

ПЛАНИНАРСКИ СОЈУЗ НА МАКЕДОНИЈА

д-р ВЛАДО СТАМЕНКОВ

# ВОДИЧ

ПО ПЛАНИНАРСКИТЕ ДОМОВИ ВО МАКЕДОНИЈА



Скопје, 1987 година



## Предговор

По Втората светска војна планинарството во СР Македонија се развива релативно брзо. Изградени се неколку планинарски домови и објекти по планините во Македонија. Досега за нив во СРМ нема издадено Водич. Водичот што ѝ го презентираме на јавноста треба да ја задоволи таа потреба. Покрај за планинарите, Водичот може да има посебно значење за развојот на планинскиот туризам во СР Македонија кој во светот носи големи девизни средства, па оттука тој има и економско значење, значи има значење за странскиот и домашен туризам кај нас.

Основна цел на Водичот е да им ги претстави на планинарите ширум нашата земја домовите и објектите низ нашите планини и да им го олесни пристапот и доаѓањето до нив, презентирајќи им ги условите под кои можат да престојуваат во нив.

Освен за планинарите, книгата им е наменета и на нашите работни луѓе и граѓани, а посебно на нашата младина, на оние кои ја сакаат планината, нејзините природни убавини, мирот и спокојството што се доживува во неа.

Освен прикажувањето на условите во домовите и пристапот до нив, во книгата се дадени кратки генерални за нашата Република, список на планините во Македонија, краток историјат за развојот на планинарството во СР Македонија, елементи од давање на прва помош во планина и за заштита на планините од загадување.

Според тоа, книгата е од интерес на целата наша јавност.

Од приказот на домовите ќе се открие дека тие не се рамномерно распоредени по сите планини во СРМ, дека најголемиот број на домови се изградени непосредно по завршувањето на Втората светска војна — во т.н. административен период и дека денес веќе не можат да ги задоволуваат соодветно зголемените потреби на планинарите во Македонија, дека во најголемиот број од нив е вградена потта на нивната доброволна работа.

Авторот

## 1. Некои податоци за СР Македонија

Социјалистечка Република Македонија<sup>1</sup> лежи меѓу  $40^{\circ}50'$  и  $42^{\circ}20'$  северна географска ширина и  $20^{\circ}27'30''$  и  $23^{\circ}05'$  источна географска должина. Го зазема јужниот дел на СФРЈ, а централниот на Балканскиот полуостров. Има извонредна географска и стратешка положба. Мошне добро е поставена и поврзана и во потесното соседно, а и во поширокото географско подрачје. Пристапна и комуникативна, врска е со Блискиот Исток и Европа. Отсекогаш, поради тоа, претставувала голем интерес како за соседните држави така и за големите светски сили и била предмет на пазарење.

Таа на запад се граничи со НР Албанија. Границата со неа изнесува 191 км. На југ се граничи со Грција. Границата со неа изнесува 262 км. На исток се граничи со НР Бугарија. Границата со неа изнесува 165 км. На север се граничи со СР Србија и дел со САП Косово. Должината на границата со нив изнесува 231 км.

Етничките и историските граници на СР Македонија се протегаат до Солунскиот залив во Грција и до планината Рила и сливното подрачје на реката Места во Бугарија. Во тие граници Македонија би зафаќала површина од  $67.714 \text{ км}^2$ . Меѓутоа, во Балканската војна 1912 г. е поделена, а по Првата светска војна, на Мировната конференција во Париз 1919 година е санкционирана поделбата меѓу трите балкански држави: Србија, Бугарија и Грција. Така денеска Македонија зафаќа

---

<sup>1</sup> Според д-р Митко Панов, Географија на СР Македонија, кн. I, Просветно дело, Скопје, 1976 г.

површина од 25.713 км<sup>2</sup> или 37,51% од горниот простор. Тоа претставува речиси десети дел од територијата на СФР Југославија, 42.000 км<sup>2</sup> или 62,49% се наоѓаат, поголемиот дел во Грција а помалиот во Бугарија.

Според податоците за 1986 година<sup>2</sup> во СР Македонија има 2.041.000 жители или нешто над 8,7% од вкупното население во СФР Југославија.

Релјефната структура на СР Македонија е мошне интересна и е исполнета со планини, котлини, долини, тесни клисури, превлаци и други форми создавани од тектонски движења и сили во разни временски периоди.

Поради варовничкиот состав на повеќе планини во СР Македонија се откриени околу 105 пештери и 12 јами.<sup>3</sup>

Климата во СР Македонија е под влијание на медитеранската и на континенталната, па имаме ладни и влажни зими и суви и топли лета. Средно-годишните температури се движат од 7,3° во повисоките до 14,5° во пониските реони, а максималните од 33,0°C во повисоките до 44,5° во пониските реони.

---

<sup>2</sup> Општествено-економски движења во СРМ, 1986 г., претходни податоци, РЗС, Скопје, 1986 г.

<sup>3</sup> Д-р М. Панов, Географија на СР Македонија.

## 2. Планини во СР Македонија

Планините во Македонија припаѓаат на Родопската и Динарската маса. Се разликуваат по времето на настанувањето, по составот, по големината и правецот на протегањето.<sup>4,5</sup> Зафаќаат поголем дел од Македонија.

Планините од Родопската маса се разместени во Источна Македонија и од десната страна на реката Вардар. Тие се постари. Во таа маса главно спаѓаат планините: Осогово, Плачковица, Беласица, Огражден и др.

Планините од Динарската маса се помлади и нив д-р М. Панов ги дели на три групи и тоа: Шарска, Вардарска и Пелагониска.

Шарската група планини се протегат во Западна Македонија и во неа спаѓаат: Шар Планина, Кораб, Бистра, Стогово, Јабланица, Галичица и др. Имаат правец на протегање: североисток—југозапад.

Во Вардарската зона спаѓаат планините што се протегаат од двете страни на реката Вардар. Тоа се планините: Жеден, Водно, Китка, Мариовските планини, Ниџе, Кожуф и др., а од левата страна: Серта и Плавуш кои се среќаваат со планините од Родопската маса.

Во Пелагонискиот масив спаѓаат планините: Пелистер, Јакупица, Караџица, Бабуна, Голешница, Селечка Планина и др.

Според надморската височина можеме да ги поделиме на високи планини, чии врвови се по-

---

<sup>4</sup> д-р М. Панов, Географија на СР Македонија, Пролетно дело — Скопје, 1976 г.

<sup>5</sup> Планинарски прирачник, ПСМ, бр. 1, стр. 72—73, Скопје, 1955 г.

високи од 2.000 м., средно високи планини чија височина се движи од 1.000 до 2.000 м. и ниски планини чија височина се движи од 500 до 1.000 м.

Во високи планини во Македонија спаѓаат: масивот *Кораб* со врвовите: *Кораб* — 2.764 м, *Длабока Река* — 2.500 м, *Мала корабока врата* — 2.475 м и *Кабаш* — 2.395 м.

*Шар Планина* со врвовите: *Титов Врв* — 2.747 м, *Бориславец* — 2.662 м, *Бистрица* — 2.640 м, *Купа* — 2.610 м, *Езерска Чука* — 2.604 м, *Врпца* — 2.582 м, *Црни Врв* — 2.587 м, *Кобилица* — 2.562 м, *Церипашино* — 2.525 м, *Пирибег* — 2.510 м, *Љуботен* — 2.499 м, *Ливадица* — 2.491 м.

*Баба (Пелистер)* со врвовите: *Пелистер* — 2.601 м, *Крково* — 2.074 м, *Шкрково* — 2.146 м, *Висока Чука* — 2.182 м, *Марушица* — 2.090 м и *Грива* — 2.193 м.

*Јакупица (масив)* со врвовите: *Солунска Глава* — 2.539 м, *Горно Бегово* — 2.120 м, *Даутица* — 2.179 м, *Караџица* — 2.479 м и *Убава* — 2.353 м.

*Нице (Кајмакчалан)* со врвовите: *Кајмакчалан* — 2.520 м, *Нице* — 2.362 м и *Бело Гротло* — 2.154 м.

*Бистра* со врвовите: *Меденица* — 2.163 м и *Трбишка Дупшка* — 2.151 м.

*Стогово*: со врвот: *Голем рид* — 2.273 м;

*Галичица* со врвот: *Галичица* — 2.265 м;

*Јабланица*: со врвот: *Црн Камен* — 2.257 м;

*Осогово*: со врвот: *Руен* — 2.252 м;

*Беласица*: 2.029 м; и

*Кожуф* со врвовите: *Дудица* — 2.138 м и *Зелен Бег* — 2.173 м.

Во средно високи планини во Македонија спаѓаат: *Сува Гора* — 1.787 м, *Жеден* — 1.260 м, *Бигла* — 1.657 м, *Плаќенска Планина* — 1.999 м, *Бушова* — 1.791 м, *Селечка* — 1.472 м, *Бабуна* —



1.499 м, Голешница — 1.934 м, Кочка Планина — 1.158 м, Огражден — 1.639 м, Плачковица — 1.754 м, Козјак — 1.264 м, Скопска Црна Гора — 1.651 м, Малешевските Планини — 1.744 м и др.

Ниски планини од 500 до 1.000 м надморска височина има релативно многу, но за планинарите не се многу интересни, особено ако котлината исто така, се наоѓа на голема надморска височина. Пример, што го приведува д-р Панов со планината Плавуш меѓу Струмица и Валандово, висока 997 м, во однос на котлините во Струмица и Валандово што се високи просечно од 70 до 100 м, е висока планина а во однос на преспанското Езеро што е на 853 м надморска височина е ниска.

### 3. Историски развој на планинарството во СРМ

(краток преглед)

Планината со својата убавина, дивина, непознатост и со својата височина, отсекогаш за човекот претставувала интерес и желба да ја запознае и совлада и да ги задоволи своите интереси уживајќи во неа. Тоа е во природата на човекот. Но, организирано одење во планина во форма на планинарење, се јавува на одреден степен од развојот на човечкото општество — како последица на тој развој. Планинарењето е значи последица на развојот на производствените сили и на материјалното битие.

Никулци на развојот на планинарењето во Македонија со групни посети на нашите манастири кои главно се во планините, излегување на излетнички места покрај градовите и др. форми, среќаваме уште пред Првата светска војна, но организирано планинарење и излегување по планините на Македонија имаме по Првата светска војна. Како резултат на разни иницијативи низ нашите поголеми градови од страна на тогашната интелигенција и работници, никнуваат и првите организирани планинарски друштва.

Така во 1924 година во градот Прилеп се организира Планинарското друштво „Златоврв“ главно од студенти што се школувале во Виена, Париз, Берлин, Москва, Одеса, Букурешт, Софија, Белград, Загреб и др. места и од напредни граѓани на Прилеп. Подоцна во Прилеп се формира и планинарското друштво „Козјак“. Покрај Прилеп,

планинарски друштва се формираат и во градовите Битола, планинарското друштво „Пелагонија“ и Кичево — планинарското друштво „Бистра“.

Покрај споменативе градови во 1925 година се формира планинарско-смучарско друштво „Љуботен“ во Тетово. Друштвото го формираат напредни младици и школувана интелигенција надвор од Југославија.

Со оглед на неверојатно тешката и полуколонијална положба на Македонија во стара Југославија, на националното и социјално угнетување, сè до Втората светска војна во Македонија немаше некој позабележлив подем во развојот на планинарството.

Уште цела Македонија не беше сосема ни ослободена, во декември 1944 година по иницијатива на познатите скопски планинари и ентузијастички се формира Скопско планинарско друштво — СПА. Негов претседател станува генерал-полковникот Михајло Апостолоски, потпретседател Божидар-Даре Џамбаз, секретар Теофило Поповиќ и благајник Саво Цветковиќ. Со оглед на тоа дека на Шарскиот дел од Македонија и Косово и некои делови од Западна Македонија имаше несовладани балистички банди, Планинарското друштво веднаш организира курс за обучување на скијачи-војници со цел за пооспособено и поорганизирано дејство против тие банди. Курсот се одржа во с. Лисец — на Шар Планина. За инструктори по скијање се оспособени 20 лица, од кои 12 го завршија курсот за скијање како скијачи за понатаму да продолжи оспособувањето на војници-скијачи.

Скопското планинарско друштво, денес ПД „Скопје—Матица“ оттогаш до денес одигра многу значајна улога во развојот на планинарството во градот Скопје а и во Републиката. Денес во

Скопје има околу 31 друштво кои израснаа главно како негови секции, по негова иницијатива или со негова помош. Тоа друштво регрутираше кадри за другите друштва, ги подучуваше, оспособуваше за раководење со друштвата, организираше разни курсеви на кои подготвуваше кадри, помагаше во организирањето на друштвата и сл. Тоа е иницијатор за создавање на Планинарскиот сојуз на градот Скопје, каде има свои претставници а има претставници и во Планинарскиот сојуз на СР Македонија и на СФР Југославија.

Покрај тоа, што изгради свој сопствен дом со доброволна работа на членството, тоа помогна во изградбата на домовите: „Караџица“, „Долно Водно“, „Средно Водно“, како и во обновата на домовите и објектите на Шар Планина.

Во 1945 година во Битола познатиот активист Борис Алтипармак заедно со група други познати активисти-планинари, го организираа Планинарското друштво „Пелистер“ кое покрај планинарењето се занимаваше и со туризам. На нивниот проглас се јавија и се зачленија над 2.000 битолчани во друштвото.<sup>6</sup>

Планинарско-туристичкото друштво „Пелистер“ во 1946 г. ја обновува планинарската куќа „Бегова Чешма“ на Пелистер и го маркираа патот до неа.

Во 1947 година во Битола се формира самостојно Планинарско друштво „Пелистер“ со 550 членови. Тоа до крајот на истата година го довршува планинарскиот дом „Копанки“. Тоа подоцна се зафаќа и со помош на Планинарскиот сојуз на

---

<sup>6</sup> Податоците за развојот на планинарството во СРМ се земени од: „30 години физичка култура и спорт во СРМ“, Скопје 1976 г. — стр. 69—73.

Македонија, владата на Македонија и доброволната работа на планинарите, со изградбата на планинарскиот дом „Големо Езеро“ на Пелистер. Домот го завршува и дава во употреба во 1953 година. Во 1954 година тоа друштво изградува планинска куќа и на месноста „Седумте кладенци“ — Неолица — на Пелистер. Во 1952 година формира и алпинистичка секција.

Во подоцнежните години во Битола се организира уште едно Планинарско друштво „Горѓи Наумов“ при фабриката за фрижидери, кое го прошири домот на Неолица и го зеде под своја управа.

Во 1947 година во Прилеп се формираат планинарските друштва: „Црвени Стени“, „Добрички Завој“ и „Козјак“, за во 1951 година да се обединат во едно единствено друштво „Козјак“. Во таа година е преземена иницијатива со помош на органите на власта да се изгради дом на „Дервен“ така што во 1954 година тоа е и остварено и планинарскиот дом „Дервен“ е предаден во употреба.

Во 1947 година е формирано планинарско друштво „Мечкин Камен“ во Крушево. Тоа со помош на власта изгради планинарски дом на Бушова Планина до кој го маркира и патот.

Во 1952 година во Титов Велес по иницијатива на велешки планинарски активисти и Планинарскиот сојуз на СРМ е формирано Планинарско друштво „Солунска Глава“. Тоа со доброволна работа и со помош на Планинарскиот сојуз на Македонија и на органите на власта го изгради планинарскиот дом на „Чеплез“. Го маркира и патот Богомила—Чеплез—Солунска Глава. Од 1 до 6 август 1952 година на Чеплез се организира и слет на планинарите од Југославија во организација на ПСМ. По иницијатива на неколку планинарски интузи-

јаста и на друштвото „Солунска Глава“ во Титов Велес во подоцнежните години се формираат уште 5 планинарски друштва во градот и во селата.

Во почетокот на 1947 година во Тетово се обновува Планинарското друштво „Љуботен“, кое е мошне активно како лете така, особено зиме, кога планинарите се обучуваат а и организираат курсеви за обучување на други интересенти од младината, за скијање. Со помош на Планинарскиот сојуз на СРМ тие ги обновуваат и уредуваат за престој на планинари и др. луѓе планинарските домови на Попова Шапка и на Љуботен, кои за време на војната беа разурнати. Нешто подоцна го обновија објектот на Јелак и го оспособуваат за планинарски дом, а со помош на органите на власта и ПСМ изградија и две прифатни куќи на Шар Планина. Истовремено, ја изградуваат кулата на Титов Врв што е и симбол на планинарите на СР Македонија.

Како последица на јакнењето на материјалната основа на нашето општество, планинарството во СР Македонија по ослободувањето релативно брзо се разви и денес во 1986 година тоа има околу 12.000 членови кои се зачленети во 66 планинарски друштва, организирани во еден градски и 3 општински сојузи и еден републички планинарски сојуз. Планинарите во СР Македонија денес располагаат со 24 планинарски домови, во кои има 738 посебни легла со кревети и 543 збирни легла. Вкупниот капацитет на домовите е 1.281 легло или просечно на еден дом се паѓаат по 53 легла.

Домовите се наоѓаат на следната надморска височина:

до 500 м	2
500—1000 м	8
1000—1500 м	9
1500—2000 м	3
преку 2000 м	3

Забелешка: Во еден од домовите во изградба може и да се спие, така што со него бројот изнесува 25.

## 4. Водич по планинарските домови и објекти во СР Македонија

### Домови во околината на Скопје



#### 1. Дом „Матка“ на езерото Матка *надморска височина 480 м.*

Планинарскиот дом „Матка“ се наоѓа на вештачкото езеро „Матка“. На езерото има извонреден поглед. Домот е граден за туристички цели.

Планинарскиот дом „Матка“ се наоѓа во кањонот на реката Треска. Од едната страна на кањонот се извишуваат како ѕид високите карпи на планината Водно, а од другата исто така мошне стрмните карпи на планината Осој (Ковачица). Ви-



соките карпи се огледаат во вештачкото езеро „Матка“. Веднаш до домот „Матка“ е манастирот Св. Андреја а над него е друг манастир Св. Никола. Езерото е долго околу 6 км погодно е за веслање а летно време и за капење. Карпите над езерото се погодни за алпинистички качувања и тренинг. Во близината на домот веслајќи околу неполн час, се наоѓа мошне привлечна пештера. Граден е од тврд материјал. Како планинарски дом се користи од 1956 година. Покриен е со керамиди. Има приземје и кат. Во приземјето се наоѓа една голема сала која може да прими 150—200 луѓе, кујна и шанк, како и WC.

На катот се наоѓаат 8 соби во кои се сместени 30 кревети. Има и еден магацин за чување на постелнината. Значи можат да се сместат 30 планинари. Креветите и постелнината се нови и овозможуваат пријатно сместување.

Домот има електрично осветлување, санитарен чвор, водоводна инсталација и вода од сопствен извор. Пред самиот дом има чешма од природна вода.

Домот е отворен постојано. Има домар кој живее во домот. По порачка домот е во состојба да обезбеди исхрана на гостите. Со домот управува Планинарското друштво „Пеони“. Планинарите имаат попуст од 50% за спиење во домот.

Домот од Скопје е оддалечен околу 16 км па летно време кога вештачкото езеро се користи и за капење, домот — неговата угостителска намена се користат релативно добро. До 500 м од домот доаѓа автобус од градскиот сообраќај.

До домот се доаѓа по асфалтниот пат Г. Петров—Глумово—Матка, пеш или со кола или автобус и пеш од врвот на Водно — до домот на

„Матка“. Од врвот водно до домот Матка се пешачи 2,30—3 часа.

Патеката е маркирана.

Можни излети: врвот на Водно оддалечен 2,30—3 часа, Пуста Брезница оддалечена 4 до 4,30 часа и Сува Гора — оддалечена 2,30—3 часа манастирот Св. Никола 1,30 часа, Све Недела 2 часа, Козарева 1 час и др.

Патеките за Пуста Брезница и Сува Гора не се маркирани.

## 2. Планинарска куќа „Јосип Станчиќ“

*Надморска височина 685 м.*

Планинарската куќа „Јосип Станчиќ“ се наоѓа на планината Водно во непосредна близина на Скопје. Куќата е градена од тврд материјал. Има добар поглед на Скопје. Куќата е купена од еден селанец од бившото село Горно Водно кое е преселено во градот. За планинарска куќа се користи од шеесеттите години. Покриена е со керамиди. Има приземје и кат. И катот и приземјето се користат за угостителство. Куќата има електрично осветлување, водовод и санитарии, покрај самата куќа.

Со планинарската куќа управува Планинарското друштво „Скопје 1963“ од Скопје. Тоа е друштво на глумонемците од градот.

Во планинарската куќа нема кревети за спиење. Таа е дадена под паушал за угостителски цели. Постојано е отворена. Планинарите можат да добиваат чај, а ако порачаат, можат да добијат и нешто за јадење.

Планинарската куќа на Горно Водно е оддалечена од градот 5 км. До неа се доаѓа со кола по асфалтен пат и пешки по патека која од самиот град до куќата е маркирана.

Од планинарската куќа, преку повеќе правци може да се прават излети до врвот на Водно, до домот на езерото Матка, а од нив до местата споменати за домот на Матка.



### **3. Планинарски дом „Горно Водно“** *надморска височина 687 м.*

Планинарскиот дом „Горно Водно“ се наоѓа на планината Водно во непосредна близина на градот Скопје. Од домот кон еден дел од градот се пружа добра глетка. Домот е граден од тврд материјал и од дрво. Објектот педесеттите години е купен од браќата Богоевиќ — аптекари од Скопје кога селото Горно водно е раселувано и претворен во планинарски дом во 1955 година. Покриен е со поцинкуван лим. Има приземје и кат. Во приземјето има една голема просторија што може да прими околу 60 лица и една мала кујна со шанк.

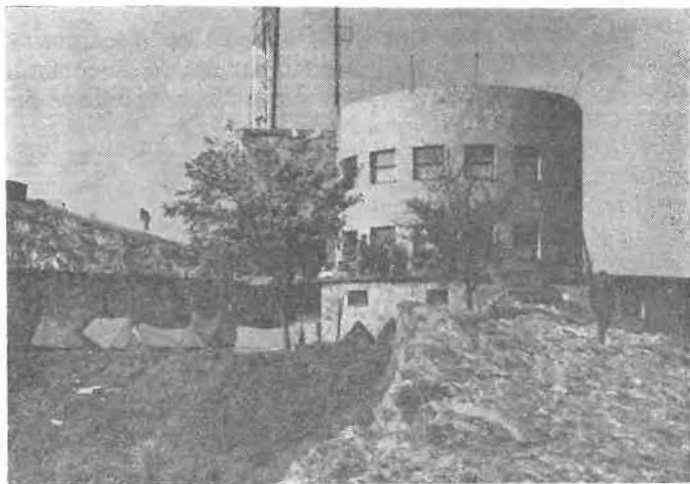
На катот има три соби во кои се сместени 7 кревети и WC. По потреба можат да се сместат и повеќе кревети. Креветите, кебињата и постелни-ната се добри.

Домот има електрично осветлување, водоводна инсталација и WC кој е сместен непосредно покрај домот, но со водоводна инсталација.

Со домот управува Планинарското друштво „Бистра“ при СВР. Домот е отворен само во саботите и неделите. По барање од интересетни може да се спие во него, со попуст за планинарите од СФРЈ од 50%. Храна во домот нема обезбедено, а сопствената може да се подгрее во кујната.

Домот од Скопје е оддалечен 5 км. До него се доаѓа по асфалтен пат со кола или пешки по патека која е маркирана. Непосредно до домот се наоѓа големо паркиралиште. Близината до градот и доаѓањето до него со автомобили направи тој да ја изгуби особината на планинарски објект и дом.

Од домот можат да се прават излети до врвот на Водно а од него до Матка, во траење од 50'—1 час и до Матка 3 часа.



#### **4. Планинарски дом „Даре Џамбаз“ Врв Водно** *надморска височина 1.060 м.*

Планинарскиот дом „Даре Џамбаз“ се наоѓа само на десетина метри од врвот на планината Водно. Од него се гледа целата панорама на градот Скопје. Домот почна да се гради во 1950 година, а е даден во употреба 1952 година. Домот е граден од страна на Планинарскиот сојуз на Македонија. Домот е граден од цврст материјал — од камен и вар. Има приземје, кат и подрумски простории. Покриен е со поцинкуван лим. Подрумските простории не се користат за планинарски цели. На приземјето има една релативно голема просторија која може да прими околу 70—100 лица, една просторија за пресвлекување на посетителите, една просторија во која се чуваат разни

материјали потребни за кујната и една кујна во која главно се подготвува чај. По потреба во неа може да се подготвува и јадење.

На катот се наоѓа една просторија во која се сместени околу 22 кревети а има место да се постават и јоги-душеци за поголем број корисници. Покрај неа има уште две помали простории кои се користат за помошни работи.

Домот има електрично осветлување и вода само во кујната. WC има надвор од домот кога во него престојуваат повеќе планинари.

За планинарите домот е отворен од петок навечер до недела навечер, кога дежураат членови од планинарското друштво „Бистра“ при СВР, кое и управува со домот. Инаку има постојан чувар, кој може да обезбеди пристап во домот и сместување по потреба.

Домот е оддалечен од градот 1,45—2 часа пешачење. До него може да се пристигне по повеќе пешачки патеки кои поаѓаат од Скопје и водат кон домот. Патеките се маркирани. Теренот околу домот е таков како што природата го дала, главно пријатен.

*Можни излети:* Од врвот на Водно можат да се прават излети до Матка одејќи по с’ртот на планината Водно, до Пуста Брезница, до Китка, Карацица и др. места. Врвот Водно—Матка — 2,30—3 часа, Китка — 4,30 часа, Карацица — 6,30 часа и Пуста Брезница — 6 часа.



## 5. Планинарски дом „Китка“

*надморска височина 1.350 м.*

Планинарскиот дом „Китка“ се наоѓа на планината Китка. Окружен е со убава букова шума. Околу домот има голема ливада посадена со брези и борови. Амбиентот е извонреден. Изложен е на југозапад и долго време на сонце.

Домот е започнат да се гради во 1959 година од страна на планинарите од планинарското друштво „Скопје—Матица“ со доброволна работа. Завршен е и даден во употреба во 1962 година. Домот е од тврда градба, од камен и малтер. Има приземје и кат. Катот е повеќе како подтаванска просторија. Под терасата има 5—6 мали простории кои се користат како помошни. На приземјето има релативно мала кујна, во која главно се подготвува чај, кафе и др., а може да се подготвува и храна по порачка. Покрај кујната има тр-



пезарија која може да прими околу 40 лица. На приземјето има две соби за спиење, WC и два ход-ниха.

На катот има 5 простории-соби за спиење и една мала просторија за магацин. Во домот има вкупно 60 кревети, а по потреба можат да се стават и душеци за престој, во понеповолни услови. Креветите, ќебињата и постелината се добри и може да се престојува мошне задоволително. Домот е релативно добро одржан, зашто се грижат планинарите од „Скопје—Матица“ кои со него и управуваат.

Во домот има постојан домар. Домот е постојано отворен. За спиење во него планинарите од СФРЈ имаат 50% попуст. Во домот освен леб, друго може да се добие по порачка, зашто има нешто залихи од грав, макарони и компири како и некоја конзерва-храна.

Домот има електрично осветлување, водовод, WC и умивалник. Надвор од домот има, исто така чешма. Изворот на водата се наоѓа во дворот на домот. Водата е планинска и мошне употреблива.

*Пристап до домот:* до домот на Китка се доаѓа од неколку правци и тоа: по асфалтниот пат од Драчево—Долно и Горно Количчани—Црвена Вода до Преслап со автомобил. Оттука по мошне добро маркирана патека за 1,10 часа се доаѓа до домот. Од Долно Количчани преку Ливадица до домот се доаѓа за 2,40 часа. Од Вртекица, ако се доаѓа од Драчево пеш, лево од „Убава“ по маркирана патека до домот Китка за 4,30—5 часа. Китка е оддалечена од Скопје (од Драчево) 30 км од градот 40 км.

*Можни излети:* од Китка можат да се прават излети за: врвот на планината на Китка кој се наоѓа над самиот дом излет до домот на „Караџица“ — 3,30 часа, тура до Лисец и преку него до домот Бреза долга 8 часа, тура до Солунска Глава 7,30 часа.



## **6. Планинарски дом „Караџица“** *надморска височина 1.450 м.*

Планинарскиот дом „Караџица“ се наоѓа на планината Јакупица-Мумџица. Окружен е со убава букова шума. Околу домот се наоѓа голема ливада прошарана со дрвја. Има извонреден амбиент и поглед кон врвовите на масивот од Јакупица. Домот е изложен на југозапад и има долг и сончев период преку целиот ден.

Домот е почнат да се гради во 1947 година од страна на Планинарскиот сојуз на Македонија а е даден во употреба во 1950 година. Во неговата изградба учествувале доброволно голем број планинари од Скопје. Домот е граден од релативно тврд материјал — надворешната страна камен и малтер, а внатре со букова граѓа која брзо дотрајува. Има приземје и кат. Под приземјето има

подрумски простории кои служат како помошни. На приземјето има кујна, една сала и една трпезарија, една голема соба за спиење на планинарите и три други помали соби кои служат за престој на домарот и за магацини. Има ходници и WC.

На катот има 10 соби со различен број кревети. Има вкупно 52 кревети, но по потреба можат да се сместат и поголем број планинари за спиење на душеци. На катот има бања и WC, кои поради слабо изведената изолација не се за употреба. Во салата и трпезаријата можат да се соберат околу 100 планинари.

Креветите, кебињата и постелината се во релативно добра состојба и пружаат задоволителни услови за престој во домот и за спиење. Домот се одржува релативно тешко, но главно е одржан. Со домот управува планинарското друштво „Празни Торба“ од Скопје, кое и се грижи за неговото одржување.

Домот има постојан домар. Домот лете постојано е отворен, а зиме само во четврток, петок, сабота и недела. Планинарите имаат 50% попуст за спиење во домот. Во домот нема храна, но однесената може во него да се приготви.

Домот има електрично осветлување, водовод, WC просторија во приземјето и умивалник. До самиот дом има чешма која во летни услови може да се користи. Водата се добива од непосредната околина на домот и мошне е употреблива за спиење.

*Пристап до домот:* Скопје-Драчево-Долно и Горно Количани до Преслап — по недоволно одржуван асфалтен пат, а од Преслап до домот „Карацица“ е шумски пат. Должина околу 50 км. Пеш од Преслап, преку Мала Река — село Ал-

динци — домот „Караџица“, по маркирана патека за време од 2,30—3, часа, с. Драчево-пл. дом „Китка“ — Преслап — с. Алдинци-Караџица 8 часа.

*Излети и Тури:* врвот на Мумџица кој е во непосредна близина до домот. Тури: Солунска Глава 3,30—4 часа одење, Салаковски Езера околу 4, часа одење, Лисец — 4 часа одење и др. Од Караџица преку Солунска Глава можен е премин до Планинарскиот дом на Чеплез, 6 часа, планински дом „Бреза“ 5 часа.



## 7. Планинарски дом „Бегово“

*надморска височина 2.050 м.*

Планинарскиот дом Бегово се наоѓа на планината Горно Бегово — масив Јакупица. Околу домот се ливади — пасишта и е без шума. Од домот има добар поглед кон врвот на Солунска Глава и др. врвови од масивот на Јакупица. Домот е граден за потребите на СВР, а подоцна е предаден на управување на Планинарскиот сојуз на СР Македонија. Граден е во годините 1948 и 1949 а е даден во употреба во 1950 година. Домот е од тврд материјал — од камен и вар (малтер). Има приземје и кат. Катот е нешто како поткровје. Околината на домот е мошне погодна за скијање.

На приземјето има една мала кујна со потребна опрема, трпезарија и една соба за дневен пре-

стој, а поткровјето цело претставува една просторија. Во него се сместени 30 душеци. Кревети нема. Домот главно добро е одржан. Постелината и кебињата главно се добри. За одржувањето на домот денес се грижи Планинарското друштво „Економист“ од Скопје. Тоа и управува со домот.

Домот нема постојан домар и не е постојано отворен. Од Скопје е релативно далеку и го посетуваат само планинари кои се на тура за Солунска Глава—Чеплез. Клучот се наоѓа кај претседателот на друштвото „Економист“ кое се наоѓа при Економскиот факултет во Скопје и може само така да се престојува во домот. Планинарите во него имаат попуст за спиење од 50%. Во домот нема никаква храна. Треба да се носи во ранец.

Домот нема електрично осветлување, вода, умивалник и сл. Надвор од домот има полски клозет. Близу до домот има чешма — Бегова чешма по која и го добил името — Бегови ливади и наоколу се е Бегово.

*Пристап до домот:* шумски пат од Преслап — покрај домот Караџица — до Бегово. Одалеченост од Скопје околу 65 км. Пеш од домот „Караџица“ до Бегово преку прекрасни терени за 2. ч. Патот е маркиран.

*Можни излети и тури:* излети во непосредната околина која е мошне привлечна а тури до: Солунска Глава 1—1,30 часа, до Салаковски езера 2—2,30 часа. Тура до Чеплез преку Солунска Глава, 3—3,30 часа, до Јурукова Карпа 1 час, Убава — 2 часа и др.

## 8. Планинарска соба во Патишка Река

*надморска височина 980 м.*

Планинарската соба е сместена во една општествена зграда во селото Патишка Река во центарот на селото. Селото се наоѓа непосредно под врвот Убава висок околу 2.000 м и околу другите врвови од масивот на Јакупица. Длабоко долу во долината е сместено селото обраснато со висока шума наоколу. Преку селото протечува планинска река што извира под врвот на Убава. Во неа се стечуваат и други води што надоаѓаат од врвовите околу селото. Околината има извонредни услови за скијање.

Во селската зграда што е од релативно тврд материјал-камен и кал е сместена задругата, нејзината продавница и др. помошни простории, а една од собите договорно со друштвото „Скопје Матица“ е дадена на користење на планинарското друштво. Во собата има сместено 4 кревети (два на кат) со јоги-душеци, нови кебиња и чиста постелина. Клучот е кај продавачот во продавницата. Планинарската соба може да се користи договорно со планинарското друштво „Скопје-Матица“. Собата се наоѓа на катот.

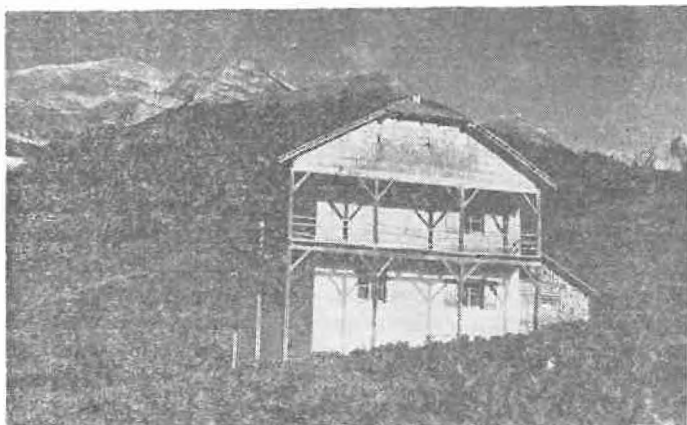
Во собата има електрично осветлување. Надвор — во дворот има чешма на која може да се мие и користи вода а клозет има непосредно до самата зграда. Планинарите од СФРЈ имаат 50% попуст за спиење во собата.

*Пристал до Патишка Река:* асфалтиран пат, релативно тесен кој води од Скопје-Јаболце-Патишка Река. Оддалечено е од Скопје околу 45 км. До селото доаѓа секој ден автобус од градскиот сообраќај.



*Можни излети:* собата е направена единствено со цел да може Јакупица со нејзините врвови и од таа страна да се совладува. Тура за Солунска Глава 3 часа, до Салаковски езера 2,30 часа, до Караџица 4,30 часа а излети од траење од 2-4 часа во обата правца во околината на селото. Турите трајат од 3,30—5 часови.

## Домови во околината на Титов Велес



### 9. Планинарски дом „Чеплез“

9. Планинарски дом „Чеплез“  
надморска висина 1.445 м.

Планинарскиот дом „Чеплез“ се наоѓа на планината Даутица на планинскиот масив Јакупица. Во непосредна близина на домот е висока букова шума. Околу домот е широко отворен простор, тревнат и обраснат со папрат. Има извонреден планински амбиент и поглед кон врвовите на Јакупица. Домот е изложен на исток и има долг сончев период преку денот.

Домот Чеплез е граден прво како ловечки дом за потоа да биде предаден на управување на Планинарското друштво „Солунска Глава“ од Титов Велес и претворен во планинарски дом. Домот е изграден во 1952 година а на планинарите е предаден во 1955 година.

Домот до приземјето е граден од камен и кал, а катот е граден од плот (плитар) малтери-сан со кал. Домот има подрумска просторија, при-земје и кат. Покрај домот е изградена приземна помошна просторија во која е сместена трпезари-јата, кујната и бањата со WC.

Домот има пет соби за спиење од кои две поголеми со групни лежишта. Има 56 кревети, но со групното сместување можат да се сместат око-лу 100 планинари. Домот редовно се одржува, но има потреба од посериозен градежен зафат, да се догради со тврда градба. Кровната конструк-ција е од дрво, а кровот е од поцинкован лим.

Помошната просторија-кујната, трпезаријата, бањата и WC се градени од цврст материјал-ка-мен и малтер.

Креветите, кебињата и постелината се рела-тивно добри, но и тие треба да се обновуваат.

Во домот има постојан домар и домот е по-стојано отворен. Планинарите од СФРЈ во домот имаат попуст од 50% за спиење. Во домот има нешто залихи од макарони, компири, грав и сл., но за исхрана треба да се договара со домарот.

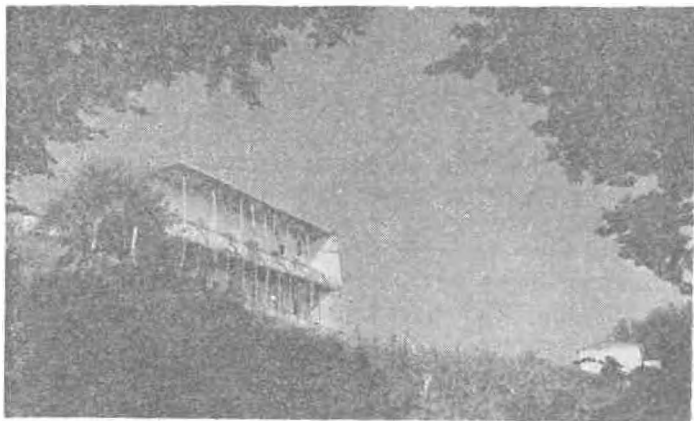
Домот има електрично осветлување, а трпе-заријата и кујната како и WC имаат водовод од сопствен извор-Нортонов бунар (пумпа). Надвор од домот има чешма со природна вода. Таа е доб-ра за пиење и друга употреба.

*Пристап до домот:* железничка линија Т. Ве-лес-Прилеп-Битола постоја „Ореше“ — Петле-Па-прадиште-Чеплеска река во траење од 3,30 часа или преку с. Нежилово со речиси исто толку трае-ње на патот. Патеките се маркирани и главно до-бро одржувани од страна на Планинарското друш-

тво „Солунска Глава“.

*Можни излети и тури:* излет до изворите на реката Бабуна—Бабина-Дупка — пешачење 2 часа. Качување на врвот Солунска Глава 2.539 м. — 2 часа.

Солунска Глава—врв Убава—Патишка Река—Скопје 8 часа. Чеплез—Солунска Глава—дом Караџица“ 6 часа Караџица планинарски дом—Китка планинарски дом 3—3,30 часа.



## 10. Планинарски дом „Бреза“

*надморска височина 1.194 м.*

Планинарскиот дом „Бреза“ е сместен на планината Бреза. Околината на домот е привлечна, озеленета и има убав поглед врз околните врвови.

Домот на Бреза е граден врз доброволна основа од страна на планинарите од Титов Велес, а со учество и на некои организации на здружениот труд од градот. Почнат е во 1969 година а е даден во употреба на 29 ноември 1972 година.

Домот има приземје и кат. Приземјето е градено од камен и малтер, а катот од цигла и малтер. Одржувањето на домот е главно добро, но веќе бара поголеми инвестициони зафати за консолидација.

Домот располага со 2 поголеми и 8 помали соби. Во нив се сместени 45 кревети, но во домот можат по потреба а во нешто послаби услови на сместување, да се сместат 80 планинари. Домот

има тераса од дрвен материјал која дава услови за добар поглед врз околината, но истата бара зацврстување. Покривот на домот е од дрвен материјал и главно во добра состојба. Под терасата има услови да се доградат уште 3—4 соби во кои можат да се сместат од 6 до 8 планинари.

Во приземјето домот има кујна и трпезарија со потребен инвентар и опрема кои планинарот може по потреба да ги користи. Во кујната и трпезаријата нема вода, иако е вградена водоводна инсталација. Вода има на околу 40 м од домот во доволни количества. Надвор од домот има изграден WC-полски. Електрично осветлување во домот нема, иако е поставена таква инсталација. Најблиската електрична инсталација се наоѓа во селото Рлевци оддалечено на 2 часа од домот.

Домот има постојан домар кој живее во блиското село Рлевци и постојано е отворен. Во домот не може да се добие храна и др. освен чај. Планинарите од СФРЈ имаат 50% попуст за спиење.

*Пристап до домот:* поаѓање од Титов Велес со редовен автобус до с. Бузалково. Од Бузалково до домот пешачење 2—3 часа. Домот е оддалечен од градот 20 км. Патеката е маркирана.

Од железничка станица „Пчиња“ до домот „Бреза“ пешачење 4—4,30 часа.

*Можни излети и тури:* Тура до Солунска Глава во траење од 5 часа. Тура до планинарскиот дом „Китка“, во траење од 9 часа — патеката е маркирана, Солунска Глава-Чеплез-Богомила — 8 часа, Бреза-Лисец-дом „Караџица“ 6—7 часа, излети до: врвот Лисец на планината Лисец, во траење од 2—3 часа и Ѓурова Чешма во траење од 2 часа.



## 11. Планинарски дом „Клепа“

*надморска височина 600 м.*

Планинарскиот дом „Клепа“ се наоѓа на планината Клепа. Домот се наоѓа во с. Скачинци. Селото е напуштено. Денес во него живеат 2—3 домаќинства. Домот е лоциран над селото на една височинка. Тоа, всушност е бившото училиште во селото кое група планинари-ентузијастии по потекло од ова село за да го спасат од пропаѓање, го адаптираа во планинарски дом. Од домот се пружа мошне убав поглед кон селата до реката Вардар, а од него и до врвот на планината Клепа. Со домот управува планинарското друштво „Клепа“ од Титов Велес. Домот е даден во употреба во 1979 година.

Домот е приземна зграда. Градена е пред војната од тврд материјал. Покривот е од дрвен материјал, полегнат и бара доста одржување. Покриен е со керамиди. Во домот има три спални

соби од кои една е поголема за групно спиење. Домот може да прими 40 планинари. Во домот може да се престојува само со претходна најава кај Управата на Планинарското друштво „Клепа“ од Титов Велес, кај која е и клучот од домот. Тие во таков случај се мошне добри домаќини и обезбедуваат пријатен престој во домот.

Домот нема електрично осветлување, нема вода ниту други помошни простории. Водата — чешма со 4 цевки се наоѓа на 150 до 200 м од домот, WC — тоалски со една кабина се наоѓа во дворот на домот.

Храна мора да се носи во ранец. Престојот е мошне евтин. Планинарите имаат попуст од 50% за спиење во домот. Условите за спиење се задоволителни.

*Пристап до домот:* селски пат од Градско — до с. Скачинци 2 часа, или Т. Велес — с. Скачинци — 4 часа, пеш или со теренско возило за пократко време.

*Можни излети:* излет до врвот на планината Клепа висок 1.149 м во траење од 3 часа.





## 12. Планинарски дом „Браќа Јаневи“

*надморска височина 630 м.*

Планинарскиот дом „Браќа Јаневи“ е сместен во с. Ораов Дол. Во планинарски дом е претворено селското училиште. Така тоа е спасено од пропаѓање. Со домот управува Планинарското друштво „Кадиница“, со седиште во Титов Велес. Домот се наоѓа во центарот на селото. Веднаш под домот тече селска река која е пошумена и престојот во домот го чини пријатен.

Планинарскиот дом се состои од приземје и кат. Граден е од тврд материјал и се наоѓа во добра состојба. Во приземјето е сместена кујната и трпезаријата со соодветен прибор и опрема, а на катот има три соби во кои има околу 30 кревети на кат. Креветите се опремени со добра по-

стелина — јоги-душеци, добри кебиња и чаршафи, така што спиењето е пријатно. Во домот може да се престојува со претходна најава во Управата на друштвото „Кадиница“ во Титов Велес, но клучот се наоѓа кај еден селанец од селото кој се грижи за домот. Домот не располага со храна, а сопствената може да се подготви или подгрее во кујната.

Домот има електрично осветлување и WC во дворот со повеќе кабинени.

Вода може да се користи од селската чешма која е непосредно под домот.

Планинарите во домот имаат попуст од 50% за спиење.

*Пристап до домот:* селски пат-Извор-Ораов Дол-долг 20 км и железничка станица „Васил Антевски“ — Ораов Дол — пеш 2 часа.

*Можни излети:* домот се наоѓа во полите на планината Кадиница. До — домот Дервен — 4 часа, Чеплез — 6 часа, врвот на Кадиница — 2 часа, до планината Мукос 2,30 часа. И двете планини располагаат со мошне убави шуми, обраснати терени, лединки со шумски плодови: јагоди особено капини.

## Планинарски домови во околината на Струмица



### 13. Планинарски дом „Езеро“ - Водача *надморска височина 330 м.*

Планинарскиот дом „Езеро“ — Водача се наоѓа покрај браната на вештачкото езеро Водача — близу до градот Струмица. Граден е во 1963-1964 година а е реновиран во 1985 година. Домот е изграден од дрвена граѓа во вид на барака во комбинација дрво и цигла. Варосан и добро фасадирани. Во добра состојба.

Домот располага со 5 соби во кои се сместени 21 кревет. Домот е приземен и сите простории се на приземјето. Покрај собите за спиење тој има кујна со потребен инвентар и трпеза-

рија во која можат да се сместат околу 40 планинари. Во кризни состојби во домот можат да се сместат за спиење околу 50—60 планинари без кревети.

Со планинарскиот дом „Езеро“ управува планинарското друштво „Ј. Ј. Свештарот“ од Струмица. Тоа и го одржува. Постојан домар во домот нема. Клучот за престој во домот се добива од претседателот на друштвото, чија канцеларија е сместена во Општинската конференција на ССМ Струмица. Постелината, креветите и условите за престој во домот се задоволителни. Погolem дел од опремата е нова.

Во домот има електрично осветлување. Вода нема. Снабдувањето со вода се врши од чешма што е недалеку. Вода за миeње се зема од езерото. Во домот нема WC, но недалеку од домот има полски WC со 3 кабини.

Во домот може да се обезбеди храна во договор со Планинарското друштво „Ј. Ј. Свештарот“.

За спиење во домот планинарите од СФРЈ имаат 50% попуст.

Околината на домот е уредена, пошумена, отградена и пријатна за престој.

*Пристап до домот:* до домот води пат од Струмица. Се доаѓа со автобус. Оддалеченоста е 14 км. Може да се дојде и пеш по скратен пат од 10 км за 2—2,30 часа. Патеката е маркирана.

*Можни излети:* на планините: Еленица — 1.100 м, Беласица — 1.850 м и Плавуш — 1.300 м надморска височина. Траење на излетите 2—3 часа.



#### **14. Планинарски дом „Три Води“**

*надморска височина 520 м.*

Планинарскиот дом „Три Води“ се наоѓа во селото Три Води под планината Беласица. Домот е граден од камен со цементен малтер. Тоа, всушност е старото училиште во селото кое планинарското друштво „Ј. Броз-Тито“ од Струмица го обнови и претвори во планинарски дом. Адаптацијата траела од 1983 до 1985 година, кога домот е даден во употреба на планинарите. Од селото и домот кон Беласица се пружа добар поглед што ги привлекува планинарите.

Домот има три соби со десет кревети, плус 40 душеци. Капацитетот на домот во кризни услови — кога има поголем број планинари, може да се зголеми на околу 50 лица.

Покрај собите за спиење домот има кујна опремена со потребниот инвентар и трпезарија која може да прими околу 55 лица, исто така добро опремена.

Домот е добро одржан. Го одржува и со домот управува Планинарското друштво „Ј. Броз—Тито“ од Струмица. Во домот нема постојан домар. Домот е отворен само во саботите и неделите или за време празниците, кога задолжително има некој од друштвото во домот. Инаку, клучот се наоѓа кај секретарот на Конференцијата на ССМ во Струмица, па по потреба може домот да се користи по договор и во други денови. Целата опрема во домот е нова, така што дава добри услови за престој во домот.

Домот нема електрично осветлување. Водоводна инсталација има во кујната, а во дворот на домот има чешма која може да се користи. WC — е полски и со соодветен капацитет. Дворот е заграден и озеленет, а приодот поплочен со плочки.

Во домот може да се добие масло за јадење, шеќер, сол, грав и сл., а друга храна треба да се носи. Планинарите во домот за спиење плаќаат 50% од вистинската вредност на чинењето.

*Пристап до домот:* има пат од Струмица до Три Води и може да се дојде со автомобил. Може и пеш. Оддалеченоста е 7 км или 1,35 часа пеш. Патеката од Струмица до домот е маркирана.

*Можни излети:* на планината Беласица кон врвот, во траење од 2—3 часа, зависно од одењето.



## 15. Планинарски дом „Висока Чука“

*надморска височина 1.100 м.*

Планинарскиот дом „Висока Чука“ се наоѓа на планината Кожуф. Домот има извонредна глетка кон околните врвови и мошне привлечна околина и простор околу себе. Со домот управуваше планинарското друштво „Кожуф“ од Гевгелија. Со интервенција на општинските власти домот е одземен од нив, даден на управување на Самоуправната интересна заедница за детска заштита, реконструиран и претворен во детско летувалиште. За домот — поточно за сопственоста се води судски спор. Но, во домот може да се престојува во до-

говор со СИЗ за детска заштита од Гевгелија. Од нив треба за сега да се бара и согласност за престој

Домот има постојан чувар платен од страна на СИЗ-от. Домот е добро обновен и пријатен за престој. Капацитетот му е околу 100 планинари — или деца. Домот има електрично осветлување од сопствен генератор, водоводна инсталација, со WC простории е умивалници.

Има кујна и трпезарија и сите потребни услови за престој.

*Пристап до домот:* Железничка линија Т. Велес—Гевгелија, железничка станица Миравци, потоа со теренско возило по шумски пат оддалечен од Петрово село 15 км или пеш по истиот пат за 3—4 часа.

*Излети:* околината на домот, тура до Смрдлива Вода — 4—4,30 часа и др. локални излети по околните врвови.





## 16. Планинарски дом „Вртешка“

*надморска височина 1.107 м.*

Планинарскиот дом „Вртешка“ се наоѓа на планината Плачковица. Од домот се пружа мошне добар поглед кон Радовишко и Штипско Поле. Во околината има букова шума. Престојот во домот мошне е пријатен и привлечен.

Зградата на домот е градена во свое време за жандармериска станица. Планинарското друштво „Лисец“ од Штип се зафати и ја адаптира во 1982 година во планинарски дом. Во 1984 година истото друштво догради до домот трпезарија со санитарен чвор — WC и умивалници. Објектите се од тврд материјал. Домот е од приземје и кат.

Во домот има 5 спални соби 32 кревета — на кат. Можат да се сместат 64 планинари. Покрај спалните домот има кујна, трпезарија, WC, бања

и умивалници. Има и една канцеларија за раководителот на домот.

Домот е во мошне добра состојба. Од страна на друштвото добро е одржуван. Со домот управува Планинарското друштво „Лисец“ од Штип. Во домот нема постојан домар. Домот е отворен по правило во саботите и неделите и во другите празници. Клучот се наоѓа кај друштвото во Штип, така што домот може да се користи и во други денови, договорно со друштвото.

Домот има електрично осветлување и водоводна инсталација во доградениот дел. Покрај тоа има WC, а надвор и полски. Во домот нема храна, но сопствено однесената, може да се приготви во кујната која современо е опремена.

За спиење во домот планинарите од СФРЈ имаат 50% попуст. Инаку, околу домот е пошумено а домот е ограден.

*Пристап до домот:* од автомобилскиот пат Штип—Кочани, од с. Балван — локалитет — Баргала—Туртел води асфалтен пат. На 1,30 часа пред Туртел се одвојува пат за с. Врешка покрај кое се наоѓа планинарскиот дом. Од асфалтниот пат до домот се 2,5 км. Патот од Штип до планинарскиот дом е маркиран. Пеш Штип—Баргала—Врешка — 6 часа.

*Можни излети и тури:* излет до врвот Туртел на Плачковица, оддалечен 1,30 часа, тура до Лисец, највисокиот врв на Плачковица во траење од 8 часа и до Бел Камен 9 часа. Врвовите Лисец и Бел Камен во разгорувањето на Народноослободителната војна имаат историско значење, зашто на Лисец е формирана Четвртата македонска бригада, а Бел Камен е база на која се собираа сите луѓе од Источна Македонија од каде натаму се формира 50 дивизија со три бригади.

†



## 17. Планинарски дом „Козјак“

*надморска височина 800 м.*

Планинарскиот дом „Козјак“ се наоѓа во с. Малотино на планината Козјак. Домот е адаптиран од старата училишна зграда која беше напуштена во 1984—1985 година и е даден во употреба на планинарската организација во 1985 година. На адаптацијата на домот работеа планинарите од Планинарското друштво „Козјак“ од Куманово.

Зградата на домот е на кат. Граден е од тврд материјал. Домот има 2 соби за спиење, во кои се сместени 15 кревети. Покрај нив има една кујна и една трпезарија. Вкушниот капацитет на домот е

наменет за околу 20 планинари. Планинарското друштво „Козјак“ добро го одржува домот. Тоа и управува со домот.

Домот нема постојан домар. Друштвото во секоја сабота и недела дежура во домот кога тој по правило е отворен. Во други денови во него може да се престојува во договор со друштвото, од каде може да се добие и клучот.

Сите работи во домот, целокупната постелнина со креветите и опремата во кујната и трпезаријата се нови и добри за употреба.

Во домот нема електрично осветлување ниту водоводна инсталација. Осветлувањето е со свеќи и со лампи на гас, а снабдувањето со вода од бунарот што се наоѓа во дворот на домот. Надвор од домот во дворот има и полски клозет.

Во домот нема храна да може да се купи, но сопствената може да се приготви, зашто кујната тоа го овозможува.

Сите планинари од СФРЈ имаат попуст за спиење 50% од цената за спиење.

Дворот на домот е озеленет и посаден со дрвца, а ограден е и со жива ограда.

*Пристап до домот:* Од Куманово до с. Жегљане со автобус од градскиот сообраќај, а после 1 час пешачење се доаѓа до домот. Оддалеченост од Куманово 28 км.

*Можни излети:* врвот на Козјак 2 часа и манастирот Прохор Пчиоки 4 часа.



## 18. Планинарски дом „Дервен“

надморска в исочина 1.100 м.

Планинарскиот дом „Дервен“ се наоѓа на планината Бабуна, на височина од која има извонреден поглед кон Прилеп и неговата околина, кон планините Мукос, Селечка и др. Има добра положба и изложен е долго време на сонце, но истовремено и на ветрови кога дуваат. Домот е граден во административниот период со доброволна работа на прилепските планинари и со помош на организацијата на власта. Даден е во употреба во 1955 година. Со домот управува Планинарското друштво „Козјак“ од Прилеп, кое заедно со Планинарскиот сојуз на СРМ и најмногу учествуваше во градбата. Домот е граден од цврст материјал — од камен и малтер. Со приземје и кат е.

Домот има 2 големи соби во кои се сместени 50 кревети. Има кујна и трпезарија опремени со нужна опрема кои можат да служат на посетителите. Има помошни простории и соба за домарот на домот. Во трпезаријата и домот по потреба можат да се сместат околу 72 планинари. Домот е одржан и е во добра состојба.

Домот е постојано отворен. Има домар и домаќинка кои се грижат за редот и чистотата во домот. Во домот има телефон, радио и телевизор. Креветите, постелнината и опремата во кујната и трпезаријата се речиси нови и обезбедуваат пријатен престој во домот.

Во домот им електрично осветлување, има водоводна инсталација, има WC внатре, умивалници, и бања. WC има и надвор — полски.

Во домот може да се добие храна, пијалак, и други потребни работи, како и чај, а може да се подготвува и сопствена.

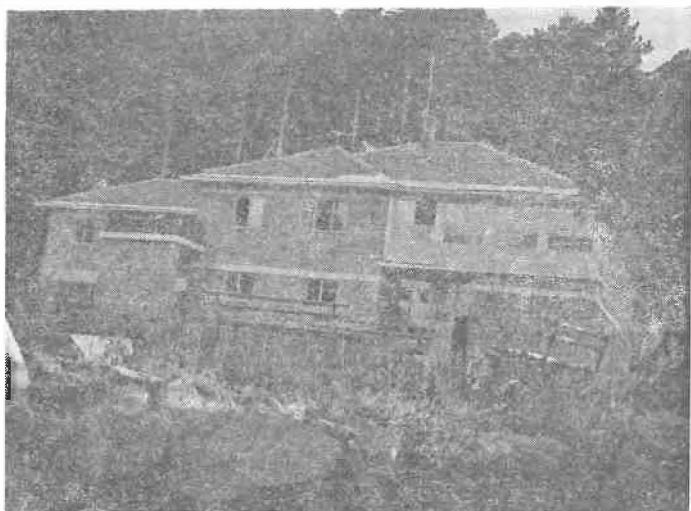
Планинарите од СФРЈ имаат во домот за спиење попуст од 60%.

Околината на домот е уредена. Тоа е ливада со планинска трева. Во дворот на домот има и бавча која домарите ја обработуваат.

*Пристап до домот:* домот се наоѓа над стариот пат Титов Велес—Прилеп — преку планината Бабуна, со отстранување од 400 м. Оддалечен е од Прилеп 20 км. Може да се доаѓа со возило и пеш. Патот е маркиран со видни маркиции. До домот може да се дојде и со приодот од Т. Велес кон Прилеп.

*Можни излети:* на мал Мукос, на Голем Мукос во траење од 2—3 часа и на Студеница, Кадица и до манастирот Степанци 2—3 часа.

## Домови во околината на Битола



### 19. Планинарски дом „Копанки“

*надморска височина 1.630 м.*

Планинарскиот дом „Копанки“ се наоѓа на планината Пелистер. Домот се наоѓа на една планинска рамнина во инаку мошне бујната шума околу домот. Домот е граден во 1958—1960 година, кога е даден во употреба. Домот го градело Планинарското друштво „Пелистер“ со помош на органите на власта и со доброволна работа. Домот е граден од тврд материјал — камен цементен малтер. Домот е на приземје и кат. Во домот има 8

соби за спиење со 75 кревети, со потребни помошни простории, соба за домарот со кујна и трпезарија, WC и умивалници.

Домот главно добро е одржан. За неговото одржување се грижи детското летувалиште, што е во состав на СИЗ за детска заштита. Тоа и управува со домот. Домот инаку е сопственост на планинарското друштво „Пелистер“ од Битола.

Домот има свој домар и постојано е отворен. Опремата во домот главно е очувана и ги задоволува потребните стандарди за престој. Во домот има електрична инсталација, водоводна инсталација, бања, WC и потребни умивалници, радио, телевизор и одреден стандард за престој.

Во домот може да се најде конзервирана храна, а сопствената може да се приготви во кујната на домот.

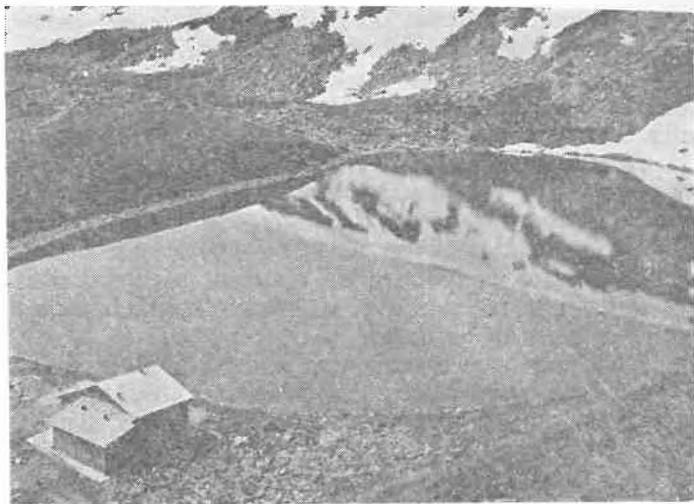
Околината на домот е чиста, уредена и окружена со шума.

Планинарите во домот имаат попуст од 50% за спиење.

*Пристап до домот:* од Битола до Бегова Чешма асфалтен пат, а потоа по пешачка патека до домот во траење од 30—40 минути. Маркација има. Од Битола до домот има 18 км.

*Можни излети и тури:* врвот на Пелистер — 3 часа и Големо Езеро—планинарски дом — 4,30 часа.





## 20. Планинарски дом „Големо Езеро“

*надморска височина 2.218 м.*

Планинарскиот дом „Големо Езеро“ се наоѓа на планината Пелистер под еден од највисоките врвови на планината Баба (Пелистер) — Ветерница висок 2.420 м, на обалата на едно мошне живописно глечерско езеро — наречено Големо Езеро — едно од поголемите други глечерски езера наречени „Пелистерски очи“.

На местото на денешниот дом имаше стар планинарски дом, кој настрада во пожар. Новиот планинарски дом е изграден во 1982—1983 година, кога и е даден во употреба. Го градеше Планинарското друштво „Пелистер“ од Битола со помош на доброволна работа и помош на органите на власта и стопанските организации.

Домот е изграден од цврст материја — камен и цемент. Домот е на приземје и кат. Има 4 соби и плус две во поткровјето. Во собите се сместени 50 кревети. Има кујна и трпезарија опремени кои можат да примат 50 планинари.

Домот е нов и одржан. Со него управува Планинарското друштво „Пелистер“ од Битола. Во домот има постојан домар. Домот е отворен од петок до недела навечер а летно време постојано.

Опремената во собите за спиење, во кујната и во трпезаријата се нови и овозможуваат мошне пријатен престој во домот.

Во домот има електрична инсталација, а се напојува со струја од сопствен агрегат. Во крјната има водоводна инсталација, но вода нема. Треба наскоро да се донесе од езерото со сопствена пумпа. Сега вода за спиење се користи од чешмата која е непосредно до домот, а за техничка употреба се зема од езерото. За сега WC е полски а во иднина ќе биде во употреба оној во домот.

Во домот нема храна Треба да се носи во ранец.

Планинарите имаат попуст од 50% за спиење во домот.

Околината на домот е таква како што природата ја создала — дива, но мошне убава. Има извонредна локација со поглед надолу кон Битола и на врвовите на Пелистер, како и на езерото до самиот дом.

*Пристап до домот:* асфалтен пат Битола—с. Трново, потоа макадамски пат — с. Трново—Широка—Мало езеро—Големо Езеро — долг 35 км.

Пешачка патека од с. Ниже Поле—долината на реката Салунџица—Вирои — (Орлови Бари) или с. Ниже Поле—Дебели Рид—Г. Езеро — пешачење 6 часа или од Ниже Поле до домот 4 часа, од

врвот на Пелистер 2 часа. Домарот живее во Ниже Поле и оди со групите планинари заедно до домот.

Пристап од Преспанско Езеро: с. Браичино—дом „Г. Езеро“ 5—6 часа, с. Крани—дом „Г. Езеро“ 5—6 часа.

*Можни тури и излети:* излет до врвот на Пелистер 2 часа, тура до Неолица 4 часа, до Крани — Преспа 4,30 часа и др.



## **21. Планинарски дом „Неолица“** *надморска височина 1.440 м.*

Планинарскиот дом „Неолица“ се наоѓа на ветките на планината Баба (Пелистер). Граден е постапно од 1980 до 1985 година. Домот се состои од 3 монтажни бараки од кои две се за спиење, а едната за кујна и трпезарија. Домот го градеше планинарското друштво „Ѓорѓи Наумов“ при Фабриката за фрижидери од Битола. Тоа и управува со домот. Во градбата на домот многу му помогна и самата фабрика. Домот е сместен на една падина. Домот е на североисточна страна заштитен е од ветрови и изложен долго на сонце. Престојот во домот е мошне пријатен.

Домот располага со 7 соби за спиење во кои се сместени 70 кревети — на кат и посебни. Има кујна и трпезарија со капацитет од 50 планинари, а има и летна кујна. Домот е добро одржан.

Домот лете постојано е отворен, а зиме само во сабота и недела. Има домар што го плаќа друштвото. Опремата во домот, таа во спалните и таа во кујната и трпезаријата е речиси нова.

Електрична инсталација во домот има и напојувањето со струја се врши од сопствен агрегат. Водоводна инсталација има само во кујната и трпезаријата. Умивалници нема, но миењето може да се врши веднаш пред домот на протечна вода и на чешма, WC, со една кабина — полски.

Во домот не може да се добие храна, а сопствената може да се приготви во кујната. Чај има во секоја прилика.

Планинарите имаат попуст од 50% за спиење во домот.

Околината на домот е уредена, поточно е таква, како што природата ја дала — обрасната со трева, зеленило, папрат и друго, главно мошне пријатна за гледање.

*Пристап до домот:* Пешачка патека од с. Лавци — со пешачење од неполни 2 часа и од с. Брусник речиси исто толку.

*Можни излети и тури:* Големо Езеро — 4 часа, Муза и Скркавец во траење од по 3 часа.

Патеките и природите се маркирани.

Околината е полна со планински извори.



## 22. Планинарски дом „Китка“ - Тајмиште надморска височина 915 м.

Планинарскиот дом „Китка“ — Тајмиште се наоѓа на ветките на планината Бистра на магистралниот пат Скопје—Кичево, оддалечен од патот 1.200 м. Поставен е непосредно до самата пруга Кичево—Тајмиште на 40 м од неа. Всушност, тоа е бившата железничка станица, која е дадена на управување на Планинарското друштво „Китка“ при ЖТП—Скопје и од нивна страна преуредена за дом.

Домот е граден во 1969 година од ЖТП—Скопје а е предаден на управување на планинарското друштво во 1971 година. Зградата е од цврст материјал на приземје и кат. Долу се подрумски помошни простории, а на катот се сместени 6 спал-

ни соби со 27 кревети. Покрај собите има една кујна и една просторија за дневен престој, која се користи и за трпезарија. Опремата во собите за спиење, во кујната и во трпезаријата е во добра состојба, очувана а самиот дом друштвото добро го одржува. Со домот управува Планинарското друштво при ЖТП—Скопје „Китка“.

Постојан домар нема. Клучот се наоѓа кај друштвото во Скопје кај другарот Миле — и може договорно да се користи домот.

Во домот има електрична инсталација и осветлување, водоводна инсталација и вода како и WC и умивалници со топла вода. Во домот нема резерви од храна. Треба да се носи во ранец. Инаку, сите планинари од СФРЈ имаат попуст за спиење од 50%.

Домот е ограден со железна ограда, озеленет, со уредени приоди.

*Пристап до домот:* со автобус од Скопје до патот што скршнува до домот, со воз до железничката станица Зајас, па со пешачење од 7 км до домот назад. Од Скопје до домот се 90 км. Од Кичево до домот 18 км.

*Можни излети и тури:* врвовите на Бистра, с. Леуново и Мавровско Езеро 2,30 часа, и Галичник 6—7 часа.

## Домови во околината на Тетово



### 23. Планинарски дом „Љуботен“

*надморска височина 1.623 м.*

Планинарскиот дом „Љуботен“ се наоѓа на планината Шара под врвот Љуботен. Има извонреден поглед кон врвот Љуботен и кон другите врвови на Шара, како и врз дел од Полошката котлина. Непосредно покрај домот е голема букова шума, а околу домот пространа планинска ливада и шир. Изложен преку цел ден на сонце. Одлични услови за престој. Бившата жандармериска станица од стара Југославија е адаптирана во дом. Домот е изграден во 1953 година. Граден е од цврст материјал, камен и малтер. Домот е на приземје и кат. Во приземјето е сместена кујната, трпезаријата, магацинот за прехранбени производи и



WC со два бокса како и умивалник. На катот има 4 соби и релативно големо претсобје кое се користи кога во домот има многу гости.

Во домот има 34 легла, и исто толку може да прими и опслужи трпезаријата и кујната. Покрај домот има и неколку бунгалови, така што вкупно може да прими околу 60 планинари.

Домот е граден од страна на Планинарскиот сојуз на Македонија. Даден е во своје време на управување на планинарското друштво „Југохром“ при ОЗТ Југохром, а подоцна одземен од планинарската организација и денес по управа на ХЕК Југохром од Јегуновце.

Домот, Југохром добро го одржува. Го користи како летувалиште за своите работници а прима и планинари. Има два домара и постојано е отворен. Во домот има секаква храна и по порачка може да се добие.

Постелнината, креветите и ќебињата се делумно нови, а делумно постари. Опремата во кујната и трпезаријата исто така, делумно е нова а делумно стара.

Во домот има водовод, WC и умивалници. Има струја од сопствена турбина со релативно слаб напон.

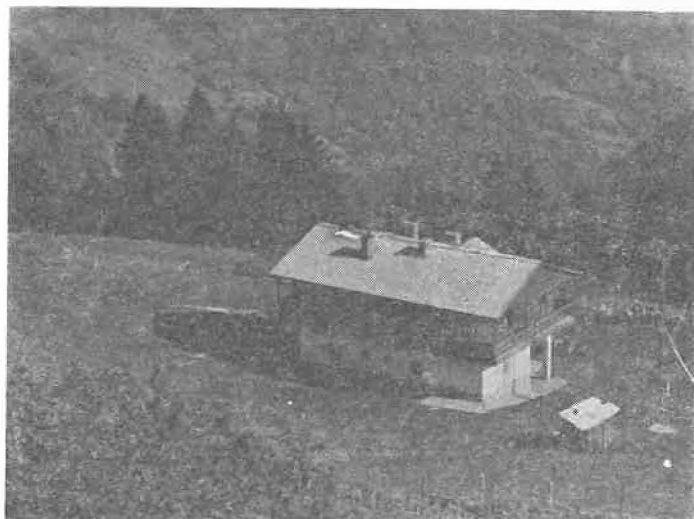
Планинарите во домот немаат никакви привилегии. Плаќаат по пазарни цени, но главно достапни.

Домот е опраден а околината е мошне привлечна.

*Пристал до домот:* до домот води шумски пат — од Старо Село, па може да се дојде со автомобил а и пеш. Пешачењето трае 2,30 до 3 часа. Патот е маркиран. Оддалеченоста е околу 8 км. До Старо Село се доаѓа со локален автоски превоз од Тетово до Вратница.

*Можни излети и тури:* излет до врвот на Љуботен во траење од 2 часа, до Пири Бег во траење од 3 часа во една насока. Тура до Стојкова Куќа во траење од 4,30 часа во една насока.

Планинарскиот дом Љуботен, поточно врвот на Љуботен е стартна точка по Западната трансверзала во СР Македонија.



## 24. Планинарски дом „Јелак“

*надморска височина 1.840 м.*

Планинарскиот дом „Јелак“ се наоѓа на планината Шара, недалеку од Попова Шапка — 2,5 км. Поставен е на една ширина од која се пружа извонреден поглед на долината на Пена и врвовите на Шара од левата страна на реката Пена. Долго е изложено на сонце. Има мошне привлечна околина. Во непосредна близина е опколен со зимзелени шарпланински елки.

Домот е граден во 1953 година. Граден е од страна на Планинарскиот сојуз на СР Македонија со помош на планинарското друштво „Љуботен“ од Тетово. Домот е на приземје и кат. Катот е граден од дрво — стил на барака а приземјето е

од цврст материјал. Под приземјето се наоѓа подрум за сместување на прехранбени производи. На приземјето е сместена кујната, трпезарија, собата за спиење на домарот и WC просториите со умивалникот. На катот има 6 соби за спиење со 30 кревети. Трпезаријата може да прими околу 50 луѓе и исто толку да опслужи и кујната.

Домот беше под управа на планинарското друштво „Тетекс“ при комбинатот „Тетекс“. Подоцна, комбинатот го одзеде од друштвото и денес тој управува со домот. Го има претворено во свое летувалиште.

Домот добро е одржан. Постојано е отворен. Има два домара. Снабден е со храна. Планинарите имаат 60% попуст за спиење во домот, но цените се комерцијални.

Опремата во домот е нова и обезбедува задоволителен престој. Домот има струја, се напојува од електричната мрежа со која се снабдува и Попова Шапка.

*Пристап до домот:* од Тетово до Попова Шапка — 19 км има асфалтен пат. Од Попова Шапка до Јелак пеш се стасува за 45 минути.

*Излети и тури:* излет до Попова Шапка — 45 минути, до Церипашино — 2,30 часа. Тури до Лешница — 3,30—4 часа во една насока. До Титов Врв — 4,30 часа во една насока.

131



W. S. ... ..

...

## 25. Планинарска кула „Титов врв“

надморска височина 2.747 м.

Кулата на Титов Врв се наоѓа на највисокиот врв на Шар Планина, тој во СФРЈ е трет по височина. Кулата е почната да се гради во 1955 и во 1956 година е дадена во употреба. Градена е од страна на Планинарскиот сојуз на СР Македонија. Прв пат кулата, покрај тоа што е на планинарите, служи и за метеоролошка станица, а потоа е напуштена и им служи само на планинарите за засолнување кога се наоѓаат на самиот врв.

Кулата е ѕидана од цврст материјал — камен малтер. Таа е на два ката. Висока е 10 метри, пречник 4,5 метри, во кружен облик е. Меѓу двата ката од по 5 метри е челична конструкција. Кулата е двапати запалувана од иредентистички настроени луѓе. Денес уште не е обновена. Нема врата и прозорци. Скалите меѓу двата ката се запалени.

Во кулата нема вода, нема струја, нема WC и не се користи за спиење, туку во невреме исклучиво за засолнување.

Околината е ограничена, зашто е на самиот врв, дива и од камен.

Од кулата се пружа мошне убав поглед. Кога времето е убаво можат да се видат сите врвови во Македонија и подалеку.

Со кулата управува планинарското друштво „Љуботен“ од Тетово.

*Пристал:* од Попова Шапка преку Вакуф, Кара Бунар Титов Врв пешачење 4,30 часа и Попова Шапка-Церипашина-Багрдан-Титов Врв 4 часа.

Маркација нема, потребно е знаење за читање на карта и бусола или водич.

## Домови во изградба



### 1. Планинарски дом „Илинка“

*надморска височина 1.800 м.*

Планинарскиот дом „Илинка“ се наоѓа на Попова Шапка, во непосредна близина на хотелот „Шапка“. Домот се гради подолго време. Домот го гради Собранието на град Тетово, согласно со договорот, наместо отстапениот стар дом на Шапка за потребите на хотелот „Шапка“. Домот и интересот за него е под надлежност на Планинарскиот сојуз на Македонија. Домот се гради од цврст материјал — асейзмички. Домот се гради на три ката и поткровје со сместувачки капацитет за околу 100 планинари и смучари.

Откако ќе биде готов домот ќе биде даден на управување на П.Д. „Љуботен“ од Тетово.

Домот се гради модерно, со струја, водовод, внатре и WC, со сите други простории — кујна, трпезарија, соби за спиење со помал број кревети во нив и сл.

Бидејќи домот се гради за планинарите тие ќе имаат 50% попуст за спиење во него. Поради законски прописи градењето на домот е сопрено.

*Пристап до домот:* асфалтен пат од Тетово до Шапка од 19 км или жичарницата кога ќе про-работи повторно.

*Можни излети и тури:* излети во околината и до планинарскиот дом „Јелак“ 45 минути и тури до Титов Врв 4—4,30 часа, Лешница 4,30 часа.

## 2. Планинарски дом „М. Цветков“

*надморска височина 600 м.*

Планинарскиот дом „М. Цветков“ се наоѓа на планината Кожуф. Тоа е всушност напуштено селско училиште кое друштвата „Просек“ и „Клисура“ од Демир Капија го адаптираат и приспособуваат за планинарски дом. Адаптацијата е почната во 1985 година а треба да биде даден во употреба во 1987 година во месец мај.

Домот е од цврст материјал — камен и малтер. Во домот ќе има 4 соби во кои ќе бидат сместени 30 кревети, а на душеци покрај нив ќе можат да се сместат уште 50 планинари. Покрај собите за спиење домот има кујна и трпезарија за ист капацитет.

Домот има свој агрегат за добивање струја а вода и WC има надвор во дворот на домот.

Домот ќе биде отворен само во саботите и неделите, а по потреба клучот се наоѓа во селото кај одредено лице кое може да го отвора и во секој друг ден. Во домот нема да има храна и мора да се носи во ранец.

Дворот на домот ќе се уреди, озелени и ќе биде пристапен за користење.



*Пристап:* Демир Капија до домот се оди од два правца. Оддалеченоста е 1,30 часа и двата правца се маркирани.

*Можни тури и излети:* излети во непосредна околина на домот а тури до „Порта“, „Аџиборица“ и „Лукор“ во траење од 4—5 часа.



### 3. Планинарски дом „Шешково“

*надморска височина 773 м.*

Планинарскиот спомен-дом во село Шешково се наоѓа на планината „Вишешница“. Тоа е напуштено селско училиште кое територијалната одбрана од Кавадарци заедно со општествено-политичките организации и со планинарското друштво „Орле“ го реновира. Една просторија служи за спомен-дом, а другата за планинарски дом.

Домот е реновиран во 1982 година и оттогаш е даден во употреба. Домот е граден од цврст материјал — камен и цемент. Приземен е, со можност да се направат неколку соби во поткровјето.

Со домот ќе управува планинарското друштво „Орле“ од Кавадарци. Домот има една голема спална соба во која се сместени 10 кревети, а во

план е приспособувањето на таванот на 4 соби за спиење. Има просторија за кујна, која не е уредена а трпезарија нема. Во домот можат да се сместат околу 50 луѓе.

Домот има свој агрегат од којшто добива струја. Вода има, а клозетите се во дворот на домот.

Домот не е постојано отворен. Има човек во селото кој го отвора, но во договор со планинарското друштво „Орле“ од Кавадарци. Дворот на домот и околината се уредени. За сега домот е во процес на опремување со опрема како на кујната, така и на собата за спиење. Храна треба да се носи во ранец, зашто во домот може да се добие само чај.

*Пристап до домот:* Кавадарци хидроцентра-ла Тиквеш 8 км, хидроцентрала Тиквеш — с. Шешково 6 км — макадамски добар пат.

Мотел Дреново на патот Т. Велес-Прилеп - с. Возарци 3 км, Возарци — брана Тиквеш 1 км. Браната Тиквеш мора да се помине. Пристапот од браната Тиквеш до домот е маркиран.

*Излети и тури:* Тури до с. Голиште 4 часа, тура до сливот на Црна Река во езерото Тиквеш 7 часа.

Излети: врвот на „Орле“ 1.514 м, „Руен“ 1.044 м. до Партизански земуници, насекаде од 2—3 часа.

## 4. Планинарски дом „Пониква“

*надморска височина 1.500 м.*

Планинарскиот дом во изградба „Пониква“ се наоѓа на планината Осогово. Започнат е да се гради во 1983 година. Го изградува планинарското друштво „Пониква“ од Кочани со помош на Самоуправната интересна заедница за физичка култура од Кочани и на многу други организации на здружениот труд и поединци. Домот се гради од цврст материјал, на кат и приземје. Според предвидувањата домот треба да биде готов во 1988 година. Во домот ќе има 10 соби со 60 кревети. На приземјето ќе има кујна и трпезарија за исто толку луѓе. Во домот ќе има вградено водовод, со тоа што ќе има умивалници и WC внатре во домот. Ќе има и струја врзана за долноводот од градот Кочани.

Опремувањето на домот со кревети, постелина, опрема за кујната и трпезаријата ќе се врши постапно, по неговото довршување. За сега немаат обезбедено средства за опрема, ниту пак за довршување.

Во домот нема да има постојан домар. Клучот ќе се наоѓа во планинарското друштво во Кочани, па во договор со нив домот ќе може да се користи и преку седмиците. Инаку во саботите и неделите ќе има постојано дежурство. Во домот ќе има најпотребни прехранбени производи па ќе можат да се зготват јадења по потреба, а може да се носи и во ранец.

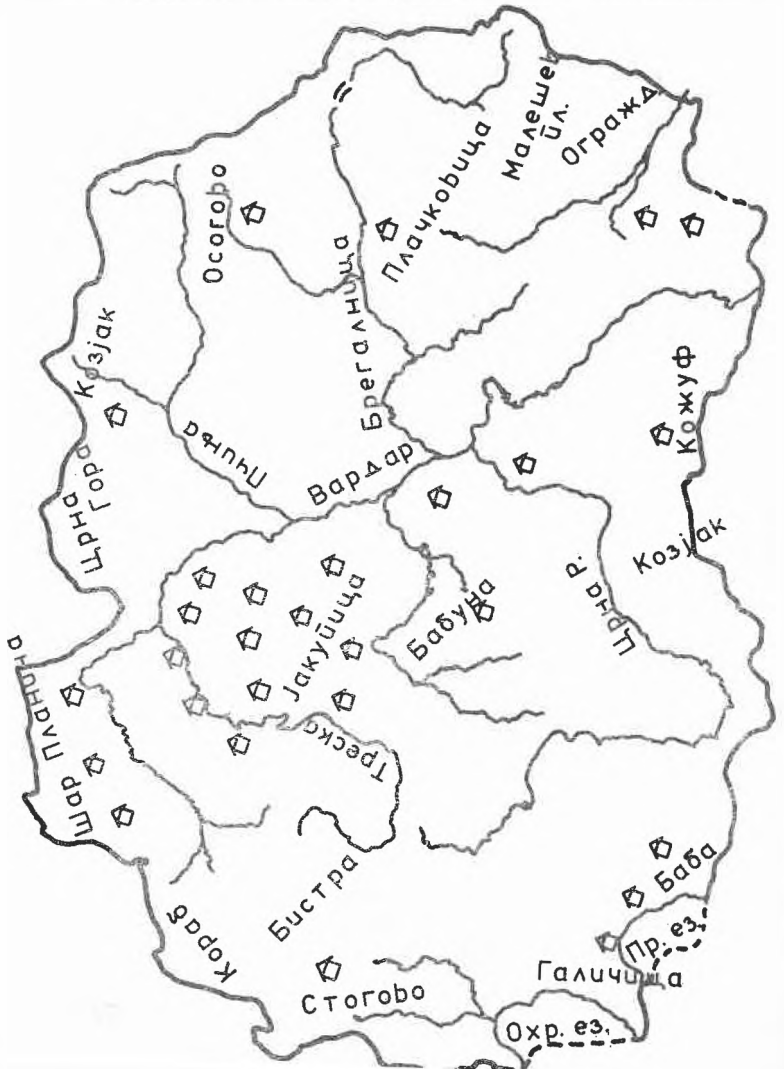
Како и во сите домови во СРМ и во овој, за планинарите од СФРЈ ќе има попуст во износ од 50% за спиење. Инаку, околината на домот ќе се

уреди, ќе се засадат дрвца а амбиентот е мошне привлечен веднаш по излегувањето од домот.

Домот од Кочани е оддалечен 22 км или 5 часа пешачење, а има и асфалтен пат по кој се доаѓа за 40—50 минути со кола. Пешачките патеки се маркирани.

*Излети и тури:* излети во околината во траење од по 2 часа а тури до Царев Врв 4 часа, Руен 5,30 часа, Ретки Буки и Люпен 3,30 часа.

Карта на Социјалистичка Република Македонија со разместеност на домовите по планините.



## 5. Однесување на планина и кон планината

### 5.1. Потребна планинарска опрема

За удобно и безбедно пешачење и престој во планината потребна е минимална планинарска опрема која планинарот ќе го заштитува од студ, дожд, ветер и од други непогоди кои разните временски услови му ги наметнуваат. Меѓу опремата ја вбројуваме следната:

- чевли — длабоки, со ребрест гумен ѓон;
- пантолони, долги или кратки зависно од годишното време;
- кошула од памук, по можност фланелна со ракави а за летно време со кратки ракави;
- Гаќи кратки или долги, зависно од годишното време — памучни;
- чорапи, долни тенки и горни дебели волнени или од мешана волна со синтетика;
- вентилација — ветровка — за заштита од ветер;
- мантил — пелерина за заштита од ветер и дожд;
- капа плетена или друга погодна;
- ранец по можност со самар;
- резервна облека (кошула, гаќи, чорапи, врвци за чевли);
- кутија за носење храна во неа — метална или пластична;
- матарка за вода, со чашка за вода;
- нож, лажича, виљушка (комплет);
- сол и кибрит;
- прибор за хигиена: сапун, крпа, каладонт, чешел, прибор за бричење — за подолг престој, заштитна крема за сонце и ветер;

- часовник, џепна лампа-батерија;
- заштитни очила од сонце — блесок од снег;
- географска карта, бусола, свирка;
- планинарскиот водич во кој се дадени упатства за заштита на и во природата;
- молив, хартија;
- кратко јаже— врвца за ранецот;
- неколку безопасни игли;
- завој, аспириин, други средства за превентива што лично планинарот по препорака на лекар ги тропи; и
- пари, лична карта, планинарска книшка, клучевите од дома и др.

Зимската опрема малку се зајакнува и врз споменатата се додаваат и следните работи:

- ракавици;
- потопли чорапи;
- доколеници (гамаши) за заштита од снег;
- наушници — за заштита на ушите.

Опрема за подолг престој во планина:

- шатор со вреќа за спиење;
- примус и гориво за него;
- планинарски нож или секирче; и
- прирачна аптека.
- стап;
- фотоапарат;
- двоглед;
- висиномер; и
- далекумер и др.

Храна: зависно од индивидуата и неговата пробирливост, но таа треба да е лесносварлива. Да има поголема калорична вредност, особено зиме (масти, белковини), лете: слатки јадења и овошје. Употребата на шеќер поради брзото поминување во крвта се препорачува. Овошјето суво и



свежо е мошне корисно. Пиењето вода треба да е умерено за заштита на стомакот. Прекумерно-то и изобилно јадење во текот на пешачењето да се избегнува. Тоа да се прави после турата и одморот. Алкохолот во секој случај треба да се избегнува како неспоив со планинарењето.

## 5.2. Опасности во планина

Излегувајќи во планина, планинарот се изложува на одредени опасности кои во природата настануваат под влијание на разни фактори. Тие го загрозуваат животот или здравјето на планинарот, па треба да ги знае за да може да им се спротивставува.

Треба да е оспособен сам да си помага во случаи на опасност, зашто тоа нема кој да го прави во планина. Во планината другарството треба да е развиено на највисок степен, зашто освен еден на друг, нема кој друг да им дава помош. Обврска е на секој планинар по цена на најголеми сопствени одрекувања да помага на повреден или изнемоштен планинар.

Опрема по личен избор:

Пред да се појде на планинарење треба добро да се проучи теренот на кој ќе се пешачи. Да се оцени дали оддалеченоста може да се совлада, дали има и какви можности има од опасност од повреди, дали физички и психички планинарот е подготвен за тој и таков напор.

Опасности за планинарот се јавуваат во услови на лошо време и бура.

*Магла.* Маглата велат искусните луѓе и волкот го збркува. Се губи ориентацијата особено ако планинарот се најде во шума, на непознат

терен, на височина дури и било каде. Со оглед на тоа што таа може да се јави ненадејно, планинарот треба да има со себе карта и бусола и со нив да го наоѓа правецот на движењето. Добро е ако и кога се пешачи да се забележуваат карактеристични работи на правецот — грмушки, камења, маркации ако ги има, големи дрвја и други белези или дури и да остава самиот некои знаци кои подоцна ќе му помогнат да се снајде. Ако е со група, да не се издвојува од неа, да не се брза, да се држи правецот на движењето, да се помага на послабите, да не се остава никој сам.

Дожд. Сам по себе е непријатен. Внесува лошо расположение. Ја прави околината влажна, лизгава. Се одронуваат камења. Измокрениот планинар посторо се движи. Ако дождот е проследен со студен ветер се измрзнува, се заледува облеката, зашто обично на големите височини дождот поминува во снег. Се отежнува ориентацијата и се намалува отпорноста. Ако планинарот е принуден да преноќи во планина, мократа облека се заменува со сува, се бара или изградува засолниште. Се чуваат чевлите од замрзнување, со седење врз нив, се затоплува одвреме навреме со движење во место и се настојува добро да се нахрани организмот.

Студ. Студот во одредени граници е поднослив. На долги релации и при пониски температури, планинарот се изложува на него и може да му смрзнат прстите на рацете, на нозете, ушите ако нема наушници, носот и други делови од телото. Опасноста се состои во тоа што во еден момент планинарот престанува да чувствува дека споменатите делови се негови и тогаш веќе е доцна. Од студот се заштитува со топла волнена облека, со добра капа и ветровка, со наушници,

со топли ракавици и со јака храна. Алкохолот треба особено во такви услови да се избегнува. Во такви услови треба да се врати брзо во најблискиот дом, или ако таков нема во низината или ако и тоа не е можно да се распне шатор, ако се носи или да се направи т.н. волчја дупка. Студот обично е проследен на големите височини и со мраз и со снежни бури кои неподготвениот планинар можат не само да го изненадат, туку и да го замрзнат или измрзнат.

*Одрон на камења.* На некои планини се среќаваат поситни или и крупни камења — лизгалишта низ кои тие се одронуваат и лизгата спрема долината. Врз нивното одронување дејствуваат фактори меѓу кои и овие: луѓето со своето движење, дивечот, добитокот, невремето, дождот, бурата, мразот, односно топло-ладно-ладно-топло време и сл. Од одроните на камења се заштитува со избегнување на тие места — со заобиколување на истите, со внимателно преминување, со заштита на главата ставајќи го ранецот, со ставање под капата пешкир или џемпер или нешто меко.

*Лавина.* Тоа се големи количества на снег кои поттикнати од нешто се одделуваат од своето лежиште и почнуваат да се движат се позабрзано низ стрмината. Тие пред себе носат големи количества снег, камења, земја, дрвја и се што пред себе на својот пат ќе најдат. За планинарите се мошне опасни. Заштитата од нив е да се избегнуваат местата каде има големи наслаги на снег, да не се вика, да не се пука, да не се зборува и да не се тропа. Покрај човекот што може да биде фактор за раздвижување на лавината, може да биде и ветрот, бурата, температурите и сл. Покрај избегнувањето на такви места, присебноста е голем фактор да се остане жив. Треба низ

лавината да се плива како во вода ако по некој случај човек биде зафатен од лавина. Да се носи со себе долго јаже кое е знак дека има некој за-трупан и сл.

### 5.3. Заштита на природата

Планинарот излегува во природа да ужива и да се восхитува на нејзините убавини — на шумата, реките, тревите, цвеќето, шумските плодови, тишината, изворите, птиците, дивечот и на сè она што го оплеменува човекот, од што црпи сила и се мотивира за својата работа. Сè она што е дадено од природата и обликот во кој е дадено е привлечно, токму за тоа што човекот малку или никако не влијаел врз неговото создавање. Затоа, основна задача и грижа на секој планинар е да ја зачува планината и сè што во неа го среќава во таква состојба во каква природата го создала. Инаку, ако работиве почне да ги приспособува кон себе, да ги менува или присвојува за себе, еден ден луѓето по него или дури и самиот тој ќе нема потреба да излегува во планина и во природа, зашто ќе нема од што и на што да се восхитува. Богатството што природата ни го дава е и општествено и никој нема право да го присвојува за себе. Најголем долг на секој планинар е да се спротивставува на секое неодговорно однесување на планинарите и другите спрема природата и да има дух на грижа, заштита и одгледување на тоа богатство.

Престојувајќи во природата и на планина, планинарите треба особено да се придржуваат за следните правила на однесување спрема неа:

— грижа за заштита на изворите и за нивно уредување, на чешмите, на поилата, на мостовите и премините;

— грижа за заштита на водопадите и слаповите;

— заштита на патеките и знаците за маркација;

— одржување чистота, собирање и сложување на отпадоците на одредено место — под камен, затрупување или однесување дома во вреќите за ѓубре. Планината не треба да се претвора во сметлиште;

— заштита на дрвјата, грмушките, не сечење стапови, не кршење гранки, не сечење млади дрвца;

— не берење цвеќе, особено не со корен и од корен;

— не берење чаеви од корисните треви од корен. Оставање цвет за размножување;

— палење оган на погодно место и гаснење на истиот после завршената потреба од него;

— собирање на скршените стакла и оставање под камен или затрупување на истите;

— чување на младите садници од газење, искорнување и уништување;

— одржување тишина во планината. Не нарушување на редот, мирот на шумските животни и птици, како и на другите планинари што дошле поради тишина. Транзисторите е подобро да се слушаат дома;

— да не се фаќаат и уништуваат птичјите гнезда, леглата на шумските животни, нивните млади, нивните поилишта, хранилишта и сл; и

— да се избегнува одронување на камења, тркалање на исти низ стрмнини, зашто се загрозуваат луѓе, животни, билки, постојниот изглед на

природата. Да не се пали оган до 50 м юд шумата, а по употребата истиот да се изгасне и затрупа со земја.

Не го правите тоа што не сакате Вам да Ви го прават, зашто и природата живее свој живот за да уживате во него.

#### 5.4. Некои совети за давање прва помош

Височината (височинска болест), ветерот, студот, маглата, жештините оддалеченоста и теренот со сите пречки кои ги совладува планинарот и други фактори дејствуваат врз планинарот на повеќе начини и создаваат разни незгоди или несреќки. На повредените мора да им се помага. Тоа е долг. При тоа е најбитно да се остане ладнокрвен, присебен и иницијативен. Унесреќениот да се ослободи пред сè, од сè со што е натоварен — ранец, чевли, часовник, шал околу вратот, појас и друго.

— Зависно од повредата и теренот, повредениот треба да се смести на најпогоден начин, водејќи грижа за повредата — прелом на нога, на кичмен столб бара еден начин на ракување со повредениот, а отворена рана на друг начин. Треба да се подметне нешто под него да се изолира од снегот, од влажната земја. Да се покрие со топло.

— Ако повредата е сериозна треба да се организира пренос на повредениот што е можно побрзо до најблиската здравствена станица. Спасителите притоа играат мошне важна улога. Водат грижа за начинот на преносот, за условите на истиот, за тоа повредениот да не се повреди уште повтеќе.

— Најбитно е да се помага само таму каде тоа може да се стори успешно. Во потешки слу-

чаи се бара лекарска помош, преку спасителниот пункт кој е најблизу.

— *Набиена нога.* Тоа најчесто се случува. Потребен е завој и бор-вазелин.

— *Рана.* Измиени раце со сапун. Раната се чисти со стерилна газа од земја, каменчиња и други нечистотии по неа, а потоа се покрива со стерилна газа и се врзува со завој. Кога раната е поголема, таа се имобилизира, а потоа се бара помош од лекар.

— *Крварење од нос.* Носните отвори се тампонираат. Главата се наведнува назад, ладни облоги на тилот и на челото. Дишење на уста.

— *Крварење.* Ако се работи за лесно крварење, врз раната се става стерилна газа и се заврзува. Ако газата не е доволна врз неа се става памук. Кога крварењето е пообилно, се прават перничина од газа или друга ткаенина кои се стават преку раната и цврсто со завој се стегнуваат преку раната. Кога од раната бризга крв, над раната се притиска со прст додека крвта не престане да тече, а потоа со стерилна газа раната се покрива, врз неа се става перниче од газа или друга ткаенина и цврсто се преврзува. Ногата или раката се имобилизираат и заштитуваат од ладно, а на повредениот му се дава доволно засладена течност. Треба да се внимава да не дојде до шок.

— *Исчашување на зглоб.* Студени облоги, превивање, собување на чевелот, ако тоа е нога и итно упатување на лекар. Внимателен транспорт.

— *Кршење на коска.* Тоа е потешка повреда. Се јавува остра болка при помрднување. Ако притоа е отворена и рана скршеното може да се види и од надвор. Брза имобилизација (да се сопре помрднувањето — со стапови, гранки, цепин, шина и сл.). Ако има рана прво таа се преврзува во-

дејќи грижа да не се помрднува скршената коска. Заштита од ладно, дај средство против болки, внимавај на шок и организирај итен транспорт до медицински центар.

— *Скршен череп.* Знаци: течење крв од носот и увото. Главата да се подигне. Студени облоги. Пренос брзо до лекар.

— *Потрес на мозокот.* Главата на повредениот се спушта ниско. Апсолутен мир, ладни облоги, нозете да се загреваат, вештачно дишење.

— *Шок.* Настанува со скршување на коски, со губење крв. Повредениот е блед, пулсот брз, кожата ладна и потна, дишењето површно, апатичност и вознемиреност. Имобилизација на повредениот дел, средства против болови, ако крвави сопирање на истото, брз и внимателен транспорт. Повредениот што е во состојба на шок се легнува и му се става ниска перница (потпирач) под главата. Ако е во безвесна положба, ако повраќа или ако повредата му е во устата, се става да лежи на стомакот, главата нешто пониска од стомакот и обрната на страна. Пресвлечи го внимателно во сува облека. Давај му доста течност, слатко кафе, чај и слично, ако е освестен и ако стомакот не му е повреден.

Потребна е брза лекарска помош. Ако нема лекар брз и внимателен транспорт до најблизок медицински центар.

— *Висинска болест.* Знаци: вртоглавица, повраќање, течење крв од носот, црвено лице, бучење во ушите. Мирно лежење, земање засладено кафе, чај, (алкохол никако) и ако тоа потрае подолго да се спушти во понизок предел.

— *Несвест.* Знаци: бледило, нереагирање на надразнувањата. Мерки: раскопчување на облеката, ослободување од товарот — ранец и сл. спуш-



тање на главата пониско, прскање со ладна вода, давање да се вдишува надразниателни мириси, кољонска вода, евентуално вештачко дишење.

— *Замрзнување.* Замрзнатиот да се пренесе во топла просторија — не покрај печка. Да се внимава на телото зашто замрзнатите органи лесно се кршат. Замрзнатиот прво се става во млека, а потоа во топла вода, но не потопла од 40°C. Ако такви услови нема, загревањето се врши со термофор, шишиња наполнети со топла вода и слично, а телото се завиткува во топли ќебиња. Триењето со снег се избегнува за да не се повреди кожата и да не се инфицира. Ако поинаку не е можно, замрзнатиот се грее со сопствена телесна топлина. Ако замрзнатиот не дише нормално, треба да се пристапи кон вештачко дишење уста на уста. Од него се соблекува влажната и се заменува со сува и топла облека. Кога се освестува му се дава засладена топла вода, чај, кафе и сл. Барај лекарска помош, но и самиот лично преземи ги напред споменатите работи.

Замрзнатите делови не смеат да се масираат, пликовите да не се фаќаат сè додека не се загреат премрзнатите делови за потоа да се преврзат со стерилна газа. По преврската преврзаните делови на нозете или рацете да се кренат во висина.

— *Сончево слепило.* Настанува со одбивањето на сончевите зраци од снегот. Знаци: сврбење на очите, печење, болови во нив, црвени очи, отечени клепки. Заштита: темни очила пред да настапи слепилото, не излегување на сонце ако до него дојде. Очилата не се симнуваат ниту во просторијата ако дојде до слепило. Ставање ладни облоги, земање средство против болови.

— *Снежно слепило*. Причини: силен ветер и раздражување на очите од снежни иглички — кристали. Заштита: очила против снежните кристали. Лечење како за сончевото слепило.

— *Изгореници*. Облози од ленено масло, борвазелин, јековитал и сл. Забранета употреба на ладна вода. Пликовите не се отвораат и фаќаат. Облеката на изгорените места не смее да се соблекува со сила. Во потешки случаи упатување на лекар.

— *Сончаница*. Знаци: главоболка, несвестица, повраќање, зголемена температура, губење свест, па можна и смрт. Заштита: капа на главата или ладење на главата со ладна вода. Мерки: зоолнување во сенка, за да се избегнат сончевите зраци,

лежење на висока перница, ладни облози на главата — лед, снег, ладна вода и сл.

— *Грч на мускулите*. Мирување и топло.

— *Грчеви во стомакот*. Воздржување од јадење, чај од нане, топли облози, стрептоксазол и сл.

— *Пролив*. Затоплување на стомакот, топли напивки, стрептоксазол.

— *Туго тело во окото или болови во окото*. Превртување на клепката со чиста вата или шамивче да се извади страното тело. Окото да не се трие. Студени облози. Преврзување на окото со стерилна газа поради други болови и итно водење на лекар. Воспаленијата од сонце, ветар, снег и слично бараат ладни облози.

— *Уво*. Ако во увото влезе нешто живо, се накапува во него топло масло или глицерин. Механички средства се избегнуваат.

— *Давење во вода*. Кога давеникот ја изгубил свеста, употреба на вештачко дишење уста на уста, масажа на срцето. Пред тоа исчисти му ја ус-

тата од тиња, вештачки заби и друго, и да се преврти на стомак да му се испразни водата од него, но најдобро е да не се губи многу време — туку да се брза на лекар со давеникот.

— *Каснување од змија.* Да се заврзе над местото каде што е каснато, но така цврсто да не протечува крв до него. Од време навреме да се ослободува преврската. Раната може да се измие со калиумхиперманган. Каснатиот не смее да се заморува и напрегнува. Раната не смее да се цица. Алкохол никако не смее да се дава. Итно да се транспортира до медицински центар.

— *Удар од гром.* По грмотевици не оди во група, не оди по гребени и по врвови, не се скривај под дрво. Сите работи од метал што ги имаш со себе остави ги далеку од тебе. Ако удрениот од гром не дише, пристапи кон вештачко дишење — уста на уста. Ако нема пулс, брзо масирај го срцето. Ако има рана треба да се преврзе.

— *Каснување од инсект.* Каснување од пчела, оса, стршлен, пајак, комарец, мравка и др. местото зацрвенето, боли па потоа и сврби. Мерки: каснатото место се измива со оцет, сок од лимун, патлиџан, морков, ако ништо друго тогаш ладна вода.

— *Вештачко дишење.* Со вештачкото дишење се почнува веднаш без да се чека на други мерки (пренос на позгодно место и сл.). Се применува кога повредениот не дава знаци на живот, а не е сигурно дека е и мртов. Тоа се прави уста на уста или уста на нос. Повредениот лежи на грб со глава малку свитката наназад. Со десната рака ја фаќаме долната вилица и ја притискаме нагоре, така што устата мора да биде цврсто затворена. Со левата рака повредениот го фаќаме за главата и му ја туркаме наназад. Дишните патишта како што

се наведени напред рековме, треба да се очистат од земја, тиња, вештачки заби и др. Со својата уста почнуваме да вдуваме воздух преку носот на повредениот сè додека градниот кош не повредениот не се наполни со воздух. Тогаш оставаме кошот да се испразни од воздух и пак повторно неколку пати едно по друго, а потоа тоа го правиме 12—16 пати во минута, ако треба и со саати, односно дотогаш додека повредениот не почне сам да дише или дури не дојде лекар. Истото тоа може да се прави со дување воздух од уста на уста, при што сега наместо устата на повредениот му се затвора носот.

Покрај овој има и друг метод, т.н. Холгер—Лилоен. Повредениот се става да лежи на стомак со глава обрната на страна. Под брадата му се ставаат рацете — една преку друга. На една нога се клекнува покрај главата на повредениот а рацете се ставаат на неговите лопатици на грбот. Наведнат напред се притиска на градниот кош, потоа се наведнува нанзад, се фаќаат рацете на повредениот, се тегнат кон себе дури се оптегнат, па се спуштаат. Повторно се притиска на плешките и повторно се оптегнуваат рацете дури не почне повредениот да дише сам.

— *Масажа на срцето.* Повредениот треба да лежи на цврста подлога. Прстите на левата рака се ставаат на средината на градната коска, врз нив се става десната рака и се притиска врз градната коска вертикално, померувајќи ги рацете од 2,5 до 4,5 см. Притисокот се повторува секоја секунда. Се внимава да не се искршат ребрата на повредениот помагајќи му. Срцето се масира кога повредениот не дава знаци на живот, кога нема пулс а не сме сигурни дали е мртов. Истовремено

може да се дава и вештачко дишење уста на уста.

— *Знак за опасност.* Пишталка или светлосен знак. Се повторува шест пати во минута секој втор минут. Одговор: знакот се дава три пати во минута секој втор минут.

## 6. Планинарски трансверзали

Планинарскиот сојуз на СРМ до денес не успеа да ја реализира својата иницијатива, да ја истражи планираната трансверзала која треба да ја обиколува СРМ — кружно а за неа да се надоврзат локалните трансферзали. Така до денес во СРМ имаме единствена трансферзала, т.н. Западна, која поаѓа од врвот Љуботен на Шара — и доаѓа до Охрид. Трансферзала ја трасира Планинарското друштво „Елема“ што се наоѓа при Машинскиот и Електротехничкиот факултет во Скопје. Првиот дел од трансферзала може да се помине за 3 дена, вториот за 3—4 а третиот за 3 дена; вкупно за 9—10 дена.

Трансферзалата поаѓа од врвот на Шара — Љуботен — 2.436 м преку врвот Црн Врв — 2.594 м, Кобилица — 2.502 м—Кара Никола — 2.436 м Титов Врв — 2.747 м, преку планината Враца — 2.253 м, планината Ничпур — 2.197 м, Мавровско Езеро—Галичник—Лазарополе (планината Стогово) — 2.242 м, планината Караорман до с. Ботун, пред Охрид — Охрид.

Дневник и упатство можат да се добијат кај Планинарското друштво „Елема“—Електротехнички факултет — Скопје, Р. Бошковиќ 16.

## 7. Адресар на Планинарските сојузи и планинарските друштва во социјалистичка република Македонија

1. Планинарски сојуз на Македонија, 91.000 Скопје, ул. 11 Октомври бр. 42<sup>a</sup>, Дом на хуманитарните организации „Даре Цамбаз“ — П. фах 244.
2. Планинарски сојуз на гр. Скопје, 91.000 Скопје, ул. Јордан Хаџи Константинов—Џинот бр. 2<sup>a</sup> — П. фах 429.
3. Планинарски сојуз на општина Титов Велес 91.400 — Титов Велес П. фах 11
4. Планинарски сојуз на општина Прилеп, 97.500 Прилеп, при СОФК на гр. Прилеп
5. Универзитетски планинарски сојуз — 91.000 Скопје при Универзитетот „Кирил и Методиј“ — Скопје

### ПЛАНИНАРСКИ ДРУШТВА ВО СКОПЈЕ

1. Планинарско друштво „Скопје—Матица“ — 91.000 Скопје ул. Дане Крапчев бр. 21 п. фах 425
2. Планинарско друштво „Драчево“ — 91.050 с. Драчево ул „Китка“ бр. 26
3. Планинарско-смучарско друштво „Бистра“ — 91.000 Скопје П. фах 504
4. Планинарско друштво на глумонемите „Скопје 63“ — 91.000 Скопје преку Ристо Билбиловски гр. Конференција на ССРНИМ
5. Железничко планинарско друштво „Китка“ — 91.000 Скопје Дирекција на ЖТП одговорен: Даскаловиќ Миле
6. Планинарско друштво „Рафинерија“ — 91.000 Скопје п. фах 66

7. Планинарско аплинистичко друштво „Матка“ — 91.000 Скопје преку: Поповски Јован ул. 338 бр. 1/24
8. Планинарско друштво „Металург“ — 91.000 Скопје — При Рудници и железарница — Скопје — Јовче Веселиновски
9. Планинарско друштво „Елема“ — 91.000 Скопје — при Електромашински факултет
10. Планинарско смучарско друштво „Васил Франговски“ — ОХИС“ — 91.000 Скопје, ул. Партизанска б.б.
11. Планинарско друштво „22 Декембар“ — 91.000 Скопје — Дом на ЈНА — Скопје
12. Планинарско друштво „Фас — 11 Октомври“ — 91.000 Скопје — Фабрика за каросерии „11 Октомври“ Скопје
13. Планинарски клуб „Поштар“ — 91.000 Скопје — при Сојузот на спортските друштва на ПТТ работници на Македонија
14. Планинарско друштво „НИП Нова Македонија“ — 91.000 Скопје, Печатница „Нова Македонија“ — фото-слог — Јане Кроновски
15. Планинарско друштво „Техногас“ — 91.000 Скопје — Општина Карпош — Скопје
16. Планинарско друштво „Металец“ — 91.000 Скопје — при Металскиот завод „Тито“ — Станчев Кирил
17. Планинарско спелеолошко друштво „Пеони“ — 91.060 Ѓорче Петров II — Скопје, Библиотека „Другарче“
18. Планинарско друштво „Еделвајс“ — 91.000 Скопје. Средна школа за физичка култура „Методи Митевски—Брицо“
19. Планинарско друштво „Макпетрол“ — 91.000 Скопје — при дирекцијата на Макпетрол.

20. Планинарско друштво „Алкалоид“ — 91.000 Скопје. Фабрика „Алкалоид“ Скопје — Митко Талаганов
21. Планинарско скијачко друштво „Гоце Делчев“ — 91.000 Скопје. Печатница „Гоце Делчев“.
22. Планинарско друштво „Економист“ — 91.000 Скопје, при Економскиот факултет Скопје
23. Планинарско друштво „Кајмакчалан“ — 91.000 Скопје, при Архитектонско-градежен факултет — Скопје
24. Планинарско алпинистичко друштво „Роберт Гајдиќ“ — 91.000 Скопје Булевар „Кочо Рацин“ бр. 72
25. Планинарско друштво „Технометал—Вардар“ — 91.000 Скопје, ул. Цветан Димов бр. 98/1/3 Јаковчевски Јаков
26. Планинарско друштво „Празни Торба“ — 91.000 Скопје, Собрание на гр. Скопје — одговорен: Зеленкова Зора
27. Планинарско друштво „Велурфлок“ — 91.000 Скопје, ул. Воин Драшковеќ б.б. населба Хром
28. Планинарско друштво „Водно“ — 91.000 Скопје, Општина Центар, Бонгуровски Александар
29. Планинарско смучарско друштво „Кончаревац“ — 91.000 Скопје — при фабриката „Раде Кончар“ Скопје

## ПЛАНИНАРСКИ ДРУШТВА ВО ВНАТРЕШНОСТА

30. Планинарско друштво „Козјак“ — 97.500 Прилеп, преку Кирил Стефаноски Тутунски комбинат, Марксова 10, п. Фах: 277
31. Планинарско друштво „Борула“ — 97.500 Прилеп, преку: Пецо Атанасоски Бошко Буха бр. 12



32. Планинарско друштво „Јане Сандански“ — 97.500 Прилеп, преку: Кромидоски Славе, ул. Диме Перјаникот бр. 61<sup>а</sup>
33. Планинарско друштво „Бидимаж“ — 97.500 Прилеп, основно училиште „Кочо Рацин“ преку: Стеван Стеваноски
34. Планинарско друштво „Златоврв“ — 97.500 Прилеп, — Качкиноски Душан, ул. Ленин бр. 177
35. Планинарско друштво „Братство“ — 91.306 с. Матејче
36. Планинарско друштво „Бистра“ — 91.230 Гостивар, Општинска геодетска управа — Гојко Геговски
37. Планинарско друштво „Нонча Камишова“ — 91.400 Титов Велес Ф-ка „Нонча Камишова“
38. Планинарско друштво „Солунска Глава“ — 91.400 Титов Велес, П. Факс: 138
39. Планинарско друштво „Металоург“ — 91.400 Титов Велес, при Топилница за цинк и олово „Злетово“
40. Планинарско друштво „Керамичар“ — 91.400 Титов Велес, при ф-ка за порцулан „Борис Кидрич“
41. Планинарско друштво „ХИВ“ — 91.400 Титов Велес — Хемиска индустрија Титов Велес
42. Планинарско друштво „Бреза“ — 91.400 с. Горно Оризари — Титов Велес — при младинска организација
43. Планинарско друштво „Орле“ — 91.430 Кавадарци, Минчаров Никола, ул. „Едвард Кардељ“ — зграда Гранит бр. 1/4
44. Планинарско скијачко друштво „Лисец“ — 92.000 Штип, пошт. факс: 76
45. Планинарско друштво „Бел Камен“ — 92.420 Радовиш, пошт. факс: 55

46. Планинарско друштво „Јосиф Јосифовски Све-  
штарот“ — 92.400 Струмица преку Пандев  
Костадин — хотел „Есперанто“
47. Планинарско друштво „Јосип Броз Тито“ —  
92.400 Струмица п. фах: 76
48. Планинарско друштво „Плачковица“ — 92.310  
Виница, преку Јаким Павловски
49. Планинарско смучарско друштво „Пониква“ —  
92.300 Кочани, П. фах: 118
50. Планинарско друштво „Голак“ — 92.320 Дел-  
чево, преку СИЗ за Физичка култура
51. Планинарско друштво „Просек“ — 91.440 Не-  
готино, П. Фах: 48
52. Планинарско друштво „Клепа“ — 91.400 Ти-  
тов Велес, преку: Јордан Стојанов ул. „4 Ју-  
ли“ бр. 5
53. Планинарско друштво „Козјак“ — 91.300 Ку-  
маново, преку Заедница за вработување
54. Планинарско друштво „Галичица“ — 97.300  
Охрид, ул. Маршал Тито, бр. 39
- 5.5 Планинарско друштво „Клисура“ — 91.442 Де-  
мир Капија — Демир Капија
56. Планинарско друштво „Кожуф“ — 91.480 Гев-  
телија, Минчуров Живко ул. Радован Кова-  
чевиќ, бр. 9 П. Фах: 150
57. Планинарско друштво „Кечи Каја“ — 91.446  
с. Миравци, Мојсов Славчо ул. Климент Ох-  
ридски бр. 4
58. Планинарско друштво „ДУБ“ — 91.484 — с.  
Богданци, Попилиев Митко ул. Маршал Ти-  
то бр. 102
59. Планинарски клуб „Љуботен“ — 91.220 Тето-  
во, П. Фах: 204
60. Планинарско смучарско друштво „Пелистер“  
— 97.000 Битола, ул. Маршал Тито бр. 93

61. Планинарско друштво „Горѓи Наумов“ — 97.000  
Битола, фабрика за фрижидери „Раде Кон-  
чар“
62. Планинарско друштво „Југохром“ — 91.215 —  
с. Јегуновце, при Комбинатот „Југохром“
63. Планинарско-скијачко друштво „Рек“ — 97.000  
— Битола, Рударско енергетски комбинат —  
Златко Поповски
64. Планинарско друштво „Руен“ — 91.330 Кри-  
ва Паланка, Арсовски Стоилко Собрание на  
Крива Паланка
65. Планинарско друштво „Тутунски комбинат“  
преку: Ладе Смесески ул. Благоја Николоски  
бр. 4 97.500 Прилеп
66. Планинарско друштво „Ореов Дол“ Т. Велес  
преку: Стојановски Божидар 91.060 населба  
Сарај Скопје ул. М. Тито бр. 12/6  
говини, ПС, Б и Х, Сарајево 1984 г.

## 8. Користена литература

1. д-р Митко Панов, Географија на СР Македони-  
ја, кн. I, Просветно дело — Скопје 1976 г.
2. Општествено-економски движења во СРМ 1986  
г. — претходни податоци, РЗС, Скопје 1986 г.
3. Планинарски прирачник, ПСМ, бр. 1. Скопје  
1955 г.
4. „30 години физичка култура и спорт во СРМ“  
— Скопје 1976 г.
5. Водич—дневник — прва македонска трансфер-  
зала, Електротехнички и машински факултет  
— Скопје 1981 г.

6. Планинарске куће и домови у Босни и Херцеговини, ПС Б и Х, Сарајево 1984 г.
7. Перо Алексов, Развој на планинарството во Титов Велес и Јакупица, Општински планинар-говини, ПС Б и Х, Сарајево 1984 г.
8. Анкета — за секој планинарски дом.

## С О Д Р Ж И Н А

Предговор	— — — — —	3
1. НЕКОИ ПОДАТОЦИ ЗА СР МАКЕДОНИЈА	—	5
2. ПЛАНИНИ ВО СР МАКЕДОНИЈА	— — — —	7
3. ИСТОРИСКИ РАЗВОЈ НА ПЛАНИНАРСТВОТО ВО СР МАКЕДОНИЈА	— — — — —	10
4. ВОДИЧ ПО ПЛАНИНАРСКИТЕ ДОМОВИ И ОБЈЕКТИ ВО СР МАКЕДОНИЈА	— — — — —	16

### Домови во околината на Скопје

1. Дом „Матка“ на езерото Матка	— — —	16
2. Планинарска куќа „Јосип Станчиќ“	— — —	18
3. Планинарски дом „Горно Водно“	— — —	20
4. Планинарски дом „Даре Цамбаз“ врв Водно	— — —	22
5. Планинарски дом „Китка“	— — — —	24
6. Планинарски дом „Караџица“	— — —	27
7. Планинарски дом „Бегово“	— — — —	30
8. Планинарска соба во Патишка Река	— —	32

### Домови во околината на Гитов Велес

9. Планинарски дом „Чеплез“	— — — —	34
10. Планинарски дом „Бреза“	— — — —	37
11. Планинарски дом „Клепа“	— — — —	39
12. Планинарски дом „Браќа Јаневи“	— — — —	41

### Домови во околината на Струмица

13. Планинарски дом „Езеро“ - Водоча	— —	43
14. Планинарски дом „Три Води“	— — —	45
15. Планинарски дом „Висока Чука“	— — —	47
16. Планинарски дом „Вртешка“	— — — —	49
17. Планинарски дом „Козјак“	— — — —	51
18. Планинарски дом „Дервен“	— — — —	53

**Домови во околината на Битола**

19. Планинарски дом „Копанки“	—	—	—	—	55
20. Планинарски дом „Големо Езеро“	—	—	—	—	57
21. Планинарски дом „Неолица“	—	—	—	—	60
22. Планинарски дом „Китка“ - Тајмиште	—	—	—	—	62

**Домови во околината на Тетово**

23. Планинарски дом „Љуботен“	—	—	—	—	64
24. Планинарски дом „Јелак“	—	—	—	—	67
25. Планинарски дом „Титов врв“	—	—	—	—	70

**Домови во изградба**

1. Планинарски дом „Илинка“	—	—	—	—	71
2. Планинарски дом „М. Цветков“	—	—	—	—	72
3. Планинарски дом „Шешково“	—	—	—	—	74
4. Планинарски дом „Пониква“	—	—	—	—	76
5. Однесување на планина и кон планина	—	—	—	—	79
5.1. Потребна планинарска опрема	—	—	—	—	79
5.2. Опасности во планината	—	—	—	—	81
5.3. Заштита на природата	—	—	—	—	84
5.4. Некои совети за давање брза помош	—	—	—	—	86
6. Планинарски трансверзали	—	—	—	—	93
7. Адресар на планинарските сојузи и планинарските друштва во Социјалистичка Република Македонија	—	—	—	—	94
8. Користена литература	—	—	—	—	99