

ПЕНЗИОНЕРСКИ видици

НОВА МАКЕДОНИЈА

Број 40,
Четврток,
14.5.2015

СЗПМ

Сојуз на здруженијата
на пензионерите
на Македонија

СОСТАНОК НА РАКОВОДСТВОТО НА СЗПМ И НА ПРЕТСЕДАТЕЛИТЕ НА ЗДРУЖЕНИЈАТА НА ПЕНЗИОНЕРИ

Само тимската работа дава добри резултати

Калина С. Андонова

На 28 април се одржа заеднички состанок на раководството на Сојузот на здруженијата на пензионери на Македонија и претседателите на здруженијата на пензионери - членки на Сојузот. На состанокот прв им се обрати и ги поздрави присутните претседателот на СЗПМ, Драги Аргировски.

- Најпрво дозволете ми од името на извршниот одбор на СЗПМ и од мое име да ви го честитам изборот на овие одговорни функции во вашите здруженија кои од ден на ден стануваат сè позначаен фактор во општествениот живот, особено по прашањата што се поврзани со третата животна доба. Целта на оваа наша прва заедничка средба е да се договориме за активностите и задачите кои ни претстојат во новиот мандат, со посебен акцент на работата во оваа 2015 година. Прва и основна задача на сите нас и оваа година е продолжување на заедничката заложба за заштита и подобрување на стандардот и квалитетот на живот на пензионерите, кои поради своите знаења и искуства стануваат сè позначајна алка во социјалниот живот на секоја држава, па и на нашата - рече Аргировски.

СЗПМ и здруженијата, негувајќи ги спортувањето, културните дејности и дружењето придонесуваат да се подзавари процесот на стареењето, да се зацврсти соживотот, а животот во третата доба да добие содржина и квалитет.

За таа цел, во текот на 2015 година, СЗПМ и здруженијата интерактивно ќе дејствуваат во организирањето на 8-те регионални ревији на песни, музика и игри и на исто толку регионални спортски натпревари. Регионалните ревији ќе се одржат во Охрид - 23.5, Демир Хисар - 24.5, Воени пензионери-Скопје - 26.5, Гевгелија - 27.5, Карпош-Скопје - 28.5, Куманово - 1.6, Струмица - 2.6 и Виница - 3.6.2015 година.

На 9 јуни, најдобрите учесници од здруженијата ќе настапат на Републичката ревија на песни, музика и игри, која под покровителство на Министерството за култура ќе се одржи во големата сала на Македонската опера и балет во Скопје. Оваа наша активност многу ќе придонесе успешно да ги негуваме песната, музиката и игрите, да ги покажеме подзаборавените носии и обичаи, а со тоа да дадеме нов придонес за заштита на идентитетот на македонскиот народ и на сите други народи кои живеат во Македонија.

Годинава, на 5 септември, под покровителство на Министерството за труд и социјална политика ќе се одржи 20-та јубилејна Пензионерска олимпијада, на спортските терени во комплексот „Њу-стар“ во Скопје. Јубилеј достоинствен за почит, со кој ретко кој може да се пофали.

ЕВРОПСКИ СТАНДАРДИ

И оваа година, нагласи Аргировски, очекуваме пензионерските пикник-средби да го повторат минатогодишниот сјај и масовност. Природните убавини, коишто ги исполнуваат со восхит срцата на пен-



зионерите, ќе бидат посетени од голем број пензионери на масовните пензионерски средби во Дојран, Ораовица кај Радовиш, Лесново кај Пробиштип, Пелинце кај Куманово, Пантелеј кај Кочани, Еленец кај Македонска Каменица, во скопски Сарај и други. Во овие рамки, веќе на 16 мај, во Тетово ќе се одржи меѓуетничка пензионерска средба на која се очекува да учествуваат пензионери од сите краишта на нашата држава.

Годинава, додаде тој, се очекува да се зголемат и меѓународната активност и соработка како на СЗПМ, така и на здруженијата на пензионерите.

Информирањето ќе го зајакнеме затоа што тоа е мојна алка и компонента во активност на сојузот. Ќе го зголемиме бројот на страниците во бесплатниот весник „Пензионер плус“, ќе ја обновиме соработката со весникот „КОХА“ за страницата на пензионерите на албански јазик и ќе го зголемиме тиражот на прилогот „Пензионерски видици“ во весникот „Нова Македонија“. Се работи на подобрување и на нашата веб-страница.

Меѓу битните активности на сојузот ќе биде и подготвувањето нацрт на нов статут на СЗПМ, за што извршниот одбор формира работна група од истакнати пензионирани стручни кадри со потврдено искуство во овој домен.

Со националната стратегија за стари лица 2010-2020 година е планирано да се достигнат европските стандарди за институционална грижа за старите лица. Поради тоа треба успешно да продолжи реконструкцијата на постојните пензионерски домови во нашата земја, но и да се градат и нови објекти, за што во нашите здруженија постои голем интерес. Сето ова укажува и на потребата кај сите нас да го најдеме иск-факторот за заедничко дејствување. Непобитен е фактот дека во сојузот и во здруженијата имаме квалитетни кадри кои сите поставени задачи со успех ги реализираат, што придонесува за понатамошна афирмација и подобрување на рејтингот на пензионерското организирање во земјата. Конечно, како што заклучува и во својата колоумна во новиот број на „Пензионер плус“, главниот и одговорен уредник Методија Тошевски, здруженијата на пензионерите на Маке-

донија имаат и една далеку поширока и позначајна улога во општеството. Притоа, мора да се согледа прашањето на самосвеста, и дека заедништвото не може да почива на тесна база на учесници и корисници на предностите на организационото и колективното дејствување на оваа најмасовна и најактивна, невладина, не-политичка и мултиетничка асоцијација. Според претседателот Аргировски, во остварувањето на овие задачи не треба да бидеме песимисти туку оптимисти, бидејќи на тој начин тешкотиите ќе ги претвораме во можности. Нашите залагања треба да бидат во заемното разбирање и толеранција, во ширењето меѓусебна до-

верба и почит. Едногласниот избор за претседател на СЗПМ ми дава обврска одговорно да побарам од сите вас да ја продолжиме тимската и планска работа, бидејќи само таа ги дава посакуваните резултати. Секако, во работата може да има и некои недоразбирања кои задолжително треба да ги надминуваме транспарентно, смирено и рационално, во интерес на сите пензионери. Во тој правец е и нашата стратегија за создавање подобри услови за достоинствена старост, за активно и здраво стареење.

Се надевам дека довербата што ви ја даде вашите здруженија ќе ја оправда-

те со поголемо чувство на одговорност, резултати и успеси - заклучи на крајот од своето обраќање претседателот на СЗПМ Драги Аргировски.

ПЕНЗИОНЕР-ВОЛОНТЕР -ПРОЕКТ НА НОВОТО ВРЕМЕ

По обраќањето на претседателот Аргировски, секретарката на Извршниот одбор на СЗПМ Станка Трајкова ги изнесе најбитните акценти од програмата на сојузот за 2015 година.

- Секогаш кога имам шанса да им се обратам на претседатели на здруженија тоа го правам со посебен пиетет, бидејќи пред мене се луѓе што непосредно доаѓаат од средина во која се остварува, односно пулсира животот на пензионерите, кои се заслужна категорија на граѓани во нашето општество, бидејќи во нив се акумулирани многу знаење и мудрост и нивното дејствување е од огромно значење во општествено-економското милје - истакна Трајкова.

Во програмата за работа на СЗПМ за 2015 година, која е донесена од Собранието на сојузот, продолжуваат во континуитет веќе започнатите активности, но се разбира дека има и нови. Како позначајни таа ги наведе заштитата на правата од пензиското и инвалидското осигурување, редовната исплата на пензиите и други бенефиции. Со Законот за изменување и дополнување на ЗПИО за 2015 година е утврдено дека сите пензии, заклучно со септември 2015 година, ќе се зголемат за 5 отсто.

Темата здравство е исто така дежурна тема во програмата на сојузот, бидејќи постојано го повторуваме барањето за ослободување од сите видови партиципација на лица над 65 години и неуморно

ова право ќе бараме да ни се врати повторно.

Во 2015 година се планира да започне да се реализира проектот „Пензионер-волонтер“, кој ќе биде проект на новото време. Волонтерството во здруженијата на пензионери и сега постои, но целта на овој проект е да го унапреди истото во повеќе сегменти од работењето на здруженијата. Како значаен проект е продолжување да се работи на пензионерска социјална карта, која заради позитивните резултати ќе предложи да се имплементира и во другите здруженија. Волонтерството и пензионерската социјална карта ќе покажат дека пензионерот во едно здружение не е само обична бројка која уплатува членарина, туку личност која може и треба да ги користи бенефициите во едно здружение, а за тоа се потребни податоци. Во оваа година значајно место ќе има разгранокот како внатрешна организациска форма на ЗП, затоа што тоа е средина каде што непосредно се одвива пензионерскиот живот и се очекува за прв пат да се изберат најдобрите разграноци.

И темата за поддршка на помалите здруженија првпат е на страниците на програмата за работа на СЗПМ. Практиката покажува дека здруженијата до 500 члена се слаби економски субјекти и не можат да развиваат задоволителни активности, а тоа можат да го постигнат во соработка со локалната власт или со поголемите здруженија.

Во програмата за 2015 година значајно место имаат и активите на пензионерки, како и соработката со фондовите на ПИОМ и ЗОМ, и создавање на подобри услови за работа на Одборот на регистрираната организација за солидарен фонд и членарина.

На крајот секретарката Трајкова се задржа и на прашањето на меѓусебното информирање, при што напомена дека тоа не се одвива двонасочно и на посакуваното ниво. Насоката СЗПМ - здруженија функционира многу добро, но другата насока не е на задоволително ниво и во иднина треба да се подобри тоа, што е статутарна обврска и должност на секое здружение кое доброволно се зачленило во сојузот.

На состанокот, Јован Мазгански ги презентираше резултатите и бенефициите од социјалната карта, која како пилот-проект беше успешно реализирана во ЗП-Горче Петров.





Акција за поголема безбедност и самозаштита

Меңдо Димовски

Републичкиот совет за безбедност во сообраќајот на патиштата, во соработка со Министерството за внатрешни работи, Црвениот крст на РМ и Сојузот на здруженија на пензионери на Македонија почнаа да реализираат едукација на сите учесници од ранливите категории во сообраќајот на патиштата, меѓу кои се и пензионерите. Така, на 21 април 2015 година ваква едукација беше спроведена за пензионерите од ЗП-Горче Петров, на која присуствуваа претседателот на Републичкиот совет за безбедност во сообраќајот Стојче Стаменковски, градоначалникот на општината Горче Петров Сокол Митрески, директорот на ЈСП и претставници на МВР. Претседателот на РСБСП истакна дека над 50 проценти од загинати пешаци во минатата година се пензионери. Затоа се организира едукација, а ќе се преземат и други мерки, како што е делење на летици со препораки и совети на сите пензионери кои ги користат автобусите на ЈСП, а ќе бидат организирани и други настани со слични содржини.

Градоначалникот Сокол Митрески зборувааше за напорите кои ги прави општината Горче Петров за поголема безбедност на пешаците, меѓу кои значајна бројка се пензионерите и истак-

Пензионерите се една од најранливите групи учесници во сообраќајот и имаат над 50 проценти удел во бројот на загинати пешаци во минатата година

на дека веднаш ќе започне акцијата за преоблежување на сите пешачки премини.

Со пензионерите од општината Карпош едукативна средба беше организирана во ЗП-Карпош, на 24 април 2015 година во Клубот на пензионери „Тафталиџе“. Средбата ја отвори и во име на раководството на ЗП-Карпош учесниците ги поздравил секретар Мирјана Гушевска, искажувајќи благодарност за присуството и учеството на градоначалникот Стевчо Јакимовски и претставниците од РСБСП, МВР и од Црвен крст. На едукативната средба градоначалникот Стевчо Јакимовски истакна дека локалната самоуправа на ова прашање му посветува особено внимание, за да се зголеми безбедноста на највозрасните жители, било тие да учествуваат во сообраќајот како пешаци, велосипедисти или како возачи. Тој

им се обрати на пензионерите како на возрасни и одговорни луѓе, во наредниот период да внимаваат повеќе на својата безбедност, а апелираше и да влијаат врз младите правилно да се однесуваат во сообраќајот.

- Најпрво, морам да напоменам дека целата кампања се однесува на сите учесници од ранливите категории во сообраќајот, меѓу кои се и пензионерите. Искуството покажува дека благодарение на интензивните кампањи се добиени позитивни резултати и бројот на жртви на патиштата во минатата година бил многу помал во однос на претходните - истакна Оливер Андонов, претставникот од РСБСП. За мерките што ги презема МВР и активното вклучување во кампањите за поголема безбедност во сообраќајот на патиштата зборувааше Љупчо Ставерски, а за давањето прва помош и постапките во случај на сообраќајна несреќа ги објасни д-р Ане-та Трпчевска. Пензионерите поставуваа прашања и презентираа примери од сопственото искуство кои можат да послужат како поука во однесувањето на учесниците во сообраќајот. Кампањата ќе продолжи и во другите општини, а СЗПМ активно ја поддржува и во соработка со надлежните институции ќе придонесува кон зголемувањето на безбедноста во сообраќајот на пензионерите учесници во сообраќајот.

ВО ПОСЕТА НА ДОЈРАН

Пензионерите задоволни од благодатот на бесплатен туристички викенд



Лена Семенакова

На 25 април оваа година, министерот за труд и социјална политика Диме Спасов, претседателот на Сојузот на здруженија на пензионери на Македонија Драги Аргировски и градоначалникот на општината Дојран Борче Стамов, како и дел од раководството на ЗП-Гевгелија и на ЗП-Дојран ги посетија пензионерите во Дојран, во хотелот „Полин“, кои користат бесплатен туристички викенд во рамките на истоимениот владин проект. Во ресторанот беа присутни стотина пензионери од четвртата смена. Во пријатна и релаксирана атмосфера гостите се запознаа со впечатоците на пензионерите, кои во раз-

говорот искажаа задоволство од престојот, од сместувањето, услугата, грижата за оние кои имаат здравствени проблеми, како и од незаборавните утрински и попладневни прошетки покрај езерото. Предзаминување, министерот за труд и социјална политика Диме Спасов беше задоволен од она што го слушна од присутните и рече:

- Сакам да истакнам дека грижата за пензионерите е наша обврска и должност, меѓутоа, во исто време и наша заложба и задоволство. Достоинствениот живот на пензионерите, квалитетниот живот во третата доба е определба како на Владата на Р. Македонија, така и на Министерството за труд и социјална политика. Со реализацијата

Околу 3.000 пензионери оваа година ќе може да користат бесплатен туристички викенд во Дојран, Охрид, Струга, Берово, Крушево и во Преспа

ме да ги реализираме позитивните проекти за покарнитетен и достоинствен живот на корисниците на пензија и во рамките на зголемување на пензиите и на реализација на бесплатни проекти како што се бањско-климатска рекреација, бесплатен туристички викенд и други, проекти со кои значително се подобрува животот на корисниците на пензија - нагласи Спасов.

Претседателот на СЗПМ, Драги Аргировски, им упати срдечни поздравии на присутните и притоа искажа задоволство од соработката со Министерството за труд и социјална политика.

- Сојузот на здруженија на пензионери на Македонија е благодарен на Владата, а особено на Министерството за труд и социјална политика за досегашната поддршка во подобрување на стандардот и животот на пензионерите. Се надеваме дека таа соработка ќе продолжи и во иднина, бидејќи овие бенефиции за пензионерите многу значајат за подобрување на здравјето, за ширење на пријателствата и соживотот, како и за нивна социјализација.

Градоначалникот на Дојран, Борче Спасов ги похвали пензионерите повторно да дојдат во Дојран на Регионалните пензионерски спортски натпревари и на дружење, кое ќе биде по повод отворањето на туристичката сезона и да уживаат во убавините на Дојранско Езеро.

- Со своето присуство пензионерите придонесуваат туристичката сезона да биде многу побогата, а Дојран и Дојранско Езеро како туристичка дестинација поафирмирани.

на низа проекти истото и го потврдуваат. Проектот „Бесплатен туристички викенд“ за првпат почнавме да го реализираме оваа година, во кој ќе бидат опфатени околу 3.000 пензионери. Тие ќе можат да присуствуваат на бесплатен туристички викенд во Дојран, Охрид, Струга, Берово, Крушево и во Преспа. Проектот опфаќа два полни пансионери со бесплатен превоз и истиот чини околу 7 милиони денари, а се планира да продолжи и во следните години - истакна Спасов.

Министерот посочи дека радува фактот кога корисниците на овој проект се задоволни од реализацијата. Истот им овозможува да ги посетат и да уживаат во посочените туристички места.

Во соработка со СЗПМ продолжува-

ВТОРА СЕДНИЦА НА ИЗВРШНИОТ ОДБОР НА СЗПМ

Нови импулси во работата на СЗПМ

Меңдо Димовски

На 15 април 2015 година, на втората седница на извршниот одбор на СЗПМ, со која раководеше претседателот Драги Аргировски, беа конституирани комисиите и другите тела на ИО кои ќе ги организираат активностите во одредени сегменти од работата на сојузот и ќе се грижат за реализирање на планираните задачи и проекти од програмата на СЗПМ за оваа година. На седницата, покрај членовите на извршниот одбор, присуствуваа и потпретседателот на собранието на СЗПМ Бесник Поцеста, како и претседателот на комисијата за спорт и рекреација Здравко Петковски, поради предвидената расправа за измени и дополнувања на правилникот за спортски игри.

Во почетокот, во воведното излагање претседателот Драги Аргировски ја истакна и ја образложи важноста на конституирањето на комисиите на извршниот одбор на СЗПМ, за да можат активностите да започнат со реализација. Притоа, тој истакна дека при изборот на членовите се водело сметка, по можност, во составот да има претставници од сите здруженија, но истовремено да не издвојуваат од својата активност - вели Глигорова.

Со Бочка може да се муабети за многу работи. Дружељубива е, активна, позитивна, љубезна и драга им е на сите што ја познаваат. Таа е уште еден убав пример како треба да се живее и активно да се старее.

За поуспешно организирање и остварување на програмските цели, извршниот одбор на СЗПМ ги конституира работните тела и органи на сојузот и ги утврди нивните задачи за оваа година

главно сите предлози беа едногласно прифатени. Така, на седницата беа утврдени составите на следните комисии: за меѓународна соработка, за меѓугенерациска соработка и соживот, за културно-забавен живот, за спорт и рекреација, за здравство и социјална политика, за информирање и издавачка дејност, за организација на проекти и комисијата за поддршка на културното творештво на пензионерите од здруженијата членки на сојузот. Покрај тоа, беа конституирани и правно-економскиот форум на СЗПМ, издавачкиот совет и редакцискиот одбор на весникот „Пензионер плус“, како и членови на одборот на регистрираната организација за солидарен фонд и членарина, а беше одредена и работна група за изработка на нов статут на СЗПМ.

Извршниот одбор ги одреди и домашните задачи за одржување на 8-те регионални реви на песни, музика и игри на исто току регионални спортски натпревари. При изборот и овде се водеше сметка за условите и можности-



та на предложените здруженија, како и за подготвеноста на истите успешно да ја завршат оваа одговорна задача, со определба секое здружение еднаш да биде домаќин на една од 16-те манифестации, но истовремено да не биде домаќин на две манифестации. Во оваа насока се одвиваше расправата, а дискусиите беа сообразени со искажаните критериуми, така што и домашините на регионалните реви и спортски натпревари беа определени и едногласно прифатени.

Претседателот Аргировски ги информираше присутните и за финансиската поддршка на координаторите на културните и на спортските регионални манифестации. Тој истакна дека сојузот годинава учествуваа на конкурсот за поддршка на културни манифестации од национален интерес на државата и доби материјална поддршка за републичката ре-

вија на песни, музика и игри, која ќе се одржи на 9 јуни, во големата сала на Македонската опера и балет (МОБ) во Скопје. Здружението кое ќе има најдобар настап на истата ќе учествува на Меѓународниот фестивал за трета животна доба во Љубљана, Словенија.

Посебна точка на дневниот ред беше издвоена за запознавање на членовите со предлог-измените на правилникот за спортски игри на сите нивоа за да се елиминираат некои дилеми и недоразбирања поврзани со натпреварите. Се одлучи предлог-измените да одат на јавна расправа во здруженијата заклучно до 15 мај годинава. Исто така, беше истакнато значењето на годишната Републичка спортска олимпијада 2015, која ќе се одржи во знакот на одбележувањето на 20-годишнината јубилеј, на 5 септември, на спортските терени во компле-

ПЕНЗИОНЕРИТЕ ОД ЗП-КАВАДАРЦИ

Во посета на Париз

Мирјана Мукаетова

Добрата воља, уште подобрата организација и жеља да се проштеат и видат европските престолнини и знаменитости е одлика на ЗП-Кавадарци, кои годишно организираат од 30 до 40 екскурзии. На нивниот список покрај градовите Прага, Будимпешта и Виена, сега го запишаа и името на француската престолнина Париз, каде што четирисет и двајца пензионери од Кавадарци поминаа незаборавни пет дена.

- Од посетата на градот на светлината, Париз, понесовме прекрасни импресии, почнувајќи од најголемиот плоштад „Конкорда“, катедралата „Нотрдам“, еден величествен пример на готската архитектура, потоа краљскиот дворец „Версај“, гламурозен во секој поглед и еден од најубавите дворци во светот, музејот „Лувр“, Три-

умфаланата капија, најмонденската улица Шанзелизе и Ајфеловата кула со вечерна панорама на Париз, за да петтиот ден го завршиме со крстосување по реката Сена - ни раскажува Томе Хаџи Василев, претседател на комисијата за култура и рекреација при ЗП-Кавадарци.

Во рамките на оваа екскурзија пензионерите ја посетија Верона и куќата на Ромео и Јулија, но и Љубљана со најинтересните знаменитости, како што е плоштадот „Франц Прешерн“ и „Тромоствоје“, еден од најубавите симболи на градот.

За 2015 година, само во Македонија се предвидени 20 еднодневни екскурзии кои опфаќаат посета на градови, манастири и цркви, додека за надовор од државата се предвидени повеќедневни екскурзии во Грција, Албанија, Бугарија, Хрватска, Словенија и во Србија. Во Бугари-

ја годинава ќе се реализира и екскурзија до градот Гоце Делчев. Во Албанија ќе се патува во Пустец, отпату во Росоман и кавадаречкото село Сопот, каде што има многу исленици, додека во лето за пензионерите се организираат седумдневни летувања. Како и досега, во Грција се реализираат 2-3 екскурзии и тоа посета на градовите Воден, Солун и Метеорите. Годинава во програмата е ставен и градот Дубровник, потоа Постоинската јама и Блед, во Србија посета на Белград, Нови Сад и Петроварадинската тврдина, за да завршат на славовите на Дунав, вели Томе Хаџи Василев. Тие се трудат, покрај повољните услови, на пензионерите да им обезбедат и целосна слобода во изборот на придружба, редовно присуство на лекар на сите екскурзии и пријатни услови за патување, за да третата доба им биде посполната со убави доживувања.



ЗА ПЕНЗИОНЕРИТЕ ОД СТРУШКО

Предавања за лековити билки

Стојан Кукунешоски

Серија предавања од областа на береење, сушење, чување и употреба на лековити билки кои растат на планината Јабланица, во рамките на проектот „Планината Јабланица извор на природни ресурси“, беа одржани пред пензионерите. За активностите на проектот се доделени мали грантови, финансирани од „Еуро-натур - Германија“.

Раководителот на проектот, дипломираниот фармацевт Петар Мојоски, кој досега има објавено три книги за планината Јабланица, „Лековитите растенија на планината Јабланица“, „Природни антибиотици“ и „Отровни билки“, ги започна активностите од проектот токму со пензионерите од подјабланичките села, кои се едни од најактивните собирачи на овие растенија.

На предавањата беше истакнато дека пред какво било започнување на собирање лековити билки и активности поврзани со таканаречениот хербален туризъм, за кој се заинтересирани многутуристи и собирачи од разни земји заради богатата природа богата со интересна флора, ќе се изврши обележување на екологичката заштита. Истите ќе бидат уредени за презентација. На предавањата беа дадени насо-

ки за береење лековити билки, за да не се уништат трајно одредени ретки видови растенија. Беше истакнато и дека изнесување на растителен и животински материјал од државата е казниво со закон.

Инаку, населението, меѓу кои има и повеќе пензионери од Вишњи, Горна Белица, Вевчани, Подгорци, Лабуништа, Боровце, Јабланица, Луково, Дунџе и од други места, честопати шетаат по падините на планината Јабланица, која поседува непроценливо природно богатство. Таа е обогатена со извонредни предели во кои чистиот воздух предизвикува вистинско уживање и го крепи здравјето. Релјефот проткаен со интересни форми, идилчните пејзажи, неогрепаната природа и кохоритот на вегетацијата ја прави планината Јабланица една од најатрактивните во светот. Сето ова треба да се сочува за идните генерации. Нејзиното прогласување за национален парк е првиот чекор во оваа насока, од тоа треба да извлечат бенефиции и државата и локалното население. Една од бенефициите е и собирањето лековити билки.



Вукица Петрушева

Бочка Глигорова - вредна и креативна пензионерка

Поранешната наставничка по опшотехничко образование Бочка Глигорова, пред 8 години, наскоро ретко кој со радост ја дочекала веста дека може да замине во пензија. Единствено и било жал што ќе се раздели од учениците со кои добивала награди и признанија на сите нивоа, дури и на меѓународен европски натпревар во Париз.

Се радувала што ќе замине во пензија, бидејќи ќе има повеќе време да им се посвети на многу работи со кои сакала да се занимава, а не можела заради обврските во училиштето, децата, семејството. Денес Бочка е мошне активна, особено во ликовно-креативната секција при ЗП-Свети Николе, која по повод Дејног на жената, заедно со уште петнаесетина пензионерки приреди многу интересна изложба. Покрај тоа, Бочка одледува цвеќе во својата преубава градина, има лозје за кое се грижи, прави таписории, везеглобени, изработува предмети со макраме, се дружи со четирите внуци на кои се обидува да им ја пренесе својата љубов кон работата, како и своето знаење и умеение. На прашањето како го постигнува сето тоа вели дека ништо не ѝ е тешко.

- Кога се сака сè се може. Тоа е во мојата природа. Со љубов правам сè. И



СРЕДБА СО ПАВИЦА ЗАМБОВСКА

Осумдесетгодишна пенсионерка со младешко срце

Милка Гирасова

Осумдесетгодишната пенсионерка Павица Замбова, иако е во подминати години, успешно ѝ се спротивставува на староста и активно живее како во младоста. Таа навреме ја сфатила и ја практикува често споменуваната мисла „ако некој навистина некогаш



бил сосема млад, тој никогаш нема да биде сосема стар“. Кај Павица Замбова не може да се направи строга граница помеѓу младоста и староста, бидејќи еднаш воспоставено темпо на живеење таа и денес го применува. Нејзината динамичност и афинитети кон спортските и културно-забавните активности особено доаѓаат до израз со вклучувањето во Здружението на воени пензионери, каде што на регионалните и на републиканските пензионерски спортски натпревари постигнува забележителни успеси. Имајќи ги предвид годините што ги има, како редовен учесник во пензионерските натпревари, таа во трчање на 60 метри на регионалните средби во 2012 година го освои третото место. Во 2014 година, на регионалните и на републиканските натпревари во дисциплината пикадо во поединечна конкуренција е прогласена за најдобра пикадистка.

Но тука не завршуваат нејзините активности. Павица во минатиот мандат беше една од поистакнатите член-

ки во извршниот одбор на здружението и затоа неодамна повторно е избрана во новиот состав, а истовремено стана и претседателка на комисијата за здравство и социјална политика. Нејзината способност дојде до израз во подготовката на содржајна годишна програма и месечни планови за работа, кои успешно ги преточува во практика. Таа секој месец организира посета на стари и изнемоштени членови на здружението, при што им се врачуваат скромни подароци, а лекарот од екипата им мери притисок и шеќер во крвта. Павица е членка на фолклорната и на пејачката група на здружението, а свој придонес има и во остварувањето на задачите на Активот на пенсионерки. Неа можете да ја забележите и во активностите на СБМ, особено при оддавањето почит пред спомениците на паднатите борци и револуционери на Македонија, а нејзин препознатлив знак е црниот шешир од кој ретко се одвојува. Инаку, Павица има голем круг на познаници и пријатели и секогаш е опкружена со внимание. Нејзината дневна динамика ја држи во кондиција и ја прави мошне витална. Постојано е во движење, често оди на пазар и дневно пешачи и по неколку километри. Веројатно ова е добар рецепт и за долговечност!

ЗП-ПРИЛЕП

По вторпат „Супер Марио“

Кирил Ристески

По иницијатива на локалната самоуправа, а во соработка со Домот за стари лица „Киро Крстески-Платник“ од Прилеп и годинава со успех се реализира проектот за помош на стари и изнемоштени лица „Супер Марио“. За годинава локалната самоуправа издвои повеќе финансиски средства. Зголемен е бројот на згрижените, а со тоа и бројот на волонтерите кои им помагаат.



- Ова е уникатен проект во Македонија. Го започнавме лани, како пробен проект и се покажа дека има заинтересирани. И годинава локалната самоуправа од Прилеп ќе издвои 1.200.000 денари за оваа намена. Сега, секојдневно дваесетина млади волонтери им помагаат на стотина стари и изнемоштени лица. Им набавуваат прехранбени производи, лекови, им ја одржуваат домашната хигиена и им помагаат за сè што имаат потреба. Ова се стари и изнемоштени лица кои одлучиле да живеат дома, во домашни услови, а не во дом за стари лица.

- Задоволни сме што први по примерот на западните земји го реализиравме и го покренавме овој за постарите лица значаен проект. Сметаме дека во иднина ќе се зголеми интересот за ваква помош, а ние како локална самоуправа финансиски ќе го помогнеме со повеќе средства. Во иднина планираме бројот на волонтерите да се зголеми од сегашните дваесетина на 30, а надоместокот за нив ќе биде на товар на локалната самоуправа - вели градоначалникот на Прилеп Марјан Ристески.

Уште еден друг, сличен на овој проект, се реализира заедно со општинскиот Црвен крст и со ЗП-Прилеп. Имено, 6 лица активисти на прилепското здружение на пензионери кои доброволно се пријавиле, два пати неделно заедно со две медицински сестри посетуваат 20 стари и изнемоштени лица. Проектот е насловен „Грижа за старите и изнемоштените“.

- Медицинските сестри им мерат крвен притисок, шеќер во крвта, ги упатуваат старите на лекарски прегледи, а ние како волонтери се грижиме за другите нивни секојдневни потреби - вели Љупчо Димески, еден од волонтерите на ЗП-Прилеп.

„УНИВЕРЗИТЕТ ТРЕТА ДОБА“

Доживотно учење и активно стареење



Василка Топаловска

Здружението „Универзитет трета доба“ успешно работи 17 години. Мото на оваа организација е „Доживотно учење и активно стареење“. Низ програмираните активности се издига свеста за активен и достоинствен живот во третата доба, каде што најголем број се пензионери. Доживотното учење поаѓа од вековната мудрост „Чо-

векот учи додека е жив“, а тоа, пак, дава нова смисла и содржина на пензионерскиот живот, ја зајакнува самовербата и го прави човекот духовно и морално посилен и посрекен. Човекот станува свесен дека интелектуалната и физичката моќ не слабеат со возраста, туку поради намалена активност. Интересна и корисна е соработката на „Универзитет трета доба“ со Сојузот на здруженија на пензионери на Македонија и во негови рамки со повеќе здруженија, како со СУ „Илија Николовски-Луј“ од Скопје, со оракторската секција при Правниот факултет од Скопје, со фолклорниот ансамбл „Драчево“, со црквите „Св. Ѓорѓија“ - Кисела Вода и „Св. Илија“ - Аеродром, со поетите - пензионирани просветни работници, со многу здравствени установи, познати научни работници, професори и многу други. Програмата опфаќа теми од областа на општествените и природните науки, здравството, алтернативната медицина, филозофијата, мистицизмот и друго. Една од најинтересните активности на членовите се добро организирани туристички патувања во нашата и во соседните земји и средбите со тамошните колеги, дружба и информации за нив. Сето тоа е во духот на мотото „Запознај ја Македонија и соседството“, проследено со песни, шеги, досетки и нови сознанија.

ЗП-КУМАНОВО

„На л'жу су кратки нозе“

Јасмина Тодоровска

По повод Денот на шегата, први април, ЗП-Куманово по 14-ти пат ја организира традиционалната културно-забавна манифестација „Шегобијна разгледница“, што се одржа на 31 март, во Центарот за култура во Куманово. Манифестацијата е дел од програмските активности на комисијата за културни самоделности при ЗП-Куманово, а во нејзините рамки беше распишан конкурс на тема „На л'жу су кратки нозе“. Како што нè информира претседателката на КУС, Славица Ламбаша, на годинашниот конкурс пристигнаа повеќе творби, со што уште еднаш се потврди дека кумановските пензионери се љубители на пишаниот збор, а нивните литературни дела секогаш наидуваат на добар прием кај пошироката јавност. Иако станува збор за конкурс од ревијален карактер, сепак интересот и годинава беше над очекувањата. Манифестацијата ја отвори кумановецот Јордан Пачков, потомок на еден од најпознатите кумановски дејци Трајко Пачков, новинар и автор на неколку шегобијни дела, кој не го криеше своето задоволство што е вклучен во активностите на кумановските пензионери.

Збор-два и за авторите на конкурсот: Борјана Ралиќ е автор на песната „Фејсбук снајка“, Зора Ивановска „1 април - дн на лажу“, „Превара“ е дело на Живка Милошевска, додека Влајко Петковски се претстави со песната „Можот времеплов“. Инаку, програмата беше збогатена со учеството на КУД „Ѓоко Симоновски“, односно со настапи на



хорот и оркестарот под раководство на музичкиот раководител Коста Косе, кои изведоа музички нумери посветени на Денот на шегата. Свој придонес во одбележувањето на овој ден имаа и солистите Вера Маневска со нумерата „Што имала касмет Стамена“, Богољуб Манојловски ја исполни „Стар бел дедо“, Слободанка Димковска се претстави со „А бре чичо“, Стојчо Митевски со „Дедо в планина“, како и Калина Бошковска со „Дедо мили златни“.

Присутните на манифестацијата ги поздрави и претседателот на ЗП-Куманово, Спирко Николовски, кој на учесниците на годинашниот конкурс им врачи подарок книга напишана од Трајко Пачков „Згоде и незгоде“ на кумановски дијалект, како спомен за учество на традиционалната манифестација, посакувајќи им на сите долг и срекен живот.

ЗП-ВЕЛЕС

Културна вечер на уметниците-пензионери

По повод Денот на книгата, комисијата за културно-забавен живот при Здружението на пензионери од Велес, на 24 април, организира „Културна вечер“, на која



се одржа поетско читање на дела од велешките автори Павлина Климкар Меанциева, Атанас Крлев, Нада Алексоска, Олга Новачева, Веле Алексоски и Магдалена Ангеловска, сите членови на Клубот на писатели „Кочо Рацин“. Вечерта беше збогатена и со слики, дела на Буба Манчева и на Стојна Цветиќ, како и ракотворби, дело на Неделка Јованова. Со стари народни песни настапи и пејачот Трајче Ламњов, како и вокалната група на пензионерите.

Оваа вечер ќе им остане за паметење на сите присутни, бидејќи придонесе пензионерите да се претстават и во малку поинакво светло, на поинаков начин отколку што беа навикнати да се претставуваат досега.

Во овој дух се подготвуваат нови настапи на уметници од различни видови. Уметниците-пензионери со разни перформанси ќе настапат не само во родниот град туку и во други градови во татковината и подалеку. Тоа е резултат на нивната желба да се дружат со свои колеги од другите здруженија и да организираат вакви заеднички настани.

Н.А.