



Нов проект на СЗПМ

2018-та Година на инклузија (вклученост) на старите луѓе

Согласно со Програмата за работа на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија донесена од Собранието на Сојузот на седницата одржана на 22 декември 2017 година, Комисијата за здравство и социјална политика на Извршниот одбор на Сојузот изготви Програма за реализирање на активностите во 2018 година.

Во Програмата за работа на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија, 2018 година се прогласува за – Година на инклузија (вклученост) на старите луѓе во активности што ги преземаат и други граѓански организации како што се здруженија за семејно насилиство, родова еднаквост, здравство, социјална дејност, еколошки активности и друго, со цел СЗПМ и здруженијата да се вклучат, да се промовираат, да ги апострофираат и изложат потребите на пензионерската

2018 ГОДИНА НА ИНКЛУЗИЈА НА СТАРИТЕ ЛУЃЕ



СЗПМ

СОЈУЗ НА ЗДРУЖЕНИЈА НА ПЕНЗИОНЕРИ НА МАКЕДОНИЈА

популација. Во овој контекст треба да се истакне и оствари поголема соработка со центрите за социјална работа, учество на оваа популација во разни трибини, панел дискусији и друго, каде што се говори за старите лица вклучувајќи ги и корисниците на пензија.

Дел од активностите од Програмата за работа на Сојузот и сега се одвиваат и во здруженијата и во СЗПМ, но се предлага во 2018 година помасовна и поинтензивна соработка и вклученост на здруженијата на пензионерите со други организации, органи и институции со цел развивање меѓусебна соработка, вклучување и реализација на пензионерските потреби, како и подигање на свеста на сите нивоа во третманот на старите лица.

Заради реализација на оваа програмска задача Комисијата за здравство и социјална политика ги предлага следните инклузивни активности:

ПОИНТЕНЗИВНА ВКЛУЧЕНОСТ И СОРАБОТКА СО ОПШТИНСКИТЕ ЦЕНТРИ ЗА СОЦИЈАЛНА РАБОТА

- остварување соработка односно информирање на пензионерите како ризична социјална група за правата и бенефициите кои може да ги остваруваат преку центрите;
- откривање пензионери кои имаат потреба од социјална помош и грижа, особено за пензионери кои живеат во далечни рурални средини преку преземање мерки од надлеж-

ност на центрите;

- давање совети односно изготвување барање до центрите за остварување на соодветното право;
- вклучување на здравите пензионери во активности што ги реализираат центрите (донирање храна, собирање стара облека, донирање дрва за огрев, опфат на пензионери од ризична група со бесплатни вакцини против грип и друго);
- детектирање на пензионерите врз кои се врши семејно насилиство.

СОРАБОТКА СО ДРУГИ ГРАЃАНСКИ ОРГАНИЗАЦИИ

- помош на старите лица – вклучувајќи ги и пензионерите, согласно со дејноста на тие организации како помош и грижа за стари лица преку разни облици и форми;
- соработката може да се оствари со непосредно склучување на меморандуми за соработка преку кои ќе се остварува заемна активност со вклучување волонтери од здруженијата на пензионерите и корисници на услуги – пензионери членови на здружението;
- соработка и вклучување во разгледување прашања поврзани со граѓанските организации на кои активности носители може да бидат СЗПМ и здруженијата на пензионерите.

ПОИНТЕНЗИВНА СОРАБОТКА СО ОПШТИНСКИОТ, ГРАДСКИОТ И РЕПУБЛИЧКИОТ ЦРВЕН КРСТ ВО ГРИЖАТА ЗА СТАРИТЕ ЛИЦА - ПЕНЗИОНЕРИ

- соработка во работата на дневните центри и клубови кои ги координира Црвениот крст;
- едукативни предавања на пензионерите за најчестите заболувања во третата добра (дијабетес, хипертензија, респираторни заболувања, Алцхаймерова болест, мозочни удави, малигни заболувања кај двата пола и др.);
- вклучување на пензионери-волонтери во откривање на пензионери-бездомници на кои во соработка со активисти на Црвениот крст ќе им се пружи соодветна помош.

УЧЕСТВО НА ТРИБИНИ, ПАНЕЛ-ДИСКУСИИ И ДРУГО, ПОВРЗАНИ СО ПЕНЗИОНЕРСКАТА ПОПУЛАЦИЈА ОД АКТИВИСТИ НА ЗП И СЗПМ,

- статус на граѓански организации (ЗЗФ и измени на законски решенија со кои се оптоваруваат пензионерските здруженија кои се финансираат со сопствени приходи);
- поддршка на одделни проекти за изградба на пензионерски и старски домови со цени адекватни на пензионерскиот стандард;
- поддршка на проекти кои се финансираат од меѓународни организации;
- прашања од здравство, пензиското и инвалидското осигурување, прописи од домен на извршување и друго.

ИНКЛУЗИЈА ВО АКТИВНОСТИ ОРГАНИЗИРАНИ ОД ЛОКАЛНАТА САМОУПРАВА

- соработка и вклучување во изградба, реконструкција и опремување на пензионерските клубови како неопходни места за спроведување активности, односно за социјален живот на пензионерите;
- вклучување во одбележување на значајни датуми за општината и здруженијата на пензионерите;

- вклучување во активности за зачувување здрава животна средина на пензионери волонтери (засадување дрва и цвеќиња, уредување паркови и зеленило и грижа за инвентарот кој го користат и пензионерите).

ПОИНТЕНЗИВНО ВКЛУЧУВАЊЕ НА ПЕНЗИОНЕРИ-ВОЛОНТЕРИ ВО ОГРАНОЦИТЕ ВО РАЗНИ ФОРМИ НА АКТИВНОСТИ

- во голем број статути на здруженијата на пензионерите и сега е назначено дека огранокот треба да води евидентија за стари и болни пензионери, редовно да ги посетува и да им се дава соодветна помош, но тоа треба да биде уште понагласено;
- вклучување на ограноците во откривање пензионери со одредени предиспозиции и таленти за учество на ревии на песни, музика и игри, како и во спортски активности организирани од СЗПМ;
- создавање услови за извршување и на други форми на спортски и културни активности.

ВО 2018 - ГОДИНАТА НА ИНКЛУЗИЈА СЕ ПРЕДЛАГА ЗГОЛЕМЕНА АКТИВНОСТ НА:

- активите на пензионерки;
- комисиите за здравство и социјална заштита во здруженијата на пензионерите и ограноците;
- инклузивни активности кои имаат социјално-хуманитарен карактер;
- зголемена инклузија на активисти од доменот на културата и спорту.

АФИРМАЦИЈА НА ПРОЕКТОТ

- Во знак на одбележување на 2018 како година на Инклузија (вклученост) на старите луѓе во СЗПМ и здруженијата ќе биде подготвен постер кој ќе биде доставен до сите здруженија на пензионери – членки на СЗПМ заради афирмирање на инклузивните активности;
- информирање и афирмирање на Проектот Инклузија (вклученост) на старите луѓе во СЗПМ и здруженијата во пишаните и електронските медиуми.

Станка Трајкова
Секретар на ИО на СЗПМ

Среќен 8. март на сегашните и идните пензионерки



СЗПМ

В. Петрушева

ВО ОВОЈ БРОЈ...



РЕЗУЛТАТИТЕ ПОТПИК ЗА НОВИ АКТИВНОСТИ

стр. 2



НА ИСТА СТРАНА

стр. 3

ИНФОРМАЦИИ ОД ФПИОМ

стр. 4

ТРИБИНА

стр. 5

ХРОНИКА

стр. 7

СЕДНИЦИ НА ЗДРУЖЕНИЈА

стр. 8 и 9

МОНОГРАФИЈА ОД АВТОРОТ

ГОРГИ
ТРПЧЕСКИ

стр. 10

ИЗБОР НА АЛБАНСКИ

стр. 12

ЗДРАВСТВО

стр. 13

ЗАБАВА

стр. 15



СЕ СЛАВЕА ПРАЗНИЦИТЕ СО ПЕСНИ И ОРА

стр. 16

ЌЕ ИЗЛЕЗАТ

16. март

во „Нова Македонија“

- Пензионерски видици

23. март

- Прилог за пензионери

во „Коха“

31. март

„Пензионер плус“

Вашата пензија
секогаш на први
во месецот.

НЛБ Сребрен пакет

NLB Banka

Пензионерите гости во емисијата „На иста страна“ на ТВ Сител
Меѓугенерациска и мултиетничка соработка

ЖИВОТНОТО ИСКУСТВО КАКО ПРИМЕР ЗА МЛАДИТЕ

Авторот и водителот на емисијата **Марјан Николовски** и овој апартамент се вклучи во потрага по позитивните примери за тоа како повозрасните луѓе од различни етнички и верски определби комуницираат, а нивните приказни да бидат одлична лекција за младите во државата, за градење заедништво и толеранција.

„Слушајте ги постарите, има што да научите“. Речиси и да не постои млад човек кој не ја слушнал оваа мисла од неговите родители, роднини, соседи, се-како најчесто од оние повозрасните, поискусните, од луѓето од третата доба. Тоа се луѓе што секогаш останаат најпечатлива слика на маалските дружби, пред локалните гранапчиња, по парковите, каде што располнени со муабети даваат надеж за едно поспокојно време, време на разбирање, пријателство, толеранција и соживот.

Појдовна точка во потрага на оваа тема за водителот беа и тврдењата на многумина низ Скопје каде што се собираат и дружат луѓето од третата доба, од различни националности и верски определби. Првата беше во паркот меѓу зградите во населбата Чайр, втората во зградата каде што се одржуваат седниците на Сојузот на здруженијата на пензионерите во Македонија, а третата локација беше во Клубот на пензионерите во скопската општина Сарај. Првата приказна е од скопски Чайр. Тоа е населба каде што со години напред живее мешано население од различна етничка и верска определба. За нив, заедничката дружба на маалските клупи пред зградите е секојдневје. Во овие зимски денови водителот се сретна со неколку соседи кои стоеа во паркчето пред зградите. Од нивните имиња дозна дека сите потекнуваат од различна етничка и верска припадност. Највозрасниот меѓу нив беше **Горѓи Ословитов - Жоб** кој веќе четириесетина години живее во Чайр и кој веќе дека не му пречи дали некој е Македонец, Албанец или пак, Турчин, зашто сите заедно се дружат во маалото. Според него, тајната на нивното пријателство е што тоа трае уште од детството. Ословитов веќе дека најважно е да ги учиме младите да се дружат. Тој е Македонец, но зборува добро турски, а по нешто знае да каже и на албански јазик и тоа е резултат на дружбата со Албаници и Турци.

Наим Речепи е сосед на Горѓи и истакна дека причина за ваките дружби е довербата меѓу соседите. – Гледаме да бидеме еден за сите, сите за еден. Животот во мултиетничка средина може да биде само придобивка, дечата да ги научат сите јазици, и македонскиот, и албанскиот, и турскиот јазик. – Кога другите ќе видат дека моите деца се дружат со тие на Наим, и тие така ќе постапуваат – потенцира **Ангел Петковски**.

Беатин Хусеиновски е младо момче, кое дојде да им се пријатери во разговорот на своите повозрасни соседи. Според него младината треба да го следи примерот на повозрасните и да не ги гледа разликите по каква било основа. Со своите тврдења, според водителот Николовски, овие луѓе со право влегле во албумот на заеднички вредности, сите заедно се на иста страна, на страната на соживотот.

Ера на заедништво

Потрагата по повеќе мудrostи кои би требало да ги слушнат и разберат младите водителот реши да се сртне со пензионерите кои се подготвуваат за седница на Собранието на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија во кој членуваат Македонци, Албаници, Турци, Срби, Роми, Босњаци. Дел од нив пред почетокот на Собранието изразија желба да изнесат свои искуства и да поразговараат на оваа актуелна тема со водителот Николовски.

Бесник Почеста, претседател на Собранието на СЗПМ прв го искаја својот став и потенцираше дека меѓу пензионерите има добар соживот. Тој потекнува од Дебар и веќе дека таму често му се случува Македонец да го поздрави со добар ден на албански јазик, но и обратно, тој ги поздравува неговите пријатели пензионери на нивниот јазик.

– Таа кај нас е секојдневје и така ќе биде и во иднина. Пресудно е домашното воспитување на децата во семејството. Ако во домот на едно албанско семејство зборуваат добро за Македонецот или во македонско семејство зборуваат дека соседот е добар иако е

Албанец, дечата ќе научат и ќе имаат почит кон други. Ако секоја вечер на детето му зборуваш против еден Албанец или еден Македонец, тоа ќе го впие и ќе го практикува. Затоа, ние постарите треба да се трудиме тоа да го спречиме. И мислам дека го пренесуваме ова. Благодарејќи на нашиот тим, тuka во Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија дружарството и почитувањето е на посакуваното ниво, – објаснува Постеста.

Мара Илиќ, претставник на Здружението на пензионерите на Министерството за внатрешни работи на Република Македонија рече дека повозрасните повеќе комуницираат меѓу себе, токму поради нивното животно искуство, кое ги прави да бидат посмириeni и поединствени.

– Возрасните имаат повеќе искуство и мудрост, а младите се потемпераментни, побрзи, не размислуваат толку многу како повозрасните. Немаат трпение. И темпото на живот ги прави да бидат побрзи. Сè сакаат веднаш да им се случи – додава пензионерката Илиќ.



д-р Веле Алексовски, претседател на Здружението на пензионерите на Велес, во младоста поради немање кадар на албански јазик, доброволно отишол да работи во едно село во општината Чашка, каде што живее доминантно албанско население.

– За време на Рамазанските пости секој ден го чукав тапанот за iftar, секој ден бев присутен таму, имавме многу заеднички не заборавни дружби.

Баки Бакиу, претседател на Здружението на пензионерите на општината Сарај раскажа доживување од последната прослава на обележувањето на 10-годишниот џубилеј на здружението.

– Тој ден имавме над стотина гости од сите етнички заедници. Тоа не ни пречеше на крајот, заедно да се фатиме на оро једен до друг. На прославата имаше песни на албански, македонски и турски јазик. За меѓуетничкото дружење битни се колективните примери. Луѓето сами ги прифаќаат ваквите дружења без некој да ги принудува на вакво однесување, – вели Бакиу.

На крајот од заедничкиот разговор, пензионерот Постеста го потенцираше значењето на заедништвото.

– За соживотот заслужни се и медиумите, како што е оваа емисија, која е многу гледана од нас пензионерите.

Секое искајување - нова поука

Водителот Николовски во емисијата посочи дека од пензионерите слушнал многу важни поенти кои младината веројатно ќе мора да ги разбере, но, тој сакаше да дознае и нешто повеќе за тоа дали повозрасните, пензионерите, овие ставови ги практикуваат и во своите здруженија и во Сојузот и како тоа функционира.

Драги Аргировски е повеќе години претседател на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија. Иако веќе десетина години е пензионер, сепак е витален и никогаш не пропушта можност на младите несесично да им даде совет, да им пренесе искуство и знаење. Вели дека мудрите луѓе секогаш сакаат да соработуваат, да создаваат пријателства и да го ценат туѓиот труд, без разлика на годините.

– Дури растевме како деца, а подоцна и како младина, одевме по работни акции и по разни средби на ниво на цела Југославија. Така се учевме да го цениме човекот. Јас се радувам секогаш кога ќе видам дека некој нешто создал, дека успеал. Јас се радувам на тоа, не е важно дали го познавам или не – вели Аргировски.

Според него, се знае дека искуството и мудроста им припаѓаат на повозрасните, но заедно со енергијата на младите ја градат иднината на секое општество.

– Имаме пикник-средби во Ораовица кај Радовиш каде што присуствуваат по девет илјади пензионери од сите краеви на Македонија. Секако тоа се пензионери од различни етнички заедници. Кога се игра оро, игра и Македонецот и Албанецот, и Ром, Турчин, Влад и Србин. Нашата сплотеност треба да биде пример за младите генерации, – додава првиот човек на пензионерите во нашата земја.

Во Република Македонија живеат над 300.000 пензионери. Претседателот на Сојузот посочи и едно позитивно искуство кое се

случува со отворање на секоја туристичката сезона во Дојран, каде што во лето одат и по пет илјади пензионери и тоа во придружба на младите, односно со нивните деца и внуци.

– На нашите ревии на песни, музика и игри има присути и млади и деца. Тие навиваат за својата баба или за својот дедо. Истото го имаме и на спортските терени. Имаме републички и регионални спортски натпревари на кои учествуваат по 500 натпреварувачи во 11 различни дисциплини. Тогаш доаѓаат и навиваат помладите за своите баба или дедо да сојузниот медал, за да се радуваат заедно дома – посочи претседателот на пензионерите.

Како долгогодишен новинар, особено е горд со тоа што во Сојузот на здружението на пензионерите на Македонија има многу боѓато информирање на пензионерите.

– Имаме свој бесплатен весник „Пензионер плус“, со страница и на албански јазик. Весникот е еден од најчитаните во државата, а имаме и богата ВЕБ-страница, потоа месечен прилог „Пензионерски видиди“ во весникот „Нова Македонија“ и страница за пензионерите во весникот „Коха“. Се смета дека само добро и точно информиран пензионер е добар член на нашата асоцијација, а со тоа и на државата. Сето тоа придонесува ние, како пензионери, да се дружиме един со други, а и истото да им го пренесеме и на нашите деца, внуци и на идните генерации, – заклучи Аргировски.

Во староста годините тежат, но се полесни со соживот и вклученост

Ако велат дека мудроста се крие кај повозрасните, тогаш тие заслужиле и поголема грижа со текот на годините. Така во својата потрага по позитивни примери на заедништво водителот дојде до младата Мерита која е дел од тимот на Црвениот крст на Скопје и редовно оди во домашни посети на повозрасни лица на кои им е потребна медицинска помош. Заедно со други волонтери, таа им носи лекови, им мери шекер во крвта и притисок на жителите на скопски Сарај. Водителот ја затекна во куќата на баба Милица, која иако е Македонка, живее во Сарај, средина каде што доминантно население се Албаници. Според нивните изјави не им пречи што се различна националност, туку напротив, велат дека многу се почувствуваат и сакаат да си помагаат един со други.

Следна дестинација беше клубот на Здружението на пензионерите на општината Сарај, каде што тие се собираат и играат шах, домино, пијат кафе, читаат весници, се дружат. Сите се сложија дека посакуваат и нивните деца да останат за да ја почувствуваат оваа дружба и заемна почит, но и да се трудат уште поубаво да живеат.

Пензионерот **Ильја Ачиу** рече дека во клубот имаат и Албаници, и Турци, Македонци, Босњаци и Роми. Заедно комуницираат, се дружат, а за Бајрам и за Велигден си разменуваат подароци. Често прават и прошетки надвор од државата и посетуваат историски знаменитости.

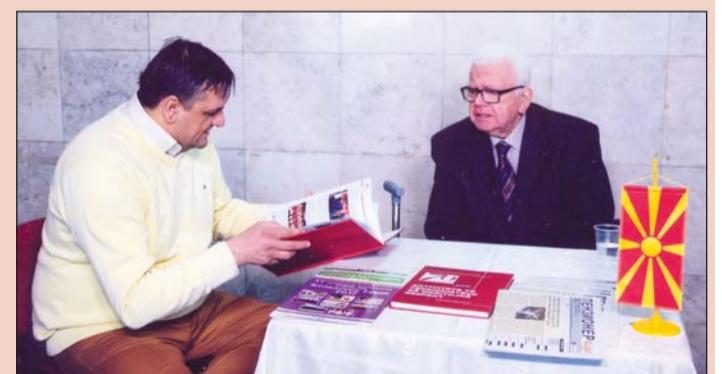
Пензионерот **Махир Дураку** рече дека младите треба да учат од повозрасните, бидејќи дружењето кај возрасните генерации постои и ќе постои.

– Сите треба да се ангажираат за целосноста на Македонија. Не може некој да се удира во гради и да каже дека е поголем Македонец од мене. Јас сум Албанец, но сум државјанин на Македонија. Каде и да одам, кога ќе дојдам тук се чувствуваам послобден и полесно дишам, зашто сум дома – објасни пензионерот Дураку.

Според него, младите не се виновни за ништо, туку сите имаат дел од вината.

– Воспитанието е многу важно, посебно во семејството. Јас како млад сум се дружел со Мајцирмалци. Од Сарај сум одел дури до таму. Таму имаше младински дом, музика, играници. Тогаш никој не ми рекол ти си Албанец, не може тук да доаѓаш. Можеби некогаш некој не навредил, но пошиле секогаш имало и ќе има, но има и добри. Добрите луѓе се надежда на оваа држава, – додаде Дураку.

Не бадијала рекле слушајте ги постарите, има што да научите. Научете ја нивната лекција и застанете на истата страна. Со овие зборови водителот Николовски заедно со луѓето од третата доба го заврши своето патување и ја затвори емисијата „На иста страна“. Пензионерите беа тие кои несебично дадоа сè од себе да вградат



уште едно камче во мозаикот на нови лекции кои младите ќе треба да внимаваат да ги следат и практикуваат.

И да запомнат дека возрасните се секогаш непресушен извор на мудрост, кој треба да се дополнува и да се негува.

Радмила Заревска

ЗП Тетово – Средба со пензионерката Гзиме Хајредини

Примерна активистка

За период од седум години, како пензионерка, Гзиме Хајредини од Тетово учествувала или лично формирала три здруженија со хуманитарни цели. Во 2003 година, пред пензионирањето, го формира и самата станува претседател на здружението „Златна рака“, во рамки **ЖГИ „Антика“** – мрежа која функционира во цела Македонија, како универзална граѓанска асоцијација за човекови права со основа на дејствување во хуманитарната и социјалната сфера. Ова здружение го дели најдлабоко скромен џубилеј – 15 години од постоењето и успешната работа.

Покрај семејните обврски и активности во здруженијата, оваа хумана жена и пензионерка активно се вклучува и во работата на ЗП Тетово и во тековниот мандат од својата база, огранокот „Радован Цоник“ избрана е за делегат во Собранието. И не само тоа, Гзиме е активен член во пе-



јачката група на албански јазик, како дел од заедничката, која што исполну

Скопје, декември 2017 година

ИНФОРМАЦИЈА - за дозначените и исплатените средства за Солидарен фонд за починатите корисници на пензија во периодот јануари-ноември 2017 година

Согласно Законот за пензиското и инвалидското осигурување на Македонија („Службен весник на РМ“ бр. 98/2012 година), Фондот на пензиското и инвалидското осигурување на Македонија е задолжен со согласност од корисникот на пензија, да му се задржи дел од пензијата за обезбедување на средствата потребни за исплата на посмртна помош за членовите на неговото семејство и за членување во Здружение на пензионери (членарина). Врз основа на донесената Одлука бр. 02-02/847 на Одборот на Регистрираната организација на сојузите на пензионерите на Македонија, висината на задржката за Солидарен фонд изнесува 120 денари, а висината на членувањето во здружението изнесува 30 денари, или вкупно задршки во износ од 150 денари. Согласно Одлуката на Одборот на Регистрираната организација на сојузите на пензионерите на Македонија, висината на посмртната помош изнесува 30.000 денари.

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

Во периодот јануари – ноември 2017 година, пресметани и задржани се средства за Солидарен фонд – посмртна помош во вкупен износ од 405.487.280,00 денари од просечно 291.266 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 - ноември 2017 година

Месец	Корисници на пензија кои плаќаат средства за солидарен фонд и членарина	Средства за Солидарен фонд (денари)
Јануари	289.935	35.097.720
Февруари	289.615	35.018.160
Март	289.365	34.958.400
Април	290.496	35.247.360
Мај	290.034	35.197.200
Јуни	291.501	38.242.620
Јули	291.743	38.208.820
Август	292.046	38.295.270
Септември	292.258	38.284.610
Октомври	292.553	38.350.390
Ноември	293.385	38.586.730
Вкупно:	Прекор: 291.266	405.487.280,00

Задршките на средствата за исплата на посмртна помош дозначени во тековниот месец се однесуваат од исплатата на пензите за претходниот месец, односно средствата од задршки за посмртна помош за ноемвриските пензии ќе бидат во функција за исплата на Солидарен фонд за починатите корисници во месец декември 2017 година.

Средствата исплатени за Солидарен фонд – посмртна помош и бројот на починати корисници на пензија во периодот јануари – ноември 2017 година, се прикажани во следната табела:

Табела 2: Број на корисници и исплатени средства за Солидарен фонд - посмртна помош за период јануари - ноември 2016/2017 година.

Р.бр	Месеци	Починати 2016 година	Исплатени средства 2016 година	Починати 2017 година	Исплатени средства 2017 година	Разлика
0	1	2	3	4	5	(5-3)
1	Јануари	1146	34.380.000	1170	35.100.000	720.000
2	Февруари	1144	34.320.000	1166	34.980.000	660.000
3	Март	1151	34.530.000	1166	34.980.000	450.000
4	Април	1149	34.470.000	1174	35.220.000	750.000
5	Мај	1153	34.590.000	1169	35.070.000	480.000
6	Јуни	1156	34.680.000	1275	38.250.000	3.570.000
7	Јули	1156	34.680.000	1255	37.650.000	2.970.000
8	Август	1157	34.710.000	1301	39.030.000	4.320.000
9	Септември	1161	34.830.000	1226	36.780.000	1.950.000
10	Октомври	1162	34.860.000	1277	38.310.000	3.450.000
11	Ноември	1168	35.040.000	1298	38.940.000	3.900.000
	Вкупно:	12703	381.090.000	13.477	404.310.000	23.220.000

Во периодот јануари – ноември 2017 година, во Фондот се исплатени средства за посмртна помош во износ од 404.310.000,00 денари за 13.477 починати корисници на пензија и споредбено со истиот период во 2016 година кога се исплатени 381.090.000,00 денари за 12.703 починати корисници, во 2017 година тој број е зголемен за 774 и се исплатени повеќе средства во износ од 23.220.000,00 денари.

Од податоците дадени во горенаведените табели, се гледа дека по периодот јануари – мај 2017 година, задршката за Солидарен фонд, а со тоа и исплатата на Солидарниот фонд е зголемена во просек за 2.900.000,00 денари, односно има зголемена исплата за близу 100 починати корисници повеќе од претходниот период. Ова зголемување се должи на спроведената Одлука на Одборот на Регистрираната организација на сојузите на пензионерите на Македонија, со која задршката за Солидарен фонд од месец мај, па здадено со месец октомври 2017 година беше зголемена за 10,00 ден., односно од 120,00 на 130,00 денари.

Со оваа времена Одлука, како што и се очекуваше, Фондот успеа да ги исплати сите заостанати барања, кои заради недостиг на средства, со месеци не можеа да бидат исплатени. Меѓутим, и понатаму сметаме дека по враќањето на задршката на претходниот износ, средствата што се издвојуваат нема да бидат доволни за целосно и редовно сервисирање на Солидарниот фонд. Споредбените податоци за смртноста во 2016 и 2017 година укажуваат дека бројот на починати корисници на пензија во 2017 година е поголем за 774 и со истиота задршка, тие нема да може да се исплатат.

Токму заради тоа, потребно е Одборот на Регистрираната организација на сојузите на пензионерите на Македонија, да преземе соодветни подолгорочни решенија согласно законските регулативи, за да може Фондот на ПИОМ редовно и на време да ја сервисира исплатата на посмртната помош за починатите корисници, а притоа да не се чека толку долго за исплата на овие средства кои имаат наменска основа.

Според погоре изнесените податоци, се констатира дека во периодот јануари – ноември 2017 година, по основа на задршки на средства за Солидарен фонд се акумулирани средства во износ од 405.487.280,00 денари, кои заедно со пренесените средства од 2016 година во износ од 9.084,00 ден. и уплатите од задршки за Солидарен фонд во износ од 11.680,00 денари, изнесуваат вкупно 405.508.044 денари. Во истиот период се исплатени средства за посмртна помош за корисниците на пензија во износ од 404.310.000,00 денари.

Салдото на сметката на 30.11.2017 година изнесува 1.198.044,00 денари.

Скопје, декември 2017 година

ИНФОРМАЦИЈА - за членарина за членување во здруженија на пензионерите заклучно со ноември 2017 година

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

Издвојувањето на посмртната помош и членарината се врши од пензијата на корисникот на пензија, освен од семејната пензија на дете остварена по основа 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 пензионерите на Македонија.

Според Одлуката на Одборот на Регистрираната организација на сојузите на пензионерите на Македонија во 2014 год., висината на задршката за членарината е 30,00 денари и истата Фондот ја доизнува на сметката што ја определува Регистрираната организација на сојузот, по секоја исплата на пензиите за тековниот месец, а распределбата по сојузите ја врши СЗГМ.

Во 2017 година, средства за членување во здруженијата на пензионерите заклучно со ноември 2017 година, се дозначени во вкупен износ од 96.230.993,00 милиони денари.

Табела 1: Број на корисници кои плаќаат членарина и пресметаните средства за период јануари-ноември 2017 година

Р. бр	Месец	Број на корисници на пензија	Членарина	Средства
1	Јануари	289.568	30	8.763.420,00
2	Февруари	289.248	30	8.743.590,00
3	Март	289.002	30	8.728.740,00
4	Април	290.132	30	8.800.920,00
5	Мај	290.668	30	8.788.290,00
6	Јуни	291.138	30	8.814.330,00
7	Јули	291.378	30	8.208.500,00
8	Август	291.686	30	8.826.570,00
9	Септември	291.899	30	8.823.333,00
10	Октомври	292.195	30	8.839.350,00
11	Ноември	293.029	30	8.893.950,00
	Вкупно			96.230.993,00

Од вкупниот број на пензионери, заклучно со месец ноември 2017 година, кој изнесува 310.603 (работничко, воен и земјоделски), на 293.029 корисници на пензија им се врши задршка за членарина во износ од 8.893.950 денари и истите се дозначени на сметката на Регистрираната организација на сојузите на пензионерите на Македонија.

Табела 2: Број на корисници на пензија на кои не се врши задршка за членарина заклучно со ноември 2017 година

Вид на пензија	Работничко осигурување	Воено осигурување	Земјоделско
----------------	------------------------	-------------------	-------------

ТРИБИНА

Разговор со Грицица Манасијев, претседател на ЗП Пробиштип

Акцент на хуманитарните активности



Колумна

**Мендо
Димовски**

За поквалитетно живеење

Празниците и бадниците, новогодишни и божиќни и Богјавление – Водици и оваа година беа достоинствено одбележани и меѓу пензионерите, со организирани средби, другарувања и повеќе хуманитарни активности...

Мене, пак, на 13-ти јануари патот ме водеше кон нова прослава, на стара Нова година. Навистина, преку гла-ва ми дојдоа празниците и воопшто не ми се одеше. Прво, си велев, каква прослава на Нова година, кога веќе еднаш ја прославивме, а и самот ат-рибут по кој стара се нарекува, и тоа ме одвраќаше. Ми изгледаше како славење на враќањето нааназад, а се во животот е подобро кога се гледа и се оди наанадр. Сепак, не можев да им одолеам и да им го кршам атерот на многумина мои другари, сегашни и поранешни колеги и да се спротивставувам на воведената традиција и ими-мот што го изградија последните годи-ни и тие да го слават овој ден и вер-киот празник „Василица“. Всушност, единствената причина што се упатив на веселба беше моето претпочитува-ње на светецот Свети Василие Вели-ки, а искрен бев љубопитен и за обредот што се најавуваше.

И додека се возев кон прославата, размислевав кој тоа бил толку умен па уште го вовел кршењето погача со паричка и избирањето кум, кога тоа не-ма врска со религиозноста на пови-ките. Колку што ги познавам сите таму што беа, како мене исти, сите до еден беа атеисти, а верувам дека немаше причина сега некому да се докажуваат и да го залажуваат. Туку, се уште не сум сигурен и кај овие нововерци дека Бог не им се вселил во душите и ги направил послушни!

Но и мене мислите никако да ми се одвојат од обредот со кршењето по-гача и барањето на паричката! Тогаш и јас го молев Господ да не ми го до-дели „златникот“, па да го одијам и да им го расипам кумството на другарите!

Од занесот ме оттргна глетката по-крај Спомен-куќата на Мајка Тереза, околу која се насобрале поголем број граѓани. Веднаш помислив дека кул-турен настан се случува и посакав ту-

ка да останам.

- Што чекате, луѓе? – прашав некој кумина.
- Народен ручек чекаме – во еден глас ми одговорија.
- Па кој ви го дава јадењето?

- Мајка Тереза, а народен го викаме затоа што и ние сме дел од народот и фала му на Господ, еднаш неделно овде да се најадеме. Ете, што чекаме, и за нас подобар живот чекаме – ми објасни еден од групата со благодарност, но и нездоволство што дошол до ова дереце!

Убав гост од „Мајка Тереза“, си реков и уште еднаш бегло погледнав и забележав многу постари, тажни и из-немоштени лица, меѓу кои сигурно имаше и пензионери.

Отидов на кршење и јадење погача. Додека јадев – јанка ме изеде. Цело време размислевав за тоа како повеќе и ние пензионерите во Сојузот, па и во здруженијата уште подобро да се организираме и поконкретно да ги насо-чиме активностите за да им го подоб-риме животот на постаратите луѓе и наши членови. Не оти тоа не сме го пра-веле досега, но на почетокот на оваа година со засилено темпо да придо-несеме уште помасовно да се вклучи-ме во оваа акција. Во соработка со сите одговорни и ревелантни субјекти максимално да се заложиме и да ги прошишиме нашите активности и деј-ствувања за подобро и поквалитетно живеење.

Всушност, ова го предвидува и Про-грамата за работа на СЗПМ за оваа година и преземените активности за нејзино поцелосно реализирање. И не е случајно што е прифатена иниција-тивата 2018-та година да се прогласи за најинклузивна, што подразбира и најмасовна вклученост на сите од-го-ворни членители на Сојузот и здруже-нијата во остварувањето на активнос-ти за подобрување на животот на пензионерите. Овде првенствено се мисли на хуманитарните активности и подготвеноста на пензионерите за во-лонтерско ангажирање, за безпоштедно давање физичка, духовна и материјална помош на сите на кои навис-тина им е потребна. Ова не значи дека не треба да ни бидат ефектни сите проекти што ги имаме за пензионер-ската социјална карта, за ревиите, за спортските натпревари и уште да не ги набројувам.

Ако се потрудиме, сигурно ќе успе-ме!

П.С.

Со веселба заедно со другарите ги испратив старата Нова година и Васи-лица. Среќниот добитник на паричката неколку пати ја целуваше, се крсте-ше и на кумството му се радуваше. Тогаш и тој подобар живот спомну-ваше. Можеби пак навистина Господ на сите ќе ни помогне да ги оствариме своите желби и поставените цели.

ЗП Штип

Прес за проблемите со изградба на Домот

На 04.01.2018 година во просториите на ЗП Штип, раководството со претседа-телот **Александар Захариев**, одржа Прес конференција при што претставниците на медиумите беа информирани за фактичката состојба со изградбата на Домот на пензионерите.


– Јас на функција претседател на ЗП Штип бев избран пред една година. Во текот на 2017 година постигнавме многу добри резулта-ти, а посебно на полето на културата, спорот и хуманитарните деј-ности. Проблемот со изградбата на Домот на пензионерите е од прет-ходните години. Бидејќи јас не бев на чело на здружението, евидентацијата и кни-говодството не ми беа достапни, особено затоа што адвокат на Здружението беше Виолета Петкова, керка на тогашниот претседател на ЗП. На барањето да ја достави документација, ни беше одговарано, дека обвинителството го истражува случајот. Почитувајќи ја истражната постапка, оставивме обвинителството да истражува и покрај сознанието за некои неправилности. Заради одредени сомненија го сменимвме претседателот на Надзорниот одбор Душко Јовановски, кој ги потпишува извештаите за надзор и го избраувме Андон Лазаров. Новото раково-дество се зафати со тековните обврски. Сите одлуки, посебно оние кои се со ма-теријална вредност, откако сум претседател, одговорно тврдам, дека се донесени со одлуки на ИО, а во интерес на членовите на здружението. Исто така, го сменимвме дотогашниот адвокат, и сега не застапува Марјан Михов. Очекуваме да се реши спорот со изградбата на Домот, за што се заинтересираат повеќе факто-ри. Нема да дозволиме нарушување на угледот на ЗП Штип, кое е афирмирано, не само во Републикава, туку и во странство, – истакна Захариев.

На прашањето до каде е судскиот спор за изградба на домот, адвокатот Марјан Михов рече, дека во моментот е стопирана градбата со судско решение за бе-справна градба, а детали поради истрагата не се дозволени да бидат објавени.

На прес конференцијата **Горги Боризов**, ги запозна новинарите со достигнува-њето на играорната група „Ленка Пингова“ при ЗП Штип, која на на Меѓународниот фестивал „Трета доба“ во Јубљана, Р. Словенија, заедно со ЗП Гочче Петров достојно го претставија здружението, СЗПМ и нашата држава.

Ц. Спасикови

тски игри се вративме со едно прво,

две втори и едно четврто место. Успешно ги организираме и меѓуопшти-нските спортски натпревари кои траат со години и децении, а се одржуваат помеѓу пензионерите од Крива Паланка, Кратово, Пробиштип и Свети Николе. Во делот на културата КУД „Весели Пензионери“ настапи на сите фести-вали на изворен фолклор во Македо-нија, како и на фестивалот „Балкански черга“ во Република Бугарија од каде се вратија со освоено Специјално при-знание за автентичен приказ на изворниот фолклор од нашиот крај како и успешниот настап во сите дисциплини кои се организираат во етно стил. Тука се наградите и признанијата од нашите фестивали и фолклорните ревии што ги организира СЗПМ.

Во делот на здравствената заштита на нашето членство организираме две едукативни предавања од областа на здравството. Преку нашето здружение испративме 25 пензионери на бањско лекување, можне успешно ја реализирајме „Неделата на приказ за старите лица“, по разни поводи доделивме по-веке прехрамбени пакети на ранливата категорија пензионери, а помагавме и финансиски. Во делот на рекреацијата организираме 12 екскурзии во кои учествуваат над 1300 пензионери, посе-тивме повеќе културни и верски објек-ти, а нашиот придонес беше во партци-ципацијата во превозот. На крајот би ја споменал и добрата соработка со гра-доначалникот, Локалната самоуправа, ОО „Црвен крст“, здравствените, обра-зовните и културните институции. Со години трае и соработката со хумани-тарната организација „Помош за Маке-донија“ од Холандија, а како и со неко-лку КУД од соседна Бугарија. Тие се чести гости на нашето здружение и ни-когаш не ја одминуваат посетата на

Лесновскиот манастир и околната. Имавме малку проблеми со снабдува-њето дрова за нашите пензионери, но некако успеавме и овој проблем да го надминеме и навреме да ги обезбеди-ме сите наши членови, – ни изјави пре-тседателот Манасиев.

Многу планирања за 2017 година и многу активности успешно реализи-рани. Кажете ни нешто за работата на разграниците кои не ги спомена-вте?

– Годинава, покрај културата и спо-ртот, акцент ќе ставиме на хуманитар-но-социјалните проблеми за да им по-могнеме на ранливата категорија пен-зионери. Во границите на нашите мож-ности ќе помагаме со парични средст-ва, доделување на прехрамбени про-дукти, упатување на бањско-климат-ско лекување, почетни посети на пен-зионери кои живеат во селата и не мо-жат секогаш да ги посетат здравстве-ните установи и друго.

Исто така, ќе настојуваме Клуб – са-лата, секогаш да биде пријатно катче за забава и рекреација на нашето чле-нство. Спортските активности ќе оста-нат и понатаму, но не само преку реги-оналните, републичките и меѓуопшти-нските спортски натпревари, туку ќе изнајдеме нови форми. Останува во 2018 година да го решиме проблемот со недостаток на простор, каде би се собириле пензионерите од разграни-ците на село. КУД „Весели пензионери“ ќе ги започка подготвките за настапите на сите културни манифеста-ции, во општината, во Македонија и надвор од нашата земја и се надевам дека ќе го задржат успехот од претход-ните години. Со други зборови ќе ги продолжиме досегашните активности, но ќе има и нови, – го заврши своето излагање претседателот Манасиев.

М. Здравковска

Уште еден проект со учество на СЗПМ

Превенција и рана дијагностика на Алцхајмерова болест/деменција во РМ

Тргнувајќи од потребата за поупре-шно справување со проблемите од Алцхајмеровата болест/деменцијата, во декември 2017 година потпишан е Меморандум за соработка помеѓу: Здружението за Алцхајмерова болест – Македонија, Здружението ЈУСТИЦИЈА и Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија. Партерството подразбира организирање и спроведување активности во рамките на проек-тот за „Превенција и рана дијагностика на Алцхајмерова болест/деменција во Република Македонија“. Со тоа официјално е интензивирана соработката која беше иницирана и започна на од-бележувањето на Светскиот ден на здравјето – 7 април 2017 година, на тема „Ментално здравје и депресија /деменција“. Двете здруженија како и СЗПМ се членки на мрежата Инклузи-ва М (за социјална инклузија на стари-те лица во Република Македонија) од 2016 година и остваруваат континуи-рана активност и соработка со други

срдни здруженија и организации во државата.

Според најновите извештаи на Све-тската здравствена организација, Алц-хајмеровата болест (деменција) прет-ставува се поголем глобален здравствен, медицински, социјален и легислативно-правен проблем во целиот свет, бидејќи деменцијата е една од водеч-ките болести во светот со околу 27 милиони заболени луѓе, а до 2050 година се предвидува дека бројот ќе се зголеми до 50 милиони заболени од овие, засега фатални промени во мозочното ткиво.

Според најновите истражувања, ри-зикот за тоа кој ќе заболи од Алцхај-меровата болест/деменцијата може да се предвиди уште пред 10–20 години пред да се појави клиничката манифе-стација на болеста. Здружението за Алцхајмерова болест – Македонија и неговиот претседател д-р Драган Илиевски, како идеен творец, го поди-гна овој проект и ги повикаа на сора-

Д-р Илија Глигоров

манифестации што ги организира зд-ружението по разни поводи, што беше со задоволство прифатена.

Најголемо внимание беше посветено на прашањето за изнаоѓање простории од општината за отворање клубови за пензионерите во ограните село Дра-чево, Ново Драчево и Пржино. Според плановите на општината се преземаат активности за оспособување на Кул-турниот дом во село Драчево со што се отвора можност таму да се добие про-сторија за клуб во селото.

Кирил Велинов

Црвен крст на град Скопје

Соработка со градоначалникот



Делегација од ЗП Кисела Вода – Скопје, предво-дена од претседателот на ИО **Благоје Арсиќ** се соста-на со градоначалникот на Општина Кисела Вода **Фи-лип Темелковски**. На сред-бата стана збор за соработ-ката помеѓу здружението и општината врз база на пре-

ходно потпишаниот Мемо-рандум за соработка. При-тоа претседателот Благоје Арсиќ му го честиташе из-борот за градоначалникот, а потоа го запозна со лич-ната карта на здружението. Тој изразој желба градона-чалникот да писуствува на позначајни активности и

OZEGIN ВАША СЕМЕЈНА АПТЕКА

ЕВРОБАЛКАНСКИ ЛИДЕР ВО ПРОМОЦИЈА НА НОВИ МОЛЕКУЛИ

SUPER DIET



Ginseng *Bio* Protect

Премиум производ за двојно дејство:

ТОНУС + ИМУНИТЕТ

- Сибирскиот женшен придонесува за одржување на ТОНУСОТ
- Ехинацеата придонесува за одржување на ИМУНИОТ СИСТЕМ

ИМУНИТЕТ

Ехинацеата е вистински дар од природата кој во својот состав содржи: хлорогена и кафтичарична киселина, ехинакозиди, вербакозиди, арабиногалактани, есенцијални масла, алкалоидите тусилагин и изотусилаген, кои придонесуваат за одржување на имунитетот.

ВИТАЛНОСТ

Елеутерокоус или сибирски женшен е карактеристичен по присуството на над 35 активни компоненти: карактеристичните за него елеутерозиди, кумарини, полисахариди, стероли и есенцијални масла, поради што уште од дамнината се користел во традиционалната медицина за одржување на виталноста.

ЗАШТИТА

Матичниот млеч како пчелин состав содржи: протеини, слободни аминокиселини, феноли, стероли, шекери, минерали, елементи во траги. Од претените го содржи автентичниот алаплумин 1, а од липидите карактеристична само за него 10-хидроксидеценочна киселина. Значајна храна за матицата која благодардите на него има поголема заштита-отпорност од разни влијания и подолг век на живеење во однос на другите пчели.

АНТИОКСИДАНТИ

Екстрактот од семките од грейпфрут содржи особено високи концентрации на биофлавоноиди кои имаат својство да ги неутрилизираат штетните слободни радикали. Покрај тоа содржи и витамин Ц, токофероли, лимонска киселина, лимониониди, стероли и минерали.

Лукот е познат уште од античко време како високо ценето медицинско растение.

PHARMALIN капсулите содржат 350 mg високо квалитетен лук кој содржи специфична состојка АЛИЦИН

АЛИЦИНОТ се ослобудува во stomакот со што се избегнува непријатниот вкус на лукот

PHARMAVITAL

PharmALIN

350 mg

ЛУК ВО КАПСУЛИ

NEW
PHARMAVITAL
PharmALIN
350 mg
GARLIC CAPSULES
KNOBALUCH KAPSELN

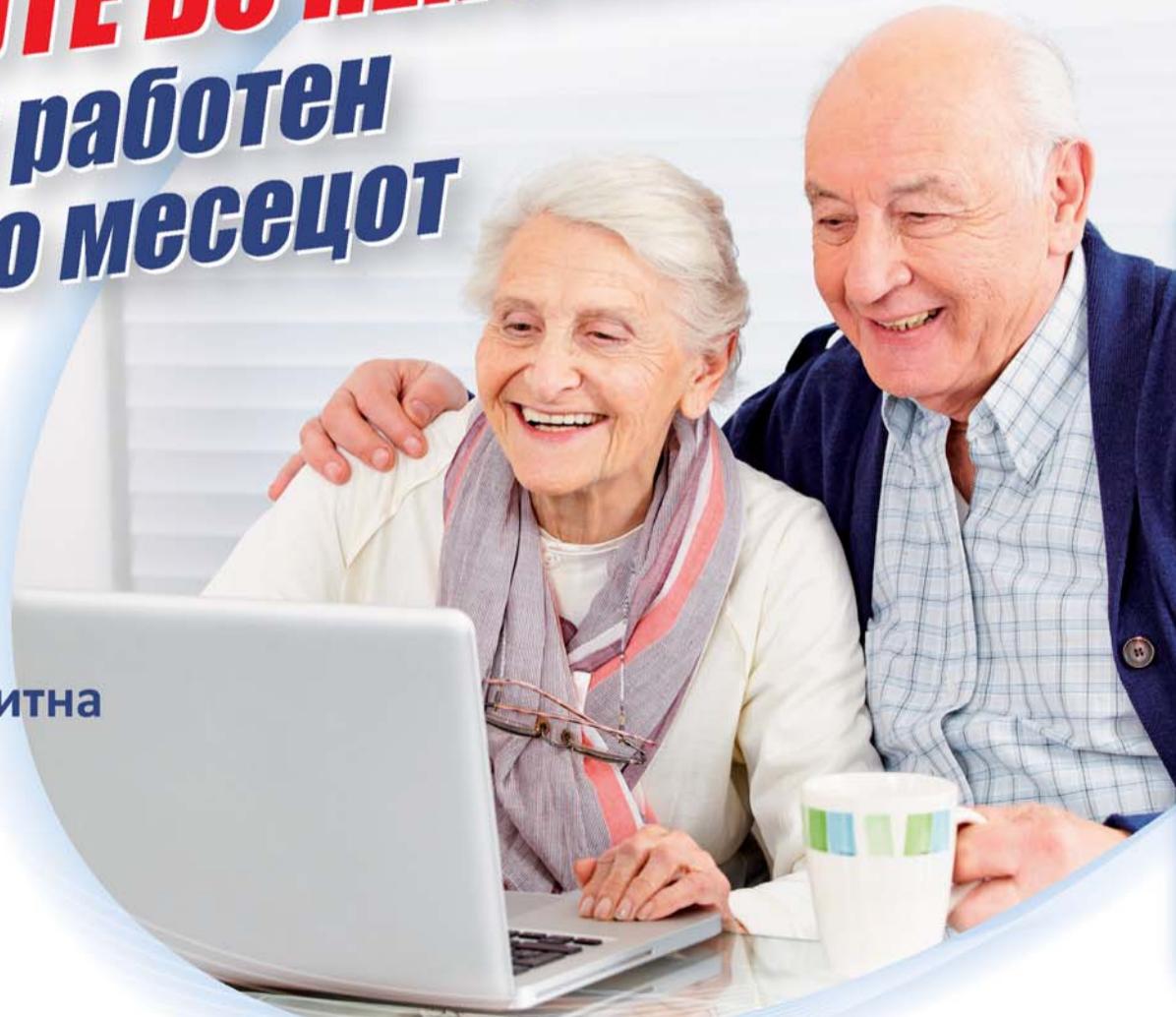
60
CAPSULES
KAPSELN

VEGETARIAN / VEGETARISCH

FOOD SUPPLEMENT /
NAHRUNGSERGÄNZUNGSMITTEL

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
ововозможува да
располагаат со
средствата од
својата пензија
уште во првиот
работен ден во
месецот.



Вевчани

Музика и сатира на Вевчанскиот карнавал

Карнавалот, со кој се слави доаѓањето на новата година по стариот календар, во чест на верскиот празник Свети Василиј Велики – штитник на вевчанските василичари и Вевчани, започна со музика и забава вечерта на



на настаните беше на 14 јануари на средосло со василичарското оро кое се виеше преку дента и попладнето кога Карнавалот заврши со традиционалното палење на маските.

– Вевчанскиот е најстар карнавал, со најдолга традиција во Македонија и пошироко. Уникатен е и единствен, а учесниците имаат слобода да критикуваат и иронизираат – рече на прес-конференцијата вевчанскиот градоначалник **Сашо Јанкоски**.

Вевчанскиот уметник, професор **Симион Лешоски**, автор на дизајнот на пасочиштот на Република Вевчани и на вевчанските банкноти – личини, зборуваше за сите специфични обичаи за време на карнавалот со најдолга традиција во

Македонија и пошироко, кој е стар 1400 години и има повеќе од 10.000 посетители.

Министерот за култура **Роберт Алагозовски** на прес-конференцијата истакна дека Вевчанскиот карнавал е бренд на Република Македонија.

– Уникатен е зашто успева народните традиции да ги спои со една отворена критичка култура која вевчанци ја негуваат. Овој фестивал има и огромен потенцијал да го развие руралниот и културниот туризам и ние во таа насока сакаме да го видиме неговиот иден развој. Министерството за култура продолжува да го поддржува карнавалот – рече Алагозовски додавајќи дека овој фестивал е пример за децентрализација во културата.

Меѓу маскираните и публиката во Вевчани имаше значителен број пензионери.

С. Кукунешоски

12 јануари. Наредниот ден осамна со дефилето на маски, а вечерта на 13 јануари исто така беше исполнета со музика и песни од познатата интерпретаторка Блага Петреска. Кулминацијата

ЗП Прилеп

Низ творечкото житие на Мирјанка Р. Селчанец

Дождот што цело време врнеше не беше пречка за љубители на пишаниот збор да ги има во голем број во Градската библиотека на средбата насловена како „Низ творечкото житие на Мирјанка Р. Селчанец“. Оваа неуморна писателка, пензионерка, нема свеченост или манифестија што ја организира Секцијата на жени при ЗП Прилеп, а да не учествува со свои песни, делови од драми или раскази.



се зборува многу.

– Јас на почетокот на своето детство сакав да бидам актерка, рецитирајќи убаво и сакав да студирам драма. Но, тоа ми остана неостварена желба. По завршувањето на Педагошката академија бев библиотекарка, па го завршил Правниот факултет и работејќи во ФПИОМ во Прилеп и почнав да пишувам за моите внучиња Марко, Христина и Ана. Мојата книга за деца „Приказни за Марко“ беше издадена во 1000 примероци и многу брзо беше распродадена по основните училишти – вели за своите почетоци Селчанец.

Вечерта беа претставени и нејзините 22 книги што во изминатите 20 години ги издаде оваа плодна писталка. Мирјанка Р. Селчанец во мај ги претстави и стихозбирката „Крлушки од душата“ и романот „Интимни исповеди“. Тогаш авторката изјави дека пишувањето и претставувањето „растоварување“ на душата и давање место на сонот. Инаку Мирјанка Р. Селчанец пишува и монодрами, кои ги имаат изведувано актерот Мите Грозданов и актерите Снежана Стамеска и Сабина Ајрула. Таа има напишано и повеќе романи, добитник е на повеќе награди и признанија, меѓу кои и Златна плакета за животно дело од градот Прилеп.

К. Ристески

ЗП Кавадарци

Околу 500 пензионери го славеа Св. Трифун

Првата винова лоза и годинава традиционално ја закроија пензионерите на манифестијата Свети Трифун во Кавадарци. Берикетна и плодна година за лозарите, квалитетно и убаво вино и ракија која ќе го постигне бараниот



квалитет, посака претседателот на кавадаречкото здружение **Ристо Ангушев**, закројувајќи ја и свечено виновата лоза. Чинот на закројување годинава во Кавадарци го следеа околу 500 пензионери од нашата држава, а со свото присуство домаќинот го уdstојија и пензионерите од Перник, Р. Бугарија.

ЗП Кочани

Средба со роднокрајни автори

Националната установа Центар за култура „Бели мугри“ од Кочани по повод одбележувањето на 50-годишнината од постоењето на установата започна со реализацијата на проектот во кој пред кочанската јавност се презе-



ла на Центарот за култура за творештвото на овие истакнати роднокрајни автори зборува Габриела Стефановска и Цеца Станкова. Пред присутните беше претставена и персоналната библиографија на роднокрајниот автор Киро Герасимов под наслов „Траги во времето“ за која зборуваше Илија Захариев, виш библиотекар. Двата настани побудија голем интерес кај кочанската јавност. Проектот за претставувањето на роднокрајни автори ќе продолжи и во наредните месеци за да биде заокружен со книга во која ќе бидат содржани сите рецензии и материјали од претставувањето на роднокрајните автори.

К.Г.

нтираат роднокрајни автори.

Досега се одржаа две презентации на кои беа претставени роднокрајните автори Атанас Георгиев и Киро Герасимов. Во преполната сала на Центарот за култура за творештвото на овие истакнати роднокрајни автори зборува Габриела Стефановска и Цеца Станкова. Пред присутните беше претставена и персоналната библиографија на роднокрајниот автор Киро Герасимов под наслов „Траги во времето“ за која зборува-

ше Илија Захариев, виш библиотекар. Двата настани побудија голем интерес кај кочанската јавност. Проектот за претставувањето на роднокрајни автори ќе продолжи и во наредните месеци за да биде заокружен со книга во која ќе бидат содржани сите рецензии и материјали од прет-
ставувањето на роднокрајните автори.

К.Г.

ПЕНЗИОНЕР *илус*

Весник за сегашните и за идните пензионери

Издавач:
СЗПМ

Година XI – број 114-115
февруари 2018 год.

БЕСПЛАТЕН МЕСЕЧЕН ВЕСНИК

Издавачки совет:

Драги Аргировски (претседател)
Бесник Попеста
Салтир Каровски
Станка Трајкова
Гидо Бојчевски
Лена Семенакова
Павле Спасов
Д-р Веле Алексоски
Груцица 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:

Полиграфиснаб ДООЕЛ Скопје

Дистрибуција: „Нова Македонија“

Ракописите и фотографиите не се враќаат.

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

IN MEMORIAM



ДУШАН ШУРБАНОВСКИ

поранешен претседател на Сојузот на здруженија на пензионерите на Македонија

Почина Душан Шурбановски, поранешен претседател на Сојузот на здруженија на пензионерите на Македонија и долгогодишен активист во пензинерското организирање.

Шурбановски силно се залагаше за заштита на стекнатите права од пензиското и инвалидското осигурување и редовна исплатата на пензиите. Вршејќи ја својата претседателска функција беше и поддржувач на воведување и унапредување на пензионери. Познат по својата скромност ја поттикнуваше и социјално-хуманистичката страна во здруженијата со цел да се помогне на оние пензионери на кои тоа најмногу им е потребно. Шурбановски оставил позитивни траги во унапредување на пензионерското организирање во нашата држава.

Благодарност и почит **СЗПМ**

ЗП Гевгелија

Хумани пензионерки - спортистки

Хуманоста треба да се манифишира кон немоќните и болните луѓе особено деца. Да бидеш хуман човек треба да се соочиш со различни живо-



тни ситуации, тешки но и да се доживеат убави нешта. Такви хуманистички спортистки се спортистките од ЗП Гевгелија: Узунова, Амповска, Несторова и Лешева. Тие на 22-те Републички спортски игри освојија прво место во слободно фрлатење во кош. Извршиот одбор при ЗП Гевгелија донесе одлука парично да ги награди, а дел од тие средства спортистките одвојија за купување прехрамбени производи што ги донираа во Центарот за деца со посебни потреби „Мајка Тереза“ во Гевгелија.

Така не тера да размисуваме и да дејствуваат за потребите на човекот, кога е несреќен да почувствува дека не е сам. Среќен е човек кога има тоа што не може со пари да се купи, а тоа е здравјето. **Јана Узунова**

Судбината на една храбра жена

Душанка е веќе десетина години во семејството на пензионерите.

Со својот изглед и однесување привлекува внимание, но нејзините зелени очи имаат тажен поглед. Ценетата е и омилена од сите кои ја познаваат. Во својот работен век им помагаше на сите на кои им е потребна помош, а особено им се посветувала на болните луѓе. Како медицинска сестра на многу пациенти им ги олеснува најтешките мигови од нивниот живот. За нив таа е нивната Душа. Доброта и духовното собрано во неа ја прави голем човек.

Но, судбината успеала да се поигра со неа. Во еден прекрасен сончев ден исполнет со пој на птиците, судбината на Душанка ѝ го оттргна од мајчините претратки единственото син, кој однесе засекогаш кај татко му. Планината од болка ја потрупа, се најде во темна празнина, во бездна од која и се чинеше не можеше да излезе. Господ и даде сила. Многу тажеше за изгубениот син, но со божја помош и сиот ум што ги имаше почна да се враќа во реалниот живот. Се спротистави на депресијата, не робуваше на немоќта и со својот разум си даде смисол на животот. Во љубовта кон внуки и снаа се најде себе си. Почна да ужива во друштво на својот внук и снаа, да ужива во она што го има, така ја ублажува болната празнина и загубата. Ги прегрна уште поцрсто. Сакаше понатаму да живееат сите заедно, да не остане сосема сама. Снаата и стана и син и керка. Се бореше за нив, им даруваше љубов и доброта, ги тешеше во нивната заедничка болка. Стана едно, станаа скрочно и цврсто семејство. Мудрата порака од писателот Емил Зола „Кога некој го нема што го сака, мора да го сакаш оно што го има“. Ова го прими Душка и продолжи со животот. Со снаата и внукиот продолжи да живее во семејната кука, почитувана и сакана од нив приближувајќи се кон крајот на својата животна патека.

В. Петрушева



ЗП Битола

Редовна собраниска седница

На 27 декември 2017 година Собранието на ЗП Битола ја одржа своята редовна седница на која ја разгледа едногодишната работа на Здружението. Седницата ја водеа претседателот на Собранието и неговиот заменик Пеце Гаштарев.

По усвојувањето на дневниот ред беа разгледувани извештајот за финансиско работење и Предлог програмата за работа за наредната 2018 година. Образложение за тоа поднесе

мини како и секоја година, – истакна претседателот на битолските пензионери **Томе Илиоски**.

Станко Сипковски, претседател на НО, го поднесе извештајот за годишното работење на Здружението, при што поединци ставки усно ги образложи. Нормално, интересот беше насочен кон реализација и користењето на финансиските средства.

– Надзорниот одбор констатира дека приходите и расходите се во рам-



претседателот на ЗП Битола, при што годишното работење на Здружението го оцени како многу успешно.

– Ова е спика и прилика за нашето работење во изминатата година. Ве уверувам дека освен по некои пројавени проблеми, од субјективна природа, кои не беа во наша надлежност, сите преземени обврски кои ги имаше раководството на ЗПБ, за оваа година се во целост исполнети. Програмата претпри мали измени, но главно поголемите настани се скоро во исти тер-

ките и според предвидувањата на годишниот финансиски план и програма, што значи дека домаќински и плански се работело – посочи Сипковски.

Сите документи беа едногласно усвоени.

Годишен отчет ЗП Битола имаше и пред претседателите на урбантите заедници од општина Битола и општините Новаци и Могила. По завршените состаноци следеше дружење во ресторант „Папараџи“.

Добре Тодоровски

ЗП Центар

Домаќински се работи и континуирано се штеди

На 26-ти декември 2017 година Собранието на ЗП Центар ја одржа десеттата седница на која се расправаше за Програмата на Здружението и Предлог Финансискиот план за 2018 година. Седницата ја водеше претседателот на Собранието **Вељан Стојковски**, а воведни напомени поднесе претседателот на ИО **Павле Спасев**.

Претседателот Спасев информира-

з за 2018 година, при што заклучи дека со овие средства ќе се обезбеди не-пречено работење на Здружението и републиките ревии на песни, музика и игри, потоа за здравствената заштита на пензионерите, како и партципацијата за користење на услугите на Катлановска бања. Во плодната дискусија во која учествуваа скоро сите членови на Собранието, беше потенцира-



ше колку приходи во оваа година Здружението ќе остави од камати и членарина и колку средства ќе се пренесат од претходната година. Тој ги наведе и планираните вкупни расходи

но дека домаќински се работи и континуирано се штеди, по што ова Здружение е препознатливо не само во Скопје туку и во Република.

Ц. Илиева

ЗП Кичево

Чекори за нови успеси во работата

ЗП Кичево ја одржа последната седница за 2017 година на која беа донесени битни одлуки за работата до крајот на годината, како и финансиски план за првите три месеци од наредната година. Во воведното излагање на секретарот на здружението **Добре Лазарески** беше констатирано дека годината која изминува бележи позитивни финансиски резултати во работењето и покрај тоа што во 2017 година Здружението имаше поголеми трошоци околу реновирањето на просториите наменети за клубот на пензионерите и негово опремување. Членовите на здружението не го криеа задоволството од отворењето на клубот, бидејќи сега во него можат да се сртнат поголем број на пензионери, да се

дружат, да читаат весници, да играт шах, табла, карти и друго.

На седницата беше разгледан и Извештајот на Надзорниот одбор за работењето на здружението, во кој има потврда дека здружението 2017 година ја завршува со позитивно работење и одлични финансиски показатели. За работењето на здружението дискутираше и заменик претседателот на Надзорниот одбор **Донка Трајаноска**.

На седницата беше донесена и одлука за набавка на новогодишни календари кои беа доделени на заедничкото дружење на над 60 пензионерки на дочекаат на Новата 2018 година во ресторантот од хотелот „Кичево“.

А. Ристоска

ЗП Солидарност – Аеродром

Во Новата година по нови успеси

Собранието на ЗП Солидарност – Аеродром, одржа редовна седница на 26.12.2017 година. Пред почетокот на работниот дел, присутните, со единминутно молчење, оддадоа почит на починатите членови на Собранието и другите починати членови. Во согласност со Статутот, како прва точка од дневниот ред беше избор на нов претседател на Собранието. На местото на неодамна починатиот претседател **Стамен Филипов** беше избран **Тодор Тодоров**.

За Програмата за работа на Здружението во 2018 година воведно излагање имаше секретарот **Милорад Ристоски**.

– Планирани активности произлегуваат од статутарните определби, кои особено се однесуваат на застапување за подобрување на стапот на пензионерите на сите полиња. Здружението во соработка со СЗПМ, ќе се залага за: подобрување на стандардот на пензионерите, здравствената заштита, климатско-бањската рекреација и лекување и друго. Ќе се развива и зајакнува соработката со здружението ЗП Кисела Вода и ЗП Охрид и Дебрца и со други организации, а истата може и да се надоградува според потребите.

Во дискусијата по Предлог-програмата свое согледување искаја и претседателот на СЗПМ **Драги Аргировски**, кој потекнува од ова здружение. Тој дискутираше за поддржаната на Програмата, а потенцираше и одредени важни принципи во работата на Здружението и СЗПМ. За дополнување на Предлог-програмата **Димитрија Богатиноски** предложи да се планираат заеднички излети со 14 здруженија од Скопје, заеднички турнири на мали спорти, заеднички



– Со финансискиот план за 2018 година се бележат очекуваните приходи првенствено од членарината бидејќи бројот на членовите континуирано расте и надминува 12.000 пензионери од територијата на Општина Аеродром. Планираниот буџет е реален и ќе овозможи реализирање на сите програмски активности, како и за издавање Публикација „Десет години Клуб на лубители на книгата“.

Во последната точка од дневниот ред беше донесена одлука да се распишат вонредни избори за пополнување на трите испразнети места во Собранието на Здружението.

И. Глигоров

на републичко ниво, од здравствено-хуманитарните активности и друго. Тој констатира дека, со колективна работа кај пензионерите, можат да се очекуваат подобри резултати.

– Планираното, со комплетно залагање на сите, го реализираме дури и повеќе од очекуваното, – истакна претседателот **Андонов**.



Сите материјали, беа едногласно прифатени од Собранието. На крајот, сите заедно, во пензионерскиот клуб во Автомакоманда, ги прославија успехите и резултатите со пригодна предновогодишна свеченост.

Васил Пачемски

ЗП Гази Баба

Забележителни постигнувања

На крајот на 2017 година, на 26 декември, ЗП Гази Баба, на редовна седница на Собранието даде отчет за работата и постигнатите резултати во изминатата година. Покрај членовите на Собранието, присуствува и членовите на ИО и претседателите на разграноците, при што беа донесени значајни документи за натамошно дејствување. Исто така, Собранието ги разгледа Финансискиот план и Програмата за работа за 2018 година.

Се седницата раководеше претседавачот на Собранието, **Ана Ѓорѓиева**, која откако ги поздрави присутните, истакна дека со домаќинско работење и рационално трошење на средствата, сите планирани задачи и активности во минатата година се успешно реализирани. **Стојана Тодоровска**, администратор и сметководител во Здружението, детално го објасни ребалансот на буџетот и неговите ставки, од тековната сметка и финансискиот план за идната година.

Претседателот на ЗП **Горче Андонов**, го запозна Собранието со оперативната програма и активностите во Здружението, со зголемениот број екскурзии, културно-забавни и спортски живот, при што рече дека во овие области посебно е задоволен од успехите постигнати на регионално и

ЗП Карпош

Правилно и економично работење

Здружението на пензионери Карпош на 26-ти декември 2017 година ја одржа седмата редовна седница на Собранието, на која при отворањето претседателот **Јован Глигоровски** го истакна значењето на донесувањето документи за континуирано и успешно функционирање во 2018 година. Тој даде краток осврт и на постигнувањата на ЗП Карпош во тековната година заклучувајќи дека со планираните финансиски средства сите програмски активности се во целост реализирани. Најголем интерес во расправата по предлог одлуките што беа поставени на дневен ред за временото финансирање на здружението, за Финансискиот план и Програмата за работа за 2018 година, предизвика финансискиот план и Програмата за активностите и трошењето на средствата, за што стручно образложение даде книgovodителката **Верика Божинова**. Таа истакна дека правилно финансиски работење и наменско користење на средствата констатирала и Инспекцијата од УЈП која извршила увид во работата на здружението. За планираните активности во наредната година зборуваше претседателот на ИО **Трајко Савески**, кој истакна дека назначените содржини во Програмата се сов-



пааат со утврдените цели во Статутот на здружението.

По конструктивната расправа, во која учествува: **Љубинка Самариска**, **Благоја Ивановски**, **Драгољуб Симоновски**, **Живка Апостолова**, **Михајло Димитриевски**, **Мирјана Спирова** и други, понудените документи беа усвоени.

М.Д.

ЗП Радовиш и Конче

Едногласно усвоени Програмата и Финансискиот план за 2018

На 20-ти декември 2017 година Собранието на ЗП Радовиш и Конче ја одржа седницата на која при отворањето претседателот **Петар Јанков**.

Во подготовката на новата Програма за работа и Финансискиот план учествуваат сите органи и тела на здружението. Во воведното обраќање претседателот **Јордан Костадинов** ги истакна резултатите постигнати на полето на културата, спортут и здравствено-хуманитарните активности. Потоа тој зборуваше за информирањето, јавноста и отчетноста во работата и за понатамошната соработката со СЗПМ и локалната самоуправа.



Собранието едногласно го избраа **Лазар Лазаров**.

Седницата беше целосно проследена од страна на регионалната телевизија ТВ „Кобра“ од Радовиш.

Љиљана Младеновска

СЕДНИЦИ

ЗП Крушево

Донесена програмата и финансискиот план за 2018

На седницата на Собранието на Здружението која се одржа на 27.12.2017 година беше донесена Програма и Финансискиот план на ЗП Крушево за 2018 година.

Уводни напомени за предложената Програма поднесе претседателот на Здружението **Глигор Ангелески** кој меѓу другото истакна дека Програмата за работа е реална и во склад со можностите и приоритетите на Здружението, но истовремено поттикнува и одговорност, како и оптимизам дека истака се оствари.

По предлог на Финансискиот план излагање имаше секретарот на ИО **Димче Трајкоски**, кој меѓу другото истакна дека Финансискиот план е изготвен на основа реалните согледувања и проценки на приходите и расходите и дека истиот е реален и остварлив во колку во идната година сите субјекти во Здружението работат економично, и домаќински ги трошат расположивите финансиски средства.

За овие два значајни документи, присутните покажаа голем интерес што се потврди со плодна и конструк-

тивна дискусија на поголем број од присутните, кои со своите предлози и мислења дадоа голем придонес за подобрување на квалитетот на овие документи.

Исто така, на оваа седница се разгледуваше и информацијата за финансиската состојба на Здружението заедно со 30.09.2017 година. Претседателот на Надзорниот одбор **Василика Дамјаноска** во своето излагање потенцираше дека остварените приходи и расходи, со мали исклучоци, се реализирани согласно Финансискиот план, без поголеми отстапувања. Од информацијата, може јасно да се види дека расположивите финансиски средства се трошат согласно Планот, економично и крајно домаќински.

Овие два значајни документи, како и информацијата за финансиската состојба заедно со 30.09.2017 година, надополнети со мали забелешки, едногласно беа усвоени. На крајот, претседателот на Здружението Глигор Ангелески им ја честиташе Новата година на присутните и им посака многу среќа и добро здравје.

Г.А.

ЗП Охрид и Дебрца

Заложби за нови успеси во 2018 година

Членовите на Собранието на ЗП Охрид и Дебрца на шестата редовна седница во проширен состав со ИО, НО и Статутарно-правната комисија, ја прифатија Програмата за работа и Финансискиот план за 2018 година. По овие два основни документи за работа, свои излагања имаа, претседателот на ИО **Горѓи Трпчески** и потпретседателката **Добринка Талева**, а за новините и очекувањата во здравствената заштита, зборуваше д-р **Димитар Спасески**, член на Комисијата за здравство при СЗПМ.



Активностите во наредната година, како рече претседателот Трпчески, најпрво ќе се одвиваат согласно насоките и одлуките што ќе ги генерира СЗПМ, а приоритетна задача ќе биде заложбата за подобрување на стандардот на пензионерите и соработката со локалната самоуправа.

– Нашите заложби ќе бидат насочени и кон обезбедување бесплатен автобуски превоз во пазарен ден за пензионерите кои живеат во руралните средини, реализација на нашата иницијатива за изградба на Дом за стари лица и исполнување на многу други плански активности од интерес за пензионерите. Во областа на културата и спорот, активностите ќе се одвиваат стандардно, – истакна, меѓу другото, Трпчески.

За позначајните активности и соработката на ЗП Охрид и Дебрца со СЗПМ во 2017 година, кусо образложи **Ристо Трајкоски**, преставник од Охрид во Собранието на СЗПМ. Во обемната и конструктивна расправа по овие два значајни документи за 2018 година, дискутираа речиси сите членовите на Собранието. Поради смрта на двајцата членови на Собранието Блаце Николоски и Иван Наумоски, Собранието на нивно место ги избраа Себаедин Јахја од огранокот „Даме Груев“ и Ристо Томоски од огранокот **К. Спасески**.

ЗП Куманово

Позитивни оценки за работењето

На 26 декември 2017 година се одржа шесттата редовна седница на Собранието на ЗП Куманово, на која во присуство на над 50 делегати, се дадени позитивни оценки за минатогодишното работење како и донесени неколку значајни акти за работење во 2018 година.

Воведено излагање по Извештајот за работа на Собранието и на ИО на ЗП Куманово во 2017 година, имаше претседателот **Спирко Николовски**. По поднесените документи се водеше плодна дискусија, од која произлего и неколку заклучоци. Собранието укажа на потребата од систематизирање на актуелните проблеми, главно во областа на комуналите, здравството и социјалата, изнесени на собирите на пензионерите, со заклучок да се достават до надлежните органи во локалните самоуправи на Куманово, Липково и Старо Нагоричане. Заклучено е да се упати посебно писмено обраќање до СЗПМ за прашања поврзани со солидарниот фонд, ажурирањето на евидентијата и друго.

Собранието ја усвои и предложената програма за работа во 2018 година, со која се предвидуваат активности во здравствено-социјалната и хуманитарната компонента, во областа на културата, спорот, едукацијата, еднодневните излети во природа, информирањето и сл.

Во текот на 2017 година сите функции на Здружението се



одвиваат според предвидената динамика, а без пречки се одвиваше и сервисирањето на средствата од солидарниот фонд за посмртна помош на брачните другари. Посебно внимание беше посветено, како што истакна претседателката на НО **Снежана Андова**, на проектирањето на финансискиот план за 2018 година, според кој не се намалуваат средствата за најфункционалните потреби. На седницата, на дневен ред се најде и проектната програма за уредување на новиот деловен простор на ЗП Куманово.

J. Тодоровска

ЗП Прилеп

Прифатена програмата за работа и наградени најдобрите спортисти

На 30 декември, претпоследниот ден во минатата година, Собранието на ЗП Прилеп ја одржа последната седница во 2017 година. На седницата покрај делегатите присуствуваа и претседателите на 19-те разграноци на ЗП Прилеп и претседателите на комисиите.



Најпрво беше разгледан и прокоментиран финансискиот план за оваа година, а потоа претседателите на Комисиите за здравство, култура, одмор и рекреација, спорт и спортски активности, како и од Секцијата на пензионерки пред присутните ги образложија програмите за работа на овие тела за годинава. Програмите во писмена форма им беа доставени на разграноците и одредени забелешки што биле

таму исказани беа вметнати дополнително во програмите. Преку Комисијата за одмор и рекреација ќе се организираат 8 екскурзии и една дополнителна екскурзија до една соседна земја. По дискусијата делегатите прифаќајќи ги програмите на комисиите поединечно, вушност и ја прифатија и програмата за работа на ЗП Прилеп.

По ова следуваше заедничко предновогодишно дружење со музика и игра во ресторант „Панорама“. Беа присусти и спортисти и спортички – пензионерки и пензионери кои на последната пензионерска олимпијада што се одржа во Кочани, го освојија првото место, односно придонеса во историјата на ЗП Прилеп за првпат минатата година да се запише како најдобра досега на спортски план и им . Така на оние што ги освојија првите места им беа доделени награди и благодарници, како и на оние кои што беа второпласирани. Пофалници и благодарници добија и тренерите на екипите на спортски план при ЗП Прилеп. K. Ристески

ЗП Македонска Каменица

Активности и дружење

Две илјади осумнаесетта година ЗП Македонска Каменица започна со активностите зацртани во Програмата за работа, а на самиот почеток беше извршено деление на календари и пенкала со логото на ЗП за сите пензионери во Општината. Потоа беше спроведена социјално-хуманитарната акција – посета на стари, болни и изнемоштени пензионери за истите да почувствуваат дека не се заборавени. Беа поделени 70 пакети со прехранбени артикли и производи за лична хигиена. Хуманитарната акција се оствари во соработка и помош на локалната самоуправа, за што посебна благодарност до новата градоначалничка Соња Стаменкова исказа претседателот на Здружението Видан Коневски.

Раководството на ЗП Македонска Каменица ветува дека и оваа година ќе продолжи со доделување помош за бањско лекување, оперативно-хируршки зафати до 3000 денари, еднократна неповратна помош за пензионери со ниска пензија и влошена здравствена состојба, во случај на катастрофи и слично.



– Се трудиме да им го подобриме и разубавиме животот на пензионерите во ова наше мало рударско гратче и со бројни дружења, забави, прошетки, екскурзии и слично – вели претседателот Коневски.

Павлина Георгиева



заглави во правните лаверинти, а потребата од домување на пензионери – е голема – нагласи Захариев.

Андон Лазаров претседател на НО, ги отфрли нападите за недомаќинско работење, бидејќи, како рече, ова раководство работи со одлуки и согласно Законот. И книговодителот **Соња Панова** истакна дека планираното е исто како минатата година, како и буџетот, иако има поместувања само во ставките.

Претседателот за спорт **Димитар Папаров** посочи дека и оваа година планира учество на регионалните и републиканските спорчки спортски напреварии.

Од резултатите не е задовolen и затоа мора екипите да се подмладат, во некои дисциплини да се донесат и постручни лица, кои ќе ги насочат напреварувачите. Беа донесени одлуки и за закуп на деловен простор и престанок на користење од досегашните корисници на старото пензионерски дом. Членовите на ИО со некои забелешки, едногласно ги изгласаа програмата и буџетот за 2018 година. Цвета Спасикова

ЗП Охрид и Дебрца

Монографија за селото Завој од авторот Горѓи Трпчески

На ден Богојавление – Водици 19 јануари 2018 година, во селото Завој беше промовирана Монографијата „Завој, корени, стебла и обичаи“ од авторот Горѓи Трпчески, актуелен претседател на ЗП Охрид и Дебрца.

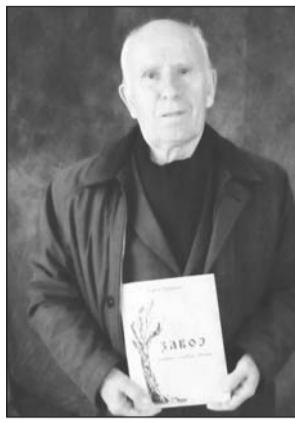
– Монографијата „Завој, корени, стебла и обичаи“ е траен документ кој дава податоци за развојот на фамилјарните стебла за десетина претходни генерации. Тоа е многу битно за сегашните и идните генерации, да си ги знаат своите корени и да ги пренесуваат своите сознанија на генерациите што доаѓаат. Делото содржи етнолошки податоци за охридското село и за неговите жители. Авторот Горѓи Трпчески од заборав ги зачувал историските податоци за селото, родовите стебла на околу 30-тина завојчани до 6 колено, потоа пишува за обичаите, верските празници, но и за видни личности кои потекнуваат од селото, како што е учителот Анастас Митрев од Илинденскиот период, татко на академик Димитар Митрев, но и други податоци, – истакна меѓу другото во обраќањето промоторот на монографијата **м-р Димитар Смилески**.

На промоцијата рецензентот **Проф. д-р Павле Митрески**, рече дека овој труд има за цел да сугерира заедништво и почитување на фамилјарните и роднинските врски кај наредните генерации.

Монографијата беше промовирана пред многу посетители и тоа на празникот Водици, со што Трпчески го одржа ветувањето дадено минатата година на овој празник дека ќе напише книга, и ќе ја промовира во една од 4 светијонски комапии каде што завојчани се собираат и негуваат традиција добра со векови, а која трае до денес.

Во своето обраќање авторот на монографијата **Горѓи Трпчески**, рече дека на монографијата работел една година, а при тоа добил поддршка и помош од многу свои соседани и колеги.

– Со сопругата сме во брак 42 години, но ни било судбина да немаме биолошки пород. Од тие причини, беше еден од мотивите наместо свое чедо, да го оставама ова скромно дето кое ќе живее и по мене и вечно ќе трае во спомен за се-



лото – истакна Трпчески.

Поздравно писмо до авторот Трпчески, испрати и претседателот на СЗПМ **Драги Аргировски** во кое меѓу другото се вели: Честитки за новата публицистичка книга „Завој, корени, стебла и обичаи“ од ценетиот колега и пријател Гоѓи Трпчески, претседател на ЗП Охрид и Дебрца. Многу го раздува кога и во третото животно доба пензионерите творат. Ова е трета по ред публицистичка книга на Трпчески. Првите две се посветени на ЗП Охрид и Дебрца, а оваа е посветена на неговото родно место Завој, живописно и убаво планинско село низ кое минувал и патот Вла Гигијација. Со овие дела тој ја з bogатува и остава трајна трага во публицистиката. Јас како долгогодишен новинар и публицист, можам да потврдам дека публицистиката е најтежок новинарски жанр, бидејќи се баираат големи истражувања, документи, голем труд и посветеност. Мойте искрени честитки за авторот, и да продолжи да твори. – Поздравното писмо на претседателот Аргировски, беше поздравено со аплауз од бројните присутни на промоцијата.

Пригодни зборови до авторот упатија и претседателот на Собранието и секретарот на ЗП Охрид и Дебрца д-р Димитар Спасески, секретарот Стефан Владилов, завојчанецот Крсте Трајески и новинарот Крсте Спасески.

На промоцијата лични творби за авторот Трпчески, под наслов „За нашиот дедо“, прочитала неговите две внуки Александра и Софија Петрески, кои се неговите големи миленички и водилки низ животот.

K. Спасески

ЗП Велес: Разговор со повод со Олга Новачева, писател и активист

„Тивките молњи на Перун“



Олга Новачева е родена во Ташкент, денешен Узбекистан, во 1950 година. Дипломирала и магистрирала на биолошки науки во Скопје. Пензионер е од 2012 година, живее во Велес. Таа е истакната активистка во пензионерската организација. Досега има издадено девет книги. Предмет на нашево интервју е нејзината девета, последно издадена книга „Тивките молњи на Перун“.

Почитувана Олга, вашава нова книга побудува големо внимание кај читателите. Што вушност претставува таа? **Раскази, дневни белешки...?**

– Мојата последна книга е пишувана во вид на дневник, во кој освен моите случајувања и размислувања, се застапени неколку личности од моето опкружување.

На едно место се прашувате: „Не знам зошто ова го пишувам? Се будам ли од мртвилото на сегашноста која трае со милениуми?“ Ги најдовте ли одговорите?

– Секој автор на ова прашање има свои сопствени одговори за мотивот на пишување. Имам објавено збирки на афоризми, на песни, на есеи. Во сите нив во својот израз на себеобјавување преовладува потрага по длабоките неиспитани сфери на постоењето.

Во „Неизвесен пат“ зборуваш за минутите. Ме интересира како ја објаснуваш мислата: „Времето е толку мало и толку нежко, а истовремено големо колку еден живот“?

– Кога се раѓа човек, нему му е дадено Време. Негово, лично, толку колку за еден живот. Тоа е една категорија на време. Друга била кога тоа време е субјективно доживување во вид на ден, час, минута. Ако чекаме нешто или нешто, минутите можат да бидат часови и обратно годината за час ќе помине.

Дали навистина се живее за да се дофати вистината?

– Кога ќе прашате што е вистина, многумина мислите дека го знаат одговорот. Велат ја знаат вистината или дека за секој таа е различна. Јас ќе речам дека вистината се доживува, таа не се учи.

Како ќе ја објаснете мислата на Коле Чашуле: „Да се

пишува на македонски, значи да се војува“?

– Тоа е една парадигма која е прифатена поради разните војни низ милениуми и векови. Знаеме за многубројните војувања, за одземање и присвојување на се што е македонско. Многу очигледно и јасно таа станува во денешното време.

Сигурно сум дека многу читатели, како и јас, бараат подателен одговор на вашата констатација дека „Гревот ли го наследивме, та вака си пакостиме себе си?“

– Ако се следат народните преданија и разни видови на зборовно творештво, често се спомнува формулата на наследување на гревот. Во еден мал или голем простор кога скрекавме меѓусебна нетреливост, пакост, оддалеченост од животот со природата и ако ја бараме причината за ова зло, ќе го најдеме одговорот во гревот што го наследивме од нашите предци.

Дали навистина преку песната може да се открие историјата на еден народ?

– Апсолутно! Но ако зборуваме за песна која ја задржува традицијата на народот, која ја истакнува кодовната наследеност препознатлива за обичниот човек. Песна која нуди радост, озареност, која открива конпеж и тага.

Дали лубето навистина имаат страв од познавање на себе си?

– Ова прашање е многу актуелно. Потребата за спознавање на себеси е архетип. Тоа значи секој, порано или подоцна, ќе мора да се самоспознае. А стравот доаѓа од неизвесноста, зашто не знаеме што ќе доживееме во тој процес.

И за крај: Кој е Перун, што навистина тој претставува за тебе?

– Перун е за мене многу блиска личност која ме научи на многу нешта. Ме научи како да се движам во мојот мисловен лавиринт.

Ти благодарам Олга за искреното и толку оригинално објаснување на нештата содржани во моите прашања.

H. Алексоска



ЗП Кавадарци

Над 1000 бесплатни мерења на крвен притисок

1000 бесплатни мерења на крвен притисок во текот на 2017 година, стои забележано во извештајот на комисијата за здравство и социјала при ЗП Кавадарци. Секоја среда од 09 до 11 часот во текот на целата година на пензионерите им беше дадена можност бесплатно да го контролираат крвниот притисок и при тоа да добијат стручен совет. Оценката на комисијата за здравство, според извештајот е дека генерално, пензионерите од Кавадарци водат грижа за свое-то здравје и редовно ја примаат препишаната терапија. Само мал е бројот од нив кои имаат нормален или низок притисок, додека далеку повисока е бројката на пензионери со висок крвен притисок. Поради тоа акцијата во истиот термин ќе продолжи и во 2018 година.

Целта на ваквата акција е пред сè да се мотивираат пензионерите да водат поголема грижа за своето здравје, а

здрождението само им помага. Здрождението им помага и во мотивацијата за вакцинација, но и во користење и на други бенефиции, – велат од комисијата за здравство и социјала, и даваат дека во изминатата година само за вакцинација на пензионерите субвенционирана со 50%, здрождението кон пензионерите повратило средства во висина од 78.800 денари, а за баштко лекување субвенционирано со 30% за пензионери со пензија до 20.000 денари, повратени им се 303.407 денари. Ова потврдува дека голем дел од средствата одат од пензионерите за пензионерите. Инаку во текот на минатата година во здрождението на пензионери Кавадарци беа реализирани и неколку бесплатни акции за мерење на нивото на шекер во крвта, со стручни совети од доктор специјалист. Ваквите акции здрождението ги организираше во соработка со ОО на Црвен Крст од Кавадарци.

M. Младенова

Престој во вистинска хармонија

Поголемите празници во старскиот дом ПУСЗ – Хармонија се одбележуваат традиционално. Така беше и оваа година. Пред новогодишните празници корисниците заедно со вработените беа вклучени во китење на објектот, а Новата година сите стари лица кои се во можност учествуваа во заедничка вечерка проследена со музика и веселба. За Бадниковите и Божиќните празници имаше организирано кршење на лепче со паричка. Така беше и за Василица.

Приватната установа за Социјална

матичен лекар како и контролни специјалистички прегледи, транспорт до установите за јавно здравство, посета на специјалисти од областа на секундарна и терциерна здравствена заштита доколку има потреба од нив и друго; физиотерапевт задолжен за активни и пасивни вежби со старите лица, масажи, обука при потреба од користење на ортопедски помагала, кинезитерапија – кај пациенти со мозочен удар, парализии, квазиплегии и други заболувања. Негувателите се задолжени за



заштита на стари и изнемоштени лица – Хармонија е основана во месец декември 2016 година и располага со 31 легло. Уживањето во чистиот воздух, зеленилото од падините на планината Водица во насељбата Пржино, како и близината до центарот на град Скопје на само 3 километри, го прави овој дом вистински дом и одличен избор за квалитетен и достоинствен живот на посттарата популација. Згрижувањето на стари и изнемоштени лица во приватната установа – Хармонија е според принципот на хотелско сместување. Грижата за старите лица во ПУСЗ – Хармонија ја обезбедуваат: медицински сестри задолжени за здравствената заштита на старатите лица и ординарите на медиикаментозна терапија, секојдневно следење на крвниот притисок, мерење на шекер и ординарирање на инсулин, организирање на прегледи при

елементарната хигиена кај пациентите кои не се во можност истата да ја обавуваат, хранење на лица кои не се во възможност сами тоа да прават, и готвачи кои се грижат за добра и правилна исхрана на старатите. Во домот има и социјален работник задолжен за оставување на правата од доменот на социјална заштита, социјализација на старите лица преку едукативни, креативни и сликарски работилници, разговори на разни теми, слушање музика – музикотерапија и друго, односно задоволување на културните и верски потреби на старите лица во границата на нивните можности.

С други зборови ПУСЗ – Хармонија прави сè станарите да се чувствуваат како да се дома и спокојно да ги поминуваат деновите во вистинска хармонија.

Калина С. Андонова

Размислување за животот

Живееме во загадените градови заборавајќи на основните нешта, ние си го употребувајме својот живот наместо да се насладуваме со убавината која не е опкружува.

Допревме секаде во вселената и на дното од океаните и ги создадовме најсовршните микроскопи, а сепак не искажавме благодарност. Не велам јас дека не сме интелигентни но, интелигенцијата без љубов е мрак и тегоба. Многу постигнувме, далеку отидовме, но си го скусивме зорот, погледот. И ако светлината внатре во нае е темница, каква ли ќе е тогаш темнината, се запрашал еден мудрец. Оти ништо само по себе не е вредно. И јадењето ако не се посоли не е вкусно. Јубовта е солта и лебот наш најсушен. Оти таа ни го дава погледот кој е вперен и без инструмент во најодачливите галаксии и ни ја дава благодарноста која не учи како правилно да се ползваме со нештата. Јубовта која како термин е толку злоупотребена, така што ѝ се одзеде најосновниот постулат на кој таа почива, несебичноста, а таа ни го дарува најдалекусежниот поглед, за да можеме да кажеме дека сме слободни битија кои знаат како да живеат.

Звезденото небо

Пензија на 1-ви!

Шпаркасе пакет за пензионери

Станете корисник на услугата **Пензија на 1-ви** и очекувајте ја Вашата пензија порано од сите други.

Аплицирајте и за **Шпаркасе пакетот за пензионери**:

- **Потрошувачки кредит** со фиксна каматна стапка од 7% во првата година;
- Максимален износ до 300.000 МКД со вклучена **Полиса за животно осигурување**;
- **БЕСПЛАТЕН траен налог**;
- **Трансакциска сметка и дебитна картичка**;
- **Дозволено пречекорување со ПРОМОТИВНА** каматна стапка од 6% во првите 12 месеци;
- **Без надоместок** за користење Електронско банкарство.

За повеќе информации,
посетете ја најблиската експозитура на **Шпаркасе**.

Точно на
1-ви!

SPARKASSE 
Банка на вашето семејство.

* 14,18% СВТ за потрошувачки кредит на износ од 120.000 МКД, рок на отплата 3 години, фиксна каматна стапка од 7,0% п.а. за првата година и променлива каматна стапка од 8,75% п.а. за преостанатиот период, трошок за апликација 400,00 МКД, премија за животно осигурување за маж на 64 години од 8.950 МКД (во согласност со условите од осигурителната компанија) и без провизија за одобрување на кредитот. Врз висината на СВТ влијае рокот на отплата на кредитот, износот на кредитот, надоместоците за аплицирање и обработка на барањето за кредит, премијата за животно осигурување како и висината на номиналната каматна стапка.

Изображението на стапалата е илустрација и не го покажува точните кореспондентни зони на организмот.



7.900
денари  **ПОПУСТ**
6.700
денари

Контактирајте не **070 215 994**

НАЈСОВРЕМЕНА ТЕРАПЕВТСКА МАСАЖА НА СТАПАЛАТА!

Масажерот за нозе
наоѓа широка употреба
овозможувајќи Ви
постојан третман на
Вашите стапала,
заштеда на време и
пари и што е најбитно
безбеден и ефикасен
пристап во грижата за
своето здравје.
Масажата што ја нуди е
неодолива!

Mbledhja 16 e KE e LSHPM

Janë aprovuar Raportet për punën në vitin 2017

Më 16 shkurt 2018, Këshilli ekzekutiv i LSHPM, ka mbajtur mbledhjen e 16-të me të cilën ka drejtuar kryetari i LSHPM Dragi Argirovski, ku përvjeç anëtarëve të KE, kanë



marrë pjesë edhe kryetari i KM, Mitre Stojanovski, dhe kontabilisti i LSHPM Petar Andreevski e të tjerrë.

Fillimi është aprovuar procesverbal i mbledhja e kaluar e 15-të e KE e LSHPM. Më pastaj është aprovuar edhe Raporti për punën e LSHPM për vitin 2017 të cilin e ka arsyetur Saltir Karovski, nënkytar i KE i LSHPM në të cilin janë përfshirë të gjitha aktivitetet më të rëndësishme të vitit të kaluar. Në mbledhje anëtarët janë informuar edhe për punën financiare të LSHPM për vitin e kaluar 2017. Sqarim lidhur me material e dërguar më parë ka dhënë kryetari i KM, Mitre Stojanovski. Analiza e të ardhurave të dalave të realizuara

jep pasqyrë të situatës dhe udhëzimet për organizimin e mëtejshëm të aktiviteteve të mbështetura me konstrukcionin financier. Nga materiali shihen qartë shumë tregues pozitiv që

vërtetojnë për punë me nikoqirillëk dhe realizimin e planeve në korniza të planit finanziar për vitin 2017. Në mbledhje janë aprovuar të dy dokumentet si dhe vendimi për llogarinë përfundimtare për vitin 2017.

Për projektin e LSHPM "2018 - Vit i inkluzionit të personave pleq" fjalën hyrëse e ka dhënë Stanka Trajkova, sekretar i LSHPM. Në mbledhje është formuar edhe Këshill organizativ dhe janë caktuar nikoqirët për revyaret regionale, si dhe mjetet për mbështetjen e tyre, ndërkaq, janë sjellë edhe vendime të tjera për punët në rrjedhë.

K.S. Andonova

Aktivitete në LSHPM

Projekt për përmirësimin e kualitetit në revyaret e këngëve, muzikës dhe valleve

Më 06.02.2018, në organizim të LSHPM, është organizuar mbledhje këshillëdhënëse përparrimin e revyaleve regionale dhe republikane të këngëve, muzikës dhe valleve, si



mbledhje kanë marrë pjesë kryetarët e shoqatave të pensionistëve nikoqirë të revyaleve regionale, kryetarët e komisioneve për jetën kulturore-zbavitëse në shoqatat: Makedonska Kame-nica, Gjorge Petrov, Kisella voda, Çair, Rado-vish dhe Kon-çe, Gjevgjeli, Krushevë dhe Makedonski Brod si dhe anëtarët e Komisionit për jetën kulturore-zbavitëse pranë KE të Lidhjes. Pjesën profesionale të mbledhjes e ka sqaruar prof. Gjorgji Gjorgjiev dhe Tomçe Stojkov, selektor i paraqitjeve të shoqatave. Pas diskutimit pëtë gjitha çështjet lidhur me revyaret janë sjellë edhe konkluzione përkatëse të cilat janë dërguar tek të gjitha shoqatat e pensionistëve. Sipas konkluzioneve të sjella ashtu duhet të sillen të gjithë pjesëmarrësit në revyaret, sepse ato kanë për qëllim përpunyjet e disa çështjeve, si dhe marrjen e masave për organizimin dhe përparrimin edhe më të mirë të tyre.

Revyali i tetë republikan i këngëve, muzikës dhe valleve do të mbahet në fillim të qershorit 2018 në Shëtipin e ARM - Shkup.

S. Trajkova

SHP Kumanovë

Ekonomi - ekologji - energji

SHP Kumanovë dhe SHG JUSTICIJA, më 24 dhjetorë 2018, në korniza të projektit "Vetëbesimi dhe inkluzioni social - parakusht për plakje me dinjitet" në temën: Kontributi i pensionistëve në aktivitetet pensioniste për përmirësimin e situatëve në rrethinat natyrore dhe urbane, kanë organizuar punëtorinë e dytë edukative.

Punëtoria është mbajtur në EURO KOLEXH, me pjesëmarrje të 21 pensionistëve, ndërkaq, atë e kanë menaxhuar Olivera Docevska, nga Justicia dhe Jasmina Todorovska, nga SHP Kumanovë, ku ligjëruar ishte Mirko Makreshanski, doktor i shkencave për mbrojtjen e ambientit jetësorë. Tema është mbajtur në katër terësi: Resurset naty-

rore; Drejtimi me resurset dhe zhvillim i mbajtur; Ndryshimet klimatike dhe prishja e mbështjellësit të ozonit dhe Pensi-



nistët në aktivitetet për mbrojtjen e rrëthit natyrore dhe urban.

Dhjetëra pjesëmarrës kanë debatuar për situatën aktuale të ndotjes së ajrit, për ujërat, tokën, për situatën e maleve dhe gjelberimeve të parqeve, për shfry-

tëzimin e plehrave mineral, pesticidet dhe hedhurinat e fortë. Ishte theksuar shqetësimi për hedhurinat elektro - teknike, video si dhe ai kompjuterik dhe telefonik komunikativ.

Është theksuar nevoja që secili qytetar të ndërtojë kulturë etike ndaj natyrës, biosferës, vetja dhe njësive. Ndër të tjera është kërkuar që edhe na si pensionistë të kyçemi dhe angazhohemi për mëdësi të pastër si dhe në manifestime në raste të ndryshme dhe data të rëndësishme në këtë sferë. Nga punëtoria ka dalë edhe konkluzion: njeriu është cudi i natyrës, genie shqërore dhe sociale, i cili vetëm për 100-ra vite ka bërë teknikë dhe teknologji kulmore, luf-ton me ndryshimet klimatike dhe kërkon burime të reja të energjisë. Gjithsesi, optimizmi është këtu, ekziston. Nuk ka dilema: njeriu do të gjej zgjidhje për gjithçka.

M. Makreshanski

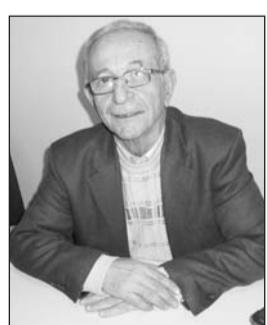
se nuk janë të anashkaluar. Për pensionistët është me rëndësi se ju kushtohet vëmendje.

- Secilin vit përpinqemi së pari tu ndihmojmë të sëmurëve, atyre që nuk kanë si dhe rastevë sociale. Shoqata Jonë në vazhdimësi ka kujdes për shëndetin dhe standardin e pensionistëve që është obligim yni. Ndjajmë mjete për këtë qëllim për ndihmë të njëherësme në të holla dhe mendjo se ato shkojnë në duar të vërteta. Në Programin e Shoqatës kemi paraparë edhe aktivitetet të tjera, ndër të cilat edhe vizitën e të sëmurëve dhe personave të pa mundshëm, që e realizojnë bashkërisht me ndëndejet pë Aktivin e pensionisteve, - ka thënë Mentor Qoku, kryetar i Shoqatës. V. Paçemski

SHP Çair

Ndihmë për më të rezikuarit

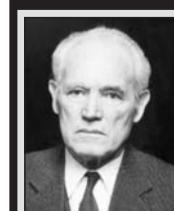
Shoqata e pensionis- tëve Çair, 46 anëtarëve të vet ju ka ndarë ndihmë financiare në sasi gjithsej prej 140.000 denarë. Siç kanë informuan në Shoqatë, për caktimin e shfrytëzuesve për ndihmë, Komisioni për shëndetësi është përcaktuar për pensionistët me pensione më të ulëta, ose për ato të cilët n



ndërkohë kanë pasur fatkeqësi elementare si dhe për ata të cilët kanë dokument medicine për sëmundje të rënda. Në bazë të propozimit, Këshilli ekzekutiv ka sjellë vendim për ndarjen e ndihmës së njëherësme në të holla pa kthim të këtyre personave në sasi nga 3.000 denarë. Nuk është ndonjë sasi e madhe, siç thonë, por me atë e zgjognë shpresën

htë angazhuar për mbrojtjen e të drejtave të fituara nga siguri mi pensionist invalidor si dhe pagimin e rregull të pensioneve. Duke kryer funksionin e vet si kryetar, ishte edhe mbështetës për formimin dhe përparrimin e fondit solidar si dhe aktiviteteve të tjera në LSHPM dhe shoqatave e pensionistëve. I njohur me modestin e vet, ai ka nxitur edhe anën sociale dhe humanitarë në shoqatat me qëllim që të ndihmohen pensionistët të cilëve ajo më së shumti ju duhet. Shurbanovski ka lënë gjurmë pozitive në përparrimin e organizimit pensionist në shtetin tonë. Falënderim dhe nderim nga LSHPM

IN MEMORIAM



Ka ndërruar jetë
DUSHKO SHURBANOVSKI
- kryetar i mëhershëm i SZPM

Ka ndërruar jetë, kryetari i mëhershëm i Lidhjes së shoqatave të pensionistëve të Maqedonisë dhe aktivist shumëvjeçar në organizimin pensionist. Shurbanovski fuqimisht është

Aktivitete të LSHPM

Punëtori për kontabilistët e shoqatave

Për të tetën herë tradicionalisht më 29.01.2018, në restorantin "Brod Panini", në Ligenin e Velenit, është mbajtur punëtori përpilimin e planeve financiare dhe përgatitjen e llogarive vjetore për vitin 2017 tek shoqatat e pensionistëve dhe LSHPM në të cilën kanë marrë pjesë kontabilistë, kryetar të shoqatave dhe kryetar dhe anëtarë të këshillave mbikëqyrës, respektivisht mbi 90 pjesëmarrës nga 32 shoqata nga gjithë Maqedonia.

Punëtorinë e ka hapur nën kryetari i LSHPM Saltir Karovski, me c'rasë i ka përhëndetur të pranishmit dhe i ka fal-

shënuar shembujt më të rëndësishëm për punimin e punës materiale - financiare për nevojat e shoqatave të pensionistëve dhe Lidhjes. Doracaku do ju ndihmoj kontabilistëve në përgatitjen e regjistrimeve, raporteve financiare dhe llogarise vjetore për vitin 2017 të shoqatave dhe Lidhjes.

Autori i doracakut, Romeo Kostadinov, i ka theksuar të gjitha pyetjet e rëndësishme që kanë të bëjnë me përgatitjen e raporteve financiare dhe llogarine vjetore për vitin 2017 si dhe në lidhjen me problemet nga mos përbajtja rregullave të cilat dalin nga Ligji dhe Rregu-



nderuar për pjesëmarrjen në punëtori në numër të madh.

Për materialin dhe doracakun ka diskutuar edhe recenti Mitre Stojanovski - kryetar i Këshillit mbikëqyrës pranë LSHPM, i cili ka theksuar se materiali është gjithë-përfshirës dhe profesionalisht i përgatitur në pajtim me Ligjin dhe Rregulloren pë Kontabilitet tek organizatat jo fitimprurëse, ku në të njëjtin janë

SOZI ZA ZDRUHENJAT NA PENSONER NA MAKEDONIA

CSPM

ПРИРАЧНИК

ЗА РАБОТНИЧКА ЗА СОСТАВУВАЊЕ НА

ФИНАНСИЈА И КУРСИ

ГОДИШНИК

ЗДРУЖЕНИЈА НА ПЕНСИОНЕРИТЕ

НА МАКЕДОНИЈА

ДЕЛОВНАТА 2017 ГОДИНА

Септември 2018

llorja për kontabilitet për organizatat jo fitimprurëse. Gjithashtu, ai ka folur edhe për ndryshimet e Ligjit përatim personal për ardhurat, ndryshime të cilat janë me vlefshmëri nga 01.01. 2018, të cilat janë me rëndësi për shoqatat dhe Lidhjen në kryerjen aktiviteve të tyre të planifikuara.

Petar Andreevski

Projekt për sëmundjen Alchajmerov

Në muajin dhjetor 2017, është nënshtuar Memorandum pë bashkëpunim në mes: Shoqatës për sëmundjen Alchajmerov - Maqedoni, Shoqata Justicia dhe LSHPM. Me Memorandumin është lidhur partneritet për bashkëpunim në Projektin pë "Preventivë dhe diagnostikim të hershëm i sëmundjes Alchajmerov deminicija në Republikën e Maqedonisë". Dy shoqatat si dhe LSHPM janë anëtarë e Rrjetit Inklauziva M (për inkluzion social të personave pleq në Republikën e Maqedonisë) nga viti 2016 dhe realizojnë aktivitetet për bashkëpunim në vazhdimësi me shoqata dhe organizata të tjera simtora në Republikën e Maqedonisë.

Sipas raporteve më të reja të Organizatës botërore shëndetësore, sëmundja Alchajmerov (deminicja) përfaqëson problem të madh botërorë global shë-

detësorë, medicinal, social dhe problem legjislativ juridik. Ky deminicji është një ndër sëmundjet udhëheqëse në botë me rreth 27 milion njerz të sëmur, ndërkaq deri në vitin 2050 parashikohet se ai numëro do të rritet deri më 50 milion të sëmurë nga këto, tani për tani ndryshime fatale nëndërin e trurit.

Sipas humitimve më të reja, reziku përat atë se kush do të sëmuret nga kjo sëmundje, deminicimi mund të parashitet edhe para 10 - 20 viteve para se të paqitet manifestimi klinik i sëmundjes. Shoqata për sëmundjen Alchajmerov - Maqedoni dhe kryetari i saj, dr. Dragan Ilievski, si krijues ideor, ka ngritur këtë Projekt dhe ka ftuar në bashkëpunim Shoqatën Justicia dhe LSHPM, si nismëtarë dhe mbartës i këtij aktiviteti pionier në Republikën e Maqedonisë. Ilij Gligorov

SHP Dibër dhe Qendër Zhupë Pritja e Vtit të Ri

Aktivi i pensionisteve pranë SHP Dibër dhe Qendër Zhupë, më 29 dhjetor 2017, në hotelin "Leon", ka organizuar pritjen e Vtit të Ri 2018. Në atmosferë të këndshme me këngë dhe muzikë janë shoqëruar 40 pensioniste nga të gjitha nacionalitetet. Në këtë takim me bashkëpunëtorë të afërt kanë marrë pjesë kryetari i Shoqatës Xhavit Karpuzi dhe kryetari i Komisionit pë jetën kulturore zbavitëse.

Gjatë hapjes së festimit dhe urimit të vtit të ri, kryetari Xhavit Karpuzi, ka arsyetuar sukseset e Shoqatës për vitin 2017 dhe ka shprehur dëshirën përsukses edhe më të mira në vitin e ardhshëm. Ai, falënderim të veçantë ka drejtuar Aktivitët pë pensionisteve për iniciimin e ndihmës në organizimin pensionist.

Eduke kryetarja e Aktivitët pë pensioniste Marijonka Ushtelenca, të pranish-

më ju ka uruar Vtit e ri 2018 duke ju dëshiruar shëndet të mirë dhe jetë të gjatë. Ajo me këtë rast ka theksuar se ky



aktiv prej viti në vit gjithnjë bëhet me numër më të madh dhe merr pjesë në të gjitha aktivitetet në nivel lokal, regional dhe republikan.

Ky shoqërim ka zgjatur disa orë, deri në mbrëmje dhe të gjithë kanë dëshiruar shëndet të mirë, fat dhe gjëzime në familjet.

Придобивки од цинкот

Цинкот помага за правилен раст и развој на организмот, овозможува нормална синтеза на ДНК, го зајакнува имунитот систем, а исто така го убрзува и зараснувањето на раните. При недостаток на цинк се јавува:

- Чести настинки и инфекции;
- Тешко прилагодување на очите на мрак;
- Сувост и грубост на кожата;
- Бавно застапување на раните, како и опаѓање на косата;
- Намален апетит и нагло слабеење;
- Аптично однесување, заборавеност и депресивни чувства;

Оние кои имаат недостаток на овој есенцијален елемент можат да консумираат суплементи со додатоци од цинк. Тие особено се препорачуваат во комбинација со витаминот Б6 бидејќи заедно го намалуваат производството на хистамини, резултирајќи со намалени алергиски реакции. Овој силен и мокрен антиоксиданс исто така успешно го спречува создавањето слободни радикали во очите, заштитувајќи ги од различни болести. Напорот и вежбањето на фитнес се сосема залудни додолку имате недостаток од овој минерал. Мускулната сила и издржливост се намалуваат. Покрај репарација на ткивото после вежбање, растот на мускулите и опоравувањето по тренинги, цинкот исто така ги оптимизира нивото на инсулин и семоќниот тестостерон!

Знаци кои укажуваат на недостаток на цинк: започнувајќи од чувства на напнатост и умор кои водат кон депресија, па сè до проблемите со кожата, косата и плодноста. Цинкот има клучна функција во организмот поврзана со исфрлане на тешките метали од телото, што го прави неопходен и

Кефир - лековит млечен напиток

Кефирот е вкусен и хранлив млечен напиток со потекло од Кавказ кој се приготвува од млеко и „эрнца“ (габички). Се верува дека виталноста и долговечноста на жителите на Кавказ се должи токму на секојдневното уживање и консумирање на овој лековит и вкусен напиток.

Според легендата овие лековити „эрнца“ и упатите за подготовката на кефирот, староседелците на Кавказ ги добиле директно од пророкот Мухамед, заедно со наредба тајната за неговото приготвување да биде строгочувана. Така било се додека во приказната не се замешала несрекната љубов на принцот Бек-Мирза Барчоров.

На почетокот од 20. век преубавата русинка Ирина Сахарова одлучила да го посети принцот Барчоров во Кисловодск, град во северен Кавказ, за да го заведе и да му земе неколку драгоцености отрнца за подготовката на кефир. Првиот дел од намерата и успеал, но не и другиот, бидејќи принцот иако се вљубил во неа, се плашил да го прекрши верскиот закон. Тој одбил на убавата Ирина да ѝ даде од кефирот и да ја открие тајната за подготовката на овој лековит напиток. Разочарана и натажена таа сакала да се врати назад дома, но пренцот кој бил вљубен во неа, според локалните обичаи организирал да ја грабне за да му биде невеста. Грабнувачката не успеала и до свадба не дошло бидејќи за ова Ирина го известила царот. Налутен од постапката на принцот тој му наредил како извинување на Ирина да ја даде филчанче со зрница и да ја каже тајната на приготвување. Така почнала да се шири тајната за кефирот низ светот. Консумирајќи го многумина се увериле во лековитоста на оваа минијатурна габичка во вид на бели синти „бисерчиња“, кои в身心健康 се симбиоза од лековити бактерии.

За оние кои не знаат и кои не го пробале, кефирот има освежителен киселкаст вкус. Покрај тоа што е вкусен за пиење, тој поволно влијае на здравјето и лечи и помага при повеќе болести и тегоби. Со редовно консумирање кефирот помага за зајакнување на имунитетот, го чисти организмот од токсини, го нормализира крвниот притисок, го намалува нивото на холестеролот, помага во лечење на стомачните болести, ја обновува флората во чревата, помага кај болести на црниот цигер, бубрезите и жолчката, претставува природен антибиотик, помага при анемија, ја подобрува циркулацијата, лечи респираторни болести, помага кај стресот, несоницата и нервните болести, помага кај алергии и астма, кај инфекции, го забавува ширењето на малигните клетки и друго. Чудно нели? Толку се мали, а толку многу лековити!

Начинот на неговото приготвување е едноставен. Потребно е само млеко и „эрнца“. Традиционално, при подготовката не се користат метални садови и лажици, бидејќи металот ги уништува лековите својства на овој вкусен напиток. За пола литар кефир потребно е две лажици зрница и какво било млеко (кравјо, овче или козјо). Млекото може да биде варено или неварено, но не смее да биде врело.

Се препорачува млекото да не содржи помалку од 2,8% маснотии. Колку млекото е помасно, толку кефирот е поквалитетен и повкусен. Еве го начин на приготвување:

Млекото се става во стаклена тегла или во пластичен сад. Во него се ставаат зрниците. Се поклопува и се остава да стои на собна температура околу 24 часа.

Температурата во просторијата не смее да биде повисока од 30 степени Целзиусови. Во текот на 24 часа, млекото ќе се згусне. Потоа се процедува, најдобро низ пластична цедилка, се претпушта во стаклено шише и се чува во фрижидер. Зрницата се плакнат со ладна или млака вода и ден-два се чуваат во фрижидер во ладна вода или млеко до наредната употреба. Тие брзо се размножуваат, што овозможува приготвување на поголема количина кефир, кој за да се зачува здравјето и виталноста може да се консумира секојдневно. Се препорачува да се почне со пиење на 1 десцилтар (пола чаша) и постепено да се зголемува количината. Како терапија може да се пие до 1 литар, но не и повеќе. Повозрасните луѓе најдобро е да го консумираат по 1 до 2 чаши дневно бидејќи ја подобрува виталноста и го продолжува животот. Денес може и да се купи готов кефир, но да го направите сами е поевтинно, поинтересно и знаете дека во него нема никакви додатоци или конзерванси.

М. Дамјановска

исклучително важен за доброто функционирање на имунитетот, како и продукција на антитела и лимфоцити. Овој минерал бара константно внесување во организмот, бидејќи и најмал недостаток може да предизвика здравствени проблеми. Експертите истакнуваат дека храната богата со цинк е многу важна за доброто здравје. Најголемиот проблем со недостаток на цинк претставува современата исхрана на лутите која најчесто се базира на производи кои немаат ни приближно доволно витамини и минерали.

Придобивки од цинкот: Го зајакнува имунитет систем; Ги штити клетките од слободните радикали; Одличен е за здравјето на кожата, помага при лекување на акни, егземи, дерматитис; Игра важна улога во контролата на дијабетесот и регулирањето на шекерот во крвта; Го подобрува видот;

Храна која содржи цинк: пшенични рулети; пивски квасец, семки од тиква, сончоглед и сусам; морски плодови; мешунки: соја, грав, грашок, сланикот, леќа; ореви, лешници, бадеми, месо, риба, јајца, кикирики, брокула, карфиол, кељ, зелка, печурки, полен и друго.

Оние кои имаат недостаток од овој есенцијален елемент можат да консумираат суплементи со додатоци од цинк. Тие особено се препорачуваат во комбинација со витаминот Б6 бидејќи заедно го намалуваат производството на хистамини, резултирајќи со намалени алергиски реакции. Овој силен и мокрен антиоксиданс исто така успешно го спречува создавањето слободни радикали во очите, заштитувајќи ги од различни дегенеративни болести особено во третата добра.

Б. Ан.



Поопасно од пушење...

Свеста за штетните ефекти од пушењето на глобално ниво се во пораст, но модерните времиња се карактеризираат со низа фактори кои пушењето постепено го поместуваат од врвот на листата на смртоносни навика, предупредуваат американските истражувачи. Еве кои го земаат приматот:

Осаменост - Неодамнешните истражувања покажуваат дека социјалната изолација е подеднакво штетна и е врвот на „смртоносната“ листа, пренесува Independent. Социјалните мрежи и сè пореткото дружење во „живо“ со пријателите и колегите доведоа до тоа осаменоста да поприма размер на епидемија. Ефектот на осаменост за смалување на животниот век е еднаков како поединец дневно да испуши 15 цигари.

Седечки начин на живот - Недостатокот на движење во текот на денот го зголемува ризикот од развој на неколку видови на рак, покажале истражувањата. Секои дополнити

телни два часа седење го зголемуваат ризикот од заболување на рак на дебелото чрево и рак на белите дробови, без оглед на тоа дали поединецот вежба во текот на денот. Дури и со редовно вежбање, седењето подолго од 8 часа на ден го зголемува ризикот од разни болести.

Недостаток на сон - Американските научници откриле дека 50 до 70 милиони жители на САД страдаат од нарушувања на спињето. Во 2015 година професорот Валери Гафаров од СЗО предупредува дека недоволната количина на сон го зголемува ризикот од мозочен и срцев удар во еднаква мера како и секојдневното пушење.

Нездрава исхрана - Слатката и преработена храна богата со заситени масни киселини влијае на развојот на потенцијално смртоносните болести, исто како и пушењето. Во 2016 година, научниците кои се занимаваат со истражување на смртните случаи како резултат на лошата исхрана заклучија дека стапката на смртност ги надминува оние на алкохол, дрога и тутун.

Т.Г.

Грешки кои се прават кога сме болни

Здравјето е нешто најважно кое треба постојано да го чувааме, но најчесто за него почнуваме да се грижиме тогаш кога ќе не нападне некоја болест. Со цел што побрзо да оздравиме, правиме грешки со кои не само што можеме да го одложиме оздравувањето, туку и да предизвикаме поголеми проблеми. Ова се грешки кои најчесто ги правиме кога сме болни,

1. Премногу лекови - Кога ќе „закачиме“ настинка или грип, честопати посегнуваме по некој фармацевтски производ со надеж дека побрзо ќе оздравиме. Земаме една доза од некој медикамент, но бидејќи за 15 минути не чувствуваате подобрување посегнуваме по уште една доза? Внимавајте, тоа може да го одложи оздравувањето за еден или два дена. При тоа, пред земањето на кој било лек за намалување на симптомите на настинката, прочете кое е времето на дејствување и која е препорачаната доза. Претераната употреба на лекови може да предизвика нови несакани ефекти и нуспояви.

2. Претерано издувување на носот - Кога се настинати и ви тече носот, трошите повеќе од десетина ролни хартија за што побрзо да ја „исфрлите настинката“. Силното „дува-

ње на носот“ ќе донесе моментално олеснување, но тоа може да доведе да „повлечете“ во синусите течност/секрет која содржи бактерии. Затоа, кога ќе го дувате носот, правете го тоа нежно и полека и немојте при тоа да ги стискате носниците.

3. Земате стари антибиотици - Од лекарот сте добиле антибиотици, но не сте го потрошите целото пакување? Можеби сте од оние кои ги чуваат остатокот од лековите ако повторно ги затребаат. Но, антибиотиците дејствуваат на бактериите, а не на вирусите, па нема потреба да се пијат ако е во прашање вирус. Особено, никогаш не би требало да земате антибиотици на своја рака без препорака од лекар.

4. Не ги следите упатствата за употреба на спрејот/канапите за нос - Ако носот ви е затнат и имате проблеми со дишашето, сакате да вдешите малку кислород низ „затнатите ноздри“? Најверојатно тогаш не го испуштате од рака спрејот за нос. Пред употреба секако прочитајте ги упатствата за примената и задолжително придржувајте се кон нив. Ако го користите подолго од препорачаното, тоа може да доведе до ново воспаление и нови здравствени проблеми.

Б.А.

Совети за зимска детоксикација

При подготвотка на оброк не забравяјте да користите зачини - Зачини како губибир или цимет, покрај тоа што имаат благородно дејство за варешето, не се исчисти од токсини. Јадете само кога сте гладни, а не кога ви е досадно.

на минимално растојание од три часа - Ако континуирано на вашето тело му давате обврска да ја вари храната, тоа нема да биде можност да се исчисти од токсини. Јадете само кога сте гладни, а не кога ви е досадно.

Јадете пилешка и говедска супа - Супата направете ја од пилешки или говедски коски, пожелено е да додадете и свеж морков и лук.

Избегнувајте конзервирана производи - Во овој период настојувајте да консумирате само свежи продукти, односно оние кои не се преработувани или конзервирали.

Консумирајте големи количини на

свежо органско овошје

Чистење на организмот без гладување - За на вашиот организам да му овозможите квалитетно да функционира, односно адекватна здравствена состојба, треба да му помогнете да се исчисти од штетните хранливи материји и токсини.

Консумирајте семки од сончоглед - Овие семки покрај тоа што имаат голем број на антиоксиданси, преку масните киселини кои ги содржат, благородно ќе делуваат и на вашето варење, на тој начин што ќе ги регулираат нивото на шекер во крвта.

Пред спиње напијте се чај од камилица - Камилицата ги смирува нервите. Чајот од камилицата ќе го подобри варењето на вашиот последен оброк во денот.

Б.А.

Знаци дека ви недостасува железо

Железото игра важна улога во зачувањето на здравјето. Светската здравствена организација предупредува дека 80% од населението во светот страда од недостиг на железо. 7 знаци дека ви недостасува железо:

ПАТУВАЈТЕ ПО НАЈПОВОЛНИ ЦЕНИ, СО ТУРИСТИЧКАТА АГЕНЦИЈА САВАНА И САМО ЗА ВАС - ЕДИНСТВЕНАТА ПРОГРАМА ВО МАКЕДОНИЈА



**ПРОМОТИВНО !!!
ОДМОР НА ХАЛКИДИКИ!**
од 20. до 27. мај
СЕДУМДНЕВЕН престој со вклучен превоз
ЗА САМО 59€ по лице

Напомени:
 - Сместување во студија и апартмани од редовната програма "Лето 2018"
 - Превоз со туристички автобус и пријател на патувањето
 - Резервација во агенција, со приложување на означенот купон од весникот
 - Можности за уплата на рати
 - Бројот на местата е ограничен
 - Посебни поволности за организирани групни резервации и патувања



КУПОН ЗА ПОПУСТ

Исечи и приложи при резервација!

TOURIST ENTERPRISES



ПОБАРАЈТЕ ГИ НАШИТЕ СПЕЦИЈАЛНИ ПОНУДИ ЗА СЕНИОРИ

ЕДНОДНЕВНИ ЕКСКУРЗИИ СО



- Охрид и Свети Наум
- Преспа и Ресен
- Прилеп и Битола
- Крушево и Мечкин Камен
- Кавадарци и Неготино
- Велес и Стоби
- Демир Капија и Гевгелија
- Дојран и Струмица
- Берово и Виница
- Кратово и Куклица
- Куманово и Кокино
- Тетово и Гостивар

ПОСЕТИ НА МАНАСИРИ СО



- Св.Јован Бигорски - Маврово
- Св.Ѓорѓи Победоносец - Рајчица
- Св.Преображение - Зрзе
- Св.Богородица Елеуса - Вељуса
- Св.Леонтиј - Водоча
- Св.Архангел Михаил - Берово
- Св.Гаврил Лесновски - Лесново
- Св.Јоаким Осоговски - К.Паланка
- Св.Ѓорѓи - Старо Нагоричане
- Св.Атанасиј - Лешок
- Св.Димитрија - Марков манастир
- Св.Никита - Скопска Црна Гора

БАЊСКИ АРАНЖМАНИ ВО РЕГИОНОТ СО

во СРБИЈА:

- Врњачка бања
- Соко бања
- Пролом бања
- Луковска бања
- Сијаринска бања
- Нишка бања

во БУГАРИЈА:

- Сандански
- Велинград
- Римска бања
- Сливенска бања



ВИКЕНД АРАНЖМНИ ВО РЕГИОНОТ СО



во СРБИЈА:

- Белград
- Нови Сад и Фрушка Гора
- Златибор и Дрвенград

во БУГАРИЈА:

- Софија
- Банско и Рилски Манастир

во ГРЦИЈА:

- Античка Македонија
- Пиерија и Метеори
- Халкидии и Света Гора
- Кавала и Филипи



ПРИДОБИВКИ ОД ЉУБОВТА

Кој од нас никогаш не бил вљубен? Не постои човек кој никогаш не се препуштил на ова возвишено чувство. Дали знаете дека љубовта може исто така да биде многу лековита? Научниците многу одамна ја изучувале љубовта и биохемиските процеси кои ја придржуваат, како и нивното влијание врз здравјето. Љубовта го штити вашето здравје и му помага на организмот да функционира онака како што треба. Љубовта Ве прави посилни, поиздржливи, помага за побрзо оздравување и го продолжува животот.

Љубовта го штити срцето - Една студија спроведена од страна на истражувачи на Универзитетот во Питсбург покажала дека жените кои живеат во стабилен брак многу помалку заболуваат од кардиоваскуларни болести за разлика од жените кои се наоѓаат во врски исполнети со стрес. Луѓето се социјални суштства и сакаат живот во стабилна врска. Ако тоа не се оствари, или ако врската во која се наоѓаат не е исполнета со чувство на приврзаност, постои голема веројатност за развој на сериозни болести, вклучувајќи и срцев удар.

Љубовта го продолжува животот - Една американска студија која се спроведува уште од 1979 година следи повеќе од еден милион луѓе и покажува дека личностите кои се во брак живеат многу подолго отколку самите. Покрај тоа, луѓето кои се опкружени со љубов, имаат значително пониска стапка на сериозни болести, како што е ракот, а утврдено е и како значително помалку страдаат од воспаление на белите дробови.

Љубовта го подигнува имунитетот - Многу експери ја поврзуваат љубовта со подобрната имунолошка отпорност. Две работи се неопходни за подобар имунитет – чувство на интимност или близост и живот во заедница со друга особа. Со други зборови, квалитетна врска или брак се предуслов не само за среќен живот, туку и за добар имунитет.

Љубовта ја подобрува кондицијата - Тоа се покажува кога патрите кои заедно вежбат, пешачат или практикуваат йога, имаат повеќе успех отколку оние кои сами обавуваат некои од овие активности. Во пар со саканата особа повеќето луѓе на физичките и спортските активности им пристапуваат поистражано. Истражувањата покажале како и мажите и жените вежбаат 12–15% повеќе ако се влуштуваат на саканата особа.

Љубовта го подобрува изгледот - Веќе е познато дека вљубените особи сјаат. Тоа не е само мит, туку вистинска состојба која научно ја доказал еден дерматолог од Њујорк. До тоа доага бидејќи особите чиј љубовен живот е во рамнотежа и доживуваат многу помалку стрес, а со самото тоа и низ телото патува помала количина на хормонот кортизол кој предизвикува формирање на акни, флеки и други видови на мозолчиња.

Љубовта го намалува чувството на болката - Според научните истражувања, обичнојот држење за рака кај вашиот партнер може значително да го намали чувството на бол. И чувството на пријателство, исто така, ја намалува болката, но не во иста мера како љубовта!

М. Дам.

Хумор

Разговараат двајца во кафеана:

- Ех... Едно време многу сакав една жена.
- И што? Се омажи за друг?
- Ма, јок бе! Се омажи за мене!!!

* * *

Некој човек во воз го замолува кондуктерот да го заплаши син му, бидејќи бил немилен.

Кондуктерот:

- Заплашете го вие господине, и онака сте погрд од мене!

* * *

Колегите го прашуваат Трпе што и земал на девојката за роденден.

- А бе имаше само 500 денари во новчаникот, да имаше повеќе и тие ќе и ги земев.

* * *

Разговараат Муjo и Xaco:

- Кога ќе ме фати грип, јас дома добро ќе се загреам, ќе земам шише со ракија и за неколку часа е готово.

- Со грипот ли?
- Не, со ракијата.

* * *

Го прашува внукот дедо му каква жена треба да ојени, а тој му вел:

- Никогаш немој да ојениш девојка, бидејќи, ако била добра би се омажила.

Немој ни вдовица да земаш, зашто таа и тебе може да те погреба.

- Па каква жена да земам? – прашува внукот.
- Мажена, ако му е добра нему и тебе ќе ти биде.

* * *

Учителката:

- Трајче, твојот состав под наслов „Моето куче“ е ист како на брат ти.
- Јас мислам дека си погрешил?
- Ма, не учителке, ние имаме исто куче.

никејда, кај, јед, р, 4, кк, 4А, ко, екај, 3оа, Капа, ника, опеборка, цинјет, Berninogorska, ало, нинка, ачапарин
Премене: Hinkora Pnctahobkn, amapact, kahonik, Katnha Nbarobsa, n, noceA, Maca, ryP, amapa, emp, namp, yahé,

Го прашува соседот својот сосед како се бори со рецесијата?

- Што да ти кажам – му одговара овој. Јас тоа го имам 30 години, но не сум знаел како се вика.

* * *

Невестата го прашала младоженецот:

- Морам нешто да те прашам, но многу ми е срам.
- Ма прашувај слободно, нема што да се срамиш.
- Колку имаш долг?
- Во една банка 45.000, а во друга 30.000 евра.

* * *

Си доаѓа маж од работа и гледа на спалната лежи друг маж. Го отвора шкафот, а внатре жена му.

- Колку пати ма ди ти кажам, тој треба да се крие, не ти!

* * *

Трпана му се жали на маж и...

- Значи, сите мажи се исти.
- Да, но од каде знаеш?

* * *

Се среќаваат Перо и Трпе по долго време. Перо прашува:

- Кај си бе Трпе, што има ново?
- Отидов да купам инстант грека и нема да веруваш, го изгребав автомобилот.
- Сериозно?
- Па да, на излегување од гаража.



Во здруженијата на пензионери на Македонија

Се славеа празниците со песни и ора

Изминатите празници здруженијата на пензионери широк Република ги прославија со пригодни веселби и дружења и со песни и музика. Така, Активот на пензионерки при ЗП Гази Баба на 9 јануари 2018 година организираше традиционална „Василичарска средба“, каде се дружеа преку 250 пензионери и гости од други здруженија, а учесниците ги поздрави и ги истакна позначајните успехи претседателката **Магдалена Спировска**. При кршењето на погача, скренка до битничка на паричката беше Славица Дојчиновска. **ЗП Илинден** во организација на Активот на пензионерки, ја прослави стара Нова година и Василица, при што претседателката **Ротка Петровска** го истакна значењето на ваквите средби. Скренка добитничка на паричката беше пензионерката Јаглика Симоновска. И **ЗП Крива Паланка** организираше забавно – спортско дружење на кое се обратија претседателот **Славко Стојановски** и градоначалникот **Борјанчо Мицевски** кои на присутните им посакаа се најдобро. По повод Стара Нова година и празникот Василица, беше организирано дружење со песна и оро, а при поделбата на погачата, паричката ја доби Снежана Костовска. Дружењето го уdstои и скретарот на Црвениот крст, Дарко Пешовски. Клубот на пензионери „Достоинствен живот“ беше добар домаќин и на дружењето во Етно Воденица-3 со претставници на Клубот на пензионери на Црвиениот крст од Кустендил – Бугарија. Во организација на Активот на пензионерки при ЗП Крушево, во Пензионерскиот дом се дружеа околу 80 жени и со жива музика и песни беше доочекана Стара Нова 2018 година. Присутните ги поздравија секретарот на ЗП Крушево **Димче Трајкоски**, а во домашниот мазник паричката ја пронајде Илинка Мијајлеска. **ЗП Лозово** со своја програма учествуваше во одбележувањето на Денот на општината Лозово, со што беше забогатена оваа манифестација. Градоначалникот на Лозово, Аце Велковски, покрај признанијата што ги додели на други институции и заслужни личности, благодарници им врачи и на претставниците на ЗП Лозово и ЗП Куманово. **ЗП Неготино** за Стара Нова Година и Василица организираше дочек во хотелот „Парк“ во Неготино. На прославата беа поканети и пензионерите од Кавадарци, Валандово, Велес, Лозово, Конче и Гази Баба. Гостите ги поздравија претседателот на ЗП Неготино, **Петар Захарчев**, а претседателката на Активот се придружи на честитките и на претстав-

ничките од другите здруженија им подари скромни подароци. Во организација на Активот на ЗП **Охрид и Дебрца** беше организиран дочек на Новата, на Стара Нова година и Василица. На двете манифестации присуствуваа околу 400 пензионери и пензионери и се дружеа во весела и пријатна атмосфера. На прославата со честитки за празниците се обратија претседателите на Собранието и на ИО **Димитар Спасески и Ѓорѓи Трпчески**. При поделбата на погачата, паричката и припадна на претседателката на Активот на пензионерки Ружа Балеска. Пензионерите на ЗП **ОВР на РМ** свечено и пригодно ги прославија празниците Нова година, Божик и Василица. На 25.12.2017 година над 150 пензионери во ресторантот „Екскулзив“ весело ја испратија старата 2017 година, а на 12.01.2018 година уште повесели и во поголем број ги прославија празникот Василица. Се подели и пита со паричка, а скренен добитник беше претседателот на здружението Спирко Николовски. Во ЗП **Прилеп** најпрво 150 пензионери од двета огранка „Рид 1 и 2“ пред Новата година се собраа во ресторантот „Чардак“ и организирано си ја честитала Новата 2018 година. Предвасиличарски среќи и веселби се одржаа и во другите ограноци, каде се „вртеше“ бурек со паричка, која и припадна на Цветанка Момироска. Во Централниот клуб на Здружението на 200 пензионери се дружеа со музика и оро, а паричката ја усреќи пензионерката Христина Димкароска. Активот на пензионерки при ЗП **Дебар и Центар Жупа** на 29-ти декември 2017 година организираше дочек на Новата 2018 година при што во пријатна атмосфера со песна и музика се дружеа 40 пензионери од сите националности. Средбата ја отвори претседателот на Здружението **Џавит Карпузи** кој честитал им го празникот на присутните ги

истакна и успехите на пензионерите. Присутните ги поздрави и претседателката на Активот на пензионерки **Маријонка Уштевленца**.

Од нашите дописници добивме информации за импресивни прослави на празниците и во ЗП во: Битола, Кочани, Струга, Куманово, Тетово, ЗВП, Бутел, Чайр, Пробиштип, Штип, Радовиш и Конче и во други градови, каде се дружеа пензионерите и ги славеа успехите



Дел од прославите беа објавени во весникот „Нова Македонија“ во јануарскиот број во прилогот „Пензионерски видици“.

Дописници на СЗПМ

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

