

ПЕНЗИОНЕРСКИ видици

ноа
МАКЕДОНИЈА

Број 97,
Четврток,
20.2.2020

СЗПМ

Сојуз на здруженијата
на пензионерите
на Македонија

На сегашните и на идните пензионерки им го честитам 8 Март, Меѓународниот ден на жената, и им посакувам почитта и вниманието да им бидат секојдневие

Станка Трајкова, претседателка на СЗПМ

Во пресрет на 8 Март, Меѓународниот ден на жената

Осми март кај нас и во светот е празник на жените. Од историска гледна точка тоа е ден кога жените се изедначиле со посылниот пол и ги добиле истите права кои ги имаат мажите. Овој ден има во себе симболика и се означува како празник на сите календари во светот, но според мислењето на многу припадници на женскиот род тоа е ден на најнужното признание кое жените го заслужуваат со своите многубројни природни и општествени функции и обврски, бидејќи да се биде жена не е лесно ни денес, а не било лесно ни во минатото, затоа што жената и тогаш и сега стои исправено и гордо на кормилото на животот. Таа е цврст столб на секое семејство. Жената се поврзува со добрина, убавина, нежност, љубов... А всушност многу е поточно да се поврзува со разумност, практичност, хуманост, уметност, одлучност.

Факте дека уште пред нашата ера, на

чело на најстарите кралства биле кралиците. Тие раководеле со ум и разум, но и со срце, раководеле со големи држави и кралства. Во минатото многу жени биле владарки, но и амбасадорки, министерки, директорки на големи компании. Многу жени се познати научници, борци за слобода, писателки... Да се сетиме на Јованка Орлеанка, Клара Цеткин и Роза Луксембург, Марија Кири, Елизабета Втора, Ангела Меркел, Агата Кристи, Индира Ганди, Ибе Паликуќа, Вера Јоциќ... Ги има безброј низ сите векови, насекаде на Земјината топка. Но жената е кралица и господарка и на најважното и најмалото кралство - семејството.

И затоа жената заслужува внимание и признание за сè она што го прави, пред сè за сите, а на крајот за себе. Жената заслужува внимание и благодарност, а најмногу почит. За жал, статистичките податоци и кај нас и во светот се поразителни: жените добиваат полоши работни места, помали плати, помали пензии. А зошто е тоа така? Заради отсуство од работа за неа на болно дете или на член на семејството. Таа многупати ја запоставува својата кариера од истите причини. Во многу држави жените се многу малку застапени во сферите на животот, иако за волја на вистината има и позитивни примери.

Иако се чини дека жените во нашата држава ги имаат истите права со мажите, сепак податоците и статистиките говорат дека има уште многу работа на ова поле во државата.

Многу често на иста работна позиција, со исти квалификации и перформанси, жените се помалку платени од мажите. Во одредени случаи, жена со исти работни карактеристики како маж заработува 17,9 отсто помалку од мажите. Како резултат на тоа тие добиваат и помали пензии!

ат и помали пензии!

Во новата фискална стратегија на Министерството за финансии, во основните документи за периодот 2019-2021 година се издвоени средства за родово одговорно буџетирање. Ова веќе е прелиминарно и во Здруженијата на пензионери каде што од страна на Сојузот е дадена препорака да се одвојат средства за работата и поддршка на активностите на активите на пензионерки.

Родовата нерамнотежа е резултат на системска негрижа за правична застапеност во оваа смисла. Така, само 29 отсто од управувачките структури се жени, што е во спротивност со политиките за промоција на родово еднаквост. Најголемата нерамнотежа е забележана кај директорите на институциите, каде што само 5 отсто од именуваните лица се жени. Постои дискриминација на жената, особено во руралните средини.

Што се однесува до Здруженијата на пензионери и до СЗПМ, податоците видно се изменети во составите коишто ќе раководат во периодот 2019-2023 година. Така, во органите и телата на Сојузот, од 177 члена - 45 се жени, што изнесува околу 25,42 отсто, а претходно овој процент бил околу 17 отсто. Од вкупно 53 здруженија во 6 здруженија има претседателки жени, што претставува 11,32 отсто, а во претходниот мандат тој процент изнесувал 5,6 отсто. За првпат по 73 години пензионерско организирање претседател на Сојузот е жена!

Што се однесува до застапеноста на жените во органите и телата на здруженијата, тој процент се движи во просек околу 18,2 отсто. Подоброе, но треба да биде уште подобро!

Калина С. Андонова

ЗАВРШНА РАБОТИЛНИЦА НА АКТИВИТЕ НА ПЕНЗИОНЕРКИ ОД ПОВАРДАРСКИОТ И ИСТОЧНИОТ РЕГИОН

Формирањето на координативното тело ја поттикна работата на активите

Координативното тело е новоформирано тело кое досега не постоело во Сојузот. Целта на координативното тело е да биде согледан глобалниот активизам на активите во здруженијата и уште повеќе активите на пензионерки со своите инклузивни активности да се вклучат во развојот на сите активности во здруженијата во кои постојат.

На конститутивната седница, претседателката Станка Трајкова истакна дека во програмата за 2019 година треба да биде даден акцент на два исклучително важни проекти: волонтерство и инклузија на старите лица. Овие проекти веќе се доставени до здруженијата и треба само да се проучат и реактивираат, но се разбира дека треба да има и нови. На седницата, за претседателка беше избрана Ангелина Ристоска.

По конститутивната седница на координативното тело беше одржан состанок со сите претседателки на активи на пензионерки во СЗПМ. На овој состанок, кој се одржа на 5 август 2019 година, беше донесена програмата за работа на координативното тело на активите на пензионерки за периодот 2019-2023 година. И на овој состанок, како и на конститутивната седница, присуствуваше претседателката на СЗПМ, Станка Трајкова, која во своето обраќање ги истакна најважните аспекти на програмата.

По донесувањето на програмата речиси сите активи донесоа свои програми и ја активираа својата работа. Во нивните активности доминираше хуманитарната компонента. Сите активи нижеа резултати, но најактивни беа активите од повардарскиот и источниот регион, благодарение на ангажираноста на Марија Монеvsка и Благојка Настова, членки на координативното тело на активите на пензионерки при здруженијата на пензионери во составот на СЗПМ. Беа одржани пет работилници.

Првата работилница се одржа во Кавадарци, со претседателките на активите на пензионерки од ЗП-Велес, ЗП-Кавадарци, ЗП-Неготино и ЗП-Валандово, на која беа договорени претстојните активности. На седницата беа присутни и претседателките на ЗП-



Кавадарци и ЗП-Неготино и претседателот на собранието на ЗП-Кавадарци.

Втората работилница се одржа во Лозово, со претседателките на активите на пензионерки од ЗП-Лозово, ЗП-Свети Николе и ЗП-Штип. Покрај претседателките од сите три здруженија присуствуваа и уште по 2-3 членки на активите.

Третата работилница се одржа во Македонска Каменица, со претседателките на активите на пензионерки од ЗП-Македонска Каменица, ЗП-Берово, ЗП-Делчево и ЗП-Пехчево. Четвртата работилница се одржа во Крива Паланка, со претседателките на активите на пензионерки од ЗП-Крива Паланка, ЗП-Прошибштип, ЗП-Кратово и ЗП-Куманово.

На петтата работилница домаќин беше ЗП-Валандово. Активностите се одвиваа со претседателките на активите на ЗП-Валандово, ЗП-Февгелија, ЗП-Дојран и ЗП-Богданци.

Со претседателките на активите на пензионерките од повардарскиот и источниот регион, последната завршна работилница за 2019 година се одржа во ЗП-Велес. Организаторки и презентерки на работилницата беа Марија Монеvsка и Благојка Настова, членки на координативното тело на активите на пензионерки при Здруженијата на пензионери

во составот на СЗПМ.

На работилницата, која беше инвентивно обмислена со видеопрезентација и пано со фотографии од одржаните активности, присуствуваа и претседателката на СЗПМ, Станка Трајкова и претседателките на активите од здруженијата на пензионери од Кавадарци, Валандово, Дојран, Богданци, Февгелија, Свети Николе, Штип, Лозово, Прошибштип, Македонска Каменица, Берово, Делчево, Пехчево, Врница, Кратово, Крива Паланка и од Куманово.

На оваа работилница се даде резиме на досегашните активности на активите на пензионерките од овие два региона. На присутните им се обрати претседателката на СЗПМ, Станка Трајкова, која зборуваше за волонтерството, за реализирање на проектот „Пензионерска социјална карта“ во што поголем број на здруженија, истакнувајќи ја повеќекратната корисност од истиот, за инклузија на старите лица во сите сфери на животот и слично. На присутните им се обрати и претседателот на ЗП-Велес, Веле Алексос, како домаќин на работилницата. Тој ги поздрави сите присутни како и претседателот на ЗП-Куманово, како гостин на работилницата.

Во својата презентација, Марија Монеvsка и Благојка Настова обмислено се дополнуваа. Беше

истакнато дека работилницата е резиме на она што е сработено.

- Многу постигнавме. Како членки на координативното тело сме воодушевени од сериозниот пристап и од огромното залагање на сите претседателки на активите и на претседателите на здруженијата, кои придонесоа за нашите активности со својата поддршка и разбирање - истакна Монеvsка и Настова.

Во богатата дискусија беа изнесени многу интесни и корисни примери од работата.

Се доби впечаток дека по одржување на секоја работилница, активите при здруженијата како да се натпреварувале кое здружение ќе реализира поголем број активности од хуманитарен, едукативен и друг карактер.

За време на работилницата беше создадена на фејсбук-група „Мрежа на активи на пензионерки“, на која ќе се објавуваат активностите на активите на пензионерки со текст и фотографии, со коментари и прашања, а нејзин администратор ќе биде Марија Монеvsка. Во групата се зачленија не само пензионерки, туку и млади и припадници од двата пола.

Марија Монеvsка

ЗП-ПРИЛЕП

Годинава уште два нови клуба за пензионерите

Деновиве од страна на Здружението на пензионери од Прилеп и Фондот на ПИОМ беше потпишан договор за отстапување на простор на ЗП-Прилеп за отворање на нов клуб за пензионерите од разгранокот „Бончејца“. Ова ќе биде дванаесеттиот клуб за пензионерите што наскоро ќе биде отворен од страна на прилепското здружение. Во градот има 9 клуба во разграноците и три во населените места Тополчани, Кривогаштани и Долне. Според зборовите на претседателот на ЗП-Прилеп, Славко Трајкоски, новиот клупски простор е со површина од 72 квадратни метри и веќе е донесена одлука на извршниот одбор на здружението за негово реновирање. Клубот ќе биде опремен со сите потребни реквизити, односно маси, столови, ТВ-апарат и сè друго што е потребно. Договорот е потпишан на заемно задоволство, а посебно на задоволство на пензионерите од разгранокот „Бончејца“.

Во нашиот разгранок членуваат око-

лу 700 пензионери и тие ќе можат да се дружат, да играат шах, табла и слично. Едноставно, да разменуваат мислења за што подобар и поквалитетен живот во третата доба од животот - вели претседателот на овој разгранок, Миле Тасламически.

Од деветнаесетте разграноци, колку што ги има во прилепското здружение, веќе дванаесет ќе имаат свои катчиња каде што пензионерите ќе минуваат дел од своето слободно време. А има и случаи каде што еден клуб го користат пензионерите од два разграноци, како што се, на пример, Рид 1 и Рид 2, потоа Тризла 1 и Тризла 2. На овој начин бројот на катчиња за пензионерите е поголем. Во ЗП-Прилеп се прават напори и пензионерите од селото Дебреште наскоро да добијат свое клупско катче. Со деловната единица во Прилеп на установата за стопанисување со деловен простор во тек се преговори за отстапување на простор за нов клуб за пензионерите од разгранокот во населбата Точила. **К.Р.**

ЗП-ТЕТОВО

Доделени 120 солидарни пакети

Здружението на пензионери од Тетово во текот на јануари, или во таканаречениот месец на празници и трошоци, додели 120 солидарни пакети со прехранбени артикли и со средства за лична хигиена на пензионери, членови на здружението, со ниски примања или болни и изнемоштени.

Имајќи го предвид големиот број празници, а со тоа и зголемените трошоци во семејствата на пензионерите, Здружението на пензионери од Тетово со дел од планираните средства за помош на пензионерите издвои 120.000 денари за набавка на 120 солидарни пакети.

За оваа активност благовремено беа известени сите разграноци, со цел одборите на разграноците да подготват списоци на пензионери од категоријата на материјално загрозени и на истите да им се помогне и на овој начин да им се олесни нивната тешка материјална положба.

Со оваа активност беа опфатени си-

те разграноци и помошта беше рамноправно поделена за секој разгранок според големината и бројот на пензионери на кои помошта им е неопходна.

Ефектот од оваа активност може да се прочита од лицата на пензионерите кои доаѓаа во Здружението да си ги подигнат пакетите и искажаната благодарност од нивна страна на доделената помош и вниманието кое им е покажано.

Оваа активност во Здружението на пензионери од Тетово, во согласност со планираните средства со финансискиот план за 2020 година, ќе продолжи и во наредниот период во разни облици на помош на пензионерите како што се доделувањето еднократна парична помош во согласност со постојната одлука со критериуми, солидарни пакети, организирање бесплатни екскурзии за пензионерите со ниски пензиски примања и други облици на доделување помош.

Светозар Димовски

РАЗГОВОР СО СПЕЦИЈАЛИСТОТ-ИНТЕРНИСТ Д-Р АЦО БОШЕВСКИ, ПРЕТСЕДАТЕЛ НА ОО НА ЦРВЕН КРСТ - ДЕМИР ХИСАР

Соработката со пензионерите одлична

Петок наутро. Втор кат во Здравствениот дом во Демир Хисар. Преполна чекалница, претежно пензионери, стрпливо чекаат за преглед пред ординацијата на својот омилен специјалист-интернист, д-р Ацо Бошковски. Најпрво им посакувам добро утро, се поздравувам со сите, бидејќи сите ги познавам. Додека разговараме, излегува доктор Ацо, и бидејќи е познат по својата срдечност и хуманост, а не сака пациентите да го чекаат, нè поканува сите да влеземе во неговата ординација и додека ние го водиме разговорот со него, сите да кажат по некој збор, за да го збогатиме овој текст.

Д-р Бошевски, најпрво кажете ни каква е вашата соработка со ЗП-Демир Хисар?

- Како и досега, и во наредните години Општинската организација на Црвениот крст на Демир Хисар ќе продолжи со досегашната одлична соработка со демирхисарското Здружение на пензионери во реализација на сите активности кои се од заеднички интерес на нашите две организации. Имаме долга традиција на соработка во корист на најстарата популација во општината. Исто така, волонтери на Црвениот крст биле многу граѓани на различна возраст, вклучувајќи многубројни пензионери кои и денес не се откажуваат од доброволното учество во нашите акции - вели Бошковски.

Докторот наведува дека биле спроведени безброј заеднички акции во донирање пакети со храна, топла зимска облека, печки на дрва и др. кај пензионери со ниски примања што живеат во планинските села. Со ЗП-Демир Хисар има потпишано меморандум со кој соработката продолжува на уште повисоко ниво. Имплементацијата на меморандумот придонесува за зголемување на грижата за старите лица. Во крводарителските акции што редовно ги организира Црвениот крст, најмногу крводарители има од помладите пензионери



кои доаѓаат од редот на безбедносните структури. Како доказ ќе го споменеме пензионерот-рекордер Зоре Груевски, со дарувани 104 единици од оваа драгоцената течност. Чичко Митре, пензионер во поодминати години, од демирхисарското планинско село Горно Илино, се вмешува во разговорот и се присетува дека докторот и раководството на ЗП-Демир Хисар го посетиле пред 3 години, кога му донирале пакет со неопходни прехранбени производи. Илинка од селото Растојца ни кажа дека присуствувала на едукативно предавање од здравствената и од социјалната област, каде што предавач бил доктор Ацо, при што бил извршен превентивен преглед и мерење на крвен притисок, ниво на шеќер во крвта, холестерол и др.

Со цел интензивирање на сора-

ботката, какви се вашите планови за понатамошните активности?

- Проектот „Недела на грижа за стари лица“, кој заедно го спроведуваме долго време, оваа година планираме да го реализираме на што поголем број пензионери и со поголем број активности. Во раководните органи на нашата организација и досега беа вклучени претставници на пензионерите, а оваа година тој број ќе го зголемиме со вклучување на пензионери во работата на сите наши комисији.

И за крај, како лекар, што ќе им порачате на луѓето од третата доба?

- Преку редовни контроли кај своите матични лекари да внимаваат и да се грижат за своето здравје, затоа што тоа е најважно. Да се дружат и да бидат активни.

Зоран Стевановски

Можности за избор во општеството за сите возрасти

Истражувањата и науката, со нужно вклучување во нив на лицата кои стареат, ќе овозможат поквалитетно планирање и нови сервиси и институции за згрижување за постарите лица. Истражувачките резултати треба да се основа за подобро планирање и практикување, како и за нови технологии во служба на постарите лица. Тие треба да се и редовно објавени во средствата за јавно информирање за да влијаат врз промена на свеста на поширокото граѓанство.

Европската федерација за постари лица, како најстара невладинска организација, е основана во 1962 година. Таа ги застапува правата на лицата кои стареат во Европа и има 28 држави-членки.

Република Македонија не е членка! Подолу ќе издвоиме некои од вкупно 138-те препораки за општествени иновации за активно и здраво стареење и за одржлив економски развој, произлезени од истражувањето во 2016 година од страна на Европската федерација:

Почитување на човечкото достоинство и основните човекови права; Позитивна слика за лицата што стареат, но и за сите други возрастни групи преку заемна соработка и дружење во различни активности;

Вклучување на лицата што стареат во општествените процеси, во истражувањата и планирањата, одлучувањата и спроведувањата на одлуките (или, кажано со зборови на постарите лица „ништо за нас без наше учество!“);

Почитување на автономија и лична одлука на старите лица;

И кога семејството се грижи за постарите лица, нужна е општествено-економска поддршка;

Нагласена е определбата на повеќето постари лица да стареат во домот, но едновременно да се интегрирани во локалната заедница. Дома не значи само дотогашниот свој дом, туку тоа е посложен физички и социјален простор кој е побезбеден, попаметен, поудобен и е приспособен на потребите и на способности-

те на постарите лица. Нужно да се овозможат независност и самоопредување, услуги и помош засновани врз други лица, користење иновативна напредна технологија за поддршка и услуги (пример, автомати, работи со вештачка интелигенција и говорно командување, нови системи за комуникација и сл.);

Обезбедување нормално движење и мобилност во јавниот простор и на улица; приспособени влезови, седишта, забавено внимателно за творење на вратите во средствата за транспорт; безбедно минување преку улица и подготвеност за помагање на оние што имаат тешкотии сами да поминат; достапност во приодот кон различни институции и јавни места; јасни и читливи соопштености и означувања; повеќе клупи за одморање и јавни чисти тоалети;

Ангажирање обучени стручни лица кои ќе се грижат за потребите на постарите лица, добро платени и почитувани (правници, медицински лица, психолози, социјални работници,

информатичари и техничари, негувателки итн.). Специјални бесплатни обуки за грижа околу старите лица се неопходни како за професионалците така и за членовите од семејството;

Да се обезбедат сервиси и финансирање во рамките на општините како на дневни центри така и на групи за (само)помош, организирана соседска солидарност, меѓугенерациско домување итн.;

Да се воспостави национално биро за информации и советување за постарите лица;

Ширење позитивна слика за постарите лица преку различните медиуми;

Добро организирана мрежа за информации, комуникации и медиуми со услуги за постарите лица (пример, телемедицинско надгледување, телемедицинска грижа, оспособување за употреба на интернетот, паметните телефони, избор и следење на електронски филмови, театарски, оперски, балетски претстави и кон-

церти, виртуелно дружење во домашни услови и сл.);

Ползување на науката, образованието, културното и уметничкото творештво за подобри креативни дострели кон повисок квалитет на живеење на постарите и сите други лица од различни возрасти;

Во економски и финансиски аспект придобивка е инвестирањето во унапредување на домувањето, транспортот, инфраструктурите и разни сервиси за постарите лица, бидејќи тоа ќе ја раздвижи економијата и ќе отвори нови работни места за иноваторите и производителите.

Правото на образование во постарите лица и образование во текот на целиот живот е разгледувано на меѓународниот форум во Москва, во 2019 година, од погоре наведената Европска федерација за лица што стареат. За некои основни заклучоци и препораки од овој форум, можеби во друг напис!

д-р Олга Мурцева-Шкарик

ЗП-КРИВА ПАЛАНКА

Промоција на книгата „Доајени на физичката култура и спорт во Крива Паланка“

Во големата сала на општината Крива Паланка, пред многубројната публика во која преовладува пензионерите, се одржа свечена промоција на монографијата „Доајени на физичката култура и спорт во Крива Паланка“ од пензионираниот професор, д-р Јордан Михајловски. На Михајловски ова му е втора книга што ја издава со поврзаноста на спортот во Крива Паланка. Првата негова книга е „Историја на спортот во Крива Паланка 1912-2018 година“. Со издавањето на двете книги се пополни една значајна страница од општествениот и социјалниот живот во Крива Паланка, односно се прикажува генезата на најголемата авантура на спортот кој на овие простори трае повеќе од еден век. Возвишената епопеја на спортот се опишува на еден посебен начин, односно ентузијазмот на неколкуте млади спортисти кои во скромни услови сепак постигнале значајни резултати на локал-



ната, македонската и европската спортска сцена. Поточно, оваа книга сведочи за историјата на спортот и физичката култура во Крива Паланка за околу 108 години. Таа е напишана со помош на писмени сведочења и сеќавања кои ги има во архивите на ЛУ „Градски музеј“ - Крива

Паланка и со волонтерска помош од невладината организација „Егри“. Михајловски во своето обраќање им се заблагодари на сите кои на некој начин придонеле да излезе оваа значајна книга. Финансиската книга е потпомогната од Здружението на пензионери од Крива Паланка.

Промотор на книгата беше м-р Велин Стојановски, пензионер, кој на еден прекрасен начин ја промовираше книгата „Доајени на физичката култура и спорт во Крива Паланка“ од пензионираниот професор, д-р Јордан Михајловски. На промоцијата беше присутен и

градоначалникот на Крива Паланка, Борјанчо Мицевски, кој им се обрати на присутните и притоа истакна дека овие две книги во иднина ќе послужат како литература за спортот и физичката култура на овие простори.

Б. Стојчевска

ЗП-ВАЛАНДОВО

Вљубеник во планинарењето и освојувач на планинските врвови

Лазар Митров е пензионер од Валандово, кој целиот работен век го помина во полициска униформа како командир во ПС Валандово. Тој денес е активен планинар и член на планинарското друштво „Кожув“ од Гевгелија. Лазар, по заминувањето во пензија во 2010 година, имал време на претек кое не знаел како да го искористи. За да си ги направи деновите посполнети, почнал да се занимава со овоштарство.

Тоа беше активност за пет дена во неделата. Во два преостанати дена почнав најпрво аматерски да се искачувам на околните ридови. Ме привлекоа планинските височини, небеските сводови, убавините и богатството на нашите планини, чистиот воздух. Во текот на 2013 година станав член на ПД „Југ“ од Валандово. Друштвото беше мало и не многу активно. Бидејќи членството на ПД „Кожув“ од Гевгелија беше многу поактивно, побарав да бидам примен во нивното друштво. Така, од 2014 година сум активен член и на ова планинарско друштво. За време на овој мој планинарски стаж имам направено поголем број искачувања на повеќе наши планини како: Шар Планина, Кораб, Баба, Јакупица, Јабланица, Плачковица, Беласица, Осогово, и се разбира, Кожув. На овие планини се имам искачено скоро на сите врвови, а највисок е „Кораб“ со 2.753 метри.

Најзначајни и најмили ми се искачувањата по врвовите на Кожув, на кои се чувствувам како дома. Надвор од Македонија имам патувало до соседна Бугарија, со искачување на планината Рила, односно нејзините врвови „Полежан“ од 2.851 метар надморска височина, „Без бок“ од 2.641 метар надморска височина. Посебно доживување ми е гостувањето во Бугарија, кое беше на 23 септември 2014 година. Кога пристигнавме во планинарскиот дом на Рила времето беше убаво и ветуваше пријатно искачување. Меѓутоа, преку ноќта заврна снег и утредента кога станавме времето беше целосно променето.

Беше студено, магливо утро, но тоа не нè премисли и решивме со добри водичи сепак да се искачимо до Рилски Езера. За време на искачувањето групата се раздвои и моравме да се снаоѓаме. Дел од екипата се послужи со жичницата, додека јас со неколку планинари се пробивавме по снегот кој допираше и над колената. Одевме од еден рид до друг, па се искачивме и на третиот врв, а од езерата ни трага. Откако видовме дека снегот упорно вее, почнавме да се враќаме за да не ги изгубиме трагите. Долго пешачевме додека стигнавме во планинарскиот дом. Кога се вративме ни беше кажано дека ние всушност сме биле над езерата, но поради маглата и снегот не сме можеле да ги видиме.

Во моите искачувања постојано сум придружан од



мојата сопруга, која исто така е голем љубител на планините. Планините нè хранат, и во нив се чувствуваме како во рајот. Се восхитуваме од глетките на густите и бујни шуми, на високите борови, раширените дабови, витките брези во шумите. Не може да се опише глетката на шарените цвеќиња во разни бои. Не можам да кажам кога планините се поубави, во пролет кога се облемуваат со зелено или во есен кога се обоени речиси со сите бои на виожитото. Не може да се опише чувството кога ќе се качам на карпа и кога со раширени раце лебдам над околината. Имам чувство како да имам крилја и како да можам да полетам. Ова чувство на полет не може да се опише, тоа може да го почувствува само човек кој ќе се најде во таква ситуација.

Можам слободно да кажам дека по секое искачување се чувствувам подмладен, со поголем елан и дека на овој начин ми се продолжува животот. Чистиот планински воздух, благодарите на планините и овој спорт се големи. На овој начин си го подобрил здравјето, заборавам на ишијасот, притисокот и слични здравствени проблеми, и се стекнав со поголема физичка кондиција. Посебна приказна се чаевите кои ги собираме по падините на секоја планина или печурките кои се непроценливи за секој планинар. Ги повикувам сите пензионери да се вклучат во овој или кој било друг рекреативен спорт, бидејќи само на тој начин ќе им дадеме на нашите години живот. Само така ќе си го подобриме здравјето и животот во третата доба ќе ни биде посполнет - со воодушевување раскажуваше Митров.

Горица Михајлова

ЗП-СОЛИДАРНОСТ АЕРОДРОМ

Успешна 2019 година и план за 2020 година на Клубот на љубители на книгата

На 24 декември 2019 година, Клубот на љубители на книгата при ЗП-Солидарност Аеродром ја одржа последната средба за 2019 година. За разлика од вообичаените средби со претставување на гостин, книжевен творец, средбата беше искористена за сумирање на резултатите од работата на Клубот во 2019 година, како и за донесување на план и програма за работата во 2020 година. Завршната средба беше почестена и со присуството на претседателот на ЗП-Солидарност Аеродром, Скопје, Димитрија Богатиноски, како и на пејачката група при Здружението, која исполни неколку песни, со што на средбата даде посебно свечен чин. Следуваше и усвојување на извештајот за 2019 година и на програмата за 2020 година. Според извештајот, во март 2019 г. беше издадена и пригодна монографија за десетгодишната работа на Клубот. За печатењето на монографијата, финансиските средства беа обезбедени од ЗП-Солидарност-Аеродром, а целокупната подготовка ја направи група членови на Клубот, на волонтерска база, од комплетното оформување на содржините, лектурирањето, форматирањето па сè до дизајнот на кориците.

Во текот на 2019 година беа одржани 9 средби на Клубот на љубители на книгата, од кои на 8 од нив имаше гости, книжевни автори, кои ги претставија своите најнови издадени книги, или по нивно барање го претставуваа нивното целокупно книжевно творештво. Средбите беа масовно посетувани, а публиката со особено внимание ги следеше излагањата при претставување на книжевните дела. Посетителите беа активни и во поставување на прашања до авторите, со цел подобро запознавање со нивните пориви и цели при создавањето на нивните дела.

Вообичаено, гостите автори од своите книжевни дела оставаа примероци за библиотеката што е формирана

при Клубот. Соработката помеѓу клубот „Љубители на книгата“ и ЗП-Солидарност Аеродром се оцени дека била одлична.

Во планот и програмата за 2020 година, меѓу другото, се заклучи:

Да се продолжи со вообичаената практика на поканување на гостин за секоја средба, од кои минимум 80 отсто да бидат творци на уметничка литература, а максимум 20 отсто дела од други жанрови.

Да се воспостави соработка со некое од средните училишта, со цел нивно учество во работата на Клубот, т.е. под раководство на наставникот да подготват критичка анализа за одреден книжевен творец.

Во текот на 2020 година, групата автори книжевни творци при Клубот ќе ја продолжат практиката на посета на пензионерски и старечки домови, со своја програма, со вообичаено читање на поезија и дружење.

Во текот на 2020 година, Клубот ќе биде отворен за соработка со слични пензионерски клубови или секции кои го негуваат книжевно творештво.

Вообичаените годишни екскурзии на редовните членови на Клубот на сметка на ЗП-Солидарност Аеродром, по можност, да се планираат со содржини поврзани со книжевноста и книжевниците на Македонија.

Во библиотеката да се изврши класифицирање и уредување на книжевниот фонд за негово поинтензивно користење од страна на читателите пензионери.

Во програмата се предвидени и неколку нови активности, како што се скромни подароци за гостите творци, доделување на благодарница со утврден формат и изглед на сите што придонесуваат во збогатувањето на содржините на работата на Клубот.

На крајот од средбата, неколку поети членови на Клубот прочитаа свои песни.

Јован Мазгански,
претседател на Клубот

ЗП-КОЧАНИ

Промоција на нова книга поезија

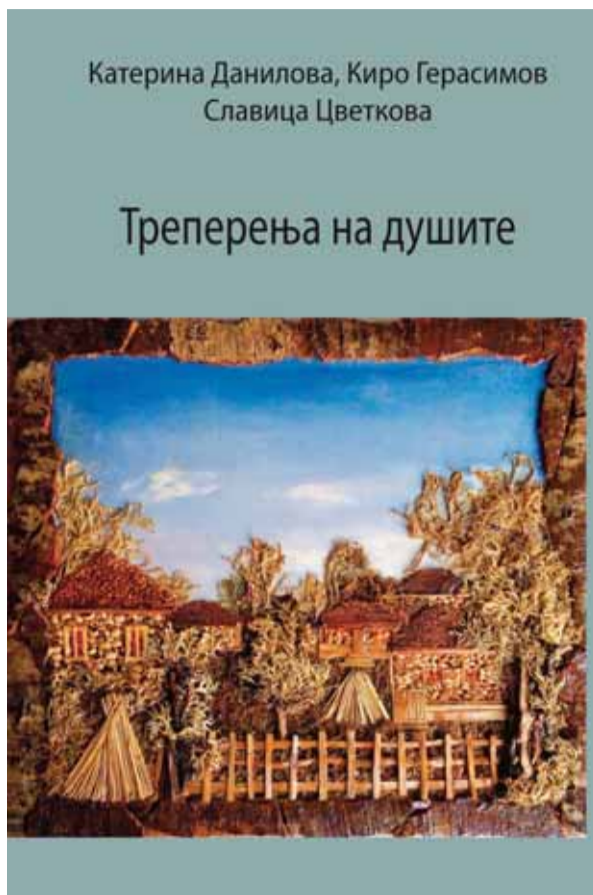
Роднокрајните автори Катерина Данилова, Кирил Герасимов и Славица Цветкова ја објавија најновата поетска збирка под заеднички наслов „Треперења на душите“. Се работи за заедничка поетска збирка на овие тројца роднокрајни автори кои сиот свој работен век го поминаа во Кочани како новинари. Во книгата се содржани четириесетина песни од овие автори, создавани во последниве неколку години.

На промоцијата, која се одржа во библиотеката „Искра“, присуствуваа голем број љубители на поетскиот збор, почитувачи на творештвото на овие тројца пензионери.

Промоторка и воедно рецензентка на стихозбирката е м-р Аника Илијеска-Горгиева, која претставувајќи ја поезијата на Данилова, Герасимов и Цветкова ја истакна заедничката нишка во нивното творештво, а тоа е носталгијата кон педесеттите години од минатиот век.

Родени во педесеттите години, овие тројца роднокрајни автори заедно студирале на Филолошкиот факултет и подоцна работеле иста професија, новинарство. Во изминатите четириесетина години оставиле значајни траги во севкупното живеење на кочанскиот крај и пошироко, но оставиле траги и со свои дела и во македонската литература - истакна Илијеска-Горгиева.

На промоцијата, стихови од авторите интерпретирале м-р Љупка Стоименова, професорка по македонски јазик. Книгата е во издание на печатницата „Европа 92“ од Кочани, а е потпомогната и од Здружението на пензионери од Кочани. **К.Г.**



Пензионерот Страшко Милошевски сестран активист



Страшко Милошевски е „тазе“ пензионер со пензионерски стаж од неполни 2 години, но тој никогаш не се почувствувал како пензионер. И денес е активен на сите полиња што биле во делокругот на неговите активности пред да се пензионира. Тој не е непознат на пошироката македонска јавност, па и надвор од нашите граници. Неговиот живот претставува плетенка од разни занимања и активности. Тој е човек со кого секој може да разговара со часови, а да не почувствува досада. Неговиот животен пат е чуден, интересен и исполнет.

Страшко со своите родители се доселува во Пробиштип од Крива Паланка. Овде се запишува во рударското училиште и како средношколец се среќава и со театарската уметност. Станува член на драмската секција при училиштето и ја добива првата улога. Во тој миг како да почувствувал дека тоа ќе биде негова животна определба. Со формирањето на драмското студио „ЗЕР“ при Домот на културата во Пробиштип, Страшко станува негов редовен и активен член. И покрај тоа што по завршувањето на средното рударско училиште се вработува како рударски техничар во рудниците „Злетово“, не го напушта драмското студио. И по првите две претстави, во 1978 година со претставата „Кралот Иби“ на Републичките драмски смотри во Кочани ја добива првата награда за најуспешна машка улога, а со истата претстава на Сојузниот ама-

терски драмски фестивал во Требиње повторно добива награда за најуспешна машка улога. Иако работи како рудар, се редат претстави и награди. Така кај него се раѓа желбата да се запише на Факултет за драмска уметност и да заплива во театарските води. Во неговата желба пресудна улога имале двајцата режисери на драмското студио „ЗЕР“, Васил Шумански и Симеон Гаврилов, кои верувале во него и го убедуваа дека ќе успее како артист. Во една пригода Страшко ќе рече: „Рудар можам да бидам секогаш, но да се обидам да бидам она што е сон на многу млади луѓе, да бидам артист“.

Со убедувањата на Шумански и Гаврилов, Страшко се запишува на Факултет за драмска уметност во класата на Цукан Диневски и со голема упорност факултетот го завршува во рекордно време. По дипломирањето се вработува во Домот на културата „Злетовски рудар“ во Пробиштип како раководител и режисер во драмското студио. Тука започнува и неговото патешествие од еден во друг театар, од една до друга претстава и многу освоени награди. Едно време е директор на Домот на културата во Пробиштип, потоа член на театарот во Штип и член на „Скрб и утеха“ во Скопје, учесник во „Македонски народни приказни“. Неколку години е и уметнички директор на меѓународниот театарски фестивал „Свети Јоаким Осоговски“ во Крива Паланка. Во 2014 година, кога овој театар одбележува мал јубилеј - 5 години од неговото успешно работење, Страшко Милошевски станува лауреат на наградата за особен придонес во македонската театарска уметност и култура, рамо до рамо со Зафир Хаџиманов, Милица Стојановска и уште двајца актери.

Покрај професионалното ангажирање, со уште четворица ентузијастички формираат „Слоу фуд“ во Пробиштип или поддржување на традиционален начин на производство, приготвување и консумирање на здрава храна. Негови познати производи се јаболковиот оцет „Киселачки“ и разни ракии од лековити тревки. Во моментот се подготвува за учество на балканскиот „Слоу фуд“ насловен како „Тера мадре“ во Битола.

Страшко е и еден од основачите на планинарското друштво „Плавица“ во Пробиштип. За изминатите девет години ги има освоено сите планински врвови повисоки од 2.750 метри на Балканот.

Со „тазе“ пензионерот Страшко Милошевски може да разговарам не со часови, туку со денови. За сè она што има постигнато во животот, за неговиот ведар дух, за човекот кој со посебни емоции говори стихови од многу поети и по разни поводи може и роман да се напише. **М. Здравковска**

РАСКАЗ

Газдарица

Веќе неколку дена не се отвора портата. Веќе неколку дена не чула звук од чекори. Веќе неколку дена ништо не се случува. Се редат деновите тажни, тмурни, монотони... Денови без сонце, без топлина, без радост. Ќе го кренеше погледот кон прозорецот и ќе се сретнеш со натежнатите темни облаци, тешки како и нејзините години. Некаде патуваат. Одат, бавно, но се движат, дури побрзо и од неа. Нејзе ѝ треба време да го помине патот од креветот до вратата и да излезе во дворот. Тоа кусо растојание ѝ се чинеше како вечност. Како пат без крај. А тоа се само неколку метри. Ќе застане така пред куќниот праг и ќе се загледаше во лисјата на гранките. Треперат. Го слуша нивниот трепет.

Жива сум - ќе си речеше. И пак ќе тргнеше кон бесконечното патување до креветот. До своето пристаниште.

Така и денес. Се довлечка до креветот. Ја пружи слабата, дури просирна рака и шарена со брчки. Само корки леб на масичето. Зема една и почна да ја јаде. Со што да ја натопи? Со сопствените солзи. Почувствува празнина во душата. Некаква тапа болка ѝ го прободе срцето. Се исплаши дека можеби му се случило нешто на синот. Можеби е болен. Ројот црни мисли се згусна. Сè ѝ се измеша. Се издвојува само стравот и грижата. Злокобни како мора, како црни сеништа.

Во тој момент до неа дојде мачката. Единствената нејзина пријателка. Само таа имаше време за неа. Само таа имаше разбирање за неа. Њ се доближи тивко, пријателски. Ја погледна како да сакаше да ја утеши. Ја погали. Нејзиното меко крзно ја потсети на нежна детска косичка. Каде ли е сега? Зошто не се јавува? Па знае дека е беспомошна. Знае дека е сама. Знае дека тој ѝ е единствената потпора. Што се случува? Па не може да ја заборава. Тој ѝ е единствениот син. Тој ѝ е сè што има. За неговите чекори живее. За неговото присуство е гладна, не за леб. За збор е жедна. Што да стори? Денот си заминуваше. Се палеа уличните светилки. Темнина ја исполнуваше собата. Се' беше темно. Во душата уште потемно. Нешто како да наслушна. Но тоа беше само ветерот што шеташе по покривот. Ги строеше гранките на дрвјата во дворот.

Ова ли е живот? Не, ова личеше на бдење над сопствената смрт. Ова не беше живот, ова беше неживот. Каде е радоста? Каде е надежта? Дури ни спомени не ги сакаше. И одмилеа. Ги туркаше од себе како страшила. И сеќавањата ја растажуваа. Не беше некој верник, но не беше ни неверник. Секогаш се труеше да прави добро. Колку што можеше. Има ли Господ? Ако го има, што му згрешила? Зошто ја казни да живее во затвор без

стражар, без пресуда. Па и во затвор има луѓе, има зборови. Ја допре сувата корка, но не ја зема да ја јаде. Нека ја за утре. Можеби нема да дојде ни утре. Заспа во сон, без соншта. Како да пропадна во дупка, без воздух, како да пропадна во ништо.

Тропање. Гласови. Чекори. Срцето ѝ затрепери како фатена птица. Очите ѝ ги поплавија солзи радосници. Сакаше да се јави, но глас не излегуваше од сувото грло. Едвај изговори: - Дојде ли?

На вратата застапа непознат човек. Се стаписа таа, но и тој. За миг настана штама. Се поткрена обидувајќи се да стане, но безуспешно. Зад човекот стоела жена и дете. Неговите љубопитни очиња ѝ пратија добра мисла. Не се натрапници. Но кои се? Што бараат? Ги гледаше чудовидена. Човекот тивко прозбореше:

Која си ти, од каде тука во собава? - Која сум, си рече самата во себе.

- Јас сум газдарицата на куќата, а тажна гримаса се појави на лицето на непознатиот. Некаква мешавина од сожалување и изненаденост.

- Каква газдарица? Куќата ја купив. За тебе никој не спомна. - Што да рече? Да плаче ли? Да моли ли? Да колне ли? Кого? Непознатиот не е виновникот. Но кој е тогаш? Можеби нејзината преголема љубов? Зошто му ја препиша на негово име? Што сега? Каде? Со кого? Ова ли е крајот? Ваков ли е? Се уплаши од животот, ја посака смртта. Со растреперен, едвај чуен глас рече:

- Ако не сум газдарица, не знам која сум. Прави со мене што сакаш. Исфрли ме на улица, уби ме. Само едно те молам, не спомнувај ми го него, син ми! Јас всушност и не сум имала син. Сум ја имала само мачкава. Занеме. Сè пресуши во неа. И солзите, и љубовта, и тагата. Остана само пустош во душата. Не ги слушна кога замина. Очајот ја исклучи од сè. Утрента пак чекори. Не сакаше да слуша, не сакаше да гледа. Го молеше Господ да ја земе. Чекорите кои се доближуваа се разликуваа од оние кои со денови ги исчекуваше. Дланката ѝ почувствува нежна топлина, како нежна детска косичка, како крзното на нејзината единствена пријателка, мачката. Заминувам, си рече, молба ѝ се исполнува.

- Бабо, разбуди се - ѝ влезе милина во увото. Да не се тоа ангелите? Со крајчето на окото сирна. Ангелчето личеше на детето од вчера. До него непознатиот.

- Не плаши се. Синоќа одлучивме. Ќе продолжиш да си живееш како досега. Не плачи, па нели рече дека ти си газдарицата. Така и ќе остане.

Некогаш туѓите се похумани од родените - си помисли, ги склопи спокојно очите и замина...

К.С.Андонова