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**

SAVA TABAK NLB Тутунска банка

Година IV, број 31 18 февруари 2011 година

Изработила: Цветанка Крстевска пензионерка од Скопје

Заслужена честитка

8-МАРТ многумина кај нас и во светот го нарекуваат празник на жените. Од историска гледна точка тоа е ден кога жените се изедначиле со посилниот пол и ги добиле истите права кои ги имаат мажите. Да, овој ден има во себе симболика и се означува како празник на сите календари во светот, но според мислењето на многу припаднички на женскиот род тоа е ден на најнужното признание кое жените и те како го заслужуват со своите многубројни природни и општествени функции и обврски. Зашто да се биде жена не е лесно ни денес, а не било лесно ни во минатото. Сепак, жената и тогаш и сега стои исправено и гордо на кормилото на животот. Таа е цврст столб на секое семејство. Таа е мајка, сопруга, пријателка, ќерка, сестра... Во исто време е лекар, учител, директор, истражувач...

Жената се поврзува со добрина, убавина, нежност, пријателство, љубов... А всушност многу поточно е да се поврзува со разумност, практичност, умешност, одлучност... Не случајно вели народот: куќа без жена е воденица без вода!

Факт е дека уште пред нашата ера на чело на најстарите кралства биле кралици. Тие раководеле со ум и разум, но и со срце, раководеле со големи држави и кралства. Но жената е кралица и господарка и на најмалото и најважното кралство - семејството, таа мала битна клетка на секое општество.

И затоа жената заслужува секој ден да биде празник посветен на нејзиното постоење. Таа заслужува внимание и признание за сѐ она што го прави пред сѐ за сите, а на крајот за себе. Жената заслужува внимание и благодарност, а најповеќе почит. За жал статистичките податоци и кај нас и во светот се поразителни: жените добиват полоши работни места, помали плати, помали пензии... А зошто е тоа така?! Заради отсуство, заради породување, заради нега на болно дете или на член на семејството... Таа многупати ја запоставува својата кариера од истите причини. Во многу држави жените се многу малку застапени во сферите на животот, иако за волја на вистината има и позитивни тенденции.

Општествата и мажите мора и треба сѐ да сторат за многу услови и многу нешта да се променат во полза на жената.

И на крајот, нека им е честит 8 Март и сите денови во годината, на сите жени во светот!

К.С.А.

Зимски грижи на пензионерите

Ветераните на трудот, како што милуваат да се нарекуваат пензионерите, во зимските месеци – декември–март, наместо да седат дома покрај печката или во пензионерскиот клуб да играат шах, домино или табла, а некои да водат „чамче муабет" како што велат битолчани, тие се растрчани по разни состаноци, на собири на пензионерите во „базата" – во ограноците и во здруженијата на пензионерите во кои членуваат, да го усогласат нивниот Статут со новиот Закон за здруженија и фондации и да го предадат во Централниот регистар до 22 април годинава, зашто по таа дата треба да плаќаат такси за пререгистрација на здружението, а Законот вели, ако го направат тоа до овој датум, ослободени се од давачките за пререгистрација. Но, Централниот регистар се обврзал да собере некој денар од овие стари, болни, а најголем број осамени луѓе, за да и помогнат на Државата!

Пензионерите не ги мачи само „нормативното" усогласување со Законот, туку раководството на здружението треба да даде и „отчет" за неговата работа пред членството. Да кажат за што ги потрошиле нивните 20 денари што секој месец Фондот за пензиско осигурување им задржува од пензијата за членарина на здружението и за Сојузот. Да кажат колкумина од нив добиле медали на пензионерските спортски натпревари, колкумина добиле аплауз на настапите на ревиите на песна, музика и игра, кои секоја година се одржуваат во 5 региони, колкумина биле на екскурзија, на некоја средба како што се: „Блакцето на баба" – традиционално во организација на пензионерите во Велес, на „Томина недела" во Виница, на културните средби на пензионерите од југозападниот регион во Македонија и на други дружења со и без посебен повод.

Пензионерите се пред голема мака во овие месеци, кого да го одберат да раководи со здружението на пензионерите и со Сојузот за наредните 4 години. Да проценат дали досегашните „главни" во здружението се докажале за повторно да бидат избрани. Да кажат дали тие горе, во Сојузот, се бореле за да им се зголемат пензиите, да можат пензионерите од Скопје да се возат во градските автобуси повеќе пати во неделата бесплатно, да појдат на бањска рекреација седум–осум дена како гости на Владата, се разбира, бесплатно, можат ли да најдат лекови на рецепта кога им треба, да видат и да чујат некои од оние што ги познаваат, нивни врсници, да говорат во Парламентот, на седниците на Управниот одбор на ФПИОМ. Да кажат колку се задоволни од организацијата на спортските игри и на ревиите, од бројот на клубовите за дневен одмор на пензионерите, можат ли да најдат место во пензионерски дом ако станале станбен вишок во семејството и за многу други работи од интерес на пензионерите. Тие се заинтересирани и за односот на „нивниот Фонд за пензиско", кон нив, а и од државата, од што не секогаш се задоволни, па на овие зимски средбувања ќе кажат и ќе предложат, а и ќе ги потсетат младите дека не треба да ги заборааат старите, зашто и тие ќе остарат, та ќе жалат ако нивните потомци не ги „сајдисуваат". Искра надеж деновиве им беше аберот на Владата дека донесла „Национална стратегија за стари лица" за 2011–2020 година со која се предвидува подобар живот на старите, подобар однос од страна на Државата кон нив, подобра здравствена заштита, повеќе старски домови, пензионерски одморалишта и многу други добри нешта за подобар и подостоинствен живот на старците – дедовците и бабите.

Многу работи од овој пензионерски сон, пензионерите очекуваат да ги видат и на јаве.

Душко Шурбановски

SAVA TABAK
Акционерско друштво за осигурување

ВО ОВОЈ БРОЈ...

НАСТАНИ стр. 2

ПРЕМИЕРОТ ГРУЕВСКИ ВО ПОСЕТА НА ПЕНЗИОНЕРСКИОТ ДОМ ВО АЕРОДРОМ

стр. 3

ПИСМА ДО РЕДАКЦИЈАТА стр. 4

ТРИБИНА стр. 5

ХРОНИКА стр. 7

ЗАБЕЛЕЖИТЕЛНИ АКТИВНОСТИ НА ГРУПАТА „СИРМА ВОЈВОДА"

стр. 9

ПРОЧИТАВ ЗА ВАС: РАЦИН стр. 10

ЗДРАВСТВО стр. 12

ИЗБОР стр. 13

ЗАБАВА стр. 15

ВИДИЦИ стр. 16

Седница на собранието на битолските пензионери

Во рамките на планираните активности на Здружението на пензионери од Битола, на 21 декември 2010 год. се одржа седница на Собранието.

Седницата се одржа во големата сала во просториите на здружението на пензионери со присуство на претставници, скоро од сите Месни заедници. Собранието го отвори и го водеше претседателот **Стево Бојаџиев**.

Претседателот на Надзорниот одбор **Станко Сипковски**, пред присутните ја елаборираше работата во изминативе неколку месеци од кога се избрани, презентирајќи го работењето и спроведувањето на законските норми од страна на раководниот тим на здружението, со напомена дека на следната седница на Собранието ќе ја презентираат работата за изминатата година, без разлика на настанатите компликации во средината на годината кога се менуваше старото раководство, а работата ја презеде новото раководство на пензионерите.

– Аномалиите кои се појавуваат со текот на работата, колку и да не сакаме да се присутни сепак се појавуваат, а настојуваме истите што е можно побргу да се решаваат. Просториите, одржувањето на состаноци во Здружението на битолските пензионери, како никогаш до сега се отворени за сите пензионери, за оние кои имаат интерес за унапредување на здружението со нови идеи, предлози и замисли, – истакна претседателот на ИО **Томе Илиоски**.

Ваквата практика на отвореност и транспарентност, ќе продолжи и понатаму, не уверуваат од Здружението на пензионери во Битола.

Д. Т.

Конститутивно собрание на ЗИТКИП Тетово

Потврдена довербата на досегашното раководство

Новиот состав на Собранието на Здружението на инвалиди на трудот и корисници на инвалидска пензија во Тетово ја потврди довербата на потесното раководство и ја оцени како успешна активноста

во изминатите четири години. Членовите на Собранието за претседател ги реизбра **Југослав Аризанковски**, за потпретседател **Јахја Скендери**, додека за секретар **Гидо Бојчевски**. Новото претседателство како извршен орган на Собранието го сочинуваат 15 членови од кои шестмина се избрани за прв пат. На конститутивната седница што се одржа на 22 декември 2010 година, избрани се 4 делегати во СЗИТКИП и еден во одборот за контрола.

Тетовското Здружение го сочинуваат над 3.200 членови во месни организации на населени места и секции во работни колективи. Изборните собири во базичните структури ги следеле околу 30 отсто од членството, каде се извршил избор на локалните раководства и делегати за општинското здружение.

На конституивната седница делегатите од базичните структури особено внимание посветија на активностите остварени во изминатиот четиригодишен период. Позитивно се оценети напорите на Здружението за подобрување на животните услови на членството. Во изминатите четири години, 600 членови добиле парична помош по 1.000 денари, во 30 семејства биле извршени посети поради болест и притоа доделени се парични средства или некој друг вид подароци, а ова здружение практикува да притекне со парична помош од 10.000 денари во случај на лекувања во странство или елементарни непогоди. Последниве две години на 450 членови им биле обезбедени огревни дрва – вкупно над 2.600 просторни метри по пониски цени од пазарните. За оваа активност веќе се ангажирани 1.600 просторни метри за тековната година. Над 1.000 инвалиди биле дел од екскурзиите што биле организирани во Маврово, Мариово, Охрид, Струга, Дебар, езерото Козјак, Крушево и други места. Тетовските инвалиди дури четири пати биле екипни победници на републичките спортски натпревари, од кои во три наврати се одржувале во Тетово. Имаат сопствена пеачка група која исполнува народни песни на македонски, албански, турски и на други јазици од регионот.

Г. Ефтоски

На Деветтата седница на Собранието на ЗП Охрид и Дебрца

Донесен новиот статут и распишани нови избори

На 25 декември 2010 година, Собранието на ЗП на Охрид и Дебрца ја одржа 9–тата седница во проширен состав на која се даде ретроспектива на активностите на сите полиња во изминатата година. Извештаи поднесоа претседателите на органите и на комисиите и одборите.

Уводно излагање за постигнатите резултати во 2010 г. поднесе претседателот на Извршниот одбор **Ѓорѓи Трпчески**, а за социјалната заштита и за пензиите и негативниот одраз врз стандардот на пензионерите зборуваше претседателот на Комисијата за социјална заштита **Зоре Мицкоски**.

За расправата по новиот Статут на ЗП, говореше претседателот на Комисијата за статутарно–правни работи **м-р Васо Цветаноски**, изразувајќи задоволство од одзивот на пензионерите.

Претседателката на Комисијата за култура и на Активот на жени пензионерки **Ружа Балеска**, ги информираше делегатите на Собранието за сите организирани културни манифестации и за учеството на Активот на жени и на пејачката група „Распеани Охриѓанки" на фолклорните ма-

нифестации и на културно–забавните средби.

Претседателот на Комисијата за станбени прашања **Крсте Жилески** и членот **Ѓорѓи Арнаудов**, ги запознаа делегатите на Собранието со тексот на процедурата за доделување на локацијата и изготвената урбанистичка и планска документација на Домот за стари лица во населбата „Даљан".

За успешното работењето на Клубот на пензионерите, преку кој околу 1.000 пензионери годишно се снабдуваат со огревно дрво на 12 рати, со сирење и со месо, информираше управителот **Сотир Шикалоски**.

„Во изминатата 2010 година, иако можевме повеќе, сепак сме задоволни од постигнатите успеси на спортски план", рече претседателот на Комисијата за спорт и рекреација **Драган Петрески**.

Во дискусијата учествуваа Симон Јаковлев, м–р Анастас Ивановски, Добре Шаламаноски, Добрила Талева, Зоре Мицкоски, Панде Велјаноски, Трајан Толоманоски, Крсте Жилески, Јонче Петрески, Наум Пуфтоски и Наум Неданоски.

К. Спасески

Здружение на пензионери „Ѓорче Петров"

Усвоени измените и дополнувањата на Статутот

Предлог одлуките за изменувања и дополнување на Статутот на Здружението и за утврдување на пречистениот текст, како и Извештајот за финансиското работење за првите девет месеци од 2010 година, беа главните точки од дневниот ред на седницата на Собранието на Здружението на пензионери „Ѓорче Петров", која се одржа на 24.12. 2010 година. Во работата на седницата, со која раководеше претседателот на Собранието, Методија Тошевски, покрај членовите на Собранието, на извршниот и надзорниот одбор на Здружението, учествуваше и **Сокол Митровски**, градоначалникот на Општината Ѓорче Петров.

Во своето обраќање пред присутните, градоначалникот изрази голема благодарност за успешната соработка на Здружението на пензионери со Општината Ѓорче Петров, која се рефлектира во вкупното работење на Општината. – Она што го започнавме со многу ентузијазам, се претвори во соработка со висок степен на професионалност. Здружението со своите активности, со учество на манифестации и друго, се стекна со препознатлив имиџ и за него може да се слушнат пофални зборови и пошироко од нашата локална самоуправа. Тоа е знак дека навистина во него имаме луѓе кои сериозно се залагаат Здружението и во 2011 година да постигне уште поголеми успеси во сопственото афирмирање, а преку тоа и во афирмација на Општината. Се надевам дека конечно ќе се дојде и до реализација на заложбата за обединување на пензионерите од Ѓорче Петров во едно единствено Здружение – истакна Сокол Митровски.

Градоначалникот посочи дека е желно на сите чествувања, прослави или празници на Општината, пензионерите да присуствуваат во што поголем број, и со личен пример да им покажат на помладите генерации дека спомениците и датумите имаат свое значење и говорат за историјата и на Општината и на македонскиот народ.

Предлог Одлуката за изменување и дополнување на Статутот на ЗП „Ѓорче Петров", ја образложи **Снежана Мирческа**, претседател на Одборот за Статут и правни прашања, која истакна дека се извршени измени и усогласувања согласно на одредбите на новиот Закон за здруженија и фондации.

Во расправата учествуваа **Методија Тошевски, Методија Новковски и Воислав Ристевски.**

Образложение по Извештајот за остварени приходи и расходи на Здружението за првите девет месеци од 2010 година и Ребалансот, како и информацијата за снабдување со огревно дрво даде **Цветко Михајловски**, член на Извршниот одбор и претседател на комисијата за стандард, финансирање и солидарност. Тој истакна дека финансискиот план во приходниот дел се остварува согласно планираното, со

зголемување на приходите остварени од камати. Расходите во одредени позиции се зголемени заради направени поголеми трошоци за електрична енергија и комунални такси, за провизија на платниот промет и за седници на органите и телата.

Во врска со организираното снабдување со огревно дрво, беше истакнато дека на овој начин греењето го обезбедиле 620 членови од Здружението, на кои им биле доставени 4315 просторни метри дрва. Во расправата Дафина Димишковска, Милорад Видевски, Љубе Ливрински, Змејко Вељановски и Трпе Јовановски, посебно позитивно ја оценија акцијата за организирано снабдување со дрва.

Васка Мицкоска

Донесен буџетот на ЗП Штип за 2011 година

На 29.11.2010 година во Здружението на пензионери за Штип и Карбинци се одржа седница на Собранието на пензионери, при што со корисна дискусија се разгледа и со мнозинство гласови се усвои буџетот за 2011 година.

Потоа претседателот на Здружението на пензионери **Михаил Василев** ги запозна делегатите со потребите на здружението во 2011 година, при што беа донесени одлуки за отварање на пензионерски клуб во с.Карбинци, за доделување на педесет хуманитарни прехрамбени пакети на социјално загрозени лица, за целодневно работење на бифето при здружението, каде пензионерите ќе имаат повеќе време за дружење, играње шах, домино, табла, каде со чај и кафе ќе ги следат содржините на најчитаниот весник „Пензионер плус".

Ц. Спасикова

Во Здружението на пензионери Кавадарци избрани нови органи

Во оштинското здружение на старосни и семејни пензионери во Кавадарци заврши изборите за нови органи и тела и носители на функции.

По спроведените избори во ограноците за нови раководства на одбори како и за членови на новото собрание и кандидати за извршниот одбор, на 23 декември 2010 година се одржа конститутивна седница на Собранието на Здружението на пензионери кое брои 31 член. За претседател беше избран **Трајко Јанкулов**, за потпретседател **Маре Димовска**. За делегат во Собранието на СЗПМ присутните го избраа **Благој Анѓушев**. Воедно Собранието ги избра и членовите на новиот Надзорен одбор и на Статутарната комисија. Неколку дена подоцна се конституира и Извршниот одбор, за претседател беше избран **Трајче Стојанов**, а за потпретседател **д-р Живко Попов.** Паралелно со изборите, се донесе нов Статут на Здружението и се изврши пререгистрација во согласност со новиот Закон за здруженија и фондации.

Ф.Костадиновска

Конститутивни седници на собранијата на здруженијата на пензионерите

Во здруженијата на пензионерите во нашата земја во ек се конститутивните седници на собранијата на кои се усвојуваат програми за активноста во 2011 година и се врши избор на раководствата на здруженијата и на делегати на Собранието на СЗПМ.

Досега конститутивни седници се одржани во 11 здруженија на пензионери од кои за 6 се објавени информации во нашиот весник. Од останатите треба да се одбележи дека во Здружението на пензионери Велес за претседател на ЗП и за делегат на Собрание на СЗПМ беше избран **Момчило Марковски**, во скопски Карпош за претседател на Собранието на ЗП и за делегат на Собранието на СЗПМ беше избран **Јован Гиновски,** а за претседател на И.О. **Трајко Савевски**. Во Здружението на пензионерите во Неготино на конститутивната седница на Собранието за претседател беше избран **Петар Захарчев,** а за делегат на Собранието на СЗПМ **Илија Ангелов**. Во Здружението на пензионерите ОВР Скопје за претседател беше избран **Цветко Мерџановски**, а за делегат на Собранието на СЗПМ **Здравко Петковски**.

Конститутивна седница одржа и Собранието на ЗП Лабуништа на која за претседател беше избран **Дилавер Шаќировски,** а за делегат на Собранието на СЗПМ **Рамиз Ќазимоски.** На седницата беа предложени и можни кандидати за раководни функции во СЗПМ.

Л.Т.

Клуб на пензионерки во Радовиш

Здружението на пензионерите во Радовиш отвори Клуб на пензионерки каде тие можат да се среќаваат, информираат и дружат. Клубот е убаво уреден од вештите раце на вредните и упорни активиски предводени од претседателката на Активот на жени пензионерки, Борка Крстева. Во организација на овие активни жени беше одржана и максембалска вечер, со прекрасни носии, многу ора и песни.

Во Клубот се планира да се одржат и едукативни предавања од страна на познати лекари и професори, а ќе се настојува да се отвори и изложба на домашни ракотворби.

Посебно ќе се одбележи и 8 март –Маѓународниот ден на жените.

З.М.

Премиерот Никола Груевски ги посети пензионерите во Домот „Јане Сандански” во општината Аеродром во Скопје

И оваа година зголемување на пензиите?

Премиерот **Никола Груевски** во придружба на министерот за труд и социјална политика **Џељаљ Бајрами**, неговиот заменик **Спиро Ристовски** и генералниот директор на Фондот за пензиско и инвалидско осигурување **Исни Јакупи** со своите најблиски соработници, на осми јануари 2011 година го посети Пензионерскиот дом „Јане Сандански” во општината Аеродром во Скопје. Притоа премиерот Груевски влезе во неколку семејни станови при што се интересираше за сместувачките капацитети и условите за живот во Домот, за стандардот, за задоволството од реновирањето и стопанисувањето со Домот од страна на Фондот ПИОМ, како и за други проблеми што ги тиштат пензионерите. Импресионирани од посетата, станарите искажаа позитивни мислења, а некои се пожалија на ниските пензии и високите сметки за парно греење. Премиерот објасни во каква економска состојба е државата и вети дека и во наредниот период ќе продолжи реализацијата на владините проекти за подобрување на стандардот на пензионерите, како што беше бесплатното користење бањски лечилишта, еднодневно бесплатно возење со автобус во неделата и други бенефиции, вклучувајќи ја можноста за зголемување на пензиите и оваа година.

Премиерот Груевски во салата на Домот се сретна и со поголем број станари и честитајќи им ги новогодишните и божиќните празници разговараше за повеќе актуелни прашања и проблеми од животот на пензионерите. Обраќајќи им се на присутните тој истакна:

„Почитувани пензионерки и пензионери во првите две години откако дојдовме на власт, како што знаете, константно ги покачуваме пензиите. Потоа дојде светската криза и максимумот што можеше да го направиме беше да не ги намалуваме пензиите, како што направија во многу други држави, односно да ги задржиме на тоа ниво. Сега, се надевам кризата како заминува ни се создаваат можности повторно да има некое покачување. Овозможивме, секој петок преку Јавното претпријатие во Скопје да има бесплатен автобуски превоз, бесплатно одење во бања и друго.”

Во разговорот присутните искажаа задоволство од акциите што ги спроведе Фондот за подобрување на условиоте за живот во Домот, како и од помошта што произлезе со реализацијата на владините проекти за подобрување на стандардот на пензионерите. Покрај социјалниот аспект на проблемите, тие пројавија интерес за поинтензивно и поразновидно исполнување на духовните потреби, преку организирање предавања, културно-забавни манифестации и други облици на дружење и релаксирање од проблемите и тешкотиите што ги наметнува староста.

На крајот од средбата, во знак на благодарност и сеќавање на денот на посетата премиерот на пензионерите им подари телевизор и уште еднаш им посака добро здравје и посреќен живот во Домот.

Премиерот даде и изјава за јавност во која, покрај другото, истакна: “Она што можам да го забележам е дека пензионерите многу го ценат тоа што во 2007 и 2008 година Владата во повеќе наврати изврши покачување на пензиите, така што порасная во просек за околу 34 отсто. Иако во минатите две години многу држави низ Европа ги намалија пензиите, кај нас успеавме да ги задржиме на истото ниво и сега, како ќе заминува кризата, така ќе се трудиме да извршиме позитивна проекција, односно, да одиме кон нови зголемувања.

Исто така, видов дека станарите од Домот се многу задоволни од мерките на Владата за седмодневна рекреација на бања и добар дел од нив го искористиле тоа и убаво си поминале. Немаат некои сериозни забелешки, што значи дека проектот може да продолжи. Владата за оваа година резервира средства за оваа намена. Ние не работиме ад-хог, туку плански и се надевам дека и наредната година ќе има таква можност, особено сега кога гледаме дека пензионерите навистина се задоволни од тоа што им се овозможува, затоа што таму, освен бањи, имаат и бесплатни лекарски прегледи и други удобности. Многу се задоволни и од бесплатно возење со автобус еден ден во неделата, а ќе се обидеме во иднина во консултација со Градот да се зголеми барем за уште еден ден. Знаеме дека се трошоци, но во разговор со Градот ќе се обидеме да најдеме некое решение. Се на се, имавме пријатна средба со повеќе луѓе кои што своите пензионерски денови ги поминуваат овде во овој објект, каде што државата се труди максимум да им овозможи што е можно поубав живот во овие нивни повозрасни години”.

Мендо Димовски

Пензионираните генерали кај претседателот Иванов

Претседателот на Република Македонија **Ѓорге Иванов** во неговиот кабинет ја прими делегацијата на пензионираните генерали на АРМ. При тоа станало збор за достигањата на Армијата, за евроатланските интеграции, за односот на институциите кон одбраната и безбедноста и слично.

Претседателот на Здружението на ветераните од одбраната, генералот во пензија **Илија Николовски** информираше за активноста на оваа пензионерска асоцијација и позитивно ги оцени реформите во армијата.

На средбата се говореше за проектот “АРМ мој вистински дом” при што генералите во пензија порачаа дека треба планираното да се реализира.

М.Д.

Свечена седница на ЗП „Центар“ - Скопје

Во Скопје на 21 јануари по повод 57 годишнината од формирањето се одржа свечена седница на Здружението на пензионерите на општина „Центар” на која за развојот и делувањето на организацијата зборуваше **Павле Спасев**, претседател на ИО. При тоа тој посебно се задржа на активностите во минатата година, особено за обезбедување на документација за изградба на пензионерски дом, за изготвувањето нов Статут на здружението усогласен со Законот за здруженија и граѓани, за извршената перерегистрација, како и за успешно завршените изборни активности.

Беше истакната и успешната соработка со градоначалникот на Скопје **Коце Трајановски** и градоначалникот на општина Центар **Владимир Тодоровиќ**, за што им се доделени благодарници.

За спортисти за 2010 година беа прогласени Димитар Јанев и Горица Костовска. Пехари им беа доделени и на Ангелина Темелкова и Веселинка Стојчевска за десетгодишно континуирано учество на пензионерските спортски натпревари.

А.Д.

Изборна седница на кочанската пензионерска организација

Во присуство на 45 делегати од 15 ограноци Собранието на ЗП–Кочани одржа изборна седница на која за претседател на И.О беше избран **Ѓорги Серафимов,** воедно и за делегат на Собранието на СЗПМ.

Предходно,стариот состав на Собранието на Кочанската пензионерска организација одржа отчетна седница на која беа разгледани извештајот за работењето на Здружението во изминатите четири години и завршната сметка.Општа беше оценката дека се создадени услови за успешна работа на пензионерите од Кочани, со добивање на нови простории за работа, отварање на клубови по ограноци, како и реализирање на програмата за култура, спорт, здравство. Секретарот на СЗПМ **Драги Аргировски**, истакна дека ова здружение претставува пример во Македонија на успешна соработка со градоначалникот и локалната самоуправа, за што сведочат и постигнатите резултати.

На изборната седница на Собранието зборуваше **Душко Шурбановски,** претседател на СЗПМ при што ги истакна заложбите што се прават за зголемување на стандардот на пензионерите, како и за отварање на пензионерски домови и центри за престој што е зацртано и во Националната стратегија за стари лица до 2020 година.

Градоначалникот на Кочани**, Ратко Димитровски**, откако позитивно ја оцени работата на Кочанската пензионерска организација и нејзиниот претседател, истакна дека Општината во најубавиот дел на населбата Шатровиќ, за пензионерите определи простор од 8,500 метри 2 за изградба на современ пензионерски дом и дека ќе помогне во изнаоѓање партнери за градбата заедно со кочанската пензионерска организација.

К.Герасимов

Свеченост и во ЗП „Гази Баба“ - Скопје

На 28.12.2010 година, Здружението на пензионерите „Гази Баба” ја одбележи 38 годишнината од неговото формирање. По тој повод се одржа свечена седница на претставниците во органите и телата на Здружението на пензионерите и присутните гости меѓу кои: градоначалникот на Скопје **Коце Трајановски** и градоначалниците на општините „Гази Баба” и Арачиново, претседателот и секретарот на СЗПМ **Душко Шурбановски** и **Драги Аргировски**, претседателот на ГСЗП на Скопје **д-р. Крсто Ангелески**, претседателите на здруженијата на пензионерите на Скопје и други.

Пригодно излагање за 38 годишнината на Здружението на пензионерите поднесе **Душан Перески** претседател на Извршниот одбор. Сега во здружението на пензионерите „Гази Баба”, има 11.650 пензионери, со 14 ограноци.

Покрај органите на Здружението што се задолжителни по Законот и Статутот, во Здужените сега активно работат асоцијативни форми на работа, во кои се опфатени над 500 пензионери. Како предизвици за работата на Здружението се потребите, интересите, иницијативите и желбите на пензионерите, со напори и желби за нивно проширување преку нови форми и содржини на активности.

38 годишнината на Здружението ја честита градоначалникот на Скопје – Коце Трајановски и градоначалниците на општините „Гази Баба и Арачиново.

Одбележувањето продолжи со програма на КУД „Пензионер” од Здружението и заедничко дружење со весело и пријатно расположение. Во чест на 38 годишнината издадена е Публикација чиј автор е Душан Перески–претседател на ИО.

П.Д.

Бесплатна бања за пензионерите

Министерството за труд и социјална политика и оваа година организира бесплатна бањско-климатска рекреација за корисниците на пензија. Оние пензионери кои во текот на 2010 година користеле бањско–климатска рекреација оваа година немаат право на тоа, со цел да им се отстапи простор на лицата кои не можеа да ја користат услугата лани.

Ресорниот министер Џељаљ Бајрами информираше дека од буџетот се обезбедени средства за шест до 7.000 пензионери, но доколку интересот е поголем, пари ќе бидат обезбедени и за останатите.

– Услугата опфаќа шест полни пансиони, ноќевања со по три оброка дневно, бањска терапија, еден задолжителен здравствен преглед, трошоци за превоз во висина на една повратна карта од местото на живеење на корисникот до установата каде што ќе ја користи услугата. Корисниците на пензија што користат и паричен надомест за помош и нега од друго лице имаат право на придружник за време на бањско–климатската рекреација, појасни Бајрами.

„Вечер”

Танго во ритамот на здравјето

- Со здрава храна, вежби препорачани од физиотерапевт и танго забава, - вака Ново Нордиск на пензионерите од Скопје им порача да се борат против дијабетесот

Танцувајте, вежбајте, хранете се здраво. Ова им го порача најголемиот производител на инсулин Ново Нордиск на околу 300 пензионери кои присуствуваа на дружењето под мотото „Одбери здравје, биди активен". На настанот што се одржа во Скопје, беше подготвен специјален ручек како пример за тоа како може со здрава храна да се бориме против дијабетесот. За време на ручекот нутриционистката **Цвета Динева** одржа предавање на кое на пензионерите им го објасни влијанието на храната во превенцијата од дијабетес, за начините квалитетно да се хранат оние кои веќе ја имаат оваа болест и да спречат појава на компликации. Физиотерапевтот **Горан Саневски** на пензионерите им објасни на кој начин може да си го подобрат квалитетот на животот преку вежби и движење. Неговата колешка **Маја Улк**, пак, им покажа на заинтересираните неколку едноставни вежби кои може да ги прават сами во секакви услови. По неа неколку пара танго–танчери го почнаа забавниот дел со кој Ново Нордиск на пензионерите им порача дека движењето и здравиот живот можат да бидат истовремено и забава. На забавата за кусо време им се придружија голем дел од присутните, така што на моменти на подиумот немаше место за сите кои танцуваа.

– Покрај работите што ги научиме, настанот нè поттикна, за тоа, да почнеме да применуваме многу од работите кои веќе сме ги знаеле, а кои ќе придонесат за зачувување на нашето здравје особено во борбите против шеќерната болест – велат пензионерите од Аеродром. Тие масовно ги анимираа своите членови за активно присуство меѓутоа и за континуирана одржливост во спроведувањето на препораките. Во името на сите присутни пензионери раководството на пензионерите од Аеродром се заблагодари на Ново Нордиск за идејата и на овој начин да им помогне за превенцијата и намалување на штетите во борбата против дијабетесот.

Настанот претставува продолжение на предновогодишната забава што се случи во старскиот дом во Злокуќани кога на тамошните станари покрај предавањата и тангото Ново Нордиск им подели новогодишни пакети со здрава храна. Од Здружението на пензионерите од Аеродром искажуваат надеж дека со слични активности и во иднина Ново Нордиск ќе им помага на постарите луѓе, како и на сите други генерации, преку искажувања од експерти и практична едукација да се одржи здравјето и подобри состојбата.

И.Г.

Писма до редакцијата

Измена на имињата на здруженијата на пензионери

Сите здруженија на пензионери во Р. Македонија се именуваат на ист начин. Се разликуваат само по името на општината на која припаѓаат. Во поединечните статути ги имаме имињата: Здружение на пензионери на општината Кочани, Здружение на пензионери од општината Охрид, Здружение на пензионери на општината Кисела Вода и така по ред за сите 59 општински здруженија. Дали вака конструктуирани официјални имиња на општинските здруженија се потполно согласни со законите кои ги регулираат прашањата со името или недостасува некој елемент? Одговорот би бил (со призвук на револт) очекуван: Како може воопшто да се постави такво прашање кога здруженијата се регистрирани под тие имиња од надлежни (и стручно компетенти) институции – основните судови (порано) односно сега Централниот Регистар. Репликата би била дека е направен пропуст и од надлежните за регистрација, од органите на здруженијата, од јавниот правобранител дури и од членовите на здруженијата. Во формулацијата на имињата недостасува четвртиот елемент – сопственото име.

Сегашните официјални имиња на општинските здруженија содржат три законски задолжителни елементи. Го содржат зборот „здружение" како вид на организирање, потоа видот на категоријата граѓани што се здружуваат – пензионери, и територијата на која делува, припаѓа тоа здружение – името на општината. Каде е четвртиот елемент во формулацијата на името – СОПСТВЕНОТО ИМЕ? Не е сопствено име Кочани, Охрид, Кисела Вода во имињата на тие здруженија. Тоа сега не се, а би можеле да бидат кога би биле додадени под наводници. Тогаш потполното име би гласело Здружение на пензионерите на општината Кочани „Кочани".

Кога, како што се практикува, на името ќе се додаде и името на седиштето на здружението, тогаш името на општината ќе го имаме дури три пати – Здружение на пензионерите на општината Кочани „Кочани" – Кочани. Вака имињата би биле потполни, законски исправни, но не практични во комуникацијата. Затоа би било попрактично и посимпатично кога за сопствено име на здружение би било некоја асоцијација за пензионерите. Пример: „Пензионер", „Трета доба", „Златна есен"... Со една од таквите асоцијации името на здружението од Кочани би гласело Здружение на пензионерите од општината Кочани „Пензионер" – Кочани. Во таков случај би имале и практично скратено име – ЗП „Пензионер" – Кочани.

Аналогно на неопходноста од корекција во имињата на здруженијата, истото треба да го стори и нивниот сојуз,СЗПМ. Најсоодветна асоцијација за Сојузот би била токму посочениот пример – Пензионер.

Несфатливо е како толку години се провлекува, толерира пропустот со недостаток на сопствено име во формулацијата на името на здруженијата. Секако одговорноста за тоа е неодговорноста на институциите за регистрирање, неодговорноста на јавниот правобранител во својство инспекциска надлежност, немарност на органите на здруженијата, па и незаинтересираноста на членовите на здруженијата.

Харалампи Арсовски
пензионер од Кочани

Средба со писателката Драгица Најческа

Да се твори во третата доба е големо задоволство

Во Москва неодамна беше објавен на руски јазик романот „Омраза – длабоко" од познатата писателка од нашата земја, Драгица Најческа. Делото на Најческа се појави во едицијата „Светски романи", а во превод на познатата славистка Олга Панкина, која е промотор на македонската книжевност во Русија. Тоа беше повод да дознаеме нешто повеќе за ова дело, како и за целокупното творештво на Најческа. Втората информација кажува дека овој роман, во 2010 година во библиотеката „Браќа Миладиновци" е прогласен во десетте најчитани книги, единствена од наш автор.

Што претставува овој превод за Вас и за нашава земја?

– Тоа се случи сосема неочекувано. Во Друштвото на писателите на Македонија, пред година и половина, се одржа промоција на збирката раскази од македонски автори во превод на руски јазик од Олга Панкина. Во неа беше застапен и мој расказ. При таа средба, на Олга Панкина ѝ го подарив мојот роман „Омраза – длабоко". Само по два месеца ми испрати писмо во кое буквално стоеше вака: „Вашиот роман го прочитав во еден здив. Не само што е современ, туку за жал е и актуелен. Ако ми дозволите се ќе оставам и ќе го преведам. Потоа веруваме дека ќе најдеме и издавач".

Така и се случи. Романот беше преведен и излезе од печат во реномирана издавачка куќа во Москва. Веќе се продава во една од најголемите книжарници и е дистрибуиран во дваесетина библиотеки во градот. Мислам дека не треба повеќе да се зборува за сета возбуда и среќа доживеана во овие изминати неколку месеци. Имав чувство како да сум прелетала во таа огромна земја со пораката што ја носи романот. Истовремено, сметам дека секоја наша книга што ќе се преведе на кој било јазик, особено на големите светски јазици, е од непроценливо значење за афирмација на нашата македонска култура и јазик.

Сосема накусо, што обработува овој роман?

– Не е лесно за еден автор накусо да раскажува за содржината на свој роман. Речиси невозможно е. Но, еве, ќе се обидам. Во романот „Омраза – длабоко" се проследува судбината на двајца млади, момче и девојче, кои случајно се сретнуваат, Германец и Македонка, во современи услови на живеење. Нивната љубов, почнува во Македонија. Тргнуваат во животот заедно. Откако влегуваат во брак и претстои раѓањето на нивното дете, преминуваат да живеат во Германија кај родителите на момчето. За жал таму се судруваат, пред сè во најблиското семејство, со сè уште неискоренетите национално–националистички страсти од времето на Втората светска војна, посебно кај генерациите од војната. Родителите на момчето, неговата сопруга не ја прифаќаат како член на семејството, бидејќи не е Германка, па дури и детето кое таа го раѓа, нивниот внук, синот на нивниот единствен син. Љубовта и брачната заедница во таквите услови не може да опстои. Неспорно е дека сè уште е присутен проблемот на мешаните бракови од различните националности, а и не можеме да кажеме дека е искоренета меѓунационалната омраза. Јас во овој роман се обидувам да дадам осуда на таквите состојби.

Ќе Ве вратам малку station наназад. Што Ве ориентира на литературно творештво?

– Првиот расказ го напишав кога имав петнаесет години. Истиот беше објавен во списанието "Иднина" што го уредуваше Ацо Шопов. Набргу потоа, мои раскази влегоа во Антологијата на македонскиот расказ, што ја објави Харалампие Поленаковиќ и, на српски јазик – Сафет Бурина. Тоа сето ме охрабри да продолжам со пишувањето.

Откако излезе од печат мојот прв роман „Пеперуга со натопени крила" во 1969 година, рецензиран од Блаже Конески, кога во македонската литература имаше објавено мал број романи од македонски автори, бев сигурна во мојата литературна писателска определба. Потоа објавив збирка „Раскази", збирка поезија „Неспокој", го објавив вториот роман „Друга мајка", збирка раскази за деца. Објавував раскази и поезија во многу весници и списанија во останатите југословенски републики. Во ова време, бидејќи дипломирав на Правниот факултет, првите години не бевме поделени, студиравме како Правно–економски, станав асистент на Економскиот факултет. На таа работа останав десет години. Но, тогаш сфатив дека премногу се оддалечив од мојата определба да творам во областа на литературата и ја напуштив професорската кариера. Следните години работев како новинар. Иако и тогаш успевав да наоѓам време за литературното творештво, но не доволно, решив да одам во предвремена пензија. За тоа никогаш не се покајав.

Напишавте и објавивте повеќе книги откако се пензиониравте, отколку пред тоа. Колку и кои книги?

– Откако се ослободив од „службените" обврски, по пензионирањето, ми се создаде широко поле за творечка работа. Сè дотогаш пишувано, што се наоѓаше во концепти или во повеќе верзии, го доработував, а пишував и нови романи. Извесно време по пензионирањето, пред сè го преиздадов романот „Друга мајка". Објавив збирка раскази за деца од предучилишна возраст, „За глувчето, мачките, за мечките, рипчињата..." Потоа го објавив романот „Крстопати". Го завршив и објавив романот „Омраза – длабоко" и романот „Доживотна јамка". Исто така објавив и нова збирка поезија „Вратете ми го сонот". Со други зборови, богат плоден пензионерски стаж од скоро две децении. Ова посебно го нагласувам, бидејќи јас пензионирањето го доживеав како отворање на широко поле за творечка дејност. Па дури и сега, во најново време, го доработувам мојот роман „Куќа на езеро", кој се надевам дека ќе биде готов и ќе излезе од печат до крајот на годинава. Се собира и нова Збирка поезија.

Освен во творење, како уште Ви минуваат пензионерските денови?

– Не можам да сфатам како на некои луѓе им е страв од пензионирањето. Зар малку задоволства има во годините кои потоа претстојат? Пред сè, повеќе да им се посветиме на семејството, на децата, на внуците. Во целиот работен век, многу малку ни останува време за нив. Исто така, секој сигурно може да си избере некакво хоби, да открие во себе некои дарби за кои од презафатеност и не знаел дека ги има. Да се дружи повеќе со другарите од генерацијата, па и со помладите. Да се запознае со повеќе места од убавините на Татковината, со патување низ неа. Сето тоа е живот, но без строги норми кои ги наметнува работниот однос.

Каква поддршка имате од семејството? Им ја пренесовте ли љубовта кон литературата на ќерките и на внуците?

– Ниту една жена нема да успее во науката и уметноста ако ја нема поддршката и разбирањето на семејството. Што се однесува до вториот дел од прашањето – книгите во нашиот дом се најбројниот инвентар. Како последица на тоа секако се и натамошните определби во семејството. Поголемата ќерка е професор на Институтот за класични студии на Филозофскиот факултет при Универзитетот „Св. Кирил и Методиј", а помалата е доцент на Факултетот за драмски уметности и театарски режисер. Едниот од моите внуци е филмски режисер, а другиот студира на Машинскиот факултет – индустриски дизајн. Мислам дека со ова ви одговорив на прашањето.

Што ќе им порачате на пензионерите и на идните пензионери?

– Секој нека се обиде да ги збогати деновите по пензионирањето со убави содржини. Има толку убави нешта што пропуштаме да ги направиме додека сме врзани со работно време и како вработени живееме во строго определени рамки, а по пензионирањето повеќе не е така..

Цветанка Илиева

Потреба од пречистен текст на Законот за ПИОМ

Законот за пензиското и инвалидското осигурување е објавен во „Сл. весник на РМ" број 80/93 од 30 декември 1993 година, а неговите измени и дополнувања се објавени во „Сл. весник на РМ" број 3/1994, 14/1995, 71/1996, 32/1997, 24/2000, 96/2000, 50/2001, 85/2003, 50/2004, 4/2005, 84/2005, 101/2005, 70/2006, 153/2007, 152/2008, 161/2008, 81/2009, 156/2009 и 83/2010. Значи, овој Закон е менуван и дополнуван 19 пати, а Уставниот суд на РМ има укинато или поништено повеќе одредби од Законот дури со 29 одлуки, кои се исто така објавени во „Сл. весник на РМ".

Меѓутоа, се уште од Законодавно–правната комисија на Собранието на РМ не е утврден и објавен во "Сл. весник на РМ" пречистен текст на Законот за пензиското и инвалидско осигурување (ЗПИО), иако истата повеќе пати е овластувана, да го направи тоа! Така, со член 34 од Законот за изменување и дополнување на ЗПИО („Сл. весник на РМ" број 24/2000 од 29 март 2000 година), е овластена Законодавно–правната комисија на Собранието на РМ да утврди пречистен текст на Законот. Повторно, со член 60 од Законот за изменување и дополнување на ЗПИО („Сл. весник на РМ" број 153/2007 од 20 декември 2007 година), е овластена Законодавно–правната комисија на Собранието на РМ да утврди пречистен текст на ЗПИО. По трет пат, со член 3 од Законот за изменување и дополнување на ЗПИО („Сл. весник на РМ" број 81/2009 од 30 јуни 2009 година), е овластена Законодавно–правната комисија на Собранието на РМ да утврди пречистен текст на ЗПИО.

Но, за жал, до сега тоа законско овластување, не е искористено!? Каде е тука ажурноста во работењето на Законодавно–правната комисија?

Во непречистениот текст на ЗПИО не може да се снајде ниту правник–адвокат, а не пак човек кој сака да се запознае со правата и обврските предвидени со овој Закон.

Немам ништо против тоа да се донесуваат нови закони. Факт е дека врз основа на законите функционира правна држава. Но, за да функционира определен закон треба добро да се обмисли, да биде јасен и прецизен и да биде споредлив за подолго време, а не да се менува и дополнува само откако што ќе се донесе. Таквата практика предизвикува конфузија со донесените закони, кои често не се разбираат и доследно не се спроведуваат.

Стамен Филипов
пензионер од Аеродром - Скопје

ОД РАБОТАТА НА ФОНДОТ НА ПИОМ

Зафати со резултати

Своите надлежности Фондот ги спроведува преку своите 20 филијали и 10 деловници

Изовој пат ќе истакнеме дека Фондот на ПИОМ располага со имот стекнат по неколку основи во кој се сместени службите за обавување на редовната дејност. Најголемиот дел (филијали и деловници) е со превземање на корисничкото право од страна на поранешните општествено–политички организации и самоуправни интересни заедници, дел е изграден со средства на Фондот, а со донесувањето на Законот за пензиското и инвалидско осигурување во 1995 година (член 179а), Фондот доби право и обврска да стопанисува и со објектите изградени за потребите на корисниците на пензија.

Своите надлежности Фондот ги спроведува преку 20 филијали и 10 деловници.

Најголем број филијали и деловници се во исти објекти со подрачните единици на ФЗО со кој врз основ на делбени биланси е извршена поделба на просториите. Делбените биланси воглавно се почитуваат, а истовремено заеднички комисии разгледаа одделни филијали каде што има потреба како и основ за прераспределба на просториите за овозможување на подобри услови и за тоа е во тек подготовка на анекс–договори на делбените биланси.

Така, на пример во Делчево и Ресен, филијалите се сместени во изнајмен деловен простор бидејќи нема услови за нормална работа во старите простории, а истовремено се водат активности за обезбедување на сопствени простории.

Внесувањето на деловниот простор во катастарската евиденција е започнато од 2008 год. и продолжи до 2010 год., при што се обезбедени имотни листови за филијалите во Битола, Прилеп, Куманово, Струга, Гевгелија и Кочани. Со претходно обезбедените имотни листови и за други филијали, се гледа дека од вкупно 29 филијали без Филијалата во Скопје (која се наоѓа во склоп на административната зграда на Централата на Фондот), има обезбедено имотни листови за 16 објекти, односно простори во кои се сместени службите на филијалите и деловниците на Фондот на ПИОМ.

Но, постапки во тек има за новоизградениот објект во кој е сместена Централата (земјиштето на кое е изграден новиот објект е сопственост на Фондот, а за објектот е изработен елаборат и евидентирањето е во тек), како и за другите простори на Фондот на ПИОМ.

Исто така, Фондот на ПИОМ располага и со домови за живеење и клубови за дневен престој на корисниците на пензија. Од вкупно 37 домови за живеење на корисниците на пензија, Фондот стопанисува само со 13 домови од кои целосно (станбен и деловен простор) се домовите во Ѓорче Петров, Автокоманда, Аеродром, Делчево, Гевгелија – трет дом, Крива Паланка и Кочани, за кои има и имотни листови (освен за домот во Аеродром). Во останатите 6 домови Фондот стопанисува само со станбениот простор, додека деловниот простор го стопанисуваат (издаваат под закуп) здруженијата на пензионери. Домовите во Прилеп и Демир Капија сеуште се водат на ЈПССДП на РМ. Овие домови се записнички превземени од здруженијата во 2001 година, а со евидентирање во катастарската евиденција се започна во 2008 и продолжува понатаму.

Од 20 клубови за дневен престој на корисниците на пензија, Фондот располага со имотни листови за 6 и тоа во: Македонска Каменица, Шуто Оризари, Куманово, Лозово, Нов Дојран и во завршна фаза е за клубот во Драчево. Клубовите во Миравци, Богданци, Негорци и Крива Паланка се водат на РМ. Фондот директно стопанисува со клубовите во Драчево и Куманово, огласен за издавање е клубот во Шуто Оризари и Нов Дојран.

Преостанатите 10 клубови се водат на здруженијата на пензионери или воопшто не е евидентирана нивната сопственост.

Исто така, Фондот на ПИОМ лани донесе Акционен план за продажба на објектите за сместување, одмор и рекреација на корисниците на пензија, кои се од несуштинско значење за неговата дејност. Планот го усвои Владата на Република Македонија и тој веќе се реализира.

Како резултат на остварувањето на овој план, по пат на јавно наддавање во 2010 год. беа продадени 21 дел од ТД „Борец" во Битола и ТД „Спиро Захов" во Банско, Струмица.

На јавното наддавање лани, се продадоа 7 објекти – дуќани, и тоа: 6 дуќани во рамките на хотел „Борец" – Битола и објектот за сметување, одмор и рекреација на корисници на пензија „Перо Стојановски" во Катлановска Бања.

На овој оглас немаше интерес за комерцијалниот дел (кујна, голем ресторан, бизнис ресторан, магацини, фоаје, тоалети и дел од подрум) во состав на хотелот „Борец" во Битола, ниту пак, за објектот во состав на ТД "Спиро Захов" во Банско, Струмица.

Фондот на ПИОМ пред три месеци објави оглас за продажба на сместувачкиот дел во хотел „Борец" во Битола и оглас (по втор пат) за продажба на дуќани и објекти кои останаа непродадени по првиот оглас. На јавното наддавање се продадоа 9 дуќани.

И на овој оглас немаше интерес за комерцијалниот дел (кујна, голем ресторан, бизнис ресторан, магацини, фоаје, тоалети и дел од подрум) во состав на хотелот „Борец" во Битола, со површина од 1.593 м2, ниту за објектот во состав на ТД „Спиро Захов" во Банско, Струмица, со површина од со 1.472 м2. Но, немаше интерес и за сместувачкиот дел во хотел „Борец" во Битола со површина од 3.594 м2.

Со досегашната продажба во Фондот на пензиското и инвалидското осигурување уплатени се средства во вкупен износ од 19.943.112,00 денари. Со средствата собрани од продажбата на деловниот простор во Битола ќе се намират обврските што оваа организација ги има кон своите доверители.

м-р Снежана Кутузовска

ЈСП и во 2011 година бесплатно ќе вози пензионери

Со 450.000 евра, годинава, ќе се финансира бесплатниот превоз на возрасни лица, информира градската власт. Средства ќе бидат доделени на Јавното сообраќајно претпријатие – "Скопје" во вид на субвенции, а одлуката ги опфаќа жените над 62 години, односно 64 години за мажи. Бесплатниот превоз ќе важи само в петок, и тоа од 5 часот наутро до 24 часот навечер. Од градот, одлуката за субвенции ја објаснуваат со намалените приходи од продажбата на билети, на ова јавно претпријатие.

Имајќи го предвид економскиот стандард на граѓаните, особено на возрасни лица, лани, во почетокот на годината, беше воведен бесплатен превоз на оваа категорија на патници во возилата на ЈСП Скопје. Со превозот на овие категории на патници, се намалува дневниот промет и продажбата на месечни билети за пензионери.

Субвенциите од 30 милиони денари за бесплатен превоз на возрасни лица, се дел од финансиската помош која Градот, годинава, ќе ја додели на ЈСП, и изнесува вкупно 70 милиони денари, односно милион евра.

Прашања и одговори

Почитувани, со нетрпение го очекувам излегувањето на весникот „Пензионер плус". Ве молам во еден од броевите објавете ги најновите измени во Законот за пензиско и инвалидско осигурување.

Милка Богоеска од Прилеп

Последни измени на Законот за ПИОМ (Службен весник на РМ Број156/2010 година)

Пензиското и инвалидското осигурување е динамична материја. Сведоци сме на многу измени на Законот за ПИОМ. Најновите измени се извршени во однос на семејната пензија, како едно од основните права од ПИО, содржани во Службен весник на РМ.Бр.156/2010 година. Измените се однесуваат во однос на посебните услови за остварување право на семејна пензија за вдовицата, вдовецот и родителите, кои се во сила од 06.12.2010 година. За да биде појасно во овој текст ќе биде доставена досегашната и изменетата законска регулатива. Имено, посебните услови за остварување право на пензија беа утврдени во членовите 72; 73 и 76 од ЗПИО.

ДОСЕГАШНИ УСЛОВИ

Според досегашниот член 72 вдовица остваруваше право на семејна пензија ако:

1) до смртта на брачниот другар наполнила 45 години живот;

2) до 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 по тој брачен другар, а вдовицата ги врши родителските должности спрема тие деца;

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

Вдовицата која во текот на користењето на правото по основа на вршење на родителска должност (став 1 точка 3) стане неспособна за работа или наполни 45 години живот трајно го задржува правото на семејна пензија.

Вдовицата која го загубила правото на семејна пензија по основа на вршење на родителската должност по наполнети 40 години живот, стекнува право на семејна пензија кога ќе наполни 45 години живот.

Согласно досегашните одредби на членот 73 од ЗПИО, вдовец стекнуваше право на семејна пензија ако:

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

2) ако пред смртта на осигуреникот, односно корисникот на пензија кој го издржувал бил неспособен за работа или таквата 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 врши родителските должности спрема 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 наполнети 55 години живот трајно го задржува правото на семејна пензија.

Вдовецот кој го загубил правото на семејна пензија по основа на вршење на родителската должност по наполнети 50 години живот, стекнува право на семејна пензија кога ќе наполни 55 години живот.

Кога станува збор за родителите семејната пензија, членот 76 гласеше:

Родителот кого осигуреникот, односно корисник на пензија го издржувал до својата смрт, стекнува право на семејна пензија, ако:

1) до смртта на осигуреникот, односно корисникот на пензијата наполнил 45 (мајка) односно 55 години живот (татко) и

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

НОВИ УСЛОВИ

Како последица на Одлука на Уставен суд на РМ,се изврши последните измени и дополнувања содржани во Законот за изменување на ЗПИО, број 156/2010 година. Така, во новата содржина на членот 72 се утврдени новите посебни услови за остварување право на семејна пензија на вдовицата и на вдовецот. Законодавецот го рационализирал текстот па затоа членот 73 каде беше уредена семејната пензија за вдовец, се брише.

Новата содржина на членот 72 гласи:

Вдовица стекнува право на семејна пензија ако:

1) до смртта на брачниот другар наполнила 50 години живот;

2) до 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 по тој брачен другар, а вдовицата ги врши родителските должности спрема тие деца;

4) до смртта на брачниот другар имала наполнети 45 години кога ќе наполни 50 години живот – или ако во тие години станала неспособна за работа.

Вдовицата која во текот на користењето на правото по основа на вршење на родителска должност (став 1 точка 3) стане неспособна за работа или наполни 50 години живот трајно го задржува правото на семејна пензија.

Вдовицата која го загубила правото на семејна пензија по основа на вршење на родителската должност по наполнети 45 години живот, стекнува право на семејна пензија кога ќе наполни 50 години живот.

Вдовец стекнува право на семејна пензија под условите уредени со ставовите 1, 2 и 3 на овој член.

Изменетиот член 76 сега гласи:

Родителот кого осигуреникот, односно корисник на пензија го издржувал до својата смрт, стекнува право на семејна пензија, ако:

1) до смртта на осигуреникот, односно корисникот на пензијата наполнил 55 години живот и

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

Ако се спореди старата и новата регулатива ќе забележиме дека возраста за остварување право на семејна пензија за вдовицата се зголемува за 5 години. Кај родителите се случува истото односно возраста се зголемува за 5 години и е идентична како за мајката така и за таткото.

Последната информација во овој текст е дека доколку идните пензионери имаат поднесено барање за семејна пензија, а покрај посебните ги исполнувате и општите услови од член 71 од ЗПИО (во поглед на стажот) надлежната филијала на пензиското и инвалидското осигурување ќе донесе соодветно решение.

Станка Трајкова

ПЕНЗИОНЕР плус

Весник за сегашните и за идните пензионери

Издавач:
СЗПМ

Година IV – број 31
февруари 2011 год.

БЕСПЛАТЕН МЕСЕЧЕН ВЕСНИК

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

Редакциски одбор:
Чедо Георгиевски
Главен и одговорен уредник;
Драги Аргировски
заменик главен и одговорен уредник;
Членови:
Калина Сливовска Андонова, уредник;
Иванчо Кузмановски,
Костадинка Кајмакоска,
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.

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 станиците на Автомакедонија ЕТЦ во Скопје:
Станица 1 - ул. 16 Македонска Бригада, бб, во населбата Автокоманда
(во склоп на продажно-сервисниот објект на Автомакедонија)
Станица 2 - Во комплексот на поранешна Стакларница
(на патот кон населба Драчево)
Телефон за контакт: (02) 3103-152
аутомакедонија
SAVA TABAK
Акционерско друштво за осигурување

Средба во Крива Паланка

Во организација на Здружението на пензионерите од Крива Паланка деновиве се одржа регионален состанок на кој присуствуваа претставници на раководствата на пензионерските организации од Куманово, Кратово, Пробиштип, Злетово, Свети Николе и градот домаќин.

На средбата на која учествуваа и претседателот и потпретседателот на СЗПМ **Душко Шурбановски** и **Чедо Георгиевски** беа изнесени некои дилеми од јавната дискусија по нацрт Статутот на СЗПМ, како и за изборните активности во здруженијата.Се нагласи дека СЗПМ е непартиска и невладина организација и нејзините членки изборните активности треба да ги извршуваат без партиски и други влијанија и притисоци.Треба да се води сметка и за половата и националната застапеност во органите и телата на здруженијата и на СЗПМ.

На состанокот беше усвоен извештајот за успешно одржаните минатогодишни пензионерски спортски натпревари во овој регион. Беше изнесен и предлог во иднина Републичките пензионерски спортски натпревари да се одржуваат во два дела, за салонски и атлетски игри.

Д.А.

Санација на домот во Пехчево

Во Здружението на пензионерите од општина Пехчево деновиве беше завршена адаптацијата на дел од објектот на Домот на пензионерите. Според плановите, адаптацијата ќе се врши во повеќе фази.

Во првата фаза е направена санација на кровот. Направен е зафат за заштита на објектот од влага. За поставување на дренажа се инвестирани 107 000 денари. Од вкупните финансиски средства, 60 проценти се донација додека останатите се сопствено учество на пензионерите.

За следните фази од реконструкцијата останува санација на фасадата на објектот. Но, заради претстојните избори во пензионерската организација наредните чекори на адаптација ќе треба да ги спроведе новото раководство на пехчевските пензионери.

Д. Ролевски

Сè поголема е потребата од старски домови во Дебар и околината

Масовната миграцијата во поширокиот дебарски регион затвори многу куќи, но отвори врата за изградба на старски дом. Младите заминуваат на работа во странство, а постарите остануваат дома, без доволно грижа. Тоа создава потреба за отворање, како што велат самите дебрани, не на еден туку неколку вакви објекти.

– На Дебар потребен му е старски дом бидејќи 75% сме останати сами, децата ни се во странство. Дебар туку, Центар Жупа и Река, треба да се договорат и да изградат не еден, туку неколку вакви домови, вели жител на Дебар.

–Доста стари луѓе останати сме сами, така што би било добро и во Дебар да се изгради еден таков дом, каде тие што имаат потреба може да бидат сместени, нагласува друг.

Според некои статистики, околу 15.000 дебрани живеат во САД, а повеќе од 7.000 во западноевропските земји, главно во Италија и во Германија. Во исто време најмалку 300 стари лица самуваат во своите домови во подрачјето на Дебар и Центар Жупа. Поголемиот број од осамените се пензионери, а еден дел живеат со парите што им ги испраќаат најблиските од земјите во кои работат.

Претседателот на Здружението на пензионерите, **Бесник Поцеста**, вели дека постои иницијатива за изградба на регионален дом, но оти конкретно се уште нема ништо.

– Во Дебар имаме Дом на пензионери со осум соби за сместување на пензионери, меѓутоа условите се несоодветни, вели Поцеста.

За изградба на старски дом подготвеност покажуваат и печалбарите, за да може нивните родители и блиски роднини соодветно да ги згрижат и со своите сограѓани заедно да ја минат староста. Зашто, целиот живот го минале во родното место и на поодминати години тешко може да се привикнат на живот во странство, каде што се наоѓаат нивните деца.

В. Садику

Во Прилеп - осовременување на клубовите

Здружението на пензионерите во Прилеп значајни финансиски средства вложува за осовременување на клубовите за дневен претстој на членството, за подобрување на условите и амбиентот во просториите и за воведување нови содржини. Активности на овој план се спроведени во четирите клуба во градот, а е обновена и фасадата на зградата на здружението.

Посебно значајна инвестиција е вложена за уредувањето на Клубот "Центар 2" што се наоѓа во централното градско подрачје за што се вложени 300.000 денари сопствени средства на здружението. При тоа целокупната подна површина од 250 метри квадратни е поплочана со квалитетни керамички плочки, реновиран е санитарниот јазол, а е уредена и надворешната тераса на која летните месеци пензионерите во голем број играат шах, домино и табла. Набавени се нови столови, маси, нов телевизор, фрижидер и друго.

Новиот современ амбиент на клубот секако придонесува тој да стане уште попривлечно место за престој на пензионерите, за нивен одмор, едукација и рекреација.

Д.С.

Проект за Дом за стари за штипски регион

Општината Штип и Здружението на пензионерите ќе градат заеднички Дом за стари лица во населбата „Дузлак". Според градоначалникот на Штип **Зоран Алексов**, студијата веќе е направена, а во тек е подготовка за повик за јавно приватно партнерство за изградба на домот, кој ќе биде од регионален карактер. Изградбата ќе чини 800 000 евра, а според предвидената динамика, изградбата треба да почне кон крајот на годината. Оваа убава вест ја дознавме од разговорот со претседателот на штипските пензионери, **Михаил Василев** со кој разговаравме за животот на пензионерите во Штип и околината. Меѓу другото тој не информираше дека по повод новогодишните празници поделени се 53 пакети со пренхрамбени артикли на најсиромашните стари луѓе.

По повод новогодишните празници го посетивме сегашниот пензионерскиот дом во Штип во кој има 12 гарсионери. При посетата разговаравме со станарите: Велика Станкова, Николина Панева која веќе 17 години е станар на домот, Нада Михајлова Славјанка Миташева, Донка Михајлова, и други на кои заеднички им е домот и малата пензија од околу 7до 8 илјади денари, а со кои средства плаќаат се, кирија, храна, лекови...Сепак се задоволни дека имаат сигурен покрив над глава, нешто за што сонуваат многу пензионери и стари луѓе од тој крај. Во домот се сретнавме и ја чувме потресната приказна на 68–годишната Павлина Арсова која беше дојдена на посета кај своите пријателки. Таа со својата пензија од 7 000 денари се издржува себе и четворочленото семејство во кое никој не е вработен. Целото семејство, бабата, ќерката, зетот и двете внучиња живеат во само една соба на периферијата од градот. Кога барале помош од центарот за социјални грижи биле одбиени, веројатно што таа прима пензија и не може да ги третираат како социјални случаи!? Понекогаш законите се сурови, а треба да содржат и хумани елементи.

Се разделивме од овие скромни стари луѓе со ветување дека пак ќе им дојдеме во посета во некоја друга прилика. **Т. Босеовски**

Пензионери - работно активни

Пензионирање не значи и престанување на работоспособноста на пензионерот. Пензионирај се и гледај си ги внучињата, не е само тоа. Голем број пензионери и по добивање на пензијата, си наоѓаат работни активности и финансиски заработуваат. Некои го прават тоа поради нискиот буџет на семејството, некои поради тоа што сакаат да работат, да се занимаваат со нешто. Во оваа сосема се убедив од една моја прошетка низ пазарот во Велес.

Првиот мој соговорник беше Мијалче Јовановски, кој го познавам од порано кога работеше во ЖТП во Велес. Гледам човекот продава украсни дрвца и цвеќиња во саксии.

– Па ете продавам. Се пензионирав одамна, ама не се седи така дома, а и заработувам некој денар, пензијата не стасува, – вели тој!

Веднаш до него беше тезгата со земјоделски производи на Петре Колев, кој рече дека работел во поранешен „Лозар" од Велес, па бил технолошки вишок, а сега е пензионер. Рече дека има своја земја во селото и дека мора да ја обработува, а земјоделските производи да ги продава.

– Пензијата е мала. Сопругата нема пензија, таа никогаш не работела, ако не се земјоделските производи тешко ќе саставиме крај со крај.

Малку понатаму забележав една постара жена, која продаваше плетени рачни изработки (елечиња, чорапи, калци). Ја прашав колку ги продава калците? Ми одговори 150 денари. Реков „Нели се многу евтини?"

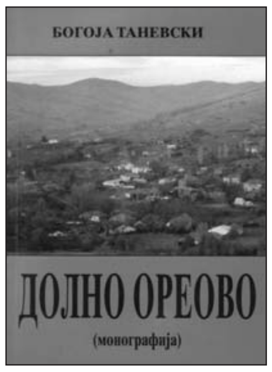
– Па, трудот не го наплатувам целосно. Јас сум пензионерка, имам доволно слободно време. Видот се уште добро ме служи, а и рацете не ми откажуваат. Па така, еве...

Си реков: „Браво, за пензионерите!" Се додека човекот се труди да работи е човек.

М. Моневска

Активни творци и по пензионирање

Вообичаено владее мислењето дека со престанувањето на активната работа и заминувањето во пензија, престануваат активностите на човекот. Можеби за некого е така, но кога се работи литературното творештво не еднаш сме се увериле дека овде пензионирање нема.



Како поткрепа на наведеното го издвојуваме пензионираниот наставник **Богоја Таневски** од Битола, кој неодамна ја издаде книгата монографија за „Долно Ореово".

– Монографијата ја правиме за да останат траги за постоењето на нашето село во минатото и во сегашноста, за младите генерации овде и во странство да се запознаат со животот, но и со испуструвањето на ова село, за да знаат од каде потекнуваат нивните корени, бели Таневски.

Изработен е и родослов на семејствата од селото, така што сите оние кои потекнуваат од него, без разлика каде тие се наоѓаат сега, можат да видат кои им се потомци, роднини и пријатели.

Битолскиот писател Богоја Таневски со своите 74 години, и понатаму успешно твори. Тој е автор на повеќе издадени книги. „Угорнина", „Илинденски огнови", „Провир низ времето", "Чекори во мене", „Судбини", „Разденување", „Нагризени хоризонти", „Битолски мотиви", „Повраток", монодрамата „Параловски чукари"и две книги со книжевни критики. Од неодамна е и претседател на „Пелагониските културно–научни средби" кои се одржуваат секоја година во дел на Пелагонија.

Д.Тодоровски

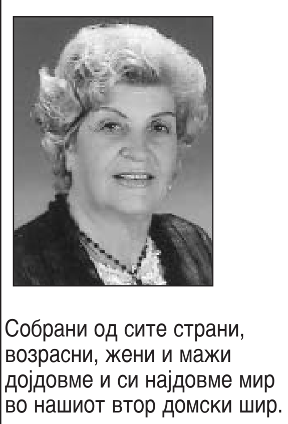
Поетско катче

Од небото глас се слуша

Се слуша гласот на небото
Тоше Проески песна пееше со ангелите,
песна пееше и солзи ронеше.
Преку песна Европа и Америка ја молеше:
„Не праќајте кумови и попови
да не крстат и прекрстуваат,
ние име си имаме
од нашите дедовци
и нашите татковци.
Не примаме никакви додавки,
ни придавки,
нашето име вековно
ние ќе го чуваме.
Европо и Америко
не бидете дволични
не правете и втора грешка.
Зарем не ви беше доста
со поделбата на Македонија?
Браќа и сестри
на три страни разделивте,
а сега сакате
и името да ни го смените.
Зарем од Бога не се плашите?
Зошто ви смета името Македонија–
кога сите вие добро знаете
дека друга Македонија
нема во цел свет;
една е Република Македонија
и вечна ќе биде,
се додека постои светот
на оваа земја.
Престанете
кумови и попови
да испраќате,
кажете ја вистината од дамнина
за поделбата на Македонија.
Покајте се и не барајте повеќе
името да го мениме
тоа народот македонски
никогаш нема да го дозволи!"

Цвета Јошевска
83 годишна пензионерка од Битола
авторка на роман
„Животот на Магдалена"

Во пензионерскиот дом



Собрани од сите страни,
возрасни, жени и мажи
дојдовме и си најдовме мир
во нашиот втор домски шир.

Домот не згрижи
домот не зближи
како браќа и сестри
живееме и пееме песни.

Радоси и среќни
ни врват дните,
затоа што сакаме
да не посетуваат сите.

Благодарни сме сите
што бргу ни минуваат дните,
и секој нов ден овде во домот
е како булка во сонот.

Не жалиме и не се каеме
што дојдовме овде,
затоа што мир и спокој
си најдовме овде.

За крај, вие идни
браќа и сестри,
соберете сила, барајте среќа,
дојдете во нашите домови
скромни,
за да ви бидат срцата полни.

Пандора Тодоровска
пензионерка
од Скопје

Жали сестра брата во туѓина

Од Охрида па до река места
Плодна земја е Македонска
Силно кавал на Шар ми засвирил
Песна пее мома еѓејка

Песна пее брата си го жали
Братче мило братче најмиличко
Што отиде таа пуста земја
Пуста земја преку пет мориња

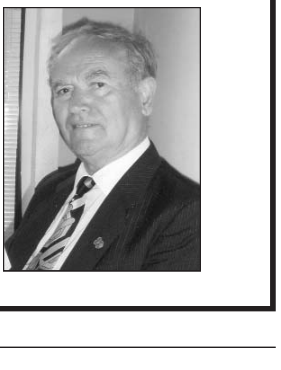
Наше поле пусто неорано
В наши ниви трње израснале
Нема мајка црно што не носи
Нема татко за син што не плаче

Дојди брате порти да отвориш
Да престане татковиот плач
В куќа наша деца да се родат
Да заори песна, а не плач

На сред село тапан да зачука
Да засвират зурли и кавали
Лични моми песна да запеат
Кршни момци оро да развијат

Сложно сите песна да запеат
Да се чуе на четири страни
Да разберат нашите душмани
Македонско име нема да загине

Д-р Драги Гечев
пензионер од Скопје



ПОШТЕНСКА БАНКА АД
За пензионерите,
клиенти на Поштенска Банка
ПОШТЕНСКА БАНКА АД
ПОШТЕНСКА БАНКА
МОЈА БАНКА !
• Флексибилно пензиско штедење до 4,5%
• Орочено денарско штедење до 10,9%
• Кредити до 500.000 ден. со каматни стапки од 11,5%
• Кредит до 90.000 ден. - без жиранти
• Изнајмување на сеф во просториите на Дирекцијата на банката на ул. 27 Март б.б. (Мал ринг)
• Достапна и брза услуга на шалтерите на Македонска Пошта
• Достава на пензиско известување на домашна адреса
МАКЕДОНСКА ПОШТА
ул. 27 Март б.б. тел: 02 314 229 и 02 3140 258
www.postbank.com.mk

Интервју со Борис Шуминоски, претседател на Клубот на љубители на книгата, Аеродром – Скопје

Одлагање на стареењето

Се пензиониравте од работно место во драмската уметност и Вам, и од тој аспект, Ви е блиска пишаната реч. Претставете ни ја активноста на Клубот!

– Литературата ми е како посестрима и по вокација и по образование. Клубот само ми помогна да го одржам континуитетот, како некој вид обврска. Тој во Општина Аеродром, веќе три години многу успешно и плодотворно работи. Не е тешко да се идентификува неговата активност: да ги претстави и проанализира најдобрите дела и најдобрите автори од националната литература, кои по своите естетски, етички, историски, социјални елементи се најблиски до нашата традиција, ги афирмираат тие вредности и на нацијата ѝ даваат духовен имунитет.

Веројатно, Клубот покрај магистралната определба, има и конкретен годишен план и програма?

– Се разбира, потребна е напорна и посветена работа да се конституира добра програма и успешно да се реализира. За 2010 година планот во целина го оствaривме. На средбите на Клубот, кога е можно, присуствува и авторот чии дела се обработуваат. Каниме познати промотори и добри воведничари за секоја тема, со цел да се пробуди љубопитството на членовите да го засакаат зададениот автор и по нешто да прочитаат, да проанализираат, да прашаат. Воспоставена е и соработка со младите генерации од Меѓународната гимназија НОВА, а од 2010 година соработката е проширена и со гимназијата „Корчагин”. Ние мислиме дека ползата е двонасочна. Со тоа се согласуваат и професорите и нивните озарени ученици. Се случи да се спријателиме и да си недостигаме. Писателите кои ги претставуваме стануваат наши пријатели и привлекуваат нови членови. Тие, без исклучок, се фасцинирани од нашата посветеност, покрај живите автори да ги оживуваме и починатите преку нови читатели. Соодветен простор одвојуваме и за творци, кои најдобрите дела ги создале како пензионери. Горди сме што Клубот се афирмира како сериозна духовна работилница.

За работата во претходниот период беше известувано во Пензионер плус, кажете ни за работата од времето откако Вие го водите Клубот?

– Во втората половина од 2010, најнапред, ја претставивме лирската поема ***„Предвесница“ од* Михаил Ренџов,** носител на наградата “Глигор Прличев” за 2009 г., за која во присуство на авторот јас го направив воведот, кој инспирира жива дискусија. Во октомври во нашата средина му посветивме внимание на поетот **Илхами Емин**, преку неговиот двојазичен избор ***„Ѓулкарпа”*** за која воведот го направи **Д-р Кирил Темков**. Потоа зборуваше авторот кој ја одушеви публиката со неговата искреност и топла човечност, како и со дел од приказната за неговите етнички корени и за особеностите на Турците јуруци. Во ноември го запознавме Мариово преку романот ***„Крпен живот“*** од роднокрајниот писател **Стале Попов**. Воведот го направи **Марица Серафимовска**, а почесен гостин беше **д-р Георги Сталев Попов**, универзитетски професор, книжевник, преведувач итн, но овој пат како син на Стале Попов. Тој откри некои, досега, непознати факти од животот, творечкиот и работниот век на својот татко. Последната средба во 2010 година имаше поетско забавен карактер како што личи спроти Новата година.

На почетокот сме на 2011 год. Како е концепирана програмата на Клубот за годинава?

– До почетокот на летните одмори, кога правиме двомесечна пауза, програмата е дефинирана. Таа е репрезентативна и разновидна и тематски и жанровски. Стартот на оваа година (26.01.2011) го означивме со поетскиот профил на академик **Анте Поповски** и капиталната поема „Света песна”. Потоа ќе се бавиме со драмското творештво на **Горан Стефановски**, со поетското и раскажувачкото дело на **Влада Урошевиќ**, со **Јагода Михајловска - Георгиевска**, со поетиката на **Гане Тодоровски**. Имињата на авторите и нивниот уметнички ефект јасно сведочат дека во фокусот на нашиот интерес се вистинските каријатиди на македонската книжевност на кои се потпира нашиот неспорен идентитет. Уште во февруари ќе биде доосмислена програмата за втората половина од годинава. Останува напорот квалитетно да се изорганизира и успешно да се модерира. Потешкиот дел.

На крајот и прашањето: според Ваше мислење, дали и колку, Клубот придонесува за поттикнување на литературното творештво кај пензионерите?

– Ние искрено се залагаме да разбудаме таква страст. Нашите гости, авторите, нè охрабруваат во таа насока. А еве, за илустрација, што сугерирав во новогодишната порака на поетско–забавната вечер: „Годините, како мали отсечки од бескрајното космичко време, доаѓаат и си одат, врват низ нашите животи и оставаат траен белег врз вкупниот наш хабитус: физички и духовен. Тие си ја вршат работата што им е зададена. Но каде сме ние во таа приказна? Преземаме ли нешто да влеземе во битката со времето, да откинеме макар мал дел од минливоста и да го продолжиме на некој начин нашето траење? Што правиме за да нè има и кога ќе нè нема? Општо место е дека светов е шарен и дека сите луѓе не се исти. Но општо место е, исто така, и дека **секој човек** има своја лична дарба за нешто. Задачата на секого одделно е да се стреми да ја досегне **својата** највисока точка, да го најде **својот** зенит. Затоа, ајде да направиме усилба да отвориме поширок простор за љубовта, копнежот, смеата, убавината, **градењето и создавањето** во согласност со сопствената дарба. Овие човечки категории немаат ограничен рок на траење. Ајде духовно да го одложиме стареењето!”

Илија Глигоров

Ако сакам

(со посвета на сите жени)

Ако сакам со Вас да говорам
Без трошка срам тоа ќе го сторам
Драга госпоѓо
Вашето битие е извор на живот
Лулка на убави сништа
Центар на моето внимание
И спротивно на тоа Вие
Драга госпоѓо
Вие сте раскрсница од која
Се поаѓа и стигнува до Космосот.
Ако сакам со Вас да се ракувам
Без трошка срам тоа ќе го сторам
Драга госпоѓо
Вашата био–енергија е чудотворна
Како најсилно магнетско поле привлекува
Светец–исцелувач на моето е тело
И се што во градите ме пече
Го фрлате во водата што тече.
И затоа ако сакам да Ве бакнам
Без трошка срам тоа ќе го сторам

Драга госпоѓо
И на јаве и на сонот ако зборам
Во знак на благодарност
И неизмерна почит кон Вас
Тоа ќе го сторам.

Атанас Георгиев
пензионер од Кочани

Забележителни активности на вокално-инструменталниот состав „Сирма Војвода“

Иако егзистира подолго време, за пеачко музичката група „Сирма Војвода”, која е во состав на Здружението на пензионерите од Битола, ретко кога се прикажува нивната активност. Нивната ангажираност посебно беше забележана во одбележувањето на денот на ослободувањето на Битола „4–ти Ноември”.

Пеачко музичката група „Сирма Војвода”, опстојува веќе 32 години, со огромен број на настапи во градот и земјата.Во оваа популарна пеачка група членуваат инвалидски и старосни пензионери. Структурата на членовите е различна и од секакви професии. Бројот, што разбирливо е варијабилен и во текот на постоењето почесто се менува, но како постојани членови може да се забележи дека се во просек од 25–30 пензионери. Претседател на ова друштво е Кирил Божиновски, кој воедно е во состав на музичката група.

Пеачко музичката група најчесто изведува староградски песни од околината на Битола и битолско, но и староградски песни од другите градови од Македонија.

Со посебен квалитет се претставија на минатогодишниот филклорен фестивал „Илинденски денови” во Битола. Досега на овој фестивал имаат освоено награди и повеќе признанија.

– Квалитетот на песните, иако се работи за постари и поискусни членови е на исклучително професионално рамниште. Најчесто се изведуваат композиции со примена на прв и втор глас, односно се пее двогласно. Заради одржување на квалитетот, но и вклопување во репертоарот на групата од страна на нови и млади членови, два пати неделно одржуваме состаноци и проби во просториите на Здружението на пензионери Битола. Што се однесува до други ангажмани, би ја спомнал одлична соработка со повеќе вакви и слични групи во нашата земја, со кои имаме постојани контакти, разменуваме искуства и се посетуваме, – вели **Кирил Божиновски.**

Пеачко музичката група „Сирма Војвода”, од Битола, е под постојано внимание на раководителот професор **Доне Јошевски**, кој воедно е и одговорен за висината на квалитетот на изведбите (музичкиот и песничкиот дел) што севкупно се одразува на друштвото.

Од членовите на оваа пеачка група дознаваме дека често ги посетуваат старските домови, особено ја нагласуваат соработката со старскиот дом „Сју Рајдер” – Битола, при што организираат и изведуваат целовечерни концерти. Но, да се забележи и тоа дека се во постојана потрага по нови членови–пензионери кои би биле дел од ова друштво, секако со докажани квалитети за пеење или музицирање на инструмент кој и е потребен на групата.

Д. Тодоровски

И во деветтата деценија активна на сцената

Салата при Домот на културата „Крсте Петков Мисирков” во Свети Николе на 18.12.2010 год. беше преполна. Градот го прославуваше свети Никола, патронот на градот. Во еден миг се слушна името на **Стојка Апостолова**. На бината дојде елегантна, убаво облечена и со убава фризура госпоѓа од 82 години. Со видлива возбуда и среќа, за достигнатиот дострел, ја прими Плакетата „Свети Никола” како заслужна граѓанка која вградила многу труд и напори и дала голем придонес и љубов во развојот на културата во својот град.

Оваа енергична жена станала активна во културниот живот со своите 13 години како актерка аматер во далечната 1942 година, учествувајќи во изведбата на „Македонска крвава свадба”. Оттогаш се нижат нејзините активности во културно–уметничките друштва. По завршување на Педагошката академија во Скопје се вработила како наставник.

Како млада наставничка ја едуцира женската младина во село со водење курсеви за здравствено просветување. Најнапред е формирана Младинска фолкорна група, а потоа и Женска фолклорна група со која настапува на општински и на републички натпревари како и на Фолклорни меѓународни смотри во Загреб.

И покрај редовната работа и активностите со своите ученици, кои и по толку години имаат голема почит кон неа, таа учествува во формирањето на Општинскиот актив на жените во Свети Николе. По пензионирањето во 1981 година станува прва претседателка на Активот на жени при ЗП Свети Николе на чие чело е цели 15 години. Долги години е член на Аматерскиот театар во градот, со кој остварува и многу значајни улоги, а денес со своите 82 години таа сè уште е активна артистка на Сцена 71.

Животната енергија што ја поседува, веселиот дух, смислата за убаво, не и даваат да мирува и постојано е во некакво движење. Организира патувања по разни поводи со пензионерите, посетува историски места и културни споменици. Речиси нема во Македонија значајно место што таа го нема посетено. Со своите пријателки организира и разни натпревари во кулинарство, во изработка на рачни ракотворби и во сите активности се дава максимално себе си. Учествува и во пензионерските спорски натпревари каде што постигнува забележителни резултати.

Секогаш ведра и насмеана и во деветтата деценија таа е активна и е поактивна и од многу помлади жени од неа. Дружељубива и љубезна, на луѓето им подарува добрина и љубов и затоа е сакана и е почитувана од своите сограѓани. Иако навлегува во третото доба таа се чувствува и млада и енергична. А не дека животот и бил лесен. Имало и успеси, и неуспеси, и среќни, и тажни моменти, но таа со својот оптимизам и со својата амбициозност се изборила за себе и за жените од својот град. Затоа Стојка Апостолова е пример како треба да се живее и како да се чувствуваш и во поодминатите години.

Еден голем аплауз за актерката која и во деветтата деценија сè уште е активна и во театарот и на животната сцена!

Вукица Петрушева

Виница

Промоција на книгата „Роднокрајот во мене”

Во просториите на Општинската организација на Црвениот крст во Виница, на 22 ноември 2010 година, се одржа промоција на книгата–стихозбирка „Роднокрајот во мене” од **д-р Јован Манчевски**, пензионер од Виница.

Книгата содржи триесетина стихови напишани за родното село Панчарево, сместено во пазувите на Малешевијата, кое мами со природните убавини. Таа убавина му дала инспирација на д–р Манчевски да ги напише своите први стихови, иако љубовта кон поезијата се јавува уште во гимназиски денови во Берово. Но, љубовта кон пишаниот збор продолжува и за време на студиите по медицина во Скопје, потоа за време на работата, а уште повеќе со пензионирањето.

Промотор беше **Тања Анаќиева - Давиткова**, професор по македонски јазик и литература, која мошне пофално се изрази за песните што ги напишал овој истакнат и признат лекар специјалист по педијатрија. **С.Арсов**

ПРОЧИТАВ ЗА ВАС

Рацин

Само напишав **Рацин** и немав потреба ништо да приречам за да биде насловот импресивен. **Овој е таков.** Секоја духовна дружба со него ме импресионира, оти е симбол и метафора на болката и тешката мака на онеправданите, на сите што се именувале како робје: аргати кои со лук и оцет го претеруваат долгиот летен ден под небесениот вршник, подгрбавени тутуноберачи со жолта костинка во градите, фабрички работници сред правливите и задушни погони, занаетчии, долгиот синџир на црнотрудовиот народ. **Тоа е врвот на неговото поетско битие.** Сепак, овојпат наумив, **да го претставам вон вообичаената перцепција**, со мал отклон од стереотипот за да се фокусира вниманието на она што е помалку афирмирано. Да согледаме барем дел од неговата сестраност: како писател, есеист, историчар, филозоф, борец. И **како мост** што на осмислен начин ја премости длабоката провалија во континуитетот на народот на кој му припаѓа. Историските околности, десетвековната бездржавност, се опитале да го избришат тој народ од мапата на светското семејство на народите. Великиот **Конески** ќе рече: „Тешко ние можеме да најдеме во нашата културна историја друга толку монолитна личност како Рацин, што по еден творечки начин гради мостови меѓу минатото и иднината, што знае на здрави основи да создава културна традиција... **Рацин поставува со својот живот и со своето дело една мерка што се налага во творечка и етичка - мисла. На македонскиот простор не може веќе да се изневерува пораката на поетот Кочо Рацин, без да се засега во она што е суштинска основа на нашиот развиток”.** Гане Тодоровски, ќе додаде: „...Оттука тој претставува **своевиден клуч** за толкување на традицијата **и значенски код** за силовит пробив и видовито движење напред, кон новото, кон недосегнатото, **кон неодложното и нужното**”.

Неговиот живот сам по себе јарко го открива контекстот што пресудно влијаел на неговото формирање. **Коста Апостолов Солев** е роден во Велес, на 22.12.1908, (според други наводи на 26. октомври) а загина на Лопушник на 13. јуни 1943 год. Останатото е каласика: детето љубопитно, за книга и учење надарено, ама нуждата ќе наложи, по првиот клас, да му се придружи на татка си во грнчарската работилница. Работи по целден, навечер кога се прибира дома уморен книгите му се најверни другарки, на скржава светлина, тајум, ги чита своите омилени автори, според Гане Тодоровски: **Крлежа, Цесарец, Гео Милев, Смирненски, Пеју К. Јаворов, Момчило Настасијевиќ, Владислав Петковиќ Дис, Стефан Луковиќ** и други. Јазикот на раните поетски творби, според урнекот **е туѓ**: српскохрватски и, во помал броj, бугарски. Тие песни, иако се почетнички, со доживеаноста и искреноста на експресијата, од стартот укажуваат на **надарена творечка пројава**. Љубовта, како кај секој млад човек на негови средношколски години, е неизбежен мотив. Страсно, лудо, очајнички се вљубува во ученичката од шести клас, **Рахилка Раца Фирфова**. Нејзе ѝ испраќа 31 картичка напишани со крв и мастило, во кои ја воспева својата љубов која наидува на молк. На истата девојка, ѝ ја посветува и стихозбирката **Антологија на болката.** Ќе ѝ порача: „**Го земам твоето име како мое, и за тоа ти подарувам бесмртност”.** Оттогаш натаму станува и останува за секогаш **Кочо Рацин.** Тие песни, кои самиот ги именува како **стихови од младината** благодарение на трудот на **д-р Блаже Ристовски** кој ги присобрал и уредил, како и вдахновениот препев на неуморниот **Гане**, објавени се дури 1987 година.

Првиот обелоденет труд со наслов **Резултат**, печатен е во загребското списание **Критика**, 1928 год. Во 1932 година на анонимен конкурс награден е неговиот расказ **Во каменоломот**. Во истото списание се објавени и фрагменти од романот **Афион,** кој е изгорен во еден претрес, при провалата и апсењето на Рацин. Другите раскази создавани меѓу 1937 и 1939 година: **Тутуноберачи, Пладне, Еден живот, Златен занает, Татко** и **Радоста е голема,** се објавени постхумно**.**

Во кусиот есеј **Резултат**, прави анализа на положбата на потлачениот народ и бара решение: „...робови, како што сум јас, има со милиони во светот, но ми влева храброст помислата: дека **спознанието за нашето ропство ќе ни донесе нам свест**, **а таа,** како непобедлива моќ... **ослободување**. Зашто спознанието за начинот на ракувањe со робовите им донесува на господарите богатството, а нам, спознанието дека сме робови ќе ни донесе слобода”. Грнчарот не се мири да си остане само грнчар, посветено се нурнува во делото на **Хегел**, кое продлабочено ги објаснува сложените општествени процеси. Таква знајба му фали и тој не се штеди да дојде до неа. Одушевен, напишал и објавил два коментара, кои можеби претставуваат прва објава на философски текстови од македонски автор.

Фасциниран од Богомилското движење, ќе го означи како „...**нешто најинтересно и најсветло во нашата народна историја”...** „Заре во класичната земја на царските манастири и лаври, земјата на чиишто јазик Славјаните за прв пат чуле за христианство и толку време на тој јазик ја слушале кротката христианска проповед за помирение со сичко – заре таја земја, уште у никое време на европејскиот Среден век, да даде претечи на ониа бунтовници од XVII век, што **зборуале за некое „природно право” на човека**, за равноправие на сичките лугје”...

Можеби тука е изворот на неговиот космополитизам: „**Куќа цел свет братски ми е**”. На режимот не му се допаѓа неговита активност, ни членството во СКОЈ и во КПЈ. Осуден е на четири години затвор, но по општата амнестија одлежал само една. Потоа е интерниран. Сепак, ништо не му ја поматило вербата во **„новиот ден”.**

Ако, на крајот, констатираме дека **Бели мугри,** (Загреб, 1939) кај нас интегрално печатени 1946 год. **се темел на современата македонска поезија**, дека **Огномет** е громогласно поетско писмо налик на она на Мајаковски, сме ја рекле вистината која нѐ обврзува. Но она што го прави посебен е неговиот исчекор во инаквиот, пристап во користењето на усната народна поезија, како драгоцено искуство, но со видлив напор и **нееднаков** степен на успешност, да не ги презема истите изразни фигури, туку да ги облече во ново руво, да им даде нова боја и глас, а со тоа и нова димензија за да фати приклучок со поетските текови на развиените култури. **На тој начин го премости длабокиот јаз и воспостави нови критериуми.**

Борис Шуминоски

Пренесување искуства од студиска посета

„Стареење на популацијата: обезбедување високи стандарди за зачувување на правата и на достоинството на старите лица”

Читателите на „Пензионер плус” се информирани дека под покровителство на генералниот директор за проширување при Европската комисија, во рамки на стратегијата насочена кон граѓанското општество со програмата „Луѓе за луѓе”, во периодот од 7 до 10 декември 2010 година, беше организирана студиска посета за граѓанските организации од подрачјето на Западниот Балкан. Беа опфатени (Хрватска, Македонија, Албанија, Босна и Херцеговина, Црна Гора и Србија) кои работат на полето на заштита на правата и/или обезбедување услуги на старите лица.

Целта на оваа студиска посета беше да се овозможи на граѓанските организации да се запознаат со политиките и програмите на Европската унија, кои се однесуваат на правата и достоинството на старите лица. Но и да им се даде можност за заемно вмрежување и поврзување со други граѓански организации од Европската унија кои се активни на ова поле.

Европските политики кои се однесуваат на правата на старите лица ги застапуваат граѓански организации кои се меѓусебно поврзани во т.н. **AGE Platform Europe** која ги обединува сите граѓански организации кои работат на ова поле. **AGE Platform Europe** е европска мрежа која обединува 150 организации на лица постари од 50 години и директно ја претставува популацијата од 28 милиони стари лица. Нивната цел е да се говори и да се промовираат интересите на 150 милиони жители на возраст над 50 години во Европската унија и да се зголемува свеста за прашања кои најмногу нив ги засегаат.

Од пренесените искуства на граѓанските организации кои работат со и за старите лица, вниманиe привлекуваат следните сознанија:

Соработката помеѓу јавните институции и граѓанските организации при консултирањето за активно вклучување и влијание при носењето одлуки од страна на државните институции;

Во најголем дел од активностите на граѓанските организации активно се вклучуваат стари лица волонтери;

Граѓанските организации, со цел да покријат поголем дел од територијата на која дејствуваат, соработуваат со институции кои имаат мрежа на објекти и опрема на ниво на целата територија или реон;

Граѓанските организации се вклучуваат во пружањето поддршка на лица кои се грижат за стари изнемоштени лица, на кои им е потребна долготрајна нега во домашни услови и ваквата поддршка најчесто се врши преку волонтерска работа;

Во активностите и работењето на граѓанските организации се внимава на скромноста и економичноста во работењето;

Со цел промовирање на грижата за старите лица и кревање на свеста за потребата од перманентна работа на ова поле, граѓанските организации секоја трета недела во ноември ја одбележуваат како недела на старите лица;

Беа дадени неколку примери преку кои се овозможува унапредување на положбата на старите лица:

Заради унапредување и заштита на правата на старите лица во Финска постои Омбудсман за стари лица;

Во националниот парламент на Полска е формирана Интергрупа за стари лица;

Во Република Чешка е формиран владин совет за стари лица и стареење;

4. Од податоците добиени од истражувањата на граѓанските организации за состојбата со сиромаштијата на старите лица во Белгија и просечната возраст на која болестите кај старите лица стануваат сѐ почеста појава, укажуваат на следната сотојба:

а) 23% од старите лица со над 65 години возраст живеат под линијата на сиромаштија (просечно со 966 евра месечно);

б) Просечната возраст на здрава старост изнесува 61 година за мажи и 64 години за жени.

Европската унија ги признава и ги почитува правата на старите лица, кои стануваат зависни од туѓа нега, да имаат независен и достоинствен живот и да учествуваат во социјалниот и културниот живот. Какво било кратење на правата поради возраста и зависноста од други, мора да има законска основа и транспарентна законска постапка, да има можност повторно да се преиспита и над сѐ, да бидат земени предвид интересите и на двете засегнати страни. Нивното игнорирање и непочитување се смета за неприфатливо. На државите членки им се препорачува да создаваат политики кои ги промовираат овие права и во домашни услови и во соодветните институции кои обезбедуваат грижа и нега на старите лица и да ги поддржува лицата кои нив ги бранат.

Пренесувањето на вакивите искуства овозможува согледување на состојбите со стареењето на популацијата во земјите членки на Европската унија, активностите на Граѓанскиот сектор во овие земји и примената на позитивните искуства во нашата земја. Граѓанскиот сектор во Република Македонија треба поактивно да работи на ова поле користејќи го моделот на волонтерски активизам меѓу старите лица, како и по пат на меѓугенерациска солидарност и поддршка.

Жаклина Атанасовска,
магистар на социјална политика

СТАТИСТИКАТА ГО ПОТВРДИ ДРАСТИЧНИОТ ПАД НА СТАНДАРДОТ

Пари имаме едвај за храна

Силвана Јовановска

Од се што трошат граѓаните, 20 проценти е на вересија, со пари земени од кредити или со одење во дозволен минус, покажуваат податоците во публикацијата „Македонија низ бројки 2010”, која што ја објави Заводот за статистика. Во структурата на потрошувачката, пак, дури две третини учествува храната, облеката, домувањето и покуќнината, за разлика од земјите во ЕУ каде овие трошоци обично влегуваат со една третина. Статистиката говори дека од куќниот буџет на домаќинствата, во последните три години се зголемува учеството на потрошувачката на храна, за сметка на купување облека, превоз, одење во театар, кино или за патување. Податоците се очекувани бидејќи една третина од работоспособното население не работи, 58.000 домаќинства примаат социјална помош која ниту оддалеку не е доволна за да ги покрие нивните основни трошоци за живот.

– Само на храна ни одат парите, и тоа за најосновното. Нема секој ден месо, салами. Колачите, чоколадите, пијалаците и овошјето го исфрливме од употреба, нема пари за тоа. Капут не сум купила со години. Со маж ми одамна заборавивме што е тоа викенд во Охрид, летување на море или зимување во Маврово – вели една домаќинка која ја запрашавме како се справува со домашниот буџет. Оние што имаат плата од 10.000 денари, а кои се многубројни, може да побараат кредит само до 1.000 евра, велат банкарите, но тоа не значи дека ќе им биде одобрен, затоа што секогаш имаат предност оние со повисоко месечно примање и доколку се вработени во државна установа.

– **На пензионерите кои се постари од 70 години не им одобруваме кредит**, оние кои земаат плата помала од 10.000 денари тешко дека ќе добијат заем од банката, а оние што земаат плата на овој износ може да конкурираат за кредит од 1.000 евра, со рок на отплата од три години, а ратата ќе им изнесува околу 2.000 денари, ама не можеме да гарантираме дека барањето ќе им биде одобрено – велат од Стопанска банка. Универзитетскиот професор **Мирољуб Шукаров** смета дека паѓањето на потрошувачката на домаќинствата и нејзиното сведување само на основните потреби за живот треба да биде алармантно за државата и под итно да преземе мерки за намалување на сиромаштијата. – Владата веќе не може да се вади на кризата. Кога една Јапонија која има пораст на невработеноста од четири на шест проценти може да преземе итни државни мерки за да им помогне на сиромашните и да го поттикне вработувањето, може и нашата држава да направи да ја згрижи сиромаштијата, со оглед на тоа што кај нас 39 отсто од граѓаните се сиромашни. Статистиката дури излезе со фрапантен податок дека се зголемува индексот на длабочина на сиромаштијата, што значи се зголемува бројот на гладните и дека храната им станува луксуз – вели професорот Шукаров. **„Време”**

Пелагонија со најмногу стари лица

Со 16,5 проценти старо население над 60 години Македонија го надминува коефициентот на старо население од 12 проценти во глобални рамки.

Според процените на ОН, старото население во Македонија ќе се зголемува од 16,5 проценти над 60 години во 2009 година, на 33 проценти старо население во 2050 година. Најголем процент старото население има во пелагонискиот регион и тој изнесува 20,8 проценти. По него следуваат вардарскиот, источниот и југоисточниот регион со 18,1 проценти и полошкиот регион со 12,2 проценти. Во однос на животниот век кај нас просекот е 66 години, во Грција (72), Бугарија (66), Србија (65),Црна Гора (65), Албанија (64).

Нова Македонија

Утре на стоматолог!
Да ја нахранам мачката!
Состанок во 16:00!
Облеката на хемиско!
Подарок за Ана!
Да се јавам кај водоинсталатерот!
Билобил. И ниедна мисла нема да ви побегне!
Билобил
Bilobil® forte
Билобил® форте
20 hard capsules/20 капсули
За подобро помнење и поголема моќ на концентрација.
www.krka.si
KRKA
Нашата иновативност и знаење создаваат ефикасни и сигурни производи со највисок квалитет.

Водич за правата на здравствените осигуреници (4)

Издаден од Организација на потрошувачи на Македонија потпомогнато од Германското министерство за економска соработка и развој

Протези и други ортопедски помагала

Осигуреното лице остварува право на протези, ортопедски и други помагала, помошни и санитетски направи и материјали, како и заботехнички средства, зависно од медицинските индикации, односно зависно од потребата на осигуреното лице, која ја утврдува лекар специјалист од соодветната специјалност. Потврда за потребата од протези, ортопедски и други помагала ја издава лекарспецијалист од соодветна специјалност, а ја заверува подрачната служба на Фондот, според местото на живеење.

Осигуреното лице, врз основа на заверената потврда, одобреното помагало го презема од правното лице што го изработува или ги купува, а со кое Фондот има склучено договор.

Висината на учеството на осигуреното лице во цената на ортопедските и другите помагала изнесува 40% од цената на помагалата. (Информација за детален опис на сите ортопедски помагала можете да ја најдете во Списокот на ортопетски и други помагала, Сл. весник на Р.М. бр. 111/2000).

Стоматолошка здравствена заштита

Осигуреното лице има право на стоматолошка здравствена заштита во примарната здравствена заштита, во однос на превенција, лекување и санирање на болестите на устата и забите. Вие како осигуреник имате право на превентивни прегледи кои опфаќаат: дијагностикана ризикот од кариес, парадонтопатија, рано откривање на болестите на устата и забите, аномалиите во развојот на вилиците и забите и други заболувања.

Покрај тоа, Вие имате право од ваш иот стоматолог да ги побарате и следните услуги: стоматолошки преглед, упатување на лабораториски и рендгенски испитувања, лекување и по потреба упатување на специјалистичка стоматолош ка заштита.

Лекувањето на забите опфаќа: пломбирање на забите со естетски полнења на предните заби и со амалгамски полнења на другите заби, ендодонска терапија, заболување на парадонтот, терапија на меките ткива и на устата и вадење заби. Со упат од избраниот стоматолог, осигуреното лице има право и на специјалистички стоматолошки здравствени услуги, кои опфаќаат: орално хируршки интервенции, ортодонски услуги и протетички услуги. Од протетските здравствени услуги, осигуреникот има право на: подвижни парцијални и тотални протези, ортодонтски апарати, опструктори, шини за мобилизација и еднodелни леани крунички, сите изработени од акрил. Доколку осигурано лице бара тие да се изработат од благородни метали, цената на благородниот метал го плаќа самиот со свои средства.

Други здравствени услуги:

1. Право на домашно лекување

Осигуреното лице има право на домаш но лекување доколку не е неопходно болничко лекување, а болниот не е во состојба амбулантски да се лекува. Тоа се остварува во следните случаи:

Неподвижни или слабо подвижни болни, хронична болест во фаза на влошување или компликации,

по сложени оперативни зафати, кога е потребно превивање и нега на раната,

продолжување на болничкото лекување во домашни услови, по предлог на болничката здравствена установа каде што се лекувал болниот.

кај болни во терминална фаза на болеста.

Потребата од домашно лекување ја утврдува лекар специјалист од соодветна специјалност.

2. Право на итна медицинска помош

Осигуреното лице остварува итна медицинска помош без упат од избраниот лекар, во најблиската здравствена установа што врши примарна здравствена заштита или во здравствена установа што има организирано служба за итна медицинска помош, според местото на живеење или според местото каде што осигуреното лице се затекнало во времето на потребата од итна помош. Лекарот е должен да даде итна медицинска помош и во случај кога лицето не е во состојба да докаже дека е здравствено осигурено.

Својството на осигурено лице се докажува по престанувањe на итноста. Во случај на потреба, по дадената итна медицинска помош, лекарот што дал помош е должен да повика превоз за да се однесе болниот до болничката здравствена установа, водејќи при тоа сметка за видот на превозот зависно од здравствената состојба на болниот. Во случај на неоправдан повик за укажување на итна медицинска помош, направените трошоци за прегледот и превозот ги поднесува самото осигугрено лице..

продолжува

Вклучувањето светло ноќе е штетно, но има решение

Истражувачи од Велика Британија тврдат дека е штетно ноќе да се вклучи светлото бидејќи тоа претставува шок за организмот и дури кога трае само неколку минути. Според нив овие светлосни удари врз организмот можат да предизвикаат појава на тумор на мозокот.

Кога ќе се уклучи светлото, велат тие, се „будат" и задвижуваат одреден вид на клетки кои можат да формираат тумор на мозокот. Ова не е некое изненадување, според нив, бидејќи познато е дека зголемениот ризик од појава на рак на дојка и тумор на простата во многу истражувања се поврзува со изложеност на вештачко светло, посебно на работници кои работат во ноќна смена. Ново е тоа што за првпат е утврдено дека дури кусо изложување на вештачко светло го зголемува ризикот од појава на тумор и тоа на мозокот.

Истражувањата се вршени врз експериментални глувци на Универзитетот Лестер, под водство на Караламбос Киријаку. Во текот на експериментот, група на глувци била изложена на вештачко светло во траење од еден час. Кога биле извршени упоредувања со глувците кои биле држани во мрак, се покажало дека кај глувците кои биле изложувани на вештачко светло дошло до промени во келиите во мозокот одговорни за внатрешниот часовник кој ги контролира телесните функции.

Слични тврдења дава и група израелски истражувачи кои вршеле експерименти независно од Британците. Доктор Рахел бен Шломо, од Универзитетот во Хаифа, им советува на луѓето кои се будат ноќе да одат во WC, да не вклучуваат светло. Таа вели:

– Постои голем ризик од секое вклучување на светло за време на ноќта. Палењето на светлото ноќе влијае на внатрешниот часовник во човечкиот организам, кој е многу осетлив. Решение е поставување на сијалици кои светат со слаб интензитет, но кои даваат доволно светлина за одредена потреба.

Поттикнати од овие истражувања компанијата Arkon Resurse дојде до решение на проблемот произведувајќи мала направа наречена LavNav. LavNav за само 19,99 долара е технолошко умно решение за сите непријатности и ризици кои се јавуваат при ноќно палење на светло за одење во WC. Малата направа бара само две АА батерии, кои не ги троши брзо, бидејќи се активира само кога ќе детектира движење, но мана му е што без светло мора да се дојде некако до WC шољата. Штом ќе се дојде до неа светлото веднаш се активира, но ја осветлува само шољата и тоа со слаба светлина, која не само што не предизвикува болка во главата заради блесокот од јака светлина и не е ризична за појава на тумор на мозокот, туку не ги буди и другите членови од семејството. LavNav има уште една погодност: свети црвено кога даската за седење е кревната и зелено кога е спуштена. Кога ќе се оддалечи корисникот светилката сама се гаси. LavNav е со мали димензии, а во кутивчето од бела пластика сместени се светлосни сензори од предната страна, а од задната леплива трака за прицврстување.

М.Серафимовски

Настинки и ризици од срцев удар

Во многу написи објавени на Интернет, но и во пишаните и електронските медиуми се препорачува физичка активност, а особено пешачење за луѓето во поодминати години. Во овие написи се наведуваат причините и придобивките од ваквата активност. Но кога сме кај прошетките кога времето е студено постојат и одредени ризици.

Според истражувањето објавено во Британскиот медицински магазин, прошетките по ладното време го зголемуваат ризикот од срцев удар, па така кога температурата се спушта само за еден Целзиусов степен во текот на денот, бројот на срцевите удари знатно се зголемува. Односот на времето и здравствените услови, во контекст на глобалните климатски промени станува се поинтересен за истражување на научниците. Во претходните студии веќе се покажало дека надворешната температура има одредени врски со стапката на смртност и дека и многу ладните и многу топлите денови имаат одредени влијанија врз здравјето на луѓето, но влијанието на температурата на ризик од срцев удар сѐ уште е нејасно и не доволно истражено.

Истражувачите од Велика Британија анализирале подацоци од повеќе од 84.000 пациенти кои во период меѓу 2003–та и 2006–та година биле примени во болница поради срцев удар.

Истовремено биле анализирани и временските податоци од BADS (British Atmospheric Data Center) со посебна анализа на 15 региони во Англија и Велс. И повторно се потврдило дека со секој степен пониска температура, процентот на срцеви удари пораснувал во тек на испитувањата кои траеле 28 дена.

Најголем ризик биле првите две недели излегување по ладно време. Најранливи биле луѓето меѓу 75–та и 84–та година, и луѓето кои веќе имале срцеви проблеми. На истражувачите не им е јасно што точно стои зад оваа поврзаност, но веруваат дека бројот на срцеви удари се зголемува бидејќи студот го зголемува крвниот притисок и количината на одредени протеини кои го поттикнуваат настанувањето на крвните згрутчувања.

Меѓутоа, резултатите се најпрецизни за подрачјето на Велика Британија, па поради тоа научниците велат дека сѐ потребни истражувања и во остатокот од светот со цел да донесат дефинитивен заклучок. Во меѓувреме, на најризичната група се советува да се облекува во склад со временските прилики, да ги прилагоди и редуцира прошетките кога времето е многу ладно.

Ладното време и не соодветното облекување може да создаде и други проблеми. Така ако ве гребе грлото, главата ви е матна и се ве боли, нема сомневање дека ве фатила настинка. Возрасните во просек три пати во годината ги соборува настинката, а секоја во просек трае девет дена, пишува магазинот Health. Сепак, тоа не е причина да се предадете. Еве како ќе ја запрете настинката веднаш штом ги почувствувате нејзините симптоми.

Првиот ден: Испијте вода или сок од портокал. Внесувањето на течности секако ќе ја подобри вашата состојба, а посебно ако ви е затнат носот или ве боли грлото. **Гаргара со солена вода** исто така може да помогне. Половина лажичка сол ставете во чаша со топла вода и исплакнете го воспаленото грло. Така ќе се намали воспалението, ќе го отстраните слузот и она што ве иритира на кашлица. Истото може да го направите и со јаболков или вински оцет. Размислете за купување на лекови против болки кои ќе ви помогнат да се спречи течењето на носот, јадежот во очите и затнатите синуси. Се разбира дека не морате да купувате ако такви лекови имате во вашата домашна аптека. За да ја запрете настинката може да помогне и медот! Изедете една до две лажички од добриот стар лек – мед, или пак измешајте ги во не многу топол чај.

Ако е можно, немојте да излегувате никаде. Вашето тело подобро ќе се бори со вирусите ако сте одморни. Ако сепак морате да одите некаде, до продавница или на работа, избегнувајте ги колегите и трудете се често да ги миете рацете или користете гел за дезинфекција на база на алкохол. За да се справите со настинката пијте многу вода, сок или чај, а за ручек и вечера изедете топла пилешка супа со две лажици оцет. Пред спиење ставете ги нозете во врела вода, а потоа добро наспијте се.

Следниот ден: Ако се чувствувате сѐ уште лошо, имате температура или сте започнале да повраќате, отидете на доктор бидејќи тие симптоми укажуваат дека не е во прашање само настинка, туку можеби грип или некоја инфекција, а за тоа веројатно ќе ви требаат совети од лекар и можеби други лекови како што се например антибиотици.

В.Стојчевска

Храна за добра циркулација

Честите главоболки, вртоглавица, лоша концентрација, шум во ушите, чувство дека постојано ви студи, отоци, болки во стапалата и грчеви во нозете, само се некои од симптомите кои укажуваат на проблеми са циркулацијата. Многу луѓе патат од лоша циркулација, но за жал за тоа не се свесни или пак ги игнорираат симптомите, па затоа оваа пореметување спаѓа во групата на т.н.„тивки убијци".

– Лошата циркулација може да доведе до мозочен или срцев удар, а најчести причини се неправилна исхрана, недоволна физичка активност и пушење. Исто така и преобилната исхрана која содржи многу масти и шеќери (млеко и млечни производи, масно месо и сувомеснати производи, џигер, мозок и друго) придонесува за лоша циркулација. – објаснуваат нутриционистите

Храна која се препорачува Се препорачува медитерански начин на исхрана, бидејќи е докажан како најефикасен во борбата со кардиоваскуларните болести. Затоа, јадите свежо овошtie, разен зеленчук, посна риба и месо, намирници од цело зрно на житарки. Потоа, јаткасто овошјие и семки за ужина или за појадок бидејќи содржат есенцијални полизаситени масни киселини кои се добри за здравието на луѓето, а можат да се консумираат во сирова состојба. Мешунките, грав, леќа, боранија, грашак се многу пожелни да бидат вклучени во исхраната, но не комбинирани со месо.

Одбегнувајте Додавање на шекер, слатки, преголем внес на сол. Најдобро би било извесно време да се јаде храна без сол. Потоа, не се препорачува кафе" особено треба да се избегнува нес кафе со млеко и шлаг, како и еспресо. Најдобра опција е филтер кафе. Повремено е дозволена чаша црно вино.

Начин на приготвување Краткотрајна и брза термичка обработка на храната, барена во вода или на пареа, на скара или печена храна со малку маснотија. Храната пред готвење треба да се исчисти за подготовката да биде побрзо.

Масла Битно е да користите ладно цедено маслиново масло. Маслиновото масло содржи олеинска мононезаситена киселина која поволно делува на здравјето на крвните садови.

Совети за добра циркулација

- да се одржува нормална тежина
- секојдневно да се јаде свежо овошје и зеленчук
- мала количина посно месо и риба
- секојдневно конзумирање житарки
- користење на ладно цедено маслиново масло
- користење калиумова сол
- доста вода и билни чаеви
- секојдневно одење

Ако ги применувате овие совети поубаво ќе се чувствувате и ќе бидете поздрави. Пробајте!

М. Дамјаноска

Наместо таблета за смирување

Се чувствувате лошо? Ништо не ви оди! Стресот ве дави, не ви дава да земете воздух. Наместо да посегнете по таблети еве пет пијалаци кои можат да ви помогнат да се смирите.

1. Чаша млеко Млекото содржи триптофан, кој во процесот на варење се претвара во серотонин, чиј ефект е подигнување на расположението. Плус, млекото е богато со калциум, магнезиум и калиум кои помагаат во намалување на крвниот притисок.

2. Топло какао Топлите пијалаци ја подигаат телесната температура, што создава чувство на удобност. Чувството на удобност му пренесува на мозок дека сте опуштени и дека сѐ е во ред.

3. Чај од липа или камилица Студија извршена на University College од Лондон покажува дека пиењето црн чај четири пати дневно, шест недели го намалува присуството на хормонот кортисол кој телото го ослободува како реакција на стрес.

4 Зелен чај Зелениот чај е полн со танини, кои го поттикнуваат мозокот да создава повеќе алфа бранови кои предизвикуваат опуштање, и го намалуваат создавањето на бета бранови кои предизвикуваат тензија.

5 Чаша студена вода Испијте една чаша студена вода, а потоа излезете на кратка прошетка. Водата ќе ја поттикне циркулацијата, а свежиот воздух ќе ве опушти преку стимулирање на хипофизата и хипоталамусот да лачат поголемо количество на ендорфини, кои помагаат во опуштањето.

В.С.

Синдикатот бара повеќе услови за пензионирање

Враќање на работниот стаж до 2015 година, старосна пензија за разни дејности и предвремено пензионирање, се дел од синдикалните барања

Јасмина Јовановска

Двата синдиката, Сојузот на синдикатите и Конфедерацијата на слободни синдикати, бараат полиберални услови за пензионирање на работниците. Освен возраста од 62 години за жени и 64 за мажите, синдикатите бараат да се врати и условот, работен стаж, кој ќе важи до 2015 година и според кој, работниците ќе можат да заминат во пензија и со стаж од 35 години, за жени, и 40 за мажи. Се предлага и воведување старосна пензија по возраст или работен стаж по дејности, предвремена старосна пензија со 60 години старост и 15 години минимум работен стаж, како и доплаќање работен стаж ако недостасуваат до три години стаж и ако работниците имаат веќе наполнето 62 години за жени и 64 за мажи. Оваа иницијатива, синдикатите ќе ја достават до Министерството за труд и социјална политика и до Економско–социјалниот совет за да се отвори дебата за пофлексибилен пензиски систем.

Министерот за труд и социјална политика, Џељаљ Бајрами, кој го ислуша предлозите, вети дека ќе биде разгледана иницијатива, но ги обесхрабри синдикалците предвреме.

„Многу тешко ќе биде оваа иницијатива да ја прифати Владата ако се има предвид дека во земјите во Европа секаде се заоструваат условите за пензионирање, а како држава, на добар пат сме со сегашните услови да го одржиме пензискиот систем", изјави Бајрами. Сепак, вети дека ќе биде направена подлабока анализа за оваа иницијатива и откако ќе завршат преговорите со синдикатот за Законот за работни односи, ќе се премине на оваа иницијатива и ќе се излезе со конкретен став.

На новинарското прашање, каков е тој социјален дијалог меѓу Владата и синдикатот, кога тој излезе со став уште пред да се разгледа иницијативата, Бајрами само рече дека, сепак, ќе има анализа. Таа ќе се однесува на тоа колку работници би заминале во пензија со предложените услови. Таква анализа немаше ниту Синдикатот.

„Целта на нашата иницијатива е обезбедување поголема флексибилност во рамките на пензискиот систем. Идејата е да поттикнеме размислување за воведување нови услови", изјави претседателот на ССМ, Живко Митревски, по завршувањето на тркалезната маса на која беше промовирана иницијативата. Потребата од повеќе услови за пензионирање е неопходност, бидејќи со постоење на само еден услов не може да се апсорбираат сите специфични услови за работа во одделни дејности, како и проблемите што ги создаде транзицијата, па се јавија стечајни работници, технолошки вишок, кои не можат да се пензионираат. „Потребно е со закон да се предвидат едни услови за пензионирање на градежен работник, за текстилен работник, кои треба да се различни од оние што важат за администрација", додаде Митревски.

Гостинот од Европската федерација на синдикатите, Мартин Пулцервалт, ја советува Владата дека треба да се воведат пофлексибилни услови за пензионирање.

„Оној со факултет почнува со работа подоцна од градежниот работник и треба да има различни услови за пензионирање за различни дејности", објасни Пулцервалт. Тој додаде дека треба да се внимава со намалувањето на придонесите, зашто што солидна база на еден стабилен пензиски систем се вработувањата. „На Македонија слабост ѝ е тоа што има вработеност од 43 отсто, што е за 20 отсто помалу од европскиот просек. Затоа треба да се работи на зајакнување на основниот пензиски столб", потенцира гостинот.

Утрински весник

Европа бара нови станови за пензионери

Александар Димковски

Идејата е да не се изолираат пензионерите во посебни гета како старечки домови, туку да живеат во колективните центри за домување, каде што ќе имаат можност за поголема социјализација

Освен за млади брачни двојки, деца без родители, социјални случаи, Македонија во иднина ќе треба да гради станови и за пензионери. Ова се препораки на Европската комисија за стари лица, која функционира во рамките на ЕУ. На неодамнешната средба на ниво на експерти во Трст била усвоена платформа со која се предлага да се градат нови станови за стари лица. Андреј Јус, директор на институтот "Хеврека" од Љубљана, тврди дека ваквата мерка многу се практикува во земјите од Европската Унија и во Словенија.

– Идејата е да не се изолираат пензионерите во посебни гета како старечки домови, туку да живеат во колективните центри за домување, каде што ќе имаат можност за поголема социјализација. Досегашните искуства покажаа многу добри резултати во однос на ова – вели Јус.

Како пример се посочува Трст, каде што од 260.000 жители, речиси 70 проценти се пензионери, кои живеат заедно со преостанатите граѓани. Од Сојузот на здруженија на пензионери на Македонија (СЗПМ) се надеваат дека за имплементација на европските препораки нема да се чека предолго.

– Наша заложба е изградбата на овие станови да биде во првите години од спроведувањето на националната стратегија за стари лица, со важност 2010– 2020 година. Треба да да се изградат 1.000 станбени единици во колективните објекти за домување. Дури и во постојните пензионерски домови се бара воведување на нови содржини, токму заради поголема социјализација – вели Драги Аргировски, секретар на СЗПМ. Според него, потребно е и зголемување на пензиите сразмерно со порастот на трошоците и движењето на платите.

– Секој соодност пензија–плата што е помал од 60 проценти води кон сиромаштија. Кај нас тој изнесува 49,5 проценти – вели Аргировски.

Во Министерството за труд и социјална политика нагласуваат дека во стратегијата за стари лица е предвидена изградба само на пензионерски домови и центри за стари лица. За ова се определени и локации во повеќе градови, како Кочани, Штип, Охрид, Скопје. И во Јавното претпријатие за стопанисување со станбен и деловен простор, како најголем градител на станови во земјата, велат дека досега не се размислувало за посебни станови за пензионери и стари лица.

– Ние работиме по програма што ја носи Владата. Претходно ваквиот вид станови се викаа социјални станови, што подоцна се промени во станови за лица од социјален ризик и други ранливи групи. Тука влегуваат деца без родители, лица со хендикеп, самохрани родители... Во тие ранливи групи може да бидат сместени и старите лица и пензионерите – вели Зоран Мисовски од ЈПССДП.

За оваа година Јавното станбено претпријатие планира изградба на седум објекти со вкупно 400 станови. Мисовски информира дека во меѓувреме течат предвидените активности околу станбената изградба, која е во завршна фаза во Кичево, Охрид, Кавадарци, Крива Паланка, Битола.

„Нова Македонија"

Од пензии живуркаат и младите

Жанета Здравковска

Бог да ги поживее пензионерите, велат помладите и дел од средовечните битолчани кои поради невработеноста и малите плати се уште преживуваат од помошта на своите постари во фамилиите. Пензионерите, наместо покомотно да ги минуваат старечките денови, се почесто штедат на лекови и на здравствени услуги за да ги издржуваат семејствата на синовите или на керќите, да им ги плаќаат сметките, да ги полнат фрижидерите...

Битолски пензионери признаваат дека од свои пари ги облекуваат децата, кои наполниле и по 40 години, им ги плаќаат сметките во маалските колонијали, им даваат по некој денар за кафе со пријателите, им тураат гориво во возилата, а некои им ги плаќале и сообраќајните прекршоци на синовите. Наместо младите, старите станаа економски столб на семејствата. Поради ова, неколку генерации живеат заедно под еден покрив, на никого да не му е комотно, а понекогаш настануваат и кавги за пари. Во Битола има невработени колку што има и пензионери, околу 17.000.

– Пензионерите економски ја одржуваат Битола. Јас сум пензиониран правник, а сопругата е пред пензионирање во здравството. Синот не работи, а има семејство со мало дете. Секоја недела со наши пари ги полниме корпите во маркетите, од тоалетна хартија до месо. Синот е дипломиран и невработен. Не ни е мака што го храниме семејството, туку тоа што момчето се изеде однатре што се уште мора да чека леб од нас. Прашува levo–десно за работа, во партија не оди, надарен е за спорт, а не за политика, па работа нема– вели Душко Јовановски од Битола. Повеќето пензионери велат дека неможат да тргнат настрана некој денар ни за црни денови, зашто плаќаат рати од кредитите што ги подигнале синовите и ќерките.

– Немам пари заби да си ставам зашто месечно најголемиот дел од пензијата го давам за исплата на рата од кредит на мојата ќерка. Таа е самохрана мајка со помала плата и за да го школува своето дете, подигна кредит, а платата и е мала. Сега крпиме со сопругата и живееме со нејзината пензија од 5.000 денари. Таа боледува од гушавост, навечер одвај дише, но што да правиме, поради финансиска немоќ ја одлагаме операцијата за понатаму – вели Драгољуб Милошевски, пензиониран градежник од Битола.

Слична приказна раскажува еден друг 60–годишен битолчанец, кој не сака да го открие својот идентитет. Вели дека работи во добростоечка државна фирма со месечни примања над 30.000 денари. Ја дели куќата со два сина, од кои едниот има сопруга и мали деца, па тесно е во четири соби. Пред неколу години подигнал кредит за еден од синовите да купи земја и да изгради куќа.

– Со години плаќам месечна рата по 15.000 денари кредит за пари кои ги подигнав за син ми. Го купија земјиштето и ги ставија темелите од куќата. Сега бараме жиранти за мојата сопруга, која е штотуку пензионирана, да му подигне друг кредит за доградбата. Мислевме на старост полесно ќе живееме, а не дека ќе крпиме – вели битолчанецот.

Ваквите состојби не се чудни кога се знае дека над 17.000 битолчани или 20 процента од граѓаните се без работа. Со оваа градот е меѓу првите од внатрешноста на државата по број на невработени. Дури половина од невработените се во најработоспособната возраст, од 20 до 40 години. Во градот со години речиси и да нема инвестиции, а економски го крепат РЕК, болницата, млекарницата и фабриката за тутун, каде што, според груба процена, работат над 4.000 битолчани.

„Дневник"

Начинот на живот и навиките го одредуваат животниот век

– Брзото пропаѓање и стареење всушност е резултат на негативните перцепции за годините во кои се наоѓаат луѓето. Зачудувачки големо е влијанието на размислувањето врз нашето здравје, а добро здравје значи и подолг живот. Така на пример модерната фризура и бојадисувањето на косата на жените (а во последно време се повеќе и на мажите!?) не само што им помага да се чувствуваат помлади, туку им го намалува и крвниот притисок – велат истражувачите од Хардвард. Со ваквото однесување не се подобрува само притисокот, туку се подобруваат и артритисот и видот, а во одреден степен може да се забави или да се спречи и развитокот на срцевите заболувања, па дури и ракот!

Според нив, едноставно размислувањето дека не сме стари не прави и да изгледаме помлади. Ако на тоа се нададе облека која не е „бабинска" или „дедовска" ефектот е уште поголем. Помислете само на жена облечена во темни бои, во старомодна облека, без фризура и без заби, визави бабичка во розов фустан со уредна коса и одлична забна протеза, насмеана и духовита. Ова важи и за машкиот пол. Уреден и стегнат старец кој достоинствено и елегантно ги носи своите години, насмеан и весел е десет години помлад од намќорест дедо на кој се му пречи и кој размислува само за староста, за болестите и за негативните работи. Исто така, многу помага и дружењето со помлади луѓе во сите сфери на животот – велат истражувачите.

Значи, клучот на младешки изглед и добро здравје не е во скапи кремови и скапи третмани, туку во младешкото однесување, размислување и облекување, тврдат истражувачите од Хардвард.

Што се однесува пак до навиките еве едно интересно истражување извршено врз стари луѓе во Америка:

Иако очекуваната должина на животниот век расте во поголемиот дел од светот, (во развиените земји се продолжила за 30 години), лекарите воочуваат еден поинаков тренд кој ги вознемирува: имено некои луѓе се определуваат за начин на живот кој придонесува кон порана смрт!

Лекарите забележуваат дека луѓето усвојуваат лоши навики кои можат да го скратат животниот век како што се: претерано консумирање храна или консумирање нездрава храна, пушење и премалку вежбање. Тие навики го зголемуваат ризикот од појава на рак, дијабетес, срцеви заболувања и на мозочен удар, што како последица на тоа тие луѓе покусо живеат.

Истражувачите од Универзитетот Харвард и од Универзитетот на државата Вашингтон, сакале да откријат колку години се губат со таквиот избор на начин на живеење, со напомена дека просечниот животен век на Американците е 78 години.

Еден од авторите на истражувањето д–р Данеи вели дека истражувачите установиле дека „високиот крвен притисок, пушењето, дебелината и високото ниво шеќер во крвта одземаат пет години живот кај мажите и околу четири години кај жените, на национално ниво". Истражувачите ги споредиле податоците во однос на расата, на приходите и на местото на живеење, и установиле уште поголеми разлики: белците од средната класа имаат најдобар крвен притисок, но Американците од азиско потекло имаат помалку лоши навики и се со најдобро здравје.

– Не боледуваат од срцеви заболувања бидејќи имаат низок крвен притисок, не добиваат рак затоа што имаат многу низок фактор на ризик за рак заради исхраната (доста риба, ориз и зеленчук) вклучувајќи го и непушењето, – објаснува Данеи.

Афроамериканските жени се уште една група со покус животен век – висок процент од нив се со прекумерна тежина, а луѓето кои се борат со вишокот килограми имаат повисоко ниво на инвалидитет, дијабетес и срцеви заболувања, нарушувања кои ги прават почесто болни додека се млади, и зависни од лекови на подолг период дури и кога ќе остарат.

Значи внимавајте на ризичните фактори кои важат секаде, размислувајте позитивно и однесувајте се и облекувајте се младешки. Сепак во ова последното внимателно, да не забегате!

Т. Гавровска

Годините се само бројка

Најновите истражувања на Институтот за социјални истражувања при Универзитетот во Мичиген, покажале дека старите луѓе се чувствуваат околу 13 години помлади и мислат дека изгледаат како да имаат барем 10 години помалку!

Во групата од 516 мажи и жени врз која е направено истражувањето биле луѓе постари од 70 години. Анализирајќи ги резултатите научниците дошле до заклучок дека тоа до некаде се должи и на подобро здравје, како и на продолжувањето на животниот век. Истражувањата направени во Берлин и во САД дале слични резултати. Интересно е тоа што некои дури се чувствуваат и помладо и повитално од добиените просечни бројки. Ова се објаснува со фактот дека оние кои ги поминале осумдесетите се релативно здрави луѓе. Оние пак со полошо здравје чувствувале помала разлика меѓу вистинските и илузорните години, што е и нормално!

Испитаниците се оценувале самите себе гледајќи го својот лик во огледало. Зададената задача била да се оценат со бројка од 0 до 120. На почетокот велеле дека изгледаат 10 години помлади, а кон крајот на истражувањето само 71 Жените биле пореални и при оценувањето си давале 4 години помалку одколку мажите. Ова е веројатно затоашто жените и онака имаат пореален однос кон животот. На крај од истражувањето се покажало дека мажите генерално се позадоволни од својот изглед во текот на процесот на стареење, отколку што се жените. Можеби затоа припадничките на понежниот пол повеќе се дотеруваат

М.С.

ЕКСКЛУЗИВНО !!!

ДАЛАС УНИОН ТОУРС
НУДИ
до 15% ПОПУСТ !!!

ПОЧИТУВАНИ ПЕНЗИОНЕРИ

Сега имате **единствена шанса да заштедите до 15%** од вкупната цена на аранжманот од дестинациите кои ги нуди нашата агенција. За плаќање со **ПЕНЗОНЕР+ Maestro ®** над 6.000 мкд - на 12 рати без камата. Повелете и искористетеа оваа неодолива понуда. Далас Унион Тоурс мисли и на Вас.

TRAVEL AGENCY
DALAS UNION
www.dalasunion.com.mk

02/3222-981
02/3238-530
071/236-241

МИГУН МАСАЖАТА
е специфична масажа со полудраги ЖАД - камења,

Тоа е идеален спој на традиционалната источна медицина и западната модерна технологија.

Дејствува во исто време како пет познати лекувачки методи:

- АКУПУНКТУРА
- АКУПРЕСУРА
- КИРОПРАКТИКА
- МОКСИБУСТИЦИЈА
- КЛАСИЧНА МАСАЖА

ЗА ПЕНЗИОНЕРИ 50% попуст

На тој начин сето тоа дејствува пријатно врз организмот и особено помага за: *болести на 'рбетниот столб, при вклештени нервни завршетоци, алергии, дијабетис, главоболки, стрес, умор. Го регулира: метаболизмот, крвниот притисок и холестеролот. Го засилува имунитетот прави општа детоксикација и лимфна дренажа.*

MIGUN

Бул. Партизански одреди бр.34А Скопје,
Тел : 078335800 / 025298243
e-mail: migunmacedonia@yahoo.com
www.migun.mk

АФОРИЗМИ ЗА ЖЕНАТА

- Куќа без жена е како воденица без вода.
- Зад секој успешен маж, стои жена.
- Умот на жената е најчесто во нејзината убавина, а убавината на мажот во неговиот ум.
- Шармот на жената е составен од илузии.
- Дали е жената слаба? Не! Да те однесат до гробот треба шест мажи, а тоа лесно го прави и само една жена.
- За да ја запознаеш една жена треба време.
- Мажот не може да ја сака жената што не ја почитува.
- На цена се мажи кои имаат иднина и жени кои имаат минато.
- Мажите сакаат на жената да и бидат прва љубов, а жените сакат мажите да им бидат последна љубов.
- Кога очите на жената се заматени од солзи, мажот е тој што не гледа добро.
- Сакана жена е вечно млада.
- Не е добро ако жената е млада, а не е убава, ниту е добро ако е убава, ама не е млада.
- Најголемата моќ на водата е во солзите на жената.
- Успежен маж е оној кој си има жена, пород, засадил барем едно дрво и напишал книга или направил добро хумано дело.
- Човекот можат да го сменат само две работи: пати и жена.
- Најдобра е онаа жена која слушајќи умее да владее.
- Паметната жена постапува со мажот како ковачот со железото: прво го загрева, па потоа го обликува по свој вкус и желба.
- Секоја жена е актерка, што помалку се забележува тоа е и подобра.
- До осумнаесеттата на жената и се потребни добри родители, до четириесеттата добар изглед, до педесетата добра кариера и капитал, а после шеесетата добро здравје и почитување.
- Годините не се важни: жената е прекрасна во дваесеттата, шармантна во четириесеттата и неодолива во останатиот дел од животот.
- На државата не и должи, не се дружи со лоши луѓе и не и ги кажувај своите тајни на жената.
- Жената простува, но не заборава, мажот заборава и кога не простил.
- Жената за мажот прво е познаничка, потоа љубовница и на крај добра пријателка.
- На неженетиот секаде му е лошо, на женетиот само дома.
- Добрата жена е најголемо богатство на мажот, зошто мажот да носи со вреќи, а жената да изнесува со игла ќе бидат вечно сиромаси.
- Мажите се делат на добри и лоши. Добри се оние кои нивните жени ги трпат, останатите се лоши.

КРСТОЗБОР

					СКАНДИ	НАШ МУЗИЧАР НА ФОТОСОТ	ХЕМИСКИ ЕЛЕМЕНТ	СКАНДИ	АМПЕР	РЕКА ВО ШВАЈЦАРИЈА	АНИ ЖИРАРДО	ЈОД	СКАНДИ	АМЕРИКАНСКИ УНИВЕРЗИТЕ	АЛУМИНИУМ НИТРИД
					АФИРМАЦИЈА			ТУР. ИСТ. НЕВИЗАДЕ / ВИД ПЕРУАНСКА ЛАМА					АВТОЗНАК ЗА ЈАМАЈКА / ГУСТА ПЛУКАНКА		
					АМЕР. КОМ. ЗА ГРАМОФОНСКИ ПЛОЧИ				ЖИВОТНО СО БОЦКИ / ЧОВЕК СО СЛАБА МУСКУЛАТ.			ШВАЈ. АРТ. МАРИЈА / МЕЃУНАР. ВОЗДУХОП. СОЈУЗ			
					ЗБИРКА ГЕОГРАФСКИ КАРТИ						АМЕР. АРТИСТ ЕРОЛ / СЛАДОК				
					ГРАДЕЖЕН МАТЕРИЈАЛ					БОГ НА ПЛОДНОСТА КАЈ ФЕНИЌ. / ИЗВИК					КОСТРЕШЕЊЕ
					ШАХИСТОТ КАРПОВ									ЕТАЛОН / АЛБЕРТ АЈНШТАЈН	
					АНТИЧКИ ГРАД ВО МАЛА АЗИЈА							СОПРУГ / АНИ ЖИРАРДО			
СКАНДИ	ПАЃАЊЕ	„ОПУС ЦИТАТУМ“	КОШАРКАР ОД НБА	СКАНДИ	ПОРАНЕШЕН АВТОМОБИЛИСТ МАЈК / БОР					ГИЈОМ АПОЛИНЕР / НАПЛАТ. НА ПАЗАРИШНА ТАКСА			АМАДЕО АВОГАДРО / АНИТА ЕКБЕРГ		
СВЕШТЕНИК				ЕЗЕРО ВО КИНА / ЖЕНСКО ИМЕ				„ИБИДЕМ“ / АВТОЗНАК ЗА САРАЕВО			ЖАК АРТИН / ЈУЖНОАФРИ-КАНСКА РЕПУБЛИКА			ВОЛТ / Г.А.	
НАШ НАРОДЕН ХЕРОЈ МИРЧЕ					У. / ЖИТЕЛ НА СЛОВАЧКА		ВЕШТАЧКА КОЖА / АВТОЗНАК ЗА ОГУЛИН					ТУРПИЈА / ВИД ЛИСТОПАДНО ДРВО			
ДЕНАР		НАШ БОРЕЦ КИРО / АРТИСКАТА АУЛИН							ПОЛУСКАПОЦЕН КАМЕН / ЦИНК				ПРВАТА И 18-БУКВА / ФРАН. РЕЖИСЕР РОЖЕ		
СТРУЧЊАК ЗА ЕКОЛОГИЈА / ВИД МАЈМУН								КРЕПОК / ЖЕНСКО ИМЕ (КИТАНА)						ЕНЕРГИЈА / ВОДОЗЕМНО ЖИВОТНО	
РУСКИ АТЛЕТИЧАР НИКОЛАЈ							БОЈА ЗА КОСА / ГРАД ВО ФРАНЦИЈА				ЕЗЕРО ВО ФРАНЦИЈА / ЖАК АРТИН				ВЛАДАР ВО БАНОВИНА
МАКЕДОНСКИ ФУДБАЛЕР ЧЕДО									ВИД ЖИТНО РАСТЕНИЕ / ОРЕГОН			ВИД ЛИСТ. ДРВО / ИНИЦ. НА АРТИСКАТА ИВКОВСКА			
ПРВАТА БУКВА ОД АЗБУКАТА		ОТСЕЧНО (МУЗ.) / Ж.								ЛИЧ. ОД АСИРСКИТЕ ПРИКАЗНИ / ИСКРА					
ИНИЦ. НА АРТИСТОТ ЖЕЖОВСКИ			ЈАПОНСКИ ПИСАТЕЛ УЕДА								ИНТЕРНАЦИОНАЛНА МАНЕКЕНКА				

Хумор

Се враќа Трпе дома од службен пат и ја затекнува Трпана со маж во креветот:

– Трпано мори, што прави човеков во мојот кревет?!

– Чуда, мажу. Чуда прави!

* * *

Се возат Рамче и Неџмие во кола кога Неџмие забележува нешто на патот.

– Брзо Рамче, земи ја микробрановава!

Излегува Рамче, ја грабнува печката, ја става во кола и тргнува. Две минути потоа полицаец ги брка, ги застанува и им вели:

– Добро бе, биваше ли радарот да ми го соберете

* * *

Гледам си се разврeднил комшија, си решил да чистиш.

– Не, не, се селам.

* * *

Млад човек е примен на работа во голем супермаркет и првиот ден го пречекува менаџерот, го поздравува срдечно и му вели:

– Твојата прва задача денес ќе биде да го избришеш подот.

– Ама јас сум факултетски образован.

– Оф леле, извини. Дај ми ја метлата, јас ќе ти покажам како се прави тоа.

* * *

Постар човек вози по автопат, кога заѕвонува неговиот мобилен телефон. Се јавува жена му и целата вознемирена му вели:

– Штотуку слушнав на вести дека некоја кола вози во спротивен правец на автопатот. Те молам внимавај!

– Една кола??? По ѓаволите, ги има стотици!

* * *

Доаѓа првоодделенецот Кире од училиште. Дедо му го прашува:

– Како беше на училиште?

– Добро.

– А учителката каква ти е?

– Глупава. Ништо не знае, се не прашува нас!

Бабата што мами

Поминува баба Цанка покрај кокошарникот кротко, кротко, моли мило, мило, чиниш од устата и извира мед.

– Дојди пиленце, дојди мило, најубаво на светот. Погледни колку просо ти носам. Исколвај си го само ти да ти се наслади душичката и убаво да пееш

Ова го слушал стариот Петел, дедо му на пилето и му рекол:

– Мило на дедо, не ја слушај бабата, бегај подалеку од неа, зошто ми те лаже!

– Од каде знаеш дедо дека бабата лаже?

– По медот во зборовите. Во таков мед неодамна се удави и таткоти Пејко и заврши во тенџерето.

Куманово

Забавно спортска вечер

Во Куманово се одржа Новогодишна забавно–спортска вечер на која присуствуваа претставници на СЗПМ, пензионери од збратимените здружение Гази Баба од Скопје, од Крива Паланка, Кратово, Пробиштип, Свети Николе и градоначалникот на општина Куманово **Зоран Дамјановски** кој ја пофали сестраната активност на здружението и добрата соработка со локалната самоуправа.

Секретарот на Сојузот на Здруженијата на пензионерите на Македонија **Драги Аргировски** во обраќањето го потврди високиот рејтинг што го има Кумановското здружение во Македонија. За пример го изнесе податокот за извонредниот настап на фолклористите и пеачите на десетиот Европски фестивал на Трето животно доба во Љубљана. На овој фестивал кумановските пензионери се претставија во светло издание, со што ја оправдаа довербата да бидат претставници на пензионерите на Македонија. Аргировски со пофални зборови се искажа и за спортистите, кои континуирано се наоѓаат на челно место во Македонија.

Со пригодни збори за постигањата на кумановските пензионери–спортисти се обрати **Љубица Кузмановска,** претседател на Комисијата за спорт и потпретседател на здружението на пензионерите. По кусиот осврт, што го направи за постигањата во 2010 година беа прогласении најуспешните спортисти во годината што измина. **Славица Ламбаша**, освојувач на сребрена медал во двобој беше прогласена за спортист на годината на здружението. Признанието за спортист на годината од Општински сојуз на спортови на Куманово го доби **Бранко Почуча**. Осум години по ред тој е неприкосновен во фрлање на ѓуле на сите натпревари на кои учествуваше.

На носителите на медали: Панче Левков, Томислав Паневски, Александар Ефремовски и Елена Апостоловска им беа врачени дипломи. Признанијата им ги врачи претседателот на Комисијата за спорт **Здравко Петковски**. За најдобар ментор на натпреварувачите во атлетските дисциплини беше прогласен Милорад Ивановски. За успешно спроведување на спортските натпревари признанија им беа доделени на Новко Петрушевски, Ѓорѓи Димитровски, Милисав Серафимовски, Русомир Јаневски и на Љубица Кузмановска.

На претседателот на Здружението **Трајча Јанковски**, во оваа свечена прилика, му беше доделена посебна благодарница во знак на признание за долгогодишниот придонес во развојот на спортскиот живот на пензионерите.

С. Николовски

17 Март – Ден на крводарителството на Црвениот крст

По 165-ти пат спасува нечиј живот

Шеесетичетири годишниот **Димитар Велков-Марјана**, пензионер од Кочани е веројатно единствен во Македонија кој има дарувано 165 пати крв, што според евиденцијата на Републичкиот завод за трансфузиологија од Скопје, преставува апсолутен рекордер на овие простори. Марјаната дарител станал на 17 години, во далечната 1963 година, кога Скопје беше погодено од катастрофалниот земјотрес, а се зарекол дека крв ќе дарува како дете во Болницата во Штип кога бил на операција од слепо црево.

– Беше 1960 година кога во бесвесна состојба бев донесен во Медицинскиот центар во Штип. Тогаш ми беше потребна крв, која ја дадоа мои роднини и пријатели. Се работеше за прснато слепо црево, па, си реков тогаш кога тие ми го спасија животот зошто јас да не им ги спасувам животите на тие што им е потребна мојата крв.

Дали се сеќавате на некој посебен момент од долгогодишното дарување?

– Има многу, но сепак би го издвоил оној во Штип, кога на натпреварот Брегалница – Осогово се одлучуваше дали ние или Штипјани ќе влезат во МФЛ, но на полувремето на разглас јавија кој има крвна група АБ – позитив да се јави под хитно во медицинскиот центар. Веднаш отидов, за мене не беше важен резултатот, туку фактот дека можам да му го спасам животот на оној за кого беше наменета мојата крв. Бев пресреќен кога разбрав дека човекот останал жив.

За својата хуманост Димитар Велков ги има добиено сите признанија од Општината.

На крајот од разговорот Велков ни рече дека и после четириесетиседумгодишниот крводарителски стаж нема да се повлече. Крв ќе дарува се додека е витален и здрав, а редовно ќе зема учество и во спортските натпревари на ЗП на Кочани во дисциплина теглење јаже.

После толку многу пати дарувана крв, за овој хуман човек награда ќе преставува и испраќање на бесплатно бањско лекување во една од многубројните лековити бањи во Македонија, но некој мора и треба да се сети ?!

С. Арсов

Шах и дружење

Сонце кога грее, кога е облачно и кога дождец роси пензионер под мишка шаховска гарнитура носи.

Во градскиот парк на дрвена клупа седи и на шаховската табла црно–бели фигури реди.

Стрпливо очекува познатиот противник да дојде и со шаховските фигури во жесток напад пак да појде.

Играта отпочнува се одвива комбинирано и полека времето си минува крајот на завршницата е дочекан.

Околу играчите многубројни присутни посматрачи од иста фела, со коментари и дискусии атмосферата е пријатна и весела.

Времето минува на нашиот пензионер, почнува да дреме затоа на противникот му предлага мирољубиво реми.

Играта и дружењето е завршено, подготвен е да си оди дома, остатокот на денот да го заврши со гледање на ТВ програма.

Утре е нов ден ќе продолжи шаховската игра и пријатно дружење.

Шахот за пензионерот претставува активно физичко и ментално движење.

Ѓоко Денковски
пензионер од „Центар" - Скопје

Изложба на ракотворби од пензионерите од Аеродром

Пензионерите од Аеродром, „Кисела Вода" – Скопје имаат повеќе програмски активности. Една од областите на овие активности ја опфаќа културата и забавата. На овој начин тие продолжуваат со „активно стареење" и социјална вклученост и после пензионирањето. Воспоставен е нов проект, кој го покренаа **Илија Глигоров**, претседател на огранокот и **Слободанка Николовска** која е раководител на Секцијата на љубителите на уметноста со креативно изразување и ракотворење. Новата секција ќе функционира во рамките на Активот на жените пензионерки, а област на интерес се: аранжирање, украси, плетење, везење, ткаење, шиење, таписерии, гоблени, накит, бижутерија, цртање (графит, туш, креда, пастел), сликање (акварел, темпера, монотипија), декоративно сликарство (линорез, дрворез, пафти), керамика, предмети од ткаенини и конци, семиња и слично. Неодамна оваа секција организираше изложба на ракотворби од пензионерите. Одзивот на изложбата очекувано беше многуброен. На оваа изложба најбројни беа везените и плетените украсни предмети. Голем впечаток оставија предметите изработени со посебна техника за употреба на монистра, а впечатливи беа и народните носии сочувани многу години. Ја запрашавме **Виолета Кусева**, една од излагачите со најголем број експонати, за впечатоците од организацијата на изложбата. „Многу ме израдува можноста да изложам дел од мојата многугодишна напорна работа. Изложбата немаше продажен карактер, ама мене тоа и не ми беше важно, битно е дека се дружевме и ја изложувавме уметноста на нашите ракотворби"

И.Г.

Вљубеник во орото

Средбата со Јован Тушевски не беше вообичаена и строго планирана. Речиси секојдневно се среќававме и разговаравме.Тој е пензионер, поранешен професионален играорец–пејач, долгогодишен член на Ансамблот за народни песни и ора „Танец" ,каде го поминал целиот свој работен век. Обичен човек, кој неможе да се издвои од другите луѓе, но полн со елан и желба секогаш да заигра и запее. И тука ќе сватите дека неговиот животен пат е поинаков од другите. Еднакво задоволен кога го игра „Тешкото", а кога ќе дојде на ред „Драчевка" спремен е и за „Осоговка". Орото вели, го восхитува, буди во него страст и му помага да ги покаже своите емоции. Кога имате таков соговорник, кој има со што да се пофали, кој животот го научил да се справува со многу предизвици и успешно да ги совладува проблемите, тогаш нема пречка како ќе се одвива разговорот, посебно кога ќе му се спомне орото, песната, музиката.

– На почетокот немав ниту кондиција, ниту пак играчка логика, но бев полн со мерак и желба, а орото покренуваше се во мене, – објаснува професионалниот играорец– пензионер Тушевски, присетувајќи се за најсветлите моменти и најголемите животни радости низ кои поминувал во кариерата, а за кои неодминливо сака да си припомне. Но нема да биде чудо ако преку ден или доцна попладне го сретнете како шета во своето маало, тивко потпевнувајќи некоја изворна народна песна, свакајќи го тоа шетање како дел од животот за одржување на кондиција и препорака кон пензионерите за здрав и долг живот.

Разговорот со Јован не може да помине ако со неизмерна љубов не зборува за своето родно место, најубавото на светот– како што вели, селото Русиново, во близина на Берово. Но желбата, мераклот, професијата го отргнале од него.

– По завршување на средното образование, ми се оствари мојата долгогодишна желба, мојот сон стана вистина. По една аудиција бев примен во Ансамблот за народни песни и ора „Танец" и така желбата ми стана професија. Целиот мој триесетгодишен работен век го поминав со орото и песната. Постепено се надоградував, навлегував во суштината на орото и секогаш откривав нешто ново и ново. Дури и денес, после дваниесет години откако заминав во пензија, ги проучувам ората и откривам нови содржини и нови предизвици. Сега сум слободен, пензионерски можам да го остварам она што го сакам, проучувањето на орото.

На крајот да му посакаме убави пензионерски денови.

В. Пачемски

Во Велес

„Блакцата на баба“ традиција која продолжува

На 12 февруари на Мотелот на велешко крај Велес по 16 пат се одржа културно–хуманитарната манифестација „Блакцата на баба". На самата манифестација земаа учество 17 активи на жени пензионерки од целата наша Република. Со видно задоволство жените пензионерки презентираа старински блага од своите краишта, оставени како аманет од постарите генерации. Така можеше да се видат, а и пробаат топените и суви блакца кои се подготвуваат во нашето секојдневие.

За значењето на оваа традиција говореше **Љубомир Ѓорѓиев**, секретар на Здружението и **Неделка Ѓорѓиева**, претседателка на Активот на жени – пензионерки.

На свеченоста присутвуваше и претседтелот на Сојузот на пензионерите на Македонија Душко Шурбановски кој топло ја поздрави оваа манифестација и градоначалникот на општина Велес, **Горан Петров**, кој од името на општината издвои 10.000 денари за помош на четири месечниот Кристијан Нешов од Велес, за кого беа наменети и собраните средства од самата манифестација.

„Од името на Кристијан и неговото семејство беше прочитана и јавна благодарност со која беше порачано до самите пензионери: добрината да биде вратена со добрина, да имаат добро здравје и исполнет пензинерски живот.

Б. Ќулафкова

Посета на геријатриското одделение

По повод новогодишните празници, Активот на жени пензионерки при Здружението на пензионерите од општините Охрид и Дебрца, го посети Геронтолошкото оделение при Општата болница Охрид. При посетата, пензионерките на пациентите, им врачија скромни подароци и домашни специјалитети.

Од името на персоналот и пациентите, се заблагодари началникот на Интерното одделение при Општата болница Охрид доктор Сашо Василески, кој рече дека пациентите се сместени во добри простории услови, дека персоналот дава максимум од себе за што подобар престој и нега на штитениците во Геријатриското одделение.

К.С.

Вистина

Вистина,
барам вистина.
Само лаги и измами
постојано слушам.
Продолжете
јас се навикнав
посакувам внимание
не ме забележувате.
Ако продолжете
малку љубов
од вас барам.
Усните ваши
сакам бакнеж
да ми дарат
Гледам иронична
насмевка
Ако продолжете
Јас ве сакам
во моето срце
љубов за вас
вечно ќе постои.

Менча Делова
пензионерка од
Кавадарци