од македонското фолкорно творештво. На сцената во Пехчево настапија солистите Слободанка Димковска со песната „Кирјана вино продава“, Калина Бошковска со „Јоване море Јоване“, дуетите Достана Иванова и Добрила Јаневска со „Среде Скопје Вардар тече“, Слободанка Димовска и Љубица Кузмановска со „Дали знаеш либе“, а забележителен настап имаше и фолкорната група со сплетот „Песнопојна и играорна плетенка“.

Инаку, на фестивалот во Пехчево во вечерните часови имаше и дефиле на мажоретки и дувачкиот оркестар од Ловеч, Бугарија, а по нив настапија неколку дувачки оркестри од државата, како и познатиот интерпретатор на народна музика Миле Кузмановски. Сè на сè, убаво организирана вечер со презентација на македонскиот фолкор, на која за содржината беа заслужни и голем број пензионери. **Јасмина Тодоровска**

ЗП Прилеп

Промоција на третата книга од Блага Тутеска

„Мили мои ковачи на зборот. Овој миг е ваш и мој. Поезијата нè обра во дружба. Не веруваме во случајност. Сè е предвидено...“



Со овие стихови од песната „Импресија“од најновата стихозбирка „Боите на залезот“ тоа топло попладне започна промоцијата на третата книга– поезија на поетесата и активистка во ЗП Прилеп, **Блага Тутеска**. Пред оваа, Тутеска ги напиша своите две други книги „Зуница“ „Аманет“

– Боите нè движат напред, тоа е шареноликост од мотиви, од емоции, од љубов, тага и достоинственост – рече на почетокот промоторката, професорката **Виолета Христоска**.

– Денешнава средба на вас, љубителите на пишаниот збор, ги гледам како една духовна македонска „софра“ бидејќи на дел од вас присутните, Тутеска како професор по македонски јазик и литература, сега во пензија, ви има предавано во животот. Таа е дел од вас, а вашите некогашни чувства се дел од нејзините песни собрани во оваа стихозбирка – истакна Христоска.

– Поетската збирка „Боите на залезот“ за поетесата Блага Тутеска е силен и импресивен отпечаток на нејзината нежна и чувствителна душа. Тутеска е скромна и ненаметлива, и како човек и како творец, и мотивите за поетското создавање не и се книжевната слава и општествените почести, ами тивкиот и кроток поетски разговор со сите на неа сродни души – рече рецензентот и промотор на книгата, судијата во пензија, **Слободан Беличански**.

Инаку, збирката е поделена на четири циклуси, различни и по мотивите и по атмосферата. Првиот циклус е татковински и во знакот на мотото „Татковино–песно недопеана!“ и мотото „Со свои песни ја китам софрата!“. Во вториот циклус, со насловни мисли на Иво Андриќ за вечноста на човековата болка и минливоста на човековата среќа, Тутеска пее за туѓата и својата интима, на начин кој никого нема да остави рамнодушен. Третиот циклус „Во морето на тагата не се гледа брегот...“ е во знакот на политичкосоцијалната поезија. А, „Пред портата на божествената природа“ е насловот на четвртиот циклус песни од стихозбирка на Блага Тутеска, која е родена во Прилеп 1946 година и целиот работен век, пред да се пензионира, им го предаваше на своите ученици мајчиниот јазик. За нив во стихозбирката има посветено и една песна насловена како „Деца мои мили“. **К. Ристески**

ЗП Ѓорче Петров

Летни активности

Здружението на пензионери Ѓорче Петров веќе петта година по ред успешно настапува на престижниот фолклорен фестивал на народни инструменти и песни „Пеце Атанасовски“ кој што секоја година

се одржува во Прилеп односно село Долнени.

Така и оваа година соло пејачките Фетка Николовска и Тодорка Арсенова придружувани од група кавалџии настапија на 42–от фестивал со изворни народни песни во Долнени.

За нивниот извонреден настап им беа доделени дипломи.

За успехот на изведувачите од ЗП Ѓорче Петров голем придонес има познатата пеачка Захаринка Милосављевиќ, сега пензионерка и член на здружението на пензионери Ѓорче Петров, на која здружението и упатува голема благодарност за нејзиниот несебичен ангажман и афирмација на здружението кое е посветен чувар на богатото фолклорно богатство и идентитет на македонскиот народ. **Љубинко Ристов**

Пензионерите пееја во Прилеп

Во рамките на 70 годишнината од пензионерското организирање во Македонија, Здружението на пензионери од Прилеп беше домаќин на 12. манифестација „Пензионерите пеат“. Свилените и усогласени гласови на гостите, исполнители, од Битола, Богданци, Велес, Гевгелија, Демир Капија, Кавадарци, Неготино и Кочани екнаа низ преполната сала, покажувајќи дека луѓето од третото доба умеат да ги погалат ушите и да потсетат на едно убаво време што поминало. Ведрите песни на пејачките групи укажаа дека животот во поодминати години има смисла. Мразот го скршија домашните КУД Пенка Котеска и Пензионер. Без натпреварувачки карактер, на манифестацијата демонстрираа максимална посветеност и напор за подготовките и настапот. Дури и со соодветната облека и носиите се изрази готовност за чување и негување на националното фолклорно богатство. Пензионерите ги изведоа песните прецизно, во најразлични колоритни гласови, а понекои следени од старогрaдски инструментални состави. Изведбите на македонските народни и изворни песни беа израз на вековната традиција која е наследство и за идните генерации. Македонските бисери од грлата на највозрасните оставија најсилен впечаток од велешаните со сплетот за гемиџиите и изведбата на песната „Бог го прости Миле Поп Јорданов“. За учеството сите добија благодарница, манифестацијата ја поздрави претседателот на ЗП Прилеп Кирил Ѓорѓиоски. Многу здравје и долг живот со многу вакви средби посака и градоначалникот Марјан Ристески. **К. Р.**

Тешко е без другар

(посветена на мојата другарка Сава)

Да немаш другар
со кој ќе ја споделиш среќата, радоста...
Тешко е!
Да немаш другар
со кој ќе ја споделиш тагата, жалоста...
Тешко е!

Тешко е
да го немаш.
Уште потешко е да го имаш,
па да го немаш!

Во срцето останува длабока болка,
болка голема – непреболна.
Празнината ја исполнуваат спомените,
спомените за другарувањето.

Со љубов се колнам
Секогаш ќе те споменувам,
секогаш ќе ми недостасуваш
многу, многу...

Оливера Бошковска
пензионерска од Скопје

ЗП Виница

Книга за родословот на војводата Веселин Пресечки

Деновиве од печат излезе монографијата за родословот на еден од познатите војводи од Пресечкиот и Виничко Кршланскиот крај Веселин Пресечки, чиј автор е Тодор Димитров, долгогодишен професор по историја сега во пензија.

– Се работи за родословот на Димитор Пресечки од чие колено е и војводата Веселин Пресечки, кој е дел од Востаничката чета во село Пресека, која во 1902 година како одмазда на турскиот аскер за одземеното оружје го запалила селото Истибања. Водачот на четата Веселин Пресечки познат кај народот како Веселин кумитата е осуден на 101 година робија, – истакнува авторот Тодор Димитров.

Во монографијата со слика и текст се прикажани осум генерации на семејството Пресечки кои од село Пресека, Кочанско, низ годините се доселиле во село Виничка Кршла, а одтаму низ повеќе места на Македонија, како и во повеќе земји на Европа, Америка и Австралија.

Монографијата изобилува со голем број на фотографии кои го сликаат историскиот развој на населбите во кочанско и виничко, како и богат материјал од областа на историјата, етнологијата, археологијата, културата на живеењето на село со стотина години наназад.

Овој монографски труд на Тодор Димитров, ќе им послужи на голем број генерации за проучување на историското, културното и етнолошкото богатство на Пресека и Виничка Кршла, како дел од Осоговските села во кои населението ги напуштило родните огништа. **К. Герасимов**

XXI РЕГИОНАЛНИ ПЕНЗИОНЕРСКИ СПОРТСКИ НАТПРЕВАРИ

Рекордно учество на натпреварувачи

Овогодишниве 21–ви регионални пензионерски спортски натпревари се одвиваа во духот на двата големи јубилеја, 70 години од пензионерското организирање во Република Македонија и 25–годишнината од осамостојувањето на нашата држава. Натпреварите се одржаа во периодот од 20 мај до крајот на јуни 2016 година, согласно со целите утврдени со Статутот и програмите за работа на СЗПМ за унапредување и проширување на интересот кај пензионерите за разни спортски активности кои се битни за нормално и непрекинато одржување и јакнење на нивната психофизичка состојба, обезбедувајќи можности за активно стареење на сите пензионери што се занимаваат со спорт и спортски активности (движење во природа, пешачење, рекреативно дружење итн.), а чиј број од година во година постојано се зголемува. И оваа година како и во претходните Извршниот одбор на СЗПМ, како и Комисијата за спорт и рекреација, како негово помошно тело кое е задолжено да се грижи и да ја развива спортската активност, благовремено ги презедоа сите мерки и активности за успешно подготвување и реализирање на регионалните спортски натпревари.

Успешни домаќини на овие натпревари годинава беа: ЗП Чаир – Скопје, ЗП Дебар – Центар Жупа, ЗП Кавадарци, ЗП Ѓорче Петров – Скопје, ЗП Куманово, ЗП Делчево и ЗП Демир Хисар. На натпреварите во сите 8 региони непосредно учествуваа 52 здруженија членки на СЗПМ, со рекорден број натпреварувачи од над 2.000, од кои 1.244 во машка и 763 во женска конкуренција. Меѓутоа, имајќи го предвид податокот дека на регионалните натпревари можат да учествуваат максимално 3.276 натпреварувачи од кои 1.716 во машка и 1560 во женска конкуренција, место за понатамошно зголемување на овој број активности има уште многу, особено во недоволно активните здруженија.

Инаку, како што се гледа од податоците доставени до комисијата, особено е мал бројот на здруженијата (само 14) што настапуваат на натпреварите со повеќе од 50 натпреварувачи од можни 63. Потребно е да се истакне дека на овие регионални натпревари во еден подолг временски период од два–три месеци, му претходат подготовки во рамките на здруженијата по ограноците каде што се организираат и селективни натпревари за составување на екипите за настап на регионалните натпревари. По таа основа, се доаѓа до податок дека во тој период на спортски план се раздвижени голем број пензионери што е и програмска цел на СЗПМ за обезбедување услови за активно и здраво стареење на пензионерите. Иако на нив настапуваат натпреварувачи во поодминати години, тие во своите дисциплини постигнуваат високи резултати на кои можат да им позавидат и помлади спортисти. Во споредба со минатата година бројот на натпреварувачите на регионалните спортски натпревари е во пораст. Од 1.607 бројот е зголемен на 2.010 натпреварувачи, како резултат на воведувањето на две нови спортски дисциплини. Како последица на тоа, се зголеми и бројот на натпреварувачите на Републичките натпревари кој досега беше 400, а сега изнесува 504 натпреварувачи. Право на настап на Републичките натпревари обезбедија 40 здруженија со вкупно 501 натпреварувач од кои 264 во машка и 237 во женска конкуренција.

Во организација на СЗПМ Пензионерската олимпијада 2016, под покровителство на Министерството за труд и социјална политика, ќе се одржи на 3 септември 2016 година, на спортските терени кај ресторанот „Шампион“ во Радовиш.

Комисија за спорт, претседател Здравко Петковски

Демир Хисар, трет регион

Прилепчани најдобри

На 26.06.2016 година здружението на пензионери Демир Хисар беше домаќин на 21 пензионерски спортски натпревари во 3–от регион. На овие натпреварувања учествуваа 180 спортисти–пензионери од ЗП Ресен, ЗП Битола, ЗП Крушево, ЗП Прилеп и од здружението домаќинот, Демир Хисар. Спортските екипи и гостите прв ги поздрави претседателот на здружението – домаќин **Пере Петрески**, кој им посака добредојде, убаво дружење и ферплеј борба. Во своето обраќање тој меѓудругото рече:

– Спортот и физичката активност се многу важни за нас луѓето од третото доба, бидејќи ни го подобрува здравјето и духот и ни го продолжува животот. Занимавајќи се со спортот и дружењето се придонесува да се шири надежда, соживотот и другарството помеѓу пензионерите, со цел да се подзабави процесот на стареење, а животот во овие години да добие достоинствена содржина и соодветен квалитет.

Топло добредојде и успех во натпреварите на пензионерите од името на домаќините им посака градоначалникот на Демир Хисар **Љупчо Блажевски**, кој истакна:

– Пензионерските спортски натпревари не се само натпревар и покажување на психо–физичките можности на припадниците на третото доба, туку тоа е празник и гордост за секој учесник и воопшто за секој пензионер.

Од името на СЗПМ и од свое име присутните ги поздрави и на натпреварувачите им посака добри резултати секретарот на ИО на СЗПМ, **Станка Трајкова**, која рече:

– На натпреварувачите им посакувам успех и добри резултати, а на сите вас добро дружење и расположение. Ги прогласувам за отворени 21 Регионални спортски пензионерски игри на здруженијата од третиот регион.

Потоа започна официјално спортскиот дел. Натпреварите се одвиваа во пријатен амбиент и во одлична атмосфера. За натпреварувачите најважно беше учеството, а помалку освоените места и награди. И оваа година, како и минатите, најдобри беа спортистите од ЗП Прилеп со освоени 11 први места во машка и женска конкуренција. Втори се пласираа спортистите од ЗП Крушево, а трети беа натпреварувачите од ЗП Битола. По завршувањето на натпреварите и прогласувањето на победниците дружењето продолжи со песна и оро.

Зоран Стевановски

ПРЕГЛЕД НА ПЛАСМАН ПО ДИСЦИПЛИНИ

МАЖИ	ЖЕНИ	МАЖИ	ЖЕНИ
СТРЕЛАШТВО		**ТРЧАЊЕ НАД 60 ГОДИНИ**	
1.Гази Баба 2.ОВР 3.Прилеп 4.Охрид и Дебрца 5.Кавадарци 6.Куманово 7.Штип и Карбин. 8.Кочани	1.Центар 2.ОВР 3.Прилеп 4.Охрид и Дебрца 5.Кавадарци 6.Куманово 7.Радовиш 8.Кочани	1.К.Вода 2.Тетово 3.Крушево 4.Охрид и Дебрца 5.Валандово 6.Кратово 7.Ново Село 8.М. Каменица	1.Гази Баба 2.Ѓорче Петров 3.Крушево 4.Охрид и Дебрца 5.Велес 6.Куманово 7.Штип и Карбин. 8.Кочани
ШАХ		**ДОМИНО**	
1.Центар 2.Тетово 3.Битола 4.Охрид и Дебрца 5.Велес 6.Кр.Паланка 7.Штип и Карбин. 8.Кочани	1.Центар 2.Тетово 3. –––––– 4.Струга 5.Велес 6.Куманово 7.Штип и Карбин. 8.М. Каменица	1.Гази Баба 2.Тетово 3.Крушево 4.Дебар 5.Велес 6.Злетово 7.Ново Село 8.М. Каменица	1.Гази Баба 2.Тафталиџе 3.Ресен 4.Кичево 5.Демир Капија 6.Куманово 7.Ново Село 8.Берово
ПИКАДО		**ТАБЛА**	
1.Илинден 2.ОВР 3.Прилеп 4.Дебар 5.Валандово 6. Кратово 7.Штип и Карбин. 8.Делчево	1.Илинден. 2.ОВР 3.Крушево 4.Кичево 5.Дојран 6.Кр. Паланка 7.Струмица 8.Делчево	1.Центар 2.Тафталиџе 3.Крушево 4.Кичево 5.Неготино 6.Кратово 7.Радовиш и Конче 8.Кочани	1.Чаир 2.Тетово 3.Прилеп 4.Охрид 5.Демир Капија 6.Злетово 7.Радовиш и Конче 8.Пехчево
ТЕГНЕЊЕ ЈАЖЕ		**СКОК ОД МЕСТО**	
1.Гази Баба 2.Тетово 3.Прилеп 4.Охрид и Дебрца 5.Неготино 6.Пробиштип 7.Радовиш и Конче 8.Кочани	1.Илинден–Солид. 2.Тетово 3.Прилеп 4.Охрид и Дебрца 5.Кавадарци 6.Пробиштип 7.Штип и Карбин. 8.Виница	1.Чаир 2.Тетово 3. 4.Охрид и Дебрца 5.Кавадарци 6.Куманово 7.Струмица 8.Кочани	
ФРЛАЊЕ ЃУЛЕ		**ШУТИРАЊЕ ПЕНАЛИ**	
1.Солид.Аеродр. 2.Ѓорче Петров 3.Прилеп 4.Охрид и Дебрца 5.Дојран 6.Куманово 7.Радовиш и Конче 8. М. Каменица	1.Солид.Аеродр. 2.Тетово 3.Прилеп 4.Охрид и Дебрца 5.Богданци 6.Куманово 7.Радовиш и Конче 8.Виница	1.Бутел 2.Ѓорче Петров 3.Крушево 4.Охрид и Дебрца 5.Демир Капија 6.Куманово 7.Штип и Карбин. 8.Делчево	1.Сол.Аеродром 2.Тетово 3.Прилеп 4.Струга 5.Велес 6.Куманово 7.Радовиш и Конче 8.Виница
ТРЧАЊЕ ДО 60 ГОДИНИ		**СЛОБОДНИ ФРЛАЊА НА КОШ**	
1.Центар 2.Тетово 3.Битола 4.Охрид и Дебрца 5.Велес 6.Куманово 7.Штип и Карбин. 8.Кочани	1.Гази Баба 2.Тетово 3.Ресен 4.Охрид и Дебрца 5.Кавадарци 6.Куманово 7.Штип и Карбин. 8.М. Каменица	1.Сол.Аеродром 2.Тетово 3.Прилеп 4.Охрид и Дебрца 5.Кавадарци 6.Куманово 7.Радовиш и Конче 8.Кочани	1.Сол.Аеродром 2.Ѓорче Петров 3.Прилеп 4.Охрид и Дебрца 5.Неготино 6.Кр.Паланка 7.Радовиш и Конче 8.Виница

КОШАРКА - СЛОБОДНИ ФРЛАЊА НА КОШ

РЕГИОН	МАЖИ	ЖЕНИ
I	**Солидарни Илинден** 1. Слободан Ангеловски 2. Стојан Стевановски 3. Благоја Филиповски 4. Љупчо Ивановски	**Солидарност Аеродром** 1. Ружа Боцевска 2. Јаготка Милисиева 3. Драгица Милиткин 4. Виолета Кусева
II	**Тетово** 1. Димитар Цехов 2. Зулфикар Таипи 3. Шапи Шакири 4. Живко Серафимовски	**Ѓорче Петров** 1. Кате Јовановска 2. Добринка Лазаревска 3. Зора Зафчевска 4. Новка Божиновска
III	**Прилеп** 1. Диме Иваноски 2. Мице Димитриески 3. Миха Атанасоски 4. Трајко Насески	**Прилеп** 1. Зорица Абрашеска 2. Цветанка Мишеска 3. Слоботка Војческа 4. Зора Здраеска
IV	**Охрид и Дебрца** 1. Јован Јанакиески 2. Марјан Манев 3. Миодраг Христоски 4. Тодор Србиноски	**Охрид и Дебрца** 1. Слободанка Момироска 2. Стојна Патчева 3. Нада Спироска 4. Добрила Талева
V	**Кавадарци** 1. Благој Јанев 2. Алимпие Лазороски 3. Блаже Јованов 4. Цветко Дуков	**Неготино** 1. Ратка Темелкова 2. Виолета Лазова 3. Атанаса Глигорова 4. Петра Орешкова
VI	**Куманово** 1. Душко Ивановски 2. Влатко Спасовски 3. Александар Ефремовски 4. Милорад Ивановски	**Крива Паланка** 1. Анка Стојановска 2. Верче Богдановска 3. Шана Ѓеоргиевска 4. Рушка Митовска
VII	**Радовиш и Конче** 1. Васко василев 2. Душко Ѓорѓиевски 3. Никола Кацарев 4. Ванчо Димов	**Радовиш и Конче** 1. Роза Малдован 2. Трена Тодорова 3. Левка Милошевиќ 4. Натка Алачка
VIII	**Кочани** 1. Јанко Данилов 2. Ѓорѓи Михајлов 3. Ѓорѓи Тодоров 4. Димитар Заков	**Виница** 1. Аника Пентева 2. Ружа Стоилова 3. Станка Митева 4. Добрина Илиева

ФУДБАЛ - ПЕНАЛИ НА МАЛИ ГОЛЧИЊА

РЕГИОН	МАЖИ	ЖЕНИ
I	**Бутел** 1.Иван Георгиев 2.Љубе Шарковски 3.Борис Тарчулов 4.Здравко Митревски	**Солидарност Аеродром** 1. Милица Димовска 2. Весна Трифуновска 3. Слободанка Цвејевска 4. Славица Даутовска
II	**Ѓорче Петров** 1.Ѓуро Максимовски 2.Ацо Димишковски 3.Борис Ѓуревски 4.Симе Граорковски	**Тетово** 1. Софија Симовска 2. Слободанка Добревска 3. Илида Стефановска 4. Јабланка Веселиновска
III	**Крушево** 1.Никола Атанасовски 2.Благоја Атанасовски 3.Димитар Костовски 4.Христо Петревски	**Прилеп** 1. Ружица Филипоска 2. Христина Димкароска 3. Лилјана Ѓорѓиоска 4. Блага Тошеска
IV	**Охрид** 1.Лазар Јолакоски 2.Борис Ристески 3.Цане Божиноски 4.Слободан Пупуноски	**Струга** 1. Марија Ѓура 2. Виолета Опетческа 3. Божана Шуменкоска 4. Марија Матеска
V	**Демир Капија** 1. Ангел Јованов 2. Душан Петров 3. Лазар Иванов 4. Стојан Петров	**Велес** 1. Стојна Крстиќ 2. Благојка Петреска 3. Нада Алексова 4. Олга Новачевска
VI	**Куманово** 1. Војчо Крстевски 2. Јовица Стојчевски 3. Драган Пановски 4. Бранко Миленковски	**Куманово** 1. Љубинка Денковска 2. Славица ламбаша 3. Миленка Крстевска 4. Олга Глигорова
VII	**Штип** 1. Стојан Икономов 2. Јордан Коцев 3. Киро Деривало 4. Трајан Јанаков	**Радовиш и Конче** 1. Маре Илиева 2. Софија Стевкова 3. Ратка Јованова 4. Верка Андонова
VIII	**Делчево** 1. Кирил Христов 2. Методи Христов 3. Љупчо Стојанов 4. Добри Доневски	**Виница** 1. Роза Николова 2. Павлина Лекова 3. Николина Јанкулова 4. Верица Трајчева

СТРЕЛАЊЕ СО ВОЗДУШНА ПУШКА

РЕГИОН	МАЖИ	ЖЕНИ
I	**Гази Баба** 1. Методија Кондевски 2. Драги Стевковски 3. Ристо Гаштаров 4. Јово Митревски	**Центар** 1. Марија Јанева 2. Ангелина Темелковска 3. Трајанка Стојановска 4. Данче Романова
II	**ОВР** 1. Дине Китанов 2. Драги Левков 3. Живко Петревски 4. Василие Никлевски	**ОВР** 1. Мара Илиќ 2. Славица Денковиќ 3. Мирослава Бошњаковска 4. Вера Стрезовска
III	**Прилеп** 1. Ристо Камчевски 2. Кире Каранфилов 3. Петар Николовски 4. Цветан Талевски	**Прилеп** 1.Трендафилка Грнчаровска 2. Вера Димитриоска 3. Менка Ангелеска 4. Данче Кочоска
IV	**Охрид и Дебрца** 1. Томе Ристески 2. Тони Филипов 3. Фене Костадинов 4. Владо Милошески	**Охрид и Дебрца** 1. Снежана Милошеска 2. Бојкица Димоска 3. Благуна Милошеска 4. Ружа Балеска
V	**Кавадарци** 1. Ристо Гогов 2. Ристо Глигоров 3. Тодор Манев 4. Александар Клинчаров	**Кавадарци** 1. Ефка Јошева 2. Марија Ристова 3. Виолета Андова 4. Анка Тентова
VI	**Куманово** 1. Љубе Димитриевски 2. Мирко Цветковски 3. Ѓоко Крстевски 4. Петар Стојановски	**Куманово** 1. Злата Трајковска 2. Богица Димитриевска 3. Маргарита Станиќ 4. Даница Јовановска
VII	**Штип и Карбинци** 1. Љупшо Гуњов 2. Стојан Камчев 3. Ванчо Денков 4. Никола Белански	**Радовиш** 1. Шекерина Јакимова 2. Павлина Чабукова 3. Роска Костадинова 4. Трајанка Петрова
VIII	**Кочани** 1. Костадин Стојанов 2. Драги Гацев 3. Стојан Андонов 4. Ѓорѓи Јосифов	**Кочани** 1. Виолета Андонова 2. Ѓурѓа Илиева 3. Виолета Павлова 4. Трајанка Глигорова

НАТПРЕВАРУВАЧИ НА XXI РЕПУБЛИЧКИ ПЕНЗИОНЕРСКИ СПОРТСКИ НАТПРЕВАРИ

ШАХ

РЕГИОН	МАЖИ	ЖЕНИ
I	**Центар** 1. Ристо Кизов 2. Ванчо Ѓорѓиевски 3. Ристо Камчевски 4. Боге Јаневски 5. Љумор Хаџиманов	**Центар** 1. Лилјана Савеска 2. Лидија Кизова 3. Љубинка Крстева
II	**Тетово** 1. Јакуп Лика 2. Тоде Зафировски 3. Шпенд Салиу 4. Фадил Халити 5. Стојан Зафировски	**Тетово** 1. Верица Нончева 2. Марица Серафимовска 3. Роса Ѓурчиновска
III	**Битола** 1.Александар Стефановски 2. Томе Секуловски 3. Борче Бојаџиев 4. Јован Јошков 5. Александар Дамјановски	
IV	**Охрид и Дебрца** 1. Ѓорѓе Кука 2. Живко Угриноски 3. Ѓоко Пипоски 4. Јане Ангелоски 5. Панде Пурцоски	**Струга** 1.Шенка Балтоска 2.Љубица Јованоска 3.Надежда Чатороshковска
V	**Велес** 1. Славчо Бошков 2. Ристе Трајанов 3. Саздо Кицевски 4. Васил Секулов 5. Славчо Ѓорчев	**Велес** 1. Галаба Андрееска 2. Софија Димова 3. Оливера Мирковиќ
VI	**Крива Паланка** 1. Јован Јосифовски 2. Богдан Николов 3. Драги Петровски 4. Миле Ампов 5. Данче Стефановски	**Куманово** 1.Вера Зориќ 2.Загорка Трајановска 3.Јанинка Костадиновска
VII	**Штип и Карбинци** 1.Панче Захариев 2.Дончо Јорданов 3.Ристо Рушев 4. Момчило Смолиќ 5. Фердинант Радев	**Штип и Карбинци** 1. Верица Огњанова 2. Милица Бизоева 3. Олга Гугуљанска
VIII	**Кочани** 1. Тодор Милосиев 2. Станчо Аксентиев 3. Фидан Георгиев 4. Стефчо лазаров 5. Драган Ангелов	**Македонска Каменица** 1. Анка Цветановска 2. Светлана Митревска 3. Славка Димитровска

ПИКАДО

РЕГИОН	МАЖИ	ЖЕНИ
I	**Илинден** 1. Драги Симоновски 2. Винко Ангеловски 3. Владо Гелевски 4. Милорад Михајловиќ	**Илинден** 1. Марија Станковиќ 2. Нада Атанасовска 3. Ружица Бошњаковска 4. Стевка Стојановиќ
II	**ОВР** 1. Љупчо Симоновски 2. Душан Климовски 3. Миле Маневски 4. Гога Ангелески	**ОВР** 1. Марица Стефановска 2. Драга Петковска 3.Невенка Синадиновска 4. Јаворка Николовска
III	**Прилеп** 1. Божин Талески 2. Трајко Манески 3. Иван Кузманоски 4. Петре Гелески	**Крушево** 1. Аница Налбанти 2. Марија Димчевска 3. Елена Ташевска 4. Милка Талевска
IV	**Дебар и Центар Жупа** 1. Ирфан Уштеленца 2. Сами Стрикчани 3. Азни Рамадановски 4. Баудин Макелари	**Кичево** 1. Зорица Наумоска 2. Јагода Запазоска 3. Светлана Крстеска 4. Вукица Шурбановска
V	**Валандово** 1. Томе Атанасов 2. Божин Стојчев 3. Вангел Стојчев 4.Мите Ѓошев	**Дојран** 1. Кристина Поп Томова 2. Љуба Шуљева 3. Гордана Граматикова 4. Билјана Апостолова
VI	**Кратово** 1. Станојко Ангеловски 2. Јове Јованов 3. Бранко Максимовски 4. Манчо Ампевски	**Крива Паланка** 1. Катица Борисова 2. Павлина Додевска 3. Ленче Јакимовска 4. Станка Стојановска
VII	**Штип и Карбинци** 1. Димитар Делиџиков 2. Драгослав Серафимов 3. Дане Зафиров 4. Мијалче Спасиков	**Струмица** 1. Голубинка Мицева 2. Ленче Колева 3. Вера Ефтимова 4. Зора Ѓурчиновска
VIII	**Делчево** 1. Цветан Ефтимовски 2. Стојан Богдановски 3. Младен Николовски 4. Амза Ибраимов	**Делчево** 1. Снежана Спасевска 2. Цвета Џабирска 3. Тома Стојковска 4. Верка Гацевска

ТЕГНЕЊЕ ЈАЖЕ

РЕГИОН	МАЖИ	ЖЕНИ
I	**Гази Баба** 1. Циме Анчевски 2. Андон Јовановски 3. Марјанчо Петушевски 4. Благој Димковски 5. Младен Божиновски 6. Ѓуро Стевковски	**Солидарни Илинден** 1. Ротка Петровска 2. Стојанка Богдановска 3. Убавка Ѓоргиеска 4. Лиле Ѓоргиеска 5. Богица Ангеловска 6. Билјана Атанасовска
II	**Тетово** 1. Неделко Ромац 2. Трипун Симоноски 3. Трајче Максимовски 4. Исмаил Усеини 5. Божидар Ѓеоргиевски 6. Абдирезак Рустеми	**Тетово** 1. Цвета Вељановска 2. Марика Јовановска 3. Димка Сиљановска 4. Мира Ставовска 5. Драгица Љубевска 6. Благица Дишеска
III	**Прилеп** 1. Ѓоре Василески 2. Аце Трајкоски 3. Владо Стефановски 4. Бојо Бојоски 5. Зоран Паризоски 6. Ључо Стефаноски	**Прилеп** 1. Снежана Димеска 2. Марија Тодороска 3. Донка Петреска 4. Горица Дамеска 5. Зора Здравеска 6. Милка Ѓореска
IV	**Охрид и Дебрца** 1. Сребре Здравески 2. Благојче Момироски 3. Лазо Јованоски 4. Славе Крстоски 5. Ацо Смилески 6. Благоја Наумоски	**Охрид и Дебрца** 1. Кита Лекоска 2. Цветанка Стојаноска 3. Милена Иљоска 4. Јагода Војноска 5. Маре Конеска 6. Тодорка Митреска
V	**Неготино** 1. Атанас Бакарев 2. Душко Јанев 3. Перо Стојчев 4. Трајко Тошев 5. Трајче Донев 6. Ѓорѓи Јаков	**Кавадарци** 1. Лена Мегленова 2. Ленче Камчева 3. Мара Атанасова 4. Роска Стојменова 5. Донка Минова 6. Лилјана Михова
VI	**Пробиштип** 1. Тимчо Петровски 2. Данче Панов 3. Трифун Ампев 4. Чедо Ефремов 5. Благоја Радев 6. Лозан Дачевски	**Пробиштип** 1. Славица Петровска 2. Станка Василева 3. Добрица Цветковска 4. Јанѓа Тодосова 5. Богица Трајковска 6. Божана Панова
VII	**Радовиш** 1. Крсто Ристов 2. Методи Петковски 3. Атанас Димов 4. Ристо Крстев 5. Перо Илиев 6. Благој Ристов	**Штип и Карбинци** 1. Стојка Шалева 2. Цвета Василева 3. Љубица Манојлова 4. Блага Арсова 5. Тодорка Тунева 6. Бранка Митева
VIII	**Кочани** 1. Благој Манев 2. Анче Митев 3. Трајан Стефанов 4. Трендафил Данилов 5.Димче Нешевски 6. Цанко Минов	**Виница** 1 .Милка Атанасова 2. Васка Андонова 3. Стојна Ѓорѓиева 4. Галина Илиева 5. Мирјана Атанасова 6. Борјанка Јанчева

ФРЛАЊЕ ЃУЛЕ

РЕГИОН	МАЖИ	ЖЕНИ
I	**Солидарност-Аеродром** 1. Златко Кордиовиќ	**Солидарност-Аеродром** 1.Милица Андреевска
II	**Ѓорче Петров** 1. Љубомир Ливрински	**Тетово** 1.Слаѓана Кировска
III	**Прилеп** 1. Зоран Јошевски	**Прилеп** 1.Маријана Пешталеска
IV	**Охрид и Дебрца** 1.Миралем Билаловиќ	**Охрид и Дебрца** 1. Јонка Јоноска
V	**Дојран** 1. Ѓорѓи Механџиски	**Богданци** 1.Мара Карамишева
VI	**Куманово** 1. Блажо Станојков	**Куманово** 1. Мирјана Андоновиќ
VII	**Радовиш и Конче** 1. Живко Милев	**Радовиш и Конче** 1. Дана Ефтимова
VIII	**Македон. Каменица** 1. Димитар Стојановски	**Виница** 1. Нада Димитрова

ТРЧАЊЕ МАЖИ

РЕГИОН	До 60 год	Над 60 години
I	**Центар** 1.Александар Карафиловски	**Кисела Вода** 1. Петре Андоновски
II	**Тетово** 1. Нејази Таири	**Тетово** 1. Славко Трајчевски
III	**Битола** 1. Мојсо Балевски	**Крушево** 1. Драги Пулевски
IV	**Охрид и Дебрца** 1. Ѓорѓи Јанески	**Охрид и Дебрца** 1. Блаже Србиноски
V	**Велес** 1. Зоран Петрески	**Валандово** 1. Блажо Кировски
VI	**Куманово** 1. Моме Цветановски	**Кратово** 1. Благој Цветановски
VII	**Штип и Карбинци** 1. Ристе Нетков	**Ново Село** 1. Димитар Иванов
VIII	**Кочани** 1. Мице Павлов	**Македон. Каменица** 1. Драги Јовановски

ТРЧАЊЕ ЖЕНИ

РЕГИОН	До 60 год	Над 60 години
I	**Гази Баба** 1. Катица Христовска	**Гази Баба** 1.Снежана Стефковска
II	**Тетово** 1. Славица Тимосиеска	**Ѓорче Петров** 1. Радица Симевска
III	**Ресен** 1.Катерина Милошевска	**Крушево** 1. Петра Илиевска
IV	**Охрид и Дебрца** 1. Верица Пулеска	**Охрид и Дебрца** 1. Благица Маркулеска
V	**Кавадарци** 1. Стојанка Наумова	**Велес** 1. Гајта Андова
VI	**Куманово** 1. Јасмина Тодоровска	**Куманово** 1.Славица Миленковска
VII	**Штип и Карбинци** 1. Дафинка Донева	**Штип и Карбинци** 1. Борјканка Трипунова
VIII	**Македонска Каменица** 1. Петрунка Ѓорѓиева	**Кочани** 1. Благица Михова

ДОМИНО

РЕГИОН	МАЖИ	ЖЕНИ
I	**Гази Баба** 1. Војче Смилевски	**Гази Баба** 1. Олга Миленковска
II	**Тетоово** 1. Фејзи Рустеми	**Тафталиџе** 1. Ленка Милева
III	**Крушево** 1. Благоја Гиновски	**Ресен** 1.Слободанка Талевска
IV	**Дебар и Центар Жупа** 1. Акиф Цапа	**Кичево** 1. Блага Вељановска
V	**Велес** 1. Стојан Божилов	**Демир Капија** 1. Анче Кавазова
VI	**Злетово** 1. Никола Манасиев	**Куманово** 1. Стојна Вељковиќ
VII	**Ново Село** 1. Димитар Стаменов	**Ново Село** 1. Јорданка Велкова
VIII	**Македонс. Каменица** 1. Костадин Илиевски	**Берово** 1. Добрина Мирковска

ТАБЛА

РЕГИОН	МАЖИ	ЖЕНИ
I	**Центар** 1. Благоја Велов	**Чаир** 1. Наташа Мишева
II	**Тафталиџе** 1. Кирил Стојанов	**Тетово** 1. Цвета Јовановска
III	**Крушево** 1. Ленид Папаков	**Прилеп** 1. Славица Јованова
IV	**Кичево** 1. Мустафа Ефатоски	**Охрид и Дебрца** 1. Миланка Панделеска
V	**Неготино** 1. Никола Митков	**Демир Капија** 1. Мирјана Чалова
VI	**Кратово** 1. Петре Петров	**Злетово** 1. Трајанка Манасиева
VII	**Радовиш и Конче** 1. Андон Трајанов	**Радовиш и Конче** 1. Божана Димова
VIII	**Кочани** 1. Иван Агов	**Делчево** 1. Даница Михајлова

СКОК ОД МЕСТО

РЕГИОН	МАЖИ	
I	**Чаир** 1. Рашид Идризи	
II	**Тетово** 1. Садула Халили	
III	**Прилеп** 1. Мирослав Кузманоски	
IV	**Охрид и Дебрца** 1. Марјан Николоски	
V	**Кавадарци** 1. Јонче Апостолов	
VI	**Куманово** 1. Перица Дековски	
VII	**Струмица** 1. Драги Велков	
VIII	**Кочани** 1. Ѓорѓи Николов	

Garat e 21-ta regjionale sportive pensioniste

Pjesëmarrje rekorde e garuesve

Garat e 21-ta regjionale sportive të pensionistëve u mbajtën në frymën e dy jubileve të mëdhenj, 70 vite të organizimit pensionist në Republikën e Maqedonisë dhe 25 vjetorin e pavarësisë së shtetit tonë. Garat janë mbajtur në periudhën prej 20 maj deri në fund të qershorit të vitit 2016, në pajtim me qëllimet të vërtetuara me Statut dhe programet për punë të LShPM për përparimin dhe zgjerimin e interesimit të pensionistëve për aktivitete të ndryshme sportive të cilat janë të rëndësishme për mbajtjen normale dhe të pandërprerë si dhe forcimin e situatës së tyre psikofizike, duke siguruar mundësi për plakje aktive të gjithë pensionistëve të cilët merren me sport dhe aktivitete sportive (lëvizje në natyrë, ecje në këmbë, shoqërim argëtues etj.), numër i cili prej viti në vit vazhdimisht po rritet.

Edhe këtë vit, sikurse vite më parë, Këshilli ekzekutiv i LShPM, si dhe Komisioni për sport dhe argëtim, si trup ndihmës i saj i cili është i obliguar që të kujdeset dhe të zhvilloj aktivitetin sportiv, me kohë kanë ndërmarrë të gjitha masat dhe aktivitetet për përgatitjen dhe realizimin me sukses të garave sportive regjionale.

Nikoqir të suksesshëm këtë vit në këto gara ishin: ShP Çair - Shkup, ShP Dibër - Qendra Zhupë, ShP Kavadar, ShP Gjorçe Petrov - Shkup, ShP Kumanovë, ShP Dellçevë dhe ShP Demir Hisar. Në këto gara, në të gjitha 8 regjionet drejtpërdrejtë kanë marrë pjesë 52 shoqata anëtare të LShPM, me numër rekord të garuesve të mbi 2.000 nga të cilët 1.244 në meshkuj dhe 763 në konkurrencën femra. Por, duke pasur parasysh të dhënat se në garat regjionale mund të marrin pjesë maksimalisht 3.276 garues nga të cilët 1.716 në meshkuj dhe 1.560 në konkurrencën femra, vend për rritjen e këtij numri aktivitetesh ka edhe më shumë, sidomos të shoqatave jo mjaft aktive.

Ndryshe, siç shihet nga të dhënat dërguar tek Komisioni, është i vogël numri i shoqatave (vetëm 14) të cilat marrin pjesë në garat me më tepër se 50 garues nga 63 të mundshmit. Është për tu theksuar se në këto gara regjionale në një periudhë më të gjatë kohore prej 2 - 3 muajsh, ju paraprinë përgatitjet në korniza të shoqatës nëpër degët ku organizohen edhe gara seleksionuese për formimin e ekipeve për të marrë pjesë në gara regjionale. Sipas kësaj, vihet deri në të dhëna se në atë periudhë në planin sportiv janë në lëvizje numër i madh pensionistësh gjë që është edhe qëllim programor i LShPM për sigurimin e kushteve për plakjen e shëndetshme aktive të pensionistëve. Edhe pse në ato marrin pjesë garues me vite më të kaluara, ato, në disiplinat e tyre arrijnë rezultate të larta për çka mund t'i xhelozojnë edhe sportistët më të rinj.

Krahasuar me vitin e kaluar, numri i garuesve në garat sportive regjionale është në rritje. Nga 1.607, numri është rritur në 2.010 garues, si rezultat i vënies së dy disiplina të reja sportive. Si pasojë e saj, është rritur edhe numri garuesve në Garat republikane që deri më tani ishte 400, ndërkaq, tani është 504 garues. Të drejt për të marrë pjesë në Garat republikane kanë siguruar 40 shoqata me gjithsej 501 garues nga të cilët 264 në ato meshkuj dhe 237 në konkurrencën femra. Në organizim të LShPM, Olimpiada pensioniste 2016, nën patronazhin e Ministrisë për punë dhe politikë sociale , do të mbahet më 3 shtator 2016, në terrenet sportive tek restoranti "Shampion" në Radovish.

Komisini për sport, kryetari
Zdravko Petkovski

ShP Dibër dhe Qendra Zhupë

Ka nevojë për ndërtim shtëpie për pleq

Para ma se 20 viteve, Qeveria e atëhershme kishte sjellë vendim që shtëpitë e pensionistëve në komunat të kalojnë në pasuri shtetërore edhe pse ato, sikurse ai në Dibër, ishin të ndërtuara me mjete lokale. Shtëpitë janë të pensionistëve dhe si të tilla duhet të mbeten të tilla edhe në nivelin lokal. Sot, në organizatën më masive në Republikën e Maqedonisë LShPM, një ndër problemet e hapura i cili duhet zgjidhur janë punët juridiko pronësore të shtëpive të pensionistëve. Megjithëse problemi është hapur më se dy dekada, ai ende nuk është zgjidhur. Këtë problem e ka edhe Dibra, edhe pse ka dokumentacion të kompletuar për ndërtim të godinës, ka thënë Besnik Pocesta, kryetar i Kuvendit të LShPM, i cili dy dekada ishte në krye të ShP Dibër - Qendra Zhupë.

Kryetari aktual i shoqatës Dibër - Qendër Zhupë, **Xhavit Karpuzi**, ka shtuar se të gjitha investimet të cilat janë realizuar për renovim dhe punë të tjera për mirëmbajtjen e shtëpisë së pensionistëve në Dibër, janë bërë me mjete tona të shoqatës edhe pse pronësia juridikisht nuk është e definuar.

Sikurse gjithkund, po ashtu edhe në Dibër, rritet numri i personave të moshës së tretë të cilët jetojnë të vetmuar. Sipas shoqatës së pensionistëve Dibër - Qendër Zhupë, ai numër është rreth 300. Për këtë arsye kërkohet vendim i shpejtë i këtij problemi. Institucionet dhe familjet kërkojnë ndërtim shtëpie pleqsh në Dibër. Nevoja për një shtëpi të tillë është diskutuar edhe në seancën e pushtetit lokal dhe në shoqatën e pensionistëve.

Kryetari i Kuvendit të LShPM, **Besnik Pocesta**, ka thënë se hapja e shtëpisë për pleq është nevojë e kohës në të cilën jetojmë. Sipas tij, për hapjen e një shtëpie pleqsh, është diskutuar edhe me Ministrin për punë dhe politikë sociale të RM, **Dime Spasov**.

- Për momentin, meqë bisedimet ende vazhdojnë, ka variant që personat pleq dibranë të vendosen në shtëpinë regjionale për pleq i cili do të ndërtohet në Ohër, por dibranët assesi nuk pajtohen me një qëndrim të tillë, sidomos nga se për ndërtimin e një godine të tillë i cili do të jetë për nevoja shtëpi për pleq, ka edhe nisma private nga mërgimtarët tanë nga ShBA, të cilët kërkojnë që të kyçen në investimin e një objekti të tillë. Në situatë kur një pjesë e personave pleq nuk kanë pranë vetes persona nga familja e tyre ose më pak nga farefisi apo miqtë e afërt, ndërtimi i shtëpisë është nevojë e domosdoshme, edhe pse në Dibër është traditë që personat pleq të mos lihen të jetojnë të vetmuar. Tani duket se ka kaluar "koha e turpit", pleqtë të vendosen në Shtëpi për pleq, nga se nuk ka rrugëdalje tjetër, - ka thënë Pocesta.

Me këtë konstatim pajtohen edhe pleqtë edhe të rinjtë e Dibrës dhe rrethinës. Përndryshe, është fakt se në Dibër ka shoqata të cilat i ndihmojnë personat e vetmuar dhe ato me nevojë. Gjithashtu, Kryqi i Kuq, ka numër të konsiderueshëm projektesh që kanë të bëjnë me ndihmën me ndihmën e personave pleq, por ajo nuk është e njëjtë. Situata në të cilën gjenden mbi 300 persona pleq në Dibër dhe rrethinë, kërkon zgjidhje të shpejtë të problemit, - ka thënë sekretari i organizatës komunale të Kryqit të Kuq, **Isni Telkiu**.

Interesimi që t'ju ndihmohet kësaj kategorie njerëzish tek vullnetarët në organizatë është i madh, por njerëzit gjenden edhe në mënyra të ndryshme. Disa nga personat pleq me mbështetje financiare nga fëmijët e tyre të cilët janë jashtë vendit, kanë paguar persona të tretë të cilët ju ndihmojnë në përditshmërinë dhe kujdesen që personat pleq të jenë mirë të përkujdesur. Gjithashtu, ka edhe një dukuri interesante sidomos në vendbanimet në fshatra ku grupe personash pleq, me qëllim që ta kenë më lehtë në shtëpi, ato bashkërisht përgatisin ushqim dhe kanë komunikim të mirë ditorë. Nuk ndjehen të vetmuar dhe më mirë e kanë bashkërisht.

Vjollca Sadiku

Hapet shtëpi e re për përkujdesjen e personave pleq

Prej sot, në vendbanimin e Shkupit Përzhino, fillon me punë shtëpi e re për përkujdesjen e personave pleq. Shtëpia ka kapacitet që të përfshijë në përkujdesje mbi 40 persona pleq dhe me këtë rast do të hap 15 vende të punës. Është kjo e 20-ta e radhës, shtëpi e hapur private, dhe e dyta gjatë këtij muaji.

- Interesimi për hapjen e shtëpive për persona pleq rritet dhe intensifikohet si rezultat i kushteve të mira të cilat i ka dhënë Qeveria. Gjithnjë numër më i madh njerëzish vendosin që të investojnë në këtë veprimtari dhe të hapin shtëpi private për persona pleq. Kjo shtëpi do të sigurojë përkujdesje për 40 persona dhe do të hap 10 deri më 15 vende të punës, ka thënë në hapjen e shtëpisë ministri për punë dhe politikë sociale Dime Spasov, i cili ka shtuar se të mirat që ka dhënë Qeveria kanë nxitur interesim tek shumë investitorë të brendshëm dhe të jashtëm.

Për momentin ka shtatë investitorë të cilat janë në procedurë për hapjen e shtëpive për persona pleq. Pres që masat të cilat i ka dhënë Qeveria, të ndikojnë në ngritjen e interesimit nga se në këtë veprimtari ka hapësirë dhe pres që ai edhe më tej të zhvillohet, ka theksuar Spasov. Me zhvillimin e tyre, ka thënë ai, jo vetëm që sigurohen kapacitete për persona pleq dhe konkurrenca pozitive, hapen edhe vende të reja pune.

Investitori dhe pronar i shtëpisë së re "Dielli" ("Sonce"), Petar Staldelov ka theksuar se këtë projekt e realizojnë shumë shpejtë dhe me sukses duke i falënderuar Qeverisë dhe të përkrahjes së madhe të MTCP. Kryetari i Lidhjes të shoqatave të pensionistëve Dragi Argirovski mendon se me hapjen e shtëpive private për pleq fillon të zgjidhet problemi i përkujdesjes së pensionistëve dhe personave pleq, nga se, siç tha ai, për momentin ka mungesë të shtretërve.

- Duke falënderuar aksionin e Qeverisë dhe MTCP dhe të mirat që japin për investitorët të cilët duan të hapin shtëpi për pleq, ky problem fillon që të zgjidhet, ka thënë Argirovski, i cili ka potencuar se me hapjen e kapaciteteve të reja jo vetëm që zgjidhet problemi i mungesës të kapaciteteve të përkujdesjes, por njëherësh rritet edhe konkurrenca, e cila siç tha ai, kontribuon në zvogëlimin e çmimeve për vendosje dhe përkujdesje të personave pleq.

K.S.A

Letër redaksisë

Shikimi është i çmuar

Që të jetoj njeriu me kualitet, është e nevojshme që t'i funksionojnë të gjitha shqisat dhe organet. Megjithatë, në mesin e të gjithave mund të veçohet shikimi, respektivisht sytë. Jo rastësisht, kur dikush duhet të vërtetoj të vërtetën, sinqeritetin ose pafajin, ekziston edhe thënia "betohem në sytë". Shikimi dhe sytë janë kënduar edhe në shumë këngë popullore, për ata janë treguar shumë tregime dhe legjenda. Shikimi ju duhet të gjithëve pa marrë parasysh vitet, por shikimit dhe syve problematike edhe për shumë organe të tjera ndikon koha dhe mosha, prandaj si populatë më e rrezikuar jemi ne të moshuarit.

Për fatin e të gjithëve, posaçërisht për ne më të moshuarit, në ndihmesë të madhe na janë syzat. Ky zbulim gjenial pa të cilat për shumicën jeta nuk do ishte e mirë dhe me kualitet, por ka raste dhe sëmundje kur janë të nevojshme edhe intervenime të tjera, siç janë ilaçet e ndryshme e madje edhe operacionet. Duke i falënderuar atij dhe pas tij, jepet mundësia për një jetë të re.

Kur mendoj se si dikush me diturinë dhe përvojën e tij, si me shkop magjik para syve të largon mjegullën gri, me gjithë falënderimin e madh ndjen ndaj tij respekt dhe admirim. Një nga këto virtyte - kirurgëve të syve është edhe doktori Ali Tonuzi nga Shqipëria i cili shumëkujt i ka dhuruar "dritën e bardhë", duke i operuar, për të cilën njerëzit kanë shkuar edhe shumë më larg në shtete të tjera për çka kanë bërë edhe shpenzime të mëdha financiare.

D-r Ali Tonuzi ka kryer studimet në lëmin e medicinës në vitin 1991 e më pas ka specializuar në Tiranë. Ka kryer specializimet edhe në Varna - Bullgari, Mallaga - Spanjë dhe në Pragë - Çeki. Ka specializuar në Indi për operimin e retinës. Duke i falënderuar diturisë dhe përvojës së tij, ka marrë pjesë në shumë kongrese ndërkombëtare, ndërkaq, ka shkruara edhe libra. D-r Tonuzi nuk është vetëm kirurg për sy, ai është edhe njeri i madh i cili ju ndihmon njerëzve, sidomos atyre të moshës së tretë. Gjithsesi se ka edhe mjek të tjerë edhe në lëmi të tjera të medicinës, por ai është një ndër ata i cili meriton respekt të veçantë. Dhe në fund të mbaroj me një porosi timen:

"Ruajeni shikimin dhe sytë, për veten tuaj dhe për arsye të afërmve tuaj që të mos u jeni ngarkesë. Ruajeni shikimin me qëllim që të keni jetë me kualitet dhe të bukur".

Nijazi Xhelili,
pensionist nga Gostivari

Shoqata e pensionistëve të komunës Saraj

Dy ekskursione njëditore

Shoqata e pensionistëve të komunës Saraj, në kuadër të aktiviteteve programore, organizoi dhe realizoi dy ekskursione njëditore, një në Prizren dhe Gjakovë të Kosovës, ndërkaq, tjetri në Shën Naum të Maqedonisë dhe në Pogradec të Shqipërisë. I pari u realizua më datë 19.05.2016 në të cilin morën pjesë 175 pensionistë të shoqatës në fjalë, ndërkaq, i dyti më datë 02.06. 2016, në të cilin kanë marrë pjesë 109 pensionistë. Në Prizren dhe në Pogradec, u vizituan monumente kulturore - historike.

Në ekskursionin e dytë në Shën Naum dhe Pogradec, kanë marrë pjesë edhe pensioniste nga Aktivi i grave pranë shoqatës në krye me kryetaren Zulfie Ramadani.

Interesimi i pensionistëve për ekskursione është shumë i madh sa që shoqata e ka vështirë të refuzoj ndonjë. Pensionistët mbetën të kënaqur nga ekskursionet. Mbeten në pritje edhe të ekskursioneve tjera.

B.B.

Çairi, regjion i parë

Në Çair, u garua dhe shoqërua

Në organizim të LShPM, më 21 maj 2016, në Shkollën fillore "Rajko Zhinzifov", janë mbajtur Garat regjionale sportive pensioniste nga regjioni i parë. ShP Çair, ishte nikoqir tejet i suksesshëm, ndërkaq në garat kanë marrë pjesë pensionistë sportistë nga ShP Qendër, ShP Kisella Voda, ShP Solidarnost - Aerodrom, ShP Gazi Babë, ShP Butel, ShP Shuto Orizari, ShP Pensionistët Solidarë nga Ilindeni dhe Shoqata e pensionistëve të Pensionistëve ushtarak. Para numri të madh pensionistësh dhe qytetarësh, dashamirë të sportit, 350 sportistë kanë matur forcat me çka kanë treguar përgatitje të mirë fizike në 11 disiplina sportive , në konkurrencën meshkuj dhe femra.

Në hapjen solemne të garave, fillimisht të pranishmit, në gjuhën maqedonase dhe shqipe, ka përshëndetur nikoqiri i këtyre lojërave njëherësh edhe kryetar i KE i ShP Çair, **Mentor Qoku**, i cili ju ka shprehur mirëseardhje, fer gara, fat sportiv dhe argëtim të mirë. Me fjalë përkatëse në gjuhën maqedonase dhe shqipe, për rëndësinë e këtij manifestimi sportiv, të pranishmëve dhe pensionistëve sportiv u është drejtuar edhe kryetari i kuvendit të LShPM, **Besnik Pocesta**, i cili ndër të tjerat ka thënë:

- LShPM, manifestime të këtij lloji sportiv i organizon, përkrah dhe ndihmon, nga se kanë masivitet, shpirt sportiv dhe karakter multietnik, përmes të cilave edhe shoqërohemi.

Sukses dhe përkrahje garuesve, në gjuhën maqedonase dhe shqipe, u ka dëshiruar edhe kryetari kreu i Këshillit të komunës Çair, **Zahir Bekteshi**, i cili fillimisht ka përcjellë përshëndetjet nga kreu i komunës Çair Izet Mexhiti, e pastaj ka thënë:

- Kemi bashkëpunim të mirë me shoqatën e pensionistëve dhe më tej sikurse deri më tani, në kuadër të mundësive tona, do t'i mbështetim aktivitetet dhe manifestimet e tyre - ka thënë në fjalimin e tij Zahir Bekteshi, me çka edhe i ka shpallur garat të hapura.

Më pastaj kanë filluar garat, në të cilat rezultate më të mira kanë arritur sportistët nga ShP Gazi Babë, me 6 vende të para. Garuesit e ShP Qendër kanë fituar 5 vende të para, ShP Solidarnost - Aerodrom dhe ShP Pensionistët solidarë - Ilinden nga 4, ShP Çair 2, ndërkaq ShP Butel dhe ShP Kisella Voda nga 1 vend të parë.

Ky manifestim sportist që ishte një ndër më mirë të organizuar, ka mbaruar me ndarje diplomash fituesve. Manifestimi ka mbaruar në atmosferë gazmore në të cilën është kënduar dhe vallëzuar në restorantin "Festina".

V. Paçemski

Lidhja e shoqatave pensioniste të Maqedonisë

Ftesë për kartolina të shkruara më mirë

Me rastin e shënimit të "Javës për përkujdesjen e personave pleq prej 11 deri më 17 nëntor 2016", Kryqi i kuq i qytetit të Shkupit dhe Lidhja e shoqatave pensioniste të Maqedonisë e cila shënon 70 vjetorin e organizimit pensionist, Ju ftojnë në "Aksionin për dërgimin TRE kartolinave të shkruara më mirë". Tema për shkrim në kartolinat për pensionistët janë: "Bota do jetë vend më i mirë nëse...", "Edhe unë mund të ndihmojë", "Dashuria mundet gjithçka". Qëllimi i kësaj ftese është që personat më të rritur t'i shkruajnë, fotografojnë ose zbukurojnë kartolinat në temat e caktuara, me këtë rast do t'i tregojnë dhe mbartin idetë, përvojat, ndjenjat këshillat, vargjet dhe porositë pozitive të tyre. Në këtë mënyrë më të rriturit do të japin këshillat personale ose do të ndajnë mendime të bukura personale, me çka do të lënë shenjë dhe do të kontribuojnë për porosi mendime të bukura dhe kreative në shoqëri. Secili pjesëmarrës i interesuar duhet të krijoi tri kartolina dhe t'i dërgoi në këto tri adresa:

- Lidhja e shoqatave pensioniste të Maqedonisë, ul. Koço Racin br. 14, Skopje,
- Kryqi i kuq i qytetit të Shkupit, ul. 11 Oktomvri br. 42a, Skopje,
- Dhe tek një person i afërt i tij.

Të drejtë pjesëmarrje kanë pensionistët nga të gjitha shoqatat e pensionistëve në Maqedoni. Afati i fundit për dërgim të kartolinave është 01.11.2016. Nga kartolinat e pranuara, me komision do të zgjidhen më të mirat (sipas tekstit dhe vizatimeve zbukuruese). Pensionisti që do ta punonte kartolinën më të mirë do të shpërblehet me vikend pa pagesë në Strugë, në hotelin "Solferino". Gjithashtu, edhe për dy vendet tjera do të ketë shpërblime. Shpallja e kartolinave më të mira do të realizohet në ngjarje me rastin e shënimit të Javës për kujdesen e personave pleq. Njëherësh, në ngjarjen do të realizohet ekspozitë e të gjitha kartolinave.

Ftesën e shpallin:
- Lidhja e shoqatave pensioniste të Maqedonisë, dhe
- Kryqi i kuq i qytetit të Shkupit

ЗП Тетово

30 години работа посветена на пензионерскиот живот

Светозар Димовски веќе 30 години се грижи и работи во интерес на членовите на Здружението на пензионери од градот под Шара, во Тетово. Триесет години Димовски како секретар се залага животот на пензионерите во овој град и неговата околина, да биде поквалитетен, посодржаен и поразновиден.

Во ЗП Тетово дошол пред три децении и од тогаш па до денес, неговата секојдневна работа е поврзана со пензионерскиот живот на ова мултиетничко здружение кое брои над 11.500 членови, во кое соживотот е на посакуваното ниво и за пример на помладите генерации. Уште во далечната 1995 година благодарение на неговата ангажираност пензионерите од Тетово први во Македонија, биле осигурани преку тогашната ЗОИЛ Македонија. Како резултат на неговата посветеност на работата во ЗП Тетово, во 2002 година здружението добива донација за опремување на 12 клубови во руралните средини и еден клуб на пензионери во градот Тетово. На изработениот проект, донацијата ја дава УСАИД, преку ИОМ за Македонија. Истата е во висина од 120.000 долари. Проектот е оценет како одлично реализиран за што здружението на пензионери од Тетово единствено од 47 здруженија, во 2003 година добива и признание од Американската Амбасада во Македонија.

Во 2004 година ЗП Тетово добива донација и од ОБСЕ, за проектот „Мултиетничко зближување на пензионерите". На средбата која е реализирана со поддршка на овие средства, присуствуваа над 500 пензионери од сите вери и народности кои живеат во нашата земја.

И не само тоа. Тој со својот труд и ангажираност успеал да ги среди имовинските односи за пензионерскиот дом во Тетово, нешто што не можат да го реализираат повеќе здруженија во Македонија. Светозар Димовски е и неодминлива личност и директен извршен организатор на сите ревии на песни, музика и игри, како и на сите пензионерски спортски натпревари на сите нивои, кои се одржале во Тетово, а на кои ова здружение било домаќин. Заради сето ова Димовски е личност која е омилена меѓу тетовските пензионери, но и пошироко. Со други зборови, Светозар Димовски е човек за пример каков би требало да има во сите средини заради ефикасноста во работата, другарството и постигањата.

К.С. Андонова

ЗП Македонски Брод

Руско-македонски концерт

На 6-ти јули 2016 година, во Домот на култура во Македонски Брод, се одржа руско-македонски концерт. Гости на КУД „7-ми Септември" и на општината, повеќе денови, беа членовите на Фолклорниот ансамбл „Павете" при градскиот дворец на културата на градот Воронеж, Јужна Русија. Всушност, ова беше возвратна посета на гостите од Русија, меѓу кои убав настап имаше и воениот пензионер **Фјодор**

Алексеев со сопругата. Градоначалникот на општина Македонски Брод, **Милосим Војнески**, ги поздрави гостите и присутните во салата меѓу кои имаше и доста пензионери, евоцирајќи убави спомени од минатогодишната посета на Воронеж.

Концертот почна со соло изведба на песната „Ој Јано, Јано" на четвртоодделенката **Мила Пејоска**, придружувана од кавали.

Низ настапот на гостите, на руски јазик, вешто водеше раководителот на ансамблот **Александра Самотјагина**, доцент на Катедрата по етномузикологија при Воронежскиот институт за уметност. Во репертоарот на гостите беа застапени песни од различни жанрови, чувајќи ги на тој начин регионалните музичко-дијалектни особености од Јужна Русија, како што е повеќегласното пеење со карактеристична импровизација при водењето на гласовите. Членовите на КУД „7-ми Септември" настапија со обичаите „Каленчица", „Истерување на чума", Поречки игри, Водарки, Лазаренки и друго, а оркестарот од гајди, кавали и тапан, три пати настапи со дел од нивниот репертоар. Пензионерот **Миливој Миладиноски** кој сам се придружуваше на гајда, како солист ја испеа песната „Ај што се бели, море горе Шар планина". Публика од различни генерации сите исполнители ги награди со бурни аплаузи.

Д-р М. Тренкоски

ЗП Штип и Карбинци

Награди за најуспешните членови

Врелите летни денови, не ги поколебаа пензионерите да ги извршуваат своите активности и да постигнуваат резултати. На 05.08.2016 година во просториите на ЗП Штип и Карбинци, претседателот Михаил Василев, на пригоден начин им врачи награди на најуспешните на Регионалните спортски натпревари и вештите жени сукарии, кои беа во Еленец и учествуваа во манифестацијата „Бабин зелник". Јордан Трајков, одговорен на клубот во руралната средина во Карбинци, изјави дека вештите жени од ова здружение го освоија првото место, а зелникот,

погачата и бакардanot со месо го дегустираа присутните пензионери и ја потврдија заслужената победа.

Парична награда од 3000 денари добија, натпреварувачите во поединечна конкуренција, и тоа: во дисциплината трчање Рист Нетков во машка конкуренција, а во женска конкуренција Дафинка Данева и Борјана Трифунова. Награда од 1000 денари за секој член, добија групните спортови, кои освоија прво место и тоа во дисциплините: шах мажи и жени, влечење јаже жени, пикадо мажи, шутирање пенали и стрелање.

– Овие награди треба да бидат поттстрек за залагање и постигнување нови успеси во наредниот период, изјави претседателот Василев.

Ц. Спасикова

ЗП Струга

Прием за најуспешните

Претседателот на ИО Милорад Трпоски и секретарот на ЗП Струга Изеир Мустафаи, во клубот на пензионерите организираа прием за учесниците на спортските натпревари и на 6-тата Републичка ревија на песни, музика и игри 2016.

– Одлука на ИО беше најдобрите учесници да бидат парично наградени, меѓутоа, истите, забагодарувајќи се, средствата ги отстапија на Здружението за други приоритетни и хумани акции, – рече секретарот **Изеир Мустафаи**.

– Овогодишните подготовки вродија плод. Во средбите влеговме добро подготвени и на Регионалните спортски пензионерски игри, го заседовме 2-то место во екипен пласман, а први места освоивме во шах за мажи и за жени, – истакна председателот на Комисијата за спорт **Иван Хаџиев**.

– Во подготовките за настап на спортски и културен план, не жалевме време и средства, така што раководството на Здружението обезбеди целокупна опрема и реквизити за подобро увежбување и претставување на нашето здружение. Посебен успех е нашиот настап на Републичката ревија, за што посебно сме му благодарни на пензионираниот наставник по музичко Арѓил Мукоски – Рашо од Вевчани, – рече претседателот Милорад Трпоски.

С. Кукунешоски

Информација за дозначените и исплатените средства за Солидарен фонд за починатите корисници на пензија во период јануари - мај 2016 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 средства потребни за исплата на посмртна помош за членовите на неговото семејство и за членарина за членување во Здружение на пензионери.

Врз основа на донесената Одлука бр. 02–02/847 од Одборот на регистрираната организација на Сојузите на пензионерите на Македонија, висината на задршката за Солидарен фонд изнесува 120 денари, а висината на членувањето во здружението изнесува 30 денари, или вкупно задршки во износ од 150 денари. Висината на посмртна помош е во износ од 30.000 денари, согласно Одлуката на Одборот.

Средствата за Солидарен фонд – посмртна помош, Фондот ги уплатува на посебна подсметка во рамките на Трезорската сметка со назнака „Средства за солидарен фонд – посмртна помош на корисниците на пензија“ број 660046003866031.

Во период јануари – мај 2016 година, пресметани и задржани се средства за Солидарен фонд – посмртна помош во вкупен износ од 172.275.960,00 денари од просечно 284.723 корисници на пензија на кои се врши задршка и истите се дозначени на посебната сметка за оваа намена по месеци.

Табела 1. Број на корисници на пензија и пресметани средства за Солидарен фонд за период јануари – мај 2016 година

Во месец	Корисници на пензија кои плаќаат средства за солидарен фонд и членарина	Средства за солидарен фонд (денари)
Јануари	284.231	34.367.640
Февруари	283.737	34.326.840
Март	284.792	34.534.440
Април	285.139	34.451.880
Мај	285.716	34.595.160
ВКУПНО:	Просек : 284.723	172.275.960

Задршките на средства 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 мајските пензии ќе бидат во функција за исплата на солидарен фонд за починатите корисници во месец јуни 2016 година.

Со пораст на бројот на корисниците на пензија во период јануари – мај 2016 година се зголемува бројот на корисниците кои плаќаат средства за солидарен фонд и членарина.

Средствата за исплата на Солидарен фонд – посмртна помош и бројот на починатите корисници на пензија за периодот јануари – мај 2015/2016 година е прикажано во следната табела:

Табела 2: Број на корисници и исплатени средства за солидарен фонд – посмртна помош за период јануари – мај 2015/2016 година.

Р.бр	Месеци	Починати 2015 година	Исплатени средства 2015 година	Починати 2016 година	Исплатени средства 2016 година	Разлика
0	1	2	3	4	5	(5–3)
1	јануари	1.229	36.870.000	1.146	34.380.000	–2.490.000
2	февруари	1.120	33.600.000	1.144	34.320.000	720.000
3	март	1.122	33.660.000	1.151	34.530.000	870.000
4	април	1.123	33.690.000	1.149	34.470.000	780.000
5	мај	1.134	34.020.000	1.153	34.590.000	570.000
	Вкупно:	5.728	171.840.000	5.743	172.290.000	450.000

Во периодот јануари – мај 2016 година, во Фондот се исплатени средства за посмртна помош во износ од 172.290.000,00 денари за 5.743 починати корисници на пензија. Во споредба со истиот период во 2015 година кога се исплатени 171.840.000,00 денари за 5.728 починати корисници, во 2016 година тој број е зголемен за 15 починати корисници и се исплатени повеќе средства во износ од 450.000,00 денари.

Според погореизнесените податоци во Информацијата, се констатира дека во периодот јануари – мај 2016 година по основ на задршки на средства за Солидарен фонд се акумулирани средства во износ од 172.275.960,00 денари, кои заедно со пренесените средства за 2015 година во износ од 29.744,00 денари и 1.050,00 денари уплати од физички лица, во 2016 година изнесуваат вкупно 172.306.754,00 денари. Во истиот период се исплатени средства за посмртна помош за корисниците на пензија во износ од 172.290.000,00 денари.

Салдото на сметката на 31.05.2016 година изнесуваа 16.724,00 денари.

Фондот на пензиското и инвалидското осигурување на Македонија редовно ја сервисира исплатата на посмртната помош за починатите корисници на пензија, по исплата на пензиите и пренесување на средствата од задршката на корисниците на пензија на жиро сметката на Фондот – средства за исплата на Солидарен фонд во Трезорот на Министерството на финансии.

Според бројот на починатите корисници на пензија во период јануари – мај 2016 година, произлегува дека месечниот просек на исплатени починати корисници изнесува 1148 корисници, односно просечно месечениот исплатен износ изнесува 34.440.000,00 денари.

Месечниот износ на средствата од задршките на корисниците на пензија на Солидарен фонд во просек изнесува околу 34.455.192,00 денари. Од овој соодност произлегува дека средствата кои се издвојуваат се доволни да ја покријат тековната исплата на посмртната помош за починатите корисници на пензија, односно надоместокот за исплата на солидарен фонд кој изнесува 30.000,00 денари.

Во месец мај 2016 година поради недостаток на средства е направена само една исплата на посмртна помош и со истата беше исцрпена целата месечна задршка за солидарен фонд, со што до крајот на месец мај останаа неисплатени 700 поднесени барања за исплата.

И покрај зголемениот износ на дозначените средства за солидарен фонд, во последните месеци како резултат на акциониот план од страна на Фондот на пензиското и инвалидското осигурување на Македонија, се констатира дека Фондот во периодот јануари – мај 2016 година обезбедува средства само за 1.148 починати корисници на пензија во месецот, а за исплата остануваат 700 кои ќе ја чекаат задршката од наредниот месец.

Ваквата состојба претставува пролонгирање, односно задоцнување во исплатата на поднесените барања за починатите корисници, за што е потребно Одборот на Регистрираната организација на Сојузите да преземе соодветни активности согласно законските регулативи.

ЗП Македонски Брод

Импресивни доживувања

Стодванаесет пензионери и пензионерки, од повеќе ограноци при ЗП Македонски Брод, на 28–ми мај 2016 година тргнаа на еднодневна екскурзија во Западна Македонија, со два автобуса на „Пелагонија транс“ од Прилеп.

Денот сончев, во добро расположение, по кратката пауза на превојот Стража продолжија за Маврово, покрај Мавровското Езеро, низ кањонот на реката Радика, стигнаа до манастирот Свети Јован Бигорски. Сите, и понемошните, полека, пеш, по угорнината, срееќавајќи се со порано пристигнатите посетители – пензионери од Кичево, кои се враќаа, дојдоа и љубопитно го разгледаа возобновениот манастирски комплекс. Речиси еден час останаа во манастирот и се восхитувава на убавините во околината.

Релаксирани од манастирскиот мир и глетката, го продолжија патот љубопитно разгледувајќи десно и лево, покрај Дебарско Езеро, Црн Дрим, Глобочица, а околу пладне, за мнозина прв пат, стигнаа во од сонце облеаното Вевчани. Од центарот на населбата, пеш се упатија надолу, импресионирани од бучните и бистри, пенливи води, до ресторанот „Виа Игнациа“ каде што во релаксирачки амбиент малку се одморија. А потоа тргнаа кон Вевчанските Извори, Етно куќата, црквата Свети Никола, антикварницата, сувенирницата, фонтаната, амфитеатарот, продавниците... Пак импресивна глетка кон Струга и Охридското Езеро и величенствените врвовите на Јабланица.

Струга беше последната дестинација, од каде по полчасовна прошетка крај езерото, со импресивни доживувања се вратија дома задоволни од екскурзијата што долго ќе ја паметат.

Милчо Тренкоски

Информација за членарина за членување во здруженија на пензионери заклучно со мај 2016

Согласно член 115 од Законот за пензиското и инвалидското осигурување, Фондот на пензиското и инвалидското осигурување на Македонија на корисникот на пензија, со негова согласност, му запира дел од пензијата за обезбедување на средства потребни за исплата на посмртна помош за членовите на неговото семејство и за членување во здруженија на пензионери (членарина).

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

Во 2016 година, за членување во здруженијата на пензионерите заклучно со мај истата година, се дозначени средства во вкупен износ од 43.088.100,00 милиони денари.

Табела 1: број на корисници кои плаќат членарина и пресметани средства за периодот јануар – мај 2016 година

Р. бр	Месец	Број на корисници на пензија	Членарина	Средства
1	Јануари	283.361	30	8.570.430
2	Февруари	284.416	30	8.622.330
3	Март	284.762	30	8.601.660
4	Април	285.333	30	8.637.540
5	Мај	285.972	30	8.656.140
	Вкупно:			43.088.100

Од вкупниот број на пензионери заклучно со месец мај 2016 година кој изнесува 300.207 (работничко осигурување, воени и земјоделски), на 285.972 корисници на пензија им се врши задршка за членарина во износ од 8.656.140,00 денари, и истите се дозначени на сметката на Регистрираната организација на сојузите 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	2279	6	128	2413
Број на корисници на инвалидска пензија	2114	10	0	2124
Број на корисници на семејна пензија	4534	14	279	4827
Вкупно	8927	30	407	9364

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

Според оваа табела, од вкупно 9.364 корисници на пензија на кои не им се задржува членарина, 8.927 се корисници на пензија по основ на работничко осигурување.

По основ на воено осигурување, не се врши задршка за членарина на 30 корисници на пензија, а по основ на земјоделско осигурување задршка не се врши на 407 корисници на пензија.

Од вкупниот број на корисници на пензија на кои не им се задржува членарина заклучно со мај 2016 година, 3.337 корисници се деца на школување до 26 годишна возраст.

Во 2016 година вкупниот број на корисници на пензија на кои не им се задржува членарина за четирите Сојузи на пензионери на Македонија е 5.590 корисници (2.282 старосни, 1037 семејни и 2.271 инвалидски).

Тој број е најголем во Скопје, потоа следи Битола, Прилеп и Тетово.

ФПИОМ

Интервју со Ариф Бекир, претседател на ИО на ЗП Шуто Оризари – Скопје

Реализирани сите активности

● **Почитуван претседателе, од самото формирање на ЗП Шуто Оризари, Вие сте на чело на здружението. Кажете ни нешто за активностите и како функционираше вашето здружение од формирањето до денес**?

– На почетокот на 2008 година, по иницијатива на повеќе пензионери од општина Шуто Оризари, се поведе постапка за одвојување од ЗП Чаир, каде бевме како разгранок. Се одржаа неколку состаноци, избори и конститутивна седница. На почетокот, немавме никакви активности ни буџет. Одвојувањето се изврши на најтранспарентен начин и по поднесувањето на барање, здружението беше примено како полноправен член на СЗПМ и Сојузот на здруженија на пензионерите на град Скопје. Во овој период, нашето здружение успешно ги реализираше сите планирани активности, што произлегоа од донесените одлуки на Собранието, Извршниот одбор и комисиите. Можам да речам дека планираното дури го имаме и натфрлено. Имаме одржано повеќе седници, што резултира со навремено реализирање на сите зацртани активности од почетокот, па до денес.

● **Имате реализирано голем број активности и постигнато добри резултати и покрај тоа што вашето здружение не спаѓа меѓу побројните со членство. Како успевате во тоа?**

– Со самото формирање на здружението, цели две години немавме простории, а активностите ги одржувавме каде што ќе стигневме. По наша иницијатива, од општината и залагањето на градоначалникот, ни беа доделени простории од 130 м2, сала, како клуб и работна просторија, каде сме сега сместени. Почнавме со многу мал број на членови, за да денес овој број изнесува 1300. Со добивањето на просториите, почнавме со многу по сериозен настап кон активностите за да понатака, на сите наши настапи постигнуваме забележителни резултати. Работата и ентузијазмот ни се главните сојузници!

● **Денес, кои ви се приоритетни задачи на кои посебно обрнувате внимание?**

– Во нашето здружение, зацртаните програмски задачи секогаш се на прво место на ИО. Во изминатите години, па до денес, програмските задачи навремено се извршувани, благодарение на сериозниот пристап на членовите кон обврските и ангажирањето на телата, комисиите и активот на пензионерки. Посебно сме фокусирани на подобрување на пензионерскиот стандард и на културно–забавните и хуманитарни активности.

● **Претседателе Бекир, каква е вашата соработка со локалната самоуправа и какво е вашето согледување за имплементација на склучената спогодба за соработка од која произлегуваат повеќе обврски за двете страни?**

– Соработката е на посакуваното ниво. Општина Шуто Оризари, од почетокот секогаш ни помагаа во границите на можностите, но во последните неколку години, таа соработка не функционира баш најдобро. Имаме многу активности, кои ние самите неможеме да ги финансираме. Нашите пензионери на сите манифестации настапуват со голема волја. И ние, како и другите здруженија сакаме да бидеме домаќини на регионални спортски или музички манифестации, но не сме во можност, токму од финансиска гледна точка.

● **Во вашто здружение има формирано и Актив на пензионерки. Како функционира овој Актив?**

– По иницијатива на неколку активистки во 2012 година формиравме Актив на пензионерки. Секогаш настојуваме да ги активираме нашите пензионерки, но многу тешко ни оди за нивно поголемо активирање, бидејќи тие имаат друго размислување. Повеќето од нив се со патријархално воспитување, но имаме неколку многу активни пензионерки, но тие се малку.

● **Оваа година СЗПМ одбележува 70 години од пензионерското организирање во Македонија. Со какви активности ќе се вклучите во одбележувањето на овој голем јубилеј?**

– Активно ќе се вклучиме во програмата на СЗПМ за одбележување на овој јубилеј и секоја наша активност ќе биде во знакот на 70 години од пензионерското организирање во нашата држава.

Васил Пачемски

Тајните на сончогледот

Семките од сончоглед се дојдени, во Европа од Америка во 16 век, кога покрај зејтинот станале неопходна состојка во кујната. Меѓутоа, се покажале и како многу корисни за здравјето.

Како одличен извор на витамин Е семките играат многу важна улога во превенцијата од кардиоваскуларни болести. Така може да се добијат повеќе од деведесет проценти од дневната вредност на витаминот Е во само една четвртина чаша семки од сончоглед.

Витаминот Е остварува значајни антивоспалителни ефекти, што резултира во намалување на симптомите на астма, артритис и општите услови кои создаваат слободни радикали. Исто така се покажало дека го намалува ризикот од рак на дебелото црево, рак на мочниот меур и простата, а исхраната која содржи витамин Е остварува значајни ефекти и за кожата.

Семките од сончоглед претставуваат одличен извор на селен и со самото тоа овозможуваат превенција од рак. Студиите покажуваат силна поврзаност меѓу ракот и ограничениот внес на селен во исхраната, а од друга страна селенот ја стимулира поправката на ДНК и синтезата во оштетените клетки и го спречува ширењето на клетките заболени од рак.

Сончогледовото семе е богато и со магнезиум, познат по тоа што ги смирува нервите, и сончогледовите семки ќе делуваат смирувачки кога сме напнати. Дополнително претставува извор и на триптофан, аминокиселина која помага да се произведува серотонин, невротрансмитер кој ја олеснува напнатоста и смирува.

Семките од сончоглед содржат бакар, кој е од суштинско значење во создавањето колаген и еластин.

Една студија, објавена во 2005 година во списанието на Американската асоцијација за дијанетика, покажува дека консумирањето сончогледово масло може да го намали нивото на лошиот (ЛДЛ) холестерол и на тој начин да го заштити срцето. Сончогледот поради присуството на витаминот Е и керамидот претставува важна состојка во природната козметика. Вредно е да се спомене и рецептот на украинскиот доктор Карачи, според кој жабуркањето сончогледово масло во устата може да одигра значајна улога во чистење на организмот. Затоа, свртете се кон Сонцето и користете ги предностите на сончогледот.

Б. Ангеловска

Како да го ослободите домот од негативна енергија?

Домот не е само место наменето за секојдневни работи како одморање, готвење, гледање ТВ, туку тоа е и место на кое го креирате својот живот, навиките и мислите... Она што е многу важно е во домот да се чувствувате удобно и топло, секогаш да владее позитивна енергија, а за тоа треба да следите неколку правила и ритуали што ќе ви помогнат да ја одржиме хармонијата.

● **Средете го интериерот** – Првиот чекор во чистењето на домот е исфрлувањето на непотребните работи и средувањето на нередот, додека вториот чекор се однесува на енергетското чистење со што се собираат сите остатоци од негативната енергија, емоциите, настаните, лошите мисли и стресот. Имајте на ум дека она што се случува во просторот во кој живеете на некој начин се „впива" во ѕидовите, мебелот, предметите... Понекогаш, едноставно можете да ја почувствувате негативната енергија во својот простор. Ако се чувствувате исцрпено или тешко наоѓате некои од потребните работи дома, тоа се некои од знаците што ви кажуваат дека е време за чистење на домот од негативна енергија.

● **Пуштете музика** - Еден од начините да го ослободите домот од негативна енергија е гласно да пуштите музика. Според традиционалните кинески верувања, врева може да „избрка" одредени негативни енергии. Позитивната духовна музика со својот ритам и силните пораки влијае на тој начин што негативната енергија се намалува и на крајот целосно ја снемува. Таквата музика е добра не само за вашиот простор, туку и за душата бидејќи буди позитивни мисли и емоции.

● **Исчистете ја терасата и градината** - Следниот чекор во ослободувањето од негативната енергија во домот е грижата за градината или терасата. Украсете ги со цвеќиња во различни бои и направете мал рај во кој ќе уживате со чаша вино, разговор со пријателите или вечера. Одберете различни видови билки што секогаш се олицетворение на богатство и благосостојба, а избегнете ги кактусите како и сувото цвеќе бидејќи симболизираат мртва енергија. Бамбусот е одлична билка која привлекува богатство и среќа во домот.

● **Посветете се на себеси** - Иако многумина имаат навика кога ќе стигнат дома, да се пресоблечат во пижами и да седнат пред телевизор, обидете се да ја избегнете ваквата рутина. Освен што делува негативно на вашиот организам, ќе остави негативни последици и на вашето ментално здравје. По некое време ќе чувствувате како да не припаѓате во тој простор, ќе бидете постојано уморни и во депресија. Хранете се здраво, запалете свеќи, во целост прилагодете го домот на вашиот карактер и желбата за позитивен живот.

Б. Арсов

Старечки флеки: Отстранување и превенција

Сите сакаме да сме млади со здрави, силни, свежи и со мазна кожа, но за жал времето ги остава своите траги врз нас. Старечките дамки се едни од првите знаци дека старееме. Но, можно ли е да се избориме со нив?

Што претставуваат и како изгледаат старечките дамки?

Староста обично оди рака под рака со голем број здравствени проблеми, но и некои козметички, меѓу кои се и старечките дамки. Тие се појавуваат обично по 40–годишната возраст, најчесто на лицето и рацете, поретко на вратот, рамената и други места по кожата.

Старечките дамки се вид на кожна пигментација. Се појавуваат како резултат на задржување на токсини. Старечките дамки претставуваат прекумерна акумулација на меланин во клетките на кожата. Обично се само во една боја (без нијанси) – сивкасти, кафеави или светло беж. Имаат правилни и јасни црти, а на допир се обични, без да се менува релјефот на кожата. Не ги мешајте старечките дамки со меланом (рак на кожата). Кај нив дамките се со нијанси а и со нејасни контури.

Отстранување и превенција

Отстранување на флеките е тешко, но не и невозможно. Има креми за избелување кои можат да ги осветлат дамките, како и процедури со интензивни светлосни импулси, со цел да го збунат натрупувањето на меланин. Мезотерапија, хемискиот пилинг и криотерапија се исто така опции за отстранување на флеките. А за најпознатите ефикасни методи во борбата со нив се смета козметичката хирургија. Но, за да не прибегнува кон неа, подобро презмете превентивни мерки против појава на флеки. Намалете ја изложеноста на сончева светлина. Прекумерното изложување на сонце во младоста може да има негативно влијание на кожата во постарите години. Сонцето е најголемиот виновник за забрзаната појава на нови и нови флеки по кожата. Затоа е важно да користите заштитен фактор не само на плажа под чадорот, туку и низ сите сончеви денови на годината (особено при сончево и снежно време во планината, каде што сонцето е особено силно).

Хидратирајте ја кожата секојдневно, а исто така користете и маски за лице, за нега на кожата. Пијте многу вода, земајте повеќе антиоксиданси (особено бета–каротен, кој помага против ефектите врз кожата од сончевите зраци) и витамин Ц.

Б. Ангеловска

Што се електролити и како тие влијаат на здравјето

Електролити се супстанции или соли кои растворени во течност имаат големо влијание на здравјето, бидејќи со нив се регулира рамнотежата на течностите, pH факторот на крвта (киселост), функцијата на мускулите и нервите, хормоналната рамнотежа, ензимските реакции, искористувањето на гликозата, коскената маса, функцијата на дигестивниот тракт, крвниот притисок и регенерацијата на ткивата. Такви супстанции се: натриум, калиум, калциум, магнезиум и бикарбонат. Во организмот ги внесуваме со консумирање храна и пијалаци богати со електролити, а нивното ниво го регулираат хормоните на надбубрежната жлезда и бубрезите. Количината на електролитите во телото се проверува преку тестови на крвта и урината, како и мерење на бубрежната функција. Секој од електролитите има специфична функција во организмот.

Натриум - Тој е одговорен за контрола на течностите во телото. Важен е и за одржување на функциите на мускулите и нервите, како и за апсорпција на глукозата, аминокиселините и одредени витамини. Се наоѓа во готварската сол, овошјето, зеленчукот и интегралните житарици.

Калиум - За разлика од натриумот, кој се наоѓа надвор од клетката, калиумот е главен катјон во клетката. Неопходен е за срцеви, мускулни и бубрежни функции. Помага за детоксикација и регулирање на pH на крвта и урината. Го регулира крвниот притисок, ја олеснува вкочанетоста на зглобовите и главоболката и учествува во разградување и искористување на јаглеродните хидрати. Го има во авокадото, бананите, портокалите, кајсиите, гравот, доматите, блитвата и цвеклото и друго.

Магнезиум - Тој води грижи за рамнотежата на телесните течности, како и за функционалност на мускулите и нервите. Го јакне имунитетот, го чува срцето, го регулира шеќерот во крвта, го одржува здравјето на коските и забите, спречува создавање камења во бубрезите, го чува здравјето на панкреасот, помага за регенерација на црниот дроб, го потпомага дигестивниот тракт, ја олеснува главоболката. Познати извори на магнезиум се интегралните житарки, ореви, зелен листен зеленчук, мешункасти плодови, кафе, чај, какао, суво грозје, банани, моркови и магдонос.

Калциум - Тој е најважен и најзастапен минерал во човечкото тело. Одговорен е за здравјето на коските и забите и за спречување на остеопороза. Помага во зачувување на срцето, нервите и мускулите, неопходен е за нормално згрутчување на крвта и за спроведување на импулсите во нервниот систем, ги олеснува болките во мускулите и зглобовите и помага во превенцијата на алергии, депресија идруго. Го има во млекото и млечните производи, морските алги, јаткастите плодови (бадеми, лешници), портокали, банани, суви смокви, кељ, брокула, грав, грашок, спанаќ, зелка, магдонос, леќа, цвекло.

Бикарбонат - Негова улога е одржување на pH рамнотежата, чии негативни промени може да доведат до несакани здравствени проблеми. Важен е и за регулирање на варењето на храната, помага во ублажување на умор, мамурлак и во забавување на процесот на стареење.

Недостаток на некои електролити:

***Хипокалемија** е недостаток на калиум предизвикан од недоволно внесување, зголемена загуба на течности (повраќање, дијареа), или болести на бубрезите. Симптоми: слабост, замор, болки во мускулите, грчеви во стомакот, забавени функции во организмот, нарушување на варењето на храната, бавно отчукување на срцето и покачен крвен притисок.

***Хипонатремија** е ниска концентрација на натриум во телото, а најчесто е резултат на задржување на течности во организмот. Симптоми: замор, главоболка, гадење, повраќање, слабост, мускулни грчеви, немир, намален апетит, дезориентација, нарушување на вниманието, дишењето и одењето.

***Хипокалцемија** е недостаток на калциум. Симптоми: мускулна слабост и грчеви, трнење во прстите, ослабен апетит, конвулзии, летаргија, неправилно отчукување на срцето, респираторни проблеми.

Во случај на поголемо губење на електролитите важно е да се надокнади нивниот недостаток. Денес популарен начин на хидратација и надоместување на електролитите е консумирање на разни изотонични пијалаци. Поради нивното дејствување редовно ги користат спортисти, физички работници и лица со посебни диететски потреби, но, не доволно се говори за нивната негативна страна. Тие најчесто се преполни со шеќери, вештачки бои и разни други штетни состојки. Квалитетно решение за надоместување и одржување на електролитите, враќање на енергијата и јакнење на организмот се производи од сопствената кујна. Брза прва помош може да биде во форма на чаша вода во која се додава половина лажичка јодирана сол.

Вишок на некои електролити

***Хиперкалемија** е зголемено ниво на калиум и се јавува поради прекумерно внесување на овој минерал, особено во случај на намалена работа на бубрезите, земање одредени лекови (диуретици, лекови за крвен притисок). Симптомите вклучуваат замор, трнење и слабост.

***Хипернатремија** е зголемено ниво на натриум, а се јавува како последица од недоволно внесување вода во организмот, зголемено излачување течности, внесување на хипертонични течности, како и некои болести како Cushingov синдом. Симптомите: општа слабост, безволност и појава на едеми.

***Хиперкалцемија** е покачена ниво на калциум во организмот. До ова нарушување може да дојде поради прекумерно внесување калциум, како резултат на зголемена активност на паратироидната жлезда, а неретко се јавува и како придружна појава на некои болести. Симптоми: летаргија, губење апетит, гадење, повраќање, дијареа, абдоминална болка, дигестивни нарушувања, главоболка, поспаност, често мокрење, низок крвен притисок и неправилни срцеви отчукувања.

М. Дамјаноска

Лековитите својства на дињата

Дињата изобилува со антиоксидансите кои овозможуваат заштита од низа болести – од обична настинка па се до рак. Со оглед на тоа дека 90–95% од нејзиниот состав е вода, дињата е идеално овошје за хидратација во текот на врелите летни денови. Семките кои исто така се јадат, содржат протеини, влакна и омега–3 масни киселини.

Благодати од дињата:

Го штити здравјето на очите - Дињата содржи нутриенти битни за здравјето на очите – бетакаротин (од кој се ослободува витамин А), витамин С, лутеин и зеаксентин. **Зеаксентинот е** битна состојка која ја апсорбира ретината на окото и е одлична УВ–заштита. Неколку студии покажале дека **каротиноидите во дињата** го забавуваат деструктивниот процес во ретината кој води до макуларни дегенерации (болест на средишниот дел на мрежницата која обично се јавува кај постари лица). Со оглед на тоа дека многубројни студии докажаа како сериозен недостаток на витамините А и С може да доведат до **глауком и макуларни дегенерации**, па дури и до слепило, дињата е одличен избор за спречување или забавување на развојот на овие нарушувања.

Го намалува ризикот од астма - Ризиците од развивање астма се помали кај луѓето кои многу малку консумираат производи со нутриенти. Еден од нив е и бетакаротинот, пронајден во жолтото и портокалово овошје како дињите, тиквите, морковот и зелениот лисест зеленчук како спанаќ и кељ. Витаминот С исто така е важен нутриент кој штити од астма, помага против губењето кислород и го намалува ризикот од алергиски реакции, а дињата го содржи во големи количини.

Го регулира крвниот притисок - Дињата содржи растителни влакна, калиум, витамин С и колин кои го поддржуваат здравјето на срцето. Консумирањето храна богата со калиум помага во регулирање на нивото на натриум што е битно кај третманот на високиот притисок. Калиумот му помага на организмот во ослободување на вишокот натриум и така го намалува зголемениот крвен притисок. Калиумот е потребен за регулирање на рамнотежата на вода, кисело–базната рамнотежа и невромускуларната функција, а исто така игра важна улога во преносот на електричните импулси до срцето. Внесувањето на калиумот е поврзан и со намалување на ризикот од дамла и губењето на мускулната маса. Овој минерал ја чува густината на коските и спречува настанување на каменчиња во бубрезите.

Штити од рак - Дињата е богат извор на антиоксиданси кои играат заштитна улога во зачувување на здравите клетки на телото од оштетување и воспаленија кои можат да доведат до рак. Многу студии дошле до заклучок дека дињата може да биде корисна во превенција од рак на цревата, простатата, дојките, ендометријата, белите дробови и ракот на панкреасот. Спојевите од дињата повеќе пати се покажале како дејствуваат антиканцерогено во текот на истражувањето. Нивното дејствување варирало од намалување на ширењето на ракот и самоуништување на клетките до целосно спречување на циклусот кај клетките на ракот.

Го регулира варењето - Дињата спаѓа во лесно сварлива храна и се препорачува да се јаде на празен желудник пред каков било оброк. Добра е за оние со осетлив желудник бидејќи содржи ензими и не ја троши енергијата на организмот за варење на храната. Дињата помага за исфрлување на токсините од цревата.

Дејствува противвоспалително - Колинот е важна состојка во дињата која помага кон подобар сон, учење и подобрување на меморијата. Исто така, битен е и за одржување на трансмисијата на нервните импулси, искористувањето на мастите и намалување на хроничните воспаленија. Редовното консумирање диња помага во намалу-

вање на оксидативниот стрес, со што ги намалува воспалителните процеси кои можат да доведат до развој на артритис.

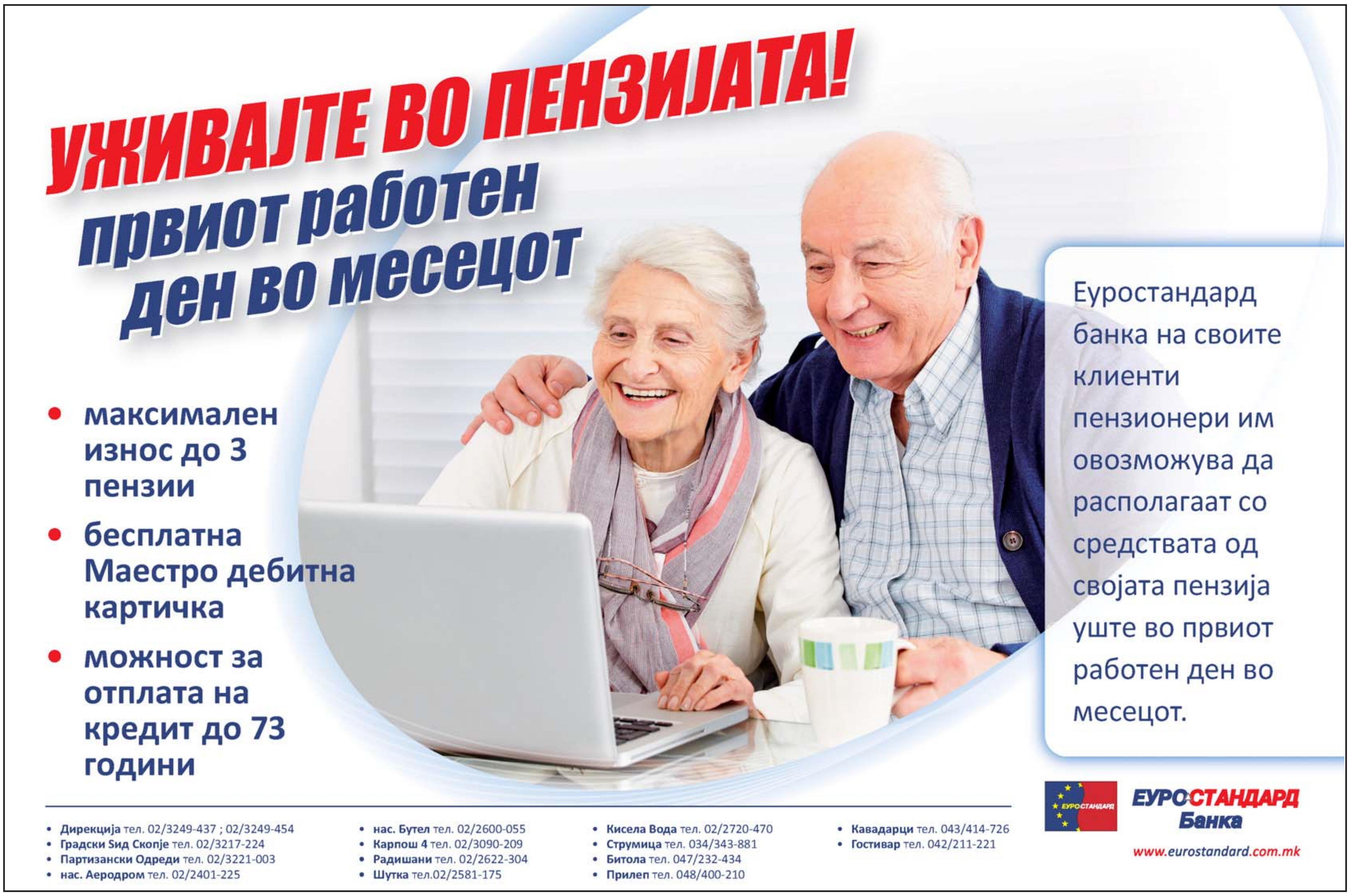
Ја штити кожата и косата - Дињата е одлично средство за убавина на кожата и косата. Тоа е поради влијанието на витаминот А кој е нужен за производство себум кој ја влажни кожата и косата и е есенцијален за нивно растење. Витаминот А е битен за чист тен, а исто така може да помогне во заштита од УВ–зраците кои предизвикуваат брзо стареење на кожата. Освен во исхраната, може да се користи и директно на кожата и косата како маска или регенератор.

Лековитоста и консумирањето на семките и чајот од диња - Семките на дињата особено се препорачуваат кај болестите на бубрезите, посебно кај бубрежните камчиња. Во Индија, мелени семки од диња се додаваат во пијалак од јогурт и во ладно млеко со зачини, а цели семки се ставаат во слатки и алва. Плодот, семките и маслото од семки, се древно лековито средство за лекување разни тегоби како што се кашлање, температура, паразити, жолудечни, бубрежни и уринарни проблеми. Чајот од цветот на дињата се употребува за искашлување.

Забелешка

Ако употребувате бетаблокатори или имате проблеми со функцијата на бубрезите консумирајте диња во умерени количини!

Т.Г.


УЖИВАЈТЕ ВО ПЕНЗИЈАТА!
првиот работен ден во месецот
• максимален износ до 3 пензии
• бесплатна Маестро дебитна картичка
• можност за отплата на кредит до 73 години
Еуростандард банка на своите клиенти пензионери им овозможува да располагаат со средствата од својата пензија уште во првиот работен ден во месецот.
• 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
• Радишани тел. 02/2622-304
• Шутка тел.02/2581-175
• Кисела Вода тел. 02/2720-470
• Струмица тел. 034/343-881
• Битола тел. 047/232-434
• Прилеп тел. 048/400-210
• Кавадарци тел. 043/414-726
• Гостивар тел. 042/211-221
ЕУРОСТАНДАРД Банка
www.eurostandard.com.mk

ТУРИСТИЧКА АГЕНЦИЈА И ПРЕВОЗ НА ПАТНИЦИ
HAK BUS
Поаѓање од Македонија
10.06
17.06
24.06
01.07
08.07
15.07
22.07
29.07
05.08
12.08
19.08
Поаѓање од Албанија
17.06
24.06
01.07
08.07
15.07
22.07
29.07
05.08
12.08
19.08
26.08
ПОНУДА ЗА ПЕНЗИОНЕРИ
НА ПРЕКРАСНИОТ БРЕГ НА ЈАДРАНСКО МОРЕ НУДИМЕ ПАКЕТ АРАНЖМАН СО 7 НОЌЕВАЊА И 8 ДЕНА СО ПО ТРИ ОБРОЦИ И УДОБЕН ПРЕВОЗ СО НАШИ АВТОБУСИ ОД МЕСТОТО НА ПОАЃАЊЕ ДО ГРАДОТ ДРАЧ - РЕПУБЛИКА АЛБАНИЈА
Објектот е со три ***, убава сопствена песочна плажа со бесплатни чадори
И сето тоа ќе ве чини верувале или не само
135 евра
Се патува со лична карта, а термините се одредуваат во договор со Агенцијата
Можни се и збирни тури од неколку здруженија на пензионери
АГЕНЦИЈАТА HAK BUS ВРШИ И ТРАНСПОРТ НА ПАТНИЦИ ДО ПОВЕЌЕ ДЕСТИНАЦИИ ВО ЗЕМЈАТА И ВО ЦРНА ГОРА
контакт телефон: 044 331 587; 070 244 019

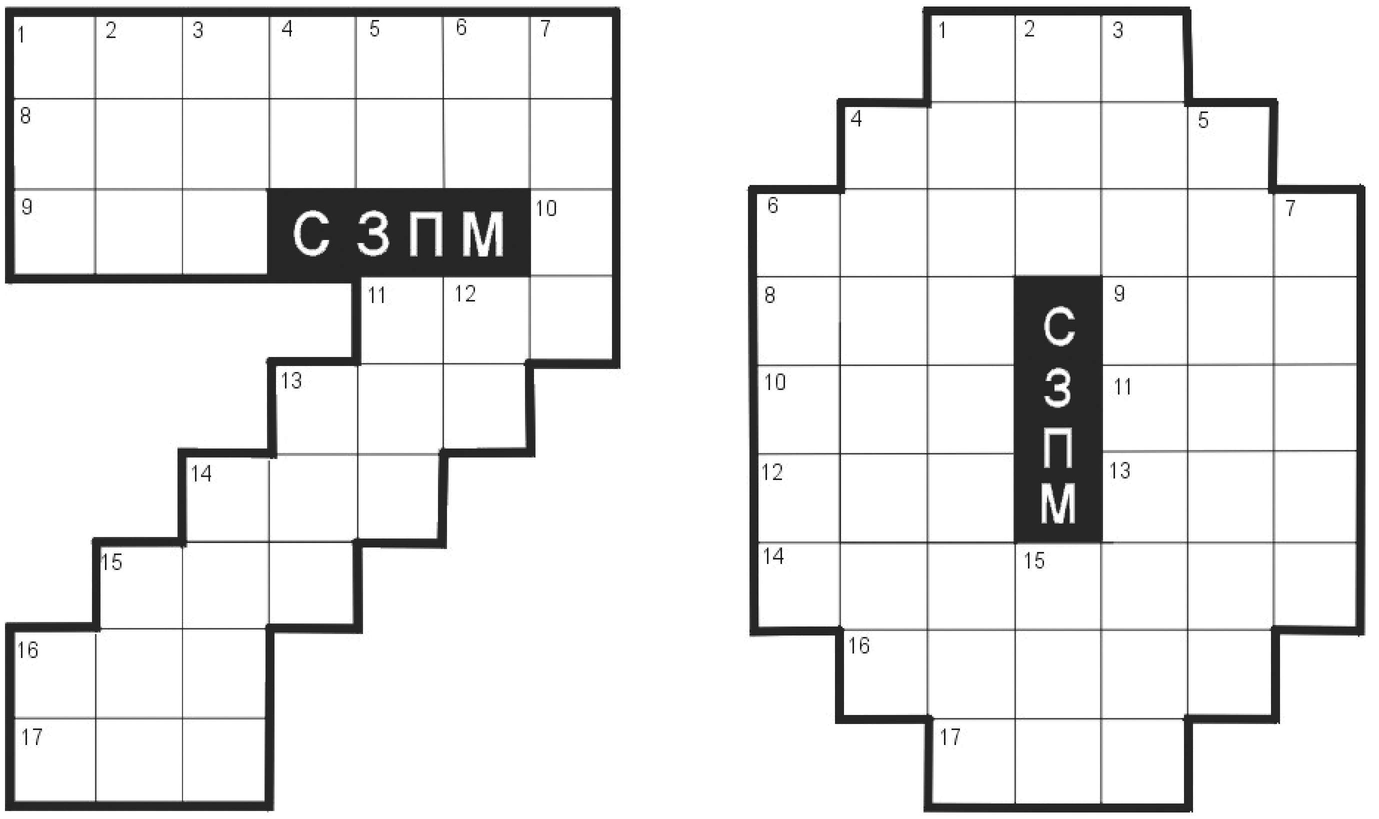
ЗАНИМЛИВОСТИ

Ремарк

1. Таков е светот – може да се претворите во ангел, будала или криминалец – и никој нема да забележи. Но, ако ви недостасува едно копче, сите ќе го видат.
2. Сè што може да се организира со пари, е поевтино.
3. Само кога конечно ќе се разделиш со еден човек, почнуваш вистински да стануваш заинтересиран за сето она што го засега. Ова е еден од парадоксите на љубовта.
4. Нема ништо позаморно од тоа да си во друштво на некој кој го демонстрира својот ум. Особено ако нема ум.
5. Само несреќниот знае што е среќа. Светлината не сјае кога е светло. Таа свети во темнина.
6. Кој гледа многу назад, може лесно да се сопне или да падне во дупка.
7. Само болниците укажуваат што е војната.
8. Сожалувањата се бесмисленоста на овој свет. Човек не може да врати, ниту да поправи нешто. Инаку сите ќе бевме светци. Целта на животот не е да бидеме совршени. Совршенството е за музеите.
9. Храбар е само оној кој го познава и стравот.
10. Секоја љубов сака да биде вечна. Во тоа е и нејзиното вечно страдање.
11. Никогаш не комплицирај нешто што е едноставно. Ова е една од најголемите животни мудрости кои постојат. Многу тешко применлива.
12. Никогаш, никогаш и пак никогаш нема да бидеш смешен во очите на една жена, ако направиш нешто за неа.
13. Она што не можеш да го добиеш, секогаш ти се чини поубаво од она што го имаш. Во тоа се состои романтиката и идиотизмот на човечкиот живот.
14. Принципите понекогаш треба да се прекршуваат. Инаку не ти носат радост.
15. Токму во тоа е несреќата на светот. Ние самите никогаш не го чувствуваме она што им го правиме на другите.
16. Слободен е само оној кој изгубил сè, поради што вреди да се живее.
17. Жената мора да ја обожуваш или да ја напуштиш. Нема средишна положба.
18. Да се родиш глупав не е срамно, срамно е само да умреш глупав.
19. Сеќавањата стареат. Тајната на вечната младост е во вештината да се заборави.
20. Опасно е сè што не владееш целосно добро, а ако го владееш, тогаш е уште поопасно – тогаш човекот станува лекомислен.
21. Љубовните страдања не можат да се надминат со филозофија. Тоа е можно само со помош на друга жена или на друг маж.
22. Никој не може да ни биде туѓ, во кој сме биле вљубени некогаш.
23. Единствено оној кој не еднаш бил сам, ја познава среќата да биде со некој близок.
24. Човекот е лош, но го сака доброто, ако го прави некој друг.
25. Кога човек може сам да се измачува, тој не пропушта ниту еден детал.

М.Д.

ПРИГОДЕН КРСТОЗБОР



„7“: Хоризонтално: 1. Месечни примања на пензионерите; 8. Обид за убиство на личност на политичка основа; 9. Вид див трендафил; 10. Хемиски знак за кислород; 11. Вид речна риба; 13. Превлака на Малајскиот полуостров;14. Кратенка за полската новинска агенција Polska Agencija Prasowa; 15. Голем временски интервал; 16. Град во горна Австрија; 17. Предание, легенда;

„0“: Хоризонтално: 1. Кратенка за холандската новинска агенција Algemeen Nederlandsch Press bureau; 4. Кој припаѓа на две страни 6. Потопен; 8. Општонародна одбрана (крат.); 9. Закон за територијална одбрана (крат.); 10. Англиско машко има; 11. Третата и првата самогласка и согласка; 12. Ова (срп.); 13. Место и река во Судан; 14. Познат литвански НБА кошаркар (Арвидас, 1964); 16. Снежна (шпан.) 17. Главен град на иранската покраина Ларистан;

„7“: Вертикално: 1. Друм; 2. Показно зборче; 3. Нова (грч.) 4. Хемиски знак за цинк; 5. Иницијали на писателот Иван Точко (1914–1973); 6. Јас (срп.); 7. Најситен дел на хемиски елемент; 11. Земјоделска алатка; 12. Две самогласки; 13. Град во Франција во кој се одржува еден од најзначајните филмски фестивали во светот; 14. Постење; 15. Италијанска фирма за истражување и преработка на нафта и нафтени деривати; 16.Буква од латиницата;

„0“: Вертикално: 1. Современо превозно средство; 2. Кратенка за „Народноослободителен одбор“; 3. Член на здружение на пензионерите; 4. Австралиски актер и поп–пејач (Џејсон, 1968); 5. „Роден на Божик“, имењак на Наталија; 6. Место на островот Тасос; 7. Марка моторцикли во некогашната СФРЈ; 15. Показна заменка.

(Г. Хаџи-Васков)

(**Решенија**: „7“: пензија,атентат, теа, О, сом, Кра, ПАП, еон, Енс,мит; „0“: АНП, двоен,потонат, ОНО, ЗТО, Том, иам, ово, Оло, Сабонис, Нивес, Лар.)

Хумор

Бабата и внукот си ги замениле таблетките. Внукот веднаш заспал, а бабата плетела цела ноќ и сплела чорап од 1 метар.

*****

Внукот седи пред компјутер и и вели на баба си:
– Види бабо колку многу прозорци можам да отворам.
– Немој сине, ќе ме убие промаја.

*****

Разговараат две комшивки:
– Колку килограми имаш?
– Со наочари или без?
– ?!
– Со наочари 80, без наочари не знам, не гледам и не се секирам!

*****

Се вози Мујо у такси и прашува:
– Колку сум должен?
– Двеста денари.
Мујо му дава 100 денари.
– Реков 200.
– Па и ти се возеше, вели Мујо.

*****

Тасе го прашува Перо:
– Што си го ставил компјутерот на земја?
– Се плашам да не ми падне системот!

*****

Учителката: – Покажи Кире каде е Америка на картата.
Кире: – Еве ја!
Учителката: – Кој ја откри Америка?
Децата: – Кире, учителке!

*****

– Кенлер, ве молам, сменете ми го јадењето!
– Зошто, што му фали?
Пред 10 минути го сликав и го ставив на Фејзбук и уште немам ниту еден лајк.

*****

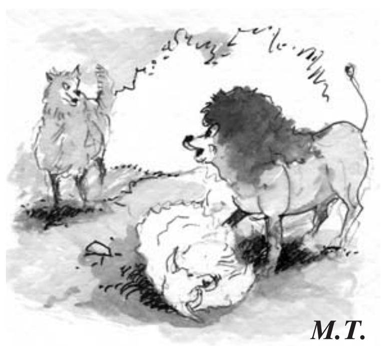
Трпе на паркинг го бакнува автомобилот по вратите и го гали со солзи во очите. Цветко случајно минува и го прашува:
– Го продаваш?
– Не, жена ми доби возачка дозвола.

*****

Една грда стоперка застанала на пат и долго чекала некој да застане. Мнозина ја одминувале, но еден возач, сепак застанал.
– Вие навистина сте многу внимателен.
– Не сум внимателен, туку сум кусоглед!

Волкот и Лавот

Во една прилика, волкот грабнал една овца од стадото, па тргнал да ја носи настрана од овчарите и кучињата, за да се нагости на мир. По патот ги сретнал лавот кој му ја зел овцата. Тогаш волкот, стоејќи подалеку од лавот, му рекол:



Неправедно ми ја зеде овцата! Нема да ти се слади!

Како да не! Зар ти праведно ја зема или, пак, ти ја подари некој пријател?!

Масовни средби по повод големиот пензионерски јубилеј

Средбите на зелено или пикник средбите се една од најомилените форми на дружење на сите пензионери – членови на СЗПМ. На овие средби тие се дружат, создаваат нови пријателства, се релаксираат и си ги разубавуваат своите пензионерски денови. Покрај тоа, на средбите се одржуваат и работни состаноци на кои се разменуваат искуства и се бараат решенија за одредени заеднички проблеми. Уште една убава страна на овие дружења е што на овие средби пензионерите се запознаваат и со убавините на нашата татковина. Под сенките на столетните дрвја, крај бреговите на реките и езерата секогаш се развива оро и се слушаат песни на македонски, албански, турски, српски ромски...Со секоја средба се гради уште еден мост на соживот, се удира уште еден камен во темелите на нашето заедништво.

Ораовица

Така е секогаш. Така беше на ваквите средби по повод големиот пензионерски јубилеј во Ораовица, Виница, Пелинце, Богомила, Пантелеј и други места. Убав и многу масовен собир се одржа на 24 јули 2016 година во Ораовица. Уште во раните утрински часови, караванот од автобуси, минибуси, комбиња и патнички возила ги донесе љубителите на природата, на дружбата, на песната, орото и музиката, во кругот на манастирскиот комплекс „Св. Ѓоргија", кај село Ораовица во близина на Радовиш. На овој привлечен локалитет, чија волшебна убавина ја дополнува и новоизградената манастирска црква, на ова свето место се одржа величествен собир каде се дружеа над 9000 пензионери од голем број здруженија од Р.Македонија.

Виница

На почетокот гостите ги поздрави претседателката на Активот на пензионерки, **Павлина Чабукова**, а по неа претседателот на здружението **Јордан Костадинов**, им посака добредојде на присутните и истакна дека на ова место, се одржуваат најмасовните пензионерски дружења во земјата. Тој со нескриено задоволство зборуваше за резултатите кои пензионерите ги постигнуваат, како и за добрата соработка со: СЗПМ, Локалните самоуправи на општините Радовиш и Конче. На средбата присуствуваше градоначалникот на Општина Радовиш **Сашко Николов**, кој изрази големо задоволство и упати пофални зборови кон организаторот на собирот. На пензионерите им се обрати и ктиторот на манастирот **Николајчо Николов** кој секогаш ја помага пензионерската организација.

Многу импресивно беше обраќањето на претседателот на СЗПМ **Драги Аргировски**, кој поздравувајќи ги присутните истакна дека оваа средба се вбројува во низата манифестации и средби на пензионерите кои годинава се организираат во духот на големиот јубилеј, 70 години од пензионерското организирање во Р. Македонија.

– Радува масовната посетеност и присуството на здруженија кои за првпат учествуваат на оваа средба. Целите на овие средби за масовност, дружење и веселба се остварени. Ја прогласувам средбата за отворена.

Манифестацијата беше искористена и за размена на искуства меѓу присутните раководства.

Средба на која присуствуваа околу 700 пензионери од повеќе здруженија од источниот дел на Македонија, се одржа и во Виница, градот на далеку познатите теракотни икони, по повод празникот „Томина надела". На средбата добредојде им посака претседателот на ЗП Виница **Драган Петковски**, а од името на СЗПМ за големиот пензионерски јубилеј, зборуваше Станка Трајкова, секретар на ИО на Сојузот.

На **2 август**, на Илинден, во Богомила, Општина Чашка, беше пуштен во употреба реновираниот Рекреативен дом за пензионери и младинци „Петар Поп Арсов". Објектот, здружението го доби на користење од Општина Чашка, го реновираше и сега во него можат да се сместат повеќе посетители кои ќе сакаат да уживаат во убавините на овој крај. Свеченоста ја отвори актерката **Весна Димитриева - Бобески,** а потоа на гостите им се обрати претседателот на ЗП Велес, **Веле Алексоски**:

Пелинце

– Рекреативниот дом е наменет за пензионери и младинци, затоа што и тие еден ден ќе бидат пензионери, но и во согласност со нашата стратегија за интергенерациска соработка. Во објектот на овој дом се наоѓаат десетина соби со по 3–4 кревети и повеќенаменска спосртска сала во која што, пред сè, ќе се одржуваат подготвителни тренинзи за разни спортски дисциплини. Имаме на располагање и спортски терен за голем фудбал, а за идното лето ќе имаме и тениското игралиште. За сите овие активности цените ќе бидат симболични. До Домот ќе се стигнува и по пат и со воз кој сообраќа од Скопје до Богомила и назад. **Горанчо Пановски** градоначалник на општина Чашка, го изнесе задоволството од отворањето на Рекреативниот дом за пензионери и младинци, како и многу добрата соработка со здружението. Поздравувајќи го собирот претседателот на СЗПМ, **Драги Аргировски**, истакна:

– Ова е втор ваков дом во Македонија, по оној во Скопје. И покрај практичната примена, користење на природните убавини со можност за прошетки на чистиот воздух, уште поважно е тоа што овој дом со мали административни измени, односно, користење од типот на јавно приватно партнерство, многу брзо може да се преадаптира во Дом за престој на стари и немоќни лица.

Откако Домот беше пуштен во употреба, настапи пејачката група при ЗП Велес со повеќе народни песни.

Пантелеј

Во прекрасниот амбиент на излетничко – туристичкиот комплекс во Пелинце, во организација на ЗП Куманово, на 9 август се одржа 15–та по ред традиционална, меѓународна, мултиетничка пензионерска средба „Екохепенинг Пелинце 2016". Над илјада пензионери и пензионерки од десет здруженија од Републиката и гости од побратимското здружение од Врање, Србија, дојдоа да се релаксираат, дружат, а некои и да го посетат меморијалниот центар на АСНОМ. На средбата поздравна реч до присутните упати претседателот на ЗП Куманово, **Спирко Николовски**, кој истакна дека манифестацијата е во духот на одбележување 70 години од пензионерско организирање во Македонија. Имајќи ја предвид новонастаната состојба во државата, во која делови беа зафатени со поплава и на многу граѓани им е потребна финансиска помош, изразувајќи жалење за изгубените животи и направената материјална штета, Николовски информираше дека и ЗП Куманово се вклучи во хуманитарната акција. Од името на Општината Старо Нагоричане, на присутните им се обрати градоначалникот **Миловановски** кој се задржа на природните реткости од овој крај, ставајќи акцент на лековитоста на бањата Стрновац, која се планира да стане модерен спа–центар. На средбата присуствуваа и претставници од СЗПМ,

Богомила

претседателот на Собранието на СЗПМ Бесник Поцеста и секретарот на ИО Станка Трајкова, кои ја оценија средбата за мошне успешна.

– Кумановското пензионерско здружение со право се вбројува во најактивните и неговиот пример во организирање на манифестации и средби на културно поле, треба да го следат останатите здруженија. Вие треба да продолжите да чекорите по тој пат и во иднина да ја унапредувате соработката на сите нивоа, – истакна **Бесник Поцеста** и ја отвори средбата.

На присутните им се обрати и претседателката на пензионерите од Врање, **Мира Трајковиќ,** како и претседателот на ИО на ЗП Солидарност – Аеродром Димитрија Богатиноски.

Во манастирскиот комплекс „Св. Пантелејмон" во кочанското село Пантелеј, на **11 август** се одржа 11–та средба на пензионерите од Македонија, на која учествуваа над 2.000 пензионери од 25 пензионерски здруженија од Македонија. Организатор на средбата беше ЗП Кочани.

– Горди сме што се собравме на заедничко дружење на пензионерите од сите краеви на Македонија. Со нас годинава за првпат се и пензионери од Гостивар, Битола, Македонски Брод и Тетово. Средбата ја организираме по 11–ти пат со цел меѓусебно запознавање, дружење и склопување нови пријателства меѓу нас пензионерите,– истакна во своето обраќање пред присутните претседателот на ЗП Кочани, **Ѓорѓи Серафимов.**

Градоначалникот на Кочани **Ратко Димитровски** зборуваше за успешната соработка што општината ја има со пензионерската организација и при тоа нагласи дека општината не се откажува од изградба на регионален старски дом во Кочани и од понатамошната соработка со пензионерите.

Во името на СЗПМ присутните ги поздрави потпретседателот на ИО на СЗПМ **Салтир Каровски**, кој истакна дека годинава, кога Сојузот одбележува 70 години од организираното постоење, задоволство е да се присуствува на вакви собири каде што пензионерите се дружат меѓу себе, контактираат и ја живеат својата трета доба.

Средбата траеше до доцните попладневни часови.

Калина С. Андонова

Пензионерите бесплатно и со приватни автобуси

Од 1–ви септември 2016 година електронските картички што ги поседуваат пензионерите за превоз со автобусите на ЈСП – Скопје ќе важат и за приватните автобуси, бидејќи ќе се укинат старите автобуски билети. Бесплатниот автобуски превоз и натаму останува како досега, 4 пати во неделета – вторник, петок, сабота и недела, со тенденција во догледно време сите денови за превоз на пензионерите да бидат бесплатни.

Во врска со вадењето нови персонализирани картички за лицата со навршени 64 години за мажи, односно 62 години за жени, нема никакви промени. Пензионерите кои досега не извадиле вакви картички, тоа ќе можат да го направат во постојните 8 центри за изработка на картички. Постапката е мошне кратка и трае неколку минути, а содржи фотографирање на барателот со давање потребни податоци и идентификација според личната карта.

Доколку пензионерите сакаат да ги користат услугите за превоз во деновите понеделник, среда и четврток, со доплаќање од 300 денари месечно, ќе им биде овозможен неограничен превоз во текот на месецот. Во случај повремено да се користи превозот во наведените денови, тогаш по избор на заинтересираните, може да се изврши надополнување средства во картичката (електронскиот паричник) и при секое возење, валидаторот ќе ја одзема сумата за услугата која се користи.

Значајно известување е тоа што од 1–ви септември приватните превозници се приклучуваат кон единствениот интегриран тарифен систем, што значи дека со истата картичка, ќе може да се користат бесплатните превози и со овие автобуси.

Согласно Одлуката на Град Скопје, овој начин на плаќање и сите поволности што ги нуди системот, се однесуваат само за лицата од повозрасната група граѓани со постојано место на живеење во Скопје, што се докажува со лична карта.

Во случај на неисправна картичка, за што сигнализира валидаторот, се нуди опцијата купување фискален билет кај возачот или користење мобилен телефон. Во вториот случај се врти на бројот 184, се приближува мобилниот телефон до валидаторот, кој дава потврда за прифаќање на опцијата. Плаќањето со мобилен телефон е за нијанса поскапо во однос на користењето картичка, а времетраењето е 2–3 секунди. Дефинитивно, најисплатливо е користењето персонализирана картичка за бесплатен превоз.

М.Д.

Владимирски илинденски средби 2016

Во чест на големиот државен и верски празник Илинден, во Владимирово, од 30 јули до 2 август 2016 година, под мотото „Ладимерци дека и да сте, на Илинден дома да сте", се одржаа традиционалните Илинденски средби. Оваа манифестација започна со свечено дефиле низ селото, на кое во народни носии се претставија повеќе фолклорни групи и учесници од пензионерски здруженија од Скопје, Штип, Свети Николе, Делчево, Виница, Кочани и други места. На средбата годинава беше понудена богата културно–уметничка програма, а беа организирани штандови со разни понуди и здрава храна, игранка на отворено и изложба во Историско–културната одаја, каде посетителите имаа можност да видат документи, предмети, книги и фотографии од историјата на Владимирово.

На денот Илинден, со празнично биење на камбаните од селската црква Св. Спас, се одржа утринска богослужба и свечена Архиерејска литургија во манастирот Св. Илија, на која, покрај месното население, присуствуваа и голем број гости и иселеници, кои по традиција го посетуваат родниот крај. Присутните ги поздрави претседателот на организациониот одбор **Кирил Фичорски**, а во своето обраќање, градоначалникот на општина Берово**, Драги Наџински**, им го честиташе празникот Илинден и ги прогласи средбите за отворени.

Пред преполнетиот центар во Владимирово, со дел од својата програма се претставија пензионерите од ЗП Велес и ЗП Пехчево,а велешани посебно внимание привлекоа и бурен аплауз изнудија со драмската импровизација на песните „Налеј, налеј" и „Миле Попјорданов",.

Автентичните градби карактеристични за малешевијата и убавата местоположба на селото, ги воодушеви пензионерите и другите гости кои со задоволство го прошетаа Владимирово.

Васил Пачемски