„АЛО - ПЕНЗИОНЕРСКИ ПРАШАЊА“
СЕКОЈ ВТОРНИК И ЧЕТВРТОК ОД 10 ДО 12 ЧАСОТ
02/3213 227

ЕМИСИЈАТА „ТРЕТА ДОБА“ СЕ ЕМИТУВА СЕКОЈА САБОТА ВО 14.15 ЧАСОТ НА МТВ 1 ПО ЕМИТУВАЊЕ НА ВЕСТИТЕ. ЕКИПАТА МЕСЕЧНО ПОДГОТВУВА 2 ПРЕМИЕРНИ ИЗДАНИЈА, А ПО ЕМИТУВАЊЕТО НА ПРЕМИЕРАТА, СЛЕДНАТА САБОТА ВО ИСТИОТ ТЕРМИН СЕ ЕМИТУВА РЕПРИЗНОТО ИЗДАНИЕ ЕМИСИИТЕ ДОПОЛНИТЕЛНО СЕ РЕПРИЗИРААТ ВО ДРУГИ ТЕРМИНИ, НА МТВ 1 И НА САТЕЛИТСКАТА ПРОГРАМА ТЕРМИНОТ НА ЕМИТУВАЊЕ НА ЕМИСИЈАТА „ТРЕТА ДОБА“ СЕ МЕНУВА И НЕ Е ПОСТОЈАН ОД ПРОГРАМСКИ ПРИЧИНИ НА МТВ

СЗПМ БЕСПЛАТЕН ВЕСНИК ЗА СЕГАШНИ И ЗА ИДНИ ПЕНЗИОНЕРИ

ПЕНЗИОНЕР плус

27 март 2026 година
број 209

Година XIX Излегува еднаш месечно
www.szpm.org.mk e-mail: vesnik@szpm.org.mk СЗПМ тел. 02 3223 710

80 години

пензионерско организирање

Пониски цени за над 300 лекови, ќе почнат да се применуваат од 1 мај

Според годишното усогласување на максималните цени на лековите за 2026 година, согласно со важечката методологија за формирање на цените, истите ќе бидат намалени. Ова посебно е интересно за пензионерите кои се најголемите потрошувачи на лекови.

➡ стр. 13

Пролет, зелници и гурмани

Оваа манифестација во Пробиштип прерасна во препознатлив гастрономски белег и има за цел да ја зачува автентичната рецептура на зелникот

➡ стр. 16

Одбележан 8 Март - Меѓународниот ден на жената

➡ стр. 11

Сите предлог-документи и одлуки беа едногласно донесени

Претседателката Трајкова имаше концизно кратко излагање по Предог-извештајот за работата на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија за 2025 година и во своето излагање посебно нагласи две работи

➡ стр. 3

Обединетите нации тврдат дека ниту во една земја во светот не е постигната целосна правна еднаквост меѓу жените и мажите

Доказ за напредување на правата на жените кај нас е што првпат Претседател на нашата држава е жена. За тоа придонесе и континуираната и упорна борба и на одредени невладини организации

➡ стр. 7

На Републичката ревија на песни, музика и игри 2026 домаќин ќе биде ЗП Тетово

➡ стр. 9

Донесен нов Правилник за остварување на правото на надоместок за помош и нега од друго лице

Министерот за социјална политика, демографија и млади Фатмир Лимани донесе нов Правилник за остварување на правото на надоместок за помош и нега од друго лице, со кој се прави значаен чекор кон поедноставување и забрзување на постапките за граѓаните

➡ стр. 13

ВО ОВОЈ БРОЈ...

АКТИВНОСТИ НА СЗПМ стр. 2
АКТУЕЛНО стр. 3
АКТИВНОСТИ НА ЗП стр. 4 и 5

ИНТЕРВЈУА СО ПРЕТСЕДАТЕЛКИТЕ НА ЗП БИТОЛА И ЗП КОЧАНИ стр. 7
КУЛТУРА стр. 8
ТЕЛЕФОНСКА ЛИНИЈА ЗА ПЕНЗИОНЕРИТЕ стр. 9

ЛИЧНА КАРТА НА ЗП НОВО СЕЛО стр. 10
ИЗБОР НА АЛБАНСКИ стр. 12
СОВЕТИ ЗА ЗДРАВЈЕ стр. 13
МОЗАИК стр. 14
ЗАБАВА стр. 15
ВИДИЦИ стр. 16

ЌЕ ИЗЛЕЗАТ

16 април 2026 - Прилог за пензионери во „Коха“

24 април 2026 „Пензионер плус“

ПЕНЗИОНЕР плус

СЗПМ
СОЈУЗ НА ЗДРУЖЕНИЈА НА ПЕНЗИОНЕРИ НА МАКЕДОНИЈА
UNION OF PENSIONERS' ASSOCIATIONS OF MACEDONIA

Адреса: Бул.“Кочо Рацин“ бр. 14 – 1000 Скопје –Р. Македонија
Office: Bul. “KocoRacin“ No. 14 – 1000 Skopje – Republic of Macedonia
ЕДБ: 4030982263086,Трансакциска с/ка:300000000953643 Комерцијална банка-Скопје
www.szpm.org.mkadministracija@szpm.org.mk kontakt@szpm.org.mk
Тел/ Phone: 3223 710; П. фах / Po box: 440

БРОЈ/NUMBER – 03-02/54
ДАТУМ/DATE– 02. 03. 2026

ДО

МИНИСТРСТВО ЗА СОЦИЈАЛНА ПОЛИТИКА

ДЕМОГРАФИЈА И МЛАДИ

-ЗА РАБОТНАТА ГРУПА ЗА РЕФОРМИ НА ПЕНЗИСКИОТ СИСТЕМ-

С К О П Ј Е

ПРЕДЛОЗИ ОД СОЈУЗОТ НА ЗДРУЖЕНИЈА НА ПЕНЗИОНЕРИТЕ НА МАКЕДОНИЈА

Во врска со актуелните состојби за реформи во пензискиот систем (параметриски или целосни) на кои работи Работната група формирана од Владата, Сојузот на здруженија на пензионери на Македонија ги дава следните предлози и тоа:

1.Усогласување на пензиите да се врши од 1 јануари и 1 јули тековната година

Како што е познато усогласувањето на пензиите е многу значаен институт во пензискиот систем поради што е постојано во фокусот на Сојузот на здруженија на пензионерите на Македонија.

Со новата методологија за усогласување на пензиите преточена во измените на Законот за пензиското и инвалидското осигурување која се применува од 2022 („Сл.Весник на РСМ" бр.67/2022) година се постигна основната цел, пензиите да се усогласуваат со еднаков процент – како дел од порастот на платите и дел од порастот на трошоците на живот. На овој начин се постигна баланс меѓу параметрите од кои зависи одржување на реалната вредност на пензијата.

2.Со измените на член 37 од Законот за пензиското и иналидското осигурување е утврдено дека пензиите се усогласуваат на 1 март и на 1 септември од тековната година и тоа со 50% од порастот на трошоците на животот и 50% од порастот на платите остварени, во претходното полугодие во однос на полугодието кое му претходи. Законодавецот, усогласувањето на пензиите го уредува користејќи ја следната дикција "Пензиите се усогласуваат на 1 март и 1 на септември....". Несомнено е дека со оваа законско решение пензионерите остануваат четири месеци без тековно усогласување (јануари, февруари јули и август).

Образложението дека во март се објавувале податоците за порастот на платите и трошоците на животот го повредува правото на пензионерот пензијата да не се усогласува 12 месеци во годината. Фактот што податокот за усогласување се објавува подоцна нема основ да се ускратува за 4 месеци усогласувањето кое без проблем може да се исплатува како разлика, како што без никаква пречка се применуваше отсекогаш во пензискиот систем.

Согласно претходно изложеното, се предлага пензиите да се усогласуваат од 1 јануари и од 1 јули во тековната година со што ќе се обезбеди тековно усогласување за цела година (12 месеци). На овој начин се усогласуваат и пензиите во земјите од нашето опкружување со кои имаме исти односно слични пензиски системи.

3 .Примената на измените на Законот за пензиско и инвалидско осигурување предизвика оправдани реакции од пензионерите кои правото на пензија го оствариле после 1 септември.

Имено, на пензионерите кои правото на пензија го оствариле по 1 септември во тековната година, не им се пресметува тековното усогласување што следува од 1 септември тековната година, иако нивната пензија е пресметана со валоризациони коефициенти на ниво на платите од претходната година, на ист начин како и на пензионери кои правото на пензија го оствариле пред 1 септември тековната година, а имајќи во предвид дека платата од годината кога се остварува пензијата не се засметува во пензиската основа. Тоа значи, дека на сите пензионери кои остваруваат право на пензија во тековната година им следува тековно усогласување на пензијата од 1 септември според движењето на дел од порастот на платите и дел од порастот на трошоците на животот во текот на годината кога го остваруваат правото на пензија.
Одговорот зошто на сите пензионери што оствариле право на пензија во тековната година им следува усогласување е во членот 19 став 3 од ЗПИО каде е утврдено дека платата односно надоместокот на платата остварен во годината кога се остварува правото на пензија не се зема за утврдување на пензиската основа, како и согласно членот 32 став 2 од спомениатот закон според кој валоризација на платите од поранешните години според кои се утврдува пензијата, се врши според просекот на платите во последната календарска година која и претходи на годината во која осигуреникот го остварува правото на пензија.
Затоа, да повториме, согласно изложената законска регулатива во текот на годината на сите нови пензионери кои правото го оствариле пред 1 септември и после таа дата им следува тековно усогласување, бидејќи и пензијата остварена пред 1 септември и после 1 септември е пресметана под исти услови, односно според параметрите од претходната година и доколку пензијата остварена после 1 септември не се усогласи за порастот на платите и трошоците на животот во првото полугодие во тековната година нивните пензии ќе бидат засекогаш помали за тој процент.
Ваквиот начин на примена на членот 37 од ЗПИО доведува до остварување на различни пензии иако условите за пресметка биле исти за што има оправдани реакции од пензионерите.
Со други зборови се предлага, законодавецот, при утврдување на решение за усогласување на пензиите сите осигуреници-идни пензинери да ги стави во еднаква правна положба без оглед во кој период од годината се остварува правото на пензија. Сега, осигурениците кои ги остваруваат условите за пензионирање се во дилема кога да одат во пензија и според постојната регулатива ако ги исполнуваат условите, најповолно е да остварат право на пензија пред 1 март односно 1 септември за разлика од пензинерите кои ќе се пензионираат после 1 септември во тековната година.

4.Зголемување на процентот за определување на висината на пензијата од пензиската основа (заменска стапка)

Во сегашни услови пензионерите кои остваруваат пензија само од стариот пензиски систем остваруваат ниски пензии, а истото се однесува и за осигурениците вклучени во пензискиот систем со капитална компонента, како делот на старосна пензија што се остварува од првиот столб.

Исто така, се предлага "заменската стапка" да се утврди во една законска одредба за да може идниот пензионер самиот да си пресмета пензија што сега не е случај.

5.Сојузот на здруженија пензионерите на Македонија има реални сознанија дека старосната пензија што се остварува од новиот пензиски систем е значително мала и во овој дел се наведува следното:
Прво, да се преиспита "заменската стапка" за определување на дел на старосната пензија што се остварува од првиот столб
Второ, износот на акумулирање на средствата на личната сметка во вториот столб
Трето, да се преиспита програмското повлекување на средствата, бидејки интенцијата на пензиските реформи е постоење на пензија и ануитет од вториот столб што треба да биде целина на пензиското давање кое ќе се користи подолг период за обезбедување на материјална и социјална положба на пензионерите. Предлогот се заснива на нашето општетвено-економско миљење што не опкружува.
Четврто, според сегашните услови пензионерот со остварување право на пензија повлекува дел од акомулираните средства. Делот на средствата што остануваат на личната сметка, пензиското друштво ги дозначува на државниот пензиски фонд за исплата до минималната пензија кој период е многу краток и потоа пензионерот се префрлува во државниот фонд да користи минимална пензија со целосна исплата од државниот фонд. Тоа значи, дека и пензискиот систем со два столба генерира ниски пензии и користење на најнизок износ на пензија што не е цел на пензискиот систем, на што пензионерите реагираат со барање за зголемување на пензиите преку институтот усогласување на пензиите.
Петто, од наведените причини се верува дека Работната група за реформи во пензискиот систем прави согледување односно анализа и на вториот столб како задолжително капитално пензиско осигурување, неговото функционирање и обезбедување на материјална и социјална сигурност на пензионерите.
Шесто, Сојузот смета дека најдобро е сите прашања од пензискиот систем да се решаваат со системскиот Закон за пензиско и инвалидско осигурување, а не со посебни закони и во тој контекст да се преиспита донесувањето на Законот за М-4 од аспект на тоа какви реперкусии ќе предизвика во пензиискиот систем.

На крајот, Сојузот смета дека каков пензиски систем ќе имаме (за постојните така и за идните пензионери) е многу битно бидејќи самата држава ги определува карактеристиките и постулатите на пензискиот систем, а најважнатa цел е тој да биде конзистентен и самиот да обезбедува средства за исплата на пензиските давања и помалку да се оптеретува Буџетот на државата.

Сето тоа ќе се постигне со предлагање на решенија кои нема да предизвикуваат евазија од плаќање на придонес, упади во пензискиот систем преку посебни закони, да не се решаваат социјални прашања ниту стимулирање на вработување преку пензискиот систем, плаќање на придонеси на најниска основица и нереално префрлување на средствата од една на друга целна група.

Март, 2026 година

Станка Трајкова, претседател на СЗПМ

СЕДНИЦА НА ИЗВРШНИОТ ОДБОР НА СЗПМ

Сите предлог-документи и одлуки беа едногласно донесени

На 19 март 2026 година, се одржа 33. седница на Извршниот одбор на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија која ја раководеше Претседателката на Извршниот одбор и на СЗПМ, Станка Трајкова. На седницата покрај членовите на Извршниот одбор, присуствуваа и: Добре Иванов, претседател на Собранието на СЗПМ, Митре Стојановски, претседател на Надзорниот одбор на СЗПМ и д–р Фиданчо Стоев, претседател на Правно–економскиот форум при Сојузот.

Најпрво Претседателката Трајкова ги поздрави и им посака добредојде на присутните. Од активностите меѓу двете последни седници таа издвои две работи и рече:

– Сојузот во изминатиот период имаше доста активности, но јас би издвоила само две работи. Една од најважните активности е спроведувањето на Одлука на ИО за одбележување на 80–годишниот јубилеј на пензионерското организирање во Македонија. Некои работи се завршија, а некои се во тек. Одбележувањето на јубилејот ќе биде на 22 април 2026 година, во салата на ССМ, со почеток во 11 часот. При крај е подготовката и на постерот, како и на поканата за гостите коишто ќе бидат поканети да присуствуваат на свечената седница, а тоа се личности од власта, значајни личности кои придонеле за развојот на пензионерското организирање, членови на Собранието на СЗПМ и други.

Втората работа за која сакам да ве информирам е дека паралелно со оваа активност во Сојузот се прават и подготовки за одржување на регионалните ревии на песни, музика и игри, како и на Републичката ревија. Одлучено е Републичката ревија оваа година да се одржи во Тетово во Културниот дом, бидејќи во Скопје не можеше да се обезбеди соодветна сала, а датумот ќе биде меѓу 1 и 7 јуни 2026 година.

Претседателката Трајкова имаше концизно кратко излагање по Предог–извештајот за работата на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија за 2025 година и во своето излагање посебно нагласи две работи.

– Овој извештај ќе се разгледува и ќе биде усвоен на седница на Собранието на СЗПМ, се разбира со извесни дополнувања по дискусиите. Во Извештајот се опфатени сите активности на Сојузот, зборатени со статистички податоци. Исто така, во еден дел од Извештајот дадени се активностите на здруженијата, членки на Сојузот и на крајот Извештајот завршува со заклучоци и констатации. Во Извештајот изостанува критички осврт по некои точки, но исто така треба да се дополни делот по точката на **заштита на стекнатите права од пензиското и инвалидското осигурување, со мерки за подобрување на материјалниот статус на корисниците на пензија,** со сите наши барања, кои постојано ги реактивираме во однос на усогласување на пензиите, а тоа е, потребата Сојузот во овие предлози за подобрување на материјалниот статус на сегашните и идните пензионерите да се преиспита и заменската стапка на определување на висината на пензијата, бидејќи, според направените анализи, во моментот пензискиот систем генерира ниски пензии и оттука нашиот предлог е, заменската стапка да се преиспита како за пензионерите по првиот столб, така и за оние од вториот столб како задолжително капитално пензиско осигурување. Нашиот предлог е преточен во допис кој е доставен до работната група за реформи на пензискиот систем.

Второ дополнување како активност кое треба да се инкорпорира во Извештајот е фактот дека СЗПМ ги исполнува обврските според членот од Законот за здруженија и фондации, каде што ние имаме обврска да започнеме иницијативи и предлози за измена и дополнување на одредени закони со коишто се креираат политиките што се одесуваат на пензионерите. Предложивме во новиот Закон за здруженија и фондации да се вградат нашите предлози кои ги дадовме во писмена форма до Министерството за социјална политика, демографија и млади, односно до работната група за реформи на пензискиот систем.

Во делот на традиционалните активности, треба да се потенцира прашањето зошто некои здруженија не се вклучуваат како учесници или како домаќини во регионалните ревии на песни, музика и игри. На тоа прашање Сојузот треба да му посвети поголемо внимание. Во Извештајот недостасува и третман на волонтерството како неминовна и значајна активност во здруженијата и во Сојузот.

По дискусијата Извештајот едногласно беше усвоен.

По Предлог–годишниот финансиски извештај на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија за 2025 година реферираше Менка Темелковска, секретар на Сојузот која рече:

– Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија во 2025 година оствари вкупни приходи од 10.407.360 денари и вкупни расходи од 9.672.952 денари, и оствари вишок на приходи 734.408 денари. Ова значи дека во минатата година Сојузот работел рационално и економично и согласно со позитивните законски прописи.

Митре Стојановски, претседател на Надзорниот одбор на СЗПМ, според Извештајот од Надзорниот одбор истакна дека Сојузот во 2025 година работел економично, домаќински и согласно со законските прописи. И овој извештај како и претходните едногласно беше усвоен.

Предлог–одлуката за утврдување на завршната сметка на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија за 2025 година ја образложи, исто така Митре Стојановски. Истата едногласно беше прифатена од присутните.

Како значајна информација на седницата беше и Извештајот на независниот ревизор кој им беше даден на увид на присутните. Извештајот го образложи Митре Стојановски. По неговото излагање во кое рече дека **„Независниот ревизор не нашол никакви неправилности во Извештајот“**. Потоа Извештајот беше едногласно прифатен.

На седницата беа прифатени и **предлог-препораки за одржување на изборите во Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија и во здруженијата на пензионерите, членки на Сојузот, за мандатен период 2027-2031 година.**

Претседателката Станка Трајкова во врска со препораките нагласи дека 2026 и 2027 година се изборни и токму заради тоа се подготвени препораки за одржување на изборите во Сојузот и во здруженијата. Според препораките изборите во здруженијата на пензионери треба **да се одржат заклучно со февруари 2027 година или порано**, за да може благовремено да се доставaт податоци за претставници од здруженијата за делегати во Собранието на СЗПМ. Здруженијата кои претходно направиле избори потребно е да предложат кандидати за мандатен период 2027–2031 година. Се препорачува при предлагањето за членови на Собранието да се внимава на компетентноста и угледот на кандидатите како и на националната и родовата застапеност. Препораките беа едногласно усвоени.

KRESTON MACEDONIA

До:
Раководството на
Сојуз на здруженија на пензионери на Македонија, Скопје

ИЗВЕШТАЈ НА НЕЗАВИСНИОТ РЕВИЗОР

Мислење на ревизорот

Ние извршивме ревизија на приложените финансиски извештаи на Сојуз на здруженија на пензионери на Македонија, Скопје - (во понатамошниот текст Сојузот), кои што го вклучуваат Билансот на состојба на ден 31 декември 2025 година, како и Билансот на приходи и расходи, и Извештајот за промени во деловниот фонд за годината која завршува на тој ден и прегледот на значајните сметководствени политики и други објаснувачки белешки.

Според нашето мислење, приложените финансиски извештаи на Сојуз на здруженија на пензионери на Македонија, Скопје ја прикажуваат реално и објективно, во сите значајни аспекти, финансиската состојба на Сојузот на ден 31 декември 2025, како и резултатите на неговото работење и промените во фондовите за годината која завршува на тој ден, во согласност со Законот за сметководство на непрофитни организации.

Скопје, 18 Март 2026 година

Овластен ревизор
Звонко Коцовски

Управител
Ненад Тортевски

KRESTON MACEDONIA ДООЕЛ Скопје

СОЈУЗ НА ЗДРУЖЕНИЈА НА ПЕНЗИОНЕРИ НА МАКЕДОНИЈА
СЗПМ
Бр. 03-07/65
16.3.2026 год.
СКОПЈЕ

До

Македонска Радио Телевизија

СКОПЈЕ

-за генералниот директор Марјан Цветковски-

МАКЕДОНСКА РАДИОТЕЛЕВИЗИЈА
Примено: 13-03-2026
03 1539/2

ПРЕДМЕТ: Барање за снимање на документарен филм

Почитуван директор,

Во 2026 година Сојузот на здруженија на пензионерите на Македонија одбележува јубилеј 80 години постоење од пензионерско организирање на корисниците на пензија.

Првите почетоци на пензионерското организирање започнале во 1946 година кога активностите се одвивале во рамките на други здруженија,а со решение на Министерството за внатрешни работи во 1950 година било формирано првото Здружение на пензионери на Народна Република Македонија. Со развојот на пензиското организирање , денес има 53 здруженија- членки на Сојузот.

По повод на одбележување на 80 -години јубилеј кој е од посебно значење за пензоинерите и за општството во целина, за што располагаме со голем материјал за развојот на пензионерското организирање , сметаме дека е од посебна важност да се сними документарен филм што ќе биде од национален карактер и зачувување на нашиот идентитет.

Од изнесените причини , по примерот на другите граѓански организации кои одбележувале вакви значајни јубилеји,очекуваме дека МРТ како национален медиум ќе излезе во пресрет и на возрасната популација и ќе сними документарен филм како сведоштво за развојот на пензионерското организирање во нашата држава.

Се надеваме на позитивен епилог и меѓусебни контакти за реализација на ова значајно барање.

Сојуз на здруженија на пензионерите на Македонија

Претседател,

Станка Трајкова

Потоа беа донесени и едногласно усвоени следните предлог–одлуки:

- **Предлог-одлука за определување на Организационен одбор за спроведување на регионалните и Републичките спортски натпревари кои оваа година се јубилејни и се одржуваат по 30 пат.**
- **Предлог-одлука за определување на домаќини и датуми за одржување на регионалните спортски натпревари.**
- **Предлог-одлука за одобрување на средства на здруженијата на пензионери домаќини на спортските натпревари за 2026 година.**

СЗПМ

ЗП ГАЗИ БАБА - ОДРЖАНА СЕДНИЦА НА СОБРАНИЕТО

Успешно реализирано предвиденото во 2025 година

За работењето на ЗП Гази Баба во 2025 година, опширно и конструктивно се расправаше на редовната отчетна седница во проширен состав на Собранието на ова здружение, која се одржа во средината на февруари 2026 година. На седницата беа отчетни материјали и усвојување на извештајот на ИО, извештајот од Надзорниот одбор и усвојување на Предлог–одлуката на ИО за завршната сметка. Во присуство на делегатите на Собранието, ИО, претседателите на ограноците, претседателот на Статутарната комисија и претседателите од збратимените здруженија од Ѓорче Петров и Штип, беше изразено задоволство од планираното и оствареното во изминатата година. Како резултат на доброто и домаќинско работење на раководството, на органите и телата, се реализирани сите предвидени задачи, што значи дека успешно било спроведувано зацртаното и затоа постојано здружението чекори напред. Овој тренд и понатаму продолжува.

Седницата на Собранието ја раководеше претседавачот Мичо Ангеловски, кој ги поздрави присутните, а потоа имаше воведно излагање за работата на здружението во изминатата година кое беше оценето како многу успешно. Во воведното излагање на Претседателката на здружението Стојна Тодоровска, која ги образложи главните сегменти на дејствување во повеќе области со посебен акцент на постигањата на спортско–рекреативното, културно–забавното поле, здравствената заштита, социјално–хуманитарните активности, на полето на информирањето и уште многу други активности во содејство со СЗПМ и локалната самоуправа.

Во продолжение на седницата на Собранието, Предлог–одлуката на ИО за завршната сметка за 2025 година, предизвика голем интерес кај членовите. Исцрпно беа образложени сите ставки и беа набоени сите приходи и расходи во буџетот за 2025 година. За одбележување е дека комисиите на ИО во минатата година успешно ги реализираа програмските задачи на ЗП Гази Баба, што беше заклучено во богатата дискусија. Сите документи, едногласно беа усвоени без никакви забелешки.

Стојна Тодоровска

ЗП КИЧЕВО

Избран нов претседател на Собранието

ЗП Кичево го одржаа своето отчетно собрание за 2025 година. Собранието го отвори претседателот на здружението Душан Ристоски кој ги повика делегатите со едноминутно молчење да им оддадат почит на починатите пензионери како и на досегашниот претседател на Собранието Мехмед Мехмеди. На седницата на демократски начин, со јавно гласање, за нов претседател на Собранието едногласно беше избран Мустафа Рамадани од село Грешница, наставник по професија од Зајаскиот огранок. Собранието го разгледа извештајот за работата на органите, телата и комисиите во изминатата 2025 година. Во извештајот посебно беше потенцирано успешното одржување на Регионалната ревија на песни, музика и игри на која домаќин беше ЗП Кичево, а беа присутни и претседателката на СЗПМ Станка Трајкова, како и селекторот Томче Стојков. Поради успешното одржување на ревијата беше издаден и Билтен за работата на здружението за 2025 година.

На седницата беа едногласно усвоени: финансискиот план и Програмата за работа за 2026 година, завршната сметка за 2025 година, според која остварен е остаток од 600.000 денари кој е пренаменет за тековната 2026 година.

На крајот, делегатите во делот на соработката со Сојузот, беа информирани дека има зголемување на границата од 19.000 на 22.000 денари, што значи дека тие пензионери нема да плаќаат партиципација.

Д. Р.

ЗП СОЛИДАРНОСТ - АЕРОДРОМ

Изгласани извештаите и програмите за успешно работење

Здружението Солидарност – Аеродром Скопје на седница на Собранието ги усвои Програмата и финансискиот план за 2026 година, како и извештајот за работа и финансискиот извештај (завршна сметка) за 2025 година. Своите приходи најголем дел Здружението ги остварува од членарината од членовите. Во извештаите е потенцирано дека во текот на 2025 година, органите и телата на Здружението успешно ги спровеле планираните активности. Пред тоа свои програми донесоа ограноците на Здружението, а свои програми и извештаи изготвија и комисиите при ЗП Солидарност – Аеродром. Комисијата за здравство и социјална помош во текот на 2025 година, додели еднократна помош на 121 пензионер по 3.000 ден. Доделена е еднократна парична помош на 33 лица со тешко нарушено здравје, а и со скапи лекови, по 5.000 денари. Успешна беше и соработката со Акус Медикус Скопје, со Здравствена установа Промедика Скопје и Црвениот крст на град Скопје. Комисијата за културно–забавен живот во текот на 2025 година, оствари завидни резултати: настапи на 23-ата регионална и на 15-тата републичка ревија на песни, музика и игри, а учествуваше и во подготовка и реализација на одбележување на јубилејот 16 години од основањето на Здружението. Комисијата за спорт и рекреација активностите ги спроведе според својот план и програма, со учество на 29-тите регионални спортски натпревари. Беа доделени награди за освоени први и втори места, како и за учество на шаховскиот натпревар по повод 13 Ноември – ослободување на Скопје. Активот на пензионерки континуирано и активно работеше на поттикнување на солидарноста меѓу пензионерките. Клубот на љубителите на книгата успешно ги реализира планираните активности. Во текот на годината се издаде шестата збирка литературни трудови „Пензионерите творат во 2025 година“ која беше издадена во 130 примероци, а во неа учествуваа 73 автори. Средбите на љубителите на книгата беа масовно посетени. Историската секција активностите ги реализира преку одржување редовни состаноци со задача за зачувување на придобивките на НОБ на Македонија и Програмата за одбележување на значајните датуми. Секцијата „Во здраво тело здрав дух“ организираше редовни средби на кои се обработуваа теми интересни за пензионерите. Таа организираше и еднодневни екскурзии. Меѓусебна соработка на Здружението со СЗПМ и со СП на град Скопје беше на потребно ниво, преку претставниците на Здружението во Собранието и на комисиите на СЗПМ. Согласно со меморандумот за соработка на Здружението со Општина Аеродром реализирани се одредени активности преку претставник на Здружението во Општинскиот социјален совет. На овој план се одржани и повеќе средби со градоначалникот на Општина Аеродром. Соработката на ЗП Солидарност – Аеродром со збратимените ЗП Охрид и Дебрца, ЗП Кисела Вода, ЗП Гази Баба, ЗП Штип и ЗП Врање, се остварува во меѓусебно присуство на делегација на значајни одбележувања, како и размена на искуства.

М. Мишковска

ЗП ДЕМИР ХИСАР

Усвоени значајни документи

Извршниот одбор на ЗП Демир Хисар ја одржа својата редовна седница. Претседателот на ЗП Демир Хисар Кирило Блажевски го истакна значењето на седницата од аспект на донесување важни одлуки за работата и натамошно дејствување. Во воведниот збор ја истакна успешноста во работењето на Здружението, притоа наведувајќи повеќе значајни реализирани проекти, ставајќи акцент на социјално–хуманитарната активност, културно–уметничките и спортско–рекреативните активности, здравствената заштита.

Разгледани и прифатени беа извештаите за работа на комисиите за спорт и култура, здравство и Активот на пензионерките. Во фокусот на расправата беше Извештајот од НО за финансиското работење за 2025 година, кој детално го образложи претседателот на НО Ристо Цветановски. Секретарот Љупчо Ангелевски во своето излагање подетално се задржа на успесите постигнати во сите области на работењето.

На крајот, беше заклучено дека ЗП Демир Хисар во сите области покажува подем во квалитетот на работата и постигнува забележителни успеси.

З. Стевановски

ЗП ПРИЛЕП

Претпролетни активности во здружението

Деновиве во ЗП Прилеп се одржа состанок со претседателите на ограноците на кој се разгледаа некои тековни активности за во иднина. А ИО одржа редовна седница на која се разгледаа некои минати и идни активности од интерес на пензионерите, а се донесоа и некои значајни одлуки. Беа разгледани и прифатени програмите за работа на комисиите при здружението. Истите ИО ги предложи на усвојување до Собранието.

Се даде и позитивна оценка за реализираните активности во минатата година и се укажа на домаќинското трошење на средствата, со тоа што се прифати и завршната сметка за лани. Одредени беа и релациите за екскурзии во Македонија и во Србија и Албанија, зависно од интересот на пензионерите. За оваа година беа одредени осум екскурзии, кои беа предложени од самите пензионерите преку нивните ограноци, а беше договорено да се одржат и две средби на повеќе од 400 пензионери, од сите ограноци на здружението. Преку ограноците, за оние пензионери со ниски примања, што минатите две години не добиле ваучери за набавка на прехранбени и други производи, ќе им бидат доделени за големиот верски празник Велигден.

Претседателот Славко Трајкоски беше домаќин на подготвителната средба со претседателите на здруженијата од третиот регион, кои ќе земат учество во регионалната средба на песни, музика и игри. На истата се договорија за текот на овие традиционални редовни средби пред Републичката ревија. Така на 16-ти идниот месец ЗП Прилеп ќе биде домаќин, а пензионерите од КУД „Пензионер“ најпрво пред посетителите и гостите ќе ја испеат песната која е вон конкуренција „Прилепе мој роден град“. Музичките настапи ќе ги следи музички селектор.

Претходно на 16 април учесниците ќе изведат и дефиле низ центарот на градот. На оваа ревијална средба, според зборовите на домаќинот, претседателот на ЗП Прилеп, Славко Трајкоски покрај многуте гости од градот и другите градови во салата од Домот на културата ќе бидат поканети и претседателката на СЗПМ, Станка Трајкова и градоначалникот на Прилеп, Дејан Проданоски.

Годинава на карневалот на маски „Прочка 2026“ зедоа учество пензионери и пензионерките, членки на женското здружение „Преродба“.

К. Р.

ЗП КРИВА ПАЛАНКА И РАНКОВЦЕ

Усвоени документи за 2026

Во просториите на клубот на пензионери се одржа годишната седница на Собранието на пензионери Крива Паланка и Ранковце. Истата ја раководеше претседателот на Собранието Веселин Стојановски.

За Извештајот на органите и телата за 2025 година зборуваше претседателот на ИО Трајче Давидовски. Се констатира дека Здружението било активно и во целост се реализирани сите предвидени активности.

Тоа го потврдува и финансискиот извештај за 2025 година. Се констатираше дека е потрошено повеќе финансиски средства што се должи на зголемениот број реализирани активности во 2025 година. Со мнозинство гласови се усвои извештајот за работа.

По Програмата за работа на здружението за 2026 година, излагање имаше претседателот Давидовски кој истакна дека програмата е поврзана со финансискиот план и е усогласена со програмата на СЗПМ. При тоа се донесени три заклучоци: усогласување на пензиите да се врши од први јануари и први јули, да се истакне незадоволството од здравствените услуги во Крива Паланка и да се направи договор со станицата за технички преглед за попуст за пензионери кога ги регистрираат своите возила. Програмата беше усвоена со мнозинство гласови од присутните.

Се донесе одлука за одбележување на јубилејот Осумдесет години од пензионерското организирање во Македонија и да се организираат настапи по повод 20 Септември – Денот на пензионерите на Македонија. Донесени се и одлуките за одбележување на значајни датуми и празници, здружението да учествува на Ревијата на песни, музика и игри 2026 и на меѓуопштинските и регионални спортски игри. Одлуките се донесени со мнозинство гласови.

Б. Стојчевска

ЗП БИТОЛА

2025 година богата со активности во интерес на членството

Собранието на ЗП Битола на својата тринаесетта седница одржана на 23.2.2026 година ги усвои извештајот за работа, годишниот финансиски извештај и извештајот на Надзорниот одбор за 2025 година. Седницата ја отвори претседателката на Собранието на ЗП Битола, Вера Ѓоршевска.

Обраќање до присутните имаше и претседателката на Извршниот одбор и на здружението Даница Петличкова, која во своето излагање се осврна на сите активности од изминатата година. Таа во своето излагање кое беше во позитивна и оправдана конотација изрази задоволство од сработеното и рече:

– Во текот на 2025 година ЗП Битола преземаше активности за остварување на правата на членовите на здружението и пошироко, унапредување и јакнење на Здружението на пензионери на Битола и развивање на демократските односи, како и следење на прописите од областа на пензиското осигурување, остварување на поцелосна и поквалитетна здравствена заштита, збогатување и унапредување на културните, спортските и социјално–хуманитарните потреби на пензионерите, членови на здружението, се разбира во соработка и со поддршка на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија преку претставниците делегирани во органите и телата во Сојузот. Здружението имаше плодна соработка со други здруженија, Црвениот крст и локалната самоуправа, со цел остварување подобар и посодржаен живот на членството, – истакна Петличкова.

По нејзиното излагање беа прифатени и усвоени сите извештаи на органите и телата на Здружението, за 2025 година. **Д. Петличкова**

ЗП РАДОВИШ И КОНЧЕ

Разновидни активности

На 13 март 2026 година Собранието на ЗП Радовиш и Конче одржа седница на која се разгледа и усвои завршната сметка за 2025 година. При тоа се истакна дека минатата година, беше година на инвестирање. Претежно инвестициите се однесуваа на подобрување на условите за живеење на пензионерите кои ги користат 15–те станови на здружението. Исто така, се изврши одредено адаптирање на пензионерскиот клуб, како и реновирање на санитарните јазли. Во рамките на социјалната грижа, на 40 пензионери им се додели помош од 1000 денари. Беше распишан оглас за користење на средства за бањско лекување. Сите 40 пензионери, во зависност од висината на пензијата, добија соодветна партиципација. За постигнување на подобра физичка спремност, пензионерите, спортисти ги започнаа подготовките за овогодишните спортски игри. Оваа година регионалните спортски игри ќе се одржат на 24–ти мај во Радовиш.

На 11–ти март во организација на Активот на жени се организира изложба на плетени и везени ракотворби, кои пензионерките ги работеле во младоста. Секоја изработка има своја приказна, истакна претседателката на Здружението Ефтерпи Димитрова. Традицијата е богатство, а спомените се наше наследство.

Претседателката на Активот на жени, Костадинка Николова истакна дека оваа изложба се организира со цел пензионерките преку тоа да се потсетат на своите млади години, а на помладите генерации да им се каже како тие го поминуваа своето слободно време.

М. Сарбаков

ЗП ВОЕНИ ПЕНЗИОНЕРИ

Усвоени повеќе одлуки

ЗП Воените пензионери на 24 февруари 2026 година, ја одржа редовната годишна седница на Собранието. Претседавачот на Собранието, Добре Ефремовски ги поздрави присутните гости и соработници на здружението и повика со едноминутно молчење да им се оддаде почит на починатите членови на здружението.

Во работниот дел беше предложено и усвоено работно претседателство, во состав: Ванчо Исајов, секретар на Извршниот одбор и на ЗВП, и Димче Апостолов и Славјанка Димова, членови на Собранието.

Согласно со дневниот ред на седницата беа донесени повеќе значајни одлуки.

Претседавачот Добре Ефремовски во својата дискусија им се заблагодари на членовите на Собранието за активноста во изминатата година, за реализацијата на планираните активности, а се заблагодари и за дискусиите и различните мислења кои придонесоа за квалитетна работа и носење подобри и поквалитетни одлуки.

Треба да се истакне дека кај членовите на здружението оптимизмот е присутен и покрај проблемите со кои се соочува здружението. Се очекува помош од СЗПМ и од соработката со останатите здруженија, членки во СЗПМ, особено во насока на ажурирање на бројноста на членството што претставува основен услов за понатамошниот опстанок на здружението.

С. Димова

ЗП ШТИП

Турнир во шах и табла

На 11 февруари 2026 година ЗП Штип организираше и турнир во шах и табла, за кој пензионерите покажуваат голем интерес, а клубовите се расадник на пензионери кои секојдневно се дружат со овие спортски дисциплини.

Претседателот Ристо Нетков ги поздрави присутните, им посака успех, а секретарот Димитар Јаковлев нагласи, дека секој огранок можеше да пријави екипи и да се натпреварува во овие две дисциплини. Дончо Јорданов – Фишер ги упати играчите на таблите во парови, кои беа избрани со компјутерски систем. Поради масовноста првиот ден табла се играше на 10 табли, а вториот ден се играше шах на 8 табли.

Победници во табла беа Емил Костадинов, се закити со златен медал, Ефтимов Јордан второ место, а медалите ги врачи Димитар Јаковлев. Во шах победата ја однесе Павлов Андон освојувајќи го првото место, а второ место освои Ванчо Марчев. Во женска конкуренција се играше на една табла. Златен медал освои Мариче Монева, а сребрен медал Нада Наџинска, медалите ги врачи Дончо Јорданов – Фишер. **Ц. Спасикова**

ЗП СТРУГА

Прифатени извештаите за работата на здружението

Собранието на ЗП Струга во февруари 2026 година, ги усвои извештајот за работа, финансискиот извештај и извештајот на Надзорниот одбор за 2025 година. Седницата ја раководеше Милорад

Трпоски, претседател на ЗП Струга и ИО.

Најпрво тој ги поздрави делегатите и присутните гости. Со истите поздравни зборови на албански јазик на присутните им се обрати потпретседателот на ИО Минир Мамуди. Претседателот на ЗП Струга, во своето излагање се осврна на сите извештаи од минатата година, елаборирајќи во позитивна и оправдана конотација и истакна дека документите од сите органи на здружението се законски водени.

– Посебно сакам да го истакнам придонесот на нашето здружение во работата на органите и телата на Сојузот. ЗП Струга има одлична соработка со СЗПМ, со локалната самоуправа, со други здруженија во Македонија и со Црвениот крст, – истакна Трпоски.

Претседателот Трпоски ги истакна активностите и постигнувањата на здружението во 2025 година, анализирајќи ги резултатите. За материјално–финансиското работење Трпоски заклучи дека во 2025 година домаќински се работело и рационално и наменски се трошени финансиските средства, од што се гледа и позитивниот остаток по завршната сметка. На седницата посебно внимание му беше посветено на финансискиот план за работа во 2026 година, што го образложи Трпоски. Тој изнесе акценти и од Предлог–програмата за работа во 2026 година. Здружението е пример за соживот бидејќи во ова мултиетничко здружение членуваат Македонци, Албанци, Турци, Власи, Срби, Роми и други. Оценката на документите даде и претседателот на Надзорниот одбор Благоја Климоски. По обемната и конструктивна дискусија, сите документи едногласно беа усвоени.

По завршувањето на седницата претседателот Милорад Трпоски ненадејно почина.

Стојан Кукунешоски

ЗП „МАТИЦА НАША“ ВЕВЧАНИ

Отчетна седница на собранието

Собранието на Здружението на пензионери „Матица наша“ Вевчани, на 7 февруари 2026 година, ја одржа првата редовна седница за ова година, која ја раководеше претседателот на Собранието Јован Лазороски.

За извештајот за работата на Извршниот одбор и неговите органи и тела излагање имаше претседателот на ИО Витомир Костојчиноски, каде што по расправата се констатира дека планираните активности со Програмата за 2025 година, се реализирани успешно. Едногласно беа усвоени извештајот за работата на Извршниот одбор и неговите органи и тела, финансиските извештај со приходите и расходите за 2025 година и завршната сметка за истата година, и се истакна да се штеди уште повеќе.

Програмата за работа на здружението за 2026 година ја образложи исто така и претседателот на ИО Витомир Костојчиноски и се донесе заклучок дека е отворена и може да се надополнува во текот на годината во зависност од финансиските средства.

Во продолжение беше разгледана Предлог–програмата и финансискиот план со приходи и расходи за 2026 година. Со неколку измени беше усвоен финансискиот план со дадените приходи и расходи за 2026 година, како и Програмата за работа на Здружението за 2026.

Едногласно беа усвоени одлуките за учество во 2026 година на спортските игри и на ревијата на песни, музика и игри кои се во организација на СЗПМ. **Стојан Кукунешоски**

ЗП ПЕХЧЕВО

Отчет за сработеното

Согласно со Статутот Здружението на пензионери на Општина Пехчево го одржа годишното собрание, на кое покрај делегатите присуствуваше и градоначалникот на Општина Пехчево Александар Китански и претседателите на ограноците.

На седницата беше разгледан и усвоен записникот од седницата на Надзорниот одбор за материјално-финансиското работење на здружението и преку анализа на приложената завршна сметка со контрола на финансиската документација е утврдено дека завршната сметка за периодот од 01.01.2025 до 31.12.2025 година, е изготвена согласно со законските прописи од страна на лиценцирано книговодствено биро. По дискусијата истата беше усвоена.

Во продолжението на седницата беше разгледан и извештајот за активностите на здружението во 2026 година. Пензионерите од Пехчево изминатата година организираа повеќе екскурзии во земјата и странство. Посетени беа Рилскиот манастир во Р Бугарија, Паралија и Метеори во Р Грција, манастирот Св. Васил Острошки во Будва, во Црна Гора, манастирите Велјуса и Водоча и други. Членови на ЗП Пехчево беа на Струмичкиот карневал и на пензионерската средба во Лесновскиот манастир. Пејачката група при ЗП Пехчево учествуваше на Фестивалот на дувачки оркестри во Пехчево. Во соработка со Здравствениот дом „Д–р Иван Георгиев“, Пехчево организирано е бесплатно мерење на крвниот притисок и шеќер во крвта. Поради трагичниот настан во Кочани беа откажани регионалните спортски игри и регионалната музичка ревија во регионот.

На седницата исто така беше разгледана и усвоена Програмата за работа на здружението за 2026 година, каде што приоритет ќе се даде на грижата за остварување на правата на пензионерите од пензиското и здравственото осигурување. Ќе се помага на пензионери со ниски пензии и со здравствени проблеми. А соработката со Здравствениот дом „Д–р Иван Георгиев“ ќе продолжи. Во текот на годината ќе се организираат повеќе екскурзии во земјата и во странство. Ќе се организираат подготовки за учество на претставници на здружението на регионалните спортски игри и регионалната музичка ревија. Ќе се направи напор во договор со Општина Пехчево да се организира пикник на Равна Река. Ќе се работи на остварување на соработката со Здружението на пензионери од Кресна, Р Бугарија и на отворање пензионерски клуб во с. Робово.

Александар Кацарски

НЛБ Сребрен пакет
Вашата пензија
секогаш навреме
НЛБ Сребрен пакет
• Visa Electron дебитна картичка
• ПЕНЗИОНЕР+ Maestro картичка
• Зегин - НЛБ Банка картичка
• Кредитни картички
• Трајни налози
• Сребрен кредит за пензионери
• Депозити за пензионери
Поволности
• Пензија на првиот работен ден во месецот
• Плаќање на рати без камата во Зегин со НЛБ - Зегин кобрендираната картичка
• 3% Cash back во Веро маркетите за имателите на ПЕНЗИОНЕР+ картичката
• Осигурителни поволности за пензионери во соработка со Сава осигурување АД Скопје
NLB Banka
www.nlb.mk
Контакт центар: 02 / 15-600

ЗДРАВЈЕТО Е НА ПРВО МЕСТО!
ALPHAGO MED U80-EH
Апарат за мерење крвен притисок, за надлактица
FULLY AUTOMATIC
Blood Pressure Monitor
ALPHAGO MED U60-EH
Апарат за мерење крвен притисок, за рачен зглоб
FULLY AUTOMATIC
Blood Pressure Monitor
WRIST STYLE
Мерете го редовно вашиот крвен притисок.
ZEGIN
ВАША СЕМЕЈНА АПТЕКА

ИНТЕРВЈУ СО ПРЕТСЕДАТЕЛКАТА НА ЗП БИТОЛА, ДАНИЦА ПЕТЛИЧКОВА

Соработуваме со сите со кои имаме заедничка цел: подобар живот на пензионерите

Со гордост Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија може да се пофали со 12 претседателки на здруженија на пензионери, членки на Сојузот. Тоа значи дека во Сојузот се води грижа за родовата застапеност. Почитувана претседателке Петличкова, Вие сте една од тие 12 претседателки. При тоа сте на чело на најголемото здружение членка на Сојузот. Повод за ова интервју покрај другото е, 8 Март, Меѓународниот ден на жената.

● Кажете ни Ве молам која беше причината да се нафатите да ја извршувате оваа одговорна функција?

– Јас и пред пензионирањето бев доста активна. По пензионирањето енергијата што ја поседувам сакав позитивно да биде искористена и затоа се приклучив во здружението на пензионери во Битола. Мојата активност, стручност и искуство беа препознаени и по извесно време бев наградена со функцијата претседател на здружението. Прифатив да ја извршувам оваа функција свесна дека таа за мене е и чест и голема одговорност.

● Кажете ги во куси црти карактеристиките на здружението со кое раководите?

– Здружението на пензионери Битола како невладина и непартиска организација е најголемото здружение, членка на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија, кое брои над 20 000 членови, корисници на старосна, семејна и по други основи пензија, пензионери. Функционирањето и работата на здружението се реализира преку органите и телата на здружението. Покрај Собранието, Извршниот и Надзорниот одбор, постојат и повеќе комисии, како и секција на жени. Пензионерите во ЗП Битола се организирани во 33 ограноци, и тоа 23 урбани и 10 рурални ограноци. Слободното време го користат во 5 клубови во Битола и 5 клубови во руралните месни ограноци.

● На што ќе се фокусирате во работата во 2026 година?

– Целите и задачите на Програмата за работа за 2026 година, се утврдени во чл. 8 од Статутот на ЗП Битола, што значи ќе се фокусираме на следење и остварување на определбите што се утврдени со оваа програма, како и правата утврдени со Уставот, законите и Статутот на СЗПМ. Ќе преземаме активности за остварување на правата на членовите на пензионерите, унапредување и јакнење на здружението и развивање на демократските односи, потоа следење на прописите од областа на пензиското осигурување, остварување поцелосна и поквалитетна здравствена заштита, збогатување и унапредување на културните, спортските и социјално–хуманитарните потреби на пензионерите и друго.

● За Вашето успешно работење секако дека придонесува добрата соработка со Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија, но и со другите здруженија и институции. Што содржи таа соработка и задоволна ли сте од истата?

Соработката со Сојузот се остварува пред сѐ преку претставниците делегирани во органите и телата во Сојузот од нашето здружение. Во сите наши активности имаме поддршка од Сојузот. Постојано сме информирани за работата на Сојузот преку веб–страницата, каде што нашето здружение има своја потстраница, преку весникот „Пензионер плус", како и преку други начини и форми кои нашата соработка ја прават транспарентна, двонасочна и на високо ниво. Покрај со Сојузот соработуваме и со други здруженија преку средби и дружења, работилници и друго што придонесува за размена на искуства, прифаќање на нови програмски активности кои се од големо значење за подобрување на животот на пензионерите во здружението и пошироко. Со други зборови соработуваме со сите со кои имаме заедничка цел: подобар живот на пензионерите. Од соработката сме задоволни иако секогаш може да биде и посодржајна и побогата.

● На крајот, кажете го Вашето мислење за начинот на кој треба да се одбележува 8 Март, Меѓународниот ден на жената?

– 8 Март, Меѓународниот ден на жената треба да го посветиме на почитта, благодарноста и признанието кон жената и нејзината улога во општеството. Бидејќи таа отсекогаш била столб на семејството, двигател на заедницата и пример на мудрост и сила. Таа е мајка, сопруга, сестра, баба, колешка пријател, личност која со својата посветеност и љубов го прави светот подобро место за живеење! Одбележувањето на 8 Март, Меѓународниот ден на жената треба да се одбележува достоинство и со почит на нејзината упорност и храброст низ историјата низ целиот свет! Наместо прослави треба да се потсетиме на нејзината улога во сите сфери, преку предавања или разговори со истакнати и познати жени научници, лекари, претприемачи, учители и друго, со една цел, како да биде нејзината улога уште позначајна, а нејзиниот живот поубав.

● Почитувана претседателке Петличкова, Вие покрај што сте ангажирана во здружението, со што друго ги исполнувате Вашите пензионерски денови?

– Со ангажирањето како претседателка во ЗП Битола многу малку ми останува слободно време, но она што останува го посветувам на прошетки во природа со пријателките, на средби со семејството, на дружење со внуците, посета на културни настани и манифестации кои се одржуваат во Битола и друго.

К. С. Андонова

ИНТЕРВЈУ СО ПРЕТСЕДАТЕЛКАТА НА ЗП КОЧАНИ, ЈЕЛИЦА ЗАФИРОВА

Зад нас е тешка година, пред нас е динамична со многу активности

● Почитувана претседателке Зафирова, зад Кочани и зад здружението е исклучително тешка и траорна 2025 година. Како вие гледате на истата?

– Сѐ уште ми е тешко да зборувам за тоа што се случи во изминатата 2025 година, на 16 март, кога од рацете ни отиде една генерација млади, во трагедијата во дискотеката „Пулс", но животот мора да продолжи понатаму. Ние како здружение целосно сочувствувавме со семејствата на жртвите и повредените и на свој начин се обидовме да помогнеме, колку што е можно. Покрај тоа, од март минатата година до крајот на годината 2025, се откажавме од секакви музички, спортски и други активности, делејќи ја болката заедно со сите наши сограѓани. Од тие причини, не би се навраќала на тие традиционални активности, туку би ги истакнала нашите активности околу контролите за здравјето на пензионерите, една–две скромни екскурзии, обезбедувањето на огревно дрво на рати и слично.

● Кажете ни нешто за здужението кое го раководите?

ЗП Кочани е конституирано и функционира според одредбите од Законот за здруженија и фондации на Република Македонија, Статутот на СЗПМ и сопствениот Статут. Дејствува како невладина, непартиска и непрофитна организација. Опфаќа подрачје на општини: Чешиново–Облешево и Зрновци, со вкупен број од околу 9 000 членови пензионери. Со изборот на новото раководство, продолжи практиката здружението да е отворено за сите пензионери, кои во него имаат силна поткрепа за многу битни прашања и проблеми. Денес Здружението слободно може да се пофали со непрекината грижа за пензионерите и заштита на нивните права. Од самото формирање, во различни и неретко пресудни случувања, Здружението никогаш не ја заборавило или изоставило својата примарна функција. Со спектарот на своите успешни активности во изминатите години здружението создаде добра основа за натамошен развој на сите активности и програмски задачи негувајќи ги и ширејќи ги принципите на меѓугенерациска соработка, солидарност и соживот. Највисок орган на Здружението на пензионери е Собранието во чиј состав влегуваат 45 делегати. Извршниот одбор има 15 членови, а Надзорниот одбор има 5 комисии, како и Актив на пензионерки, каде што се ангажирани голем број пензионерки на полето на културата, спортот и дружењето.

● Што содржат годишните документи, извештаите и програмите на Вашето здружение?

– Годинава ќе имаме реализација на подинамична програма на активности и тоа во сите сфери: фолклорната и пејачката група, спортските активности, контактите со збратимените здруженија во земјата и надвор од неа, заеднички концерти и настапи, како и редица други активности од интерес за пензионерите. Вообичаено правиме напори да обезбедиме огревно дрво за сите заинтересирани пензионери, кои очекуваме оваа година да ја надминат бројката од 500, што бара посериозна организација. Планирани се неколку екскурзии до туристичките центри во државата и надвор од неа, а нема да заборавиме и на грижата за здравјето на нашите членови преку предавања, прегледи и медицински испитувања.

● Каква е финансиската состојба во Здружението?

– Поради намалените активности лани, со домаќинско работење и внимателно трошење на секој денар, успеавме да заштедиме солидни средства, кои оваа година рационално ќе ги користиме. Имаме значајни инвестиции во делот на одржувањето и реновирањето на просториите. Планираме да набавиме соодветна опрема за спортистите и за фолклористите, а ќе издвоиме одредена сума и за помош на оние пензионери кои се во социјален ризик и со мали пензии.

● Кои се најголемите предизвици за Вас, како претседателка, но и за здружението?

– Најголемиот предизвик секако е да ги средиме документите околу сопственоста на просториите заедно со Општина Кочани. Потоа, да извршиме реконструкција на покривот, бидејќи ни протечува, а влагата сериозно ги оштетува објектите. Понатаму, во преговори сме со општината конечно да се изгради потпорниот ѕид на улицата над објектите на здружението, бидејќи демне можност за уривање, што претставува потенцијална опасност за сите нас. Истовремено, изненадени и загрижени сме поради тоа што локалните власти не нѐ контактираат околу изградбата на дом за стари лица, иако директно сме засегнати, а имаме издвоено и значителен износ на средства уште при изработката на проектната документација и би ги вложиле во овој проект. Перманентен предизвик за нас ќе бидат тековните потреби и барања на пензионерите, подобрување на нивниот стандард, поголема достапност до лекарствата и медицинските услуги, и друго.

● Какво е Вашето мислење за осмомартовските празнувања и одбележувања?

– Сметам дека одбележувањето на Меѓународниот ден на жената, 8 Март треба да биде достоинствено и во знакот на борба за подобрување на правата на жените, како во урбаните средини, така и во руралните. Ние жените сме докажале дека тоа го заслужуваме.

Л. Димитров

ПРАВАТА НА ЖЕНИТЕ ВО СВЕТОТ И КАЈ НАС

Обединетите нации тврдат дека ниту во една земја во светот не е постигната целосна правна еднаквост меѓу жените и мажите

Директорката на Одделот за политика на жените на ОН, Сара Хендрикс, вели дека напредокот постигнат во области како што се заштитата од насилство, еднаквоста во семејното право и заштитата од дискриминација е под закана во многу земји.

Во 74 отсто од земјите, детските бракови се сѐ уште легални, додека 44 отсто од земјите немаат закон што бара еднаква плата за работа со еднаква вредност на жените и мажите.

Само во последните две години, процентот на жени и девојки меѓу жртвите на сексуално насилство поврзано со воените конфликти се зголемил на 87 отсто.

Пречесто преовладува неказнивоста, па затоа многу жени и девојки се плашат од последиците од пријавувањето на вакви злосторства.

Така е во светот, но како е кај нас, денес во 21 век, во нашето општество? Сите дебати на темите поврзани со правата на жената имаат бурни реакции особено кога се поврзани со некои случувања или настани, иако за ова потребни се константни континуирани дебати. Можеби, држат аргументите на оние кои сметаат дека е малку деградирачко поставувањето на квоти во разни институции, потенцирајќи дека оние кои се квалитетни и способни жени, самите ќе се изборат за своето место во општеството на сите нивоа. Но, дали доколку не постоеше моделот на позитивни квоти ќе се дојдеше до ова ниво на женски права или ќе бевме сѐ уште во одредени институции на занемарливи бројки!

Реалноста покажува дека благодарение на тие квоти многу жени станаа носители на највисоки функции, министри, научници, директори на истакнати институции, претприемнички и друго, но и понатаму останува мобингот врз жените на работните места, помалите плати и пензии, семејното насилство и друго.

Дури во **1957** со Римскиот договор се изедначиле платите меѓу мажите и жените. Овој Европски договор поставил темели за законска рамноправност во платите. Тоа бил првиот чекор кон тоа жените да можат рамноправно да штедат и да инвестираат.

Во **1975** во Велика Британија бил донесен Закон против дискриминација. Британскиот закон за забрана на полова дискриминација им овозможил на жените рамноправен пристап до финансиски услуги и инвестиции, што пред тоа не било можно.

Еве уште некои интересни податоци:

Просечната пензија за жените на возраст од 65 години или повеќе во ЕУ е за околу 24,5% пониска од онаа на мажите. Во Македонија пензијата на жените е за 18,2 отсто пониска од пензијата на мажите. Последен достапен податок на Евростат за Македонија се однесува на 2023 година. Во регионот најмала разлика има Црна Гора 8,3% (2024), па Албанија 15,6 (2023), Србија 16,8% (2024), Бугарија 17,5% (2025), Хрватска 19,3% (2024) и најголема во Грција 23,8% (2024).

Работите сепак се движат кон напред!

Доказ за напредување на правата на жените кај нас е што првпат Претседател на нашата држава е жена. За тоа придонесе и континуираната и упорна борба и на одредени невладини организации.

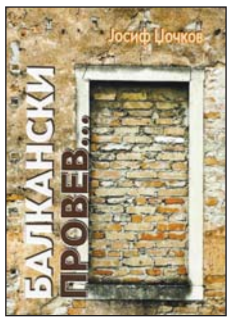
Денес радува фактот што имаме и жена на чело на најголемата асоцијација, Сојузот на здруженија на пензионери на Македонија, мултиетничка организација која брои над 300 илјади пензионери и што на чело на 12 здруженија на пензионери се жени, што во многу органи и тела во здруженијата на пензионери членки на Сојузот е зголемен бројот на жени...

За жал многу малку е застапена жената пензионерка од руралните средини. Неизбежно е во овој контекст да се спомене и позицијата на албанската жена на која очигледен е нејзиниот напредок во последните години, но иако е зголемено нејзиното образовно ниво, и нејзиното учество во многу сфери на животот, нејзиното присуство е инхибирано од традиционалните правила на однесување во нивните средини.

Што следи понатаму? Дали нешто ќе се смени во корист на правата на жените? Да се надеваме, иако за жал и кај нас и во светот сѐ уште постојат застарени идеи и механизми на однесување кои одговараат на едно друго општествено уредување и не наликуваат на 21 век, туку на претходниот век.

К. С. А.

Збирка раскази „Балкански провев...“ од Јосиф Џочков



Годините на заслужен одмор познатиот македонски новинар Јосиф Џочков решил да ги исполнува со содржини кои го осмислуваат постоењето и користноста од напластеното искуство. Всушност, да продолжи со создавањето литературни дела што ги започнал додека бил работно активен.

Пред да ве запознаеме со најновото дело, да ве потсетиме на авторот.

Јосиф Џочков по образование е правник, кој новинарската кариера ја започнал уште како студент во весникот „Студентски збор“. Го напуштил повеќе години подоцна како главен и одговорен уредник. Потоа продолжил во весникот „Трудбеник“ на Сојузот на синдикатите на Македонија, по некое време новинарската кариера да ја продолжи во „Нова Македонија“.

Јосиф Џочков е потписник на голем број текстови од сите жанрови. Добитник е на наградата на Здружението на новинарите на Македонија „Крсте Мисирков“. Автор е на четири монографии на лекарите и здравствените институции како и на Лекарската комора. Автор е на романот „Писма“, збирките поезија „Името и е љубов“ и за „Животот и смртта“, книгата за деца „Моите песни моите сништа“ и неодамна збирката раскази „Балкански провев...“. Овие дела и признанија потврдуваат дека Џочков сè што работел, работел со љубов, а познато е дека најубавата работа на светот е работата здружена со љубовта.

Збирката раскази „Балкански провев...“ содржи осумнаесет куси раскази. Не се поделени по циклуси што, секако, полесно и побрзо се читаат. Ова како што ќе рече и рецензентот на книгата Милован Стефановски, штедро помага и во евентуалното нивелирање на временската отсечка од рамно еден век во кој се случуваат опишаните настани во сите раскази. Така многу полесно се следи актуелниот миг во кој се втурнати ликовите од расказите на Јосиф Џочков, но и патувањата низ спомените што се протегаат до периодот на Балканските војни, на Првата светска војна или до времето на Информбирото. Во овој контекст како највпечатливи примери можат да бидат временските понирања во расказите „Сокриено богатство“, „Слика“ или „1948“. Расказот „Последното слово на Теохар Георгиев“ на Јосиф Џочков му донесе откупна награда на престижниот конкурс за краток расказ на „Нова Македонија“ пред 11 години. Останатите раскази во „Балкански провев...“ авторот за првпат им ги нуди на читателите, во прв ред на љубителите на кратката прозна форма. Кога ќе ја земете в раце оваа мала, но по многу нешта голема книга, сигурно нема да ја испуштите до крајот. И сигурно, разновидното тематско милје, човечките судбини во времињата на војни, на традиционален живот, на живот во руралните простори само ќе ве понесат, ќе ве прикоеваат за различните човекови судбини со етички и хумани карактеристики.

Препорачувајќи ви ја да ја прочитате, на крајот ќе ви понудиме еден цитат од расказот „Дивите костени на мојата младост“.

„Ете таа е онаа нишка што го поврзува моето детство со староста во која веќе длабоко заблаздувам. Неповратно. Тоа е она што ги поврзува двата краја на животот, на детството во кое светот е розов, до староста кога се бега од размислувањето за иднината... Живееме со тоа во овие моменти кога ја превртувам страницата на книгата која како да го имитира животот, каде секој лист претставува еден поминат ден. А, колку доаѓаш до нејзиниот крај, таа е се потанка“.

Читајќи ја „Балкански провев...“ на Јосиф Џочков, правник, новинар и автор со богат и исполнет професионален живот, на прагот на осмата деценија од животот, видовме што ги населува неговите мисли и деноноќија во овој период. Му посакуваме уште вакви вредни дела и признанија, а вам почитувани читатели што поскоро да ја прочитате неговата последна книга со куси раскази кои ќе ви го збогатат денот со нови задоволства и сознанија и ќе ви го направат животот уште поубав и посодржаен.

Цветанка Илиева

ЗП ПРИЛЕП

Песната ги расположува и подмладува пензионерите

Нема пензионерска веселба а да не свират и пеат Миле Кафеџиски и Орде Ѓорѓиоски. Миле ги свири мелодиите на хармониум, а Орде ги пее. Орде е сега пензионер, а во музиката е веќе 45 години. Свирел хармоника, а сега свири и пее во КУД „Пензионер“ при ЗП Прилеп. Покрај музиката Ѓорѓиоски работел во тутунскиот комбинат во Прилеп, како водоинсталатер. Но, љубовта кон музиката го „заробила“ уште како млад и, еве, не го пушта и на овие возрасни години. Свири и пее на пензионерските средби што се организираат за Нова година, Василица, Осми март, на пензионерските пикници, или пак на веселбите по ограноците, на музичките ревии на песни, музика и игри.

– Мислам дека ме знаат во Прилеп, од поодамна, по моето музицирање во групата „Денар“ која јас ја имам формирано. Свирев и пеев и во групата „Весели прилепчани“. А ги имам развеселувано и сватовите на многу свадби и други веселби. Посебно е весело кога ќе се засвири и запее на пензионерските средби. Тие иако во години играат на секоја музичка изведба. Убаво расположени, убави друштвени луѓе, кои зрачат со позитивна мисла и енергија која плени. Некои, богами, умеат да се веселат и на засвирено и испеано танго. Ние веќе ги знаеме кои се и ороводците, кои се фаќаат први. Мислам, дека убавата музика и песна ги расположува и подмладува пензионерите. Тие како да заборават на годините и секако се чувствуваат сè уште млади и, се разбира, весели, – вели Орде Ѓорѓиоски. Семејството на Ѓорѓиоски како да е предодредено за музика. Покрај Орде кој во групата „Денар“ свиреше 20 години, неговиот син Мики од поодамна е музичар на тапани. Внукот Филип веќе трета година е во Музичкото училиште во Битола каде што свири на кларинет, а најмалиот Стефан е во нижото музичко училиште, каде што ја совладува наставата на синтисајзер, додава најстариот музичар во семејството, Орде Ѓорѓиоски.

К. Ристески

ЗП СТРУМИЦА

Тримерско-карневалско дружење на пензионерите

На 21 февруари 2026 година, во организација на Здружението на пензионери на Струмица, во ресторанот на Здружението се одржа традиционалната тримерско-карневалска забава, на која присуствуваа и учествуваа околу 200 гости пензионери од здруженијата на пензионери на Тетово, Гази Баба – Скопје, Пробиштип и Злетово, Штип, Радовиш и Конче, Пехчево и Ново Село и секако домаќините од ЗП Струмица.

На почетокот на тримерско-карневалската забава, претседателката на Здружението на пензионери на Струмица Данче Даскаловска во името на пензионерите на здружението домаќин ги поздрави гостите од неколку градови во Македонија, изразувајќи им добредојде на традиционалната прослава по повод тримерските обичаи на Струмица. Таа им посака пријатно и весело дружење во карневалска и тримерска Струмица и уште многу години така да се среќаваат, дружат и забавуваат.

Присутните пензионери ги поздрави и претседателот на Собранието на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија Добре Иванов, кој се заблагодари на Здружението на пензионери на Струмица, кое го организира ова традиционално дружење и забава, а на пензионерите им посака добро здравје и долг живот, како и пријатно и весело дружење и забава. По поздравните говори следуваше настап на хорот при ЗП Струмица, кој изведе кратка претстава и го прикажа тримерскиот обичај што традиционално со вековни се одржува во Струмица за време на почетокот на Велигденските пости, Прочка и на Струмичкиот карневал, на кој обичај е роднините и пријателите на армасникот (свршеникот) да одат маскирани со маски во домот на армасаната (свршената) девојка, каде што се пеат еротски песни и се јаде посна храна. По нивната тримерска точка и претстава, дружењето и забавата продолжи во расположена и весела атмосфера, со многу песни и ора на пензионерите од гостинските градови и здруженија. Забавата траеше околу пет часа, време во кои се дружеа во весела, распеана и разиграна атмосфера. По завршувањето на забавата, гостите пензионери со убави впечатоци и импресии си заминаа од градот под Царевите кули, среќни и радосни што поминаа еден убав и содржаен ден.

Т. Караколев

Промоција на моите дела

На 24.2.2026 година во „Клубот на љубителите на книгата“, при ЗП Солидарност – Аеродром, Скопје имаше промоција на целокупното мое творештво. Салата со преубав топол домаќински амбиент беше преполна со љубители на пишаниот збор, љубители на книгата.

Благодарност до претседателот на ЗП Аеродром што оваа вечер нивниот клуб го направи дом на моите книги. Благодарам на претседателката на СЗПМ Станка Трајкова и извршниот секретар на СЗПМ Менка Темелковска што со своето присуство му дадоа посебен белег на овој настан. Претседателката Трајковска со пригодни зборови се обрати до присутните и зборуваше за местото и значењето на книгата во СЗПМ. Меѓу другото истакна дека СЗПМ дава и финансиска поддршка на пензионерите кои творат. Со задоволство зборуваше и за моите книги, особено за оние што таа ги прочитала.

Посебна благодарност до Јован Мазгански што целата организација на настанот беше негова и многу исцрпно зборуваше за сите мои дела. Благодарност до мојата талентирана пријателка Душанка Крстева што врвно уметнички зборуваше за моето творештво и прочита дел од него. Благодарност и до професорката д-р Ванѓа Радевска која даде осврт на мојата стихозбирка „Со повод“.

Благодарноста ќе ја потрошам за моите пријатели Наташа и Игор Златанови кои овој убав момент го споделија со мене.

Се промовираа моите романи: „Карма“, „Десетка+џокер=политика“, „По корените на мајка ѝ“, „Ангелите не заминуваат“ и „И беше тоа“, стихозбирките: „Светот во мене и светот до мене“, „Текстилки“ и „Со повод“ и сликовницата во стихови за деца во три дела, со

наслов „За сите деца“ (секој дел посебно испечатен).

Од настанот упативме порака:

„Читајте ги книгите, тие се духовна храна. Ако духот е нахранет, телото не е гладно“.

Јас би додала: „Ако ги прочитате моите книги, верувам дека ќе бидете многу сити“.

Марија Моневска

ЗП КАРПОШ

Формиран Клуб на љубители на книгата

Минатата година се воведоа новини во здружението, се формираа клубови за љубителите на книгата. Пензионерите се активираа во интелектуална насока и почнаа на иницијатива на членовите поддржани од Комисијата за културно-забавен живот се основа клуб на љубители на книгата. Во огранокот Влае се организираат курсеви по англиски јазик, во огранокот Тафталиџе 1 и 2 и Карпош 3 и 4 е комплетирана библиотека, волонтерски собрана, а во огранокот Карпош 1 и 2 многу често се практикува читање поезија и проза, од пензионери кои го сакаат пишаниот збор.

Членовите на клубовите иницираат создавање сопствена библиотека, а најавија дека се подготвени да донираат книги со што ќе се зголеми литературниот фонд. Во овие клубови на љубители на книгата никогаш не е здодевно, затоа од тоа се разговара за впечатоците од прочитаната книга, се дискутира и се разменуваат идеи, се читаат делови од некои книги и на тој начин се разбудуваат иницијативи. Она што е интересно, е фактот дека на овие средби повремено ќе бидат поканети истакнати и веќе докажани македонски творци.

Во огранокот Карпош 1 и 2 особено се истакнува активноста на Васка Гиновска, во огранокот Влае Виолета Лазаревска. Бевме поканети од Клубот на љубителите на книгата при ЗП Солидарност – Аеродром, каде што имаше презентација на збирка песни од нивен член.

Убаво е оваа активност да биде поттик и патоказ за во иднина, како треба да дејствува едно пензионерско

здружение. На нашата генерација приоритет и е другарството, дружењето и довербата. Генерација која беше учена да си ја сака својата земја и генерација која немаше многу, а всушност имаше и има се.

Д. Јовановиќ

ЗП ГЕВГЕЛИЈА

Ранопролетни активности

Активот на жени пензионерки со поддршка на претседателот на ЗП Гевгелија во манастирот Свети Трифун во близина на селото Стојаково го прославија 14 февруари денот на лозарите. Со музика и ора пензионерите поминаа една убава дружба. Времето беше убаво и се служеше манастирски ручек. Овој ден се слави како ден на православниот светец свети Трифун, кој е заштитник на лозјата и лозарите, а се смета и за заштитник на здравјето. На овој ден, помладите го слават свети Валентин, заштитник на заљубените. И двата празника ги поврзува виното и љубовта. Затоа, на овој ден насекаде околу нас сè е во знакот на љубовта и на виното, се' е црвено како виното и како бојата на љубовта.

Покрај оваа, пензионерските активности имаа уште една дружба. Тие учествуваа на манифестацијата „Бла-ќето на баба“ кое се одржа на 19 февруари во Росоман.

Исто така, пензионерскиот поетски клуб од Гевгелија во чест на празникот 8 Март организира поетска вечер насловена „Со сета љубов на светот“. Во воведниот дел

Кирил Кангов, кој е член на Друштвото на писателите на Македонија, даде кратко излагање за значењето на 8 Март, Меѓународниот ден на жената. Музичката илустрација беше од Миле Попов, а свои лични творби читаа Нада Петкова, Драга Дагалева, Соња Мимиева и Кирил Кангов. Пензионерите покажаа дека нема старосна граница за оние кои сакаат да пишуваат поезија, да творат. Празникот 8 Март пензионерите го прославија во пријатна атмосфера со песни и ора.

Јанка Узунова

ЗП ТЕТОВО

На Републичката ревија на песни, музика и игри 2026 домаќин ќе биде ЗП Тетово

И покрај фактот што повеќе здруженија на пензионери, членки на СЗПМ изразиле подготвеност за да бидат домаќини на овогодишната Републичка ревија на песни, музика и игри, на заедничкиот работен состанок на раководството на СЗПМ предводена од Претседателката Станка Трајкова и потпретседателот на Музафер Муртезани на СЗПМ со раководството на ЗП Тетово одржан на 12 март 2026 година во просториите на ЗП Тетово, беше одлучено Тетово да биде кодомаќин заедно со СЗПМ за одржување на оваа значајна пензионерска културна активност.

Претседателката Трајкова рече дека врз основа на одличната меѓусебна соработка на СЗПМ и ЗП Тетово, искуството на активистите на ова здружение како и условите кои ги нуди Центарот за култура во Тетово, градот под Шара ги исполнува сите потребни услови за одржување на Републичката ревија. На оваа треба да се додаде и долгото искуство на тетовските пензионери, кои секогаш биле на ниво на задачата, истакна меѓу другото Претседателката на СЗПМ Станка Трајкова.

Селекторот на Регионалната и Републичката ревија на песни, музика и игри, Томче Стојков се задржа на техничките услови за реализација на овие културни настани. Центарот за култура во Тетово, како амбиент е идеален за одржување на ревијата. Салата има 600 места, бината е солидна, а добри се и другите услови неопходни за одржување на ревијата, подвлече Стојков.

Претседателот на ЗП Тетово Селвер Мемети заедно со неговите поблиски соработници се сложија со за идејата на СЗПМ, ЗП Тетово да биде домаќин на Републичката ревија на песни, музика и игри. При тоа Мемети на гостите од СЗПМ им вети дека ќе работат во континуитет со цел Ревијата во Тетово, која ќе се одржи во текот на месец јуни оваа година, да биде што поквалитетна на задоволство на сите учесници.

М. Мурсели

Пролетна радост и зрела мудрост

Пролетта секогаш пристигнува со тивка лежерност, но носи сила која го буди светот – мирис на земја, светлина на нови лисја и радост во чекорот на децата што играат по улиците. За луѓето во зрелите години, ова не е само уште една промена на годишното време, туку вистинска покана да се обнови и душата: да се дише полесно, да се чувствува подлабоко, да се оживее она што било задремано.

Во такви моменти, вредно е да се сетиме на ликовите што од литературата ни оставиле патокази. Достоевски, преку своите чисти и благородни фигури – Аљоша Карамазов, кнез Мишкин – ни покажува дека човековата величина не се мери со моќта, туку со добрината што ја носи и споделува, дури и кога животот притиска. Зрелоста, во оваа насока, не значи замор, туку продлабочување; не значи тивко повлекување, туку тивко растење.

Толкиновите јунаци – Сем, Фродо, Гандалф – нè потсетуваат дека најголемата храброст се раѓа во мирните срца: во оние што избираат добрина секој ден, во малите дела, во спокојните мисли. Нивната мудрост е лесно применлива дури и во секојдневието на постарите – како потсетник дека пролетта секогаш дозволува повторно да станеме подобри.

Пролетната природа е најдобриот сојузник во тоа созревање. Цветовите што се будат, реките што се разлеваат со нова сила, свежиот воздух што ги исполнува градите – сето тоа го потсетува човекот дека животот непрекинато се обновува. Знаењето кое тивко го пренесувале мудрите духовни учители ни зборува дека човекот созрева, кога го насочува вниманието кон својата внатрешна светлина, кога го негува мирот, а не немирот.

Во таа атмосфера, лесно е да се замисли и една пролетна сцена по Реноар: дрвјата облеани со мека златна светлина, тревата како килим од мали бои, лицата осветлени од оној топол, живописен сјај што Реноар го овековечил во своите дела. Децата трчаат низ паркот, една жена ја носи кошницата со цвеќиња, а во далечината водата блеска како да свири тивка мелодија. Слушајќи пак, музичко дело од Рахмањинов, доживуваме топла, длабока, мека носталност, која го допира телото и духот истовремено.

Тоа е силата на психосоматиката: кога човек гледа убавина, слуша убавина и мисли убавина, телото реагира со леснотија, а душата со радост. Затоа оваа пролет е идеален момент постарите луѓе да направат мал, но благороден чекор кон себе: прошетка покрај вода, кратка молитва на тераса, разговор со внучиња, садење на јорган, слушање на лечебна музика.

А летото што доаѓа ќе биде продолжение на истата приказна: време за повеќе светлина, повеќе движење, повеќе благодарност. Бидејќи вистинската зрелост не е крај, туку прекрасно продолжение – период кога човек конечно учи да живее со светлина, мир и насмевка што доаѓа од најдлабокото место во него.

Маја Белева

Телефонска линија за пензионерите

Во Сојузот на здруженија на пензионери на Македонија членуваат 53 здруженија на пензионери во кои се здружени преку 340 000 пензионери. Многумина од пензионерите се соочуваат со пречки и предрасуди, кои често ги спречуваат да се соочат со предизвиците, да запознаат нови луѓе, да го пренесат своето мислење, со кои да позборуваат за своите проблеми или да ги постигнат саканите цели. Имајќи го предвид ова, на 4 август 2020 година во Сојузот започна со работа хуман проект, кој има повеќе значајна важност, „Ало – Пензионерски прашања", слободна телефонска линија за пензионерите, на која тие можат да се јавуваат на телефонскиот број 02 3213 227 која линија е отворена за пензионерите секој вторник и четврток од 10 до 12 часот во Сојузот. На овој начин се потврдува грижата за пензионерите со цел да добијат одговори на нивните психолошко–социолошки и здравствени проблеми, или да остварат обична комуникација и иницијативи од доменот на материјалниот статус на пензионерите, на усогласување на пензиите, здравството, социјалното домување, остварување на традиционалните активности, инклузијата, давање помош и грижа на пензионерите како возрасни лица, да се донесе позитивната листа на лекови или субвенционирање на цените во приватните старски домови и за многу други прашања. Одговори даваат стручни и компетентни лица ангажирани од Сојузот, но во граница на нивните можности и знаења, но на некои прашања дополнително ќе биде одговорено. Оттука, прашањата ќе предизвикаат и нови проекти и ангажирања на Сојузот, сè со цел, животот на пензионерите да биде поквалитетен, посодржаен, а нивниот стандард подобар. На овој начин, Сојузот ја потврдува грижата за пензионерите со цел да добијат одговори на нивните прашања, или да ја реализираат комуникацијата со што ќе се потврди значењето на телефонскиот повик и потребното внимание за луѓето во третата доба.

В. Пачемски

ЗП ЦЕНТАР

Здружение пример за успешно домаќинско работење

ЗП Центар на 5 март 2026 ја одржа тринаесеттата седница на Собранието со обемен дневен ред. На истата, што ја водеше претседателката на Собранието Љубинка Крстева, најнапред беа усвоени записниците од претходната седница, како и од свечената седница на Собранието, со која беше одбележана 72–годишнината од постоењето на ова првоформирано здружение во Општина Центар.

Членовите на Собранието го разгледаа и усвоија и извештајот за работата за минатата година. Беше нагласено дека Здружението во 2025 година, спроведе многу активности од јавен интерес и од интерес на членовите на здружението. Покрај програмските активности, беа реализирани и заеднички активности со Здружението на просветните работници на Скопје и со Здружението „Здрав систем – здравје за сите". Исто така, беа реализирани низа проекти заедно со Општина Центар, меѓу кои донации за матуранти и полуматуранти, работилници во основни училишта на кои пензионерките ги подучуваа учениците за везење, плетење, шиење и месење, потоа одржани се и повеќе обуки и предавања меѓу кои курсот по англиски јазик и предавањата за одржување на машкото здравје, во соработка со СЗПМ и Систина. ЗП Центар учествуваше и на регионалните и на Републичките спортски натпревари каде што се постигнати солидни резултати, а членството беше и редовно информирано за услугите „Итно копче" и транспорт на болни до медицинска установа во организација на Општина Центар и Црвениот крст.

Поширока расправа имаше и за извештајот за завршната сметка на ЗП Центар во 2025 година, поднесен од Надзорниот одбор. Во дискусијата во која учествуваа Дончо Герасимовски, Валериј Стефановски, Василка Цветковска, Љубомир Илиев, Миле Цветановски и други, беше нагласено дека Здружението работело согласно со законските прописи и домаќински, дека расходите се во рамките на планираното. Надзорниот одбор на здружението констатира дека извори на приходите се од членарината, закупнината, каматата и донациите.

Врз основа на податоците Здружението во 2025 година остварило вкупни приходи 6.726,587,00 денари, вкупно расходи 3.970,999,00 и остаток од 2.755,588,00 денари.

На седницата на Собранието, претседателот на ЗП Центар, Злате Стефановски изнесе уште некои важни информации за членовите и тоа: ЗП Центар има договор за бањско лекување со 3 бањи во Републиката: Негорци, Катланово и Дебарски Бањи – Цапа. Пензионерите со пензии до 21.000 денари, имаат бесплатно лекување во нив. Пензионерите чии пензии не надминуваат 21.000 имаат право и на бесплатно болничко лекување и друго. Исто така, претседателот Злате Стефановски информираше:

– Веќе сме во подготовки за Регионалната фолклорна ревија што ќе се одржи на 30 април, на која ние сме домаќини, а на 22 април како здружение ќе учествуваме и на свеченоста што ја организира СЗПМ по повод 80–годишнината од пензионерското организирање во Македонија. По третпат ќе се организира поетско–литературната манифестација „Моќта на поезијата" во соработка со Општина Центар и Здружението на просветни работници на Скопје. За своите членовите, ЗП Центар обезбедува полиси за животно осигурување без ограничување на годините, со уплата на 300 од 900 денари годишно. За сите детали пензионерите можат да се јават на телефонскиот број на здружението, 02–3230 102 од 9 до 11 часот.

Ц. Илиева

ЗП СОЛИДАРНОСТ - АЕРОДРОМ

Одбележан 16-ти роденден на огранокот Јане Сандански

На 23 декември 2025 година, се одбележа 16–тиот роденден на огранокот Јане Сандански при ЗП Солидарност – Аеродром. За пензионерите овој ден има посебно значење, бидејќи се споделуваат резултатите од активностите и од работата во текот на една година. На овој ден пензионерите се потсетуваат на заедничките активности во областа на спортот, фолклорот, на екскурзии, прошетки, на посета на културни обележја и друго. Постигнатите успеси кои се сумираат на овој ден претставуваат нов почеток за уште поголемо вложување на пензионерите. На свеченоста присуствуваа претседателот на ИО на ЗП Солидарност – Аеродром Никола Маркоски, претседателот на Собранието, секретарот, членови на одбори. Обраќање имаше претседателката на огранокот Јане Сандански Виолета Кусева, која се заблагодари на присуството на поканетите истакнувајќи ги значајните активности, посветеноста во изминатиот период како што се грижата за пензионерите со ниски примања, со нарушено здравје, како и посета на пензионери во одминати години. Како значајна активност на пензионерите во огранокот Јане Сандански претседателката Кусева го спомена Активот на пензионерки кој претставува еден од столбовите на секое здружение.

– Во досегашното работење Активот ги сплотуваше пензионерките во сите планирани активности, тие ќе продолжат и понатаму да работат во достигнување нови успеси. Свое обраќање имаше и претседателот на ИО Никола Маркоски. Тој ги поздрави присутните, го честита роденденот на огранокот и со пофални зборови се обрати кон пензионерите за нивната посветеност, за нивниот несебичен придонес и идеите што го прават огранокот Јане Сандански место за почит.

М. Мишковска

ПЕНЗИОНЕР плус

Весник за сегашните и за идните пензионери

Издавач: СЗПМ

Година XIX – број **209**
март 2026 година

БЕСПЛАТЕН МЕСЕЧЕН ВЕСНИК

Издавачки совет:

Станка Трајкова (претседател)

Добре Иванов
Музафер Муртезани
Менка Темелковска
д–р Веле Алексоски
Славко Трајкоски
Гидо Бојчевски

Редакциски одбор:

Калина Сливовска - Андонова
главен и одговорен уредник

Васил Пачемски
уредник

Членови:
Верица Тоциновска
Кирил Ристески
Јасмина Тодоровска
Трифун Донев
Димитар Јаковлев

Лектор:
Верица Тоциновска

Адреса:

СЗПМ Бул. „Кочо Рацин"
бр. 14 – Скопје
П.фах. 440

Телефон: 02 3223 710
тел–факс: 02 3128 390

Web: **www.szpm.org.mk**
E-mail: **vesnik@szpm.org.mk**

Компјутерска обработка:
Томе Ангеловски

Печати:
Печатница Серафимовски – Скопје

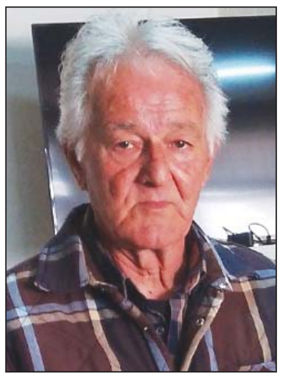
Дистрибуција: „Нова Македонија"

Ракописите и фотографиите не се враќаат.

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

ЗП Ново Село - лична карта

Здружение на пензионери Ново Село
ул. „19 септември“ бр. 56 - Ново Село
Тел. 034 355 100; моб. 075 242 380
e-mail: zpnovoselo@yahoo.com



Јовица Миросављевиќ
претседател на ИО на Собранието и на ЗП Ново Село

Здружението на пензионери на Општина Ново Село е формирано на 18 декември 1997 година со 800 пензионери. Од самото формирање до денес функционира како самостоен субјект. Со формирањето, во него биле опфатени пензионерите од сите рурални и урбани населени места во Општина Ново Село. Досега претседатели на здружението биле: Љубин Љачев, Никола Калпачки, Илија Ковачев, Стојан Цветанов и актуелниот претседател Јовица Миросављевиќ. Највисок орган е Собранието кое брои 23 членови на кое претседател и на Извршен одбор е Јовица Миросављевиќ. Здружението има Извршен одбор составен од 9 членови и Надзорен одбор од 3 членови. Во него функционираат 7 комисии и тоа Статутарна комисија, Изборна комисија, Комисија за културно–забавен живот, Комисија за спорт и рекреација, Комисија за жалби и поплаки, Верификациона комисија, Кандидациона комисија и Актив на пензионерки.

Во оваа 2026 година, здружението веќе опстојува 29 години. Во своето чекорење секогаш се движело во нагорна линија и тоа како со зголемување на членството, така и со надградба на повеќе активности. Моментално во здружението членуваат околу 2 000 членови, кои на еден или друг начин го сметаат за свој втор дом. Во ова големо семејство има место за сите луѓе од третата доба, без разлика на претходните работни обврски, на стручното образование, како и на национална, етничка и верска припадност. Од формирањето до денес здружението има активна улога во сите случувања и претставува важен сегмент во збиднувањата во општината и пошироко.

ЗП Ново Село активностите територијално ги спроведува преку своите клубови во повеќе урбани и рурални средини. Има отворено клубови на пензионери во Сушица, Мокриево и Смолари. Во ЗП Ново Село членуваат пензионери од Сушица, Зубово, Колешино, Борисово, Мокриево, Мокрино, Смолари, Дражево, Старо Коњарево, Ново Коњарево и Самоилово организирани во 12 ограноци.

ЗП Ново Село работи по Програма за работа што е донесена на крајот од годината за наредната година, како и според финансиски план, усвоен за наредната година. Од постоењето до денес здружението работи согласно со Статутот кој во чекор со времето се коригира во согласност со општествените текови од животот. Основните цели на здружението се дефинирани со Статутот и тоа: хуманитарни активности, културно–забавен живот, спорт и помош на членови со ниски примања по разен основ. Целокупните настани и активности функционираат според донесените годишни програми.

Во организација на ЗП Ново Село, на 10 август 2014 година, се одржа Еко средба по повод 1000 години од Самоиловата битка на планината Беласица и големиот верски празник Св. Пантелејмон. На средбата присуствуваа пензионери од повеќе здруженија и тоа од Струмица, Радовиш, Гевгелија, Штип, Свети Николе, Лозово, Берово, Делчево, Злетово, Пехчево, Виница и Валандово. Во име на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија се обрати Станка Трајкова, тогашен секретар на Извршниот одбор на Сојузот, која истакна дека СЗПМ поддржува вакви средби бидејќи тие се можност пензионерите да излезат од своите домови, да се дружат и да го збогатат својот социјален и културен живот. Со посета на овие простори пензионерите покажаа дека не треба да се заборават храбрите самоилови војници на чии гробови сега цутат пурпурни цветови кои сонцето нежно ги гали. Пензионерите на овој ден имаа можност да ги посетат и познатите Колешински, Смоларски и Габровски Водопади, како и Мокринските Извори. Заедничка веселба се одржа во ресторанот „Сонце“ во с. Борисово каде што учесниците од различни градови на нашата држава покажаа желба за заедништво, другување и пријателство. Пензионерите се приклучија и на „Пеуталбарските средби ПИРОГ 2014“ кај Самоиловата крепост од 1014 година сместена на падините на Беласица, која е позната и по името „светликава планина“, а орото беше меѓугенерациска дружба која долго ќе се памети.

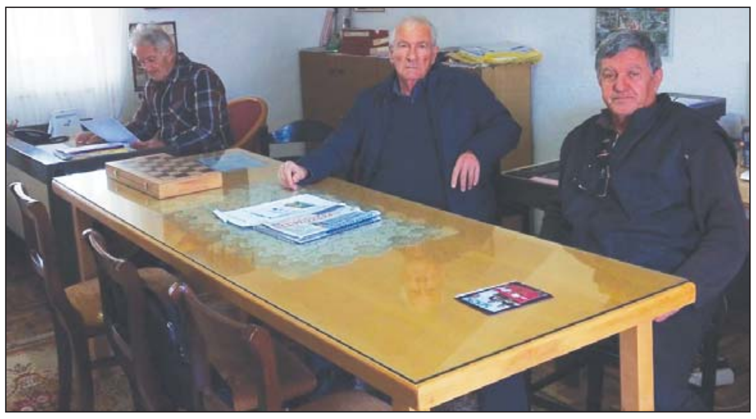
Во организација на СЗПМ, на 18 јуни 2024 година, се одржаа 28–те регионални пензионерски спортски натпревари од седмиот регион. ЗП Ново Село, беше успешен домаќин, а во натпреварите учествуваа пензионери спортисти од здруженијата од Штип, Радовиш, Струмица, Свети Николе, Лозово и домаќинот Ново Село. Пред поголем број пензионери и граѓани, љубители на спортот, 250 учесници си ги одмерија силите и покажаа добра физичка подготвеност во 11 спортски дисциплини, во машка и женска конкуренција. На свеченото отворање на натпреварите, присутните ги поздрави домаќинот на овие игри и претседател на ИО на ЗП Ново Село, Јовица Миросављевиќ, кој им посака добредојде, фер натпревари, спортска среќа и добра забава и изрази задоволство што ова здружение е домаќин на регионалните спортски натпревари од 7 регион. Тој им посака на натпреварувачите да дадат се од себе, да постигнат што подобри резултати за себе, но и за своето здружение. Спортските натпревари за отворени ги прогласи претседателката на ИО на СЗПМ Станка Трајкова, која потенцираше дека со спортувањето се продолжува активното стареење на пензионерите и нагласи:

– Спортските натпревари преку сите 53 здруженија опфаќаат голема бројка на пензионери и од година во година се сè помасовни и поуспешни. Натпреварите добиваат и во квалитет, а ги афирмираат и здруженијата и СЗПМ, па затоа се поддржани и од локалните самоуправи на градовите домаќини. СЗПМ е организатор на овие активности, – истакна меѓу другото Трајкова. Најдобри резултати на спортските натпревари постигна ЗП Штип кои освоија 9 први места. Најдобрите, односно екипите кои ги освоија првите места се натпреваруваат и на Републичките спортски натпревари. По завршување на натпреварите пензионерите спортисти се дружеа со песна и оро.

Здружението настојува да ја прошири мрежата на пензио-

нерски клубови за престој на пензионерите и организирано користење на слободното време. Во таа насока се настојува вакви клубови да се отворат и во оние урбани и рурални населби каде што за тоа постојат услови, во прв ред на изнаоѓање простор кој ќе биде финансиски одржлив и рационално искористен. Во областа на здравствено–социјално хуманитарната ориентација, посебно внимание посветува на парична помош на болни пензионери. Се организираат предавања за срцевите заболувања и спроведување акции за мерење притисок и шеќер во крвта. Културно–уметничкото творештво е застапено во програмата на здружението. Креатор на активностите е Комисијата за културно–забавен живот. Здружението посебно внимание обрнува на физичката култура и спортот. Ќе се продолжи традицијата за организирање екскурзии до одредени дестинации, атрактивни за членовите. Во остварување на програмските задачи, органите на здружението, во своето дејствување, ќе соработуваат со СЗПМ, локалната самоуправа, со Црвениот крст, како и со другите здруженија на пензионери од државата и од странство.

СЗПМ



Одбележан 8 Март - Меѓународниот ден на жената

Меѓународниот ден на жената 8 Март, во ЗП **Свети Николе** го прославија на пригоден и свечен начин. Пред почеток на свеченоста претседателот на здружението Штерјо Ѓоргиев ги поздрави пензионерките, им го честиташе празникот со желба за добро здравје, понатамошно дружење и активно стареење. На секоја пензионерка и подари по една роза. Околу 80 пензионерки со песни и ора доживеаја преубави моменти полни со радост и добро дружење.

По повод Меѓународниот ден на жената 8 Март, во Струга се одржа марш, на кој се приклучи и Активот на пензионерки при **ЗП Струга,** под мотото „За секоја што молчела – ние зборуваме" и „Гласови што не молчат", со цел подигање на свеста за правата на жените и за борбата против насилство. Беше упатен и повик за тивок марш, кој се одржа низ централното градско подрачје. По завршувањето на маршот официјални обраќања имаше од страна на градоначалникот на Струга, како и од претставници на ЗРА Аква. Во рамките на настанот се одржа и свечено потпишување меморандум за соработка, со кој се предвидува формирање Совет за превенција од семејно и сексуално насилство, како и иницијатива за отворање советувалиште за жртви на насилството.

На 7 март 2026 година во **ЗП Штип,** околу четиристотини пензионери го прославија денот на жената. Претседателот Ристо Нетков ги поздрави присутните и гостите од Македонска Каменица, Велес и Градско, од Радовиш и Конче, со кои ЗП Штип има добра соработка. На пензионерките им го честиташе празникот, им посака добро здравје и долг живот. Стојка Шалева, претседателка на Активот на пензионерките при здружението, ги поздрави и нагласи дека жените се силни и нежни мајки, тие го носат родот и го одгледуваат потомството, во пензионерските години тие ги чуваат внуците, а слободното време го користат да се дружат и да придонесуваат во здружението. Со песни и оро продолжи забавата со „Форца бенд". На крај, беше откриено изненадувањето на лотаријата. Телевизорот го добија гостите од Градско. На 8 Март од страна на СБШ, пред бистата се оддаде почит на паднатите жени борци и хероини Вера Циривири–Трена и Вита Поп Јорданова–Цена.

На 6 март 2026 година, во пензионерскиот дом во Пробиштип, претседателката на Активот на пензионерките Јовка Петрова организираше претпразничен коктел во соработка со претседателот на **ЗП Пробиштип**, Груица Манасиевски. Претседателката Петрова зборуваше за активностите кои во текот на годината беа реализирани од активистките. Го истакна и значењето на празникот 8 Март, улогата на жената мајка, сопруга и баба како составен дел на општеството, животот на жената некогаш и денес, нејзината истрајност и пожртвуваност за семејството и истрајност во пронаоѓањето на вистинското место во рамките на општеството. Претседателот на здружението се заблагодари на присутните пензионерки за постигнатите успеси во текот на изминатата година. Некои од жените читаа поезија. По рециталот, сите пензионерки во знак на почит добија по еден каранфил од претседателот на здружението.

Секоја година, Активот на пензионерки при здружението на пензионери при **ЗП Прилеп** организира повеќе активности по повод Денот на жената Осми март. Во централниот клуб на здружението околу 200 пензионерки свечено се дружеа и забавуваа со убава музика. Пензионерките ги поздрави претседателката на активот Снежана Димеска, која го истакна историското значење на овој за жените значаен ден. Им подари по еден каранфил на сите присутни пензионерки честитајќи им го Денот на жената. Посебни честитки пензионерките добија и од претседателот на здружението Славко Трајкоски.

Ние како здружение сме најактивни во поглед на организираните вакви и слични активности. Во нашето здружение како ретко каде во другите здруженија на пензионери, местото на пензионерките е застапено со нивно членување. Осми март, од пензионерките беше одбележан во сите ограноци на ЗП Прилеп.

Активот на пензионерки при **ЗП Кичево**, предводен од претседателката Светлана Крстеска, свечено го одбележа Меѓународниот ден на жената 8 Март. Во претпладневните часови, организирано ја посетија детската градинка „Олга Мицеска". Во дворот на градинката, пред спомен–бистата посветена на кичевчанката, жената борец Олга Мицеска, положија свежо цвеќе во знак на почит. Градинката со гордост го носи нејзиното име. Во вечерните часови на празникот, повеќе од 50 пензионерки од ЗП Кичево имаа заедничко дружење, каде што со музика и песни го прославија празникот.

ЗП Крива Паланка и Ранковце за своите членки организираше осмомартовско дружење на 5 март 2026 година. На присутните најпрво им го честиташе празникот претседателката на Активот на пензионерки Анка Стојановска, која зборуваше за значењето на празникот. Претседателот на Здружението Трајче Давидовски им го честиташе претстојниот празник и им посака добро здравје и убаво дружење. На прославата присуствуваше и градоначалникот на Општина Крива Паланка Сашко Митовски кој исто така им го честиташе 8 Март. Градоначалникот Митовски на секоја пензионерка и подари по една ружа во знак на внимание и почит. Пензионерките од ограноците Петралица и Ранковце од Општина Ранковце не можеа да дојдат на осмомартовското дружење во Крива Паланка, затоа ЗП организираше и дружење на 7 март 2026 година во Општина Ранковце. На средбата присуствуваше претседателот на ЗП Трајче Давидовски кој им го честиташе претстојниот празник Денот на жената. Градоначалникот на Општина Ранковци Даниел Павловски им го честиташе Меѓународниот ден на жената и во знак на почит им подари по едно цвеќе.

По повод 8 Март Денот на жената, членовите на Извршниот одбор при **ЗП Ѓорче Петров,** донесоа Одлука со која се организира бесплатна еднодневна екскурзија за пензионерките од здружението. Тие ги посетија Урошевац, Брезовица, а во селото Штрпце со заедничко другарување го прославија празникот 8 Март. Пензионерките од активот кои учествуваа во екскурзијата искажаа позитивни импресии од посетата и упатија благодарност до ИО за грижата кон жените пензионерки од здружението.

Пензионерскиот поетски клуб од **ЗП Гевгелија** во чест на празникот 8 Март, организираше поетска вечер насловена „Со сета љубов на светот". Во воведниот дел Кирил Кангов кој е член на Друштвото на писателите на Македонија, даде кратко излагање за значењето на 8 Март. Музичката илустрација беше од Миле Попов а свои лични творби читаа Нада Петкова, Драга Дагалева, Соња Мимиева и Кирил Кангов. Празникот 8 Март пензионерите го прославија во пријатна атмосфера, каде што се дружеа со песни и ора.

Во организација на Комисијата за културно–забавен живот на **ЗП Тетово**, на 7 март 2026 година, беше организирана и реализирана средба со жени пензионерки. На оваа традиционална средба учествуваа над 230 жени пензионерки. На присутните пензионерки им се обрати Мирко Јовчевски, претседател на Собранието на ЗП Тетово, кој откако во името на раководството ги поздрави, им го честита празникот, им посака добра забава и расположение. Претседателот Јовчевски пред присутните жени пензионерки зборуваше и за историјата на 8 Март, заложбите на жените за остварување на нивните права, придонесот на понежниот пол за општиот развој на општеството. Пред присутните пензионерки зборуваше и Софија Симовска, претседател на Активот на жените при ЗП Тетово и член на ИО на СЗПМ. Симовска ги покани пензионерките во што поголем број да се вклучат во пензионерските активности во ЗП Тетово.

Од дописниците

MBLEDHJA E 33-TË E KËSHILLIT EKZEKUTIV TË LSHPM

Të gjitha vendimet njëzëri të aprovuara

Më 19 mars 2026 u mbajt mbledhja e 33-të e Këshillit ekzekutiv të Lidhjes së shoqatave të pensionistëve të Maqedonisë. Mbledhjen e kryesonte Kryetarja e KE dhe Kryetare e LSHPM Stanka Trajkova. Përveç anëtarëve të Këshillit ekzekutiv, morrën pjesë: Dobre Ivanov, kryetar i Kuvendit të LSHPM, Mitre Stojanovski, kryetar i Këshillit Mbikëqyrës të LSHPM dhe dr Fidanço Stoev, kryetar i Forumit jurudiko-ekonomik.

Fillimisht në mbledhje Kryetarja Trajkova i përshëndeti dhe u dëshiroi mirëseardhje të pranishmëve, e më pas i informoi për dy aktivitete ndërmjet dy mbledhjeve të kaluara të KE dhe tha:

- Në këtë mesperiudhë Lidhja vepronte sipas vendimit të aprovuar nga KE për realizim aktivitetesh për shënimin e jubileut të 80-të "80 vjet ekzistim të organizimit pensional në vendin tonë" dhe në këtë linjë tha se disa aktivitete kanë përfunduar dhe disa janë në vijim. Mbledhja solemne do të mbahet më 22 prill 2026 në sallën e LSM me fillim në ora 11. Në mbledhje përskaj anëtarëve të kuvendit do të marrin pjesë mysafirë të dalluar.

Paralelisht me këtë aktivitet në Lidhje bëhen përgatitje edhe për mbajtjen e defileve të këngëve, valleve dhe muzikës, si dhe të Defilesë republikane që do të mbahet në SHP Tetovë, në Pallatin e kulturës ndërmjet datave 1 dhe 7 qershor 2026.

Më pas Kryetarja Trajkova e shpalosi në pika të shkurtëra Propozim-Raportin financiar për punën e Lidhjes për 2025. Ajo mes tjerash theksoi që ky raport do të shqyrtohet edhe në Kuvend dhe do të plotësohet me diskutime. Posaçërisht theksoi se do të plotësohet me dy segmente: mbrojtje e të drejtave të fituara nga sigurimi pnsional dhe invalidor me masa për përmirësimin e statusit material të shfrytëzuesëve të pensionit, sipas kërkesave të Lidhjes që vazhdimisht aktuelizohen, por edhe si aktivitet të mbështeten propozimet e Lidhjes dërguar Ministrisë për politikë sociale, demografi dhe të rinj në grupin punues për reforma të sistemit pensional.

Sipas Propozim-Raportit vjetor financiar të Lidhjes për 2025 fjalën e morri Menka Temellkovska, sekretare e Lidhjes e cila tha se Lidhja ka realizuar të ardhura prej 10.407.360 denarë dhe gjithsejt të dala prej 9.672.952 dhe ka tepricë të ardhurash prej 734.408 denarë duke punuar sipas akteve pozitive ligjore dhe planeve për 2025.

Mitre Stojanovski, kryetar i Këshillit mbikëqyrës të LSHPM e elaboronte Raportin e Këshillit mbikëqyrës duke theksuar që Lidhja ka punuar ekonomikisht, me nikoqirllëk dhe konform akteve ligjore. Ai shpalosi edhe Raportin e revizorit të pavarur dhe tha se Revizori nuk ka pasur asnjë vërejtje pët punën e Lidhjes në 2025.

Në mbledhje njëzëri u aprovuan edhe Propozim-Rekomandime për mbajtjen e zgjedhjeve në Lidhje dhe shoqata, për periudhën mandatare 2027-2031.

Kryetarja Trajkova theksoi se zgjedhja e delegatëve në Kuvendin e LSHPM duhet të përfundon deri më 28 shkurt 2027 që të mund të mbahen zgjedhjet në Lidhjen. Në mbledhje poashtu unanimisht pa vërejtje u aprovuan edhe:

Propozim-Vendim për miratimin e mjeteve për shoqatat e pensionistëve nikoqirë të garave sportive për 2026.

LSHPM

SHP STRUGË

Miratuan raportet për punën e shoqatës

Kuvendi i SHP Strugë më 28 shkurt 2026 i aprovoi raportin për punë, raportin financiar dhe raportin e Këshillit mbikqyrës për 2025. Mbledhjen e kryesonte Millorad Trposki, kryetar i SHP Strugë dhe Këshillit ekzekutiv të saj.

Fillimisht ai i përshëndeti delegatët dhe mysafirët e pranishëm. Me fjalë të zgjedhura në gjuhën shqipe të pranishmëve iu drejtua nënkryetari i Këshillit ekzekutiv, Minir Mamudi.

Kryetari i SHP Strugë në paraqitjen e tij foli për të gjithë raportet e vitit të kaluar, duke elaboluar në ko-

notim pozitiv dhe të arsyeshëm dhe theksoi se dokumentet e të gjitha organeve të shoqatës janë mirëmbajtur konform ligjit.

- Posaçërisht dua të potencoj kontributin e shoqatës sonë në punën e organeve dhe trupave të Lidhjes. SHP Strugë ka bashkëpunim të shkëlqyer me LSHPM, me vetëqeverisjen lokale, me shoqatat tjera në Maqedoni dhe me Kryqin e kuq, - theksoi Trposki.

Ai poashtu i numëroi aktivitetet dhe arritjet e shoqatës më 2025, duke analizuar rezultatet. Për punën materialo-financiare Trposki konkludoi se më 2025 është punuar me nikoqirllëk dhe mjetet financiare janë shpenzuar në mënyrë racionale dhe të planifikuar, që shihet edhe nga gjendja pozitive e llogarisë përfundimtare. Në mbledhje kujdes i posaçëm iu kushtua planit financiar për punë më 2026 që u sqarua nga Trposki. Ai prezantoi edhe akcente nga Propozim-programi për punë për 2026. Të ardhurat në masën më të madhe vijnë nga anëtarësia, kurse të dalat kryesore janë për mbajtjen e lojërave sportive, defiletë dhe ekskursionet, si dhe verimet. Shoqata është shembull për bashkëjetesë pasi në këtë shoqatë multietnike marrin pjesë maqedonas, shqiptarë, turq, vllehë, serbë, romë, etj. Vlerësim për dokumentet dha edhe kryetari i Këshillit mbikëqyrës Bllagoja Klimovski.

Pas diskutimit të gjerë dhe konstruktiv, të gjithë dokumentet njëzëri u aprovuan, me konkluzionin se programi është i hapur dhe mund të plotësohet edhe gjatë vitit, varësisht nga aktivitetet dhe mjetet financiare.

Në fund të mbledhjes u theksua se puna me nikoqirllëk dhe rezultatet e arritura janë suksese të shoqatës për vitin 2025 që paraqesin obligim, por edhe shtytje për punë ende më të mirë më 2026.

Pas mbledhjes fatkeqësisht kryetari i SHP Strugë Millorad Trposki ndërroi jetë.

Lavdi i qoftë!

Stojan Kukuneshovski

Recetat dhe udhëzimet do të digjitalizohet

Dokumentacioni mjekësor, udhëzimet, recetat, raportet dhe regjistrat do të digjitalizohen, me Propozim-ligjin për ndryshime dhe plotësime të Ligjit për evidencat nga fusha e shëndetësisë. Të gjitha entet publike dhe private patjetërsisht do të përdorin sistem të harmonizuar me sistemin nacional.

Gjithçka do të jetë digjitale dhe pacienti duhet vetëm të paraqitet në institucionin shëndetësor me dokument për identifikim personal. Mjeku do të ketë qasje në dosje dhe në historiatin e tërë shëndetësor të pacientit.

Me këtë zgjidhje ligjore, që këtyre ditëve do të vendoset në Sistemin nacional ENER, tejkalohen kufizimet e deritanishme në sistemin e evidencave shëndetësore dhe mundësohet udhëheqje e tyre e tërësishme elektronike përmes Sistemit nacional të evidencave elektronike në shëndetësi.

Si risi e rëndësishme e Ligjit, ministri Aliu e paralajmëroi pilot-projektin telemedicina, i cili në nivel nacional do të jetë i inkorporuar në shërbimet shëndetësore dhe do të trajtohet si shërbim shëndetësor tradicional. Pilot-projekti do të fillojë ndërmjet Shkupit, Dibrës dhe Dellçevës.

Do të ekzistojnë dy qasje. E para, do të krijohen qendra në të gjitha qytetet ku pacienti mund të shkojë e përmes video-konferencës të takojë specialistin në Shkup dhe të trajtohet nga largësia. Momenti i dytë është aplikacion mobil për të cilën veçmë është bërë specifikacion teknik se si duhet të duket. Pra do të ketë edhe aplikacion mobil që do të lidhet direkt me mjekun amë dhe mjeku amë mundet në largësi të dialogojë me pacientin dhe t'i shkruajë barna. Me këtë do të zgjidhen disa probleme, si për shembull çmimi i ulët i këtyre shërbimeve shëndetësore, kurse shërbimet shëndetësore që për momentin janë të limituara jashta Shkupit, do të jenë të qasshme.

(E huazuar)

Rregullore e re për realizimin e së drejtës për ndihmë dhe përkujdesje nga person tjetër

Ministri për punë sociale, demografi dhe të rinj Fatmir Limani solli Rregullore të re për realizimin e së drejtës për ndihmë dhe përkujde-sje nga person tjetër me të cilën bëhet hap i rëndësishëm kah thjeshtëzimi dhe përshpejtimi i procedurës për qytetarët, informojnë nga Ministria.

Me Rregulloren më detajisht rregullohet mënyra e dorëzimit të kërkesës, dokumentacioni i nevojshëm, mënyra e punës e komisioneve përkatëse dhe komisionit të shkallës së dytë, si dhe dhënia dhe evidentimi i vlerësimeve dhe mendimeve.

"Risia kyçe është që me kërkesën do të dorëzohet anamnezë, vlerësim dhe mendim për nevojën e ndihmës dhe përkujdesjes nga person i dytë, përgatitur nga komisioni i ekspertëve. Kjo risi sjell dy përfitime: për shërbimet profesionale - procedurë më e qartë dhe efikase; për shfrytëzuesit - procedurë e thjeshtëzuar dhe proces i përshpejtuar për të fituar të drejtën e kompensimit", thuhet në komunikatë.

Nga Ministria thonë se vazhdojnë me politikat për procedura të thjeshtëzuara, shërbime të përshpejtuara dhe mbështjetje më të madhe për qytetarët të cilët kanë më së shumti nevojë për mbështetje.

Rregullorja përmban mënyrën e realizimit të së drejtës për kompensim për ndihmë dhe përkujdesje nga person tjetër, formularin e kërkesës dhe dokumentacionin e nevojshëm, formularin e mendimit të dhënë nga mjeku amë për nevojën e ndihmës dhe përkujdesjes nga person i dytë, mënyrën e punës së komisionit profesional, përbërjen dhe mënyrën e punës së komisionit të shkallës së dytë, formën dhe përmbajtjen e dhënies së vlerësimit dhe mendimit për nevojën për ndihmë dhe përkujdesje nga person tjetër.

(huazuar)

SHP TETOVË

Ndihmë financiare për pensionistët me pensione të ulta

Shoqata e pensionistëve të Tetovës, bazuar në Vendimin e Këshillit ekzekutiv të saj, në prag të festave të Fitër Bajramit dhe Pashkëve ortodokse, nga buxheti i saj ndau mjete financiare për t'i ndihmuar pensionistët-anëtar të shoqatës, të cilët realizojnë pensione të ulta.

Komisioni i formuar enkas për këtë aktivitet pensional, në bashkëpunim me degët vendore, në pjesën e dytë të muajit Mars, realizoi aktivitetin e grumbullimit të dokumenteve nga pensionistët me pensione më të ulta. Kësaj radhe Komisioni vlerësoi se përfitues të ndihmës kësaj radhe mund të jenë pensionistë, pensionet e të cilëve nuk e kalojnë shumën e pensionit prej 21.500 denarë.

Për realizimin sa më të suksesshëm të këtij aktiviteti pensional, udhëheqësia e Shoqatës së pensionistëve u rekomandoi Kryetarëve të degëve vendore, që të hartojnë lista me emrat e pensionistëve që më së shumti kanë nevojë për ndihmë financiare. Kryetarët e degëve këtë aktivitet e realizuan sipas parashikimeve, duke i dorëzuar listat me emrat e pensionistëve të cilët duhet të jenë përfitues.

Numri i përgjithshëm i përfituesve të ndihmës në formë vauçeri në shumë prej 2.000 denarësh ishte 350 pensionistë. Gjatë përzgjedhjes së emrave të përfituesve të kësaj ndihme, Komisioni përveç tjerash, ka marrë në konsideratë listat e dorëzuara nga degët vendore, sepse pikërishtë Këshillat vendor të degëve e dijnë më së miri gjendjen sociale të pensionistëve të degës së tyre.

Kjo ndihmë financiare që i ndahet kategorisë së pensionistëve me nevoja të theksuara është e mirëseardhur, sidomos në këtë periudhë të vitit, në prag të festave të Fitër-Bajramit dhe Pashkës ortodokse. Gjatë përcaktimit të Komisionit për ndarjen e kësaj lloj ndihme, përveç tjerash janë marrë parasysh edhe rrethana të tjera që e rëndojnë gjendjen sociale të pensionistëve. Këtu vlen të përmenden trajtimet mjekësore për sëmundje të rënda, ndërhyrjet kirurgjikale, mbase edhe forma të tjera që rëndojnë gjendjen e pensionistëve.

Shoqata e pensionistëve të Tetovës, edhe gjatë periudhës së ardhshme, duke u mbështetur në mundësitë financiare, do të vazhdojë me përkrahjen e pensionistëve, duke i mbështetur ata në forma të ndryshme. Kështu sipas Kryetarit të Shoqatës, Selver Memeti, do të ndihmohen pensionistët që do kenë trajtime për sëmundje të rënda shëndetësore, ata të cilët mund të pësojnë dëme materiale për shkak të fatkeqësive elementare, mbase edhe për dëme me pasoja të tjera të paparashikueshme.

M. Murseli

Предлози за дигитализирање на работата во здравството

Медицинската документација, упатите, рецептите, извештаите и регистрите ќе се водат дигитално, со Предлог–законот за изменување и дополнување на Законот за евиденции од областа на здравството, најави министерот за здравство Азир Алиу. Хартиената документација ќе се користи само во исклучителни ситуации како привремено решение при прекин на системот. Сите јавни и приватни здравствени установи ќе мора да користат систем усогласен со националниот систем.

Лекарот ќе има пристап до досието и до целиот здравствен историјат на пациентот.

Со ова законско решение, кое деновиве ќе биде поставено на Национален систем ЕНЕР, се надминуваат досегашните ограничувања во системот на здравствени евиденции и се овозможува нивно целосно електронско водење преку Националниот систем за електронски евиденции во здравството.

„Една од клучните новини е регулирање на електронското здравствено досие за секој пациент во државата. Тоа ќе претставува централен извор за сите здравствени податоци на пациентот: од прегледи и резултати, до упати, рецепти и телемедицински услуги. Со ова се овозможува подобро следење на здравствената состојба на пациентот и поефикасна здравствена грижа“, кажа Алиу.

Министерот најави дека се работи на Националниот хардверски центар во просториите на Министерството. Со законското решение исто така и „Мој термин“ ќе се користи, ќе се надградува.Како значајна новина во Законот, е и пилот–проектот телемедицина, кој ќе биде на национално ниво инкорпориран во здравствените услуги и ќе биде третиран за здравствена услуга како традиционалните. Пилот–проектот ќе почне помеѓу Скопје, Дебар и Делчево.

„Со сегашниот закон, телемедицината не е воопшто опфатена и секоја услуга којашто евентуално може да се даде во дистанца не се нотира како здравствена услуга. Значи, исто така, таа е голема новина во законот. Ќе има два пристапа. Едниот, ќе креираме центри во сите градови коишто може физички да оди пациент таму и да се сретне преку видео–конференција со специјалист во Скопје и да се третира во далечина. Вториот момент е мобилната апликација, за која веќе е направена техничката спецификација како треба да изгледа. Значи ќе има и мобилна апликација којашто ќе се поврзува директно со матичниот лекар и матичниот лекар може и во дистанца и да препишува и да се консултира со пациентот. Со ова ќе решаваме неколку проблеми, како на пример дека тие здравствени услуги се многу поевтини и здравствените услуги коишто во моментот се лимитирани во внатрешноста на државата, ќе бидат достапни“, додаде министерот.

На ЕНЕР веќе се поставени Законот за здравствена заштита, Законот за заштита од пушењето, Законот за здравствено осигурување и Законот за заштита на населението од заразни болести. **(преземено)**

ЗП СТРУМИЦА

Предавање, превентива и лечење на бубрежни болести

Во ЗП Струмица, на 10 март 2026 година, во ресторанската сала на Здружението на пензионери, во рамките на програмските активности, а по повод Денот на бубрезите, се одржа предавање и презентација за откривање и лекување на бубрежните болести. Во оваа активност и едукативно предавање за пензионерите при ЗП Струмица, учествуваа над 50 ученици и нивни професори од медицинска насока при средното училиште СОУУД „Димитар Влахов“ во Струмица, како и лекари и медицински сестри од центарот за дијализа и ПЗУ „Диаверум“ од Струмица.

Во рамките на едукативното предавање и презентацијата посветени за здравјето на бубрезите, беше овозможено бесплатно мерење на крвниот притисок и шеќерот во крвта на пензионерите и даден соодветен совет од лекар специјалист.

Овој настан беше корисен за пензионерите да се направи мал но значаен чекор кон поголема грижа за здравјето на бубрезите, особено на лицата од повозрасните категории, односно, пензионерите. **Т. Караколев**

Донесен нов Правилник за остварување на правото на надоместок за помош и нега од друго лице

Министерот за социјална политика, демографија и млади Фатмир Лимани донесе нов Правилник за остварување на правото на надоместок за помош и нега од друго лице, со кој се прави значаен чекор кон поедноставување и забрзување на постапките за граѓаните, информираат од Министерството.

Со Правилникот подетално се уредуваат постапката за поднесување барање, потребната документација, начинот на работа на стручните комисии и второстепената комисија, како и издавањето и евиденцијата на наодите, оцените и мислењата.

„К лучната новина е што кон барањето ќе се доставува наод, оцена и мислење за потребата од помош и нега од друго лице, изготвено од стручна комисија. Оваа промена носи двојна придобивка: за стручните служби – појасна и поефикасна процедура; за корисниците – поедноставена постапка и побрз процес за стекнување на правото на надоместок“, се вели во соопштението.

Со ова се продолжува со политики што значат поедноставни процедури, побрзи услуги и поголема поддршка за граѓаните на кои таа им е најпотребна.

Правилникот го содржи начинот за остварување на правото на надоместок за помош и нега од друго лице, образецот на барањето и потребната документација, образецот за дадено мислење од страна на матичниот лекар за потребата од помош и нега од друго лице, начинот на работата на стручната комисија, составот и начинот на работата на второстепената комисија, начинот на водење евиденција за издадените наоди и формата и содржината на образецот за давање на наод, оцена и мислење за потребата од помош и нега од друго лице.

Правото на надоместок за помош и нега од друго лице е особено значајно за лицата од трета доба и во урбаните и во руралните средини, бидејќи многу стари лица останаа сами поради иселувањето на младите и се изложени на потреба од повеќе средства за решавање на нивните потреби. **Ј. Милковски**

Еден од најважените фактори за долговечноста

Она што го добивате со останувањето будни доцна во ноќта можеби го скратува вашиот живот, покажува ново истражување кое краткиот сон го поврзува со пократок животен век.

Иако лошиот сон претходно бил поврзан со низа здравствени проблеми и пократок живот, најновото истражување открива дека доволно спиење има посилна врска со долговечноста отколку исхраната и вежбањето, фактори за кои е познато дека му додаваат години на животот.

Истражувачи од Универзитетот за здравство и наука во Орегон ги анализирале податоците од анкети во САД за периодот од 2019 до 2025 година. Животниот век бил споредeн со должината на сонот, при што помалку од седум часа ноќе се сметало за недостиг на сон.

Потоа биле земени предвид и други фактори што можат да влијаат врз долговечноста, вклучувајќи физичка неактивност, работен статус и ниво на образование. Поврзаноста помеѓу недоволниот сон и пократкиот животен век останала силна. Само пушењето покажало поголема врска.

Доволниот сон е витален за речиси секој аспект на нашето здравје: само една ноќ недостиг на сон може да влијае врз мозочните мрежи и имунолошкиот систем. Истражувањето нагласува дека здравствените проблеми како дебелината и дијабетесот, кои се поврзани со лошиот сон, можат да го скратат животниот век.

Добрата вест е дека нашите навики за спиење се, барем до одреден степен, подложни на промена во рамките на обврските на работа и грижа за другите.

Истражувањата покажуваат дека сонот треба да ни биде приоритет барем колку она што го јадеме или како вежбаме. Не само што ќе ни го подобри севкупното здравје, туку и долговечноста. **М. Дамјаноска**

Пониски цени за над 300 лекови, ќе почнат да се применуваат од 1 мај

Според годишното усогласување на максималните цени на лековите за 2026 година, согласно со важечката методологија за формирање на цените, истите ќе бидат намалени. Ова посебно е интересно за пензионерите кои се најголемите потрошувачи на лекови.

– Цените на лековите претставуваат клучен инструмент за обезбедување достапна терапија за граѓаните и одржливост на здравствениот систем, поради што нивното утврдување е стратешка одлука со директно влијание врз јавните здравствени расходи – ја појасни оваа одлука министерот за здравство Азир Алиу.

Се разбира дека се намалени само максималните цени кај лековите каде што постојат соодветни пазарни показатели.

На веб–страницата на Министерството се објавени одлуките со новите намалени максимални цени, при што намалување е постигнато кај: 156 оригинаторни лекови, 174 генерички лекови и 13 лекови од интервентен увоз.

Новите цени ќе почнат да се применуваат од 1 мај, оваа година, по периодот во кој фармацевтските компании ќе ги усогласат цените во прометот на големо и мало.

Особено се издвојува намалувањето на цената на лекот „Ксарелто“ (ривароксабан), кој се користи во третман на кардиоваскуларни заболувања. Кај овој лек е постигнато значително намалување на цената во прометот на големо:

– за таблети од 15 mg и 20 mg: од 2.307,48 денари на 1.606,10 денари

– за таблети од 10 mg од 824,10 денари на 589,45 денари.

Со оваа мерка се овозможува поголема достапност на терапијата за пациентите, особено имајќи предвид дека станува збор за лек кој често се набавуваше од странство

поради пониски цени. Исто така, Министерството за здравство информира дека овој лек е приоритет за вклучување на позитивната листа за примарна здравствена заштита во текот на 2026 година. Предлогот е веќе доставен до Управниот одбор на Фондот за здравствено осигурување, со што се очекува дополнително олеснување на трошоците за пациентите преку утврден надомест од државата, а пациентот ќе имаат право на избор на лек од различен производител. **М. Дамјаноска**

Одржување на виталноста и здравјето кај постарите: тело, ум и душевна рамнотежа

Виталноста во подоцнежните години не е само резултат на биологијата, туку и на свесната грижа за телото, умот и внатрешниот психички живот. Современите научни увиди, како и размислувањата на мислители како Тајана Черниговскаја и Владета Јеротиќ, сугерираат дека стареењето може да биде период на продолжен развој, а не на опаѓање.

Рускиот невролингвист Тајана Черниговскаја постојано нагласува дека мозокот е „орган што живее од предизвици“. Според неа, когнитивните функции се одржуваат преку постојана умствена стимулација: учење нови вештини, контакт со различни интелектуални задачи, читање, музика и активна комуникација. Стареењето, во оваа перспектива, не е пасивен процес, туку активен – мозокот старее толку колку што му дозволуваме да биде неактивен. Затоа, од суштинско значење е постојаното тренирање на вниманието, меморијата и креативноста, со што се поттикнува невропластичноста која ни помага да останеме ментално живи.

Физичката виталност, пак, во голема мера зависи од правилната исхрана. Нутриционизмот за постари лица препорачува умерена, разновидна и лесно сварлива храна, богата со растителни влакна, квалитетни протеини и здрави масти. Внесот на витамини D, B12, калциум и омега–3 масни киселини е од особена важност за коските, мозокот и имунитетот. Балансираната исхрана не служи само за физичкото здравје – таа директно влијае врз расположението, енергијата и менталната јасност, што ја прави значаен столб на целокупната виталност.

Психотерапевтот Владета Јеротиќ, пак, често зборува за духовното и психичкото дозревање како клучен дел од човечкиот живот, особено во зрелиот и постариот период. За него, стареењето е можност за подлабоко самосознание, интеграција на доживеаното и развивање на смиреност. Тој истакнува дека прифаќањето на сопствените ограничувања, проштавањето и одржувањето здрави односи носат психичка стабилност и внатрешна радост. Според ова гледиште, виталноста не е само физичка, туку и душевна – човек останува „жив“ кога чувствува смисла, поврзаност и љубопитност кон светот.

Кога ќе се спојат овие три аспекти – активен мозок, правилна исхрана и психичка рамнотежа – старoста станува период на зачувано достоинство, енергија и благосостојба. Токму затоа, грижата за телото и умот треба да се гледа како хармоничен процес кој овозможува да останеме витални и присутни, независно од годините.

Подготвила Маја Белева

ЗП ШТИП

Соработка

ЗП Штип во соработка со медицинското училиште од Штип и заинтересирани ординации редовно организира бесплатна медицинска контрола на притисок и шеќер во крвта кај пензионерите. Така на 11 февруари 2026 година во просториите на централниот клуб, голем број пензионери ја искористија оваа поволност. Професорката Весна Накова од СМУ во Штип, оддел медицински сестри, вели дека ова е спој на теоријата со практиката која денес ја извршуваат учениците. Д–р Симона Стојанова со нејзините асистентки мереа очен притисок и видно поле. Ваквите прегледи се добри за да се упатат пензионерите на натамошно испитување, ако е потребно.

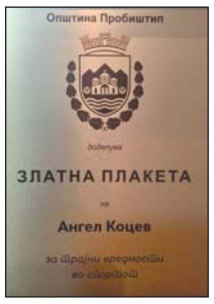
Претседателот на ЗП Штип Ристо Нетков рече:

– За нашето членство често организираме вакви прегледи со совети за нивното здравје. Грижата на здружението за своите членови е неопходна за да се спречи натамошно влошување.

Пензионерката Магдалена Иванова истакна, дека лекарските совети и вредностите од мерењето на притисок и шеќер во крвта се превентива за да се појде на темелни испитувања. **Ц. Спасикова**

ЗП ПРОБИШТИП

Анѓел Коцев - секретар на ЗП Пробиштип, добитник на златна плакета



Анѓел Коцев е роден на 14.11.1948 година, во Пробиштип. Љубовта кон спортот започнала уште од најраната детска возраст, а како средношколец, од 1963 година активно се занимава со фудбал. За кратко време почнал да настапува во ФК „Рудар“ во Пробиштип како играч, а посебно се истакнал како голман. Од 1965 до 1967 година, бил прв голман на сениорската екипа. Фудбалскиот клуб „Рудар“ успешно влегува во македонската лига и успешно настапувале на шест првенствени сезони, а Анѓел бил стрелец на првиот гол постигнат во Македонската фудбалска лига. Тој бил единствениот фудбалер кој играл на сите 11 позиции во неговата фудбалска екипа.

Во 1980 година, бил поставен на работно место секретар и тренер на ФК „Рудар“, каде што работел 15 години, а во 1981 е прогласен за тренер на годината. На негова иницијатива е изградено помошно игралиште за одржување на фудбалските тренинзи и натпревари.

Од ФК „Рудар“ излегле многу успешни фудбалери кои заминале да играат во многу поголеми европски клубови.

Благодарение на неговиот професионален ангажман во фудбалот и неговиот огромен придонес за општината до ден–денес, Анѓел се закити со **златна плакета**.

Имено, Одделението за јавни дејности при Општина Пробиштип, под раководство на Раде Илиевски, традиционално по седми пат, на 6.2.2026 год., организираше доделување награди, признанија и плакети на успешните спортисти, спортски работници итн., за постигнати успешни резултати во спортовите за мажи и жени.

Анѓел Коцев – Ане се здоби со ЗЛАТНА ПЛАКЕТА ЗА ТРАЈНИ ВРЕДНОСТИ од Општина Пробиштип, што претставува уште една благодарност за неговото несебично ангажирање.

Тој и денес како пензионер успешно ја извршува неговата работа и ангажман како секретар на Здружението на пензионери во Пробиштип, заедно со неговиот другар од детството Груица Манасиевски, кој е претседател на ЗП Пробиштип. Тие рамо до рамо настапуваа и тренираа во фудбалскиот клуб „Рудар“ и постигнуваа завидни резултати. До ден–денес заедно успешно работат и се што е во интерес на пензионерите несебично го даваат, организациските способности се на завидно ниво, организирање екскурзии, летувања, набавка на огревно дрво, културно-уметнички друштва, хуманитарни акции, спортски натпревари итн.

Пензионерските денови пензионерите имаат каде да ги поминуваат, да тренираат и успешно да настапуваат на спортските натпревари кои се одржуваат во нашата држава. На последниот Републички спортски натпревар во Скопје, кој се одржа на 9.9.2025 година, во конкуренција на 53 здруженија екипно, го освоија третото место, што значи Анѓел Коцев – Ане е пример за човек чија љубов кон фудбалот и спортот воопшто, уште од детските години па до годините од зрелата возраст ја носел во себе. Тој е горд поради тоа, а исто така горди сме и сите сограѓани и пензионери за неговите постигнати успеси, за неговото несебично залагање и постигнатите резултати и успеси, кои се истовремено и успеси за нашиот град Пробиштип.

С. Јанева

ИНТЕРВЈУ СО ЉУПЧО ДИМОВСКИ, ПРЕТСЕДАТЕЛ НА ЗП БУТЕЛ

Импулси за нови успеси

Почитуван претседателе Димовски, ЗП Бутел е формирано од група ентузијасти пензионери. Кажете ни кои се главни карактеристики на ова здружение?

Здружението на пензионери Бутел има околу 7000 членови, организирани во 5 ограноци, во кои членуваат пензионери од Бутел, Радишани, Љубанци, Љуботен. На територијата на ЗП Бутел функционираат 5 клубови. Здружението има акти по кои се одвива работата. Има Правилник за еднократна парична помош и Годишна програма за работа.

Во Програмата на ЗП за оваа година имате мошне амбициозни задачи кои Ве обврзуваат на поинтензивно ангажирање и на зголемени напори за остварување. Издвојте ги најбитните од нив на кои ќе се фокусирате посебно?

Во Програмата за работа се определени целите и задачите за тековната година, иако не може да се каже дека се опфатени сите активности, постои можност за дополнувања за нови активности кои се појавуваат, а истите се во интерес на пензионерите. Инаку, за нас сите програмски цели се подеднакво значајни и така ќе се организираме Програмата во целост да ја реализираме. Меѓутоа, ќе се залагаме за реализација на сè што ќе биде дадено како иницијатива од СЗПМ. Како приоритет е и вклучување на нашето здружение во одбележување на 80 години од пензионерското организирање во Македонија.

ЗП Бутел успешно функционира под Ваше раководство. На што се должи тоа: на Вашето претходно искуство или на добриот тим со кој работите?

Не е точно дека некој сам може успешно да раководи со здружение како нашево со голем број пензионери, од урбани и рурални средини и со мешан етнички состав. Нашиот успех се должи на тимската работа, соработката со сите членови. Извршниот одбор е колективно тело кое ги донесува Одлуките, меѓутоа и одговорноста е колективна, а според тоа и заслугите за добрите резултати се колективни.

Почитуван претседателе, кажете ни на што најмногу обрнувате внимание, кои се Вашите активности?

Здружението има повеќе активности и сите се насочени кон подобрување на стандардот и животот на пензионерите. Како рамноправна членка на СЗПМ сите активности се насочени кон учество во регионалните и републичките спортски игри, како и ревии на песни, музика и игри и други забавно–културни манифестации, потоа организирање турнири, еднодневни екскурзии во Републиката и странство, разни предавања од областа на културата, здравството. Притоа најбитна цел ни е активното стареење и дружењето.

Кои се основните белези на ЗП Бутел што го издвојуваат и го вбројуваат во подобрите здруженија во СЗПМ?

Некои посебни белези за нашето здружение тешко е да се издвојат. Здружението како членка на СЗПМ, има исти програмски определби и активности, дури и слични успеси во реализацијата на работите и задачите како и во други здруженија што се за истакнување и што спаѓаат меѓу најдобрите. Сепак, посебно сакам да истакнам дека здружението има добри услови за дејствување и за реализација на активностите од Програмата за работа.

Кои други активности беа реализирани во 2025 година?

Ги има многу, но ќе се обидам да набројам уште некои од нив. Главно станува збор за активности на хуманитарен план. Како финансиска помош на болните и пензионери со ниски примања, помош на пензионери што користеа бањско лекување. Активот на пензионерки е иницијатор и организатор на повеќе средби и дружења по повод на некои празници. Исто така, се реализираа планираните средби, дружења, кои главно се организираат според искажаниот интерес на членството иваквите активности, покрај забавно–рекреативниот карактер, имаат цел и запознавање со културното богатство и историските знаменитости на нашата земја.

В. Пачемски

Рибата паун стана постојан жител на Јадранот

Со своите лепезасти градини перки го опкружува пленот, а потоа со брз потег го вовлекува во устата. Помладите единки имаат карактеристични израстоци над очите со кои дополнително го привлекуваат пленот.

Рибата паун, позната и како риба лав или огнена риба, со својот впечатлив изглед често ги воодушевува нуркачите. Нејзините раскошни перки и боја потсетуваат на грива од лав, но зад убавината се крие сериозна опасност. На грбот има до 18 отровни боцки кои ги користи за одбрана, а убодот кај човек може да предизвика силна болка и мачнина. Како прва помош се препорачува потопување на местото во топла вода за да се намали дејството на отровот.

Оваа грабливица најчесто лови ноќе. Со своите лепезасти градини перки го опкружува пленот, а потоа со брз потег го вовлекува во устата. Помладите единки имаат карактеристични израстоци над очите со кои дополнително го привлекуваат пленот.

Природно живее во Индискиот и Тихиот Океан, но сега сѐ почесто се среќава и во централниот Јадран, дури и во текот на зимата.

Во Јадранот речиси и да нема природни непријатели кои би ја контролирале нејзината бројност. Поради тоа се размножува без поголеми пречки и се храни со автохтони риби и ракови, што може да ја наруши морската рамнотежа. Стручњаците сметаат дека целосно искоренување не е можно, но се работи на контрола на популацијата, вклучително и поттикнување на нејзин улов.

Иако е опасна поради отровните боцки, нејзиното месо е безбедно за консумација по внимателно отстранување на боцките. Месото е бело, цврсто и со благ вкус, слично на шкарпина или кирња, поради што сѐ почесто се наоѓа и на трпезите како вистински деликатес.

Ј. Милковски

Алтернативен систем за регулирање на температурата базиран на теракота

Во време кога бараме решенија за климатската криза во паметни алгоритми, напредни батерии и други системи оптимизирани од вештачка интелигенција, еден дизајнер одлучи да се сврти назад. Не кон носталгијата, туку кон знаењето кое е дел од секојдневниот живот со векови.

Системот од печена глина е алтернатива на конвенционалните системи за греење, вентилација и климатизација и се потпира на физика стара 500 години. Системот се нарекува **Целзиус** и работи на принципот на апсорпција и испарување на топлина – без отвори за вентилација, без компресори и без скриени инсталации. Уредот е развиен во ECAL во Лозана и се базира на речиси неверојатно едноставен принцип. Теракота (глината) полека ја апсорбира топлината и постепено ја ослободува. Во зима, може да апсорбира топлина од мал извор и да ја зрачи назад во просторот со часови, а во лето, благодарение на својата порозност, апсорбира вода, а кога таа влага ќе испари од површината, ја извлекува топлината од околниот воздух. Истата физика објаснува зошто потењето нѐ лади. **Еден објект, две годишни времиња, нула сложеност**. Она што го прави овој проект извонреден не е само научната основа – која е позната со векови – туку и начинот на кој е презентиран. Секако, **Целзиус** во моментов не претендира веднаш да ги замени постојните системи за греење. Како што европските лета стануваат потопли и притисокот за намалување на емисиите на јаглерод се зголемува, потребата од алтернативни термички стратегии станува поитна. Технолошката индустрија која развива сѐ посложени решенија, проекти како Целзиус нѐ потсетуваат дека софистицираноста не мора да значи и сложеност.

Ј. М.

Цитати за морето

„Морето е сѐ. Неговиот здив е чист и здрав. Тоа е неопфатлива пустина во која човек никогаш не е сам, бидејќи чувствува живот што се движи во сите насоки.“ – Жил Верн

„Без разлика колку далеку се чувствуваме од морињата, секое дело што го правиме во нашето секојдневие влијае врз водниот циклус на планетата, а со тоа и врз нас самите.“ – Фабиен Кусто

„Морето е отелотворување на емоцијата. Да љубиш, да мразиш, да плачеш. Не подлегнувај на обидите да го опишеш со зборови и отфрли ги сите ограничувања.“ – Кристофер Паолини

„Зошто го сакаме морето? Затоа што има моќ да нѐ тера да размислуваме за работите за кои сакаме да размислуваме.“ – Роберт Анри

„Молете се да бидете како океанот – со нежни струи и понекогаш со бранови. Сѐ повеќе ја посакувам неговата постојаност, отколку неговите подеми и падови.“ – Дру Баримор

„Поречито од знаењето на мудреците и знаењето од книгите е тајното знаење на океанот.“ – Х. Ф. Лавкрафт

„Сакав слобода, чист воздух и авантура. Ги пронајдов во морето.“ – Ален Жербо

„Рибарите знаат дека морето е опасно и дека бурите се страшни, но никогаш не ги сметаат тие опасности како доволна причина да останат на брегот.“ – Винсент ван Гог

„Ја сакам плажата. Го сакам морето. Цел живот сум живеел покрај него, свртен кон морето.“ – Рафаел Надал

„Планините, шумите и морето го враќаат човекот кон дивината; го прават див, но не го лишуваат од човечноста.“ – Виктор Иго

„По посетата на морето, тешко е да се поверува дека живееме во материјален свет.“ – Пам Шоу

„Лек за сѐ е солената вода: пот, солзи или море.“ – Исак Динесен

„Во морето можеш да живееш со радост.“ – Денис Вилсон

„Животот е немилосрден како морето.“ – Томас Вентворт Хигинсон

„Морето е најблискотo место до друг свет на кое некогаш сме биле.“ – Ан Стивенсон

„Морето е темелниот камен на биолошката потпорна система на Земјата, директно влијаејќи врз климата и сезоните.“ – Силвија Ерл

„Морето ме тера да се чувствувам многу мала и го става целиот мој живот во перспектива. Ме смирува. Чувствувам како повторно да се раѓам кога излегувам од него.“ – Бијонсе Ноулс

Подготвила Маја Белева

КРСТОЗБОР

сз пм	1	2	3	4	5	6	сз пм	7	8	9	сз пм	10	11	12	13	14	15
16							17				18						
19					20								21				
22				23					24					25			
сз пм	26						27			28						29	
30		31						32			33						34
35				36					37					38			
39					40								41				
42							43				44						

Хоризонтално: 16. Драгоцен камен,вид топаз; 17. Женско име; 18. Лице кое се занимава со нуркање; 19. Слаткарски производ; 20. Кој припаѓа на антиката; 21. Женско име; 22. Лична заменка; 23. Женско име; 24. Град во Шпанија; 25. Војна (срп.); 26. Писмена потврда, уверение; 27. Река во Австрија; 28. Држава во Европа; 29. Првата буква; 30. Втората буква; 31. Хронична инфективна болест; 32. Авенија (крат.); 33. Вид вилушкаст клуч; 35. Град и пристаниште во Израел; 36. Опера од Џузепе Верди (1813–1901); 37. и 41. МЕЃУНАРОДЕН ДЕН НА ЖЕНАТА; 38. Артилериско оружје; 39. Голема река во Италија (245 км); 40. Женско име; 42. Женско име; 43. Индустриско растение; 44. Помошно средство при јадење сладолед.

Вертикално: 1. Езеро во Турција; 2. Името на американскиот филмски режисер Казан (1909–2003); 3. Женско име; 4. Хемиски симбол за тантал; 5. Самогласка; 6. Стадион во Риека; 7. Турски историчар, Нев–Изаден Атсулах (1583–1634); 8. Автознак за Ниш; 9. Султанат на островот Суматра во XII–от век; 10. Лек за срце; 11. Хемиски симбол за ураниум; 12. Работнички совет (крат.); 13. Поранешно име на Ерменија; 14. Женско име; 15. Град во Словачка; 17. Автознак за Никшиќ; 18. Грчка буква; 20. Италијански оперски композитор, Марио; 21. Стар (турц.); 23. Економска единица (крат.); 24. Предлог; 25. Автознак за Карловац; 26. Панафричка социјалистичка партија формирана 1947 во Дамаск (крат.); 27. Сертификат за превоз на опасни материи (Agreement of Dangerous Goods by Road) (крат.); 28. Борец; 29. Мексикански шаховски велемајстор Карлос (1905–1978); 31. Подземно животно; 32. Кратенка за Американскиот аеротранспорт (American Airlines); 33. Хемиски симбол за скандиум; 34. Пошта, телефон, телеграф (крат.); 36. Тој (срп.); 38. Магистер (крат.); 40. Знак за кралот во шахот; 41.Самогласка.

Лик и состав: Георги Хаџи-Васков

Решение: местик, Ана, нуркач, алва, антички, Сања, ние, Анка, ести, рат, атест, Ин, Ирск, а, А, Б, пепра, ав, окаст, Ака, Аида, ОСМИ МАРТ, топ, Арно, Драгица, Станка, лен, корнет.

Хумор

Студент им пишува на родителите:
„Долго ми се немате јавено. Пратете ми 100 евра да знам дека сте добро.“

* * *

Мујо ја прашува Фата:
„Дали некогаш си посакала да бидеш машко?“
Таа му одговорила:
„Не, а ти?“

* * *

„Сине, каде да си ја видам тежината на твојава вага?“
„Бабо, симнувај се веднаш, тоа не е вага, тоа е мојот таблет!“

* * *

Перица ја прашал мајка си:
„Мамо, што прави штркот откако ќе го донесе детето во семејството?“
„Пааа, лежи, спие, гледа ТВ, игра игри, некогаш излегува да игра карти со другарите“.

* * *

Трпе и објаснува на Трпана како цела вечер со Цветко биле во кафеана...
Трпана го слуша и ќути... И Цветко во плакарот ќути.

* * *

Полицаец го застанува Рамче и му вика:
– Ова што го возиш не може ни да се нарече автомобил!
– Знам, затоа немам ни возачка дозвола.

* * *

Пијаница шантра по улица и така стигнува до еден столб за огласи. Застанува, го пипка со раце, па почнува да врти околу него. По неколку круга околу столбот, се запира и преплашено извикнува:
– Мајко мила, жив ме засидале!

* * *

Во болница го носат Трпе со преврзана глава. Сестрата ги пополнува документите и го прашува: – Женет?
– Не, не, кола ме удри...

* * *

Малиот Трпе го прашува татка си:
– Тато ако те нападне тигар, шо ќе правиш?
– Попара ќе го направам!
– А ако те нападне лав?
–Ќе го смачкам ко комарец!
– А ако те нападнат и лавот и тигарот истовремено?
– Ќе ги скршам бе, салата ќе ги направам.
– Тато бе, тебе изгледа само од мама ти е страв!

* * *

Трпана разговара со пријателка:
– Нема веќе вистински мажи, вистински џентлмени!
– Е како нема? Мојот дечко ми го држи чадорот кога врне дожд додека јас ја менувам гумата на колата!

* * *

Како на македонски се вика: повелете моето CV?
– Ме испрати чичко Зоки.

* * *

Трпе ѕвони во црква:
– Попе, сакам да ја осветам куќата, колку ќе ме чини?
Попот го прашува: – А колку квадрати е?
Трпе замислен, му вика:
– Попе, абе за осветување те прашав, не за варосување.

* * *

На испит:
– Колега, колку букви има азбуката?
– 6 букви!
– Како бе 6?
– Па А З Б У К А, 6 букви!

* * *

За роденден на синот му донесов стриптизета! Жена ми очи ќе ми извадеше... Не ја разбирам... па детето еднаш пуни две години...

* * *

Гледам продавница и пишале: „Се за вашата свадба“.
– Прашувам:
– Невеста имате ли?
– Не...

* * *

Трпе мудрува:
– Како поминуваат годините жената да биде добра у кревет добива друго значење:
– Да не ’рчи, да не ти го зема ќебето...

* * *

Цветко на доктор:
– Докторе, имам проблем, многу ’рчам.
– Знам, непријатно е, жена ви сигурно не може да спие по цела ноќ.
– Не, не е тоа, не сум женет.
– Тогаш во што е проблемот?
– Од три работни места ме избркаа до сега!

* * *

Две колешки разговараат:
– На маж ти многу му се допаѓам. Кај и да ме види, ме гушка и ме бакнува!
– А, он си е таков, ич не е гадлив.

* * *

Му раскажува Трпе на Цветко:
– Се закашлав, а жена ми не се пробуди. Кивнав, а жена ми не се пробуди. Отварам чоколадо и слушам:
– Дај и на мене два реда!

ЗП ОХРИД И ДЕБРЦА

Плакета за здружението на „Најдоброто од спортот“ за 2025 година

На 25 февруари 2026 година се одржа свеченост во големата сала на Општина Охрид на која беше прогласено „Најдоброто од спортот“ за 2025 година. На манифестацијата беа доделени признанија на повеќе спортски клубови и здруженија за јубилеи и позначајни успеси одбележани и остварени во 2025 година.

Меѓу најдобрите од спортот во Општина Охрид за 2025 година беше и ЗП Охрид и Дебрца кое е добитник на Плакета и парична награда од 15.000 денари. Наградата ја прими Васил Маркоски, претседател на Здружението на пензионери Охрид и Дебрца. Таа е доделена за постигнатиот голем успех во 2025 година, во која ЗП Охрид и Дебрца го освои првото место и е севкупен победник во машка и женска конкуренција на одржаните 29. републички пензионерски спортски натпревари, во организација на Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија во 2025 година.

Оваа награда за ЗП Охрид и Дебрца претставува големо признание за постигнатите досегашни успеси во областа на спортот, а воедно претставува и голем поттик за постигнување натамошни успеси на спортски план, со што се афирмира здружението, Сојузот на здруженијата на пензионерите на Македонија, како и Општина Охрид и Општина Дебрца.

Весела Ристеска

ЗП ЃОРЧЕ ПЕТРОВ

Започна пролетното чистење на кејот од Вардар

Поголема група на пензионери од огранокот Хром при ЗП Ѓорче Петров, веќе неколку денови по ред на кејот на реката Вардар во населбата Хром. Покрај чистењето на кејот, пензионерите ги чистат и депониите покрај спортските терени. Во разговор со Софија Арсовска, претседателка на огранокот Хром, која ни рече дека овие акции ќе продолжат и понатаму, а со една единствена цел, да имаат убава и чиста населба каде што ќе може секој пензионер да седне на поставените клупи и да одмара дишејќи чист воздух.

Пензионерите од огранокот Хром, покрај спроведените акции за чиста, уредена и здрава околина во населбата, се занимаваат и со ликовно творештво. Имено поголем број на пензионери од Активот на жени пензионерки во клубот на пензионери започнаа со ликовно творештво цртајќи слики според нивна инспирации. Голема заслуга за оваа активност има Софија Арсовска која планира нивните изработени слики да ги изложи на изложба која ќе биде организирана во ЗП Ѓорче Петров.

И со чистењето и со сликањето членовите на ЗП Ѓорче Петров си ги исполнуваат пензионерските денови и со тоа си го подобруваат и здравјето.

Љ. Ристов

ЗП ПРОБИШТИП

Пролет, зелници и гурмани

Во организација на Општина Пробиштип на 21 март, првиот пролетен ден, на градскиот плоштад се одржа 12–тото издание на бабиниот зелник. На 21 март Пробиштип беше Македонија во мало. Над шест илјади граѓани од сите четири страни на нашата Македонија допатуваа во нашиот град да го презентираат и да го вкусат овој традиционален специјалитет. Вредните домаќинки од Тетово до Гевгелија, од Куманово до Струга ги наполнија трпезите со зелници, баници, тиганици, колачи и други специјалитети изработени од тесто и со насмевки на лицата ги нудеа своите производи. Градскиот плоштад беше претесен за да ги прифати сите заинтересирани, а претесни беа и слаткарниците и кафулињата. На годинешниот прв пролетен ден сите патишта водеа кон нашиот мал, убав и гостољубив град, Пробиштип.

Ако манифестацијата „Зелникот на баба“ пред 12 години започна како општинска со цел да се потсетиме на овој вкусен специјалитет, втората година прерасна во републичка, а од пред три години стана и меѓународна манифестација за која се заинтересираа и учествуваат групи од соседството од Србија и Бугарија. Сè се продаваше на парче за да можат што поголем број домаќини и гости да пробаат и да се засладат.

Манифестацијата имаше хуманитарен, едукативен и натпреварувачки карактер. Многу жени се натпреваруваа со брзо сукање, а најдобра беше Васка Петрова од Виница. Младите заинтересирани за сукање, ги подучуваше професорот Младен Мицевски од СОУ „Митко Пенџукливски“ од Кратово. Додека траеше сукањето, првиот готов зелник се печеше под вршник на градскиот плоштад во Пробиштип, во „живо“.

За време на подготвувањето на зелниците, на бината се изведуваше богата културно–уметничка програма. Најнапред настапија најмладите дечињата од КУД „Злетовски Рудар“, а потоа повозрасните, „Веселите пензионери“ од Пробиштип, пејачките групи „Срма“ од Пробиштип и „Грамостеањ“ од Скопје. Покрај овие изведувачи, на овој незаборавен настан настапија и естрадните уметници, пејачките Блага Петреска, Смиња Митревска и Катерина Таневска.

21 март годинава ќе се памети долго не само во Пробиштип, туку и во градовите од каде што имаше многу гости.

М. Здравковска

ЗП КРАТОВО

Донесени одлуки за нормално функционирање на здружението

На 23.3.2026 година се одржа четвртата седница на Собранието на Здружението на пензионери Кратово на која беа разгледани Извештајот за работата на ЗП Кратово за 2025 година и Извештајот на комисиите при ЗП Кратово кои беа едногласно усвоени.

Се разгледа и Финансискиот извештај и истиот беше усвоен. Притоа беше констатирано дека истиот е скоро идентичен со оној од 2024 година што потврдува дека домаќински е работено. Програмата на ЗП Кратово и на комисиите при ЗП Кратово беа разгледани и како такви усвоени од Собранието. На седницата беше усвоен календарот за спорт и рекреација и на Регионалната ревија на песни, музика и игри за 2026 година. По тоа беше усвоен и Финансискиот план на ЗП Кратово за 2026 година. Исто така, беа донесени и повеќе одлуки за нормално функционирање на здружението и на неговите комисии и на другите работни тела.

На крајот од седницата беше актуализирано прашањето за дом за стари лица, кое веќе е ставено во процедура со локалната самоуправа и со Министерството за труд, социјална политика и млади.

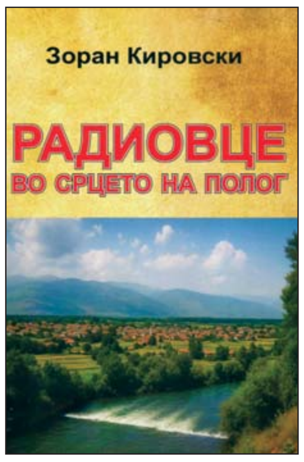
М. Мишевски

ПУБЛИЦИСТИЧКО ДЕЛО НА ПЕНЗИОНЕРОТ ЗОРАН КИРОВСКИ

Монографија за Радиовце

Во издание на графичкото студио „Партизан проект“ излезе од печат монографијата „Радиовце во срцето на Полог“. Автор е пензионерот од Тетово Зоран Кировски, кој потекнува и живеел во своето родно село Радиовце. Ова всушност е трета книга посветена на оваа населба. Прва книга, роман, посветен на оваа населба е „Тоа Радиовце во кое паѓам длабоко“ чиј автор е Јован Павловски, а потоа романот „Чокалија“, на Живко Стефановски, од Радиовце. Според него името „Чокалија“ произлегува од тоа што Македонците кои печалбареле во Белград и други градови на Србија така подбивно биле нарекувани, а зборот произлегува од турски јазик, што бил изговорен како „Чок акали“, или на македонски јазик „Многу паметни“.

Ако претходните две книги претставуваат романескни остварувања, Зоран Кировски на оригинален начин прави напори да го доближи читателот од првите корени на постанокот, па се до денешни дни. За оваа тема користи податоци и сознанија од најразлични извори. Според Јован Трифуновски во трудот „Полог“, во издание на Српската академија на науките и уметностите во 1976 година, селото Радиовце првпат се сретнува во 1308 година како село Радеево, додека од 1461 или 1462 година го носи денешното име Радиовце. Во обработката на минатото, авторот на монографијата се потпира и на оставените проучувања на Јован Цвииќ и на Глигор Тодоровски, но и на турски документи, статистички податоци, евидентната книга „Деловник“ и други извори и искажувања на жители на ова село. Монографијата говори за секое семејство што живее или е отселено од Радиовце, со што ја става на „јавна“ критика пред своите соселани, на кои им нуди можности за дополнување со „скромен придонес за историјатот на Радиовце“. „Хронолошката поврзаност во некои делови на монографијата можеби дејствува како повторување со многу слични текстови на овој, но не може да се одбегне заклучокот дека оваа публикација претставува допир со времето“ истакнува писателот Јован Дамјановски, во рецензијата.



Со монографијата Зоран Кировски „нурнува во минатото на селото, меѓу судбините на многу семејства, го опишува доаѓањето и иселувањето од Радиовце, историските настани пошироко на поднебјето и реперкусиите врз животот, верските обичаи и адети, образованието, културните и спортските збиднувања, но и настани како приказни сочувани од семејствата“.

Зоран Кировски веќе една година ги минува пензионерските денови, а вели дека најмалку 15 години посветил на собирање материјали за монографијата. Тој во разговорот ни рече дека „може да се случи селото да исчезне, но книгата секогаш останува“. Во прибирањето сознанија ме водеше желбата и определбата на соговорниците кои сакаа да придонесат и помогнат со податоци и сознанија и се што е во врска со монографијата, во која е поместена и една лична творба „За моето кумче Воислав“.

Кировски има завршено Филозофски факултет, насока одбрана, а целиот работен век го поминал во одбранбени дејности на државата. Бил член и функционер во општинската и републичката организација на резервните офицери, долгогодишен крводарител и добитник на повеќе плакети, признанија, значки и благодарници. Вели дека сега собира материјали за втора лична книга, која ја посветува на неговите следни ангажирања.

Гојко Ефтоски

П Р Е Г Л Е Д

За одржување на 30-тите регионални спортски натпревари 2026 година

Регион	ЗП учесници во спортските натпревари по региони	Домаќин и датум
1.	ЗП: Центар, Кисела Вода, Чаир, Бутел, Солидарност – Аеродром, Гази Баба, Илинден, Шуто Оризари и Воени пензионери	**ЗП Чаир** 11 јуни
2.	ЗП: Гостивар, Тетово, Сарај, Ѓорче Петров, Карпош, Тафталиџе и ОВР на РМ	**Гостивар** 27 мај
3.	ЗП: Битола, Прилеп, Ресен, Крушево и Демир Хисар	**ЗП Прилеп** 4 јуни
4.	ЗП: Охрид и Дебрца, Струга, Кичево, Вевчани, Дебар и Центар Жупа, Македонски Брод и Лабуништа	**ЗП Дебар и Центар Жупа** 14 јуни
5.	ЗП: Велес, Кавадарци, Неготино, Гевгелија, Демир Капија, Дојран, Валандово и Богданци	**ЗП Кавадарци** 9 јуни
6.	ЗП: Крива Паланка и Ранковце, Пробиштип, Куманово, Кратово и Злетово	**ЗП Куманово** 7 јуни
7.	ЗП: Штип, Радовиш и Конче, Струмица, Свети Николе, Лозово и Ново Село	**ЗП Радовиш** 23 мај
8.	ЗП: Кочани, Берово, Виница, Пехчево, Македонска Каменица и Делчево	**ЗП Кочани** 28 мај