



# Seniorzy piszą

## Okruchy szczęścia

Szczęście  
to jak banka mydlana  
pryska niespodzianie.  
szanuj, pielęgnuj  
i dmuchaj wciąż na nie  
bo szczęście trwa chwilę  
albo troszkę dłużej  
od ciebie zależy  
i tych co na górze  
myślisz że chwyciłeś  
już szczęście za nogi  
a tu proza życia  
zły los pokazuje rogi  
niektórzy myślą,  
że to w gwiazdach  
zapisane  
a niektórzy mówią  
że te łyzy i radość  
od Boga nam dane  
a to wszystko  
przeznaczeniem zwie się  
więc cieszymy się  
tymi okruciami szczęścia  
jaki los nam niesie.

Ania Caban

## Marzenia

Na dywanie wyobraźni  
rozsyłałam swe marzenia,  
z wielką cierpliwością  
oczekuję ich spełnienia

Są malutkie i są wielkie  
owiane tajemnicą  
i są takie  
co się nic nie liczą

Warto mieć marzenia  
choć marzenia to złuda  
ale trzeba mieć nadzieję,  
że kiedyś się uda

Bo cóż warte jest życie  
bez marzeń  
kiedy bywa takie szare  
więc bujajmy w obłokach  
tylko mądrze, byle w miarę  
Ania Caban

## Rocznicowe wspomnienia z Koła nr 11

Koło nr 11 – jedyne koło emeryckie na Pradze Północ – zostało zawiązane z inicjatywy RSM Praga. W dniu 7 lutego 2011 r. w Klubie **Razem** przy ul. Jagiellońskiej 62 ukonstytuował się zarząd. Pierwszą i jedyną przewodniczącą Koła nr 11 jest w latach 2011-2017 Barbara Saplina. Wokół Basi zgromadziła się grupka przyjaciół – na początku nieliczna, lecz prężna. Od początku zaczęto organizować spotkania środowiskowe, np. nawiązano przyjacielskie kontakty z grupą Bułgarów, którzy zaprosili naszych kolegów i koleżanki do swojego klubu i do ambasady Bułgarii. Członkowie Koła zapoznali się z kulturą i sztuką bratniego narodu. Do chwili obecnej kontakty te są utrzymywane.

Czarne chmury nad nowopowstałym Kołem pojawiły się już w czerwcu 2011 r. Klub **Razem** został rozwiązany, a tym samym Koło pozbawiono lokalu. Dzięki przychylności Zarządu OPS Praga-Północ zostaliśmy przygarnięci przez Klub Złotego Wieku, w którym działamy do chwili obecnej. W wyniku tej lokalizacji nawiązaliśmy ścisłą współpracę z kierownictwem i podopiecznymi OPS, organizując wspólne uroczystości, koncerty, imprezy okolicznościowe, np. andrzejki, potańcówki, wigilie i spotkania wielkanocne. Członkowie Klubu Złotego Wieku uczestniczą w naszych wyjściach do teatrów, zabawach, spektaklach.

W ramach naszej działalności współpracujemy z Domem Kultury Praga, a zwłaszcza z niedawno założonym przez członków naszego Koła klubem seniora o nazwie **Klub dla Ciebie**. Nieskromnie wspomnę, że udział mój w powstaniu tego klubu w październiku 2016 r. był dość istotny. Jako członkowie **Klubu dla Ciebie** jesteśmy mocno związani z Kołem nr 11 i zamierzamy tę współpracę poszerzać o wspólne przedsięwzięcia.

Bardzo dobrze układa się nam współpraca z Biblioteką Publiczną przy ul. Skoczylasa. Uczestniczyliśmy w organizowanym przez nich kursie komputerowym, chodzimy na spotkania autorskie, pogadanki itp.

Realizując program integracji międzypokoleniowej spotykamy się z młodzieżą i dziećmi szkół praskich, mamy też „wnuczęta” z przedszkola o profilu artystycznym. Wspólnie obchodzimy święta Matki, Babcy i Dziadka, Dzień Kobiet, Dzień Dziecka. Wzajemnie przygotowujemy dla siebie występy artystyczne. Naszym osiągnięciem jest wybór naszego kolegi do Rady Seniorów Dzielnicy Praga-Północ – tym samym mamy wpływ (!) na działania miasta na rzecz seniorów praskich.

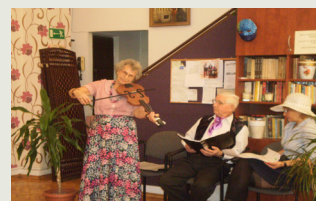
Myślę, że nasze Koło jest najmłodszym stażem i najmniej licznym Kołem podległym Zarządowi Targówek, lecz chyba nie najmniej znaczącym. Staramy się uczestniczyć w akcjach proponowanych przez Zarząd PZERiI oraz w innowacyjnych projektach na terenie naszej dzielnicy. Są to takie akcje, jak: **Praskie ogródki sąsiedzkie**, zaproponowane przez DK Praga, w których zaistnieliśmy jako jedyna zorganizowana grupa trzy lata temu (kontynuujemy ten projekt nadal); programy artystyczne kierowane do seniorów, np. występy członków naszego Koła w Teatrze Powszechnym w ramach projektu „Cudowne lata” oraz w cyklu szkoleń na temat wolontariatu.

Należy wspomnieć o rozlicznych wycieczkach i wyjściach plenerowych, organizowanych zarówno przez Koło, jak i przez Zarząd Targówek. W skrócie można wymienić wycieczki: patriotyczne (Belweder, Sejm, Muzeum Powstania Warszawskiego, Muzeum Polin), turystyczno-krajoznawcze (Serock, Płock, Pułtusk, Zamość, Łuków itp.), naukowo-poznawcze (Centrum Nauki Kopernik, Muzeum Kolejnictwa Wąskotorowego w Sochaczewie, Filtry Warszawskie, Wystawa „Pompeje” na Stadionie Narodowym), wyjścia do muzeów, do teatrów (stała współpraca z wieloma scenami warszawskimi), wyjścia na koncerty.

Osobiście jestem członkiem Koła nr 11 od stycznia 2014 r., a więc całkiem niedługo, lecz bardzo związałam się z tym zespołem ludzi, którzy tworzą atmosferę życzliwości i wsparcia. Jesteśmy zgraną grupą. Potrafimy się zmobilizować do realizacji pewnych zadań i mamy przyjemność z bycia razem. Podkreślamy to spotykając się na gruncie prywatnym, bawimy się wspólnie na miejskich imprezach, wspólnie śpiewamy w zespole **Praga to my**. Mieliliśmy przyjemność zaprezentować się szerszej publiczności na koncertach plenerowych i w klubokawiarni „Dzika strona Wisły”. Mam nadzieję, że nasze Koło nadal będzie aktywnie uczestniczyć w życiu Pragi i Targówka oraz środowiska senioralnego.



Z pozdrowieniami *Elżbieta Woźńska*





# Nasz Głos

e mail: [pzeri.targowek@o2.pl](mailto:pzeri.targowek@o2.pl)

Nr 5(81)

**Jubileuszowy XV lecia**

październik 2017 r.

Biuletyn Zarządu Oddziału Rejonowego Warszawa Targówek

## Witamy jesień

W wrześnieowym zmierzchu zieleni,  
Przyszła cichutko na palcach.  
Z pękiem złocistych promieni,  
W rytmie znanego walca.

Wiatr rozwiewa siwe włosy,  
Lśni dąbrowy złota szata.  
Na polanach kwitną wrzosy,  
Nasza jesień w złotych kwiatach.

Szum w leszczynie-to strumienie,  
Ptaki od nas odlatują.  
Słońca blade są promienie,  
Już tak mocno nie całują.

Wiatr kołysze drzew korony,  
A strumyk westchnieniem.  
Lato odeszło już w inne strony,  
Tęsknym, dalekim wspomnieniem.

Polska Jesień-liście złote,  
Babie lato nam przyniesie.  
I rozwieje twą tęsknotę,  
Złoto szczerza Polska jesień.

Przyszła do mnie i do Ciebie,  
W skroś deszczu, słoty, wichury  
I znowu słońce na niebie,  
Szczęścia maluje kontury.

Wiatr jesienny, ciągle zmienny  
Nie uchwytne szczęścia mgnienie.  
Rzuci w życie dzień promienny,  
Sen, marzenie.

I jak losu strzała płocha,  
Złota jesień szepce:- Kochaj!

Jan Kulik

Warszawa 05.08.2017.r.



## Koleżanki i Koledzy ! Szanowni Państwo !

W czasie pełnienia obowiązków Przewodniczącego Zarządu Rejonowego Warszawa – Targówek z przyjemnością staram się do każdego kolejnego numeru Naszego Głosu napisać kilka zdań. Tym razem jest to przyjemność szczególnie, bo i numer gazetki szczególnie, na 15-lecie wydawania. Więc przede wszystkim życzę sobie, nam i kolejnym chętnym do kontynuowania tego ważnego segmentu naszej Związkowej działalności w O.R., aby to miłe naszym sercom wydawnictwo istniało i się rozwijało przez kolejne 15-lecia. Tym, którzy czynnie uczestniczyli w przygotowywaniu kolejnych numerów składam w imieniu Prezydium O.R. i własnym bardzo serdeczne podziękowania.

Także z całego serca dziękujemy wszystkim podmiotom i osobom, które przyczyniły się do wydawania Naszego Głosu w ciągu minionych 15-tu lat. A w szczególności: Władzom Samorządowym Dzielnicy Targówek m.st. Warszawy, Spółdzielni Mieszkaniowej „Bródno”, Robotniczej Spółdzielni Mieszkaniowej „Praga” oraz wszystkim nie wymienionym podmiotom oraz osobom, które przyczyniły się do jubileuszu 15-lecie Naszego Głosu. Zechciejcie Państwo traktować to wydarzenie jako także jubileusz Waszego dzieła. Dziękując dotychczasowym redaktorom, wydawcom i wspierającym z nadzieją na dalszą aktywność i pomoc Zarząd O.R. życzy kolejnych Jubileuszy Naszego Głosu.

Przewodniczący Zarządu Oddziału Rejonowego  
Warszawa Targówek  
*Witold Harasim*

Od czasu powstania gazetki w 2002 roku upływa już 15 lat. Ukazało się 81 numerów gazetki. Przez ten czas wzbogacono sposób docierania do czytelników. Od 2008 roku mamy swoją stronę internetową [www.pzeri-targowek.pl](http://www.pzeri-targowek.pl) lub [www.pzeri.kei.pl](http://www.pzeri.kei.pl), która jest nowszą formą gazetki. Zamieszczane w niej informacje są pełniejsze, posiadają więcej tekstów, zdjęć, filmów (sic!!!) a nade wszystko są szybsze, przez co nie ulegają dezaktualizacji. Musimy mieć też świadomość, że obie formy gazetki służą nie tylko wymianie wiadomości między członkami ale wobec coraz bardziej rozwiniętego Internetu są łatwo dostępną witryną Związku dla ludzi szukających kontaktu z naszą organizacją. Nic tak nie przyciąga nowych związkowców jak przejrzystość działań, jasność zasad oraz łatwy dostęp do aktualnych informacji. Mam wiele szacunku dla pracy poprzedników, którzy w wielkim mozole tworzyli pierwsze numery gazetki. red. *Marek Zakrzewski*



Bohaterom 1920 roku kwiaty składa delegacja Zarządu Oddziału: W. Harasim, B. Oldak i D. Ziębińska.



Środowisko seniorów licznie uczestniczy w uroczystościach przy Reducie Bródnowskiej poświęconych pamięci bohaterów Powstania Warszawskiego z praskiej części Warszawy. Fragment uroczystości 1 08 2017r.



Tradycyjna impreza Pożegnanie lata 2017 okazała się kolejnym sukcesem mimo chwilowego deszczu i trudności organizacyjnych.



Dziękujemy władzom Dzielnicy za piękny cykl wakacyjnych koncertów plenerowych w Parku Bródnowskim



### Info z Koła nr 4

Koło nr 4 rozpoczęło swą działalność 19 02 2003 roku w wyniku decyzji Zarządu Oddziału Rejonowego. Początkowo prowadzenie Koła Prezydium powierzyło Barbarze Rosołowskiej, Witoldowi Osowskiemu oraz Marii Kotus.

Historię Koła przedstawiliśmy w gazetce Nasz Głos w 2012 roku. Od 9 11 2012 roku w wyniku burzliwej, choć rozsądnej dyskusji na walnym zebraniu członków rozpoczęła działalność Zarząd Koła w składzie: 1) Waclaw Garbacz przewodniczący, 2) Badurka Krystyna sekretarz, 3) Grzęszczyk Hanna skarbnik, 4) Bogacz Krystyna kom. kultury, 5) Przewoźniak Anna media, 6) Wspaniała Zofia i 7) Garbacz Barbara - kom. soc. Wszystkie sekcje Zarządu działają bez zastrzeżeń podobnie jak członkowie koła, którzy pracując społecznie ofiarnie wkładają swe siły na rzecz wspólnego dobra.

*Zarząd Koła nr 4*



**Koło nr 15 powstało 1980 roku.** Jego siedziba mieści się obecnie przy ul Zamiejskiej 1. Spotkania członków koła odbywają się we wtorki w godz 10 -14.

Celem naszych spotkań jest integracja osób starszych. Integracja polega na spotkaniach w kole i poza kołem, przez organizację spotkań, wycieczek, pokazów kosmetycznych, dostarczaniu informacji z Zarządu Oddziału Rejonowego dotyczących organizacji przez Oddział wycieczek krajowych i zagranicznych, propozycji wyjazdu do ośrodków wczasowych i senatorii. My w kole zorganizowaliśmy wyjazd na Termy do Mszczonowa, Uniejowa, zwiedzaliśmy Radziejowice. Organizujemy zajęcia manualne. Mamy osoby recytujące: panią Zenobię Ostapiuk i Szmit Reginę a pan Marciniak brał udział w konkursie SLAM organizowanym w teatrze „Rampa”.

W kole obchodzimy Dzień Inwalidy, Dzień Babci i Dziadka, Dzień Kobiet, Wielkanoc, Jubileusze 80 latków, spotkania taneczne czy różnego typu wykłady. Członkowie odwiedzają w domach naszych członków. Przedstawiamy propozycje wyjść do kin teatrów i muzeów. Czytamy bajki w przedszkolu przy ulicy Jagiellońskiej. Bajki czytały Hanna Sobótka i Jadwiga Popis. Mamy osoby uzdolnione artystycznie i manualnie: malarstwo, szydełko, haft. Wykonane prace przekazujemy naszym członkom w formie upominków. Koło działa prężnie, czego dowodem jest napływ nowych członków.

*Hanna Sobótka*

### Strasznie lubię tańczyć.

Mam to we krwi.

- We krwi? - Możliwe. Ale chyba masz kłopoty z krążeniem.

\*\*\*

Nie ciągnij kota za ogon!!

- Ja go tylko trzymam.

On sam ciągnie.

\*\*\*

**Panie doktorze**, strasznie mi wypadają włosy!!!

- To dlatego, że pan się denerwuje!

- Ale ja się denerwuję dlatego, że mi włosy wypadają!!!

**Można się sprzeczać czy 15 lat to dużo czy mało ale czas jest względny. Na pewno każdy przyzna, że wstąpienie do koła PZERiI było strzałem w dziesiątkę.**

Pojawia się dużo potrzeb ale jednocześnie i my możemy coś z siebie dać innym. Część członków Koła nr 2 uczestniczy we wszystkich wydarzeniach patriotycznych i społecznych w naszej Dzielnicy. Byliśmy obecni w orszaku Trzech Króli. A mróz któregoś roku trzymał tęgo, było nawet - 10 stopni C. W koronach na głowach, z kółkami na ustach. Trzeciego Maja na polach po byłym PGR rozwijaliśmy najdłuższą flagę w Polsce. Nie przeszkodziła nam nawet burza. Czerwiec to jest czas Kupały. Więc wybieramy się zawsze do Kamieńczyka aby rzucić wianki do Liwca. Pamiętam mój pierwszy wyjazd, szliśmy łąką. Wysokie trawy, dróżka wąska. Musieliśmy iść gęśiego, w kolorowych spódnicach, z wiankami na głowach. Było ciepło, pachniały kwiaty i trawy, szumiał wiatr i owady. Teraz chodzimy szosą i jest inaczej. Pierwszego Sierpnia bierzemy udział w składaniu wieńców i spotykamy się z powstańcami z naszej dzielnicy. Wzruszeni stajemy o 17-ej gdziekolwiek byśmy się nie znajdowali, wsłuchując się w przejmujący dźwięk syren.

15 Sierpnia jest poświęcony Wojsku Polskiemu i w tym dniu na Cmentarzu Bródnowskim składamy kwiaty w hołdzie żołnierzom biorącym udział w obronie naszej Ojczyzny w różnych wojnach. Wrzesień - to jest rocznica wybuchu II wojny światowej. 11 października pamiętamy o Dniu Odzyskania Niepodległości.

W kołach odbywają się spotkania z członkami, każde koło ma swój termin. **Koło nr 2** organizuje spotkania tematyczne dwa razy na miesiąc w swojej małej siedzibie. Ze względu na brak miejsca, spotykamy się w mniejszym składzie. Prezentujemy wiersze, piosenki, skecze, gry na tematy aktualne. W większym gronie spotykamy się 2 razy do roku na Święta Bożego Narodzenia i Wielkanoc. Korzystając z uprzejmości władz Sp-ni



Mieszkaniowej i Jowisza wypożyczamy nieodpłatnie salę w Jowiszu. Nasza Przewodnicząca Zosia bardzo się stara, żeby stoły były udekorowane, przy naszej pomocy wszystko jest przygotowane na przyjęcie naszych członków. Nasza grupa: Danusia, Ania, Wacia, Bogusia, Wanda i czasem inne osoby biorą udział w części artystycznej nie tylko z tej okazji ale i przy wszystkich innych. Tak jak wszyscy korzystamy z wyjścia do teatrów, muzeów i jeździmy na wycieczki korzystając też z ofert innych kół i Zarządu Związku. Nasz Ratusz w

dzielnicy Targówek organizuje koncert z różnych okazji, w okresie karnawału udostępnia nam salę, gdzie możemy korzystać organizując zabawy karnawałowe. W Parku Bródnowskim żegnamy lato, na które również nas zapraszają nasze władze z Urzędu Targówek. Ostatnie lata korzystamy też z oferty tzw. "Starcie Seniorów", zgłaszając się do konkursu z różnych dziedzin sztuki w Teatrze Rampa. Indywidualnie działamy też na innych polach. Należymy do chóru w klubie Jowisz i dajemy koncerty w Zakładzie Opiekuńczo Lecznym dla chorych ludzi. Z naszego Koła należy Halinka, Tereska, Ania, Irenka, Bogusia, Wanda i ja. Bogusia działa też w Opiece Społecznej, a Halinka w Towarzystwie Przyjaciół Warszawy. Czasami piszemy artykuły do naszej gazetki, w której najbardziej działa Marek a zdjęcia dostarcza Jurek, Zosia i inni. Dzięki uprzejmości naszych władz Dzielnicy w miesiącach letnich korzystamy z niedzielnych koncertów. Serdecznie dziękujemy. Zakończę tekst fragmentem wiersza L. Rydla.

*Tak mało na świecie dobroci, a tyle jej światu potrzeba!  
Nią życie jak słońcem się złoci,  
nią ziemia się zbliża do nieba.*

Tej dobroci wszystkim życzę. *Ala Michlewicz*

**Koło nr 2 spotykało** się w Centrum AS w drugi i czwarty wtorek miesiąca. W drugi wtorek mieliśmy spotkania tematyczne wymyślane przez Danusię w rocznice wielkich i mniejszych wydarzeń lub o ciekawostkach z życia sławnych ludzi z konkursami o zapamiętanych faktów z tych wydarzeń. Natomiast czwarte wtorki były spotkaniami bardziej towarzyskimi spędzonymi przy rozmowach i różnych grach. Obecnie po zamknięciu Centrum AS nasze spotkania przeniosły się do naszej skromnej siedziby ale to nie spowodowało spadku zainteresowania i atmosfery naszych spotkań. Natomiast czwartkowe spotkania są właściwie zebraniem Zarządu na których przygotowujemy i omawiane tematy wtorkowych spotkań, oraz omawiane sprawy bieżące. W naszym kole organizujemy imieniny i urodziny naszych seniorów. Nasze koło zaprasza seniorów na różnego rodzaju imprezy i wycieczki, z których najbardziej popularna jest Kupała. A nasza Przewodnicząca Zosia z humorem i fantazją czuwa aby wszyscy dobrze się bawili i byli zadowoleni, by nasze spotkania przebiegały we wspaniałej atmosferze.

*Pozdrawiam Jurek Niewęglowski.*

