



NASZE SPRAWY

INFORMATOR ZARZĄDU ODDZIAŁU OKRĘGOWEGO
POLSKIEGO ZWIĄZKU EMERYTÓW, RENCISTÓW I INWALIDÓW W PILE

EGZEMPLARZ BEZPŁATNY

1000 egzemplarzy

3/51 maj-czerwiec 2012 r.



Wieś wakacyjna **Uroczysko Henrykowo**



Wieś Wakacyjna HENRYKOWO zaprasza na sezon letni 2012



Na naszych gości czeka sporo atrakcji:

- Basen
- Przejażdżka bryczką po okolicy
- Możliwość obcowania ze zwierzętami
- Jazda konna
- Pływanie rowerami wodnymi i łodziami wiosłowymi
- Profesjonalny kort tenisowy
- Boisko do siatkówki i koszykówki
- Siłownia
- Możliwość grillowania bądź rozpalania ogniska
- O świcie w dolinie bobrowej zobaczyć można żywego bobra lub całą rodzinę bobrową

Rezerwacja tel.kom. 606 302 689





**Dofinansowanie uczestnictwa osób
niepełnosprawnych i ich opiekunów
w turnusach rehabilitacyjnych.**



Uczestnictwo w turnusie rehabilitacyjnym zgodnie z ustawą należy do podstawowych form aktywności wspomagającej proces rehabilitacji zawodowej i społecznej osób niepełnosprawnych. Warunkiem uczestnictwa w turnusie rehabilitacyjnym z różnego rodzaju dysfunkcjami jest posiadanie ważnego orzeczenia o niepełnosprawności. Osoba niepełnosprawna może ubiegać się o dofinansowanie, m.in. pod warunkiem, że weźmie udział w turnusie, który odbędzie się w ośrodku wpisanym do rejestru ośrodków prowadzonego przez Wojewodę.

Aktualne informacje o ośrodkach i organizatorach turnusów rehabilitacyjnych, posiadających wpisy do rejestrów Wojewody, dostępne są na stronie internetowej:

www.ebon.mpips.gov.pl

Dofinansowanie (ze środków PFRON) uczestnictwa w turnusie rehabilitacyjnym osoby niepełnosprawnej oraz ewentualnie-jej opiekuna, udzielane jest przez Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie (PCPR), właściwe dla miejsca zamieszkania tej osoby.

Do wniosku o dofinansowanie dołącza się:

- kopię orzeczenia o stopniu niepełnosprawności
- wniosek lekarza, pod którego opieką znajduje się osoba niepełnosprawna kierowana na turnus rehabilitacyjny.

Przy rozpatrzeniu wniosku o dofinansowanie bierze się pod uwagę stopień i rodzaj niepełnosprawności wnioskodawcy oraz uwzględnia się na jego korzyść fakt niekorzystania z dofinansowania w roku poprzednim.

Wysokość dofinansowania wynosi:

- 27% przeciętnego wynagrodzenia - dla osoby niepełnosprawnej ze znacznym stopniem niepełnosprawności.
- 25% przeciętnego wynagrodzenia dla osoby niepełnosprawnej z umiarkowanym stopniem niepełnosprawności.

- 23% przeciętnego wynagrodzenia dla osoby niepełnosprawnej z lekkim stopniem niepełnosprawności.

- 18% przeciętnego wynagrodzenia dla opiekuna osoby niepełnosprawnej.

W przypadku uzasadnionym szczególnie trudną sytuacją życiową osoby niepełnosprawnej dofinansowanie może być podwyższone do wysokości 35% przeciętnego wynagrodzenia.

Podstawa prawna:

Ustawa z dnia 27.08.1997 r. o rehabilitacji zawodowej i społecznej oraz zatrudnieniu osób niepełnosprawnych (Dz.U. 2011r.nr 127,poz.721 z późn. Zmianami.

- rozporządzenie Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 15.11.2007 r. w sprawie turnusów rehabilitacyjnych.

Informacja! Przeciętne wynagrodzenie w IV kwartale 2011 r. - 3.586,75 zł.

Komu przysługuje dodatek mieszkaniowy ?

To świadczenie uzależnione ściśle jest od kryterium dochodowego. Dopłatę do czynszu dostaniemy, jeśli średni miesięczny dochód na każdego domownika nie przekracza wysokości:

- w gospodarstwie jednoosobowym -175% najniższej emerytury;
- w rodzinie wieloosobowej -125% najniższej emerytury

W jakiej wysokości wypłacany jest dodatek mieszkaniowy?

Jego wysokość obliczana jest indywidualnie, zależy m.in. od wydatków na mieszkanie, dochodów rodziny, powierzchni przypadającej na jednego domownika.

Źródło : Informator -Gazeta Wyborcza



Dobre rady



Porady babuni.

• Mielona kawa do sosu.

Szczypta świeżo zmielonej aromatycznej kawy dodana do sosu z pieczeni sprawi, że stanie się on bardziej wyrazisty.

• Rumiana i chrupiąca skórka.

Pieczeń będzie miała ładną chrupiącą skórkę, jeśli w trakcie pieczenia polejesz ją kilka razy piwem lub na 10 minut przed wyjęciem z piekarnika posmarujesz cieniutko płynnym miodem spadziowym lub wielokwiatowym.

• Kotlety mielone.

Będą bardziej pulchne, kiedy do masy mięsnej dodasz kilka łyżek rosółu (może być nawet z kostki). Pamiętaj, aby przed dodaniem do mięsa rosół ostudzić.

• Świeżość surowych jajek.

Łatwo sprawdzić bez ich rozbijania. Umieszczone na łyżce jajko wpuszczamy delikatnie do pojemnika z wodą. Jeśli od razu „utonie”, jest świeże. Natomiast to, które oprze się na dnie szerszym końcem, nadaje się jeszcze do spożycia, ale trzeba je poddać obróbce termicznej (można dodać do ciasta lub naleśników). Jajka, które swobodnie pływają na powierzchni, są zepsute i nadają się tylko do wyrzucenia.

• Kostki lodu.

Mogą mieć nie tylko różne kształty, ale również różne smaki. Wystarczy do woreczków albo pojemniczków do lodu zamiast wody wlać sok owocowy. Takie kolorowe kostki podniosą smak i wygląd napoju.

• Ciasto naleśnikowe.

Ciasto naleśnikowe będzie lepsze, kiedy dodasz do niego odrobinę gazowanej wody. Jeżeli wlejesz też trochę oliwy, naleśniki nie będą przywieraty do patelni podczas smażenia.

• Metalowe brytfanny i patelnie nie zardzewieją.

Gdy po umyciu i osuszeniu przetrzesz je skórka nie solonej słoniny lub natłuszcisz odrobiną oleju. Warstewka tłuszczu zapobiega powstawaniu rdzy.

Czyszczenie piekarnika.

Sodę + ocet mieszamy, kładziemy na przypalone miejsca. Po dziesięciu minutach czyścimy szczoteczką, a potem polerujemy ręcznikiem papierowym.

Plama z soku na dywanie.

Świeżą plamę posypujemy solą. Chwilę odczekujemy i zbieramy łyżeczką lekko zabarwioną sól. Następnie posypujemy sodą oczyszczoną, lekko skrapiając wodą. Po chwili zbieramy szczoteczką sodę. Plama znika.

Soda - jako środek niezwykle użyteczny w kuchni i gospodarstwie domowym.

Sucha soda: rozsypana, ma właściwości dezodoryzujące, usuwa też zaschłe plamy.

Jako pasta w trzech części sody i jednej części wody, przydaje się w solidnym czyszczeniu - np. akcesoriów kempingowych, dywanów itp.

Jako roztwór 45 ml sody w litrze wody myje i odświeża stoły kuchenne, zlewy, naczynia, pudełka na żywność, deski do krojenia, kuchenki mikrofalowe, zmywarki do naczyń itp.

Soda przynosi też ulgę podrażnionej skórze, a kąpiel w jej roztworze usuwa ból zmęczonych stóp.

• Sól.

Gruba lub drobna sól z octem albo sokiem z cytryny znakomicie sprawdza się w usuwaniu wielu rodzajów plam. Świetnie czyści wiklinę i miedź.

• Sok z cytryny.

Kwas cytrynowy znakomicie usuwa plamy z tłuszczu i potu na ubraniach. Doskonale czyści szkło, aluminium, porcelanę, ożywia kolor rattanu, przywraca biel zażółconym tkaninom. Ma także właściwości dezodoryzujące.

• Pasta do zębów.

Zwykła pasta do zębów. Doskonała do usuwania niektórych plam na ścianach i podłogach.

Uwaga! Nie należy mylić z pastami w żelu, które nie mają właściwości czyszczących.

• Kamfora.

Ten krystaliczny proszek o charakterystycznym zapachu, odstrasza mole i szkodniki ogrodowe. Zapobiega ciemnieniu srebra.

Źródło: ABC dobrych porad domowych.



Chorzy na (nie) pogodę.

Gdy w słoneczne dni promieniejesz, a w deszczowe ogarnia cię przygnębienie, jest to reakcja zupełnie zrozumiała. Kiedy jednak zmiany pogody wywierają zbyt częsty i negatywny wpływ na organizm, to znak, że jesteś **meteopata**. Tym nie trzeba się przejmować. Twój los dzieli co drugi Polak. Da się z tym żyć, zmieniając pewne nawyki. Meteopata może być każdy, nawet małe dziecko i mężczyzna w sile wieku.

W grupie wrażliwych na pogodę przeważają jednak kobiety i osoby starsze. Dolegliwości związane z pogodą coraz częściej dopadają też przeciążonych pracą 30-40 latków. Przebywanie całymi dniami w pomieszczeniach (często klimatyzowanych), niedosypianie i palenie papierosów osłabia odporność. Najwięcej meteopatów jest w miastach. Reakcje organizmu na zmiany pogody bywają różne np. niskie ciśnienie atmosferyczne.

Ponieważ nie mamy wpływu na pogodę, nie pozostaje nic innego, jak próbować okiełzać nadmierną wrażliwość organizmu, a pojawiające się mimo wszystko dolegliwości złagodzić.

Pomocne metody:

- hartowanie organizmu (np. zimny prysznic),
- zwiększenie aktywności fizycznej (pływanie, jazda na rowerze, jogging),
- częstsze przebywanie na świeżym powietrzu (spacery niezależnie od pogody),
- kąpiele z dodatkiem olejku lawendowego i rozmarynu,
- herbatki kojące napięcie np. napary lawendy i rumianku słodzone miodem,
- dieta lekkostrawna, bogata w produkty roślinne, zapewniające dużo witamin i minerałów, uwzględniająca także pełnoziarniste pieczywo (witaminy z grupy B łagodzą podenerwowanie), chude mięso, produkty mleczne i ryby (zawierają kwasy omega-3 wzmacniające układ krążenia),
- ograniczenie używek- z wyjątkiem kawy, przy niskim ciśnieniu. Przy wysokim ciśnieniu- nerwowość zmniejszą herbata z melisy.



Bezpieczne wakacje.

Przed nami lato. Cudowny czas odpoczynku, wyjazdów, pobytu na działkach i innych imprezach na świeżym powietrzu. Zmiany kulinarne mogą spowodować problemy żołądkowe. Poniżej kilka rad czego unikać aby np. biegunka podczas podróży lub odpoczynku na świeżym powietrzu nie zakłóciła nam spokoju:

- wodę z kranu lub studni gotuj przez co najmniej 1 minutę przed wypiciem lub myciem zębów. **W żadnym razie nie pij wody z kranu, studzienek czy górskich strumyków!**
- w restauracjach zawsze proś o butelkowaną wodę, zamawiaj drinki bez lodu (zamrażanie nie zabija bakterii),
- nie jedz w lokalach potraw surowych czy niedogotowanych (krwistego steka i tataru)
- nie pij surowego mleka od krowy,
- owoce i warzywa z nieznanym upraw dokładnie umyj i lepiej obieraj ze skóry,
- unikaj ulicznych restauratorów! Kramy z hot-dogami, kebaby i zapiekanki są latem znacznie częstszą przyczyną biegunek niż jedzenie stołowe czy restauracyjne,
- myj ręce przed przygotowaniem posiłku i przed jedzeniem.

Jak złagodzić objawy?

Biegunka prowadzi do odwodnienia organizmu, dlatego najważniejsze jest uzupełnienie płynów.

W przypadku wystąpienia biegunki zaleca się picie wody mineralnej, soków owocowych oraz bulionów. W cięższych stanach należy przygotować roztwór przegotowanej wody z 1/4 łyżeczki sody oczyszczonej. Taki napój warto pić na przemian z mieszaniną soku owocowego z połową łyżeczki miodu i szczyptą soli.

Absolutnie nie wolno pić alkoholu, napojów gazowanych i kawy.

Niezbędni w wakacyjnej apteczce:

- środki przeciwbólowe i przeciwgorączkowe,
- środki na przeziębienie, kaszel, katar,
- jeśli masz alergię to leki na nią i wapno,
- środki na biegunkę i odwodnienie,
- maści łagodzące ukąszenia,
- opatrunki: bandaże, gazę, plastry, spirytus salicylowy,
- termometr, nożyczki, strzykawka do leków.



Czas na grillowanie.

Szaszłyki na szybko.

Składniki:

- 2 kielbasy
- 1 papryka czerwona
- 1 cebula biała
- 10 szt. pieczarek
- 5 łyżek oliwy
- łyżeczka przyprawy do grilla
- łyżeczka ziół prowansalskich,

Wykonanie:

1. Pieczarki, paprykę i cebulę myjemy. Paprykę kroimy w kostkę, cebulę w krążki, pieczarki małe zostawiamy całe, duże kroimy na połówki, kielbasę w plasterki. Nabijamy na szpikulce składniki na przemian.
2. Oliwę mieszamy z ziołami, bazylią i przyprawą do grilla. Całość pieczemy na grillu polewając do smaku przygotowaną oliwą z dodatkami.



Chleb pełen sera.

- 1 średni chleb pszenny
- 1/2 kostki masła
- 100 g sera żółtego
- 50 g sera topionego
- 1 opakowanie serka wiejskiego (200g)
- 1 pęczek szczypiorku.

Etapy przygotowania:

Chleb kroimy w poprzek, ale nie do końca. Kromki smarujemy masłem, odsączonym serkiem wiejskim i serkiem topionym, posypujemy startym żółtym serem i posiekany szczypiorkiem. Chleb zawijamy w folię aluminiową, wkładamy do piekarnika nagrzanego do 180 st. na około 20 minut lub pieczemy na grillu.

Smacznego!



Sos czosnkowy z oregano znakomity dodatek do mięsa, potraw z grilla lub pizzy

Składniki: • 3 łyżki majonezu • 6 łyżek śmietany • 3 łyżeczki oregano • 2 ząbki czosnku • sól

Wykonanie: Wszystkie składniki należy ze sobą połączyć i sos jest gotowy do podania na stół.

Regionalia

Koło PZERI w Jaraczewie

W dniu 31 marca 2012 r. o godzinie 17.00 odbyło się w Kole w Jaraczewie spotkanie Wielkanocne połączone z obchodami „Światowego Dnia Inwalidy”.

W spotkaniu wzięło udział 30 osób. Wśród gości zaproszonych była Przewodnicząca Oddziału Okręgowego PZERI w Pile Teresa Lemańska, która przywitała gości i złożyła życzenia z okazji zbliżających się świąt.

Uroczystość uświetniły dania, m.in. biały barszcz z kielbasą, ciasto, kawa i herbata w całości przygotowane przez członkinie Koła.

Spotkanie przebiegło w sympatycznej i przyjaznej atmosferze.

Przewodnicząca Koła PZERI w Jaraczewie
Krystyna Szczelczyk



Regionalia

25.01.2012 r. w Wałczu odbył się tradycyjny karnawałowy wieczorek taneczny zorganizowany przez Oddział Rejonowy PZERI w Wałczu.

Już od dziesięciu lat Oddział Rejonowy organizuje zabawy taneczne z okazji Dnia Babci i Dziadka, połączone z wyborem „Super Babci i Super Dziadka”. Zabawy na których nie brak atrakcji, cieszą się dużym zainteresowaniem. Tego roku bawiło się 160 osób. Wiele emocji wzbudziły tradycyjne wybory Super Babci i Dziadka. Szczęśliwymi wybrańcami zostało małżeństwo Zenobia i Mieczysław Preś. Zwycięscy otrzymali kwiaty i puchary ufundowane przez Starostwo Powiatu Wałeckiego.

Państwo Zenobia i Mieczysław Preś od dwudziestu lat należą do naszego Związku. Od lat udzielają się społecznie, biorą czynny udział we wszystkich imprezach kulturalnych.

Przewodniczący Oddziału Rejonowego
PZERI w Wałczu
Czesław Dubilewicz

Oddział Rejonowy PZERI w Wałczu.



Regionalia

Syriusze za 2011 r.

Zostały rozdane...

W dniu 3.03.2012 r. w Pilskim Domu Kultury odbyła się uroczysta Gala, na której zostały rozdane Statuetki Syriuszy. Pomysłodawcą przyznawania pilskich Syriuszy od dwóch lat jest Prezydent Miasta Pity - Piotr Głowski.



W czasie uroczystej Gali, którą poprowadzili Beata Chmielowska-Olech- prezenterka Teleexpressu i Hiszpan Conrado Moreno, który zdobył popularność dzięki programowi „Europa da się lubić”, nagrodzone zostały osoby, firmy i instytucje w sześciu kategoriach:

- Osobowość
- Lokalna społeczność
- Biznes
- Sport
- Kultura
- Wydarzenia.

Nominowanych było wielu.

W tym roku w kategorii :



„Osobowość roku 2011”

Laureatką została:

Przewodnicząca Zarządu Oddziału
Okręgowego Polskiego Związku Emerytów,
Rencistów i Inwalidów

Teresa Lemańska.

Cieszymy się i jesteśmy dumni, że nasza Przewodnicząca została doceniona przez władze miasta, a Jej praca, na rzecz wspierania środowiska emerytów, rencistów i inwalidów oraz osób niepełnosprawnych spotkała się z tak ogromnym wyróżnieniem.

Gratulujemy

Finałem uroczystości był koncert wokalistki jazzowej Agi Zaryan.

Dzień Matki 26 maja

Wiele pięknych kwiatów znamy:

tulipanów, róż i bzów.

My dla naszych Mam dziś mamy

najpiękniejsze kwiaty słów:

Słowo miłość - za ich troski.

Słowo wdzięczność - za ich trud.

Dar to skromny - dar dziecięcy
wyspiewany z serc jak z nut.



**Za Two czułe serce, za mądre nakazy
w dniu Twojego Święta dziękujemy sto razy !!**

Dzień Dziecka

1 czerwca



W Dniu Waszego Święta życzymy
tyle spokoju, ile tylko potrzebujecie .
Tyle szaleństwa, aby życie nie wydawało się nudne.
Tyle szczęścia, abyście nie oszalały z nadmiaru.
I tyle smutku, aby równowaga zachowała się
po wsze czasy.

Zaś miłości ponad wszystko !

Życzymy wszystkim Dzieciom, aby ich dzieciństwo
było jak najlepsze i aby trwało jak najdłużej.

Dzień Ojca 23 czerwca

W Dniu Ojca, życzę Tobie Tato
wiary i nadziei głębokiej, że warto mieć
marzenia, plany i chęć ich spełnienia
oraz siłę by zwalczać trud, niepowodzenia.
To Ty mnie nauczyłeś, że warto się starać,
mieć cel w życiu i się nie poddawać.
Teraz ja Twoje słowa dalej przekazuję
a Tobie za Twą mądrość
stokrotnie dziękuję!



Kocham Cię Tato !

Regionalia

Oddział Rejonowy PZERI w Krzyżu.

W dniu 19.04.2012 r. w Oddziale Rejonowym w Krzyżu odbyło się spotkanie z okazji „Światowego Dnia Inwalidy”. Zaproszonych gości przywitał Przewodniczący Oddziału Rejonowego w Krzyżu - Bogdan Boch. W spotkaniu uczestniczyli Przewodnicząca Oddziału Okręgowego PZERI w Pile - Teresa Lemańska, Starosta Powiatu Czarnkowsko-Trzcianieckiego-Tadeusz Teterus, Burmistrz Miasta Krzyża - Marek Tchórzka, Wójt Gminy Drawsko, Dyrektor MGOK Katrzyna Waško.

Spotkanie członków Związku było okazją do wręczenia przyznanych przez Zarząd Główny w Warszawie, Złotych Honorowych Odznaczeń.

U honorowane osoby to:

- Mieczysław Kasper - Sekretarz OR w Krzyżu.
- Wacław Lupa - członek OR w Krzyżu.

Gościnnie wystąpił zespół wokalny „Poranny Trylek”. Natomiast zespół wokalny pod dyrekcją Zenona Matulskiego przygrywał do tańca do późnych godzin wieczornych.



Informacje

W siedzibie Związku
w każdy ostatni wtorek miesiąca
w godz. 14.00 - 16.00
nasi członkowie mogą skorzystać
z bezpłatnych porad prawnych.
Zapisy chętnych, tylko w dniu
udzielania porad
w godz. 10.00 - 12.00



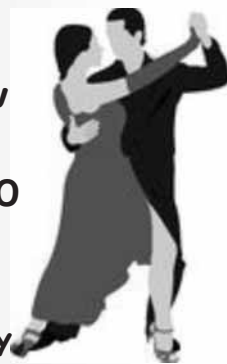
Zapraszamy na ćwiczenia rehabilitacyjne
w siedzibie Związku,
od wtorku - do piątku
w godzinach: 10.00 - 14.00
w pokoju nr 9



Ćwiczenia wykonywać można
na niżej wymienionym sprzęcie:
- fotel masujący, bieżnia,
- rower, wiosta, atlas.

W Centrum
Aktywizacji Seniorów
w każdy czwartek
w godz. 15.00 - 19.00
odbywają się
wieczorki taneczne

Zapraszamy



Zapraszamy do gabinetu rehabilitacyjnego
w siedzibie Związku
w Pile ul. Buczka 7.

Gabinet czynny jest
od poniedziałku do piątku
w godz. 8.00-13.00



Przypominamy, że z zabiegów można
korzystać po konsultacji z lekarzem.
Gabinet wyposażony jest w: interdynamik,
pole magnetyczne, sollux, laser, fotel
samomasujący, wykonywany jest również
suchy masaż ciała.

Kultura i imprezy

Zapraszamy do udziału w imprezach zaplanowanych w miesiącach:

Maj

- 8.05.2012 r. Teatr „Andropauza Męska Rzecz” - PDK
- 8.05. - 15.05.2012 r. Wczasy 7 dniowe w Mielnie-Unieściu
- 15.05. - 22.05.2012 r. Wczasy 7 dniowe w Mielnie-Unieściu
- 16.05.2012 r. Piknik GEOWITA - Płotki
- 20.05. - 1.06.2012 r. Wczasy we Włoszech
- 25.05.2012 r. Wycieczka do Kołobrzegu
- 31.05. - 6.06.2012 r. Wycieczka do Zakopanego



Czerwiec

- 2.06. - 9.06.2012 r. Wczasy 7 dniowe w Mielnie-Unieściu
- 9.06. - 16.06.2012 r. Wczasy 7 dniowe w Mielnie-Unieściu
- 13.06.2012 r. Wycieczka Ciechocinek-Toruń
- 20.06.2012 r. Piknik GEOWITA - Płotki



BETA-BUS S.C.

Towarzystwo Przewozowe **BETA-BUS S.C.**
świadczy usługi przewozu osób
w zakresie:

- **WYCIEZKI:**
 - krajowe,
 - zagraniczne,
 - szkolne, itp.
- **WYNAJEM ŚRODKÓW TRANSPORTU**
(wynajem autokarów, wynajem busów):
 - wesela,
 - pogrzeby,
 - wyjazdy integracyjne, itp.
- **PRZEWÓZ NA LINIACH REGULARNYCH:**
 - PIŁA - ZŁOTÓW - PIŁA,
 - PIŁA - TRZCIANKA - PIŁA,
 - pracowniczych PHILIPS PIŁA - ZŁOTÓW - PIŁA



64-920 Piła

Ul. Zesłańców Sybiru 9 (teren WOSS)

Tel.: 67 212 35 35

Tel. kom.: 602 654 359

Wydawca „Nasze Sprawy” Zarząd Oddziału Okręgowego PZERil w Pile ul.Buczka 7.
Zespół Redakcyjny: Teresa Lemańska (red.nacz.), Krystyna Hipnarowicz, Maria Hałaburda,
Teresa Mielczarek-Pescht, Genowefa Rajek.

Kontakt: 64-920 Piła ul.Buczka 7 (od wtorku do piątku) w godz. 10.00-14.00
tel. 67 212 41 96 • fax 67 350 93 80 • Strona internetowa: www.pzerii.pila.pl
Druk: Zakład Poligraficzny H.Górowski 64-920 Piła Al. Polskiego Wojska 66

Wczasy i wycieczki dla seniorów 2012

"przygoda dopiero się zaczyna"



SATYSFAKCJA GWARANTOWANA

Grecja
cena tylko **1495 zł**
20.05-03.06.2012

Włochy
cena tylko **1395 zł**
20.05-01.06.2012

Zakopane
Kraków
Słowacja
cena tylko **400 zł**
31.05-06.06.2012

Portugalia
cena tylko **1795 zł**
05.10-18.10.2012

Informacje i zapisy

tel.: 67 350 93 80, 67 212 41 96

Polski Związek Emerytów, Rencistów i Inwalidów
Zarząd Oddziału Okręgowego w Pile
ul. Buczka 7 64-920 Piła