

ODDZIAŁ REJONOWY
WARSZAWA TARGÓWEK

Nasz Głos

Nr 5(64) **Rok XII** Bezpłatna grudzień/ styczeń 2014/5 r.

e mail: pzeri.targowek@o2.pl

Biuletyn Zarządu Oddziału Rejonowego Warszawa Targówek



Dzień Seniora 2014 - Jubileusz 15 lat Oddziału Rejonowego

W tym roku Europejski Dzień Osób Starszych (popularnie nazywany Dniem Seniora) zbiegł się z jubileuszem 15 lat działania Oddziału Rejonowego PZERI Warszawa Targówek. 24 października 2014 r. w gościnnej sali koncertowej Domu Kultury ŚWIT uroczyste obchodziliśmy oba te wydarzenia. Członków Związku oraz zaproszonych gości przywitał Przewodniczący Zarządu Oddziału Witold Harasim podkreślając wiodącą rolę spółdzielni mieszkaniowych RSM PRAGA oraz SM BRÓDNO. Podczas części oficjalnej, kiedy przemawiali nasi goście i dekorowano zasłużone osoby na ekranie pojawiła się prezentacja przedstawiająca obrazy z życia naszego Związku oraz Targówka przygotowaną przez Elżbietę Woźniak wraz z zespołem medialnym. Obok kwiatów, dyplomów i podziękowań dla wyróżnionych za postawę społeczną uczestnicy spotkania otrzymali najświeższy numer gazetki Oddziału NASZ GŁOS. Część drugą imprezy wypełnili nasi związkowi artyści przedstawiając wiersze, piosenki, często własnego autorstwa i wykonania. W holu przedstawialiśmy wystawę prac malarskich naszych związkowców. Mamy nadzieję, że wszyscy byli zadowoleni. Szczególne podziękowania składamy dla ZOZ u za możliwość szczępień przeciwko grypie podczas imprezy. *Ala Michlewicz.*

Drogie Koleżanki i Koledzy, członkowie Kół PZERI w naszym Oddziale Rejonowym!

W naszej związkowej działalności czas wyjątkowo szybko biegnie. Rozpoczęliśmy obchody XV-lecia działalności naszego Oddziału. Zbliża się koniec kolejnego roku i Nowy 2015 rok.

Spotkania „wigilijne”, podsumowania i oceny działalności w mijającym roku. Kończący się rok nie był dla nas łatwy, lecz mimo wielu trudności, dzięki zaangażowaniu wielu Koleżanek i Kolegów zarówno w działalność Kół, jak i Prezydium O.R., daliśmy radę. Za to zaangażowanie i wkład pracy Każdemu i Każdej z Was bardzo serdecznie dziękuję. Szczególnie serdecznie dziękuję członkom Prezydium: Markowi, Marcie oraz Hani za codzienną pracę (wielokrotnie poza dniami i godzinami „urzędowania”), a także koleżankom Reni i Teresie za „trwanie na posterunku”. Dziękujemy za pomoc w „przeprowadzce” naszej siedziby, za bardzo fajną „Kupałę”, za aktywny udział i wesołe „Pożegnanie lata 2014”, za przygotowania i udział w uroczystości oraz przygotowanie prezentacji z okazji XV-lecia O.R. i Dnia Seniora 2014. Przewodniczącym i członkom Kół dziękujemy za codzienną, jakże ważną, działalność w Kołach oraz współpracę z wieloma naszymi partnerami, a zwłaszcza z samorządem Dzielnicy Targówek, S.M. „Bródno”, R.S.M. „Praga”, SZPZLO Targówek, OPS, OSiR oraz innymi podmiotami i organizacjami. Ja osobiście bardzo dziękuję Wam, Koleżanki i Koledzy, za życzliwość z jaką spotkałem się z Waszej strony w tym niełatwym także dla mnie roku.

Korzystając z okazji

życzę w imieniu Zarządu Oddziału i własnym Świąt Bożego Narodzenia w gronie najbliższych, w zdrowiu i radości. Życzę wszelkiego dobra i pomyślności w Nowym 2015 Roku.

Przewodniczący Zarządu Oddziału
Witold Harasim



Młodzi duchem

*piosenka na melodię
"Zakochani są wśród nas"*

Och jak szybko płynie czas
już seniorów zrobił z nas
a niedawno to byliśmy tacy młodzi

cały świat się do nas śmiał
na wesoło życie brał
dzisiaj zmarszczki czasu
mamy już na twarzy

ale jeszcze iskra w nas
młody duch prowadzi nas
chociaż zegar ciągle
ciągle gna do przodu.

Teraz mamy dziesiąt lat
dobrze znamy życia smak
ten radosny i troskami przeplatany.

Choć seniorzy
ale oczy nam się śmieją
i od życia wciąż garściami
chcemy szczęście brać
chcemy marzyć
jeszcze chcemy żyć nadzieją
i pokazać światu na co jest nas stać.

11.11.2014 r Anna Caban.

Każdy człowiek potrzebuje uwagi, życzliwości i ciepła. Ale najbardziej ludzie cierpiący, którzy potrzebują stałej opieki innej osoby i uzależnieni są od drugiego człowieka. Dla takich ludzi w dniu 25.XI.2014 odbył się koncert w Zakładzie Opiekuńczo-Lecznicznym na ul. Mehoffera w wykonaniu chóru seniorów z klubu Jowisz (Koło nr 2). Sala pękała w szwach, nawet przy bocznych ścianach stały wózki z chorymi. Panie organizujące ten koncert w zakładzie naprawdę starały się zgromadzić jak najwięcej ludzi. Było wzruszająco, niektórzy śpiewali z nami i klaskali. Po występie kilka osób w miarę samodzielnych czekało na ławeczce w korytarzu aby jeszcze raz podziękować i złożyć nam życzenia świąteczne. Umówiliśmy się na śpiewanie kolęd w styczniu. Cieszę się, że mogliśmy sprawić trochę radości ludziom, którzy zostali tak ciężko doświadczeni przez życie. *A.M*

RAMOWY PROJEKT DZIAŁAŃ ODDZIAŁU W 2015 R

- W okresie **styczeń, luty i marzec** przewidujemy zabawy karnawałowe w kołach oraz spotkania okolicznościowe jak na przykład Dzień Babci i Dziadka.
- Prezydium Zarządu przeprowadza akcję sprawozdawczą.
- W miesiącu **marcu/ kwietniu** przeprowadzamy akcję spotkań wielkanocnych w każdym kole, a w zależności od pogody i zainteresowania - **Powitanie wiosny**
- Uroczyste obchody **Światowego Dnia Inwalidy**,
- Maj – czerwiec to organizacja wycieczek: po Warszawie oraz Mazowszu i w miarę środków dalszych.
- Organizacja turnusów rehabilitacyjnych i wypoczynkowych.
- W czerwcu planujemy plenerowe warsztaty artystyczne dla naszych twórców malujących, haftujących itp oraz poetów
- **Dzień Kupały**
- Koniec sierpnia - liczny udział w imprezie Pożegnanie lata
- Od sierpnia do końca października nadal będą organizowane różne wycieczki
- Spotkania w kołach, imprezy plenerowe, pikniki np. grzybowy z ogniskami i zabawami.
- W listopadzie chcemy zorganizować doroczne obchody Światowego Dnia Seniora w Domu Kultury „Świt” według znanego scenariusza wraz ze spotkaniem integracyjnym dla Przyjaciół i Sponsorów naszego Oddziału.
- W grudniu planujemy akcję spotkań świątecznie noworocznych w Kołach

Działania i Sprawy wymagające szczególnego zaangażowania

- Będziemy szukali sposobu na ponowne prowadzenie akcji pozyskiwania żywności i jej rozprowadzania dla naszych członków. Widzimy problem kosztów transportu z Fundacji „Bank Żywności SOS”.
- Poszukujemy rzeczowych i finansowych rozwiązań dla wspierania działań Oddziału.
- Rozwijanie efektywności działania Zespołów Prezydium Zarządu
- Wzbogacanie bazy sprzętowej Telewizji Seniorów
- Stała współpraca z OSiR w sprawie korzystania grup seniorskich z pływalni oraz z SZPZLO Warszawa Targówek
- Podjęcie i rozwijanie współpracy z innymi organizacjami społecznymi i samorządowymi.
- Rozwijanie zainteresowań kulturalno – artystycznych członków poprzez organizację warsztatów w nowym lokalu przy ul. św. Wincentego 85
- Planujemy komputeryzację Oddziału

OD REDAKCJI:

*W gazecie mogą się ukazywać tylko te wiadomości, jakie dotrą do redakcji. Zainteresowani przedstawieniem swojej działalności mogą przysyłać informacje na adres: **naszglos@onet.eu** lub pozostawić w lokalu Zarządu, najlepiej w formie elektronicznej. Red.*

Boże Narodzenie to w Polsce święta szczególne, mimo zimy najcieplejsze, najbardziej rodzinne, obchodzone w aurze serdecznej życzliwości do ludzi i świata. W zasadzie gdy Polacy mówią: święta, w święta, na święta - to mają na myśli właśnie święta bożonarodzeniowe, które trwają od 24 do 26 grudnia. Zwłaszcza w tę cichą, świętą noc wigilijną ludzie łączą się z innymi w osobliwym związku serc, czego znakiem są kulturowe symbole: dobre życzenia składane sobie wzajemnie, tradycyjne łamanie się opłatkiem oraz zawsze gotowe wolne miejsce przy wigilijnym stole dla każdego, kto czuje się samotny i w tym wyjątkowym dniu prosi o gościnę. Okres bożonarodzeniowego nastroju, w którym niemal wyczuwalnie promieniuje urokliwa aura oczekiwania, tajemnicy i radości tradycyjnie zresztą trwa nieco dłużej niż oficjalny świąteczny kalendarz....

Okres godów bożonarodzeniowo-noworocznych to także czas przełomu (jeden rok się kończy - drugi zaczyna) zatem czas ważny, zwłaszcza dla wróżb: z pogody tego okresu wróżono więc pogodę na cały rok, tak ważną dla urodzaju.

Mawiano zatem:

Gdy Jutrzenka przed Gody długo świeci,
chleba mają dosyć Boże dzieci,
gdy zniknie gdzieś w zasłonie,
nastąpią lata płone.

Gdy na Gody słońca, nie doczekasz się
błota.

Kiedy na Gody widać odłogi, ciesz się
oraczu młody.

Śnieg w Gody niesie urody (urodzaj)

Cytowane za Ewa Jędrzejko, Małgorzata
Kita "Z najlepszymi życzeniami", wyd.
"Ex libris"

Pamiętamy bohaterów Bitwy Warszawskiej !!!

Wspomnienia, zwłaszcza te radosne - podnoszą na duchu, twierdzą seniorzy. Przeżyte chwile radości, poczucie bezpieczeństwa są porządnym kapitałem na dalsze życie. Często sięgamy do tych wspomnień. Uroczystość 11.11.2014



Nasz Targówek



Nie ma już Puszczy Brodzieńskiej, wykarczowanej w drugiej połowie XIX w., ani osady usytuowanej w rozlewisku rzeki Brodni. Natomiast mamy Lasek Bródnowski ze zrekonstruowanym w nim grodziskiem oraz wybudowany w

XIX w. Kanał Bródnowski z wykorzystaniem dawnego koryta rzeki Brodni. Kanał Bródnowski z kanału przyjmującego ścieki przemysłowe oraz gnojówkę z PGR Bródno stał się obecnie kanałem zbiorczym wód opadowych z terenów Rembertowa, Ząbek, Targówka, Bródna i Białoleki, odprowadzając je do Kanału Żerańskiego.

W wyniku powstania nowych osiedli wzdłuż Kanału Bródnowskiego oraz powstania nowych traktów spacerowych, powstał projekt rewitalizacji Kanału Bródnowskiego na naszym terenie - od Trasy Toruńskiej, aż do ulicy Radzymińskiej. Wyniki tego planu już dziś są widoczne i możemy spacerować i odpoczywać na części powstałych już traktów spacerowych. Pierwszy z nich powstał podczas budowy nowego osiedla od mostu przy ulicy Malborskiej. Tam też powstał skwerek upamiętniający założone tu w IX i X w. osadę i grodzisko oraz Kanał Bródnowski. Następnie za mostem na skrzyżowaniu ulic Kondratowicza i Św. Wincentego zbudowano skwerek z fontanną i kaskadą wodną, który w 2013 r. otrzymał nazwę Skwery Grzegorza Ciechowskiego, znanego muzyka rockowego, pianisty, poety i kompozytora. Na skwerku tym w upalne letnie dni można spotkać mnóstwo ludzi z dziećmi, które z upodobaniem chlapią się przy fontannie i w kaskadzie wodnej. Na kanale wybudowano kilka mostków i będą budowane następne, aby można było się przemieszczać z jednej strony kanału na drugą i do osiedli usytuowanych wzdłuż kanału. Przy jednym z takich mostków wybudowano nowe przedszkole oraz plac zabaw dla dzieci przy ulicy Rolanda na Zaciszu. Za tą ulicą otwarto najnowszy skwerek Edukacji Przyrodniczej. Wybudowano też ścieżki spacerowe po obu stronach kanału, aż do ulicy Samarytanki, a po prawej stronie kanału, przy nowym osiedlu, mały skwerek z ławkami, gdzie można odpocząć podczas spaceru.

Jerzy Niewęglowski

Seniorzy piszą

Z juniora na seniora

Jak dobrze być juniorem
Piłkę kopać,
pod namiotem spać.
Ale młodość nie może
Przecież wiecznie trwać.

Przybywa nam wiosen,
Przybywa nam lat,
I tak do przodu
Pędzi nam ten świat.

Teraz nasze dzieci
Są juniorami,
A my w zaszczytach chwały
Jesteśmy seniorami.

Choć jesteśmy seniorami
Targanymi przez los,
Cieszymy się życiem
Chociaż siwy mamy włos

I czujemy się znakomicie,
Bo nie musimy
Wstawać już o świcie.
Nie musimy walczyć
O awans, ani o karierę,
A ZUS pieniążki
Przysyła nam kurierem.

Więc bawmy się życiem,
Oby jak najdłużej.
Tryskajmy humorem
I głośno krzyczymy
Jak dobrze być seniorem!!!

20.09.2014

Anna Caban

Seniorzy urodzeni w 20-tych oraz w pierwszej połowie lat 30-tych XX w. zapewniają, że wraz z dojrzewaniem zmieniają się priorytety - ważne jest, aby zatrzymać się i pochylić nad rozpędzonym życiem. Ich dojrzałe, świadome życie polega na tym, że potrafią cieszyć się chwilą - terażniejszością, lecz potrafią też myśleć o przyszłości. Równoległe do bieżących spraw planują, aby ani jednego dnia nie pozostawić na bezradność i pustkę. Życiowy optymizm, umiejętność czerpania radości z drobiazgów oraz ciekawość świata ułatwiają w miarę szczęśliwą egzystencję. To poczucie radości i spełnienia jest zapewne konsekwencją ich decyzji. Jak twierdzą, poczucie szczęścia przychodzi wraz ze znalezieniem odpowiedzi na wiele pytań. Wśród nich, między innymi, co chcemy robić, co sprawia i daje radość? Pozostawienie pewnych rzeczy za sobą jest niezwykle ważną, mądrą, perspektywiczną umiejętnością. Pozwala spojrzeć na wiele spraw pod nowym kątem, zrozumieć co przedstawia prawdziwą wartość, daje spełnienie oraz pomaga osiągnąć tę szczególną dojrzałość. Byleby tylko jeszcze pozostać w zdrowiu, mówią: H. Karman, K. Węcłewska, I. Więch, D. Twardowska, B. Trzmiel, H. Szlamberger, J. Frąckiewicz, J. Matusiak, M. Matusiak, B. Głąbkowski, A. Górski, S. Aleksiejczuk, J. Daniłowski, B. Filipowicz, M. Kamionek, Z. Ranc, M. Patrycy, I. Przasnyk. Zapewniają z humorem, że: "Dziewięćdziesiąt i prawie dziewięćdziesiąt mieć lat - to nie grzech, Kochać marzyć i śnić - to nie grzech, zawsze śmiać się na głos, życiu prosto w nos - to nie grzech, no i cześć - dobrze jest nie przejmujemy się...". My seniorzy z drugiej połowy lat 30-tych, 40-tych XX w., wzorując się na naszych **dojrzałych seniorach**, poszukujemy w sobie harmonii, dającej życiową siłę. W relacjach między nami upatrujemy również źródła szczęścia, spokoju, wsparcia. Miłość, szacunek to świadomość, że cokolwiek się stanie nie będziemy pozostawieni sami sobie. To dla nas **honor i zaszczyt**, że możemy być wśród Was, czerpać z Waszej skarbnicy mądrości, wiedzy, bazować na Waszych doświadczeniach, uczyć się od Was prawdziwej życzliwości. Z sympatią wspominamy każde spotkanie z Wami i cieszymy się na myśl o następnych, bo najważniejsze, abyśmy mogli być jak nadłuzej **razem**. Każdy etap w życiu ma swój urok. Nawet ten, który poeci nazywają **jesienią życia** - trzeba tylko odkryć **jego barwy**. Życzymy sobie tego każdego dnia.

Zosia Baryczka

*Składamy Państwu życzenia serdeczne,
Gdyż tylko takie mogą być skuteczne.
Życzymy Świąt Wesołych i radosnego nastroju,
Dużo prezentów od św. Mikołaja i spokoju.
Niech Nowy Rok 2015 będzie życzliwy
i figli nie płata,
I niech przyniesie moc szczęścia na długie, piękne lata.*

Radakcja gazetki Nasz Głos



Leopold Staff

Lecz choćby klęska skończyła me boje
Choćby najsrożej los się na mnie zaciął
Nie zmarnowane będzie życie moje
Bom tworzył pieśni i miałem przyjaciół.

Gazetkę przygotował

**Zespół medialny Zarządu
Oddziału Rejonowego**

Weź do ręki biały opłatek
choćbyś nie miał go z kim
dzielić
i życz szczęścia całemu światu
niech się wszystkie serca roz-
weselą.
Z. Kunstman *W dzień Bożego
Narodzenia*

(...) Niech od żłóbka w świat
idzie
Braterstwo i miłość
By już głodnych, bezdomnych
Na świecie nie było
Br. Ostrowska *Szopka*