

Карпош ИН

Април - Мај 2020 | Бр. 85 - 86 | Година 11



Тема на бројот:
Се грижиме за **ВИСТИНСКИ**
РАЗВОЈ НА НАЈМЛАДИТЕ

Карпош пулсираше
ВО ДУХОТ НА УРБАНОТО
- ДЈ Бабура

Прилог:
КАРПОШ ПРОТИВ
КОВИД 19



Богоев на Online средба со Амбасадорката Брнс

ПОТРЕБЕН Е НОВ НАЧИН НА ФИНАНСИРАЊЕ НА ЕЛС

Потребата од нов начин на финансирање на единиците на локалната самоуправа (ЕЛС), не е прашањата за уредување на градежно земјиште (т.н. комуналии), изјави градоначалникот Стефан Богоев на online средбата со амбасадорката на САД во Република Северна Македонија, Кејт Брнс и градоначалници од други општини.

“Само со системски промени можеме да обезбедиме похумано живеење, но и вистинска, трајна заштита на јавниот простор. Нашата земја треба да премине кон втората фаза на фискална децентрализација, со нови начини на финансирање за сите општини”, посочи градоначалникот на Општина Карпош Стефан Богоев.

Богоев се осврна и на се она што општината го правеше во изминатиот период за намалување на последиците од Ковид – 19, како на пример воведувањето на е – наставата во основното образование. Тоа е позитивен пример и треба да се најдат механизми како овој тип на учење да продолжи да „живее“ и во рамки на редовната настава, изјави градоначалникот.

Целта на оваа online средба беше да се мапираат клучните проблеми на општините во време на пандемијата од Ковид – 19, за да се изнајдат начини за нивно надминување.



ОПШТИНА КАРПОШ
Весник на
локалната самоуправа

Издава Општина Карпош
ул. Радика бр. 9
тел.: 02 | 30.55.901
02 | 30.55.902
kontakt@karpos.gov.mk
www.karpos.gov.mk

Издавачки Совет
Стефан Богоев
Душко Бужаровски
Филип Даскаловски

Редакција
Димитар Караташев
Игор Ѓуровски
Мила Гавриловска
Ива Зафировска
Благојче Атанасоски
Ивана Пендовска-Вукашиновиќ

Главен и одговорен уредник
Виолета Цветковска
vikipt@karpos.gov.mk

Заменик-уредник
Игор Ѓуровски
igor.gjurovski@karpos.gov.mk

Одговорен за Фотографија
Игор Ѓуровски

Фотографија
Игор Ѓуровски
Ива Зафировска
Бојан Секулоски

Лектор
Ангелина Николевска

Технички уредник | Графички дизајн
STEFChou

Печатница: Европа 92
Тираж: 20.000 примероци



Во овој број ќе читате...

- 2** Потребен е **НОВ НАЧИН НА ФИНАНСИРАЊЕ** на ЕЛС
- 5** **МААЛСКИ ПРИКАЗНИ**
- Воведник на градоначалникот Стефан Богоев
- 6** Тема на бројот:
Се грижеме за **ВИСТИНСКИ РАЗВОЈ НА НАЈМЛАДИТЕ**
- 14** Интерју со проф.д-р Мирољуб Шукаров:
ИЗГРАДИ-МЕНАЏИРАЈ и врати на општината!
- 16** Карпош пулсираше **ВО ДУХОТ НА УРБАНОТО** - Дј Бабура
- 18** Александар и ДАЦ станаа „**МИЛИОНЕРИ**“
- 20** Кристина Костова: Во борба со **ИНФОДЕМИЈАТА**
- 22** Кризата и менталното здавје: **ПАНДЕМИЈА ВО СЕНКА**
- 24** Прилог: **КАРПОШ ПРОТИВ КОВИД 19**
- 30** **БОЛНИЦАТА „ДЕНИЦА“** - синоним за премиум офталмологија
- 36** Роботика: **МАШИНАТА** нема креативност, но **ИМА ИДНИНА!**
- 38** **ПОВИК** за субвенционирање фасади, покриви и лифтови
- 39** Бизнисот во време на криза:
ОНЛАЈН БИЗНИС-прилагодување во од



УРЕДНО ЗЕЛЕНИЛО СО СИСТЕМ ЗА НАВОДНУВАЊЕ КАЈ ДРАМСКИ ВО КАРПОШ 2

Засадена е нова тревна површина и поставен е систем за наводнување на зеленилото во близина на Драмскиот театар, во Карпош 2. Целосно се облагороди зелениот појас во овој дел од Општината, кој повеќе години делуваше запустено.

Тука ќе бидат поставени и нови клупи и корпи за отпадоци, со цел овие зони да прераснат во уредени маалски паркови, поволни за маалски соживот и дружба.

Активностите за раззеленување во Карпош 2, ги спроведоа координирано ЈП „Паркови и зеленило“, во соработка со локалната самоуправа.

Општината продолжува да работи на надоместување на изгубеното зеленило. Овој период, особен акцент се става и на поставување на системи за наводнување, со цел да се обезбеди заштита и трајност на тревните површини.



МААЛСКИ ПРИКАЗНИ...



Веќе помина еден од најубавите месеци во годината – месец мај. Тоа е периодот кога Карпош е најубав, најзелен, најцветен... Неодамна, кога бев на теренски увид на новото зеленило во Карпош 2, кај Драмски театар ми пријде еден повозрасен сограѓанин: „Богац, супер е зеленилото, но сакаме и клупи, за повторно да играм шах со комшијата од втори спрат“. Да, ќе поставиме и нови клупи, но најмногу ме радува фактот што карпошани даваат нова вредност на маалските паркови. Тие веќе прераснуваат во центри за маалска дружба, партија шах, разговор и убави моменти.

Убави вести ни пристигнаа на 23 – ти мај 2020. Се случи првата успешна трансплантација на срце во нашата земја. Здравите органи, срце и бубрези од еден пациент беа донирани на друг. Срцето на Емилија Динева повторно чука во градите на Иван Огненовски, а бубрезите спасија живот на двајца пациенти кои беа на дијализа. Каков подвиг на хуманост и човечност! Во моментите кога семејството жали за загубата на својот близок, да одлучи да ги донира органите на пациент кој не го познаваат. Немам што повеќе да додадам.

Јас плаќам данок, за вие да работите и да правите проекти“. Многу често користена реченица. Периодов, при еден online состанок со амбасадорката на САД, Кејт Брнс и други градоначалници, ја отворив темата за потребата од промена на начинот на кој се финансираат општините. Данокот на имот е локален данок и еден од изворите на приходи, но најголем извор на приходи се комуналите, односно таксата за уредување на градежно земјиште која се плаќа при изградба на куќа, зграда. Очигледна е потребата од нов начин на финансирање на оп-

штините. Модел кој нема да стимулира градење за опстанок на локалната самоуправа. Само така ќе се обезбеди правилен развој на општините на среден и долг рок.

Се наближуваме и кон крајот на учебната година. Оваа учебна година засекогаш ќе ја паметат учениците, но и наставниците, родителите, сите ние... По големиот дел од второто полугодие се спроведе по електронски пат, како резултат на пандемијата со Ковид – 19. Искрено, најмногу ми е жал што учениците немаат можност за поголема меѓусебна комуникација, дружење, цагор по ходниците и училишните дворови... Особено оние од деветите одделенија и од четврта година, кои од септември ќе свртат нова „страница“. Затоа што наставниот дел верувам дека добро се спроведе (барем во Карпош). И, Е – наставата е добар пример кој треба да се практикува и во редовната работа. Зошто домашната работа да не се постави на Google drive или оној кој отсуствува повеќе време да може по електронски пат да се информира за новите лекции?

Драги карпошани,

Живееме во поприлично чувствителен период кога уште е активна пандемијата од Ковид – 19. Оваа колумна ја пишувам кога уште имаше полициски час. Во моменти кога имаме и убави вести, информации и проекти, но радоста и задоволството се ограничени штом се потсетиме а коронавирусот.

Да издржиме уште малку, да ги почитуваме мерките!

Искрено Ваш,
Стефан Богоев

Подобри услови во градинките во Карпош

СЕ ГРИЖИМЕ ЗА ВИСТИНСКИ РАЗВОЈ НА НАЈМЛАДИТЕ

Пишува: **Димитар Караташев**



Предучилишното образование е првата скала во животот на децата. Секогаш постои дилемата дали детето да остане дома, со својата баба, дедо или да се пушти во градинка? Голем број на млади брачни парови се во обид да најдат и лице кое ќе им го чува детето додека они се на работа.

Во минатото, но и денеска уште постојат одредени предрасуди кон градинките. Дека децата не добиваат соодветна заштита, воспитниот кадар не може доволно време да посвети на сите дечиња, се појавуваат настинки и грип...

Но, анализите говорат дека децата кои не одат во градинка, потоа се соочени со проблем на училиште. Според УНИЦЕФ децата што посетуваат предучилишно образование имаат двојно повеќе шанси да ги совладаат вештините на почетно читање и сметање. Нормално, се истакнува дека и најмладите кои посетуваат градинка можат многу полесно да се адаптираат во новата средина (училиштето), да остварат контакт со нови дечиња, да се социјализираат.

Општина Карпош работи на постојано унапредување на детската заштита и подобрување на условите во градинките. Токму неодамна, започна реконструкцијата на еден од најстарите објекти на градинки во Карпош, градинката „Мајски цвет“ во Тафталиџе 1. Објектот е лоциран во населбата која беше најпогодена од агресивната и непланска урбанизација. Околина во која се изградија поголем број на згради, се вселија стотици граѓани, со што уште повеќе се засилува потребата за обнова на градинката.





И пристапиме кон тоа. Во првата фаза се реконструираат тоалетите. Следува целосно подобрување на хигиенско – санитарните услови. Веќе се променети и прозорците и вратите на објектот, со цел да се овозможи подобра енергетска ефикасност и да се заштеди потрошувачка на електрична енергија. Исто така, се предвидува и замена на кровната површина, подот и фасадата, како и обнова на дидактичките материјали и инвентарот во занималните.



Во Карпош веќе работат и двата нови објекти на градинки, во Тафталиџе 2, објектот „Јасмин“, кој е клон на „Мајски цвет“, како и објектот во Бардовци, „Виножито“, клон на „Распеана младост“. Градинката во Тафталиџе 2 сега може да згрижи 95 деца, кои следат предучилишно образование во современи услови.



Кога станува збор за Бардовци, важно е да се истакне дека ова е првата предучилишна установа во периферниот дел на Карпош. Во „Виножито“ се згрижуваат деца од Бардовци, Злокуќани и Криви Дол, а згрижувачкиот капацитет е за 78 деца.

На овој начин, само во изминативе две ипол години се зголемиле капацитетите во градинките за



+173 ДЕЧИЊА

Имајќи ја предвид состојбата со коронавирус, изминатиот период беше извршена и целосна дезинфекција на сите градинки. Ова е активност, која редовно се спроведува два пати во текот на годината, но сепак, се изврши и вонредно чистење на објектите. Сепак, локалната самоуправа направи и чекор напред во овозможување на поздрави околности за развој на нашите најмлади. Имено, во соработка со општествено одговорната компанија CLEAN MAX беше спроведена дезинфекција на душеците од креветчињата и теписите во сите градинки. Целта е да се отстранат штетните честички, прашински грини кои придонесуваат за појава на алергии, астма и други бактерии и вируси.



Во Карпош е и најстарата градинка во целата држава. Тоа е објектот на „Орце Николов“ во Карпош 3, кој оваа година одбележува 75 години од своето основање. И овој објект овозможува одлични услови за згрижување на најмладите, а токму минатата година се обновија и главните кујни во градинката, чие мени на исхрана е сочинето од здрави намирници.



Се грижиме и за начинот на којшто се греат градинките, тоа да биде еколошки и исплатливо. Затоа го променивме системот на кој се грее градинката „Пролет“ во Влае 1. Од нафта на термални пумпи, со систем „воздух – вода“, со што се намали и емисијата на ПМ10 честички во воздухот.



Инвестирањето во најмладите е инвестиција во здрава иднина! Тоа е влог во подобро образование, поконкурентен пазар на труд, развојна економија и среќна заедница. Затоа одговорноста на сите чинители кои се дел од предучилишното образование е голема.

РЕАЛИЗИРАНИ

ПОСТАВЕНИ СЕ „ЛЕЖЕЧКИ ПОЛИЦАЈЦИ“ ПРЕД ООУ „ВОЈДАН ЧЕРНОДРИНСКИ“

За да се зголеми безбедноста на учениците пред воспитно – образовните установи, Општина Карпош постави два нови „лежечки полицајци“, на улицата „Дрезденска“ пред основното училиште „Војдан Чернодрински“, во урбаната заедница „Владо Тасевски“ (Млечен).

На овој потег, неодамна се промени и сообраќајниот режим, при што доминантни се еднонаесочните улици, чија цел е намалување на метежот и брзината на движење на учесниците во сообраќајот. Се поставија нови 300 сообраќајни знаци, како и хоризонтална сигнализација.

Локалната самоуправа во изминатиот период постави „лежечки полицајци“ пред повеќе основни училишта и градинки. Следува ваков тип на сигнализација и пред ООУ „Петар Поп Арсов“, во Карпош 4.



РЕКОНСТРУИРАНИ ПОВЕЌЕ УЛИЦИ ВО БАРДОВЦИ

Општина Карпош ги реконструираше краците од ул. „19“ и „20“, во населеното место Бардовци. Улицата „19“ е долга 150 метри, а широка 3 метри, а кракот од улицата „20“ е во должина од 140 метри, додека е широк 3,8 метри.

Овие две локални улици, всушност претставуваат пристап за голем број на куќи и домаќинства во овој дел од Општина Карпош. Со нивната реконструкција се олесни движењето, а со тоа се зголеми и безбедноста на граѓаните, и безбедноста на нивните возила, имајќи во предвид дека овие улици со години беа во руинирана состојба.

Исто така се обновени и два краци од улицата „14“ во истата населба. Првиот крак е во должина од 73 метри и ширина од 3.20 метри, додека другиот крак е со должина од 29 метри и ширина од 4 метри. Во изминатиот период, во Бардовци се реконструираа и улиците: крак од ул. „18“ и крак од ул. „4“.

Градежните активности на локалната самоуправа се со цел и во насока на развој на руралните делови кои се наоѓаат на нејзината територија и нивна планска урбанизација, а со ова Општина Карпош продолжува и понатаму со реконструкција и санација на улици во населбата Бардовци.

ВО ТЕК

ОБНОВУВАЊЕ НА ХОРИЗОНТАЛНАТА СИГНАЛИЗАЦИЈА ВО КАРПОШ

Со обележувањето на пешачките и велосипедски делови долж улиците „Орце Николов“ и „Никола Тесла“ во урбаната заедница Карпош 1, започна обновувањето на сигнализацијата низ локалната самоуправа. Општината презема вакви инфраструктурни интервенции првенствено поради фактот што хоризонталната сигнализација придонесува за регулација и зголемена безбедност во секојдневниот сообраќај.

Локалната самоуправа продолжува со унапредување на безбедноста во сообраќајот, кое опфаќа, покрај тековно одржување на хоризонталната и вертикална сигнализација, и воспоставување на нови сообраќајни режими за движење на возилата и граѓаните, при што доминираат еднонасочни улици.

Овие активности ќе продолжат и во претстојниот период и по други населби во Карпош.



РЕКОНСТРУКЦИЈА НА ПАРКИНГ ВО КАРПОШ 3

Локалната самоуправа го реконструира паркинг просторот во Карпош 3, (позади „Базаро“), со поставување на бекатон плочки, на вкупна површина од 900 м². За таа намена, започнаа подготвителните работи кои опфаќаат израмнување на теренот и тампонирање на подлогата.

Станува збор за површина која повеќе години беше запустена, каде при неповолни временски услови се создаваше кал, а во летниот период и прашина. Притоа, ваквата состојба на овој потег придонесуваше кон поголемо загадување на околината.

Со оваа интервенција, Општина Карпош од една страна очекува да се подобрат инфраструктурните услови на оваа локација, а од друга страна пак, дополнително да се влијае кон одржување на здравата животна средина.

Разговор со проф. Д-р Мирољуб Шукаров
за локалната економија после кризата:

ИЗГРАДИ-МЕНАЦИРАЈ И ВРАТИ НА ОПШТИНАТА!

Разговараше: **Виолета Цветковска**



Освен здравствената, пандемијата на КОВИД 19, предизвика и економска криза. Како Вие ја проценувате сегашната состојба?

- Пандемијата на Корона вирусот, освен како удар врз здравјето на населението и здравствениот систем, веројатно во голема мерка, па дури и уште поголема, ќе се одрази многу негативно и врз сè останато - економијата, политиката, социјалната заштита, екологијата, социјалната психологија, стандардот, чувството на сигурност, па дури и врз семејните односи. Ние економистите периодов го гледаме како екстерен шок (некомерцијален, неекономски, не-политички), кој влијае егзогено и на специфичен начин врз економските односи. Спецификите се вонредни и не можат да се споредат со ниту еден друг шок. На пример, при катастрофални земјотреси настануваат пореметувања и губење човечки животи, страв, паника, физички уништувања на инфра и супраструктурата, но не и на дистрибутивните текови и трговијата, како и економските односи со регионот и светот. Во случај на војна, повторно има губење човечки животи, уништувања, намалување на стопанската активност, реструктурирање на стопанската активност, инвестиционата активност се кана-

лизира во секторот на храна и производство на оружје, дистрибутивните канали се менуваат, се прави приоритизација на набавките и тн. При „напад“ на ваков вид непријател како што е вирусот, со толку голема вирулентност, односно потенцијал за ширење, и со опасност по животот на голем број луѓе, запира најголемиот дел од стопанската активност, трговијата, производството, инвестициите, приливите од странство. Престанува

прават плански сценарија од оптимистички, помалку или повеќе песимистички исход.

- Нашата земја, како и целиот свет, трпи огромни последици на економски план. Тие се од една страна директни (пад на стопанска активност, намалена трговска и производна активност, намален прилив во буџетот, масовни отпуштања, социјални и психички страдања и др.), но има и индиректни по-

Што вели науката и искуството за пребрдување на ваквите рецесии?

- За вакви масивни и масовни економски деструкции непостојат искуства никаде во светот. Секоја земја се обидува да најде свој пат кој би одговарал на нејзините специфични потреби и можности. Јасно е дека мора да се активираат механизми за финансиска поддршка едновременно и на побарувачката и на понудата, но и на финансискиот сектор. Таа поддршка секоја држава ја дизајнира и димензионира според можностите и идните очекувања на динамиката на расплетот на состојбите и длабочината на економските последици. Некои земји имаат поголеми потенцијали, а некои помали, па мораат да се потпираат и врз можна странска помош. Некои земји дизајнираа посебни финансиски инструменти кои можат да помогнат на кус и среден рок преку задолжување (емисија на посебни Корона обврзници и ликвидносни долговни инструменти), но некаде се пристапи и кон директна помош на стратешките претпријатија (особено поврзани со производство на храна и лекови, но и оние кои во најголема мерка без вина трпат најголеми штети), па и производства кои можат брзо да ја „подигнат“ останатата економија (со ак-

“

Секоја локална самоуправа треба да ги согледа сопствените специфичности и да изнајде начин за одржување и поддршка на локалните бизниси и поткрепа на потрошувачката на локално ниво.

движењето на населението и стоките помеѓу земјите, регионот, земјата, па дури и локално. Буквално замира сè. Таков шок е непредвидлив ниту според тежината на ударот, ниту според длабочината, ниту според широчината, ниту според теоретска предвидливост за можните штети, ниту други искуства, па сè што може да се направи е да се претпоставува и предвидува и врз основа на тие прогнози, кои се многу малку веројатни, да се

следици кои се немерливи (измена на релативните цени, стопанска структура, инвестициони и развојни приоритети, инфраструктурен, финансиски, ценовен, монетарен дисбаланс, пад на БДП, извоз, увоз и др.). Само буџетот трпи огромни штети и поради намалените фискални приходи и поради зголемените јавни расходи (здравствени, социјални и антикризни трансфери, пад на капитални расходи и тн.).

целерирачко и мултиплицирачко влијание) со купување акции во тие претпријатија, односно со влегување во нивната сопственичка структура. Многу земји се решија и за директна еднократна финансиска помош за најзагрозените социјални слоеви на населението, но и за најранливите мали и средни, па и микро претпријатија, а одредени земји се одлучија и за директни финансиски трансфери како помош за да заштитат што е можно повеќе работни места и да ја зголемат потрошувачката и социјалната заштита.

Глобалната економија е можеби највидлива на микро, односно на локално ниво. Општина Карпош е меѓу поголемите скопски општини, но, исто така ги почувствува последиците. Локалната власт воведо стимулативни мерки за малите и средните бизниси, како „Моја Карпош“ односно картичка со пушти полезна и за граѓаните, но и за услужните дејности. Дали ваквите мерки може да вратат нешто од изгубеното во локалниот реален сектор?

- Вообичаено е финансиските интервенции да се вршат на ниво на националната економија, но и секоја локална самоуправа треба да ги согледа сопствените специфичности и да изнајде начин за одржување и поддршка на локалните бизниси и поткрепа на потрошувачката на локално ниво. Иако за тоа има релативно малку простор, сепак во рамки на сопствените овластувања локалната самоуправа може да најде начин како да помогне и тоа во најголема мерка на социјален план и во периодот на заживувањето на стопанската активност. Општина Карпош има веќе дизајнирани инструменти кои можат да помогнат во периодот на

“ Треба да се приоритизира и локалната инвестициона активност - од еколошка, комунална, услужна, па се до функционална, односно на ниво на оптимизација на функционирање на супраструктурните системи.

оваа економска хибернација на страната на побарувачката, но се разбира дека можат да се дизајнираат и нови кои можат локално да помогнат и во закрепнување на ранливите стопански субјекти и за помош на најранливите социјални категории на населението.

Колку време ќе ни треба да закрепнеме на бизнис план? Постојат ли локални економски мерки, независни од владините, кои би го повлекле бизнисот напред: емисија на локални обврзници, друг вид на издржливо задолжување?

- Доаѓа времето кога економијата ќе треба да започне да се нормализира. Колку побрзо, толку подобро. Економијата не може да се врати во својот максимален оперативен потенцијал одеднаш и насекаде и на национално и на локално ниво. Тоа ќе се случува секвенцијално и постапно. Тоа е потребно издржано да се прави плански и организирано и на национално и на локално ниво. Локалното ниво е

поважно, бидејќи во него се очигледни економските и социјалните проблеми. Значи локалната самоуправа треба да земе активна улога во нормализација на трговските, сообраќајните, социјалните и сите други аспекти на општествениот живот. Во желбата да се забрза стопанската активност ќе дојде до оптоварување на дистрибутивните канали, сообраќајните, производните, каналите на дистрибуција на репроматеријали и стоки, активирање на работната сила, па можеби желбата за побрз опоравок да донесе и низа проблеми во функционирањето на економијата. Тоа треба да се направи рационално и професионално, без многу емоции туку преку приоритизација и јасно рационално планирање. Тоа се подготвува во целиот свет во секоја земја посебно под мотото - Што потоа? Треба да се приоритизира и локалната инвестициона активност - од еколошка, комунална, услужна, па се до функционална, односно на ниво на оптимизација на функционирање на супраструк-

турните системи. Потребно е засилено планирање на функционалноста и капацитетноста на инфраструктурните системи и дизајнирање на можни инструменти да се финансира таквата активност. Стојат на располагање многу инструменти за финансирање на локалните самоуправи од емисија Муниципални обврзници во два можни облика: Обврзници со општа обврска или т.н. Приходни обврзници. Тие се многу успешни доколку се комбинираат со своевиден облик на Јавно-приватно партнерство. Односно кога општиот интерес се комбинира и со приватниот интерес за заработка од некоја активност која е неопходна на локалната самоуправа. Постојат многу системи на таква коцесионерска соработка на пример BOT (Build-Operate-Transfer, или во превод - Изгради-менаџирај и врати на општината). Засновано врз овој модел во светот се изградени многу, дури и многу скапи инфраструктурни системи (на пример тунел сообраќајниците под каналот Ламанш). Општина Карпош е не само меѓу поголемите општини во земјата, според просторот и населението, туку и според економскиот потенцијал. Тоа треба и мора да се искористи, како за намалување на штетните последици од Коронавирусот, туку и во нормалниот период на Локалниот Економски Развој во иднината која следи.

“ На располагање се многу инструменти за финансирање на локалните самоуправи од емисија Муниципални обврзници - Обврзници со општа обврска или т.н. Приходни обврзници.

КАРПОШ ПУЛСИРАШЕ ВО ДУХОТ НА УРБАНОТО





Музика за сите генерации, позитивна енергија од околните тераси и двочасовно уживање со DJ Babura Junior. Во овој стил помина музичкиот настан „Звуците на урбан Карпош“, организиран од Општина Карпош, на покривната површина на ТЦ Скопје Сити мол.

DJ Babura Junior не потсети на голем број диско хитови, но и на ретро македонски и странски песни. Тој одржува и постојана комуникација со публиката од околните тераси, при што се направи ѕвездено небо во спомен на нашата музичка легенда Тоше Проески.

Овој музички перформанс имаше за цел да ги анимира граѓаните за време на полициски час како резултат на пандемијата со коронавирусот. Граѓаните и општината и во тешки и предизвикувачки момент знаат да пулсираат заедно и заедно да ги надминуваат проблемите. Овој пат со музика и невообичаена „журка“ на покривот на Сити-Мол и осветлените прозорци и тераси по зградите.

За организација на овој забавен и културен настан, не беа потрошени средства од Буџетот туку беше спроведен на волонтерска основа и преку донации.

Со магија и песна:

АЛЕКСАНДАР И ДАЦ СТАНАА „МИЛИОНЕРИ“

Пишува: **Виолета Цветковска**



Во моментите на пандемија и не беше сè така лошо. На пример карантинот беше страв, непријатност, збунетост, безволност, но, за некои, вистински креативци и предизвик, мотивација, идеја.



Да и се насмееш во фаца на заканата, да се пошегуваш и да ја опееш - можат ретки. Такви ретки таленти кај нас, во

Карпош, се Александар и ДАЦ (композиторот и пеач Александар Митевски и познатиот актер Драган Сапсовски ДАЦ) кои во изминатите два-три месеци станаа најпопуларниот музички дует во земјата, во регионот, но и пошироко. Почна од Македонија, па Бугарија, па Србија, па стигна поздрав и од Турција, од Русија, од најдалечната Австралија, па и од Мексико и Канада и Калифорнија. Ни честиташе дури и Италија! Затоа што ним, и само ним, им текна химната на слободата и отпорот да и ја спротистават на короната.

Така „Бела чао“ преточена во „Корона чао“ стана музички хит на Балканот и со неа се тешеа и храбреа и Македонците, но и Бугарите, и Србите, и Црногорците, и Босанците и Хрватите и Словенците... А во неа има да се чуе и да

се види сè: и ведри стихови, и глума, и труба, и тапани, и кашлање, и маски ко да сме хаски... и магија да го избрка злокобниот вирус. Конечно, во неа успеаја да ја вметнат и најголемата порака „Без љубов ќе се мрднеме“!

Но, како всушност почна нивната потрага по милиони (субскрајбери)? Се појави еден ден, поточно на 24 април, и во рок од 24 часа, само дома, во нашата земја, успеа да здобие 300.000 прегледи. Што ќе рече субскрајберот на youtube **DogSecurity Contact**: „Песнава се шири низ светот побрзо од Короната“. И така се случи да ја слушне и премиерот на Бугарија Бојко Борисов, да ја пушта во својот џип на некое патување, и сето тоа да го стави на видео клипче на јутјуб, за потоа, во рок од 69 часа, да ги направи Александар и ДАЦ вистински милиониери, со точно милион прегледи на најраширената и најмузикална социјална мрежа.

Така почна и се уште трае приказната на ДАЦ и Александар. Од ден на ден прегледите на „песната над песните“ (која за време на карантинот веќе на големо го довршува третиот милион видувања), продолжуваат и натаму да растат. Овојпат обратнопропорционално на заразените. Магијата на бркање на вирусот-успева! И во духот на Bella ciao: Viva la resistenza!



ВО БОРБА СО ИНФОДЕМИЈАТА

Пишува: **Кристина Костова**



Теорија на заговор е тврдење или навод дека одредена група на моќни луѓе направиле заговор за заеднички да постигнат некоја (зла) цел. Голем дел од теориите на заговор навистина не се за верување, особено затоа што се тврдења кои се спротивни на сите научно докажани факти.

Антинаучните теории на заговор се штетни за општеството во кое живееме. Најчесто се користат за создавање поделби во општеството по основа на етничка, верска, сексуална или каква било друга лична определба... А, некогаш ефектот од ширењето и верувањето во нив може да предизвика опасност по јавното здравје, како што тоа беше случајот пред една година, кога во Скопје беше предизвикана епидемија од морбили, затоа што некои родители не си ги вакцинирале децата бидејќи веруваат во теоријата на заговор дека вакцините се штетни.

Со интернетот, ширењето на теориите на заговор е многу брзо, многу голем број луѓе се изложени на истите, па затоа тие можат да имаат силно влијание врз однесувањето на луѓето. Тоа е особено видливо периодов, во екот на пандемијата на COVID-19.

Се наоѓаме во една бизарна и по малку страшна ситуација без преседан, кога на човештвото му е одземена удобната замаеност предизвикана од предвидливоста на пред-

условените реакции и теркот на живеење што ни го налага системот.

Кога се чини дека светот е превртен наопаку, верувањето во одредени „забра-нети знаења“ нудат некое чувство на сигурност или контрола, колку и да се тие бесмислени. Некои луѓе учествуваат во ширењето неосновани и очигледно неверодостојни тврдења за да ги прикријат чувствата на збунетост и беспомошност.

Антинаучните теории на заговор не се ексклузива на неписмените. Напротив, тие „виреат“ кај многумина што поминале години и години во образовен процес, добар дел од нив и високообразовани. Затоа и запрепастува што токму такви луѓе имаат такви фундаментално погрешни ставови. Имајќи ги предвид сите знаења кои со нив биле споделени само во текот на нивното основно и средно образование, овие луѓе како да сакаат да бидат изманипулирани. Како да сакаат да веруваат во глупости. Како да го прават тоа за да си ја задоволат потребата да бидат посебни, уникатни, за да

се убедат себеси дека се попатетни од другите само затоа што се поинакви. Како да се вклучени во една глобална одмазда поради фрустрациите за својата просечност.

Пандемијата донесе наплив од стотици нови антинаучни теории на заговор, некои глобални, некои локални. Се оди од општи тврдења дека корона вирусот не ни постоел, ама и дека е „обичен грип“; дека е предизвикан од 5G предаватели, ама и дека е изговор за поставување на истите тие 5G предаватели; дека е измислен од Бил Гејтс за да му било лесно да го чипирал човештвото преку вакцини. Потоа, тие продолжуваат да се шират регионално.

Во САД, самиот Трамп го „пречека“ вирусот со јавно повторување на теориите дека „ова е само грип“, „ефективна ќе биде и обичната вакцина за грип“, за да продолжи со онаа од пред неколку дена, дека „треба да се најдат начини да се инјектираат дезинфициенси во човечки организми.“ Откако за секоја бесмисленост беше брзопотезно демантиран

од страна на научната јавност, неговото опкружување ретерира или релативизира, но штетните информации се пуштени да циркулираат во јавноста и нема начин да се спречат различните начини на нивно толкување. Па, затоа деновиве гледаме како сите компании кои произведуваат дезинфициенси ги предупредуваат корисниците да не ги пијат нивните производи, а гледаме и дека само во САД значително пораснал бројот на труења откако многу луѓе го послушале Трамп и си инјектирале или се напиле дезинфициенс.

Кај нас, пак, има неколку антинаучни теории на заговор поврзани со пандемијата, како на пример онаа дека „ги немало ластовичките,“ или пак за повторно засилување на една постара теорија на заговор, онаа дека овде ќе се населувале мигранти. Следејќи го трагот на медиумските дистрибутери на теоријата со ластовичките, се покажа дека истата е поврзана со создавање (или засилување на) анти-НАТО сентимент во деновите околу официјалното зачленување на Република Северна Македонија во Алијансата. Теоријата за мигрантите, пак, не ја слушаме првпат, а и овој пат е пуштена со јасна цел за ширење ксенофобија, создавање поделби, немир и недоверба, но и создавање платформа за манипулација, а во корист на одредени структури.

Особено загрижува кога етаблирани и препознатливи општествени субјекти шират антинаучни теории на заговор, без разлика дали станува збор за локални медиуми, претседатели на здруженија (на

приватни лекари, на пример) или т.н. „лидер на слободниот свет.“

Чувството на сигурност и контрола што го даваат теориите на заговор е илузорно, но штетата за јавноста е вистинска и разорна. Само затоа што може да се рационализира нивното постоење, тоа не може да служи како изговор за штетата која ја нанесуваат антинаучните теории на заговор.

Загрижувачки е што голем дел од нив се искористени за отворена пропаганда на одредени, не толку прикриени, структури на моќ. И во екот на светска пандемија нивната цел е ерозија на јавната доверба и подривање на здравствените и научните авторитети, како и контрола врз одреден дел од населението. Ваквите теории можат да ја продолжат, дури и да ја надживеат пандемијата.

Глупавоста не само што е штетна. Таа знае да биде и зла. Тоа го покажуваат позадините на спомнатите антинаучни теории на заговор, за кои секогаш се докажува дека се „пуштени“ за остварување на некоја од целите на авторитарски настроените групации.

Гореспоменатите теории на заговор кои се однесуваат на актуелната пандемија немаат научна основа, дури и се спротивни на логиката и научно докажаните факти. Тие се толку штетни, што сиот овој период СЗО, паралелно на борбата со COVID-19, постојано испраќа соопштенія за јавност за да го спречи ширењето на дезинформациите. Од демантирање на веста дека лук и ракија можат да го спречат вирусот, преку разбивање на митот дека немате

коронавирус ако можете да го држите здивот повеќе од 10 секунди, до објаснувања дека ниту еден вирус не може да „патува“ преку радио бранови или мобилни мрежи... Сите тие се официјални соопштенія од СЗО, организација која ја менаџира борбата со вирусот на светско ниво, а во меѓувреме се занимава со обиди за отфрлање на очигледни лаги. Тоа е трошење време и ресурси кои може да се искористат во борба со пандемијата. Наместо тоа, светот денес се бори и со инфодемија.

Луѓето можат да бидат измамени со тоа што веруваат во она што не е вистина, но исто така можат да бидат измамени така што нема да веруваат во она што е вистина. Второто е главниот проблем кој го претставуваат антинаучните теории на заговор, особено во овој период, кога е потребно следење на насоките од надлежните здравствени институции и експерти.

Секој има право на свое мислење, но никој нема право на свои научни факти.

Борбата со инфодемијата започнува на индивидуално ниво. Секој мора да ги отфрли бесмислиците, колку и тие да прават да се чувствува како се знајко и попаметен од докторите и научниците. Науката и фактите образложени од докажаните експерти се единствените валидни тврдења по кои треба да се водиме.

Текстот е преземен од веб порталот www.frontline.mk, со претходна согласност на авторката.



Менталното здравје во време на Корона

ПАНДЕМИЈА ВО СЕНКА

*Пишува: Бојана Стојменовиќ,
психолог, семеен и системски советник,
практикант на игровна терапија за деца,
основач на советувањето Мој психолог.*

Изминатиов неколку-месечен период беше исклучително тежок за сите нас и многумина се соочуваа со ист или сличен предзвик во однос на физичкото и менталното здравје. Кога страшното сценарио се одвиваше илјадници километри далеку од нас во Вухан, никој не претпоставуваше дека вирусот ќе земе замав во светски рамки во форма на пандемија.

Но, никој не зборува за пандемијата која што се ширеше во сенка. Никој сеуште не зборува за пандемијата која што го афектира менталното здравје. Во изминатите неколку месеци во светот се забележува пораст на одредени психолошки состојби и заболувања како што се анксиозноста и депресијата, а се претпоставува дека овој број и понатаму ќе расте и по завршувањето на пандемијата. Во истражувањата кои биле спроведени во Кина за време на пандемијата резултатите покажуваат дека симптомите на депресија, општа вознемиреност, анксиозност и психосоматски симптоми биле присутни кај 50% од испитаниците.

Вирусот и штетата која што видливо и невидливо ја нанесе, дише во сите пори на општеството. Стравот и анксиозноста беа сосема нормална и очекувана реакција во почетокот на пандемијата, особено кога сеуште никој од нас не можеше да си ги одговори прашањата: Колку време ова ќе трае?; Дали сум

безбеден?; Што можам да направам да се заштитам? Тековно истите и флукутираа, односно се зголемуваа и намалуваа, па затоа и можевме да видиме групи луѓе кои не ги почитуваа мерките, а тоа се случуваше се почесто последниве неколку недели. Еден американски психијатар тоа го објаснува со нивото на анксиозност и страв, односно според него - колку повеќе личноста чувствува страв и е анксиозна поради ситуацијата, толку е поверојатно да ги следи мерките за претпазливост и да се заштити себе си и останатите околу неа.

По завршувањето на секоја пандемија, се очекуваат реакции кај луѓето во однос на менталното здравје. Од голема важност е навремено да се препознае потребата од професионална помош и секако истата да биде достапна за сите луѓе. За таа цел кај нас беа отворени телефонски линии за психолошка поддршка кои функционираа секој ден, а вклучени беа психолозите и психијатрите. Нашата работа веднаш се префрли и онлајн, па психолошката помош стана подостапна како никогаш до сега. Како што напоменах, од голема важност е навремено да се препознаат симптомите за да може навремено да се интервенира. Во никој случај не треба да се самодијагностицираме користејќи го интернетот, туку е потребно тоа да го направи стручно лице.

Како да препознаеме?

Анксиозност:**Психички:**

- вознемиреност
- напнатост
- непријатно исчекување
- загриженост
- тегобност
- раздрозливост
- лесна заморливост
- потешкотии во концентрација
- потешкотии во заспивање и спиење

Автономни:

- плитко дишење/краток здив
- срцебиене и тахикардија
- потење, ладни и влажни дланки
- сушење во устата
- замагленост, вртоглавица
- мачнина, диареја или други стомачни тегоби
- зацрвенување, врукина или морници по тело
- често мокрење
- тешкотии во голтање или „кнедла во грло“

Моторички:

- треперење, тресење, смалаксување
- мускулна напегнатост
- болки во телото или сетилна пречувствителност

Депресија:**Општи:**

- намалено расположение
- намалена мотивација, смисла
- намалување/губиток на уживање во дневните активности
- ниско ниво на енергија, лесен замор
- пореметен апетит (намален или зголемен) со намалување или зголемување на тежината
- пореметено спиење (несоница или премногу спиење)
- лоша концентрација
- намалена самоверба
- нерешителност
- чувство на немоќ
- негативни мисли (за болест, несреќи, смрт, пропаст)

Емотивни:

- тага, потиштеност
- анксиозност
- раздрозливост
- губиток на задоволство
- чувство на вина
- чувство на безвредност
- чувство на безнадежност

Волеви:

- безволие
- неиницијативност
- немотивираност

Когнитивни:

- опсесивни мисли
- загриженост
- намалено памтење
- лоша концентрација
- идеи за самоубиство

Социјални:

- повлекување од контакти, дружење
- општествено-професионална дисфункционалност

Социјални:

- намалена енергија
- психомоторна раздвиженост или инхибираност
- инсомниа или хиперсомниа
- намалување на либидото
- пореметен апетит
- дневни промени на расположението
- констипација (затвор)
- потење со променет мирис на кожата

Изложеноста на мултифакторијалниот стрес може да донесе разни последици, но сепак не значи дека кај сите афектирано ќе биде менталното здравје. Голема улога имаат личните снаги, карактеристики и резилентноста. Грижата за менталното здравје не треба да биде еднократна, туку лична секојдневна одговорност, а можеби како главна лекција од пандемијата го извлекуваме токму тоа, да го сфатиме единството на телото и умот како две нераздвојни компоненти кои се клучни за целокупната човекова психофизичка добросостојба.

БОГОЕВ ДЕЛ ОД ONLINE ЧАС ПО ОПШТЕСТВО



Четвртоодделенците од ООУ „Јан Амос Коменски“, одржаа online час по предметот Општество, на кој учествуваше и градоначалникот на Општина Карпош, Стефан Богоев.

Во рамките на оваа online настава, Богоев практично им објасни на основците, како функционира локалната самоуправа, кои се надлежностите на Општината, градоначалникот и Советот, какви проекти се реализираат во интерес на граѓаните и слични теми.

Наставниот час се одржа преку платформата Zoom, која се користи за следење на настава во периодот кога учениците се спречени да посетуваат училиште, како резултат на пандемијата со Covid – 19. Инаку претходно, како дел од наставниот план, учениците и наставниците често пати ја посетуваа Општината, со цел практично да се запознаат со работата на локалната самоуправа.

„Мило ми е што успешно се спроведува е – наставата во Карпош и навистина го прифативте овој тип на учење. Нашата општина го иницираше овој тип на настава во целата држава, а денеска и директно ќе одговарам на вашите прашања“, рече Богоев на почетокот од часот.

КАРПОШ ДОНИРАШЕ 40 ЕДИНИЦИ КРВ



Поради пандемија од коронавирусот редовните крводарители не можеа да донираат крв, односно не се организираа крводарителни акции во вообичаена форма. Наспроти тоа, се зголеми потребата од нови крвни единици кои се потребни за секојдневно лекување на пациентите на клиниките. Во духот на потврдената и традиционална хуманост општинската администрација на Карпош донираше 40 единици крв за потребите на Институтот за трансфузиона медицина.

Оваа хумана акција беше реализирана во соработка со Општинската организација на Црвен крст – Карпош, а во истата се приклучија и градоначалникот Стефан Богоев, други членови на администрацијата како и доброволни дарители од наставниот и воспитен кадар од основните училишта и градинките од Карпош.

Почитувајќи ги новите протоколи и мерки за заштита, секој крводарител носеше заштитна маска, се одржуваа дистанца, а во рамки на еден час можеа да донираат крв максимум пет лица. Претходно, на секое лице му беше измерена температура, притисок и проверка на хемоглобинот во рамки на вкупната процедура при дарувањето крв во вакви вонредни услови.

Општина Карпош е една од институциите со најголем број на крводарители, повеќекратен рекордер во донирани крвни единици. Освен тоа Карпош е изграден на темелите на светската солидарност, па оттаму локалната самоуправа продолжува со помош и поддршка на граѓаните.

ЗАШТИТНА ОПРЕМА ЗА КОМУНАЛНИТЕ СЛУЖБИ НА КАРПОШ



Заштитни маски за повеќекратна употреба, заштитни наочари, ракавици и средства за дезинфекција и беа донирани на локалната самоуправа од компанијата „Санмрти“ ДОО.

Оваа опрема ќе ја користат комуналните служби на Општина Карпош, кои секојдневно дезинфицираат згради, улици, јавни површини и урбана опрема.

Општината тековно доделува опрема на сите вработени, но секоја поддршка е значајна и добредојдена.

Локалната самоуправа ја истакнува својата благодарност до оваа општествено одговорна компанија која во ваков значаен период ја поддржа работата на Карпош за намалување на последиците од корона вирусот.

ПОМОШ ЗА 30 НАЈРАНЛИВИ ДОМАЌИНСТВА ОД КАРПОШ



Општина Карпош организираше хуманитарна акција за 30 најранливи домаќинства. Како резултат на кризната ситуација со Covid – 19, локалната самоуправа обезбеди прехранбени продукти и средства за хигиена за најпогодените граѓани.

Оваа активност се спроведе во соработка со Црвениот крст, чии волонтери ги подготвија социјалните пакети, кои ќе беа набавени со буџетски средства на Општината.

Во видео обраќање, градоначалникот Стефан Богоев говореше за потребата од хуманост и солидарност во овие моменти:

“Помагавме за време на природни непогоди на нашите соседни земји, помагаме за лекување на наши сограѓани, а сега треба да се справиме со еден од најсериозните вируси во поновата историја”.

COVID – 19 го погоди целото општество! Но, корона вирусот не обедини сите, во општествена акција, секој да преземе мерки и активности, рече Богоев.

Инаку досега, Карпош традиционално организираше хуманитарна акција пред велигденските празници. Но, како резултат на пандемијата со корона вирус и избегнување на директен контакт меѓу граѓаните, при дозирање на продукти, оваа година акцијата се реализира на посочениот начин.



МОБИЛНИ ТИМОВИ ЗА ПОДДРШКА НА РАНЛИВИТЕ ГРУПИ ГРАЃАНИ

Мобилните тимови на Општина Карпош и Црвениот крст, изминатиов период посетија повеќе од 50 домаќинства и им обезбедија соодветна услуга (набавка на храна, лекови и хигиенски средства), како резултат на состојбата со Covid – 19 (коронавирус).

Притоа им се помагаше на најранливите групи, стари и изнемоштени лица, семејства со лице со попреченост, хронично болни и граѓани во изолација. Целта е овие граѓани да не излегуваат од своите домови, за да немаат контакт со други луѓе и да се спречи ширење на коронавирусот. Преку повикување на броевите **02/3068-806** и **071-349-230**, граѓаните кои се дел од ранливата група, можат да се регистрираат и да ја добијат соодветната услуга. Оваа услуга е бесплатна, а граѓаните единствено плаќаат за продуктите кои сакаат да им се набават. За овој проект, Општина Карпош одвои 50 илјади денари од својот Буџет, со цел да се обезбедат трошоците за волонтери и нивен превоз. Ги повикуваме сите граѓани да ги почитуваат препораките и мерките за заштита од коронавирус.



СЛОВАЧКА ЗА КАРПОШ: **3.000 МАСКИ** ЗА ПОРУРАЛНИТЕ НАСЕЛБИ

Со цел поголема заштита на граѓаните и спречување на ширење на коронавирусот, Општина Карпош подели 3.000 маски, за повеќекратна употреба, во поруралните средини и населби како: Злоукани, Бардовци и Нерези. Маските се делеа пред пофреквентни места: пред маркети, банки, автобуски постојки.

Заштитната опрема е донација од здружението „Добредојде Македонија Welcome Centre“, а со поддршка од Амбасадата на Република Словачка во Република Северна Македонија. Притоа, граѓаните добија и инструкции како правилно да ги користат маските, со цел подобро да се заштитат.

Со дистрибуцијата на 3.000 маски дополнително даваме поддршка на граѓаните, особено на оние кои се во потешка финансиска состојба. Апелирам граѓаните да продолжат со почитување на мерките и препораките од надлежните институции, рече Богоев.

Амбасадорот, Хенрик Маркуш, во оваа пригода истакна дека Словачка континуирано ги одржува пријателските односи со нашата земја. Ова е симболнична, но многу важна поддршка за карпошани во овој период на пандемија на Covid – 19.

Акцијата на Словачката амбасада продолжи и по другите општини, со што вкупно ќе бидат поделени околу 12.000 маски на територија на Скопје. Претседателката на здружението Емилија Миладинова Аврамчева ги поттикна и сите други општествени чинители да се вклучат во поддршка на заедницата и граѓаните.

ДЕЗИНФЕКЦИЈА НА ЗГРАДИ, УЛИЦИ, УЧИЛИШТА И ЈАВНИ ПОВРШИНИ ВО КАРПОШ

Автор: **Бранко Петров**



Со цел да се обезбеди поголема заштита на граѓаните и спречување на ширење на коронавирусот Општина Карпош во текот на пандемијата Ковид-19 континуирано ја спроведува интензивни мерки за заштита како одржување на јавната хигиена, миење и чистење на улиците, платоата и плоштадите, како и на урбаната опрема (клучи за седење, корпи за отпадоци, вело паркинзи).

Етапно, се работи во сите урбани заедници каде што има згради со повеќе од осум домаќинства. Општина Карпош во изминатиот период, интензивно ги дезинфицираше градинките и основните училишта кои се наоѓаат на нејзината територија, како и паркингот пред болницата „8 Септември“. Дезинфекција се направи и околу зеленото пазарче „Тафталице“, како и на платото на „Млечен“, и „Лептокарија“, и на пофреквентните улици во речиси сите населени места.

Се дезинфицираат влезните врати и делови од зградите, сандачињата, гелендерот и лифтовите со посебни средства за дезинфекција на јавни површини.

Во текот на целиот период на пандемија, исто така, пет цистерни ги мијат и дезинфицираат локалните улици во Општина Карпош.

Активностите на цистерните за дезинфекција се спроведуваат во повеќе наврати, во сите 14 урбани заедници. Општина Карпош ги набави овие цистерни на почетокот на годината и независно од актуелната состојба со коронавирусот, истите секојдневно работеа, со цел да се подигне нивото на јавна хигиена.

За поголема заштита на граѓаните и спречување на ширење на коронавирусот, Општина Карпош започна акција на делење заштитни маски за повеќекратна употреба во поруралните делови средини и населби како: Злокуќани, Бардовци и Трнодол.

Локалната самоуправа спроведува темелна, вонредна дезинфекција на сите основни училишта и детски градинки на своја територија.

Во помош на Општината и дојдоа и активистите од Сојузот на извидници на Македонија, кои формираа редарски служби пред пофреквентните маркети во Општина Карпош и околу пазарчето во Тафталице, за да ја контролираат ситуацијата на теренот и повикуваат на физичка дистанца меѓу граѓаните.

СОЦИЈАЛНИ ПАКЕТИ ЗА САМОХРАНИТЕ РОДИТЕЛИ ОД КАРПОШ



Општинската организација на Црвениот крст – Карпош, подели хигиенски средства и продукти за одржување на лична хигиена на 40 домаќинства кои се наоѓаат во социјален ризик. Станува збор за донација од компанијата „Саманта“, наменета за самохраните родители кои живеат на територија на општина Карпош.

Локалната самоуправа самостојно, но и во соработка со приватниот сектор постојано води грижа за граѓаните кои се наоѓаат во потешка материјално – финансиска состојба, особено во периодот на владеење на коронавирусот.

Општина Карпош во изминатиот период додели пре-

хранбени продукти и средства за хигиена, на околу 130 домаќинства кои живеат на нејзина територија. Исто така, Одделението за детска, социјална и здравствена заштита при Општината, додели еднократна финансиска помош на 90 лица, меѓу кои 45 карпошани добија средства за лекување, а 45 сограѓани добија парична помош затоа што се наоѓаат во социјален ризик.

Службите на локалната самоуправа постапиле, врз основа на доставените барања од граѓаните, кои биле адресирани до Општина Карпош и кои ги исполнуваат соодветните критериуми за да добијат еднократна социјална помош.



НОВИ СИСТЕМИ ЗА НАВОДНУВАЊЕ НА ЗЕЛЕНИЛОТО

За повквалитетно и целосно одржување на зелените површини, Општина Карпош почна да поставува нови системи за наводнување на зеленилото и тревните површини на повеќе локации. Автоматски прскалки за наводнување се поставуваат во средишниот дел на

ТЦ „Лептокарија“ (Карпош 3), а ќе се продолжи и на други места во Општината и тоа во:

Карпош 1, меѓу зградите 8 и 10 на ул. „Иван Аговски“ ;

Нерези, во близина на воените кули;

Тафталиџе, меѓу зградите на „Московска“ ;

Тафталиџе 2, на ул. „Женевска“ во близина на новиот сквер.

На овој начин значително ќе се подигне квалитетот на зеленилото и ќе се спречи неговото сушење, особено во летниот период.

Локалната самоуправа продолжува да работи на подигнување нови зелени површини и одржување на постоечките. Овие зелени маалски парковиња се значајни за рекреација на граѓаните и за развивање на маалскиот соживот.



ЗАПОЧНА РЕДОВНАТА ДЕРАТИЗАЦИЈА ВО КАРПОШ

Општина Карпош ја почна редовната, пролетна дератизација на канализационите шахти во сите 14 урбани заедници.

Станува збор за активност која се спроведува два пати во текот на годината (на пролет и есен), а има за цел да ги уништи штетните глодачи (глевци) и инсекти.

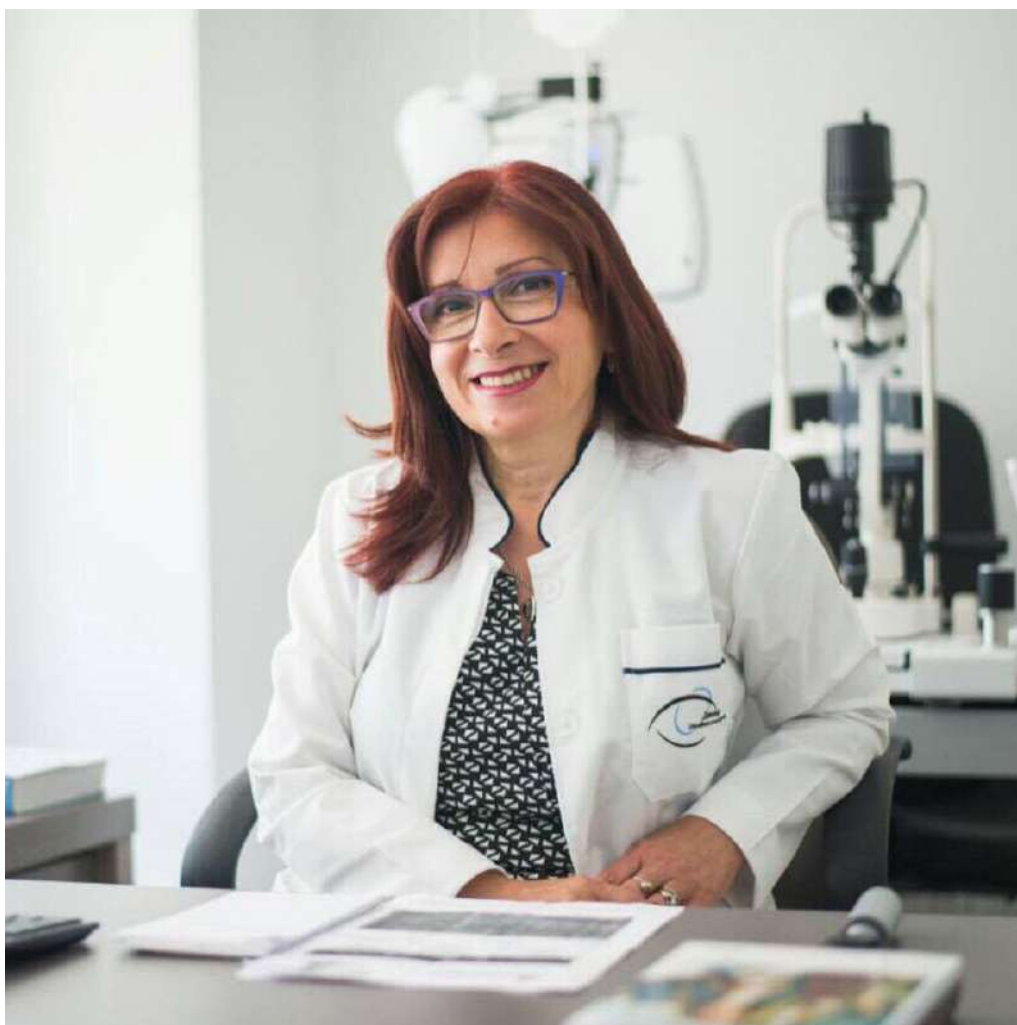
Дератизацијата се врши со помош на специјални хемиски средства и примарната цел е да се спречи ширењето на заразни болести.

Оваа активност започна од урбаната заедница Карпош 3, а ќе се спроведе и во сите други населби.



д-р Виолета Бучкоска, катарактен и витреоретинален хирург

Болницата „Деница“ прерасна во **синоним за премиум офталмологија**



д-р Виолета Бучкоска спаѓа во онаа група докажани и признаени професионалци кои секојдневно ги издигнуваат вкупните здравствени стандарди, приближувајќи му ги на македонскиот пациент последните и најсовремени трендови во областа на офталмологијата.

Нејзината меѓународно верификувана експертиза во очната хирургија буди чувство на гордост кај секој од нас дека нашата земја, освен во некои други сегменти, има со што да се претстави пред светот и во оваа област.

Д-р Бучкоска, својата децениска офталмолошка кариера ја започнува во 1990 година на Универзитетската очна клиника во Скопје, од 2010 до 2017 година е дел од Болницата Систина Офталмологија, а од 2017 година до денес таа е предводник на тимот офталмолози во Специјалната очна болница „Деница“ лоцирана во населбата Карпош, каде ја извршува и функцијата медицински директор.

Област од посебен интерес на д-р Бучкоска е хирургијата на катаракта, хируршките третмани на аблација на ретината, витреоретиналната хирургија, ласерскиот третман на дијабетична ретинопатија и периферните дегенерации на ретина, како и окулопластиката.

Природно е со текот на годините да се јават проблеми со видот. Доколку не се работи за наследни или други фактори, на што треба најмногу да се внимава за да се зачува видот?

Окото ни служи за гледање и тоа е создадено за таа единствена функција, а и не е потребно да се штеди. Современиот начин на живот и функционирање, ни налага премногу напрегање и помалку одморане на очите, особено кога сме пред мониторот, телефонот и таблетите. Без овие направи не може да се замисли нашето функционирање во денешно време, но моја препорака, а верувам и на секој офталмолог е умереност во користењето на мониторите доколку е можно, потоа што повеќе шетање во природа на отворено и секако избалансирана витаминско минерална исхрана во согласност со возраста. Овој пристап ќе овозможи правилен раст и развиток на организмот кај децата, а истовремено и превенција од дегенеративни заболувања кај возрасните. Секако тука спаѓаат и редовните офталмолошки контроли сè со цел навреме да се открие и превенира одредена состојба или заболување на очите.

Што се подразбира под т.н. „перде на очите“, односно катарактата?

Нормалната функција на очната лека е да ја пропушта и фокусира светлината така да може да се

гледаат јасни и чисти слики на набљудуваните објекти. Кога ќе се појави катаракта, леќите на очите се заматуваат, како резултат на што квалитетот на видот се влошува. Со појавата на катарактата постепено се намалува количеството на светлина која влегува во окото и пациентот може да почувствува некои или сите од следниве симптоми: замаглен вид; побледи бои; потреба за често менување на очилата; визуелни проблеми со светлината, како на пример одблесок или отсјај. Во повеќето случаи катарактата е последица на промени поврзани со стареењето на леќата, но таа може да се појави и кај помлади луѓе поради различни причини вклучувај-

ќи: траума или повреди на окото; поради друг оперативен зафат на окото; заболувања како дијабет и глауком; поради долго воспаление на окото, продолжено користење на кортикостероиди... Дијагнозата е едноставна и се поставува со едноставен офталмолошки преглед на широка зеница при што се поставува дијагнозата за типот на катарактата со што и се овозможува планирање на понатамошниот пристап за нејзино отстранување.

Оваа хируршка процедура, која со успех ја изведуваме, се реализира на хируршки начин со локална анестезија за сосема кратко време и на еден крајно безболан

начин. Инаку, катарактата се смета дека претставува една од најчестите хируршки процедури на предниот очен сегмент.

Еден од поспецифичните зафати во офталмологијата е третманот на задниот сегмент на окото, што е ваша специјалност. Кажете ни за каков здравствен проблем станува збор и како се дијагностицира.

Тоа е едно широко поле кое опфаќа поголем број на заболувања на задниот сегмент на окото. Би ги издвоила најчестите како што се крварењата во стаклестото тело, најчесто како последица од дијабетична ретинопатија, односно оштетувања на крвните



садови како последица на нерегулиран дијабет. Потоа тука се одлепувањата на ретината кои се најчесто последица на периферни руптури настанати од дегенеративни промени на ретината, или пак од воспалителни промени на средниот очен сегмент. Дегенеративните промени на точката на јасен вид кои се поврзани со возраста се јавуваат во две форми, едната е сува форма доведува до постепено намалување на видот, а другата е влажната форма и доведува до побрзо намалување на централниот вид. Воспалителни процеси на очниот нерв исто така доведуваат до нагло намалување на видот. Туморозните процеси кои најчесто се јавуваат на средниот дел на окоото т.н. увеа, потоа васкулопатиите кои се јавуваат најчесто во склоп на одредени системски заболувања и т.н. Дијагностицирањето на сите овие заболувања започнува со офталмолошки преглед на задниот сегмент со лупа на широка зеница. Прегледот се про-



длабочува со одредени дополнителни испитувања како што се ехографијата која е неопходна доколку се заматени структурите на предниот сегмент и стаклестото тело на окоото па не ни дозволува увид во задниот сегмент. ОЦТ или оптичка кохерентна томографија која е софис-

тицирана имиџинг метода со која добиваме увид во анатомската градба на ретината на точката за јасен вид или главата на оптичкиот нерв и на тој начин добиваме увид во кој дел на ретината ни е патолошкиот процес. Флуоресцинската ангиографија со која со помош на вбригување

на контраст во вена добиваме увид во крвните садови на ретината, односно во оштетувањата и локацијата на иститите.

Очната болница „Деница“, работи веќе три години, период во кој оваа установа се етаблира како проверен партнер во кој пациентите имаат доверба. Како гледате на работата на болницата до сега?



Доколку имате одговорен, професионален, а притоа и хуман пристап кон пациентите, како што го има нашата болница, тие ќе ви вратат со доверба. Наш приоритет е високиот квалитет на услугите кои ги даваме. Не случајно се вели дека по губењето на животот, најтешко е губењето на видот. Затоа, нашиот тим, со голема сериозност и посветеност му приоѓа на секој пациент, притоа комбинирајќи го нашето искуство и светските протоколи за третирање на очните болести.

Медицината се развива со огромна брзина. Колку



и како очната болница „Деница“ ги следи трендовите и какви се нејзините развојни планови?

Трендовите ги следиме со редовни посети на регионални и светски симпозиуми и конгреси, но и со директен личен контакт со еминентни офталмолози во одредени субспецијалности, како заради размена на искуства, така и при решавање на диференцијално дијагностички дилеми во одредени случаи. Иднината на болницата ја гледаме во проширување на човечките и техничките ресурси, а со тоа и збогатување на палетата на услуги кои ги нудиме.

Жителите на општина Карпош имаат поволности на услугите во Очната болница „Деница“.

Да. Како општествено одговорен субјект, секогаш настојуваме да излеземе во пресрет на разни иницијативи, вклучувајќи ја и акцијата на општината Карпош со реализацијата на проектот „Мој Карпош“. Имено, „Деница“ уште во 2019 година, со стартот на овој проект им овозможи на жителите на Општината попуст од 5% на сите хируршки интервенции што се изведуваат во нашата болница. Особено задоволство ми претставува оваа соработка, затоа

што детството и младоста ги поминав во Тафталиџе, па лично ме врзуваат убави спомени со овој дел од градот.

Кои совети би им ги дале на нашите читатели за да го сочуваат и да го унапредат видот?

Посетувајте барем еднаш годишно офталмолог како превентивна мерка. Препорачувам одмарање на очите од континуирано гледање во екрани кои зрачат со сина светлина, подесете ги така што би се намалила светлината на истите и секако добро е да се носат очила кои ги одбиваат овие зраци. Би

напоменала дека постојат и интраокуларни леќи кои се вградуваат наместо природната леќа при перде на очите кои содржат син филтер како заштита од сина светлина. Советувам и чести паузи од гледање во екрани бидејќи се јавува чувство на суво око поради намаленото трепкање при гледањето во екраните. Секако тука се и прошетките на отворено кога е чист воздухот затоа што тие помагаат во одржувањето на здравјето на целиот организам вклучително и на очите.

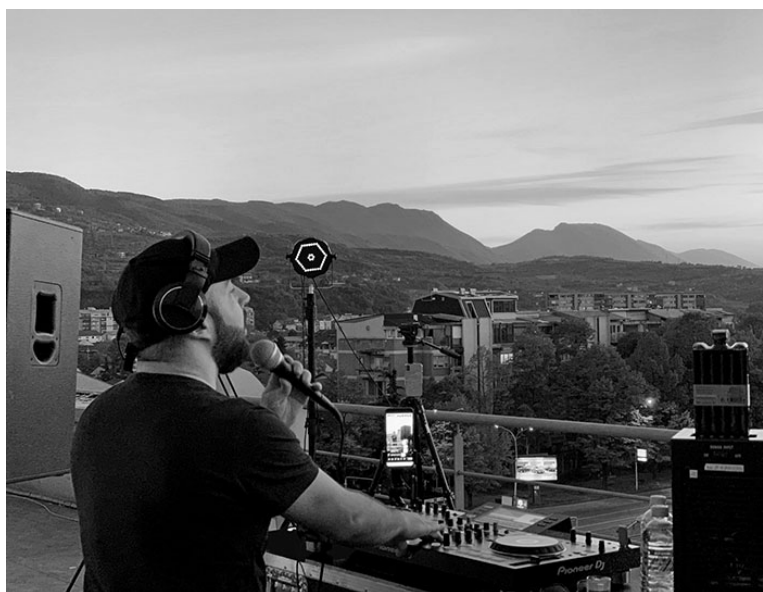
Општина Карпош во иновативниот проект „Мој Карпош-Моја картичка“ за поддршка на локалниот бизнис, но и за зајакнување на соработката и довербата меѓу граѓаните и бизнисот, вклучи околу 300 општествено одговорни претпријатија кои работат на нејзина територија. Овие претпријатија кои доаѓаат првенствено од сферата на услугите, но и од здравството, ИТ компании, сервиси и сл. нудат попусти на нивните услуги и производи во одреден дел од денот, или постојано, до одреден процент. Ваквите бенефиции досега ги користат околу 3.000 жители на Карпош.

Тоа е повод во нашиот општински весник да одвоиме простор за претставување на дејностите на овие општествено одговорни фирми.

{ креатива }



#Звуките





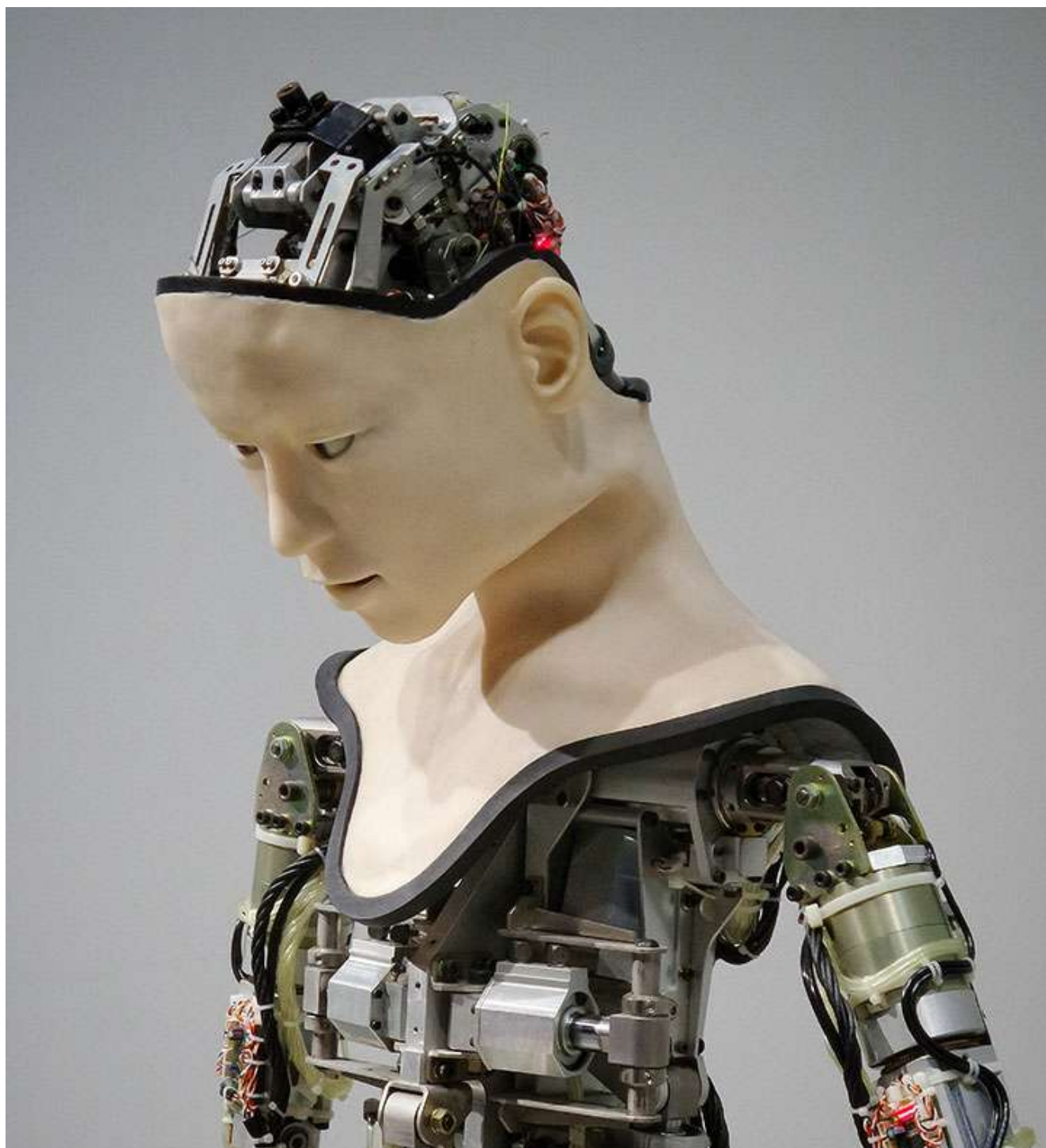
НаКарпош



МАШИНАТА НЕМА КРЕАТИВНОСТ, НО ИМА ИДНИНА!

Дали можат роботиката
и вештачката интелиген-
ција да го заменат
човекот?

Автор: **Ива Зафировска**



Во денешното време, на голем и брз технолошки развој, научниците се стремат кон тоа вештачката интелигенција да се изедначи со човечката интелигенција. Иако тоа во догледно време е тешко да се направи, заради тоа што роботите никогаш не можат да ја достигнат човечката интелигенција т.е ја немаат креативноста на човекот. Таа претставува мотив за научен развој и стимул за нови облици на креативност.

Терминот Вештачка интелигенција (ВИ) може да се примени на било која машина која покажува својства поврзани со човечкиот ум, како што се учење и решавање на проблеми или може да се дефинира како наука и инженерство за создавање на интелигентни машини. ВИ технологиите исто така можат да се најдат и на патиштата, каде што автоматизирани возила почнуваат да се појавуваат, а големите автопроизводители и технолошки фирми како Google, BMW, Mercedes Benz, Tesla го предводат овој тренд. Google прв почна да тестира автоматизирани возила во 2012 година **Вештачка интелигенција (ВИ)** е интелигенција претставена од машини и софтвер и е гранка од компјутерската наука која развива машини и софтвер со интелигенција. Најголемите истражувања како и објавените трудови за ВИ истата ја дефинираат како проучување и дизајн на интелигентен агент, каде што под интелигентен агент се подразбира систем способен за перцепирање на околината и преземање на активности кои му ги максимизираат шансите за успех. Со вештачката интелигенција може да се создаваат слики, музика и вести.

Роботиката е наука која го проучува дизајнот, производството и продажбата на роботите. Роботиката бара огромно познавање од областите електроника, механика и програмирање а истовремено вклучува и многу други научни облас-

ти. Личностите кои се занимаваат со проучување на оваа област се нарекуваат роботичари.

Структурата на роботите е механичка и изгледот и принципот на работа е многу сличен со оној на човечкото тело. Тој главно се состои од извршни уреди (актуатори) кои ги заменуваат мускулите на човечкото тело и зглобови кои ги поврзуваат извршните уреди.

Експертите сметаат, кога компјутерите ќе имаат доволно напредни алгоритми, тие самите ќе можат да се подобруваат, а потоа и да го реплицираат човечкиот мозок. Човештвото секогаш се приближува до сознанието и врвот на технологијата зависно во времето во кое живее. Сепак, ниту една машина, без оглед колку и да е софистицирана не може да направи некој работи како што тоа може да го направи човекот, односно машината нема креативност.

Луѓето имаат многу корист од вештачката интелигенција, таа е продуктивна алатка, но не е без грешка. Таа е основана на добро познавање на математиката. Вештачката интелигенција ќе ја надвлее традиционалната индустрија и ќе отвори нови пристапи кон компјутерската наука и кон нови области. Луѓето и вештачката интелигенција треба да соработуваат, бидејќи тоа е најдобар пристап. Дали ќе ги надвлее луѓето? Не знаеме, што ќе се случува во иднината, но можеме да го гледаме развојот.

Вештачката интелигенција треба да се употребува за добро. Можеме да напоменеме дека вештачката интелигенција има примена во медицината, при што може да им овозможи на докторите да ги дигитализираат снимките кои ги прават, да ги комбинираат со најновите анализи. Постои и медицински помошник кој користи вештачка интелигенција и тој работи во една болница во Кина.

Вештачката интелигенција прави револуција и во образованието, поточно во учењето, така што во процесот на учењето користи за уреди кои собираат податоци што ќе ги користат учениците и студентите. Со помош на вештачката интелигенција може да се чита од усните на човекот што зборува. Вештачката интелигенција ќе ги замени луѓето во иднина во многу професии. Вештачката интелигенција нема да ги намали работните места, иако со развојот на напредните технологии некои професии ќе згаснат, но истовремено ќе се создадат и потполно нови работни места. Во моментот вештачката интелигенција и data science се во нагорна линија и дека токму сега доаѓа нивното време. Медицината и ВИ се повеќе заземаат простор во денешните оперативни сали, но и во обичните административни задачи и закажување на пациентите. Напредокот на ВИ во медицината ќе биде револуционерен за разлика од другите индустрии.

Во Токио овие месеци е

направен робот кој се покажал дека машината што користи ултравиолетова светлина за дезинфекција на болниците го деактивира новиот корона вирус за само две минути, обезбедувајќи потенцијално ефикасен метод за отстранување на вирусот од јавни места. Оваа технологија е докажано дека работи против повеќе бактерии отпорни на лекови и на вирусот ебола. Робот „LightStrike“, продаден во Јапонија од производителот на медицинска опрема Терумо, испуштал светлина од бранови должини помеѓу 200 и 315 нанометри за да ги деконтаминира креветите, вратите и другите површини. Исто така, роботот „LightStrike“ е 99,99% ефикасен во елиминирање на корона вирусот од маските N95, што ќе го намали ризикот од повторна употреба на оваа витална заштитна опрема, во услови на акутен глобален недостиг.

За сега, во скоро време нема да добиеме потполно движечки и интелигентни работи како што сме гледале во филмовите. Можеби и нема да ни биде лошо ако имаме работи кои наместо нас ќе работат што ќе им наредиме. Меѓутоа, дали тие можат да прават исто како нас (да учат, да пишуваат домашно) што ќе правиме во оние ситуации кога роботите ќе се расипат или нема да ни бидат во близина? Или, уште посериозно, што би било ако на роботот не му се потребни луѓето?

**ЈАВЕН ПОВИК
ЗА СУБВЕНЦИОНИРАЊЕ
НА ЕНЕРГЕТСКИ ЕФИКАСНИ
ФАСАДИ**



**ЈАВЕН ПОВИК
ЗА СУБВЕНЦИОНИРАЊЕ НА
САНАЦИЈА НА ПОКРИВИ И
ПОСТОЕЧКИ ЛИФТОВИ**



ПОВИК ЗА СУБВЕНЦИОНИРАЊЕ ФАСАДИ, ПОКРИВИ И ЛИФТОВИ

Општина Карпош, на **16 мај** објави оглас за **субвенционирање изградба на енергетски ефикасни фасади, за санација на покриви, како и за обнова на постоечки лифтови на станбени згради**. Намерата е, локалната самоуправа со средства издвоени од сопствениот буџет да им помогне на граѓаните во реконструкција на колективните станбени домови.

Овој јавен повик ќе трае **еден месец**, заклучно до **16 јуни**, и на него имаат право да учествуваат **сите граѓани** на Општина Карпош, преку заедниците на станари (како правни лица).

Субвенционирањето на фасадите, поддршката од Буџетот на Општината, ќе биде во висина од **30 %**, но **не повеќе од 600.000 денари** од вкупниот износ на вредноста на инвестиција. Вкупната вредност која Општина Карпош ќе ја одвои за субвенционирање на фасади е три милиони денари.

Санацијата на покривите, ќе биде финансиски поткрепена во износ од **30%**, но **не повеќе од 150.000 денари**, а Општината ќе одвои вкупно еден милион денари за оваа намена.

Постоечките лифтови ќе бидат обновени со субвенции од максимум **200.000 денари**, и исто така за оваа намена се предвидени еден милион денари од општинската каса.

На веб страницата на Општина Карпош www.karpos.gov.mk, на оглас-на табла се објавени детално **условите и критериумите кои се неопходни за аплицирање** за добивање на овие субвенции. Посебна комисија ќе ги разгледува апликациите, а приоритет во добивањето на буџетските средства ќе имаат **заедниците на сопственици кои ќе аплицираат први** до исцрпување на предвидената рамка, односно парите ќе се делат по принципот **„прв дојден прв услужен“**. На објавените огласи на веб страната на Општина Карпош, најдолу, се наоѓаат и контакт телефоните на лицата задолжени за давање на подетални информации околу овој циклус за субвенционирање на енергетски ефикасни фасади, санација на покриви и постоечки лифтови во станбени згради на територијата на Општина Карпош.

Локалниот бизнис во време на криза

ОНЛАЈН БИЗНИС - ПРИЛАГОДУВАЊЕ ВО ОД

Автор: **Виолета Цветковска**

Освен врз здравјето на граѓаните, коронакризата, несомнено, најтежок удар и зададе на економијата. Локалните бизниси во Општина Карпош не беа одминати од ова неповолно влијание врз реалниот сектор во државата, иако конечните штети дополнително ќе се сумираат.

Замреа многу активности, од сите стопански дејности и гранки, иако највидливо можеби беше „тонењето“ на услугите, исхраната, угостителството...

Сепак, одреден број компании направија обид да се прилагодаат на новонастанатите состојби, односно барем делумно да го премостат овој период и да продолжат со вршење на дејност, без да стават „клуч на врата“. Токму затоа, околу шеесетина компании, помали фирми, ресторани, слаткари, аптеки, рибарници, пекари, кафетерии, маркети и колонијали, се обратија до локалната самоуправа за да добијат „пас“ за работа во форма известувања за определување за работа за време на полициски час.

Иако давањето дозволи за работа, и движењето на вработените за време на полицискиот час главно одеа на централно ниво преку МВР и Министерството за информатичко општество и администрација-МИОА, сепак локалните власти се вклучија во одржување на бизнисот преку издавање на известувања, со цел да се забрза процедурата за работа и фирмите побрзо да можат да почнат со дејноста.

Така во овој период Општина Карпош издаде 61 известување врз основа на насоките на Главниот координативен штаб. Известувањата за определување на работа за време на час во најголем дел беа за фирми од Карпош кои се занимаваат со производство и достава на храна: пицерији, ресторани, кетеринг услуги, рибни ресторани, здрава храна, но аптеки.

Она што охрабрува е што сепак, и покрај кризата, некои фирми успеаја да да внесат додадена вредност во востановениот начин на работа, односно, по сила на случајот да воведат новитет, односно онлајн услуги и е –нарачки. Е-достава за овој период од самиот почеток вршеа **Кликини јади, Омни Деливери, Трежр 7 ДООЕЛ – донесибе, Тинекс** и **Пакет маркет ДОО** Скопје, додека другите **над 50 фирми** исто така вршеа класична достава на производи по претходна нарачка.

Ваквиот начин и дисперзија на услугите отвора нови можности и подобрување на квалитетот на работењето на многу мали и средни бизниси и по воведувањето на „нова нормалност“ и укинувањето на сите рестриктивни мерки за работа, а подеднакво во полза на потрошувачите, односно граѓаните.



social

Ena Marcetic Peric Zonsko koga ke vovedete???? Vo K1?

Stefan Bogoev Здраво Ena Marcetic Peric. Спроведовме анкета, за скоро ќе бидат објавени и резултатите. Како резултат на Ковид-19 застанаа работите по ова прашање, но за скоро ќе понудиме решение. Фала на разбирање. Поздрав.

Kitan Mitrevski Pozdrav gradonacalnice. Bi zamolil patekata koja vodi od mostot kaj Zlokukani do Karpos 4 da se iscisti bidejki poradi ramnenje na zemjeto bekatonskata pateka eden pogolem del e prekriena so zemja pogolem sloj i koga se pominuva se pravime celi so kal ako e vmezливо.....

Stefan Bogoev Здраво Kitan Mitrevski. Да, таму се работи на новиот парк и затоа има земја. Молам за трпение. Штом завршат активностите, пак ќе се врати во првобитна состојба. А, тој потег ќе биде значително поубав. Поздрав и убав ден.

Lilija Tasevska Dali kje moze na ul. Nikola Parapunov 31 od strana na sudot kaj nasipot da se uredi mestoto i da se nasadat drva. Odnapred vi blagodaram

Stefan Bogoev Lilija Tasevska треба и урбанистички да се провери можноста. Но, ќе провериме. Благодарам за предлог.





media

Milja Vasiljevic Nestorovska Ubavo e sto sadite,ama toa trebe i da se odrzuva.Kaj MLECEN,zardinjerite se susat a deca si igraat vo niv.

Stefan Bogoev Milja Vasiljevic Nestorovska затоа сѐра поставуваме системи за наводнување. На „Млечен“ има систем, но дел е уништен (насилно) и во тек е санација.

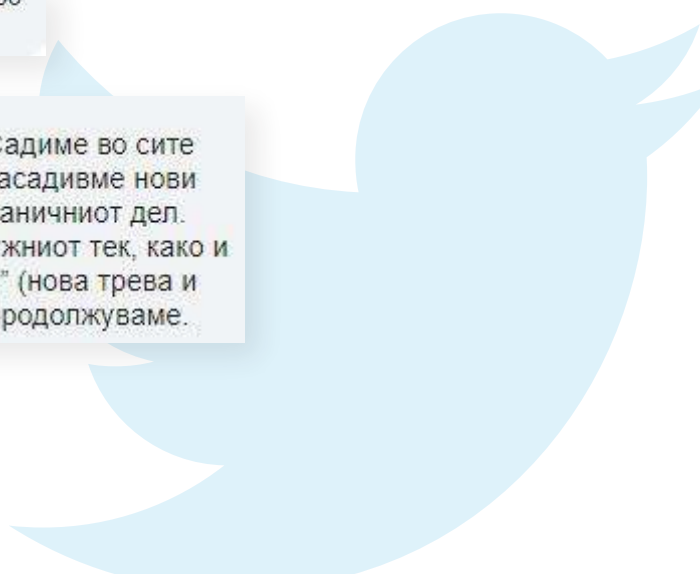
Sonja Gjakovska Bravo za sve,vo Karpos 3 planirate li da stavate za navodnuvanje na trvnite povrshini?

Stefan Bogoev Здраво Sonja Gjakovska. Поставен е систем долж „Никола Русински“, а во моментов се поставуваат автоматски прскалки и во средишниот дел на „Лептокарија“. Поздрав и убав ден.

Vesna Andova Дали Тафталиџе 1 е во план за сезонава? Добро ќе оди ново зеленило со нова градинка.

 Author

Stefan Bogoev Здраво Vesna Andova. Садиме во сите населби подеднакво. Во Тафталиџе 1 засадивме нови дрвја во близина на „Ј.А.Коменски“, страничниот дел. Засадени се и украсни растенија на кружниот тек, како и во должина на булеварот „8 Септември“ (нова трева и систем за наводнување). Секако дека продолжуваме.





НОВИ ЛЕКОВИ ВО ТРЕТМАНОТ НА ШЕЌЕРНАТА БОЛЕСТ – КАКО СЕ ПРИМЕНУВААТ!

проф. д-р Чедомир Димитровски
Ендокринолог

Дијабетес мелитус (ДМ) е комплексна, хронична, метаболна болест за која е потребна континуирана медицинска грижа и едукација на пациентот, неговото семејство и општеството. Додека кај дијабетес мелитус тип 1 основната терапија и понатаму останува инсулинот, изборот на лекови за третман на дијабетес мелитус тип 2 се проширува во последните години.

Ендокринологот од Клиничката болница „Аџибадем Систина“ проф. д-р Чедомир Димитровски вели дека новите антидијабетични лекови покрај гликемиската контрола, имаат и кардиоваскуларни протективни ефекти.

„Метформинот е сè уште иницијалниот лек со кој се почнува третирањето на пациентите со шеќерна болест тип 2, меѓутоа и комбинирана терапија од повеќе лекови се применува при присуство на ризик-фактори, како што се кардиоваскуларните коморбидитети, хронична бубрежна болест, ризик од хипогликемија, како и при покачената телесна тежина“, појаснува д-р Димитровски.

GLP-1 рецептор агонисти се група лекови кои првпат се одобрени во 2006 година. Нивниот механизам на дејство овозможува намалување на вредноста на HbA_{1c}, намалено лачење глукагон, забавено гастрично празнење, чувство на ситост, намалена концентрација на слободни масни киселини и намалување на телесната тежина. Најновите препораки за овие лекови, како што појаснува д-р Димитровски, се базираат на нивните кардиопротектив-

ни ефекти. Имено, пациентите со дијабетес мелитус тип 2 кои имаат висок ризик за развивање или веќе развиена атеросклеротична кардиоваскуларна болест (претходен миокарден инфаркт, мозочен исхемичен инфаркт, нестабилна ангина со ЕКГ-промени, миокардна исхемија на коронарен стрес-тест) треба да се третираат и со GLP-1 рецептор агонисти. Постојат два начина на апликација на лекот: супкутано инјектирање или орален внес (semaglutide). Виктоза (liraglutide) е лек достапен за третман кај нас“, нагласува д-р Димитровски.

Шеќерна болест често е придружена и со срцева слабост

SGLT2 инхибитори се нова група орални лекови кои се користат во третманот на ДМ тип 2. Тие го спречуваат дејството на посебни протеини ко-транспортери присутни во бубрезите кои се одговорни за ре-апсорпција на гликоза од бубрезите назад во крвта. „Крајниот резултат е зголемена екскреција на гликоза и подобрена регулација на гликоза во крвта, независно од инсулинската секреција. Покрај нивната способност со овој механизам да го намалат нивото на гликоза во крвта и

да ја намалат вредноста на HbA_{1c}, сè повеќе се посочува внимание на нивните дополнителни дејства. Имено, овие лекови имаат кардиопротективни ефекти, можност да го намалат крвниот притисок, телесната тежина, црнодробните ензими (аминотрансферази), уричната киселина и триглицеридите. Исто така, се користат и кај пациенти кои покрај дијабетес мелитус тип 2 имаат и срцева слабост бидејќи со повеќе студии е докажано намалување на потребата од хоспитализации поради срцевата слабост“, вели д-р Димитровски.

Од несаканите ефекти, посочува тој, најчести се генитоуринарните инфекции, кои претежно се јавуваат кај жените. Д-р Димитровски советува на поголема внимателност при користење на овие лекови во комбинација со инсулин или сулфониуреа поради зголемениот ризик од хипогликемија, како и кај пациенти со хронична бубрежна болест. Во ретки случаи може да се јави и дијабетична кетоацидоза.

Претставници на оваа група лекови се Dapagliflozin (Farxiga), Canagliflozin (Invokana) и Empagliflozin (Jardiance). Се користат во вид на таблети еднаш дневно.

„DPP-4 инхибиторите сè повеќе го заземаат местото на сулфониуреата бидејќи имаат многу мал ризик за предизвикување хипогликемија и се неутрални во однос на телесната тежина. Најчестата индикација за користење е кај пациенти без ризик од кардиоваскуларна болест, бидејќи не поседуваат кардиопротективен ефект, кога е потребно да се воведат втор лек покрај метформин за постигнување гликемиска контрола“, вели д-р Димитровски.

Во однос на несакани ефекти, се споменува многу мал ризик за акутен панкреатитис, но сè уште се истражува клиничката веродостојност на овој несакан ефект. Најчесто користениот лек од оваа група е Sitagliptin (Januvia) достапен во таблетарна форма и се дозира еднаш дневно.

Degludec (Tresiba) е нов ултра долгоделувачки базален инсулински аналог. Се дава поткожно, наутро, еднаш на ден или еднаш на два дена. Дејството му почнува за 30-60 минути, нема пик и трае до 42 часа. Овој инсулин се дава во дози слични, но нешто помали во однос на Levemir и Lantus и е добра замена за нив.

Урбани заедници

Карпош 1

Самостоен референт во областа на месната самоуправа
Одговорно лице:
Мирче Блажевски
02 | 30.68.754 и 078 | 48.69.29
m: karpos1@karpos.gov.mk
A: ул. Иван Аговски бр.2

Карпош 2

Самостоен референт во областа на месната самоуправа
Одговорно лице:
Лидија Цацановска
02 | 30.71.246 и 078 | 48.69.55
m: karpos2@karpos.gov.mk
m: lidija.cacanovska@karpos.gov.mk
A: ул. Бранислав Нишиќ бр.4

Карпош 3

Самостоен референт во областа на месната самоуправа
Одговорно лице:
Весна Мирковска
078 | 48.60.59
m: karpos3@karpos.gov.mk
m: vesna.mirkovska@karpos.gov.mk
A: ул. Радика бр.9

УЗ Карпош 4

Самостоен референт во областа на месната самоуправа
Одговорно лице:
Огњан Лазаров
072 | 27.91.83
m: karpos4@karpos.gov.mk
A: ул.Љубљанска бр.6

Тафталиџе 1

Самостоен референт во областа на месната самоуправа
Одговорно лице:
Вера Пендова
072 | 20.96.85
m: taftalidze1@karpos.gov.mk
A: ул.Букурешка бр. 2

Тафталиџе 2

Самостоен референт во областа на месната самоуправа
Одговорно лице:
Маја Петковска
078 | 48.69.19
m: taftalidze2@karpos.gov.mk
Одговорно лице:
Горан Велковски
078 | 48.69.28
A: ул.Копенхагенска бр.5
(простории на ЗЕЛС – сутерен)

Влае 1

Самостоен референт во областа на месната самоуправа
Одговорно лице:
Ненад Зафировски
072 | 26.80.53 и 02 | 30.93.174
m: vlael@karpos.gov.mk
m: nenad.zafirovski@karpos.gov.mk
A: ул. Фјодор Достоевски бр.2

Влае 2

Самостоен референт во областа на месната самоуправа
Одговорно лице:
Витка Ацевска
070 | 72.50.82
Одговорно лице:
Жарко Јосифовски
072 | 26.80.56
m: vlael2@karpos.gov.mk
A: ул. Сливовска бр. 1

Нерези

Самостоен референт во областа на месната самоуправа
Одговорно лице:
Ссад Мехмети
078 | 48.76.23
Одговорно лице:
Весна Антеска
078 | 48.69.22
m: nerez1@karpos.gov.mk
A: ул.Ванчо Мицков бр. 19

Владо Тасевски

Самостоен референт во областа на месната самоуправа
Одговорно лице:
Елена Ѓурчилова
078 | 48.69.27
m: vladotasevski@karpos.gov.mk
A: ул. Алжирска бб.

Кузман Јосифовски Питу

Самостоен референт во областа на месната самоуправа
Одговорно лице:
Велика Стојановска
078 | 48.69.53
Одговорно лице:
Наташа Геровска
077 | 57.06.87
m: kjpitu@karpos.gov.mk
A: ул. Стрезово бр. 7

Пецо Божиновски Кочо

Самостоен референт во областа на месната самоуправа
Одговорно лице:
Мирјана Милошевска
070 | 33.82.74
Одговорно лице:
Данче Стевиќ
078 | 22.62.96
m: pecobozinovski@karpos.gov.mk
A: ул. Стрезово бр. 7

Злокуќани

Самостоен референт во областа на месната самоуправа
Одговорно лице:
Гаши Садри
078 | 48.69.23
Одговорно лице:
Васко Крстевски
077 | 80.76.16
m: zlokukjani@karpos.gov.mk
A: ул. Скупи бб.

Бардовци

Самостоен референт во областа на месната самоуправа
Одговорно лице:
Маја Петковска
078 | 48.69.19
m: bardovci@karpos.gov.mk
A: с.Бардовци

Одделение за месна самоуправа

Раководител:
Миле Стевков
070 | 23.57.90 и 02 | 30.79.559
m: mile.stevkov@karpos.gov.mk

Кабинет: 02 | 30.55.901
02 | 30.55.902

Претседател на Советот на Општина Карпош: 02 | 30.55.913

Секретар на Општина Карпош: 02 | 30.55.918

Сектор за правни работи: 02 | 30.55.900

Сектор за дејности од јавен интерес: 02 | 30.55.939

Сектор за односи со јавност: 02 | 30.55.920

Сектор за развој на општината: 02 | 30.68.151

Сектор инспекторат: 02 | 30.55.931

Сектор за финансиски прашања: 02 | 30.55.923

Архива: 02 | 30.55.954

Сектор за урбанизам: 02 | 30.55.900

Сектор за уредување на градежно земјиште и комунални работи: 072 | 21.43.54

Сектор за екологија и енергетска ефикасност: 02 | 3076 035

Одделение за утврдување и наплата на даноци, такси и други надоместоци: 02 | 3055 942

Одделение за заштита и спасување на граѓаните и материјалните добра: 02 | 3067 055

gradonacalnik@karpos.gov.mk
sekretar@karpos.gov.mk
kontakt@karpos.gov.mk

www.karpos.gov.mk

Поважни телефони

Полиција 192
Противпожарна бригада 193
Брза помош 194
Управување со кризи 195
АМСМ - помош на патишта 196
АМСМ - информативен центар 155 55
Авто помош на пат (24 ч.) 9159
Царина 197
Матична служба - ГУВР 3117 037
Сала за венчање 3118 250

ПТТ услуги

Будење 180
Точно време 185
Информации 988
Воена полиција 3227 700
Пазарен инспекторат 975
Водовод и канализација - дежурна служба 3073 010
Комунална хигиена - дежурен диспечер 3224 961
Оџаци - оџачарски услуги 2440 293

Сообраќај

Меѓуградска автобуска станица 2466 313
Македонија сообраќај 2402 388
Железничка станица 3234 255
Аеродром Скопје 3148 333

Дежурни аптеки

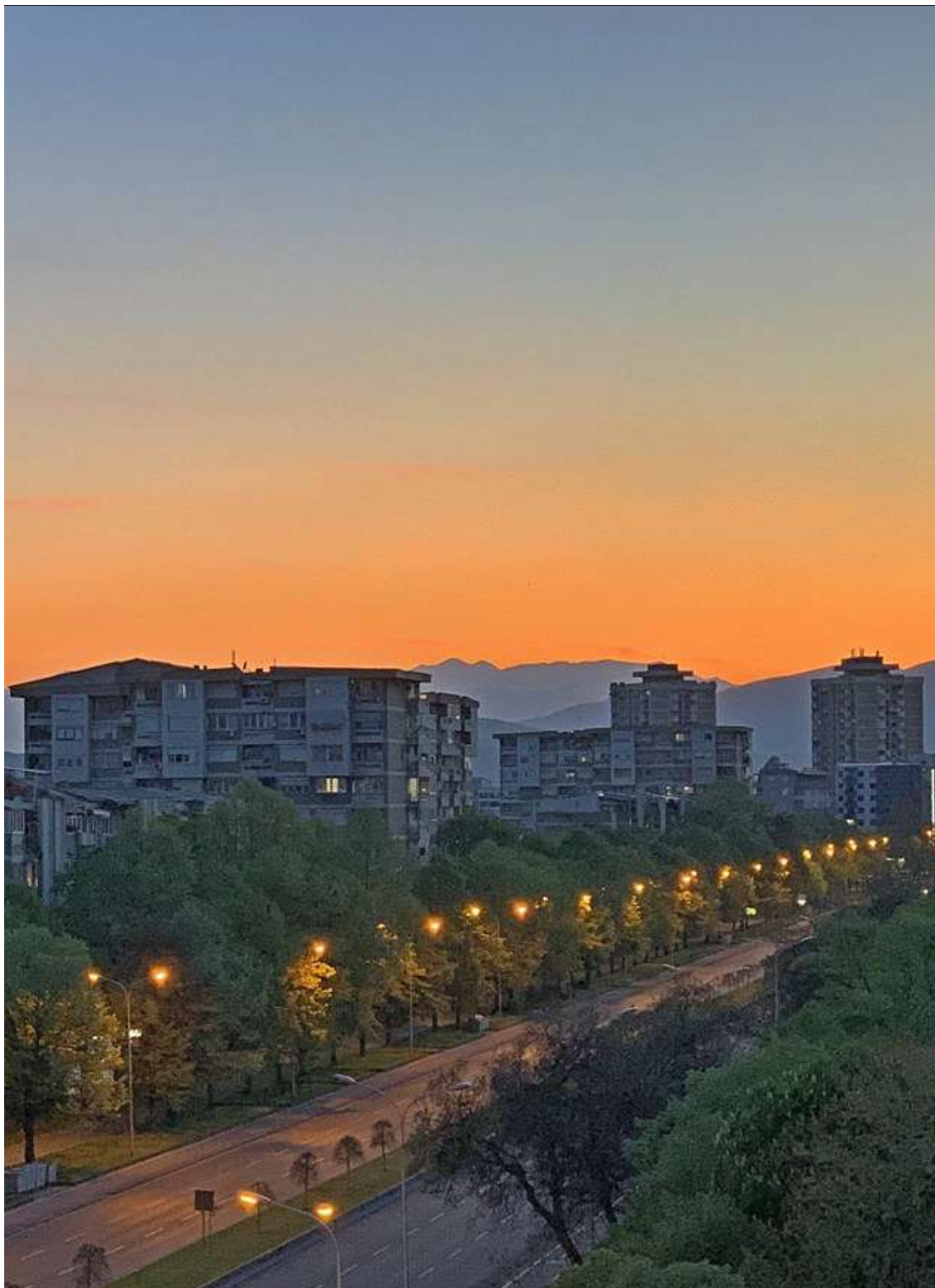
Зегин (МНТ-подрум) 3117 614
Реплек - аптека бр.4 3130 170

Здравствени објекти

Клиничка болница 3147 147
Градска општа болница 3235 000
Болница 8 Септември 3087 400
Детска болница - Козле 3085 761
Неуромедика 3130 000
Клиника "Мајчин дом" 3147 004
Стоматолошки клинички центар 3299 000
Гинеколошко - акушерска клиника 3147 147
Гинекологија и акушерство - Чаир 2611 033
Ацибадем Систина 3099 500
Клиника Жан Митрев 3091 500

Дежурни поликлиними

Букурешт 3064 088
Идадија 3113 033
Горче Петров 2031 022
Јане Сандански 2463 277
Чаир 2795 112
Драчево 2611 506
Шуто Оризари 2651 696
Ченто 2522 351
Бит-Пазар 3134 534
Неуромедика 3133 313



e-mail
kontakt@karpos.gov.mk

Facebook
Општина Карпош

Twitter
[@OpstinaKarpos](https://twitter.com/OpstinaKarpos)

Instagram
[@opstinakarpos](https://www.instagram.com/opstinakarpos)