

ПЕНЗИОНЕР ПЛУС

СЗПМ

БЕСПЛАТЕН ВЕСНИК

» за сегашни и за идни пензионери

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



NLB

Тутунска банка

Година II, број 17-18

25 декември 2009 година



Почитувани читатели, уште една година заминува. Година во која имало и убави и непријатни мигови. Заборавете ги лошите, а зачувайте ги убавите да Ви ја греат душата во годината која доаѓа. Оставете ги на страна сите грижи и сите нешта што Ве измачуваат, од долговите, болките, до болестите. Јадосувањето нема да Ви помогне, тоа ништо нема да поправи.

Влезете во Новата година со радост и добра мисла, свесни дека среќа не е да се посакува нешто што го немате, туку да го сакате она што го имате. Малите нешти, кои најчесто и не ги забележувате, се всушнот содржината на убавиот ден. Посакајте си себеси и на сите што Ви се блиски и драги добро здравје. Посакајте мир во државата и во светот, мир на целата планета. Бидете позитивни, добронамерни и љубезни. Сакајте и дарувајте ја својата добрина и пријателство, бидејќи среќен е тој што дава, а должник тој што добива. Радувајте му се на секој нов ден, на убавата книга, на расцветеното цвеќе, на проштектата во природа, на телефонскиот повик на пријателите, на успесите на Вашите деца и внуци, на сите што Ви се блиски и што ги сакате...

Пречекајте ја Новата 2010 година со насмевка и желба да можете да дочекате уште многу години! Бидете среќни и весели каде и да сте: дома сами, со своите најблиски или во некој дом за стари луѓе, во Вашето ново големо семејство!

СЗПМ

Интервју со министерот

Редовна исплата и усогласување на пензиите

Во новогодишното интервју за "Пензионер плус" министерот за труд и социјална политика **Цељаљ Бајрами** посебно се осврнува за работата на Министерството во 2009 година, за пензионерската проблематика и прашањето за стари лица, за стратегијата на Владата за соработка со невладините организации, а во рамките на тоа и со СЗПМ како најбројна и најактивна пензионерска организација во нашата земја.

Говорејќи за плановите и очекувањата во новата 2010 година министерот Бајрами изјави дека исплатата на пензиите и натаму ќе се одвива според досегашната динамика, а усогласувањето ќе се врши според порастот на индексот на трошоци-

те на животот во висина од 50 отсто и порастот на просечно исплатената плата на сите вработени во Република Македонија во висина од 50 отсто.



Интервјуто во целина го објавуваме на стр. 2

Состанок со претставници на здруженијата на пензионерите - членки на СЗПМ

Предлог Спогодбата на Одборот на Регистрираната организација на СЗПМ со Фондот на ПИОМ, инплементацијата на Меморандумите за соработка на СЗПМ со ЗЕЛС и со Црвениот крст на Македонија и формите за з bogатuvanje на животот на пензионерите беа главни теми на средбата во СЗПМ со претставниците на здруженија на пензионерите и членови на Извршниот одбор на Собранието на Сојузот. За значењето на Спогодбата со Фондот на ПИОМ говореше **Душко Шурбановски**,

претседател на Собранието на СЗПМ, а уводно излагање за актуелните теми поднесе **Драги Аргировски**, секретар на Извршниот одбор на Собранието на СЗПМ.

поопширно на стр.4



ВО ОВОЈ БРОЈ...

НАСТАНИ

стр. 4 ►

ТРИБИНА

стр. 5 ►

ПОВОД: ТРИ ЈУБИЛЕИ

стр. 6 ►

ДОМОВИ ЗА ПЕНЗИОНЕРИ И ЗА СТАРИ ЛИЦА ВО РМ

стр. 7 ►

НОВИ ПЕНЗИОНЕРСКИ ПРЕДИЗВИЦИ

стр. 9 ►



МЛАДЕШКИ ЕЛАН ВО ПЕНЗИОНЕРСКИ ДЕНОВИ

стр. 10 ►

ПАНОРАМА

стр. 12 ►

ЗДРАВСТВО

стр. 13 ►

ЗАБАВА

стр. 15 ►



ДВА БИЛТЕНА НА СЗПМ

стр. 16 ►

НАРЕДНИОТ БРОЈ
НА ВЕСНИКОТ
„ПЕНЗИОНЕР ПЛУС“
ЌЕ ИЗЛЕЗЕ НА 18.01.2010



Интервју со министерот за труд и социјална политика Џељаљ Бајрами

Редовна исплата и усогласување на пензите

На прагот сме на Новата 2010 година. Господин Бајрами, кои беа главните активности и заложби на Министерството за труд и социјална политика во 2009 година?

– Министерството за труд и социјална политика и во 2009 година работеше на повеќе полиња важни за унапредувањето на социјалната заштита, како и на подобрувањето на социјалната слика на Република Македонија. Исто така се работеше и на подобрување на законските решенија во повеќе сфери, коишто ги засегаат правата на работниците, правата на корисниците на социјална помош и другите права, коишто се регулираат со законите од најшиот ресор: труд и социјална политика. Главно на што се концентрираме и оваа година беа активните политики за вработување и посебно мерката за вработување на повеќе од пет илјади лица преку проектот за јавни работи на општините, финансиран со Оперативниот план за активни програми и мерки за вработување за 2009 година. Овие чекори Владата ги презеде во рамките на активностите за справување со економската криза, а лицата анаѓирани преку проектот јавни работи ја одржуваат и обновуваат јавната инфраструктура, ја одржуваат и заштитуваат животната средина и природата, со еден збор вршеа општо корисни работи во нивните општини, а воедно на овој начин и се поттикнуваат да размислуваат за понатамошно вработување, наместо да чекаат и да се издржуваат само од социјалната помош. Исто така, 2009 година беше година во којшто го донесовме и новиот Закон за социјална заштита, со којшто се унапреди социјалната дејност, работевме на Законот за семејство, во делот на унапредување на постапката за посвојување, отворивме неколку нови Дневни центри за лица со посебни потреби, отворивме неколку станбени единици за лица сместени во нашите институции, односно од Заводот во Демир Капија ги преместивме во станови и куќи во коишто ги имаат сите неопходни услови за едно нормално живеење, се разбира со поддршка на стручни лица. Ова ќе продолжи и во 2010 година и сите овие активности се во рамките на процесот на деинституцијализација. Отворивме уште неколку народни кујни за лицата коишто во одреден период од својот живот се нашле во социјален ризик, а се со цел да не останат гладни. Оваа мерка ќе продолжи со отворање на народни кујни во руралните средини, каде што најчесто живеат стари лица. Го донесовме Законот за знаковен јазик, со којшто им помогнавме на глувите лица конечно да не бидат отсечени од секојдневието. Работевме и на подигнување на најатитетот во Република Македонија и војводовме ново право, користење на родителски додаток за второ, трето и четврто дете. Направивме низа измени во Законот за работни односи, се со цел унапредување на заштитата и правата на работниците. Има многу други работи за коишто треба и време и простор за да се набројат, но ќе завршам со неколкуте Договори за социјално осигурување, коишто годинава беа потпишани и тоа со Канада и со Австралија, со крајна цел – обезбедување на социјална сигурност на граѓаните на Република Македонија, Австралија и Канада.

Во фокусот секако беа и прашањата на пензионерската проблематика и грижата за стари лица?

– Една изрека вели “Стареенето на населението е подарок, и треба да се користи како прилика да поминеме подолго време со нашите сакани”. Во фокусот на грижата за старите лица се обезбедување на соодветна социјална заштита (соодветни средства за живот, соодветно домување); обезбедување на вонинституцио-



нални облици на заштита на старите лица (клубови за дневен престој, сместување во друго семејство и сервиси за помош на старите лица во домашни услови); обезбедување на поддршка и помош од семејството, соседите, пријателите, невладини здруженија, како и основна помош од државата. Потребо е старите лица да водат живот во којшто ќе бидат целосно ангажирани нивните потенцијали, живот во којшто ќе ја добијат потребната поддршка од семејството, соседите, пријателите, владини и невладини институции, а пред се, одговорноста за нивната заштита примиарно да се грижи државата.

Како се остварува стратегијата на Владата за соработка со невладините организации меѓу кои се и пензионерските асоцијации?

– За оваа Влада, соработката со невладиниот сектор изминатава година беше еден од приоритетите, бидејќи секогаш може да се слушнат добри идеи кои што се во функција на подобрување на целокупниот амбиент во државата. Во таа насока, јас како министер за труд и социјална по-

ката со СЗПМ, како најмасовна и најактивна пензионерска организација во нашата земја?

– Конкретно, соработката со СЗПМ мислам дека е на одлично ниво и се надевам дека и пензионерите го делат моето мислење. Со Ваша поддршка направивме неколку измени во Законот за пензиско и инвалидско осигурување, со Ваша поддршка еве сега ќе ја реализираме и услугата на бањско климатска рекреација на корисници на пензија за 2010 година, со која како што знаете околу 10 илјади пензионери ќе ги испратиме на седумдневен одмор во некоја од бањите во Република Македонија. Оваа услуга може да ја користат лица – корисници на старосна, инвалидска и семејна пензија остварена според прописите на Република Македонија и прописите на други држави со коишто Република Македонија има склучено договор за социјално осигурување. Корисникот на пензија може да ја користи услугата само еднаш во период од 1 февруари до 30 ноември 2010 година, во траење од 7 дена. Услугата на бањско климатска рекреација опфаќа 6 полни пансиони (ноќевање со три оброка дневно), бањска терапија, еден задолжителен здравствен преглед, трошоци за превоз во висина на повратна автобуска карта од местото на живеење на корисникот до установата во којшто ќе се користи услугата на бањско климатска рекреација. Лицата корисници на пензија коишто користат и паричен надоместок за помош и нега од друго лице имаат право на придржник за време на бањско климатска рекреација.

Господине министер, во Владината програма за периодот 2008-2012 година се предвидува подобрување на квалитетот на живеење на возрасните граѓани. Во СЗПМ постојат анализи дека соодносот на плати со пензии и натаму се намалува на околу 55 отсто. Какви се согледувањата и плановите за покачување на пензите во новата 2010 година?

– Како резултат на позитивното финансиско работење на Фондот на ПИОМ, Влада



литика, изминатава година остварив низа средби со невладините организации, коишто се од сферата на социјалната заштита, од сферата на трудот и се разбира тука неминовни беа и средбите со Сојузите на пензионерите, бидејќи имавме неколку проекти за коишто сакавме да го слушнеме и Вашето мислење, а не само да ја добијеме Вашата поддршка за нивна реализација. Побаравме Ваше активно вклучување во нивната реализација.

Конкретно, како ја оценувате соработ-

ката на РМ, преку Министерството за труд и социјална политика и Фондот на ПИОМ презема обврска исплатата на пензите да се врши на почетокот на секоја седмица од месецот. За разлика од други држави коишто ја променија формулата на усогласување на пензите или целосно го одложија усогласувањето, во Р. Македонија се обезбеди усогласување на пензите и тоа:

3,5% на 1.1.2009 година
2,02 % од 1.07.2009 година
или вкупно 5,52% за цела 2009 година

Просечната пензија во декември 2008 година изнесува 9.541 денари и истата споредена со пензијата за декември 2007 година којашто изнесуваше 7.848 денари е зголемена за 21,6%. Вкупната просечна пензија во ноември 2009 година изнесува 10.067 денари и истата е повисока за 5,5% од просечната пензија во декември 2008 година. Соодносот на просечна пензија во декември 2008 со просечната плата во декември 2008 година (17.363 денари) изнесува 55%.

Од 1 јануари 2010 година усогласувањето на пензијата ќе се врши според порастот на индексот на трошоците на животот во висина од 50% и порастот на просечно исплатената плата на сите вработени во Република Македонија во висина од 50%.

Триесет отсто од парите кои ги добиваат сегашните пензионери се земаат директно од државниот Буџет. Може ли да дојде во прашање досегашната редовна исплата на пензите?

– Исплатата на пензите и понатаму ќе се одвива според досегашната динамика и не може да стане збор за доцнење на исплата, а уште помалку за неисплаќање на пензите.

Планирана е и изградба на пензионерски домови и центри за дневен престо на стари лица?

– Ние веќе отворивме два дневни центри за престо на стари лица кои што ги нарекуваме Клубови за стари лица. Во нив старите лица и пензионерите можат не само да се дружат, туку и да ги добиваат потребните услуги, како што се згрижување, медицинска помош, услуги и помош во одржување на лична хигиена, за оние коишто не се способни тоа самите да го прават, оброк за оние што не можат да си го прават и таканатаму. И во 2010 година ќе продолжиме со отворање на вакви клубови за стари лица, посебно во оние средини каде што процентот на старите лица е поголем. Во близка иднина ваков клуб за стари лица ќе биде отворен во Македонски Брод. Инаку наша заложба е и подобрување на условите во кои што живеат старите лица во старските домови. Еве на пример, оваа година треба да се отпочне со реконструкција и надградба на домот за стари лица “Суј Рајдер” во Битола, за чија што намена од ИГА фондовите ќе се одвојат 600 000 евра, а од буџетот на МТСП дополнителни 150 000 долари. Но, нема тука да застанеме и натаму ќе вложуваме напори бројот на ваквите домови за стари лица да се зголеми, и тоа сè во функција на унапредување на заштитата на овие лица.

Веќе година и пол во информативниот простор во Република Македонија редовно излегува гласилото на СЗПМ “Пензионер плус”. Вашите оценки за весникот?

– Мислам дека ова гласило си ја врши функцијата за која што е и наменето, а тоа е информирање на пензионерите за сите новости и активности кои што ги засегаат нив и се однесуваат на нивното секојдневие и нивните секојдневни проблеми. Продолжете и натаму со исто темпо и на ист начин, а ја имате и нашата поддршка и соработка за сите теми и дилеми.

Вашата новогодишна порака до сегашните и идни пензионери и читатели на “Пензионер плус”

– Она што сакам да им го порачам на сите пензионери е дека и натаму оваа Влада и јас, како ресорен министер секогаш ќе бидеме на Вашата страна и ќе се обидуваме да ги решаваме Вашите помали или поголеми проблеми. На Вас останува да ни останете во добро здравје и да уживате во Вашите пензионерски денови коишто еве сега ќе Ви ги разубавиме и со седумдневен одмор во некоја од нашите бањи. И за крај на сите сегашни и идни пензионери им посакувам убави пензионерски денови и во Новата 2010 година.

Драги Аргировски

Брзо и
долготрајно
ја отстранува
болката.



Брзо решение.
За главоболка, забоболка,
менструална болка, болка во
зглобовите и мускулите.

0:15

БОЛКА
(попикува))
откажи

www.krka.si



Нашата иновативност и знаење
созависат ефикасни и сигурни
произведени со највишиот класитет.

МЕДИКА ПЛУС

ПОЛИКЛИНИЧКИ ЦЕНТАР ЗА

МЕДИЦИНА НА ТРУДОТ И СООБРАЌАЈНА МЕДИЦИНА

НАЈПОВОЛНО И БРЗО ВО МЕДИКА ПЛУС ДОБИВАТЕ

ЛЕКАРСКИ УВЕРЕНИЈА ЗА:

- полагање на сите возачки категории (А, Б, Ц, Д, Е)
- инструктори и такси - возачи
- продолжување на дозвола (пензионери)
- управување со чамец
- вработување
- деловна способност
- државјанство
- вонредно студирање
- посвојување на дете
- виза, работа, студии и друг престој во странство
- работа на брод
- поседување, носење оружје
- суд и други намени

МЕДИЦИНА НА ТРУДОТ: ВО МЕДИКА ПЛУС СИСТЕМАТСКИ ПРЕГЛЕДИ ЗА БЕЗБЕДНОСТ И ЗДРАВЈЕ ПРИ РАБОТА

СТРУЧНОСТ • ЕТИЧНОСТ • КОМПЛЕТНОСТ

ВРВНА ПРЕВЕНТИВНА МЕДИЦИНА

СÈ НА ЕДНО МЕСТО!!!

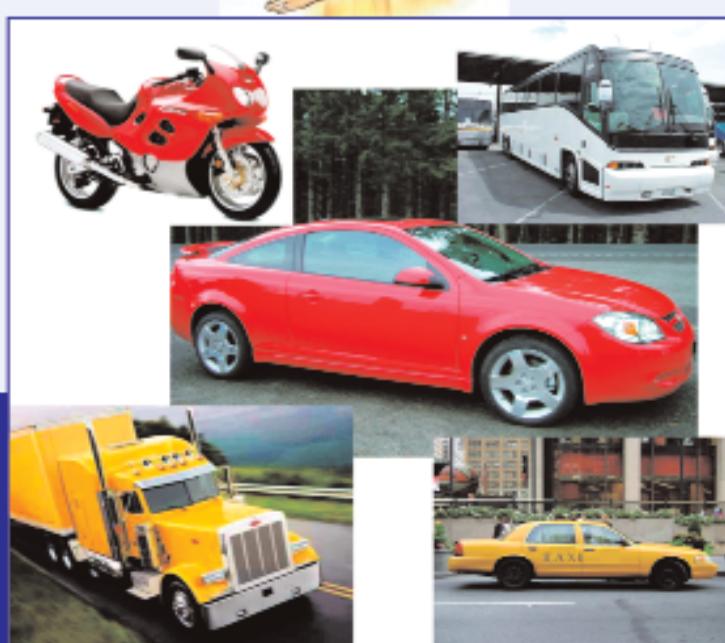


**ЗА ПЕНЗИОНЕРИ ДОПОЛНИТЕЛЕН
ПОПУСТ 10% СО КРЕДИТНА КАРТИЧКА
„ПЕНЗИОНЕР ПЛУС“**



**ДОБИВАТЕ обука и ПОТВРДА
за оспособеност за давање
ПРВА ПОМОШ за:**

1. ВОЗАЧКИ ИСПИТ
2. УПРАВУВАЧ СО ЧАМЕЦ
3. НА РАБОТНО МЕСТО



МЕДИКА ПЛУС СЕ НАОЃА КАЈ
НОВА ЖЕЛЕЗНИЧКА СТАНИЦА
ДО ЗГРАДАТА НА КОСМОФОН
- НЕОКОМ (БУЛ. "К.Ј.ПИТУ")

тел: 02/ 2 466 420

моб: 070 246 542

medika_plus@t-home.mk

www.medikaplus.com.mk



Состанок со претставници на здруженијата на пензионерите – членки на СЗПМ

Подржана предлог Спогодба за соработка со Фондот на ПИОМ

Во Скопје на 17 декември се одржа средба на која присуствуваат над 75 претставници на здруженијата на пензионерите – членки на СЗПМ и членови на Извршниот одбор на Сојузот, на која во центарот на вниманието беа предлог спогодбата на Одборот на Регистрираната организација на СЗПМ со Фондот на ПИОМ, имплементацијата на Меморандумите за соработка на СЗПМ со ЗЕЛС и Црвениот крст на Македонија, формите за з bogатување на квалитетот на животот на пензионерите и други актуелни теми.

Отворајќи ја средбата претседателот на Собранието на СЗПМ **Душко Шурбановски** истакна дека состанокот треба да се сфати како продолжение на петте регионални среди што се одржа пред неколку месеци, а даде и објаснување за предлог Спогодбата што Регистрираната организација за Солидарен фонд и членарина треба да ја потпише со Фондот на ПИОМ, која ќе им послужи како основ за донесување на упатство за постапката на службите на Фондот.

Уводно излагање за темите од состанокот даде **Драги Аргировски**, секретар на ИО на Собранието на СЗПМ, при што потенцира дека за остварувањата на Меморандумите за соработка потпишани минатата година помеѓу СЗПМ и ЗЕЛС и Црвениот крст на Македонија, годинава се склучени значителен број спогодби помеѓу граѓаначалниците и здруженијата на пензионерите и со општините

ките одбори на Црвениот крст, со што конкретно се реализира заедничката соработка.

Говорејќи за задачите на СЗПМ и здруженијата на пензионерите секретарот Аргировски истакна:



– Живееме во динамично и турбулентно време во кое и пензионерите треба да се докажуваат како потребна и корисна категорија. Посебно тоа се однесува за СЗПМ како најброжи и најактивна невладина, не-партишка, граѓанска и мултинационална асоцијација. Меѓутоа, многу пензионери во нашата земја ако ги прашате кој е најдолгот темен тунел во Европа, не случајно ќе ви одговорат – тоа е транзицијата во Македонија, во која најмногу се погодија токму пензионерите, со стечајците и невработените. Како илустрација на ова може да послужи податокот за значајниот пад на стандардот на пензионерите. Соодносот на просечна пензија со просечна плата во 1992 година изнесуваше 77 отсто, а во 2008 година 55 отсто. Кај старосните пензионери тој сооднос во 1992 година изнесуваше 89 отсто, а во минатата година 62 отсто. Значи

во транзицијата вредноста на пензите е намалена од 22 до 27 отсто. Токму во такви услови е потребно да се обезбедат средства за живот со зголемување на пензите и да се изнаоѓаат нови форми за з bogатување на квалитетот на животот на пензионерите.

Бо уводното излагање Аргировски укажа и на значењето на спортските натпревари и на регионалните ревии за з bogатување на квалитетот на животот на пензионерите:

– Медицинските експерти препорачуваат дека со спортувањето може да се започне во било кој период од животот, бидејќи е доказана способноста на постарите лица да се адаптираат и со физичка активност да отпочнат дури и во осумдесетите и деведесетите години од животот. Поради тоа има размислувања за изменени и дополнувања на Правилникот за натпревари, со вове-

дување нови дисциплини, односно републичките натпревари да се одржуваат во два дела, на лето атлетски дисциплини, а на есен таканаречени салонски игри, за да може што поголем број пензионери да учествуваат, а и помалите градови да бидат домаќини. Тоа се однесува и за ревите на песни, музика и игри, бидејќи ова културно дружење на пензионерите значително придонесува за обновување и за з bogатување на нашата фолклорна ризница. Со уметнички дострели нашите ансамбли, пејачки групи и музичарци се почетоц освојуваат признања и награди на разни меѓународни фестивали. Фолклорот е стожер на нашата народна култура и традиција. Песната, музиката и орото, обичаите и носите на Македонците, Албанците, Турците, Србите, Власите, Ромите и други во Македонија, најчесто укажуваат на



са живеене во динамично и турбулентно време во кое и пензионерите треба да се докажуваат како потребна и корисна категорија. Посебно тоа се однесува за СЗПМ како најброжи и најактивна невладина, не-партишка, граѓанска и мултинационална асоцијација. Меѓутоа, многу пензионери во нашата земја ако ги прашате кој е најдолгот темен тунел во Европа, не случајно ќе ви одговорат – тоа е транзицијата во Македонија, во која најмногу се погодија токму пензионерите, со стечајците и невработените. Како илустрација на ова може да послужи податокот за значајниот пад на стандардот на пензионерите. Соодносот на просечна пензија со просечна плата во 1992 година изнесуваше 77 отсто, а во 2008 година 55 отсто. Кај старосните пензионери тој сооднос во 1992 година изнесуваше 89 отсто, а во минатата година 62 отсто. Значи

Вести

На 17 декември се одржа кратка седница на Извршниот одбор на СЗПМ на која се утврди предлог одлука за времено финансирање на СЗПМ за период јануари-март 2010 година, како и одлука за формирање на пописна комисија. Стана збор и за потребата здруженијата на пензионерите да ги примаат и земјоделските пензионери за членови.

На седницата на Собранието беше усвоена Одлуката за времено финансирање на СЗПМ за период јануари – март 2010 година, како и дополнување на член 3 од Одлуката за прием на нови членки во СЗПМ. Со тоа овој член во целина гласи: **Во Сојузот може да биде применено здружение на пензионери основано на подрачје на општина, на кое дотогаш немало такво, ако бројот на членовите на новото здружение изнесува најмалку 1/3 од вкупниот број на пензионери во општината.**

На 16 декември посебна седница одржа и Одборот на Регистрираната организација на СЗПМ на која, по дискусијата на Душко Шурбановски, Крсто Џанев, Гидо Бојчевски, Димитрија Богатински, Димитар Зарков, Љупчо Наумовски и Крсто Ангеловски, беше утврден текстот на Спогодбата со Фондот на ПИОМ за начинот и постапката за вршење задршка при исплата на пензија за Солидарен фонд и за членарина. Стана збор и за начинот на враќањето на задршката за Солидарен фонд од декември 2007 година.

Д.А.

ЗИТ и КИП Тетово

Свечена седница на Собранието

Повод "Неделата на лица со инвалидност" на 3 декември Здружението на инвалиди на трудот и корисници на инвалидска пензија во Тетово одржа свечена седница на Собранието, на која присуствуваат и голем број гости.



несе и податокот дека од над 100.000 лица со инвалидност во Република Македонија, над 47.000 се со трајно загубена работна способност, а има и околу 40.000 корисници на семејна пензија наследена по основ на инвалидност. Стана збор и за активностите на здружението за добивање на статус на инвалидска организација, за хумнитарна помош на членството и друго.

Истиот ден Здружението на инвалиди на трудот и корисници на инвалидска пензија во Тетово одржа и семинар со претседателите на месните организации и секции на кој се разгледа спроведувањето на нормативните акти во духот на Законите од инвалидската проблематика, а се расправаше и за програмските активности.

Т.Ч.

Годишна конференција на Собранието на ЗВП на РМ

Порганизирано дејствување

Собранието на Здружението на воените пензионери на РМ на 17 декември 2009 година, во Домот на АРМ одржа годишна конференција на која беше оценета работата на Здружението и беа усвоени работни документи за наредната година. Со конференцијата раководеше претседателот на ЗВП **Јордан Јорданов**, а извештај за работата поднесе заменикот-претседател, **Драган Бозаревски**.

Оценувајќи ја работата на Здружението, тој истакна дека планираните активности на органите, како во Скопје, така и во внатрешноста, успешно

се реализирани. Благодарение на планското дејствување на органите, воените пензионери ги исполнуваат програмските задачи и редовно се вклучуваат во активностите на општинските здруженија, з bogатувајќи со спортски и рекреативно-зајавдни живот, а многумина учествуваат во регионалните и републиките натпревари во организација на СЗПМ.

Бозаревски напомена дека некои органи се уште не успеа да изградат соодветен однос кон општинските здруженија, што довело до недоразбирања при користењето

на заднички простории и отежнато остварување на планираните активности. Во обезбедувањето поволни услови за работа, особено за Извршниот одбор и органите во Скопје. За актуелните проблеми и постигнатите успехи во органите се произнесоа повеќе дискутанти меѓу кои и **Ангеле Лазаревски**, **Илија Петковски**, **Гаврило Поповски**, **Митко Евтимов**, **Горче Зарински**, **Винко Катанец**, **Звонко Вугрешек** и други. На крајот од седницата беше заклучено дека Здружението мора да продолжи поорганизирано и со поголема одговорност да се однесува кон своето членство и обврските кои произлегуваат од статутите на ЗВП на РМ и на СЗПМ.

М.Д.

Одбележан 3-ти декември во Охрид и Свети Николе

Трети Декември е Меѓународен ден на лицата со инвалидност. На овој ден здравите луѓе треба да се похумани и на инвалидите да им го подобрат секојдневениот живот, а самите инвалиди да можат да ги истакнат своите проблеми, но и своите постигања и успехи.

Со пригодна свеченост, Здружението на инвалиди на трудот од Охрид и Дебрца го одбележа 3-ти Декември – Меѓународниот ден на лицата со хендикеп.

– Нашата цел е да се обединат сите лица со хендикеп заради заедничко делување и остварување на своите права пред институциите, истакна **Благоја Крстаноски** – претседател на Здружението на инвалиди на трудот од Охрид и Дебрца. Директорот на Центарот за социјални работи Екрем Калошев, кој присуствуваше на свеченоста, истакна дека институцијата и надлежното министерство прават напори да им помогнат на трудовите инвалиди. Тој посочи дека врз основа на претходна категоризација на лицата со инвалидитет баратели на помош, до 26 години ги остваруваат правата преку детска заштита во висина од 3.700 денари, а постарите добиваат надоместок за него од 4.200 денари.

Во присуство на Димитар Зарков, претседател на Сојузот на инвалидските пензионери на Македонија и други гости, Здружението на инвалидите организираа заедничка забава на над 150 пензионери од Кратово, Радовиш, Штип, Македонска Каменица, Куманово, Велес, Скопје и Лозово. Средбата беше искористена и за зборување на двете пензионерски здруженија од Свети Николе и Македонска Каменица.

Претседателот на Здружението на инвалидските пензионери на Свети Николе Симеон Михаиловски истакна

присуство ја почести и градоначалникот на општина Свети Николе Роберт Ѓорѓиев и претседателот на советот Васко Пашовски. Беа присутни и гости од месните заедници од Амзабегово, с. Ерзелија, Лозово, Горобинци, Црнилиште и Мустафино.

Свеченоста и дружењето продолжи со убава музика и песна, во пријатна и весела атмосфера.

В.Петрушева
К.Спасески

ФОТО ВЕСТ



Велес - традиционална средба на инвалидски пензионери

По повод Светскиот ден на инвалидизираните лица Здружението на инвалидските пензионери во Велес по 11-ти пат организираше свеченост со заедничка забава. Стотина пензионирани лица срдечно ги поздрави **Славчо Чадиев**, претседател на Советот на општината, посакувајќи им добро здравје и долг живот, а информираше и за преземените мерки за попристано движење на лицата со посебни потреби.

Претседателот на Здружението **Лазар Атанасов** и секретарот **Трајко Панов** посебно се заложија за отворање на центри и клубови за дневен престој

на инвалидските пензионери и за з bogатување на пензите. Здружението организира повеќе активности за решавање на пензионерските проблеми и потреби.

Забавата мина во добро расположение, со музика, песни и лотарии. **Б.Кулакова**



Семејна пензија - широк круг на корисници

Едно од позначајните права што се остваруваат во пензиското и инвалидското осигурување е и семејната пензија. Таа опфаќа широк круг на корисници: брачен другар, деца (родени во брак или надвор од брак или посвоени, посинаците кои ги издржувал осигуреникот), како и родители (татко и мајка, очув и маќеа) и посвоител, што ги издржувал осигуреникот. Семејна пензија може да оствари и брачен другар од разведен брак, ако со судска одлука му е утврдено право тоа издржување.

Со оглед на фактот дека семејната пензија се остварува по исполнување на одредени услови, таа се користи се додека тие услови постојат и покму заради тоа во почетокот на овој текст ќе го наведам членот 155 од Законот за пензиското и инвалидското осигурување, кој гласи:

„Правото на семејна пензија престанува за член на семејство кај кого поради настаната промена повеќе не постојат посебните услови од кои зависи стекнувањето и траењето на правото“.

За да може да се оствари правото на семејна пензија треба да бидат исполнети **општите услови за пензија** (тие се ценат на денот на смртта од лицето од кое се изведува правото на пензија) и тоа починатиот осигуреник да наполнил: најмалку пет години стаж на осигурување или десет години пензиски стаж, или ги исполнил условите за старосна, или бил корисник на старосна или инвалидска пензија. Доколку смртта на осигуреникот настанала како последица на повреда на работата или професионална болест, членовите на семејството стекнуваат право на семејна пензија, без оглед на должината на пензискиот стаж на осигуреникот.

Согласно членот 72 од Законот за пензиското и инвалидското осигурување, вдовица стекува право на пензија ако:

1) до денот на смртта наполнила 45 години живот;

2) до денот на смртта на брачниот другар била неспособна за работа или таква неспособност настанала во рок од една година од денот на смртта на брачниот другар;

3) по смртта на брачниот другар останало едно или повеќе деца кои имаат право на семејна пензија од тој брачен другар, а вдовицата ги врши родителските должности на тие деца;

4) по смртта на брачниот другар имала наполнети 40 години, кога ќе наполни 45 години живот – или ако во тие години станала неспособна за работа.

Со овој член е регулирано истака и вдовица која во текот на користењето на правото по основа на вршење на родителска должност стане неспособна за работа или наполни 45 години живот, трајно го задржува правото на семејна пензија, а ако вдовицата која го загубила правото на семејна пензија по основа на вршење на родителска должност по наполнети 40 години, стекнува право на семејна пензија кога ќе наполни 45 години живот.

Согласно одредбите на член 73 од Законот за пензиското и инвалидското осигурување вдовец стекнува право на семејна пензија ако:

1) до смртта на брачната другарка наполнил 55 години живот;

2) до смртта на брачната другарка бил неспособен за работа или таква неспособност настанала во рок од една година од денот на смртта на осигуреникот, односно корисникот на пензија;

3) по смртта на брачната другарка останало едно или повеќе деца кои имаат право на семејна пензија по

таа брачна другарка, а вдовецот ги вршил родителските должности кон тие деца;

4) до смртта на брачната другарка имал наполнето 50 години, кога ќе наполни 55 години живот или ако во тие години станал неспособен за работа.

Вдовецот кој во текот на користењето на правото по основа на родителска должност стане неспособен за работа или наполни 55 години живот трајно го задржува правото на семејна пензија, а вдовецот кој го загубил правото на семејна пензија по основа на вршење на родителска должност по наполнети 50 години живот, стекнува право на семејна пензија кога ќе наполни 55 години живот.

Што се однесува до дете, тоа стекнува право на семејна пензија ако:

1) до наполнети 15 години живот, а ако е на школување до наполнети 26 години живот или;

2) пред смртта на осигуреникот, односно корисникот на пензија кој го издржувал било неспособно за работа или таква неспособност настанала во рок од една година од денот на смртта на осигуреникот, односно корисникот на пензија.

Ако школувањето на детето е прекинато поради болест, правото на семејна пензија може да се стекне, односно му припаѓа и за времето на боледувањето до наполнети 26 години живот, како и над тие години, но најмногу за толку време колку што е изгубено од редовното школување поради болест. На детето кое го прекинало школувањето заради отслукување на воениот рок семејната пензија му се исплатува и за тоа време. Ако во текот на користењето на правото на семејна пензија детето стане неспособно за работа трајно го задржува правото на семејна пензија, а семејна пензија

стекнува и дете инвалид по престапок на работниот однос.

Последната категорија на лица кои можат да остварат пензија се родителите и тоа ако:

1) до денот на смртта на осигуреникот, односно на корисникот на пензија родителот наполнил 45 (мајка), односно 55 години живот (татко)

2) е помлад од 45 години, односно 55 години и ако до смртта на осигуреникот, односно корисникот на пензија бил неспособен за работа.

Имајќи го предвид изложеното, а за непречено користење правото на семејна пензија, корисникот на пензија е должен да го почитува членот 153 од ЗПИО, која одредба е содржана во диспозитивот на секое решение за пензија, а таа законска одредба гласи:

„Корисникот на право остварено според овој закон е должен да ја пријави секоја промена што влијае врз правото или врз обемот на користењето на правото, најдоцна во рок од 30 дена од денот кога настанала промената.“

Како значајна околност на која треба да внимава корисникот на пензија се белешките за школување кои со започнување на школската, односно студентската година треба, веднаш да се достават до Одделението за исплата на пензии во Централата на Стручната служба на Фондот или преку нејзините филијали. Исто така, задолжително треба да се дојави и прекинот или завршувањето на школувањето. Ако овие белешки не се доставуваат редовно, тогаш по службена должност се запира исплатата на пензијата и се создава прекин, а со тоа се предизвикува неосновата реакција од корисникот на пензија, како и не потребно администрирање за повеќе

торно воспоставување на исплатата.

Имав прилика да слушнам дека корисникот на пензија - дете не му била позната околноста дека се додека трае школувањето е должен да доставува белешка за запишана секоја наредна школска, односно студентска година. Тоа ми даде идеја дека, покрај информацијата на чекот од пензијата, за оваа обврска може корисниците на пензија редовно да се потсетуваат и преку Соопштение кое би се поместило на веб-страницата на Фондот.

Што се однесува до вдовицата и вдовецот потребно е да го пријават евентуалното вработување или вршење на дејност, а ако пензијата е остварена заради неспособност за самостоен живот и работа, во тој случај треба да се внимава на благовремено јавување на контролен преглед.

Информациите за користење на правото на семејна пензија се значајни за да не дојде до преплата, бидејќи непридржувањето кон нив, законодавецот ги санкционирал како прекршок (член 192 од ЗПИО).

Понатаму, доколку заради непријавување на промената настане штета на Фондот согласно точка 2 на ставот 1 од членот 186 од ЗПИО, воспоставен е основ, Фондот да бара да се врати применитот износ и надомест на штета.

И на крајот како заклучок: почтивани сегашни и идни корисници на пензија, почитувајте ги обврските за редовно пријавување на промените кои влијаат на намалувањето на обемот на правото или престанокот на правото, се со цел тоа право да го користите непречено од страна на Фондот. Само на тој начин и така нема да се доведете во положба да Ви биде намелена или ускратена пензијата по службена должност.

Станка Трајкова

ОД РАБОТАТА НА ФОНДОТ НА ПИОМ

Секогаш во служба на пензионерите

Податоците од користењето на Веб страницата и секојдневниот контакт и барање помош од Кол центарот, јасно и недвосмислено покажуваат дека тие се „отворени страници“ за соработката со идните и постојни над 273 илјади пензионери

Нема дилема, и тоа е повеќе од очигледно, најновата (и последна) реформа на македонскиот пензиски систем, ги дава своите високи резултати. Кога го истакнуваме ова, пред се, мислиме на многуте промени што настанаа од вкупната пензиска политика и во современите тенденции веќе присутни во секојдневната работа на Фондот на ПИОМ. Кога на ова ќе се придонадат обуките за вработените што на неколку наврати ги изведоа странски консултант и кога, ќе се подвлече дека со воведувањето на компјутерскиот систем за водење на матичната евиденција, на уплати за пензиско осигурување, а со тоа и заштита на постојно вработените, водење контрола на висината на уплатените износи, нивната редовност и друго, тогаш спликата за вкупната работа на Фондот на ПИОМ станува комплетна и целосна.

Во вака големиот и особено изразен успех, во вкупната активност на Фон-

дот на ПИОМ секако дека имаат заслуга и два мошне важни сегменти, и тоа: отворањето и перманентното обновување со сè понови вести и препораки што ги донесува Веб страницата на Фондот на ПИОМ и постоенето и работата на Кол центарот во институцијата. Дека е така, најдобро покажуваат податоците со кои распорлагаме. Имено, за петте години колку што функционира Веб страницата, истата ја отвориле и со неа комуницирале над 270 илјади корисници, или во просек по 30 илјади клиенти (обврзници, осигуреници, стручни кадри што водат евиденција за пензискот стаж и др.). Од погорното произлегува дека мокната електронска комуникација на Фондот на ПИОМ со корисниците е повеќе од редовна, квалитетна и задоволувачка, а истите ги дава институцијата. Потврда за погоре изречената констатација се бројните и редовни пофалби што ги добива Фондот на ПИОМ, а што е уште една гаранција дека неговата работа постојано е следена и истата придонесува за унапредувањето на нашата пензиска политика.

Но, тоа не е сè, напротив, уште една служба со својата работа и активност застлужува и во оваа прилика да биде истакната. Се работи за постојењето на Кол центарот на Фондот на ПИОМ,

којшто секојдневно по јавувањето на корисниците на услугите ги разрешува отворените проблеми и прашања присуствуваат како меѓу самите пензионери, така и во фирмите и помошта што стручните служби им ја даваат. Од податоците се гледа дека за една година има над 9400 јавувања или во просек над 790 јавувања месечно. На ваквата изразена фреквенција на јавувања трите вработени во службата, пак, успеале да воспостават нужна комуникација со службите во Фондот на ПИОМ, така што секогаш корисниците на услугите, биле и се задоволни од нивната работа.

Од погорното произлегува дека двета „прозорци“ преку кои може да се следи работата на Фондот на ПИОМ и да се комуницира, односно да се бараат стручни и квалификувани одговори на нејасни или отворени прашања од сверата на пензиската политика, секогаш се надминувале, со јавувањето меѓудругото и на овие две квалитетни служби, а со тоа и Фондот на ПИОМ се афирмира како институција во која нема застој кога се работи за идните корисници или на постојните пензионери. Тоа очигледно укажува дека работата е во функција на пензионерите, секогаш и во секоја прилика.

М-р. С. Кутузовска

Редакциски одбор:
Чедо Георгиевски
Главен и одговорен уредник;
Драги Аргировски
заменик главен и одговорен уредник;
Членови:
Калина Сливовска Андонова, уредник;
Иванчо Кузмановски,
Костадинка Каймаковска,
Цветанка Илиева,
Хисен Шакири
Лектор:
Верица Тоциновска

Адреса:
СЗПМ "12 ударна бригада"
бр. 2. зграда на ССМ – Скопје
Телефон: 02 3223 710
тел-факс: 02 3128 390
Web: www.szpm.org.mk
E-mail: kontakt@szpm.org.mk
Проект Развој Македонија
тел. 02 3213 227
E-mail: prm@szpm.org.mk

Компјутерска обработка:
ПРМ
Печати:
Графички центар Скопје

Ракописите и фотографиите не се враќаат.
Според Законот, за весникот се плаќа данок според посебна намалена даночна стапка.

ПЕНЗИОНЕР *мак*

Весник за сегашните и за идните пензионери

Издавач:
СЗПМ

Година II – број 17–18
декември – јануари 2009–2010 год.

БЕСПЛАТЕН МЕСЕЧЕН ВЕСНИК

Издавачки совет:
Душко Шурбановски (претседател)
Андон Марковски
Ѓорѓи Серафимов
Нуре Кадриу
Ѓорѓи Трпчески
Гидо Бојчевски
Чедо Георгиевски и
Драги Аргировски
E-mail: argirovski@szpm.org.mk

Клуб на љубители на книгата

Двегодишна успешна работа

Се навршуваат две години од формирањето на Клубот на љубители на книгата при огранокот „Јане Сандански“ на ЗП „Кисела Вода“. Идејата за формирање на Клубот ја зедовме од нашите средношколски и студентски денови и при тоа имавме на ум дека пензионерите имаат значително повеќе време за читање, како и желба и потреба да разменат мислења за прочитаното, да творат и да се дружат.

Широк круг пензионери ја прифаќа работата на клубот уште на почетокот. Секоја последна среда во месецот, простиријата во која ги одржуваат литературните среќби, секогаш беше исполнета од љубопитни пензионери.

Мотивите на пензионерите да учествуваат во работата на Клубот беа различни. Кај некој, тоа беше желбата да се научи нешто ново или да се обнови заборавеното, кај други, да се сретнат афирмации автори или да се запознаат млади перспективни литератури, трети, да постават прашање или да изнесат сопствено согледување, и кај сите, да се доживее уметноста, да се забавува и дружи.

Клубот ја насочи својата работа кон македонската литература, современата и постарата. Сметаме дека на значајни македонски автори се посветува малку внимание и тие полека паѓаат во заборав. Клубот си постави задача да го сврти вниманието кон

македонски литературни творци, кои твореле во Бугарија пред почетокот на Втората светска војна, како и изложувањето на поетот Михаил Ренцов за неговото видување на творештвото на Рачин. Д-р. Михајло Георгиевски отвори нова, за пензионерите, непозната страница од историјата на македонската литература-средновековната, на која во наредниот период повторно ќе се навратиме.

Емоции предизвикаа и излагањето на нашиот член Борис Шумински за Приличев и неговата ненадмината поема „Сердарот“

Во текот на две години, Клубот правеше за петмина прозни автори. Се започна со расправа за делото на Петре М.Ахдреевски, а една година потоа, поново се навративме на овој еминентен раскажувач, овој пат, преку спомените и согледувањата на Михаил Ренцов. За делото на Живко Чинго зборуваше добриот познавач на неговото дело Борис Шумински. Мнозина од присутните беа пријатно изненадени од големината и значајот на прозното наследство, што ни го остави прерано починатот писател. Романсиерската трилогија „Прилепчанки“ од Мирјана Р.Селчанец беше многу убаво представена од писателот Живко Карески, како и од самата авторка.

Членовите на Клубот беа запознати и со расказите и романот на младите

наташашен развој. При средбата со поетесата Светлана Христова Јоциќ возбудата беше взајемна. Пензионерите беа восхитени од песните и нивната емотивна интерпретација од страна на авторката. Песните од промовираната збирка „Галичица“ на Михаил Ренцов ве тераат да размислувате за убавината, времето, настаните и делата.

Во рамките на Клубот веќе делуваат неколку поети, кои ги читаат своите песни при разни пригоди. Мината година беше претставена Ангелина Маркус, која почнала да ги пишува своите историски книги со популарна содржина на седумдесет годишна возраст, а Мирјана Р. Селчанец ги напиша своите четири објавени романи во пензионерски денови. Двете авторки се добар пример дека возрастта не е пречка добро да се пишува, туку напротив.

На барање на поедини членови, Клубот организираше две предавања со историска содржина. Предавањата на д-р. Зоран Тодоровски и д-р. Петар Поповски побудија голем интерес меѓу пензионерите, што наведува потреба за формирање на посебна историска секција.

Во организација на Клубот беа изведени два еднодневни излети. Мината година беа посетени Струмица и Смолярските водопади, а годинава Тиквешко со посета на Демир Капија, Ваташа и Моклишта. Наши поети прочитаа свои песни пред споменикот на Гоце Делчев во Струмица и пред споменикот на дванаесетте ваташки деца во Ваташа. Се чини дека Клубот постави нови критериуми за организација на идните пензионерски излети.

Заедно со членови на Сојузот на борците беше организирана средба, на која зборуваше д-р Стојан Киселиновски по повод шеесет години од завршувањето на граѓанска војна во Грција. Во вториот дел, насловен како „Впечатоци од Тиквешко“ зборуваше Драго Стојанов на тема: „По трагите на НОБ во Тиквешко“. Воедно Борис Шумински извидеа рецитал од избор на песни од НОБ од повеќе македонски автори.

На ноемвриската средба д-р. Ѓорѓи Поп Антонов зборуваше за Македонија и Македонците во библијата. Средбата пред Нова година ќе биде убава поетска вечер во која главен збор имаат самите членови на Клубот.

Двегодишната работа на Клубот на љубители на книгата побуди значителен интерес меѓу пензионерите, а зголемен е интересот и кон други културни случувања.

**Драго Стојанов
Претседател на Клубот**

ник. Иако бројот на пензионерите тогаш не бил голем, ги имало педесетина, сепак формирањето на организацијата имало и име големо значење, бидејќи преку неа се штитат интересите и правата на оваа категорија граѓани. Сега во ЗП Неготино и Демир Капија, членуваат над 3 000 старосни, семејни и инвалидски пензионери, како и инвалиди на трудот. На територијата на двете општини функционираат 13 огранци. Здружението поседува два пензионерски дома, по еден во Неготино и Демир Капија, со 12 станови во кои се сместени пензионери. Во петте пензионерски клуба (Неготино, Демир Капија, Криволак, Долни Дисан и Војшанци) пензионерите се среќаваат, комуницираат, се забавуваат и рекреираат.

најголема мера придонесува и во-каално-инструменталната група „Распеани пензионери“ која одбележува 5 години од формирањето. За овој временски период, истакна **Јован Давчев**, претседател на групата, се испејани околу 70 песни на 63 настапи во општината и Републиката.

На средбата на пензионерите присуствуваше и градоначалникот на Општина Неготино – **Пане Трајков**, кој ги поздрави присутните пензионери и им посака добро здравје и долг живот. Честитајќи ги јубилите тој ги акцентира успешните активности на овие облици на дејствувањето на пензионерите и нивниот огромен придонес за афирмација на општината, посакувајќи им уште многу вакви јубили.

Петар Стефанов

СРЕДБА СО ПОВОД

Македонската „Агата Кристи“ за себе и за своето творештво

Се сретнавме неодамна, во еден преубав национален амбиент каде што ги промовираше своите последни две книги. Тука се роди желбата да дознаеме повеќе за оваа неуморна жена која со својата работа ни докажува дека за творецот нема пензионирање.

Во последните десетина години **Вера Бужаровска** постојано ја збогатува македонската литературна продукција со по една до две книги годишно, а годинава дури со четири. Нејзината животна преокупација е жанровски определена за крими или детективски романи како и хорор романите. Нејзинот спас на издавачкиот избор во петнаесетина романи преовладуваат овие теми, одговорот ќе биде, затоа што читателот ги бара. Дека е тоа така потврдуваат и романите: „Го откриј атенаторот“, „Господе чувај ме од Интерпол“, „Ме обвинија за убиство“, „Вампир“, петнаесетина други вклопени во овој вид литература. Ни овој пат не изостана нејзиниот интерес за крими романите. Тоа ни го потврдува најновото дело со наслов „Виндузи“.

Што значи зборот виндузи?

– Виндузи, или чаши, постарите добро знаат, порано се ставале на грбот, одкако со пламен ќе се исти-

снел кислородот од чашата и таа тогаш убаво се залепувала на грбот. На тој начин, луѓето ги „истерувале“ повеќето здравствени проблеми. Јас виндузите ги искористив за криминалното дејствие во романот. Мотив ми беа се позачестените напади врз старите луѓе од материјална корист. И во овој роман се случуваат токму тоа и влегува во свидето на денешното живеење во кое е претставено оваа криминално дејствие.

Вие велите дека пишувате за мажи, а Ве читаат жени. На што се должи тоа?

– Ги анализираам книгите и самата се прашував зошто? Мислам дека тоа е затоа што во моите дела личностите за кои пишувам повеќето се мажи, кои се и најчесто сторители на криминални акти. А жените се љубопитни, ги интересира какви се мажите, па ги читаат романите. Моите книги ги читаат луѓе меѓу четириесетата и седумдесетата година, зошто младите денеска имаат безброй можности за забава.

Ве викаат македонската Агата Кристи. Зошто?

– Заради тематската близост со романите на Агата Кристи. Во моите романи нема пуштање како во филмовите. Јас во нив ги истражувам местата на злосторствата, долго



трагам по сторителите на криминалните дела, ги претставувам црните нитки во човековата душа и до каде може да стигне денешната алчност по парите, наспроти човечноста.

Да се вратиме на Агата Кристи. Кога таа твореше, тогаш ги немаше компјутерите и целата оваа технолоџија, па повеќе се читаше. Потоа

наташашен развој. При средбата со поетесата Светлана Христова Јоциќ возбудата беше взајемна. Пензионерите беа восхитени од песните и нивната емотивна интерпретација од страна на авторката. Песните од промовираната збирка „Галичица“ на Михаил Ренцов ве тераат да размислувате за убавината, времето, настаните и делата.

Во рамките на Клубот веќе делуваат неколку поети, кои ги читаат своите песни при разни пригоди. Мината година беше претставена Ангелина Маркус, која почнала да ги пишува своите историски книги со популарна содржина на седумдесет годишна возраст, а Мирјана Р. Селчанец ги напиша своите четири објавени романи во пензионерски денови. Двете авторки се добар пример дека возрастта не е пречка добро да се пишува, туку напротив.

На барање на поедини членови, Клубот организираше две предавања со историска содржина. Предавањата на д-р. Зоран Тодоровски и д-р. Петар Поповски побудија голем интерес меѓу пензионерите, што наведува потреба за формирање на посебна историска секција.

Во организација на Клубот беа изведени два еднодневни излети. Мината година беа посетени Струмица и Смолярските водопади, а годинава Тиквешко со посета на Демир Капија, Ваташа и Моклишта. Наши поети прочитаа свои песни пред споменикот на Гоце Делчев во Струмица и пред споменикот на дванаесетте ваташки деца во Ваташа. Се чини дека Клубот постави нови критериуми за организација на идните пензионерски излети.

Заедно со членови на Сојузот на борците беше организирана средба, на која зборуваше д-р Стојан Киселиновски по повод шеесет години од завршувањето на граѓанска војна во Грција. Во вториот дел, насловен како „Впечатоци од Тиквешко“ зборуваше Драго Стојанов на тема: „По трагите на НОБ во Тиквешко“. Воедно Борис Шумински извидеа рецитал од избор на песни од НОБ од повеќе македонски автори.

На ноемвриската средба д-р. Ѓорѓи Поп Антонов зборуваше за Македонија и Македонците во библијата. Средбата пред Нова година ќе биде убава поетска вечер во која главен збор имаат самите членови на Клубот.

Двегодишната работа на Клубот на љубители на книгата побуди значителен интерес меѓу пензионерите, а зголемен е интересот и кон други културни случувања.

**Драго Стојанов
Претседател на Клубот**

ник. Иако бројот на пензионерите тогаш не бил голем, ги имало педесетина, сепак формирањето на организацијата имало и име големо значење, бидејќи преку неа се штитат интересите и правата на оваа категорија граѓани. Сега во ЗП Неготино и Демир Капија, членуваат над 3 000 старосни, семејни и инвалидски пензионери, како и инвалиди на трудот. На територијата на двете општини функционираат 13 огранци. Здружението поседува два пензионерски дома, по еден во Неготино и Демир Капија, со 12 станови во кои се сместени пензионери. Во петте пензионерски клуба (Неготино, Демир Капија, Криволак, Долни Дисан и Војшанци) пензионерите се среќаваат, комуницираат, се забавуваат и рекреираат.

штуваат злодела врз мажи. Сеуште размислуваат дали ова да биде трилогија. Пишувам и други дела но за нив во друга прилика.

Но оваа прилика ќе ја искористам да кажам и што ми пречи во издаваштвото. Наш најголем проблем е тоа што секој сам мора да се снаѓа за обезбеди средства за издаваштво на своите дела. Јас одамна ја совладав компјутерската технологија и сите подготвотки на текстот до печатење, ги правам сама. Така печатењето ме чини помалку. Но и таа ниска цена за мене е висока. И сите книги после печатењето да ги пројадам, пак неможам да ги платам трошоците за печатењето. Но некако се снаѓаам.

Како ви поминуваат пензионерските денови, што правите кога не пишувате?

– Соишто не се разликуваат од оние пред пензија. Јас како и сејка друга жена имам многу задолженија и обврски во домот и семејството. Тука е и творештвото. Јас животната девиза најдобро е да се работи, па макар што и да е.

Седењето со скрстени раце не го одобрувам. Секоја се родил со нешто постојано да придонесува. Животот мора да минува со одредена цел.

Цветанка Илиева

Домови за пензионери и за стари лица во Македонија

Во Македонија има 37 домови за апензионери и стари лица. Фондот за пензиско и инвалидско осигурување стопанисува со 13 пензионерски домови, нешто се на здруженијата на пензионерите. Од Домови за стари лица четири се под Министерството за труд и социјала, многу повеќе се приватни, а најмногу се во Скопје.

Од 13 домови на Фондот во Скопје има три, и тоа Домот во Аеродром со капацитет од 142 станови, во Автомобилна со 44 станови и Домот во Гочче Петров, кој располага со 30 станови. Останатите домови се наоѓаат во Прилеп, Гевгелија, Виница, Пробиштип, Делчево, Кочани, Крива Паланка, Свети Николе и два има во Гостивар. Со Домот „Лика Чопова“ во Топанско Поле во Скопје стопанисува Здружението на пензионерите во Чачак. Сите тие имаат вкупно 341 станбена единица со површина од 16 до 30 квадратни метри.

Најбарани, секако, се станбените единици на домовите со кои располага ПИОМ, бидејќи киријата за нив изнесува 23 денари од квадратен метар или месечниот износ што го плаќаат станарите е околу 600 денари. Со остатокот од својата пензија тие ги покриваат комуналните услуги и, секако, своите животни потреби, како што се исхрана, облека, обувки, лекови и другите животни трошоци. Во нив станарите живеат како во станбените згради, со таа разлика што имаат и простории за заедничко дружење, за гледање телевизија, за читање и за колективни игри. Важно е да го почитуваат куќниот ред. Услов да се добие стан во некој од домовите на ПИОМ треба пред сè да се биде корисник на пензија, потоа да се комплетира документацијата со молба:

- чек од пензијата,
- венчаница или умреница од сопружниците, или
- решение за развод на бракот,

• доказ за сопственост, односно доказ дека последните пет години лицето не поседува имот на свое име, доказ за станбената состојба, односно дека корисникот живее под кирија и во колкав стан

• лична карта,

• уверение од УЈП за материјалната состојба,

• доказ за бројот на членови во семејството,

• уверение за државјанство и жителство

• потврда од лекар за здравствената состојба

За да се добие стан во некој од домовите, старосната граница не е битна, иако станарите се главно лица постари од 65 години. Потребно е само лицето да може да ги врши основните животни функции. Доколку за време на користењето на станот му се наруши здравјето до таа мера да не може да се грижи сам за себе, Фондот во соработка со Центарот за социјални грижи го сместува во некој геријатрски центар. Од ПИОМ велат дека засега на нивната листа на чекање има 27 пензионери, а редовно има побарувања од по педесетина. Чекањето трае и по неколку години!

Во Македонија постојат четири дома за стари лица, кои се под ингеренција на Министерството за труд и социјала. Тоа се Геронтологијата завод „13 Ноември“, оддел „Мака Тереза“ – Скопје, потоа Домот за стари лица „Су Рајдер“ во Битола, „Зафир Сајто“ во Куманово и „Киро Крстески-Платник“ во Прилеп.

Многу повеќе привилегии старите лица можат да добијат во приватните пензионер-

ски домови. Престојот таму е доста поскап. Во Скопје веќе се отворени шеесет приватни пензионерски домови и во нив, во зависност од услугите што се добиваат, месечно се плаќа од 300 до 450 евра. Еве некои од приватните домови во Скопје:

Домот за стари лица „Мери Терзиева“ е лоциран во населбата Аеродром и има капацитет за околу 70 станари. Објектот располага со 24 соби, а секоја има бања, телевизор со кабелска, централна клима и аларм-копче.

Домот има две дневни соби за заедничко дружење, трпезарија, репрезентација и пералница. Станарите секојдневно имаат три главни оброци и две ужини помеѓу оброците. Лични желби се усогласуваат со нивната општа старост и здравствена состојба во консултација со медицинскиот тим, кој на пациентите им обезбедува целосна медицинска заштита, снабдување со лекови, општи лекарски прегледи. Станарите имаат и организиран богат културно-забавен живот. Секако, имаат право и на посети од најблиските, како и можност тие да одат кај нив.

„Вита-ви“ е приватен старски дом, смештен во населбата Радишани. Објектот има капацитет за 21 лице, а собите се еднаквите, двокреветни и трокреветни. Изборот секој го прави по желба во зависност од тоа дали сака да биде посамен или можеби преферира живот со уште некој свој врсник. И овој дом води сметка за културно-забавниот живот на старите лица, се грижи за нивната терапија и има 24-часовен медицински третман.

На влезот на Радишани е домот „Жана“, со



Дом на пензионери во Чачак

Се подобруваат условите за претстој

Домот за пензионери „Лика Чопова“ лоциран во населбата Чачак во Скопје, својата функција ја оставува од 1979 година. Во Домот има 48 стана во кои моментално се сместени 53 станари, меѓу кои има и брачни парови. Корисници на становите, се



главно пензионери кои ги исполнуваат условите согласно Правилникот и се издаваат врз основа на склучен договор за наем. Во Домот има и заедничка сала за дневен претстој, како што станарите глаѓаат ТВ, читаат весници и книги, играат шах, карти и домино. Има и двор, со тревник, цветници и клупи за одмор. Со Домот управува Здружението на пензионери Чачак и Бутел. Претседателот на Извршниот одбор на здружението, Пере Тошкоски, истакнува дека благо-

дарејќи на соработката со градоначалникот на општина Чачак и со локалната самоуправа, условите за живот во Домот постојано се подобруваат, и интересот за сместување на пензионери секогаш е голем. Раководителот на Домот Лазе Ристевски додава дека во соработка со општината ќе се настојува не само во Домот, туку и во околната да се создадат услови за мирен претстој на пензионерите и старите лица. За здравјето на оваа популација во Домот секојдневно се грижи д-р Ана Станоевска. Посебно внимание во Домот се посветува на културно-забавниот живот со организирање фолклорни, литературни и други настапи, а неизостануваат роденденски и празнични одбележувања. Неколку пати во годината за станарите се организираат еднодневни екскурзии до излетнички места, културно-историски локалитети и манастири.

– Навистина сме задоволни од условите за живеење и грижата за нас пензионерите во Домот, вели брачниот пар Милена и Душко Чанови.

Слични исказувања имаат и други станари во Пензионерскиот дом во Чачак.

В.Пачемски

ФОТО ВЕСТ Средба со пензионери-иселеници

За време на летните одмори и божиќните празници во Република Македонија често претстојуваат наши иселеници пензионери. На претстојот на група пензионери од Торонто-Канада се радуваат не само тие, туку и роднините во родниот крај.

Мита и Јован Цветковски, Менка и Ристо Ристевски и други од битолско Мариово, повеќе години како наши иселеници работат и се пензионираат во Торонто. Носталгијата за родната земја придонесе да ја посетат Македонија. Во придруžба на свештеникот на МПЦ во Торонто, Трајко С. Босовски го посетија Скопје, Битола, Штип, Охрид и родното Мариово. Речиси цел месец уживаа во гостопримството и во



убавините на Македонија, потсетувајќи се на младоста, на школувањето, на другарувањата. На средбите со македонските пензионери беа разменети искуства од пензионерското организирање и живот, таму и овде.

Т.Босовски

Нови клубови за дневен престој на пензионерите во општина Аеродром

Деновиве свечено беше обележано отворањето на нов клуб за дневен престој на пензионерите во општина Аеродром. Здружението на пензионерите „Кисела Вода“ во чија територија на надлежност се и пензионерите од општина Аеродром со седница



на Извршниот одбор и мала свечност го пушти во употреба новиот простор на пензионерите. Тоа се убаво уредени простории од пеесетина квадратни метри функционално опремени за неколку часовен дневен престој. Знаејќи дека пен-

зионерите имаат доволно „слободно“ време и имаат навики за другарување и друштвени активности, со домакинско работење и штедење раководството на здружението заедно со сите свои членови-пензионери се грижат да обезбедуваат простории-клубови за дневен престој. Ова здружение досега има отворено повеќе клубови во рамките на петте општини за кои има територијална надлежност. Ке ги споменеме само новите клубови, тоа се: во општина Зелениково и Кисела Вода клубот „Кисела Вода“, клубот „11 Октомври“ и клубот „Нова чешма“; а

ке се реновира и клубот во општина Сопиште. Согледувајќи дека во општината Аеродром живеат над 9.000 членови и дека постојниот клуб „Јане Сандански“ неможе да ги задоволи сите потреби, неодам-

на купени се и опремени два нови клуба („Ново Лисиче“ и „Аеродром“). На тој начин, на толкалот голем број членови им се овозможи, со добра организација, барем донекаде да имаат можност за дневни друштвени активности. Јасно е дека се уште има потреба и од други простории, кои можат да се обезбедат со купување или во соработка со локалната самоуправа. Во клубовите се одвиваат индивидуални активности како што се гледање телевизија, читање весници или едноставно одморање и разговор. Во нив се практикуваат друштвени игри, например и среќи (карти, шах, домино, табла, изложби и сл.). Се спроведуваат и организирани програмски активности како што се разни предавања, а работат и разни секции (актив на жени, клуб на љубители на книгата, пејачка, играорна и друго). Благодарејќи на ангажманот на поедини активисти од органот „Јане Сандански“ и организираната трајна соработка со меѓународната гимназија „НОВА“ во новиот клуб „Аеродром“, со донација од гимназијата, опремено е и катче со 4 компјутери каде што пензионерите можат да изучуваат нивната употреба, а тие што тоа веќе ги знаат да ги користат.

Илија Глигоров

Истакнат активист

Во Здружението на пензионерите во Штип меѓу истакнати спаѓа и Михаил Протогеров, донеодамна секретар на општинската пензионерска организација, некогашен наставник и директор во образованието.

Осум години неуморно работеше како секретар и даде значаен принос во организирањето на асоцијацијата, за домаќинско работење и заштеди, се во интерес на пензионерите.

– Се трудевме да им помогнеме на пензионерите во мака, за што се договоравме со колегите и ги корис-

твеме искуствата во СЗПМ, бидејќи една птица не прави пролет. Проблемите на пензионерите се од различна природа, – вели Протогеров.

Како значајни активности ги смета учествота на здружението на Републиките пензионерски спортски натпревари и на Регионалните ревии на песни, музика и игри, што ги организира СЗПМ.

– Во овој период во Штип беа формирани хорот „Пензионерски цветови“ и „Трио Веселинови“ со оркестарот на народни инструменти,



кои со успех настапија на многу фестивали и концерти, како и на значајни одбележувања на празници во градот под Исај. Заслужена поддршка даваат и поети пензионери и пензионери, – со задоволство се потсетува Протогеров.

Поради здравствени проблеми Протогеров пред завршување на мандатот даде оставка на секретарска функција, а за нов секретар на Здружението на пензионерите во Штип е избран Љубомир Јанев, правник и член на Извршниот одбор на СЗПМ. Ц.Спасиков

САВА ТАБАК МИСЛИ НА ВАС

20 %
попуст

Почитувани пензионери,

Сега имате единствена шанса да **заштедите 20%** од цената за технички преглед за патничкото возило. **САВА ТАБАК ОСИГУРУВАЊЕ** ви ја нуди оваа понуда при купување на нашата полиса за осигурување од автоодговорност. Повелете и искористете ја оваа можност во сите станици за технички преглед на **АМСМ** низ републиката.

Понудата е возможна заради договорот на **САВА ТАБАК ОСИГУРУВАЊЕ АД СКОПЈЕ** со **СОЈУЗОТ НА ЗДРУЖЕНИЈАТА НА ПЕНЗИОНЕРИ НА РМ** и со **АМСМ**.

АМСМ



САВА ТАБАК
Акционерско друштво за осигурување



Нови пензионерски предизвици

На последната редовна седница, членовите на Собранието на Здружението на пензионерите во Струмица водеа жолчна расправа по Извештајот на Одборот за надзор и контрола. Во дискусијата беа упатени сериозни забелешки на прекршувањето на одредбите од Правилникот за финансиско работење, самоволно и ненаменско трошење на средствата и слично. Револтот на членството беше дотолку понагласен, што одговорните лица



во Извршниот одбор, и покрај укажувањето и сериозните забелешки исказани на предходната седница на Собранието, заместо самокритика и подобрување на состојбата во сверата на финансиското работење, дозволиле повредите на Правилникот да финансиско работење да ескалираат.

Поради сето ова, на предлог од 10 членови на Собранието, беше побарано, на претседателот на Извршниот одбор, како најдоговорен за ваквата состојба, да му биде изгласана недоверба. За таа цел, по 15 дена беше закажана нова седница, на која од двајцата предложени кандидати со тајно гласање, за нов претседател на Извршниот одбор беше избрана Данче Даскаловска, дипломиран економист.

• Госпоѓо Даскаловска, што беше главниот повод да ја прифатите оваа функција?

– Да бидам искрена, констатирачките слабости во финансиското работење, единствените заложби на

бројните дискутенти за чисти сметки, за транспарентно, јавно и домашинско работење и спроведување на нормативните акти на Здружението и на СЗПМ, беа главен предизвик да ја прифатам функцијата што ја подразбираам и како голема обврска. Лично сметам дека, Здружението на пензионерите во Струмица, кое брои 7.786, или заедно со пензионерите со општините Босилово и Василево вкупно 10.838 членови, го заслужува, достојното реноме, кое здружението го вбројува меѓу подобрите во Македонија, да продолжи да расте во позитивна насока.

• Колку сте задоволни од сработеното во изминатите неколку месеци?

– Меѓу првите прашања со кои се зафативме беше, уредувањето на односите со закупникот на ресторант во Домот на пензионерите, фирмата „Сарагоса“, од Струмица. Постигнавме согласност врз база на анекс–договор, за две години сметано од март 2009 година,

закупникот да ја надокнди целата закупнина, да нема право да ги наплати средствата вложени од негова страна за реновирање на објектот, салата да се користи и за седници на Собранието на ЗП, за организирање на приредби со забавна содржина и сите услуги во ресторантот да имаат попуст за членовите на здружението и неговите тела. Неодамна беше извршена реконструкција на покривот на Домот на пензионерите и поправка на електричната инсталација во просториите за домување. Слична интервенција е извршена и во клубовите на пензионерите во с.Дабиле, Босилово, Просениково и во Пипрево. Над 200 членови на ЗП присуствуваа на свеченото одбележување на 20-ти септември, Денот на пензионерите. Во спортските натпревари на локално и регионално ниво, учествуваа 60 наши членови, освојувајќи 6 први, 2 втори и 3 трети места во девет спортски дисциплини. Посебно го истакнуваме учество на 24 наши натпреварувачи на

Младешки елан во пензионерски денови

Посетата на веб-страницата открила многу интересна слика на наш колега, архитектот Трајко Трајковски, роден 1938 година, пензионер за кој, се чини, годините застанале! При директната средба тој изгледа младешки според надворешниот изглед и разговорот, а содржината на активностите описаны на неговиот сајт, само го надополнува таквиот впечаток.

– Долгогодишното работно и стручно искуство во една многу специфична проблематика звучна и топлинска заштита во градежништвото како дел на заштитата на човекот во неговата животна и работна средина, како и акустика на затворени простории (театри, концертни сали, аудитории, музички студии...) која овозможува разбираливо слушање и снимање говор и квалитетно слушање и снимање музика, ми овозможи и по одењето во пензија да продолжам активно да ги исполнувам деновите, благодарејќи на фактот што архитект акустичар е многу ретка професија, кај нас и пошироко, – истакнува во разговорот Трајковски.

Љубовта кон оваа специјалност кај него, потекнува уште од далечната 1971 година кога бил вработен во Телевизија Скопје на тогашната РТС, како задолжен за студиската акустика. Тоа било исклучителен предизвик за него како млад човек. Го почувствувајќи тоа како награда за неговата систематичност во работата, длабочината на согледбите за одредени проблеми и за начинот на кој ги извршувајќи поставените задачи. Заради сето тоа, двапати оди на усвршување во познатата фирма за акустика Oskar Gerber GmbH (1976 и 1978 година) во Минхен, тогашна Западна Германија, а во 1980 година добива стипендија од германската влада за усвршување. Тоа е време на интензивна градба на новиот РТВ дом, каде што Трајковски ги примијнува стекнатите знаења. Но напуштање на РТС се вработува во архитектонската фирмa Македонија проект во Скопје, во која продолжува со решавањето на проблемите на звучната заштита во проектирањето на градежните конструкции на станбени и друг вид објекти, и тоа сè до пензионирањето (2003). Патем ги изработува проектите за акустика на повеќенаменските сали на домовите на културата во Битола, Прилеп, Струмица, Куманово и други, кои сè уште се користат со акустички квалитет од кој се задоволни и изведувачите и слушателите. Во тој период реализира ТВ-емисии во неколку серии со стручна проблематика: „Како да поефтина затоплување“, „Бучавата е

меѓу нас“, „Акустика во јавните објекти“ и други.

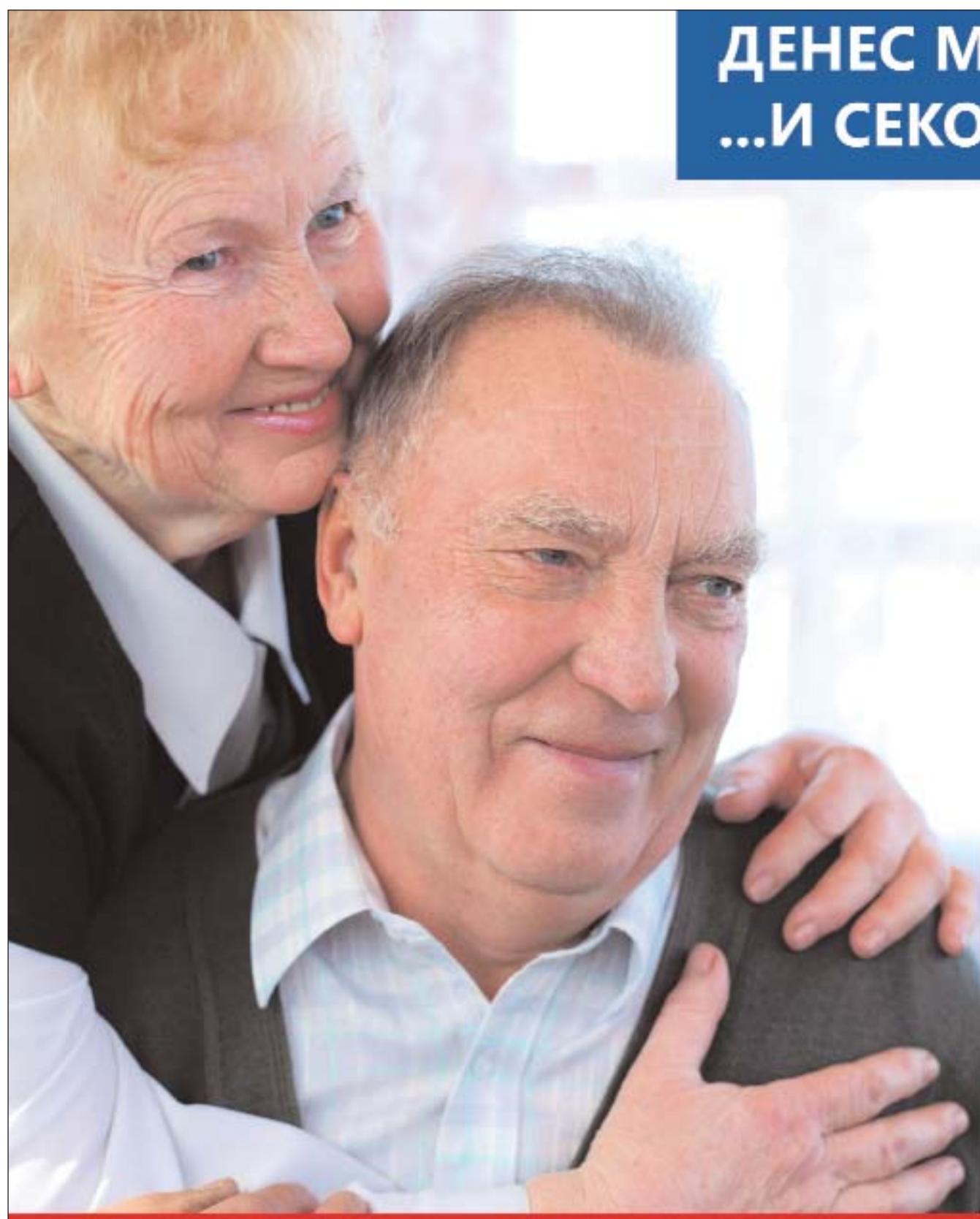
– По пензионирањето мојата активност продолжи. Во последните неколку години ја изработив МЕТРОПОЛИС АРЕНАТА во Скопје, аудиториумот БЕЛИ МУГРИ во Велес, неколку дискотеки (Б2, КОЛО-СЕУМ), телевизиски студија (СИТЕЛ, АЛФА ТВ, КАНАЛ 77, ЕРА ТВ...), како и неколку музички студии на познати македонски продуценти (ЛЕБ И СОЛ, Студио Врчаковски, Студио Копров, Студио АГОН...) а проектант сум на акустиката на новиот СТАР ТЕАТАР во Скопје и на објектот СПОМЕН-ДОМ НА ХОЛОКАУСТОТ кои во моментот се во градба, акустика на киносалите во Рамстор итн... Покрај оваа активност, пишувам написи за звучната и топлинската заштита во стручните списанија „ПОРТА 3“ и „ЕМИТЕР“. Во оваа проблематика значајно место зазема и мојата активност на заштитата на граѓаните од прекумерната урбанизација на бучава што ја создаваат машинските уреди за разладување (чилери), вообичаено поставени на покривите на големите објекти, – истакнува архитектот Трајковски.

Во разговорот, но и воопшто, Трајковски остава впечаток на човек кој е подготвен секој момент да се впушти во решавање на проблемите што се поставуваат пред него:

– Се надевам дека ќе продолжам со мојата професионална активност и дека здравјето ќе ми го овозможи тоа. Во почетокот на следната година и мојата сопруга ќе оди во пензија и ќе имам повеќе време за работа. Пензионер сум, но ни најмалку не се чувствувајќи како „отписан“, по завршувањето на работниот век како редовно вработен. Токму спротивното, навистина сум активен и ангажиран. Заради уникатната ретка специјалност сè уште сум потребен и доста баран. За жал малку доцна кај нас се донесоа Законот за енергетска ефикасност во градите (2008), Правилникот под кој

тита на граѓаните од прекумерната урбанизација на бучава што ја создаваат машинските уреди за разладување (чилери), вообичаено поставени на покривите на големите објекти, – истакнува архитектот Трајковски.

ДЕНЕС МИСЛИТЕ ЗА УТРЕ! ...И СЕКОЈ ДЕН Е СИГУРЕН!



Домаќинско осигурување на имотот на пензионери

1. Со домаќинското осигурување се осигурени станбени објекти кои служат како живеалиште;

од основните ризици:

- пожар;
- удар на гром;
- експлозија, освен нуклеарна експлозија и радиоактивна контаминација
- луња;
- град;
- манифестија и демонстрација;
- паѓање на воздушни летала;
- излевање на вода од водоводни и канализациони инсталации
- и уреди и цевки за топлводни инсталации;
- провална кражба и разбојништво,

2. Со домаќинското осигурување се осигуруваат Стварите на домаќинството

3. Со домаќинското осигурување се надоместуваат и штетите причинети на трети лица за кои е одговорен осигуреникот

4. Со домаќинското осигурување се надоместуваат трошоците за нужно сместување на осигуреникот и членовите на неговото семејство.

За само 30 денари во просек за квадрат, плаќање на 12 месечни рати.

Ексклузивен осигурителен пакет за годините кои носат искуство!

Една полиса за ДОМАЌИНСТВО за СИТЕ ОПАСНОСТИ ШТО ДЕМНАТ!

Кроација осигурување АД

Друштво за неживотно осигурување

Ул. Мито Хаџивасилев Јасмин 20/2 кат, 1000 Скопје

Тел.: 02 / 32 51 107

contact@crosig.mk | www.crosig.mk



* Дали се чувствувате удобно во вашиот дом?	<input type="checkbox"/> ДА	<input type="checkbox"/> НЕ	<input type="checkbox"/> ДРУГО
* Дали вашиот дом ви дава чувство на сигурност?	<input type="checkbox"/> ДА	<input type="checkbox"/> НЕ	<input type="checkbox"/> ДРУГО
* Дали сте го осигурале вашиот прекрасен дом?	<input type="checkbox"/> ДА	<input type="checkbox"/> НЕ	<input type="checkbox"/> ДРУГО

**МОЈОТ ДОМ!!!!
МНОГУ Е УБАВ!!!**

Ексклузивниот пакет за Вас од Кроација Осигурување е решение за заштита на вашиот дом!



Име и презиме: _____

Адреса: _____

Контакт телефон: _____

Анкетите доставете ги во Вашето локално здружение на пензионери.

За секоја јойолнеша и дославена анкеша, следува јодарок!

Случка од животот

Новогодишна приказна

31 декември. Уште една година завршува... Чекореше по замрзнатата улица. Едвај ги креваше тешките зимски чевли кои му ги подари соседот од улицата каде што беше неговата, земена под наем "соба", која едвај можеше тоа да се нарече. Сепак тоа беше местото каде што тој конечно можеше да живее како и секој друг човек. Но таа "соба" го префрли неговиот живот од другата во нормалната страна. Чекореше бавно, не заради тоа што беше стар, ја помина седумдесеттата, туку затоа што на своите плеки носеше многу тежина, а во душата многу горчила и разачорувања.

Тргна од детството. Се што беше убаво, сета нежност и добрина ја снема откако почина мајка му. Имаше само пет години. Беше исплашен, збунет, осамен... Со денови плачеше, а немаше кој да го утеши, да го гушне. Уште постарашно беше кога татко му се прежени. Малтретирањето, гладот и казните немаа крај. Удираше, клоцаше, кршеше. Беше лут на сè, беше лут на животот. Тинејџерските години ги дочека во поправен дом за деца со нервни проблеми. Со други зборови, го прогласија за луд. Бегаше оттаму, но пак го враќаа. Немаше кој да го заштити, да го слушне, да го разбере. Татко му безграницно и верување на втората жена.

Неколку снегулки му влегаа во очите. Не им се лутеше, беа толку убави и нежни. Улицата сè повеќе побелуваше. Снегот ги бришеше црните дамки од чекорите на ретките минувачи. Сите брзаа некаде, само тој не. Улицата личеше на новогодишна елка украсена со многубројни светилки. Личеше на елка од неговите детски соништа.

Од домот го префрлија во установа за возрасни. И оттаму бегаше со надеж дека заради мали и наивни кражби ќе го однесат в затвор меѓу нормални луѓе. Крадеше цигари, храна. Се насмеваше: крадеше крофни од соседната фурна. Попусто. Без да ја испитаат неговата здравствена состојба го враќаа во болницата. Таму му било местото. И не му беше толку страшно заради условите, најстрашно беше што немаше кој да му дојде, да го посети. Никогаш. Им помагаше на болните околу себе колку што знаеше и умееше. Барем имаше покрив над главата. Немаше друг избор. Немаше излез од мафесаниот круг од болнички ходници и решетки на прозорците.

Почна да му студи. Ледениот ветер му влегуваше во коските. Се завитка во долгото палто. Мижуркаше со старечките очи и со тага гледаше во осветлените прозорци. Улицата му заличи на долг воз. Му заличи како воз, воз на животот. Секоја кука еден вагон, една приказна... Колку ли радост има зад тие ос-



ветлени прозорци? Колку топлина има зад тие сидови во кои луѓето живеат нормално. Не му се одеше дома, ја мразеше самотијата, неговата верна придружничка.

Имаше педесетина години кога во затворот дојде лекар специјализант. Специјализираше психијатрија. Секој ден доаѓаше во болницата. И секој ден разговараше со него. Станаа еден вид пријатели, а единствено тој не се плашише од него и од неговата погрешна дијагноза. Едно утро дојде и му рече:

- Ти си здрав. Денес конзилиумот ќе одлучи дали ќе ја напуштиш болницата како нормален човек. Убеден сум дека ќе биде така. Не плаши сè ќе биде добро.

И така се случи. Се отвори големата железна капија. Ислезе оттаму без занает, без некоја наобразба за да може да се справи со животот. Сè ќе биде добро, му звонеа во ушиите зборовите на младиот доктор. Дали?! Му идеше да сè врати, да ги замоли да си го продолжи животот како дотогаш. Никој не го чекаше. Не знаеше каде да оди.

Неколку години работеше се и сешто за да се прехрани. Спиеше каде ќе најде. Го научи сидарскиот занает. Секој денар што ќе му останеше го даваше на оние кои беа гладни. Најчесто на деца.

Сега беше пензионер. Имаше пензија. Ветерот му го штипеше лицето. Сè потешко и потешко чекореше. Каде да оди? Каде да ја дочека Новата година? Со кого? На уличниот часовник едвај виде дека се приближува полноќ. Одлучи. Ќе оди на железничката станица. Таму сигурно има некој. Некој што го чека возот. Некој кој го испуштил возот. Влезе во големата чекална. Разочарано забележа дека е празна. И кога сакаше да замине го здогледа. На клупата седеше премрзнато петгодишно момче. Слабо облечено се тресеше од студот. Му пријде и едвај разбра дека цело попладне ја чека својата мајка. Ги испружи рацете и го прегрна прибрајки го во своето широко палто. Очите му се наполнија со солзи. Се зачуди. Не заборавил да плаче! Неговото големо човечко срце го допре малото детско срце во моментот кога се поклонија малата и големата стрелка на станичниот голем часовник. Новата година дојде заедно со неговата одлука да се бори со сите свои сили да го одгледа ова напуштено дете, кое беше на иста возраст и во ист кошмар како и тој кога имаше толку години. Реши како новогодишен подарок да му ја даде сета своја доброта и љубов. Почувствува чудна топлина во душата и уште поцврсто го гушна растрешеното дете во својата прегратка.

Калина Сливовска-Андонова

Американците работат и по пензионирањето

Многу често ја слушаме позната изрека дека животот ги пишува романите, но секако сме сведоци дека животот не ги пишува само романите туку и законите и правилата на однесување под влијание на промените кои настапуваат со постојаните тивки, но присутни промени во начинот на одвивањето на животот и на индивидуално и на општествено ниво. Впрочем, познато ни е дека ништо не е вечно и свето за да не може да се измени под влијание на неодминливоста на новонастапатите услови на животот кои ги туркаат на страна старите пречки, многу често и наспроти законските регулативи. Едноставно, животот си тече и новите промени бараат нови решенија.

Создавањето на пензиските системи уште во предминатиот век било под влијание на тогашните општествени услови и економски можности. Со тек на времето, тие услови и можности значително се измени, што наметнува потреба од измена во пензиските системи кои ќе бидат во хармонија со новонастапатите состојби. Ако општеството не е подготвено да ги прифати промените, новите состојби ќе се одразат на многу нешта и ќе вршат тивок притисок во насока на прифаќање и прилагодување на промени. Така, денес во американското општество е очигледно присутна појавата се повеќе американци да работат и после 65-та година на старост. Масовноста на појавата веројатно ќе ја промени природата на одењето во пензија и природата на американската работна сила во целина. Не ретко на работните места ќе се сртнат постојано вработени со старост повисока од 65 години, што ја покажува тенденцијата која ја наметнува реалноста и која им предстои на постарите американци. За илустрација на наведено то нека послужи фактот дека вработеноста помеѓу жените од 65 до 67 години во последните десет години се зголемила од 17 % на 23 %. Повеќето од половината од овие жени сега работи цело работно време, што пред една деценија изнесувало околу 40%. Нешто слично се јавува и кај мажите од истата

старосна група: 30% работат сега, наспроти 27% од пред една деценија, а бројот на оние кои работат цело работно време се зголемил од 57% на 68%. Тенденцијата е очигледна и секако бара општествен одговор. Се разбира, како и секое сериозно општество, и американското, ги следи овие тенденции и врши опсежни истражувања. Истражувањата покажуваат дека оваа тенденција ќе доживее поголем по-



раст кога повоената "бејби бум" генерација сосема ќе се доближи до времето за пензионирање. Голем дел на припадниците од таа генерација, родени од 1946. до 1964. година, вкупно 69%, истакнуваат дека планираат да продолжат со работа и после традиционалната старост за пензионирање, која е 65 години. Промените што ги наметнува животот, значи, доведуваат до напуштање на некогашниот американски сон за одење во пензија, засекогаш напуштање на работата и препуштање на угодноста на прошетките и патувањата по светот, трошење на времето на индивидуалните хоби занимавања и на бесцелно безделничење. За таквиот начин на живот се потребни парични средства кои ја надминуваат државната пензија, а таа во САД изнесува во просек месечно 866 долари, или годишно 10.400 долари.

Во спроведените истражувања е констатирано дека лице со 65 години старост во 1960 година можело

да очекува дека ќе живее просечно уште 14 години. Меѓутоа, во 2002 година тој просек расте на 18 години. Тоа се факти и бројки кои мора да се почитуваат и на кои мора да се реагира со соодветен општествен одговор. Се наметнуваат размислувања дека концептот на пензионирање во иднина ќе изгуби нешто од својата праволиниска примена, под што се подразбира дека едно лице почнува да работи и тоа го прави 30 или 40 години, а потоа престанува заскогаш да работи. Веројатноста пензионирањето да доживее цикличност е на повидок; луѓето ќе ја започнуваат и ќе ја прекинуваат вработеноста од повеќе причини. Оние кои веќе официјално ќе треба да се во пензија ќе остануваат на работа, за што ќе се заинтересирани и самите компании, бидејќи тие се веќе обучени и вешти, наспроти тешкотите при обезбедување нов квалификуван кадар.

Овие години се очекува околу 78 милиони луѓе од "бејби бум" генерацијата да ги исполнат условите за пензионирање. Се очекува дека на секои пет работници кои ќе заминат во пензија, компаниите ќе можат да обезбедат само тројца млади работници кои ќе се во состојба да ги заменат. Пресметано е дека овие години ќе се изгуби 39% од работната сила во Америка, а тоа се луѓе кои се потребни за нормално одвивање на технолошките процеси. Така, и наспроти пензионирањето, луѓето ќе бидат стимулирани да останат на работа. Старите работници ќе можат да се префрлат да работат и на подрачја во кои недостасува работна сила, како што се здравствена нега или малопродажба, благодарение на нивното животно и работно искуство. Постојат се повеќе луѓе кои се подготвени да останат на работните места кои се пополнуваат со тешкотии, а тоа го воочуваат и работадавачите. Впрочем, многу често во тамошните стоковни куки се скреќаваат продавачки за кои е очигледно дека одмана ја поминале границата за пензионирање.

Така е во Америка, а како ќе биде кај нас ќе видиме!

Миле Серафимовски

Сиромашни пензионери ќе ги развиваат запуштените бањи

Бабите и дедовците добија предновогодишно бинго од Владата. Од идната година 10.000 најсиромашни пензионери седум дена во годината бесплатно ќе престојуваат во некоја од осумте бањи во државата. Трошоците за престој, превоз, исхрана и медицинска нега ќе ги плати државата, за што се предвидени 90 милиони денари од буџетот. Во Македонија има 273.000 пензионери. Во категоријата со најниски примиња до 5.800 денари влегуваат околу 40.000 пензионери. Кои од нив ќе бидат среќници што ќе одат бесплатно на бања ќе одлучи посебна комисија според претходно утврдени критериуми.

– Најголем број бодови (60) ќе добијат лицата со најниски пензии, до 30 бода следуваат во зависност од времетраење на користење пензија и плаќање на придонесите и по 10 бода ќе добијат лицата што користат помош и нега од трето лице – изјави министерот за труд и социјална политика Џелчо Бајрами.

Со мерката ќе бидат опфатени сите делови од земјата. Изборот ќе се врши сазмерно на тоа во кој град колку пензионери има, толку проценти ќе користат бесплатно

објекти се стари помеѓу 30 и 50 години, во лоша состојба, со напукнати и пожолтени сидови и предраспаѓање. За туристичките работници идејата е добра и заслужува поддршка и ракоплескање.

– Бањскиот туризам е на драматично ниско ниво. Ако ништо друго, зголемениот број на гости ќе ги оживее постојните капацитети. Треба да учиме од другите земји што го развија овој вид туризам на највисоко ниво. Луѓето најмалку жалат кога треба да дадат пари за здравје – ни изјави Ангел Иванов, претседател на туристичкиот сојуз на Скопје.

Од Сојузот на здруженија на пензионери на Македонија велат дека и досега партиципираат со 50 проценти од средствата за бањско лекување на своите членови. Оваа мерка на Владата треба да биде надвор од тоа, додаваат оттаму.

Во Македонија има 8 бањи: Бањско, Бања Кочани, Кежовица, Катланово, Дебар, Негорци, Куманово и Цар Самуил. Дел бањи функционираат како јавни здравствени организации и трошоците за работите ги покриваат со самофинансирање.

„Nova Македонија“

Како да се справиме со празничните гозби

Доаѓаат празници. Доаѓаат прослави, време на релаксација, расположение, веселби, музика, но и време на маки и здравствени проблеми, зашто за луѓето во центарот на вниманието на празниците и прославите, се храната и пијачката, најчесто алкохолт. Пред празниците започнува трката за снабдување на потребните продукти за да се подгответ што е можно повеќе и поубава храна покрај ограничните финансиски можности на многумина. Но, празник е празник, а потоа ќе се стега ременот. Хаос по маркетите и пазарите, хаос по кујните. Мака да се снабди, мака сето тоа да се приготви, а уште поголема мака да се изеде. Најголемата и последната мака доаѓа малку подоцна откако сето тоа ќе се изеде, откако ќе се заврши со празнувањето, потоа страда системот за варење, страда срцевосадовниот систем, страда целиот организам од непотребното преоптоварување. Почнуваат здравствени проблеми и за младите и за старите, а посебно за постарата генерација од третата доба. И сето тоа е последица од преоптоварениот желудник преполнет со храна и наполнен со алкохол, а тоа резултира со привремени и подолготрајни здравствени тегоби и проблеми.

Системите во организмот не работат независно еден од друг. Срцето и крвните садови не можат лесно да го поднесат товарот на енормната храна и пијалаци, па така покрај желудникот, страда и срцевосадовниот систем. Расте крвниот притисок, сп-

чето ја забрзува својата работа, доаѓа до пореметување на нормалниот ритам, а во многу случаи дури и до инфаркт. Штетата е поголема и заради фактот што сето тоа внесување на премногу храна и пијалаци е во краток временски период. Внесената храна е преобилна и пребогата со премногу шеќери, премногу маснотии, премногу сол и брашно, познати како "4 бели непријатели" (бел шеќер, бела масти, бела сол, бело брашно).

Здравствените проблеми кои ги носи проглемото консумирање храна и алкохол, бараат детоксикација на организмот, односно ослободување од сите токсини и штетни материји што се насобрале во организмот на гозбите. Многу корисни совети за детоксикација дава Dr Maoshing Ni, доктор по кинеска медицина и автор на бестселерот „Тајни на долговечноста“. Тој објаснува дека кинеската медицина дигестијата (лошото варење на храната) ја смета како најбитен фактор за долг и здрав живот.

– Лошата дигестија, вели тој, придонесува да се собираат токсини во човечкиот организам, што води кон дегенеративни заболувања и брзо и рано стареење. А причина за лошата дигестија и нејзиното влошување е прејадувањето, особено богатата мрсна, зачинета храна, алкохолот, кафето и киселите јадења.

Се поставува прашањето што треба да се направи за да се намалат и по можност да се спречат последиците од таа лоша навика? Dr Maoshing Ni советува: по обилен, те-

жок оброк, еден час потоа, да се применети 10 до 20-минутно пешачење, кое покрај докажаната корист за срцето, е одлична вежба за системот за варење, бидејќи одењето помага храната да се движи по целата должина на дигестивниот тракт, подобрувајќи го варењето и апсорцијата. Исто така, тој препорачува и билни чаеви кои ќе го олеснат чувството на надуеност и гасови во системот за варење, како што се на пример чај од нане, оригано, рузмарин, жалфија (кадунка) и босилек, по една чаша по секој оброк, како и чај од лута нане, камилица и гумбир. Следеното утро препорачува да се започне со една суспена лажица јabolков очет во 340 мл. топла вода и да се испие на празен желудник, на што слободно може да се додаде малку мед и јаворов сируп. Овој пијалак помага да се детоксицира црниот дроб, да се нормализираат дигестивните скокови и да се намали надуеноста на цревата. За таа намена може да помогне и чаша вода со лимунов сок. Во текот на денот препорачува лесни оброци. За појадок овесни снегулки, интегрален ориз или други интегрални цереалии (секако без додатни шеќери или хемикалии), со млеко од соја. За ручек комбинација од зеленчук, мешунки, интегрален ориз и пилешко или мисиркино месо, или пак соомни продукти. За вечерта чорба од зеленчуци (зелка, дајкон, прас, лук, ленено семе, анасон, свеж гумбир, печурки, шитаке и сл.). Dr Maoshing Ni советува и вежби и активно физичко развижување за детоксикација, препо-

рачани од старите кинески лекари, со цел да се стимулира црниот дроб да ги издренира и исфрли токситетите од телото.

Dr Maoshing Ni дава совети и против алкохолен мамурлук. Тој објаснува дека црниот дроб е еден од органите на човечкото тело кој најнапорно работи извршувајќи многубројни функции на преработување на хранливите материји, произведување на жолчка за да го помогне варењето на храната и елиминација на отпадните продукти, чистење на крвта од токсини, алкохол и други опасни материји. Тој строго препорачува пиењето на алкохол да се сведе на минимум, за да се обезбеди долговечност на црниот дроб, но ако сепак се претера во ретки прилики, советува да се применети еден стар кинески лек за да се минимизираат симптомите на алкохолниот мамурлук: чај од гумбир, кој покрај тоа што дејствува против алкохолен мамурлук, претставува и голема помош на црниот дроб и при прејадување. „Лекот“ е дури поефикасен ако се пие меѓу алкохолните пијалаци. Алкохолот го дехидрира организмот, така што пиењето многу вода ќе помогне да се разбият непријатните симптоми на мамурлукот, ке го рехидрираат организмот и ќе ги исперат токсините. Следеното утро советува да се почне денот со 340 мл. топла филтрирана вода со сок од еден лимон. Лимонот го активира црниот дроб да ги ослободи токсините и помага да се исчистат и отстранат отпадните материји кои заостанале во цревата. Исто така препорачува детоксикација од алкохол и со билни чаеви од глог, глуварче, цвет од хризантема.

ма слично.

Советите на Dr Maoshing Ni се се- како корисни за олеснување на последиците од претераното консумирање храна и алкохол. Но, како што е познато и јасно, тие пред сè треба да се избегнуваат, што е впрочем главна поента и на мудриот доктор. Меѓу другото, понекогаш тие носат штета не само на нашиот организам, туку и за атмосферата на прославите. Празничната атмосфера треба да биде весела и пријатна, проследена со песни и музика, а не со непријатни инциденти и сообраќајни незгоди како резултат на преоголемото консумирање алкохол или со здравствени проблеми и лекарски интервенции.

Заради сето претходно споменатото, се поставува прашањето дали е потребно и здраво во центарот на вниманието на прославите и празниците да бидат храната и алкохолот. Одговорот на тоа прашање е дефинитивно и познато, „Не“. Овој одговор ви го даде и годините и животното искуство, но весникот „Пензионер плус“ е наменет и за помладата популација, за идните пензионери. Прославите и веселбите можат да бидат многу побубави и попријати без консумирање премногу храна и алкохол, без прејадување и препријување, во интерес пред сè на здравјето, а и општата благосостојба. За да можеме да кажеме дека со доаѓањето на празниците не доаѓаат здравствени проблеми и мачно расположение, туку само задоволство и пријатни мигови. Поминете ги празниците со максимална на Dr Maoshing Ni: „Живејте долго, здраво и среќно!“

Примариус д-р Милка Калајџиска Петрушевска

Соработка за поголема грижа за стари лица

По иницијатива на Црвениот крст на Македонија, а во соработка со голем број на здруженија на пензионери и други невладини организации, како и локалните сауправи, од 16 до 22 декември беше одбележана „Недела за грижа на стари лица“.



По тој повод, по иницијатива на здружението за унапредување на условите за грижа и сместување на стари лица „Хуманост“, се оддршка средба за донесување платформа за заеднички активности за подобар и поквалитен живот на старите лица. На оваа средба беа присусти претставници од повеќе Сојузи и Здруженија меѓу кои претседателот на СЗПМ Душко Шурбановски, претставници од Здружението на ветерани од одбраната

и безбедноста на РМ, Црвениот крст на Кисела Вода, ЦИКА, и ЈУ ЗСД. Потпишаниот Меморандум има за цел: заедничко лобирање за донесување на законски регулативи за стари лица; заедничка борба за почитување на правата и третирање на проблемите на старите луѓе; изнаоѓање начини за финансирање на сервисите за нега во домашни услови; отварање дневни центри и нивно финансирање; идно заедничко учество на проекти за користење на ИППА фондовите и проширување на капацитетите за институционална заштита на стари лица.

Врз основа на Меморандумот за соработка, ЗП Неготино и Демир Капија и Општинската организација на Црвениот крст, реализираа неколку заеднички активности. На 19 ноември 2009, а по повод „Неделата за грижа на стари лица“, во клубот на жени пензионерки „Неготинјана“ д-р Миле Тошев потпредседател на општинската организација на Црвениот крст одржа предавање и кратка видео презентација за Прва помош кај повозрасната популација. Исто така, активистите на Црвениот Крст во соработка со Здружението на дијабетичари спроведоа акција за мерење на шеќер во крвта на околу 200 пензионери и други лица. Членови на млади во Црвениот крст го посетија и домот за стари лица „Жана“ ка-

ко и 10 домови на стари и изнемоштени лица, на кои им донираа пакети со храна, облека и хигиенски материјали.

Во Крушево, врз основа на Слогодбата за соработка меѓу Општинската организација на Црвениот крст и ЗП Крушево беа одржани предавања од интерес на старите луѓе, како и бесплатни мерења на крвен притисок и шеќер во крвта. Активот на жените–пензионерки ги посети старите и осамени лица во сите ограноци на општината. На 13 пензионери со мали пензии им подарила пакети со храна и облека.

И ЗП од Охрид и Дебрца, со повеќе хуманитарни и едукативни акции, ја одбележа „Неделата на грижа за стари лица“. Во активностите свој придонес даде и Општинскиот Црвен крст, а сето тоа беше во рамките на Слогодбата за соработка, која беше потпишана, годинава на Денот на пензионерите, 20 септември. Беше одржана културно забавна програма, а беа обезбедени 20 бесплатни вакцини за социјално и здравствено најзагрозени пензионери, за заштита од свинскиот грип A/H1/N1.

Согласно потпишаниот Меморандум за соработка помеѓу СЗПМ и Црвениот Крст на РМ, претседателите на Здружението на пензионери и на О.О на Црвениот крст во Кочани Гоѓи Серафимов и Митко Петров и официјално ја потпиша спогодбата за соработка, што ќе даде нов поттик за заеднички активности. Меѓусебната соработка, со поддршка од локалната самоуправа посебно треба да придонесе за перманентна грижа за стари и изнемоштени лица.

По повод „Неделата на грижа за стари лица“, ЗП Велес и Општинската организација на Црвениот крст одржала низа активности и работилници. Беше одржана обука за справување со криза, посета на стари луѓе и друго. Заеднички активности имаше и на ЗП Штип и Општинската организација на Црвениот крст. Од градоначалникот на Штип д-р Зоран Алексов, поддржана е иницијатива за изградба на старски дом. Голем број активности имаше и во Гевгелија, Виница, Македонски Брод и други здруженија на пензионери во нашата земја.

Сето ова е уште една потврда дека стариите луѓе не треба да бидат заборавени. И.П., П.С., И.Л., Ц.С

Хуманоста на преден план

Пензионерката Магдалена Хофман Иванова со право се вбројува меѓу најхуманите пензионерки на југот од земјава. По смртта на нејзиниот сопруг во Германија, таа со својата ќерка се врати во Гевгелија и се вклучи во сите пензионерски активности.



Покрај искреноста во дружество со пензионерките, таа својот живот го насочи кон хуманите дела и помеша на луѓето, помагајќи со парични средства на поединци, но исто така и на пензионерските активности.

Највредно од се е што мајката Магдалена, мошне успешно во хуманоста ја насочи и својата ќерка.

Градското население побрзо старее

Иако населението во нашите села и понатму демографски е постаро од настелението во градовите, што е во крајна линија резултат на повеќе децениска миграција, процесот на стареење во урбанизирани села е многу побрз и покрај подобри одредени околности. На што се должи тоа?

Населението во градовите е изложено на постојан стрес, кој во голема мера влијае на стареењето, иако животните услови се relativно подобри. Луѓето во градовите по-малку се движат, не се бават со физички активности, главно седат и дома и на работата, голем дел од времето го поминуваат пред телевизор или компјутер. Слабата подвижност доведува до прекумерна тежина која може да биде често причина за многу заболувања, како што се например кардио-васкуларните (срцевите и болестите на

крвните садови).

Луѓето на село и во помалите рурални средини живеат поопуштено, опкружени со природата и нејзините убавини, дишат почист воздух, физички се многу поактивни, секаде одат пеш, се хранат со еколошки поздрава храна, без конзервации и други хемиски додатоци, а и имаат многу пониско ниво на стрес од населението во големите градови каде постојано се брза, се користи сопствен или друг превоз. Темпото на животот е многу брзо и стресно, а содржината на работа многу поодговорна и умствено понапорана.

Руралното население многу поретко облупува од инфаркт и рак на белите дробови, за разлика од градското население каде овој процент е забележително повисок.

Заради овие факти, градското население

K.C.A.

Раното препознавање и лекување се многу важни за успешен третман на деменцијата.

Што е деменција?

Деменцијата е долготрајна болест на мозокот која влијае на повисоките мозочни функции како што се паметта, здравјето, чувство за ориентација, разбирајќа способност за бројство и учење, како и способност за говорење и расудување. Најчест облик на деменција е Алцхајмеровата болест.

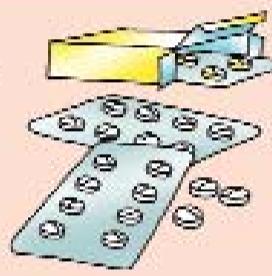
Знаци на деменција (по редослед на јавување):

1. Краткотрајни заборавливи промени (заборавувања на сопствени имиња, разговори, подоцна помаже да со сопствени имиња)
2. Памалена склоност на учење на нови работи (не сака да научи како да го употребува компјутер или ГПС)
3. Промени на личноста (надразливост, намален интерес, намалена мотивираност)
4. Погрешки при увреждање (изгубуваат предмети и ги искажуваат како несуштвени или држи ги среќно по споменската уникати)
5. Депресија (изгаја)
6. Играчки проблеми (запамтилашките гигантски, пречувани или стапалите неспособноста коста, но пр. часовник во фрижидер)
7. Намалена склоност за расуствување и разбирање (не објектува некојодрен на пристап кога укажи, кога имаше ушира на пакетот/бумагата)
8. Несредено (несредено облекувачење)
9. Епизодични заборавливи промени (нети пропуштали бик кисе, покриле и држалиште со текот големијата)
10. Целосно е зависен од другите за извршување на основните секојдневни активности (спремнување, јадење)

Деменцијата треба да се препознае и лекува.

Како се лекува болеста?

Постојат лекови кои го успоруваат развојот на болеста и привремено ѝ олекнуваат симптомите на болеста. Оние лекови се кофеински антихолинергички кои помогнат на развојот на фазите на болеста, отсуствувајќи пропознавање на болеста со односноја вредност. Кога деменцијата е придонесена со депресивно саспаложение, антидепресаните (вентерана, саксил и пр.), несоница, наддлабоките или психотропните артикулативни, кои штешат честите пребари и стимулираат некои дополнителни покажи.



Како можеме самите да си помогнеме?

На лицата кои се во повозрасни години им се препорачува да бидат исклучување на никотин и никотинсите инхибициони. Имат помошни покажи на кој се извршуваат активностите по повозрасните години и го сподружуваат постапокот на болеста и деменцијата ке се појави подоцна. Освен тоа, добро времнопрекана исхрана која содржи доволно минерали и витамини, како и грно и билушките на пушнишките и никотински отокот, исто така ја поддржуваат поради на болестта.



За подобар информации обратете се на:

КРКА - ФАРМАДОССИ Скопје
Софиски завод, Рес 40, Новотрговиште бб.
1000 Скопје
Телефон: 023 272020
Факс: 023 272021
Електронска пошта:
krka.mk@krka.mk



Нашите компанији имат и тие се посветени на здравјето. Стапувајќи најновите откриени, методи и посочувајќи работите ходите со единиците наше да создадеме ефикасни и сигури производи со најдобри качества.



На 4. 12. 2009 година, во Скопје, беше промовирано новото граѓанско здружение „Алцхајмер Плус“ чии цели се да се насочат напорите за заедничко дејствување при превенцијата, навремената поткрепа, разбирање, помош и взајемна поддршка на семејствата кои имаат заболени од Алцхајмерова болест или некој друг вид на деменција.

Според препораките од Светската Асоцијација за Алцхајмер, националните влади треба да објават дека деменцијата е здравствен приоритет и да развијат национална стратегија за деменција, со што би се развиле сервиси и поддршка за лицата со деменција и нивните семејства.

Вакцина против пушење

Пушењето убива многу повеќе луѓе отколку свинскиот грип, затоа се прават напори да се пронајде вакцина. Резултат на тие напори е новата вакцина NicVAX која создава антитела кои се врзуваат на никотинските молекули и предизвикуваат нивно влијание врз мозокот со што ја прекинуваат зависноста. Вакцината ја произвела компанијата Nabi Pharmaceuticals од Boca Raton во Флорида. Последните истражувања кои биле спроведени покажале дека 50% од пушачите кои што ја добиле вакцината веднаш престанале да пушат.

Вакцината против пушење би можела да им помогне на огромен број пушачи кои пушат, а немаат доволно сили да се борат со зависноста од никотин. Истражувањата, покажуваат дека 90 отсто од пушачите кои престануваат да пушат, веќе идената година им се враќаат на цигарите.

– Доколку вакцината биде одобрена, таа ќе биде решение за милиони пушачи кои сакаат еднаш за секогаш да ги остават цигарите, изјавил Џан Стефан, претставник на биолошкиот оддел од GlaxoSmithClin, компанијата која за вакцината се подгответи да инвестира 27 милиони евра.



ЗАНИМЛИВОСТИ

Гај Јулиј Цезар бил првиот човек кој ја понел титулата император. Истото се вели и за Петар Велики кој станал прв император во руската историја.

Цезар го вовел Јулијанскиот календар во 46–тата година на пред новата ера, по кој Новата година започнува на први јануари. Петар Велики на први декември 1699 година потпишал декрет со кој го прогласува Први јануари за почеток на Новата година.

Чудесниот лек кој веќе го нарекоа еликсир на младоста, може да го продолжи животниот век за десет години, а е направен од хемиска супстанца пронајдена на Велигденските острови, едни од најоддалечените и најтаинствените места на планетата. Во тестирањето на лекот учествувале животни и им бил продложен животниот век за неверојатни 38 %. Научниците сè уште лекот не го тестирале кај луѓе, но веруваат дека овој лек е првата генерација лекови кои ќе можат да го продолжат и човечкиот животот.

За оние кои ги фака паника кога не можат да ги најдат клучевите и стојат пред заклучена врата, пронајдено е решение! После подолго истражување и испитување понудена е на пазарот "BioLock Fingerprint Deadbolt" која заклучува и отклучува очитувајќи го отпечатокот на прстот. Значи, потребно е само да ја допрете бравата. Оваа брава има три ниво на програмирање на работата. Може да ја отклучувате и заклучувате 24 часа 7 дена во неделата, само неколку дена или неколку часа. Но, бравата може да се заклучува и отклучува и со клуч, а при тоа изгледа убаво.

Истражувачот Џон Спратли од Универзитетот во Бирмингем тврди дека произвел "телепатски" чип кој со сила на мислите може да менува канали на телевизорот, да ја контролира работата на компјутерите и да гаси светлото.

Минијатурниот сензор, сместен на површината на мозокот работи така што ги фака електричните сигнали на нервните клетки и преку безжичната технологија ги проследува до рецепторот кој е вграден во черепот, а е поврзан со компјутер кој контролира неколку едноставни уреди.

К.С.А

Хумор

Се вратил Муjo од Германија и донел мобилен телефон. Ручал и отишол во спалната. По некое време зазвонил телефонот:

- Фато душо, дојди кај мене.
- Не можам, се врати Муjo од Германија.

Загинуваат поп и шофер во сообраќајка. Одат на оној свет кај Св. Петар:

- Ти попе во пеколот, а ти шоферче во рајот.
- Зошто, јас сум свето лице?
- Да, ама ти кога пееш во црква сите дремат, а он кога вози, сите во автобусот се крстат и се молат на Господ!

Отворил Муjo апотека. Го моли Хасо, кој не бил аптекар, да го замени на кратко. По некое време се враќа и го прашува како се снашол.

- Дојде еден бараше лек за глава.
- Што му даде?
- Аспирин.
- Потоа дојде друг многу кашлал.
- Што му даде?
- Сируп против кашлица.
- Потоа дојде една жена, се жалеше не видела маж три месеци.
- И што и даде?
- Капки за очи и ѝ кажав утре да дојде дека ќе бидам тука.

БРОЈ	ГРАД ВО УНГАРИЈА	МЕРКА ЗА ЖИТО	ФУД. ГОЛМАН РАДЕ	БОГ НА ПОДЗЕМЕТО	ЛИТАР	СКАНДИ	ГРЕШКА (ЛАТ.)	ВЕТАР ВО ИСТОЧНА МАКЕДОНИЈА	ТАЈНА БОЖЈА СЛУЖБА (МН.)	НАЈА ПЕЛАЧКА НА ФОТОСОТ
ПОДАНИК НА КНЕЗ						ПЕЈАЧКАТА ПЛАФ ТУРСКИ ИСТОРИЧАР ХАЛИЛ				
ОБЛАСТ ВО НЕКОГАШНА МЕСОЛОПАТИЈА					Ж. ИМЕ ЕДЕН ОД СЕДУМТЕ РИМСКИ РИДОВИ					
СТАРА МЕРКА ЗА ДОЛЖИНА				НЕПОЗНАТ АВТОР РЕКА ВО СУДАН						
СЕЛО ВО СТРУМИЦА ИСПРАВЕН										
ПАСКАЛ		ДВОБОЈ МЕСТО ВО РОМАНИЈА				господин (ГРЧ.) МЕСТО КАЈ БЕЛГРАД				
ЕГИПЕТСКИ БОГ			ГРАД ВО С. КОРЕЈА РЕКА ВО БУГАРИЈА				АЈОВА МИНЕРАЛ СО ЗРНЕСТА ГРАДБА			ОБЛАСТИ (ТУР.)
ИСТОИМЕН-ИК (ТУР.)				ФРАН. ВИОЛИНИСТ ЖАК ДИАГНОЗА			МЕРКА ЗА ХАРТИЈА ПРАЖИТЕЛ НА ФИНСКА			АМПЕР
ТЕИСТ						ТЕМНО МЕСТО НАСИЛНО ВЛЕГУВАЊЕ				АНИ ЖИРАРДО
ЕЗЕРО ВО ТИБЕТ ТЕЧЕН ДЕЛ ОД КРВТА					НАЦ. ПАРК ВО ТУРИЦИЈА МАГАРЕ (РАЗГ.)					"КАЛОРИЈА"
ФОСФОР		А.О. НАСЕЛЕНА ПОВРШИНА (ЛАТ.)		УПРАВНИК ВО СТАРА АТИНА ГРАД ВО АЗИЈА						ГРАД ВО ИНДИЈА
ЕДНА МУЗИЧКА НОТА			ПЛАНИНА ВО МАКЕДОНИЈА САМО				КРУНА, КОРОНА ПОКАЗНА ЗАМЕНКА			
ЖРТВЕНИК (ЛАТ.)			МАРКА КАМЕРИ ГРАД ВО ТУРИЦИЈА				ВОСП. НА КОСКИТЕ РИБОН, АЦЕТАТ			
ШЕГОБИЕЦ (РАЗГ.)						НОЗДРИ АВТОЗНАК ЗА СВЕТОЗАРЕВО				
ФРАН. СЛИКАР АНРИ					ЖЕНАТА НА СИНОТ КИСЛОРОД					
ОСТРОВ ВО ИНДОНЕЗИЈА				ПОКАЗНА ЗАМЕНКА				СЕЛО ВО КРИВОПЛААНЕЧКО		
								ЛЕГЕНДАРЕН ДАНСКИ КРАЛ ПАСКАЛ		



Нов адет

Во некоја земја било адет кога ќе остане многу таткото синот да го стави на грб и да го однесе в планина, таму да умре од глад или да го изедат мечките. Така еден ден, еден син си го зел стариот татко на грб и го понел в планина. Оделе, оделе така и синот изморен застанал и му рекол на татка си:

- Тука ќе те оставам.
- Не тука, не е тука местото, уште малку поносиме, местото е погоре.
- Од каде го знаеш, прашал синот.
- Како да не го знам, па и јас го носев татко ми. Таков е адетот.
- Тогаш го зел синот татка си пак на грб и продолжил да го носи по патот. Додека го носел си размишувал за адетот и му текнало дека и него синот ќе го носи кога ќе остане.
- Што ти стана, каде одиме?
- Дома. Ќе правиме нов адет!



М.Т.



Деновиве од печат излегоа специјалните колор изданија на Информативниот билтен на СЗПМ посветени на пензионерските натпревари и на фолклорните пензионерски ревии во 2009 година.

Како што е познато 14-тите Републички пензионерски натпревари во 2009 година се одржаа кај „Еуротел“ во Струга со учество на околу 850 пензионери и гости. Во натпреварите учествуваа 376 натпреварувачи од кои 198 во машка и 178 во женска конкуренција. Во Билтенот е

даден сликовит и табеларен приказ на натпреварите и победниците во сите 11 дисциплини, а соодветен простор имаат и осумте регионални натпревари што се одржаа во Центар – Скопје, Ѓорче Петров, Крушево, Охрид, Кавадарци, Злетово, Ново Село и Виница.

Во Билтенот посветен на Седмата ревија на песни, музика и игри даден е приказ на Регионалните ревии што во 2009 година се одржаа во Пробиштип, Тетово, Крушево, Кавадарци и Берово.

А.Д.

Одбележан Денот на ЗП Гази Баба

Бо присуство на претседателот на СЗПМ Душко Шурбабовски, пратеничката Дарка Петрушевска, градоначалникот на



Општина Арачиново Бајрами Басри и други гости свечено беше одбележан 12 декември – Денот на скопското Здружение на пензионерите Гази Баба.

Откако хорот на пензионерите ја исполни химната, пригоден реферат за 37 годишнината од формирањето на здружението поднесе Душан Перески, претседател на

извршиот одбор. При тој посебно се задржа на постигањата во последните неколку години, кога со своите активности оваа пензионерско здружение се нареди меѓу најдобрите во нашата земја. Тоа дојде како резултат на воведувања нови облици и форми во работата, отворање на клубови во ограноците и ангажирање на поголем број пензионери во сите активности.

Во Здружението членуваат 11.200 старосни и семејни пензионери и 450 сопружници, кои не се пензионери, но редовно плаќаат членарина и средства за посебниот Со-лидарен фонд на организацијата.

За постигнати резултати во работата признанија добија неколку активисти, а средбата заврши со песни и ора.

Д.А.

Човекот со многу таленти

Бранислав Маркоски од Здружението на пензионери од Македонски Брод на Регионалната ревија во Крушево не само што се потврди како успешен соло-пејач, туку се претстави и како успешен имитатор на многу познати уметници од поранешните ју-простири.

Реалтивно младиот пензионер од Македонски Брод, знае на оригинални начин да имитира многу познати јавни личности од политиката, музиката и спорот. Како резултат на тоа во 1970/80 години, настапувал на многу концерти со Васка Илиева, Никола Бадев, Мирослав Илиќ, Лепа Бrena и многу други. Бранислав бил член на КУД „Кочо Рацин“ од Скопје, со кое има убави спомени и незаборавни доживувања, кои засекогаш ќе ги памети и кои нема никогаш да избледнеат. Што се однесува до имитирањето, тој одлично имитира поранешни спортски коментатори, како што се Марко Марковиќ, Младен Делиќ, Ивко Пангоски, Зоран Михајлов, и многу други.

Тој вели дека поседува и ликовно-уметнички талент. Најчесто слика пејзажи, мртва природа, рурални мотиви, а подолго време е и добар спортист.

Од спорот се занимава со атлетика, бидејќи ја сака и му прави задоволство. Погесто се рекреира за добро здравје и физичка кондиција.

– Реалтивно сум млад пензионер, вели Маркоски, бидејќи со 30 години бенефициран стаж како службеник во Поддржното одделение на ресорното Министерство за народна одбрана во мојот роден се пензионираа, ни рече Бранислав Маркоски, секогаш ведар, расположен и пријатен за разговор, човек од кој постојано зрачи позитивна енергија.

К. С.



Поранешен ас, денес пензионер-активист

Рефик Jaxja - виртуоз на белите патеки

Тетовецот Рефик Јахја веќе 15 години е корисник на инвалидска пензија, а втор мандат ја врши функцијата потпретседател на Општинското здружение на инвалидите на трудот и корисници на инвалидска пензија, кое опфаќа над 3.800 членови. Многу е задоволен од работата на здружението и од меѓусебното разбирање на мултиетничкото членство. Вели дека негова најголема радост е кога инвалидите – учесници на спорчки натпревари постигнуваат добри резултати, кога се релаксираат на излетите што ги организира здружението, но и кога им се помага на членовите со доделување еднократни парични помошти, снабдување со дрва, организирање бањско и климатско лекување.

Сепак, името на 72 годишниот Рефик Јахја е гордост за Тетово, за Македонија, но и за поранешната заедница на држави Југославија. Тој е единствениот Македонец што бил член на репрезентацијата на Југославија во скитање во алпски дисциплини, а во 1954 година го понел и ореолот како најдобар

спортист на годината. Пет години беше член на југословенската репрезентација заедно со Тине Мулај, Јанез Штефе, Петар Кријај, Јоже Ногрешек... На балканските игри



на Пелопонез во Грција стана трикратен првак во спуст, слалом и велеслalom. Има добиено и високо државно одликување – орден за

храброст.

– Мислам дека беше насочено да бележам успех за успех, а одликувањето беше признание за мојата храброст на белите патеки, се присетува Рефик Јахја. Во својата богата спортска кариера, некогашното „немирно дете од Лисец“ ги реди големите успеси и учества во Инзбург (Австралија), Гармиш Партен Кирхен (Германија), Кортина Дан Пео (Италија), Сен Мориц (Швајцарија), Татрите (Полска), Пирин Планина (Бугарија) и уште многу други. Право место во слалом и велеслalom освоил и во 1955 година на Балканските игри во Олудак (Турска).

Ако е многу задоволен од довербата и функциите во здружението на инвалидите пензионери, Рефик Јахја изразува нездадоволство од сегашните спорчки структури, кои наполно ги заборавиле неговите успеси. „Мислам дека за белите спортисти во Македонија имам многу сторено и не заслужувам заборавност“, напомна Рефик Јахја.

Г. Ефоски

Во ЗП Кавадарци- активна пејачка група

Поеќе од шест години во рамките на активностите на здружението на пензионери Кавадарци, успешно работи пејачка група во која членуваат повеќе пензионери. Моментално, групата брои 15 членови (мажи и жни) и оркестар. Се негуваат роднокрајни песни, пред се, староградски и изворни. Изборот на репертоарот во соработка со членовите, го прави раководителот на групата, Горѓи Јорданов, музички педагог во пензија.

Во изминатиот период, оваа пејачка група има настапувано на сите досега одржани Републички и Регионални ревии на музика, песни и игри на кои имаше забележителен успех. Неколку пати во годината, групата настапува и на манифестијата „Пензионерите пеат“ што се одржува во рамките на меѓусоседската соработка со ЗП од Прилеп, Неготино и Гевгелија, про-



ширења со Богданци и Валандово. Последниве две години на оваа музичка приредба настапија и пејачки групи и ансамбли од други градови како од Кочани и Штип. Во текот на годината, пејачката група редовно настапува во Кавадарци

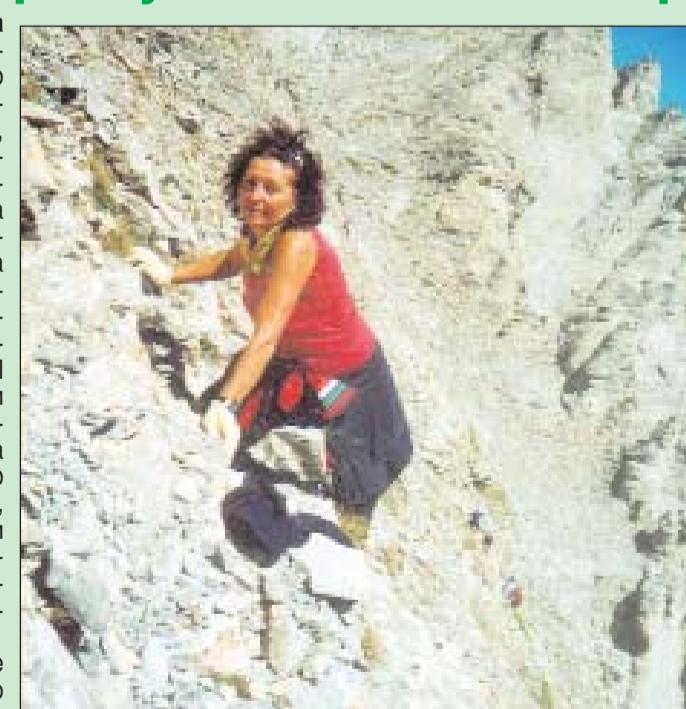
на приредби што се организираат по најразлични поводи, како што се: одбележување на значајни настани и годишнина, Тиквешкиот гроздобор, Свети Трифун, Нова година и друго.

В.К.

Пензионерка-успешна планинарка

Катаца Боризовска е една од најактивните пензионерки во Здружението на пензионерите во Крива Паланка, жена со ентузијазам и неисцрпна енергија, спортист и планинарка, која има со што да се пофали. Само да потсетиме дека на 11-тите Републички пензионерски спорчки натпревари во Крани, женската екипа во пикадо на ЗП Крива Паланка го освои првото место, а Боризовска беше прогласена и за најдобра пикадо-мајстор на игрите. И не само тоа, таа на меѓуопштински спорчки натпревари успешно учествува и во трчање на 60 метри, на карти и долги патеки.

Но, најголема љубов и е планинарењето. Како член на планинарското друштво „Руен“ подолго време учествува во освојување на повеќе планински врвови во нашата земја, во Европа, па и пошироко. Кајко подготовката за тоа и служат маршевите, како што е релација од Свети Николе до манастирот Јоаким Осоговски во должина од 86 кило-



метри.

– Ваквите подготвки се многу битни, бидејќи да се освојат планинските врвови „Солунска глава“, „Пелистер“, „Титов врв“ „Кораб“ и други, не е тата лесна работа, а задоволството е многу големо – вели секогаш расположена за разговор Катаца.

Незaborавни и се спомените од искачувањето на околу 3.000 метри на планинскиот врв на Рила во Бугарија и на Олимп во Грција, а посебно на библиската планина „Аарат“ на Турско-Уриската граница на надморска височина од 5.200 метри. Успесите и настапите се редат. Пензионерката од Крива Паланка во 2009 година успеа да го освои и највисокиот врв во Европа „Елбруе“, што се наоѓа на планината Кавказ во Русија на 5.640 метри, а за новата 2010 година планира да се искачи и на „Килиманџаро“ во Африка, на надморска височина од 6.700 метри. Катаца е неуморна. Наоѓа време да се дружи со пензионерките, ја уредува семејната градина и врши други семејни работи, а пече и убава ракија. Според неа се што се работи со љубов и задоволство не заморува, туку дава задоволство, релаксација и резултати.

Арсен Илиевски