



NASZE SPRAWY

Informator Zarządu Oddziału Okręgowego
Polskiego Związku Emerytów, Rencistów i Inwalidów w Pile.

EGZEMPLARZ BEZPŁATNY

Nakład: 1000 egzemplarzy

6/91 listopad-grudzień 2018 r.

*Zima
za oknem
i Święta za pasem*



- Warto wiedzieć
- Dobre rady
- Kulinarria
- Regionalia
- Kultura i imprezy

Pilska Karta Seniora działa już dwa miesiące!

Od 1 września wszyscy mieszkańcy Piły, którzy ukończyli 60 rok życia, mogą ubiegać się o Pilską Kartę Seniora. Do tej pory z oferty blisko 100 przedsiębiorstw i instytucji, skorzystało prawie 2500 pilan w złotym wieku. Pomysłodawcy i organizatorzy projektu liczą jednak, że pilscy seniorzy będą powszechnie korzystać z dobrodziejstw PKS.

- Głównym celem projektu Pilskiej Karty Seniora, jest wzmocnienie sytuacji ekonomicznej, aktywności społecznej i poprawa jakości życia osób powyżej 60 roku życia. Dzięki niej bowiem pilscy seniorzy będą mieli zwiększony dostęp do usług świadczonych na terenie miasta, a także do dóbr kultury i wydarzeń rekreacyjno – sportowych – deklaruje prezydent Piotr Głowski.

Jak uzyskać Pilską Kartę Seniora?

Warunkiem uzyskania Pilskiej Karty Seniora jest posiadanie Pilskiej Karty Miejskiej oznaczonej imieniem i nazwiskiem oraz numerem karty wydawanej przez Miejski Zakład Komunikacji w Pile.

Bezpłatnie i bezterminowo na odwrocie Pilskiej Karty Miejskiej umieszczone będzie logo Pilskiej Karty Seniora. Jeśli Senior nie posiada Pilskiej Karty Miejskiej, na jego wniosek zostanie mu ona wydana w Biurze Obsługi Klienta Miejskiego Zakładu Komunikacji w Pile przy alei Piastów.

Aby otrzymać Pilską Kartę Seniora należy wypełnić prosty wniosek o wydanie Karty i złożyć go w:

- Biurze Obsługi Klienta Miejskiego Zakładu Komunikacji w Pile przy alei Piastów w dniach od poniedziałku do piątku w godz. 7.00 - 18.00 w soboty w godz. 9.00 - 13.00,

- Urzędzie Miasta Piły w Biurze Obsługi Interesantów - stanowisko nr 7, przy placu Staszica 10, w dniach od



fol. UM Piły

poniedziałku do piątku w godz. 7.30 - 15.30,

- Biurze Obsługi Interesantów Urzędu Miasta Piły w Galerii Handlowej IBI przy alei Powstańców Wielkopolskich 162 w każdą sobotę i każdą czynną niedzielę w godz. 11.00 - 18.00.

Z tak oznakowaną Kartą senior będzie miał dostęp do zakupu wielu produktów i usług po obniżonych cenach. W tej chwili w programie Pilskiej Karty Seniora uczestniczy prawie 100 przedsiębiorstw i instytucji. Dzięki temu już 2500 pilan złotego wieku może korzystać między innymi z: ulg w cenach biletów do kina, muzeów, na spektakle kulturalne, basen, strzelnicę, bowling, na zakup okularów, aparatów słuchowych, sprzętu ortopedyczno- rehabilitacyjnego, artykułów piśmienniczych, materiałów dekoracyjnych do wyposażania mieszkań, odzieży dla dorosłych i dla dzieci, sprzętu wędkarskiego, czy odzieży BHP. Ponadto seniorzy mogą liczyć na: w wielu pilskich restauracjach, kawiarniach i barach, w biurach podróży, hotelach oraz na ulgi w wielu usługach: rehabilitacyjnych, kosmetycznych, fryzjerskich, pielęgnacji ciała, fitness, ksero oraz tych związanych z naprawą samochodu, instalacji CO i gazu.

Miejskie obchody 100. rocznicy odzyskania przez Polskę niepodległości

Prezydent Miasta Piły zaprasza na Świętej Rodziny. O godzinie 16.30 natomiast, pod uroczystość z okazji 100. rocznicy odzyskania przez Polskę niepodległości. Obchody rozpoczną się 11 listopada o godzinie 15.00 mszą świętą w intencji ojczyzny w kościele pod wezwaniem

Świętej Rodziny. O godzinie 16.30 natomiast, pod pomnikiem Tysiąclecia Polski i Powrotu Polski do Macierzy, uczestnicy złożą hołd wszystkim tym, którzy 100 lat temu przyczynili się do odzyskania przez Polskę niepodległości.



Aktywne świętowanie 100. rocznicy odzyskania niepodległości

22. Piknik Marciński, sptyw kajakowy oraz rajdy: piesze, rowerowe i motocyklowe będą ważnym elementem miejskich obchodów 100. rocznicy odzyskania przez Polskę niepodległości. Wszystkie wydarzenia odbędą się 10 listopada w Pile i w najbliższej okolicy miasta. Organizatorami są Polskie Towarzystwo Turystyczno-Krajoznawcze, mieszkańcy osiedla Motylewo oraz Urząd Miasta Piły.

Wydarzenie odbędzie się na terenie świetlicy osiedla Motylewo w godzinach od 12.00 do 14.00. W ramach pikniku organizatorzy przygotowali wiele atrakcji. Na Piknik Marciński dotrzeć będzie można kilkoma trasami, które wytyczono dla piechurów, rowerzystów i kajakarzy.

1. Trasa piesza (także z kijkami Nordic Walking) – ok. 8 km. Zbiórka o godz. 10.00 przy fontannach na placu Konstytucji 3 Maja.
2. Trasa rowerowa - „100 km na 100-lecie Niepodległości”.
3. Trasa motocyklowa „100 km na Stulecie – motocyklem szlakiem walk Powstańców Wielkopolskich” przygotowana przez Stowarzyszenie Miłośników Motocykli Stara Kuźnia. Start o godz. 9.00 przy „Ławeczce Staszica” na pl. Konstytucji 3 Maja.
4. Trasa dowolna - samochodem, rowerem lub w jakikolwiek inny sposób we własnym zakresie dotrzeć należy na miejsce pikniku około godziny 12:00.
5. Trasa kajakowa - 15 km rzeką Gwdą na odcinku Piła – Motylewo. Zbiórka o godz. 9.00 w bazie Klubu w Pile, ul. Kwidzyńska 8.

Warto wiedzieć

Jak załatwić sprzęt i wyroby medyczne na NFZ ?

Seniorzy ze schorzeniami, aby w miarę dobrze funkcjonować przy schorzeniach, które wymagają pomocy w postaci sprzętów lub wyrobów medycznych. Jeżeli istnieje taka potrzeba należy:

- zgłosić się do lekarza po zlecenie
- uzyskać potwierdzenie zlecenia w NFZ
- zamówić sprzęt medyczny

Poniżej kilka odpowiedzi ci i w jakim zakresie można uzyskać przy różnego rodzaju schorzeniach.

Dla osób niesłyszących i niedosłyszących.

W uzyskaniu potrzebnego urządzenia pomoże laryngolog, foniatra, audiolog. O aparaty słuchowe z dofinansowaniem NFZ mogą starać się osoby dorosłe niedosłyszące (gdy utrata słuchu przekracza 40 decybeli) - raz na 5 lat.

NFZ dopłaci 70% ceny do aparatu na tzw. przewodnictwo powietrzne (do limitu 1.000,- zł.) Lub do aparatu na przewodnictwo kostne (do limitu 1.800,- zł).

Dla osób niewidomych, słabowidzących, z wadami wzroku.

Aby uzyskać dofinansowanie do zakupu okularów trzeba udać się do okulisty.

Szklą do okularów przysługują przy wadach wzroku wymagających korekcji raz na 2 lata.

NFZ refunduje 70% ich ceny z ustalonego przez siebie limitu. Resztę kosztów szkieł, robocizny oraz oprawek trzeba pokryć samemu.

Soczewki kontaktowe twarde i miękkie.

Można otrzymać je w ramach NFZ przy leczeniu stożka rogówki i w przypadku dużej różnicy w wadzie wzroku między oboma oczyma. NFZ dofinansuje 70% ich ceny do limitu 500,- zł. dla soczewek twardych lub 150,- zł. dla soczewek miękkich.

Dla osób mających problemy z poruszaniem się.

Zlecenie na sprzęt i pomoce ortopedyczne wystawiają lekarze wielu specjalności (zależy to od schorzenia i sprzętu).

NFZ dofinansuje:

- 600,- zł na zakup wózka inwalidzkiego, ręcznego raz na 5 lat przy trwałym ograniczeniu samodzielnego chodzenia
- 1.700,- zł na lekki wózek inwalidzki z demontażem kół lub składany - raz na 4 lata dla osoby, która sama porusza się na wózku.
- 3.000,- zł za specjalny wózek po porażeniach, raz na 4 lata

Można kupić z dofinansowaniem ortozy, szyny, pasy stabilizacyjne, kołnierze. NFZ na ogół pokrywa 90% ich ceny do ustalonego limitu. Szerzej na ten temat na stronie internetowej [www.gov.pl\(zdrowie\)wykaz - refundowania-wyrobów-medycznych](http://www.gov.pl(zdrowie)wykaz-refundowania-wyrobów-medycznych).

Dla osób stale leżących.

Produkty niezbędne do opieki nad takimi chorymi można załatwić z lekarzem podstawowej opieki zdrowotnej, rodzinnym lub z innymi specjalistami.

Dopłatę do materaca przeciwoodleżeniowego dostaną osoby z niedowładami lub chorobami wymagającymi stałego przebywania w łóżku. NFZ zwraca 70% ceny do limitu 400,- zł raz na 3 lata.

Refundacja poduszki przeciwoodleżeniowej pneumatycznej obejmuje 70% do limitu 500,- zł, raz na 2 lata. Jest ona konieczna przy schorzeniach określonych przez lekarza.

W wielu przypadkach niezbędne są produkty do utrzymania higieny, takie jak pieluchomajtki, wkłady anatomiczne, majtki chłonne. Dofinansowanie z NFZ obejmuje do 60,- zł. miesięcznie. Lekarz decyduje czy to jest zaopatrzenie comiesięczne czy np. na okres 3 miesięcy.

UWAGA!

Ceny sprzętów ortopedycznych często są wyższe niż limit ustalony przez NFZ. Dlatego też osoby niepełnosprawne mogą zwrócić się o pomoc do Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych.

Dysponują nim Powiatowe Centra Pomocy Rodzinie, gdzie składamy wnioski.



Dobre rady

Porady babuni

Pędzle - czyszczenie.

Zeschnięte pędzle do malowania wrócą do pierwotnego wyglądu, jeśli zanurzymy je we wrzącej wodzie z octem na tak długo, aż włos się rozdzieli. Pozostałe resztki farby usuniemy myjąc pędzel w ciepłej wodzie z mydłem.

Pędzle po lakierze lub pokoście czyścimy w nafcie, terpentynie, spirytusie lub amoniaku.

Plamy z soli na obuwiu myjemy dużą ilością czystej wody. Można też użyć do tego celu octu.

Zamszowe pantofle możemy wyczyścić gąbką lub miękką ściereczką zanurzoną w ciepłym mleku. Drobniejsze zamszowe przedmioty zanurzamy po prostu w mleku, a potem suszymy w przewiewnym miejscu. Szczotka do zamszu nie jest nam wtedy potrzebna.

Białe kozuszki i futerka z królików możemy wyczyścić papką przyrządzoną z mąki ziemniaczanej i benzyny. Papką tą nacieramy miejsce po miejscu, pocierając miejsca silnie zabrudzone. Po przeschnięciu futerko dokładnie trzepiemy.

Pozłacane przedmioty - czyścimy sokiem z cytryny z dodatkiem grubej soli kuchennej. Następnie płuczemy kilkakrotnie w letniej wodzie i polerujemy do połysku miękką szmatką posypaną odrobiną mąki.

Płuczemy dokładnie w ciepłej wodzie. Suszymy a następnie zanurzamy w spirytusie denaturowanym. Suszymy i polerujemy do połysku.

Srebra - mycie i czyszczenie - myjemy w wodzie z mydłem. Od czasu do czasu można je wyczyścić sproszkowaną kredą zwilżoną amoniakiem lub spirytusem. Wycieramy je zawsze miękką ściereczką.

Ozdoby z brązu - czyszczenie.

Czyści się przy użyciu papki z utartego, surowego ziemniaka. Kiedy papka wyschnie trzeba ją zetrzeć a następnie powierzchnię wypolerować szmatką zwilżoną denaturatem.

Przedmioty ze stali - czyścimy mieszanką sady i oleju jadalnego, pocierając szmatką. Następnie myjemy je we wrzątku, suszymy i polerujemy kawałkiem irchy lub miękkiego zamszu.

Przedmioty z miedzi - czyścimy amoniakiem lub octem zmieszany z solą. Garść soli trzeba zagotować ze szklanką octu i tym roztworem myć zabrudzony przedmiot. Następnie płuczemy go czystą wodą, suszymy i polerujemy.

Ramy złoczone - odświeżanie - możemy odświeżyć mieszanką składającą się z soli i białka kurczego w proporcji 1:3

Porcelanowe figurki - sklejanie - (przy braku kleju syntetycznego) można skleić przy pomocy papki sporządzonej z pszennej mąki i białka.

W wannie aby się nie pośliznąć - kładziemy zawsze na dno ręcznik, dzięki temu nie poślizniemy się na jej śliskim dnie.

Zażółcenia w wannie - likwidacja - żółte miejsca w wannach, umywalkach, muszlach należy wymyć szczotką umoczoną w occie. Plamy zginą bez śladu.

Zdejmowanie gorących naczyń aby się nie poparzyć - do zdejmowania gorących naczyń z kuchenki używamy tylko suchej ściereczki.

Zlewozmywak - utrzymanie czystości

- zlewozmywak emaliowany odzyska biel, jeśli posypimy jego powierzchnię kwaskiem cytrynowym i po kilku minutach spłuczemy letnią wodą. - zlewozmywak wykonany ze stali nierdzewnej dobrze od czasu do czasu przetrzeć szmatką, a najlepiej gazetą zwilżoną denaturatem. Będzie miał połysk.

Kawa zastosowanie praktyczne.

Parę ziarenek kawy i kostka cukru ułożone na dnie wymytego i dokładnie wysuszonego dzbanka czy naczynia do parzenia kawy zabezpiecza przed zapachem pleśni czy stęchlizny, zwłaszcza gdy naczynie jest rzadko używane.

Kilka ziarenek świeżo upalanej na patelni kawy włożone do lodówki czy kredensu usuwa przykre zapachy.

Poradnik domowy Babci Aliny

1 listopada

Pamiętajmy o wszystkich, nie tylko o naszych bliskich!



Dzień jesienny tak cicho,
Jak żółtki liść opada.
Złoto ma z października
Smutek ma z listopada.
Takie ciche święto
Rozjarzone świeczkami.

Dzień, w którym serce pozdrawia
Pamięta tych co rozstali się z nami.



Informacja!



NASZE SPRAWY

Informator

Zarządu Oddziału Okręgowego PZERI
od stycznia 2019 r.
będzie wydawany kwartalnie.



Potrawy na Wigilię i Święta odbiegające od tradycyjnych.

Stek z łososia.

- 5 szt. dzwonek z łososia • 2 cytryny • masło
- pęczek koperku • oliwa z oliwek • sól • olej

Wykonanie: Dzwonka natrzeć solą i skropić obficie sokiem z cytryny. Na patelni rozgrzać olej i smażyć dzwonek z obu stron, następnie przełożyć na blachę wyłożoną papierem posypać drobno pokrojonym koperkiem, położyć kawałek masła i jeszcze raz skropić sokiem z cytryny i oliwą z oliwek. Przykryć folią aluminiową i piec w piekarniku pod przykryciem około 20 minut w temper. 150 stopni

Indyk w orzeszkach ziemnych.

- 60 dkg filetu z piersi indyka • 15 dkg orzeszków ziemnych • 3 białka jajek • olej
- 4 łyżki mąki ziemniaczanej • pieprz i sól

Wykonanie:

Filet umyć, osuszyć, pokroić na sznyce, oprószyć solą, pieprzem, lekko rozbić dłonią. Białka ubić na sztywno, wsypać mąkę, przyprawić solą i pieprzem, wymieszać. Orzeszki ziemne posiekać. Sznyce zanurzać w pianie a następnie obtaczać w orzeszkach. Wkładać na rozgrzany olej i smażyć po kilka minut z każdej strony na złoty kolor. Podawać z ryżem na sypko.

"Cebulaki" - do barszczu wigilijnego zamiast tradycyjnych pasztecików.

Składniki:

- 2 kostki twarogu półtłustego • 2 łyżeczki soli • 1 kostka margaryny • 2 i 1/2 szklanki mąki z powyższych składników zagnieść ciasto i wstawić na pół godziny do lodówki.

- 8- 10 dużych cebul (pokroić w pół krążki)
- sól i pieprz • majeranek - wszystko podsmażyć na oleju aż cebula się zeszkli, odstawić do wystygnięcia.

Wykonanie: Ciasto rozwałkować, wycisnąć szklanką kółka jak na pierogi (albo można pokroić w kwadraty), nakładać farsz z cebuli i kleić jak pierogi. Przygotowane "cebulaki" kłaść na blachę wyłożoną papierem. "Cebulaki" posmarować roztrzepanym jajkiem i zapiekać w nagrzanym piekarniku około 200 st. 25 minut.

Pyszne na zimno i gorąco.



**Zdrowych, pogodnych
i pełnych radości Świąt
Bożego Narodzenia
Wspaniałych chwil
spędzonych w gronie najbliższych
życzy**

Zarząd Oddziału Okręgowego PZERI w Pile.



Nasze Sprawy - bezpłatny informator Zarządu Oddziału Okręgowego PZERI w Pile

Wydawca: Zarząd Oddziału Okręgowego Polskiego Związku Emerytów, Rencistów i Inwalidów w Pile
ul. Staromiejska 7; 64-920 Piła (czynne od wtorku do piątku od 10.00 do 14.00)
tel. 67 212 41 96 • fax 67 350 93 80 • www.pzerii.pila.pl

Redaktor naczelny: Krystyna Hipnarowicz

Zespół redakcyjny: Maria Hałaburda, Teresa Mielczarek- Pescht

Druk: Drukarnia Typo-offset - Zakład Poligraficzny Henryk Górowski, Piła, al. Wojska Polskiego 64, www.drukarniaaa.pl

Zdrowie

40-lecie Koła "ROFAMA" w Rogoźnie



W dniu 17.10.2018 r. Zarząd Koła PZERI "ROFAMA" w Rogoźnie zorganizował Jubileuszowe spotkanie z okazji 40-lecia działalności Koła oraz Dnia Seniora.

Spotkanie odbyło się w "Gościńcu" w Rogoźnie.

W uroczystości uczestniczyli zaproszeni goście z Samorządu Miasta. Zarząd Oddziału Okręgowego PZERI w Pile reprezentowała Sekretarz Pani Leokadia Figurniak i Członek Zarządu Pani Genowefa Rajek.

Zebranych powitała Przewodnicząca Koła Pani Wanda Witkowska, która przedstawiła historię działalności Koła.

Po powitaniu, zabrali głosy Panowie z Samorządu Miasta a Przedstawicielki Zarządu Oddziału Okręgowego PZERI w Pile odznaczyły Pana Ludwika Mazura "Małą Odznaką Honorową" przyznaną przez Zarząd Główny PZERI w Warszawie, oraz wręczyły dyplomy aktywnym członkom Koła za długoletnią działalność. Uroczystość zakończyła się kolacją i wspaniałą zabawą taneczną.

Samych sukcesów na dalszą działalność dla Zarządu Koła

życzy Zarząd Oddziału Okręgowego PZERI w Pile.



INFORMACJA!

W miesiącu listopadzie 2018 r. mieszkańcy Piły i okolic będą mogli uczestniczyć w wspaniałej imprezie "Teatr Pasja Rodzinna" organizowanej przez Regionalne Centrum Kultury w Pile.

Zarząd Oddziału Okręgowego PZERI w Pile składa na ręce Prezydenta Miasta Piły Pana Piotra Głowskiego serdeczne podziękowania za otrzymaną dotację, która w całości została przeznaczona na dopłaty do biletów na wybrane spektakle. Wysoko cenimy sobie pomoc przeznaczoną na wzbogacenie życia kulturalnego naszych członków. Dzięki dotacji wielu członków skorzystało z możliwości wyjścia do teatru.



Regionalia

"XIX Prezentacje Dorobku Artystycznego Ludzi III Wieku"



Dnia 30.09.2018 r. Zarząd Oddziału Okręgowego PZERI w Pile zorganizował już "XIX Prezentacje Dorobku Artystycznego Ludzi III Wieku", które odbyły się w Regionalnym Centrum Kultury. Nad Prezentacjami patronat objął Prezydent Miasta Piły Pan Piotr Głowski.

Wszystkich zebranych serdecznie powitała V-ce Przewodnicząca Krystyna Hipnarowicz, przedstawiła program prezentacji, życzyła miłych wrażeń i zaprosiła już na Jubileuszowe "XX Prezentacje Dorobku Artystycznego Ludzi III Wieku", które odbędą się w roku 2019.

W Prezentacjach uczestniczyły 23 jednostki terenowe. Na stoiskach w holu RCK nasi nieprofesjonalni artyści wystawili swoje wyroby z zakresu gobelinarstwa, rzeźby, haftu i innych prac. Na scenie wystąpiły zespoły śpiewacze i chóry. Gościnnie wystąpiły 2 zespoły: Zespół taneczny "SENIORITY" działający przy Miejskim Ośrodku Pomocy Społecznej w Pile. Swoim wspaniałym występem Panie ujęły publiczność, która nagrodziła tancerki gromkimi brawami. Drugim zespołem był śpiewający Zespół męski "JANBOYS" z Chodzieży, działający przy Chodzieskim Domu Kultury. Repertuar dwóch śpiewających i grających Panów bardzo podobał się publiczności.

Głos zabrali: Prezydent Miasta Piły Pan Piotr Głowski i Senator RP Mieczysław Augustyn. Panowie podkreślili, jaką rolę odgrywają seniorzy, którzy swoją pracą społeczną, zaangażowaniem potrafią wszystkich jednoczyć dążąc do wspólnego celu.

Na zakończenie Prezentacji Przedstawiciele Oddziałów Rejonowych, które wystawiły stoiska z wyrobami artystycznymi oraz pokazały swoje artystyczne umiejętności na scenie otrzymały dyplomy z rąk Pana Prezydenta Miasta Piły Piotra Głowskiego. W trakcie trwania imprezy wszyscy mogli skorzystać z poczęstunku - kawa, herbata, pączek.



Zarząd Oddziału Okręgowego PZERI w Pile serdecznie dziękuje Panu Prezydentowi Piotrowi Głowskiemu za objęcie patronatem Prezentacje, jak również Panu Dyrektorowi RCK Stanisławowi Dąbkowi i jego pracownikom za pomoc w tym przedsięwzięciu.

Z-ca Przewodniczącej Oddziału Okręgowego PZERI w Pile
Krystyna Hipnarowicz

Informacja!

Zarząd Oddziału Okręgowego PZERI w Pile ul. Staromiejska 7 informuje, że dnia 16.11.2018 r. /piątek/ w sali konferencyjnej Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej ul. Spacerowa 23 o godzinie 11.00, odbędzie się zebranie sprawozdawczo-wyborcze z pięcioletniej działalności Zarządu Oddziału Okręgowego PZERI i wybory do władz Związku na kolejną kadencję.

Oddział Rejonowy z Czarnkowa na wycieczce w Trójmieście.

W dniach od 26-27 sierpnia 2018 r. 30 osobowa grupa z Oddziału Rejonowego z Czarnkowa wybrała się na wycieczkę do Trójmiasta. Wycieczkę rozpoczęto od szerokiej, piaszczystej plaży w Sopocie. Przeszliśmy najdłuższym, drewnianym moło, które wcina się w morze na długość 515,5 m. Zobaczyliśmy jeden z najwytworniejszych hoteli w Polsce "Grand Hotel", który gościł w swoich wnętrzach setki najznamienitszych postaci ze świata kultury, polityki i nauki. Idąc ulicą Bohaterów Monte Cassino, przy której ujrzeliśmy tzw. Krzywy Domek-jeden z najciekawszych przykładów śmiałej, współczesnej architektury. Następnym punktem programu wycieczki było zwiedzanie Bazyliki archikatedralnej w Gdańsku-Oliwie, gdzie w przepięknym wnętrzu wysłuchaliśmy koncert organowy na przepięknie zdobionych organach. Na zapleczu Bazyliki rozciąga się Park Oliwski im. Adama Mickiewicza z odmianami kwiatów, drzew, strumyków. W drodze powrotnej do hotelu podziwialiśmy Stadion w kolorze bursztynu PGE ARENA oraz dom Prezydenta Lecha Wałęsy. Późnym wieczorem uczestniczyliśmy w Wieczorze Kaszubskim i bawiliśmy się ile sił wystarczyło. W następnym dniu były kolejne atrakcje, zwiedzanie Gdańska. Zobaczyliśmy najstarszy dźwig portowy tzw. Żuraw, który jest jednocześnie Bramą Miejską i elementem średniowiecznej fortyfikacji. Na Dworze Artusa zobaczyliśmy przepięknie zdobione komnaty oraz 11 metrowy piec zbudowany z zdobionych kafli oraz licznymi obrazami i eksponatami.

Kolejnym punktem zwiedzania było Stare Miasto, Ratusz i Kościół Mariacki (gdzie w bocznej kaplicy Matki Boskiej Ostrobramskiej znajduje się sarkofag Marszałka Sejmu Macieja Płazyńskiego oraz pomnik ofiar katastrofy smoleńskiej). Bazylika św. Bvrygidy z sarkofagiem proboszcza parafii ks. Prałata Henryka Jankowskiego. Następnym punktem programu był rejs po Mołtawie. Płynąc stateczkiem wycieczkowym w oddali widzieliśmy Westerplatte. Zobaczyliśmy z innej perspektywy stocznice budowane okręty, spichrze zbożowe, magazyny węglowe, rafinerię, Europejskie Centrum Solidarności...

Wracając do miejsca docelowego przepłynęliśmy pod mostem zwodzonym. Na zakończenie naszej wyprawy udaliśmy się do Gdyni zwiedzając Skwer Kościuszki. Spacerując brzegiem zwiedziliśmy żaglowiec Akademii Morskiej "Dar Pomorza", okręt ORP Błyskawica.

Grupa pełna wrażeń i emocji po zrealizowaniu programu wróciła do domów.

Program opracowała. Grażyna Kicińska



Regionalia

Oddział Rejonowy PZERiI w Okonku informuje

W dniach od 13 do 20.08.2018 r. członkowie Oddziału Rejonowego w Okonku wypoczywali w Krynicy Zdrój i korzystali z wielu atrakcji:

- zwiedzanie Kurortu z przewodnikiem
- codzienne uczestnictwo w koncertach

"Festiwalu Jana Kiepury"

który odbywał się w Muszli Koncertowej na i Sali Koncertowej i trwał od 11 do 18.08. 2018 r.

- pobyt na basenach termalnych w Słowacji VOBROV
- zwiedzanie Kopalni Soli w Bochni
- biesiada góralska z tańcami
- spływ rzeką Poprad - 10 km
- indywidualne formy spędzania czasu/wycieczki na Górę Parkową, Jaworzynkę, dancingi/

Zmęczenie dało się mocno we znaki, ale świetna pogoda i humory wynagrodziły wszystko.

Z pobytu skorzystało 37 osób.

Nad całością imprezy czuwali kol. R. Zawadzki, kol G.Goncyrko i kol I. Brodzicz.

Informację przygotowała H.Brodzicz



Piknik w Siedlisku Henrykowo.

Dnia 5.09.2018 r. Zarząd Oddziału Okręgowego PZERiI w Pile zorganizował piknik w Henrykowie. Udział wzięło 130 członków Związku. Swoją obecnością zaszczylił nas Pan Starosta Piłski Eligiusz Komarowski i Radny Powiatu Pan Przemysław Pochylski. Atrakcją pikniku były zorganizowane zawody sportowe, które wzbudziły wśród zebranych wiele emocji. Były to rzuty piłeczkami do wiader, wyścig na "tip topa" i wiązanka tańców. Jury, wybrane spośród zebranych oceniało zawodników (a było o co walczyć). **Pierwsze miejsca** były nagradzone pucharami ufundowanymi przez Pana Starostę. **Za drugie i trzecie miejsca** zawodnicy otrzymali duże, smaczne czekolady. Były tańce i śpiewy. Nikt nie siedział przy stole, wszyscy się bawili. Pan Starosta poprowadził "wężyka". Jak zwykle były podane pyszności- grochówka, kiełbaski z grilla, a na stole królował swojski smalec i ogórki małosolne. Muzyczną oprawę przygotował nasz niezamordowany i niezastąpiony Krzysiu Belak.



Kultura i imprezy

Zapraszamy do udziału w imprezach organizowanych w miesiącach:

Listopad

- 5.11.- 15.11.2018 r.- wczasy rehabilitacyjne w Zawoi
- 16.11.-16.11.2018 r.- wczasy rehabilitacyjne w Zawoi
- 11.11.-30.11.2018 r.- Teatry Rodzinne w RCK
- 27.11.2018 r. - zabawa "Andrzejki"

Grudzień

Informacje

WIECZORKI TANECZNE

odbywają się w każdy czwartek

w godz. 15.00 - 19.00

w Centrum Aktywizacji Seniorów
(świetlica Zarządu Oddziału Okręgowego PZERI)



Zarząd Oddziału Okręgowego PZERI

w Pile ul. Staromiejska 7, informuje, że

dzięki pomocy Banku Żywności

w każdy dzień w pokoju nr 10 wydaje artykuły żywnościowe dla osób najbardziej potrzebujących.

Banki Żywności 

GROTA SOLNA

w siedzibie Związku
w pokoju nr 12

czynna

od poniedziałku do piątku
w godz. 10.00 - 14.00

Zapraszamy do
GABINETU REHABILITACYJNEGO
w siedzibie PZERI (ul. Staromiejska 7)

*czynny: od poniedziałku do piątku
w godz. 8.30 - 13.30*

rejestracja: od godz. 10.00 - 13.00

Przypominamy, że z zabiegów można korzystać po konsultacji z lekarzem. Gabinet wyposażony jest w interdynamic, pole magnetyczne, sollux, laser, fotel samomasujący, nowy sprzęt "HOME CARE HT 906". Wykonywany jest również suchy masaż ciała.

Zakład Aktywności Zawodowej w Piła ma własną siedzibę

10 października 2018 r. Gmina Piła zawarła umowę sprzedaży nieruchomości przy ulicy Węglowej 9 w Piła na rzecz Stowarzyszenia Pomocy Humanitarnej w Piła z siedzibą w Piła. Stowarzyszenie jest organizacją pożytku publicznego i zajmuje się między innymi rehabilitacją zawodową i społeczną osób niepełnosprawnych, oraz prowadzeniem Zakładu Aktywności Zawodowej.

Sprzedaż nastąpiła z zastosowaniem bonifikaty w wysokości 99% od ceny nieruchomości, której wartość wynosi ponad 3 mln. zł. Przesłanką uzasadniającą udzielenie bonifikaty jest sprzedaż nieruchomości na rzecz organizacji pożytku publicznego na cel prowadzonej działalności organizacji pożytku publicznego.

Na akcie notarialnym swój podpis złożył Piotr Głowski – Prezydent Miasta Piła, który podsumował darowiznę tymi słowami – Pożytek publiczny ma większą wartość niż przekazywanej nieruchomości. Dziękuję w tym miejscu radnym Rady Miasta Piła za jednogłośnie podjętą decyzję.

Prezydent przypomniał również podobne działania Urzędu Miasta, dzięki którym rozwinęło się m.in. Społeczne Towarzystwo Oświatowe, a dzisiaj buduje się hospicjum w Piła. – Mam nadzieję, że ten akt notarialny będzie przyczynkiem do dalszego rozwoju – powiedział prezydent Piła.



W Zakładzie Aktywizacji Zawodowej, w którym pracuje dziesiątki osób rehabilitujących się nie tylko zawodowo, ale przede wszystkim społecznie – co podkreślił obecny prezes Witold Urbanowicz – dzień podpisania aktu był wielkim świętem. Nie obyło się bez symbolicznego poczęstunku, toastu i tortu, który osobiście pokroił senator RP Mieczysław Augustyn – współzałożyciel Stowarzyszenia Pomocy Humanitarnej. Wśród gości byli obecni: współzałożyciele, zarząd, byli pracownicy, przyjaciele Stowarzyszenia i pracownicy Wydziału Gospodarki Nieruchomościami wspierający proces przekazania nieruchomości.



fol. Izabela Toboła

NUTW zainauguował rok akademicki

Po raz drugi zainauguowany został rok akademicki na Nadnoteckim Uniwersytecie Trzeciego Wieku w Piła. Podczas uroczystości, która odbyła się w Sali Miejskiej Inwest-Parku immatrykulowanych zostało 36 nowych słuchaczy. Wykład inauguracyjny pt. „Historia w nas i obok nas” wygłosił prof. dr hab. Waldemar Łazuga z UAM w Poznaniu. Uroczystość uświetnił występ chóru „Halka” pod batutą Przemysława Wojnarowskiego.

W nowym roku akademickim na seniorów czeka wiele zajęć. Od nauki języków angielskiego, niemieckiego, w ofercie znajduje się również włoski i rosyjski, zajęcia sportowe, gimnastyka w wodzie, warsztaty kulinarne i działania artystyczne. Nie zabraknie wykładów, pierwszy (poza inauguracyjnym) odbył się już 19 października - dr Paweł Stachowiak z UAM w Poznaniu omówił „Udział Francuzów w odzyskaniu przez Polskę niepodległości”. Więcej szczegółów na stronie nadnoteckiuw.pila.pl



fol. Jan Szwedziński

DNI SENIORA 2018

Jak co roku, w listopadzie, seniorzy przez miesiąc biorą udział w serii imprez organizowanych przez Klub Seniora pod wspólną nazwą „Dni seniora”. W tym czasie członkowie różnych sekcji dokonują podsumowań rocznych aktywności i przede wszystkim świętują. W tym roku program zawiera 35 różnych imprez.

3 listopada odbędą się klubowe zaduszki w wykonaniu aktorów Teatru UBU. Dwa dni później, 5 listopada, zaplanowana jest uroczysta inauguracja Dni Seniora w sali kameralnej Regionalnego Centrum Kultury przy pl. Staszica. W tym samym RCK następnego dnia (6 listopada) zapraszamy na wernisaż z okazji jubileuszu 40 - lecia pracy artystycznej malarki p. Bożeny Pudełko a dzień później (7 listopada) na Kino Seniora – Kobiety Wieczór.

12 listopada odbędzie się pierwsze spotkanie w cyklu „Mała scena – wielka sztuka”, jego program przewiduje koncert „Pilanek”, żeńskiego zespołu wokalnego. Dalsze spotkania to 17 listopada „Zaułek Puchaczy”, 21 listopada spektakl Teatru UBU, 23 listopada koncert „Ballady” – męskiego zespołu wokalnego i chóru „Srebrna Nuta”.

Tradycją są już zawody strzeleckie seniorów organizowane w ośrodku strzeleckim „Tarcza”, które w tym roku odbędą się 19 listopada. Dni seniora to również wybory Seniora Roku. 124 listopada odbędzie się spotkanie, podczas którego kandydaci do tytułu będą się prezentować, a dzień później nastąpią wybory. W czwartek 22 listopada w klubie będzie można obejrzeć przedstawienie teatralne w wykonaniu artystów krakowskich pt. „Przypowieści o dobroci”. Wszelkie szczegółowe informacje znajdują się na stronie internetowej klubu.



Zarząd Oddziału Okręgowego PZERil w Pile informuje członków Związku, że dnia 11.09.2018 r. odeszła od nas na zawsze Nasza Wspaniała Przewodnicząca

śp. Teresa Lemańska

Była filarem i wsparciem dla Zarządu, współpracowników, otwarta na problemy ludzi potrzebujących.

Ceniona przez Zarząd Główny Polskiego Związku Emerytów, Rencistów i Inwalidów w Warszawie, gdzie pełniła funkcję członka Zarządu.

Również władze samorządowe nie szczędziły pochwał za Jej działalność społeczną. Przejawiało się to w licznych odznaczeniach, m.innymi -Syriusz 2012 r.- Laureat Nagrody Prezydenta Miasta Piły, w kategorii OSOBOWOŚĆ oraz ostatnio wyróżniona wpisem do Księgi Pamiątkowej Miasta Piły, za zaangażowanie podczas pełnionej przez 20 lat służby publicznej oraz działalności na rzecz integracji i aktywizacji społeczności lokalnej.

*"Czas jest najlepszym lekarstwem na smutek,
a wspomnień nikt nam nie odbierze, zawsze będą z nami".*

**Z głębokim żalem żegnamy Cię Tereniu.
Byłaś z nami na dobre i złe przez wiele lat.
Dziękujemy Ci za wszystko.**

Współpracownicy Związku.



**ZAPISZ SIĘ DO POLSKIEGO ZWIĄZKU
EMERYTÓW, RENCISTÓW I INWALIDÓW!**

*Zapraszamy
w szeregi!*

**Zapisy przyjmowane są w siedzibie Związku w Pile przy ul. Staromiejskiej 7
w pokoju nr 7 od wtorku do piątku w godzinach od 10.00 do 14.00**



Roczna składka:
30 zł (tylko 2,50 zł za miesiąc!)



Wpisowe:
3 zł



Legitymacja:
5 zł

Należy posiadać: **1.** Dowód osobisty
2. Jedno zdjęcie
3. Legitymację emeryta lub rencisty

- Wydajemy zaświadczenia ulgowe na przejazdy koleją PKP
- Organizujemy wycieczki jedno- i wielodniowe, wczasy wypoczynkowe i rehabilitacyjne w Polsce i za granicą
- Wychodzimy do teatru, na koncerty
- Organizujemy zabawy, pikniki, koncerty
- Służymy pomocą finansową i rzeczową
- Prowadzimy gabinet rehabilitacyjny i grotę solną

