

Seniorzy piszą

Przyszła wiosna

20 marca o godz. 23.45 przyszła wiosna. Pora, kiedy wszystko wokół nas staje się bogatsze, barwniejsze i piękniejsze. Dni wydłużają się, a przyroda budzi do życia. W Kole nr 2 witaliśmy wiosnę na kolejnym „Poranku przy herbatce” 14.04. W dniu równonocy wiosennej od 1993 r. obchodzony jest „Dzień Astronomii”. Wiosną cieszyć się będziemy do 21 czerwca. Tego dnia o godz. 18.38 przywitamy lato i będzie najkrótsza noc w roku. Pierwszy dzień lata to na całym świecie „Święto muzyki” ustalone w 1981 r. Premiera obchodów odbyła się we Francji 21 czerwca 1982 r.

Nie traćmy więc czasu i korzystajmy z pięknych dni. Jak powiedział Mark Twain „Daj każdemu dniu szansę stania się najpiękniejszym w całym twoim życiu”.

Danuta Ziębińska

Seniorzy poznają Polskę



Zwiedzając różne regiony Polski, warto dowiedzieć się o ciekawostkach z tamtych stron. Podczas pobytu w Inowrocławiu zachwyciłam się tężnią solankową, parkiem, gdzie znajdują się obiekty sanatoryjne. Atrakcją Parku Solankowego jest ławeczka generała Władysława Sikorskiego. Ciekawa byłam, dlaczego generał został tak uhonorowany. Zagadka wyjaśniła się. Na przełomie XIX i XX wieku zbudowano w Inowrocławiu wiele wspaniałych kamienic. Zalicza się do nich również hotel BAST. Hotel ten odegrał ważną rolę w walce o polskość na Kujawach. Był miejscem pobytu generała Hallera i Sikorskiego po "niełasce" za nie udzielenie poparcia marszałkowi Piłsudskiego w przewrocie majowym w 1926 roku. Obecnie został zrekonstruowany pokój, w którym przebywał generał. Byłam pod dużym wrażeniem, oglądając to miejsce.

Jadwiga Popis

Belweder – perła i duma Warszawy

Belweder – piękna budowla, w prześlicznym otoczeniu Parku Łazienkowskiego, pierwotnie własność rodziny Paców, następnie namiestników rosyjskiego cara, potem Rządu polskiego. Tyle o niej wiemy na co dzień, bo podejść bliżej nie można – bardzo poważni, służbiści strażnicy bronią dostępu do tego obiektu. Czasami jednak udaje się nam, zwykłym śmiertelnikom, przeniknąć za pięknie kute bramy i ogrodzenie pałacu.



Właśnie wczoraj, 26 III 2015 r., członkowie Koła nr 11 mieli okazję być gośćmi państwa Komorowskich!

Wprawdzie nie spotkałmy ich, lecz w ich imieniu przywitał nas w progach rezydencji przewodnik, przeuroczy młody człowiek, który ze znanstwem

oraz humorem opowiadał o dziejach tego pałacu, jego właścicielach, historii, losach ludzi tam mieszkających. Oczywiście najważniejszym z nich, tym którym interesowaliśmy się najbardziej, był marszałek Piłsudski – wódz i polityk niezwykłej klasy. Muzeum jemu poświęcone, bardzo bogate w artefakty z epoki i osobiste pamiątki po Marszałku, zrobiło na nas duże wrażenie, zwłaszcza że większość eksponatów (746) zawdzięczamy prywatnemu kolekcjonerowi, wielkiemu pasjonacie panu Januszowi Ciborowskiemu. Niezapomniane wrażenie zrobiły na nas pokoje, w których mieszkał i pracował Marszałek, gdyż bardzo dużo rzeczy jest tam autentycznych – na szczęście działania wojenne oszczędziły Pałac Belwederski przed zniszczeniem.

Jeszcze większe zachwyty wywołały reprezentacyjne sale Belwederu, które do dziś służą oficjalnym spotkaniom na najwyższym szczeblu. Niestety nie wszystkie były do naszej dyspozycji, gdyż tak jak co dzień w rezydencji wra pracą. Sami widzieliśmy osoby prowadzące tam jakieś rozmowy, przed innymi musieliśmy szybko opuszczać zwiedzane sale, no i ciągle towarzyszył nam bardzo miły, przystojny i dyskretny oficer, „pilotujący” naszą wycieczkę. Oczywiście byli tam obecni elegancko, choć po cywilnemu, ubrani panowie (myślę, że BOR-owcy), którzy – będąc w ciągłym kontakcie telefonicznym – odbierali jakieś dyspozycje „z góry”. Oczywiście góry, czyli piętra prywatnych apartamentów pary prezydenckiej, nie dane nam było zwiedzić. Nie zaproszono nas, niestety, na prywatną audiencję, ani na obiad, mimo zbliżającej się pory obiadowej. Ale cóż, być może w przyszłości...

Troszkę głodni na ciele, lecz syci wrażeń i wiedzy sami udaliśmy się na miły obiad do uroczej knajpki na Starówce. Inaczej przecież nie wypadało. Bądź co bądź otarliśmy się nie tylko o historię, lecz także o wyższe sfery!!!

Szczerze polecając wizytę w tym urokliwym i ważnym dla Polski miejscu – Belwederze – serdecznie pozdrawiam wszystkich.

Elżbieta Woińska

POLSKI ZWIĄZEK EMERYTÓW, RENCISTÓW I INWALIDÓW



ODDZIAŁ REJONOWY
WARSZAWA TARGÓWEK

e mail: pzeri.targowek@o2.pl

Nasz Głos

Nr 3(67)

Rok XIII

Bezpłatna czerwiec 2015 r.

Biuletyn Zarządu Oddziału Rejonowego Warszawa Targówek

Uroczyste spotkanie z okazji Światowego Dnia Inwalidy Dni Zdrowia na Targówku od 7 do 10 kwietnia 2015 r. cieszyły się wyjątkowym zainteresowaniem. Jednym z tematów Forum była "Polityka prozdrowotna dla seniorów". Podczas tych dni wysłuchaliśmy czym jest zdrowie, jak je zachować, w jaki sposób wspóldziałanie są podstawą i warunkiem działań, do których całym zapobiegać chorobom. Spotkania ze specjalistami, konsultacje medyczne, bezpłatne badania diagnostyczne są dla nas niezwykle przydatne powiedział Przewodniczący O/R Targówek. Marcin Jakubowski - dyrektor SZPZLO - przypomniał, że dzięki otrzymanym środkom finansowym uruchomiono poradnię geriatryczną i urologiczną. Przedstawił oferty działań profilaktycznych dla seniorów: bezpłatne szczepienia, zajęcia w kompleksie basenów rehabilitacyjnych "Muszelka". W planach ma utworzenie grup kardiologicznych. Koniecznością jest zmiana i stworzenie systemu opieki dla osób starszych oraz osób opiekujących się nimi. Wierzymy, że skrócą się kolejki do specjalistów. Współpraca ze służbą zdrowia jest szansą na poprawę dostępu seniorów do usług medycznych. Dostęp do informacji bezpośrednio przekłada się na to, że żyjemy zdrowiej i dłużej. "Spotkajmy się na Forum Zdrowia w kwietniu 2016 roku" - powiedział Marcin Jakubowski - życząc obecnym i nieobecnym nieustającego zdrowia. A ja namawiam, weźmy zdrowie we własne ręce, w każdym wieku możemy być trochę zdrowsi i silniejsi, bo wiek to nie choroba! Dbajmy o siebie - *plurimos annos* - seniorzy.

Wszystkim osobom współdziałającym z PZERI życzymy zadowolonia z pracy, czerpania radości i satysfakcji z pełnionej misji, która potrzebującym pomocy daje nadzieję i uśmiech. Witold Harasim wręczył podziękowania: Krzysztofowi Szczurowskiemu - Prezesowi SM "Bródno", Marioli Drzewińskiej - Dyrektor Przedszkole 156. Wyróżnieni zostali również członkowie związku: Hanna Szczekutek, Andrzej Bąk, Halina Socha, Jerzy Niewęglowski, Lucyna Mieczkowska, Kazimierz Grzeszczyk, Idzi Motyliński, Alina Pielak, Marian Kielbasa, Danuta Michrowska, Krystyna Korpowska, Krystyna Jaskólska, Joanna Szczepaniak, Izabela Wierzbicka.

Uroczystość uświetniły występy artystyczne seniorów. Monologi, wiersze, piosenki wzbudzały zachwyt i uznanie publiczności. Słowa podziękowania otrzymały Zosia Waszkiewicz i Danusia Ziębińska za prowadzenie części artystycznej. Hani Sobótcie, z okazji stu dni funkcjonowania Centrum Aktywności Seniorów, życzone spełnienia marzeń, pogratulowano świetnych pomysłów uaktywniania seniorów.

Wszystkim koleżankom i kolegom, dużo zdrowia oraz sił w przezwyciężaniu życiowych trudności i oby otaczający świat był bardziej przyjazny, ciepły i bliski życzy

Zosia Baryczka

Seniorzy z Koła nr 1 składają podziękowania dla Spółdzielni BRÓDNO oraz Administracji Podgrodzie za uzyskany dla swej działalności nowy, piękny lokal.

www.pzeri-targowek.pl

Redakcja gazetki e-mail: naszglos@onet.eu

Z życia seniorów

Wszyscy chyba pamiętamy młodego
Robertino Loretti i jego piosenkę
o matce.

Z okazji Dnia Matki przypomnijmy
piękne, polskie słowa
Wojciecha Dąbrowskiego.
Może ktoś je zanuci.

Mama

Mamo od Ciebie tak z dala
Nie wiem gdzie los
mnie tak gna,
Nie wiem gdzie
niesie mnie fala,
A w sercu mam gorzki żal.
Okręć się z portu oddala,
Niesie w nieznaną mnie dal.

Mamo, do Ciebie zawsze
w chwilach złych uciekam,
Mamo, na Ciebie zawsze
z utęsknieniem czekam.
I choć ta chwila tak droga,
Gdy płacę
w Twoich ramionach,
Gdy cichym szeptem
tłumaczysz mi,
Że ludzie nie są tak źli.

Mamo, o Tobie marzę całe
noce i dnie,
Mamo, ja kocham Cię,
Ty jesteś jedynym
szczęściem mym.
Mamo, mamo....

**Pytają nowi członkowie, jakie
korzyści przynosi przynależność
do naszego Związku?**

- Oto kilka usłyszanych odpowiedzi:
- Najważniejsze
- **NIE MUSISZ BYĆ SAM!!!**
 - Możesz organizować i brać udział
w pracy swojego Koła.
 - Masz możliwość rozwijać umiętności
artystyczne, manualne, umysłowe.
 - Wspólnie dbać o zdrowie i kondycję.
 - Uczestniczyć w wycieczkach, zajęciach
rehabilitacyjnych, imprezach.
 - Wspólnie oglądać spektakle teatralne,
operoowe i inne.



Na rogu Kondratowicza i Chodeckiej pojawiło się UFO. Jest to efekt współpracy Remigiusza Bąka z Grupy Nowolipie i Pawła Altchamera, który jest jej opiekunem. Grupa ta zrzesza twórców chorych na stwardnienie rozsiane. Dla tych ludzi warsztaty tego typu są nie tylko formą wypowiedzenia się, lecz przede wszystkim terapią. Właśnie w ramach tych zajęć powstało UFO stworzone ze złomu, kabli i części elektronicznych. Od początku zaistnienia UFO wzbudzało wielkie zainteresowanie. Ludzie robili sobie z nim zdjęcia, a opinie jak zwykle były rozmaite. Mimo to inicjatywa godna pochwały, bo twórca wykorzystał do jego budowy to, co inni nazywają śmieciami. Pozdrawiam

Jurek Niewęglowski

Zima była dość ciepła, lecz i tak stęsknieni byliśmy słońca i wiosny. Ale ona też nas nie rozpieszcza. Nie przeszkadza nam to w aktywności. Od 7 kwietnia obchodziliśmy Światowe Dni Zdrowia, ustanowione przez WHO w 1948 r. Celem było zwrócenie uwagi na problemy zdrowotne społeczeństw na świecie. 10 kwietnia w naszym Ratuszu odbyło się Forum Zdrowia, podczas którego można było zrobić badania.

Dom Kultury „Świt” daje seniorom możliwości rozwijania swoich zainteresowań, skorzystania z bogatej oferty kulturalnej. Jest kino, ze starannie dobranym repertuarem, odbywają się koncerty, kabarety oraz spektakle teatralne. Tam też, tradycyjnie już, zorganizowano uroczystości związane z Dniem Inwalidy. W tym roku odbyły się 28 kwietnia. Zaproszono władze dzielnicy Targówek, członków Związku Emerytów, Rentistów i Inwalidów oraz innych organizacji z naszej dzielnicy. W czasie części oficjalnej na ekranie były wyświetlane migawki z życia seniorów z ostatniego roku. Następnie wyróżnieni członkowie Związku otrzymali dyplomy i kwiaty. Po części oficjalnej nastąpiła część artystyczna w wykonaniu Kół.

Nadszedł maj - najpiękniejszy miesiąc w roku - chociaż na początku nie rozpieszczał nas. Była kiedyś taka piosenka: "kiedy wiosna buchnie majem, wtedy maj się majem staje...". Albo wiersz Jana K. Siwka: "w maju nocą słowik kląska / pęk już strzela i podwiązka / cmoknięciami park pobrzmiwa / znów po jabłko sięga Ewa". O maju napisano już wiele, o Dniu Matki również: "za to, że zawsze jesteś przy mym boku, / za to, że wskazujesz mi drogę w mroku, / za to, że dnie moje tęczę malujesz, / dziś, Matko, z głębi serca ci dziękuję".

A po maju przychodzi czerwiec. J.K.Siwiek pisze: „w czerwcu panny gubią wianki / gwiazdy w czerwcu bledną wcześniej / znów lykają lzy kochanki / lzy tak słodkie jak czereśnie”.

A wianki to Kamieńczyk, kolejna tradycja seniorów.

Komu tam wianek popłynie - nie wiadomo.

Mamy jedno życie, więc korzystajmy z każdej okazji, aby się cieszyć. Na koniec proszę o uśmiech: *Wchodzi kogut do łazienki, patrzy....a tu wszystkie kurki zakręcone!*

Ala Michlewicz

Pamięć o przeszłości buduje przyszłość

Kiedy w Kole nr 11 zaplanowaliśmy wspólne wyjście do nowo otwartego Muzeum Żydów Polskich, przepełniały mnie mieszane uczucia. Z jednej strony uważałam, że należy to zobaczyć jak najszybciej, aby być „na topie” w obcowaniu z kulturą, z drugiej strony obawiałam się trudnych emocji, których może dostarczyć tego typu wycieczka. Bałam się zetknięcia z martyrologią narodu żydowskiego, wojennych wspomnień, odniesień do Holokaustu.

Bardzo się myliłam. Zostałam mile zaskoczona, a nawet zafascynowana rozmachem tej ekspozycji. Muzeum jest wielopoziomowe, bardzo nowoczesne w formie architektonicznej i wystawienniczej – multimedialne, bogate w cenne pamiątki z przeszłości dwóch narodów, polskiego i żydowskiego, które żyły zgodnie obok siebie na terenach Polski od średniowiecza. W moim odczuciu, lepiej i ciekawiej jest pokazana na tej wystawie historia Polski, niż w jakimkolwiek innym muzeum warszawskim. Bo cóż tam widzimy? Zaczynamy od historycznych postaci pierwszych żydowskich imigrantów, przybywających na ziemię Polan z różnych stron świata, od ich pozytywnych opinii o kraju, jego mieszkańcach oraz władcach. Oglądamy dokumenty lokacyjne i mapy pierwszych osad żydowskich w Polsce, przywileje nadawane temu narodowi przez Piastów, Jagiellonów itd., rozwój społeczności żydowskiej i jej udział w ważnych dla Polski wydarzeniach przez wszystkie epoki historyczne. Ukazany jest okres tworzenia się państwowości polskiej, okres potęgi i mocarstwowości Rzeczypospolitej, okres rozbiorów Polski, odzyskiwanie niepodległości oraz niezawisłości, okres międzywojenny, ciężkie lata wojny i okupacji niemieckiej. A w tym wszystkim udział Żydów polskich, ich religia, rzemiosło, kultura... i wielkie nazwiska Polaków pochodzenia żydowskiego, ich zasługi, osiągnięcia.

Trudno tu wymienić wszystko to, co godne jest uwagi zwiedzających, i tych wszystkich, którzy przyczynili się do rozwoju nauki, sztuki i literatury nie tylko żydowskiej, lecz również polskiej. Bez mała trzygodzinna wycieczka po muzeum z przewodniczką dała nam jedynie posmak tego, co należałoby jeszcze poznać podczas kolejnej wyprawy do tego muzeum. Ja osobiście – mimo fizycznego zmęczenia długim spacerem po salach wystawowych, po odtworzonej ulicy dzielnicy żydowskiej z kawiarniami, kinem, synagogą – czułam niedosyt, chęć powrotu i wnikliwego obejrzenia pewnych eksponatów. Bo można tam wielu obiektów dotknąć, skorzystać z dodatkowych wizualnych i akustycznych pokazów.

Myślę, że był to taki rekonesans po przeszłości obu narodów, spotkanie z historią trudną, lecz na

pewno nie nudną. Miło jest wspomnieć epokę, kiedy Polska szczyła się swoją niebywałą tolerancją religijną i kulturową, kiedy w polskich miastach oraz wsiach zgodnie żyli i pracowali ludzie wielu kultur i wyznań. W dobie globalizacji Europy i Świata możemy być dumni – u nas to już było, wieki temu! Szkoda, że obecnie tyle niechęci, a niekiedy i agresji, wzbudza inność – wiary, koloru skóry, przekonań, orientacji seksualnej. Mając nadzieję na lepszy, bardziej tolerancyjny świat, pozdrawiam i życzę wyrozumiałości dla bliźniego

Elżbieta Wońska

W dniu 25 kwietnia 2015 r., w ramach Warszawskich Dni Recyklingu, na parkingu przed Urzędem Dzielnicy Targówek odbyła się akcja zbiórki odpadów do ponownego przetworzenia. Za odebrane elektrośmieci wydawane były sadzonki roślin, a w jednym z namiotów różne gadżety propagujące recykling. Bez konieczności zdania materiałów wtórnych można było zapoznać się w ekotorby. Akcja zgromadziła bardzo dużo chętnych, którzy przy okazji pozbyli się zalegających elektrośmieci i innych odpadów podlegających recyklingowi. Pozdrawiam

Jurek Niewęglowski

OCALIĆ OD ZAPOMNIENIA



Kiedy zajrzałem do księgi notarialnej budynków, w których mieszkam, dowiedziałem się, że jest to część osady Stolarówka. Skąd taka nazwa, czy od stolarni, która mogła tu być, czy od nazwiska. Mnie to nic nie mówiło. Po jakimś czasie dowiedziałem się, że jest też Elsnerów - posiadłość nauczyciela muzyki Fryderyka Chopina. Pewnie są i inne majątki, wchodzące w skład dzielnicy Targówek, o których jeszcze nie wiem. Zajrzałem do internetu, lecz nie znalazłem wiele. Pomyślałem zatem, że są ludzie, którzy zetknęli się z takimi osadami i znają ich historię, często taką, która nigdzie nie była publikowana. Dobrze jest wiedzieć, że na miejscu, gdzie teraz stoi blok mieszkalny, jakiś czas temu stał domek z ogródkiem i sadem. Mieszkali tu Józwiaki, Ptaszyńscy, Antoniewicz i inni. Ocalmy to od zapomnienia. Przekażcie do naszej gazetki swoje wiadomości, może macie jakieś dokumenty. Myślę, że inni będą ciekawi tego. Może przyspieszy to proces uregulowania praw majątkowych.

Marian Kielbasa