



NASZE SPRAWY

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

EGZEMPLARZ BEZPŁATNY 1000 egzemplarzy 2/62 marzec-kwiecień 2014 r.

Wiosna się budzi

- Warto wiedzieć
- Dobre rady
- Zdrowie
- Kulinaria
- Regionalia
- Informacje
- Dzień Kobiet i Teściowej
- Święta Wielkanocne
- Kultura i imprezy

*i Święta
za pasem.*



POŚCIELE**RĘCZNIKI****DEKORACJE**

Najmodniejsze wzornictwo, szeroki wybór,
konkurencyjne ceny, atrakcyjne promocje.
Zapraszamy na zakupy!

- Piła, **Salon Firmowy**, al.Niepodległości 80
- Piła, **Galeria IBI**, al.Powstańców Wlkp. 162
- Wałcz, **Pasaż Czerwona Torebka**, ul.12 lutego 9
- Złotów, **Sklep Firmowy**, ul.Boh. Westerplatte 11e
- Trzcianka, **Galeria Abita**, pl.Pocztowy 24
- Czarnków, **Sklep Firmowy**, ul.Kościuszki 10
- Nakło, **Sklep Firmowy**, ul.Dąbrowskiego 18

**PAKOWANIE
PREZENTÓW**

Wszystkiego najlepszego w Nowym Roku!

Piła – Przyjazna Gmina 2013

Potencjał Piły i dotychczasowe działania zostały dostrzeżone przez Kapitułę V edycji Programu Przyjazna Gmina 2013, organizowanego przez redakcję Forum Biznesu – dodatku do Dziennika Gazety Prawnej, pod patronem Ministerstwa Infrastruktury i Rozwoju.

Jak informuje Kapituła „Doceniona została działalność Urzędu Miasta, starania jego Pracowników, całego Samorządu Piły i jednostek mu podległych, zwłaszcza w zakresie poziomu inwestycji własnych, strategii inwestycyjnej, jak również rozwoju społecznego. Piła jest tym Miastem, które wskazuje pozytywne tendencje w polskim samorządzie lokalnym, a także jest przyjazne inwestorom i mieszkańcom”.

W dniu 23 stycznia 2014 r. dyplom oraz Godło Przyjazna Piła 2013 z rąk przedstawiciela Kapituły, a zarazem z-cy red. naczelnego Forum Biznesu osobiście odebrał prezydent Piły Piotr Głowski.

Jak poinformował podczas konferencji prasowej przedstawiciel Kapituły Jacek Kozioł, Piła wyróżniona jest wraz z takimi miastami jak Kraków, Katowice czy Poznań. O tytuł starało się 200 gmin, z czego 30 będzie mogło promować się godłem Przyjazna Gmina 2013.



(DS.)

Rozbudowa centrum Piły – kolejny etap

PRZEBUDOWA ULIC 14 LUTEGO,
11 LISTOPADA I PLACU KONSTYTUCJI 3 MAJA



PRZEBUDOWA ULIC 14 LUTEGO,
11 LISTOPADA I PLACU KONSTYTUCJI 3 MAJA



Po wielomiesięcznych pracach projektowo-koncepcyjnych, badaniach archeologicznych, Urząd Miasta Piły przygotował postępowanie zgodnie z Ustawą o zamówieniach publicznych i ogłosił przetarg na „Przebudowę ul. 14 Lutego wraz z odcinkiem 11 Listopada i części Placu Konstytucji 3 Maja”

Na przebudowę tego obszaru złożą się wiele elementów, będą to m.in. roboty rozbiórkowo-zabezpieczeniowe, wykonanie nawierzchni placu, przebudowa kanalizacji teletechnicznej, urządzeń elektroenergetycznych. Przebudowa i budowa kanalizacji deszczowej wraz z przykanalikami, dostawa i montaż małej architektury, budowa miejsc parkingowych, demontaż oświetlenia i wiele innych określonych w Specyfikacji Istotnych Warunków Zamówienia. Zakres robót obejmuje również przesadzenie drzew i krzewów.

Po zakończeniu postępowania przetargowego, prace powinny rozpocząć się od wykonania robót na Pl. Konstytucji 3 Maja, dalej 11 Listopada.

(DS)

PRZEBUDOWA ULIC 14 LUTEGO,
11 LISTOPADA I PLACU KONSTYTUCJI 3 MAJA



Za nami I Piłskie Targi Pracy



W dniach 17 i 18 stycznia w nowo otwartym Piłskim Inkubatorze Przedsiębiorczości odbyły się I Piłskie Targi Pracy, które przyciągnęły mieszkańców Piły i okolic. W czasie targów zainteresowani mogli otrzymać kompleksowe informacje i pomoc dot. każdego z elementów procesu rekrutacji – od konsultacji z doradcą biznesowym i zawodowym, napisania CV (na targach funkcjonowały cieszące się dużym zainteresowaniem

punkty pisania CV oraz punkt fotograficzny, w którym można było na miejscu zrobić zdjęcie do dokumentów aplikacyjnych), poprzez uzyskanie ofert pracy, które zgromadzone zostały na Platformie Praca, w końcu spotkania i konsultacje, a nawet rozmowy kwalifikacyjne z pracodawcami, którzy na miejscu prezentowali swoje firmy i oczekiwania wobec pracowników.

K. Sztafel
BP UM Piła



Piła wspiera **WTZ**



Prezydent Piły, Piotr Głowski, podpisał umowę na przyznanie dotacji celowej udzielone Powiatowi Piłskiemu na zakup samochodu przystosowanego do przewozu osób niepełnosprawnych dla Warsztatu Terapii Zajęciowej koło w Pile. Dofinansowanie przekazane na powyższy cel wynosi 43 tys. zł. Kwota pokryła częściowo koszt zakupu samochodu, pozostałą część zrefundował PEFRON.

WTZ mieszczący się przy ul. Motylewskiej działa przy Polskim Stowarzyszeniu na Rzecz Osób z Upośledzeniem Umysłowym.

Warto wiedzieć

Uwaga na karty zbliżeniowe.

Karta zbliżeniowa pozwala na zawarcie drobnych transakcji (do 50,- zł.) bez PIN-u poprzez zbliżenie jej na krótko do czytnika.

Obawy przed skutkami używania karty zbliżeniowej nie są uzasadnione. Jest to rozwiązanie praktyczne, przydatne, ułatwiające życie. Warto jednak stosować się do pewnych praktycznych zaleceń:

- Strzeż karty przed złodziejami!
- Zadbaj o ubezpieczenie karty od nieuprawnionych transakcji. Trzeba zapytać, czy bank zrobił to z własnej inicjatywy, jeżeli nie, trzeba dokupić ubezpieczenie (opłaty nie są wysokie).

- Przepisz numer karty i miej go zawsze przy sobie.

- Znajdź na rewersie karty numer telefonu służącego do zastrzegania kart. Wpisz go do telefonu lub notesu i miej go zawsze przy sobie. W przypadku utraty karty natychmiast zadzwoń do centrum i cierpliwie czekaj na połączenie. Rzeczowo podaj dane potrzebne do zastrzeżenia karty.

Lepiej jednak pilnuj karty i nie dawaj szansy złodziejowi, bo brak ubezpieczenia to ryzyko strat sięgających nawet równowartości 150 EURO. Jeżeli złodziej zrobi zakupy na wyższą sumę, bank zwraca tylko nadwyżkę.

Źródło: Gazeta Twój Styl

Uwaga na pożyczki gotówkowe i kredyty.

Ze wszystkich stron kuszeni jesteśmy reklamami, z których wynika, że w określonych bankach możemy zaciągnąć kredyt prawie "za darmo".

Nic bardziej błędnego!

Zalecamy zawsze weryfikować te obietnice i szczególnie analizować umowy przed podpisaniem. Zazwyczaj pożyczkobiorcy starając się o kredyt lub pożyczkę biorą pod uwagę wysokość co miesięcznej raty, lub oprocentowania.



Tego typu myślenie może nas dużo kosztować.

Pod uwagę warto brać jedynie **RRSO**, czyli:
Roczną Rzeczywistą Stopę Oprocentowania.

Jeśli to ustawowy wskaźnik, który bierze pod uwagę wszystkie koszty ponoszone przez pożyczkobiorcę tj. m.in. opłatę za wniosek, marżę, prowizję, odsetki itp. zsumowane i oszacowane pod kątem wartości pieniądza w czasie. Banki muszą ujawnić tę wielkość (choć nie zawsze chcą), bo wtedy może okazać się, że prawdziwy koszt pożyczki może sięgać nawet kilkuset %.

Korzystajmy z przysługujących nam praw, **pytajmy, żądajmy wyjaśnień i konkretów**, aby nie płacić zbyt wiele.

Źródło: Twój Styl 2014 r.

Zdrowi wiekowi.

- Należymy do 30 -tu najstarszych krajów świata. Co czwarty Polak w 2030 r. osiągnie wiek emerytalny. Coraz więcej osób będzie potrzebowało opieki, wskazówek jak poprawić komfort życia i jak najdłużej pozostać w dobrej formie. Można je znaleźć na portalu utworzonym w ramach kampanii ZDROWI WIEKOWI, nad którą patronat medialny objęło "Żyjmy dłużej" www.zdrowiwiekowi.pl

Również TV ASTA w Pile w roku bieżącym uruchomiła dla seniorów program:

" Czas na Złoty Wiek"

Strony dla seniorów.

www.akademiaseniora.pl - na tej stronie znajdziesz dużo przydatnych informacji dla starszych ludzi m.in. o różnych kursach, zajęciach rozwijających kreatywność i wielu innych.

www.internetstarter.com.pl- ułatwi ci stawianie pierwszych kroków w internecie. Ten bezpłatny program przekona cię, że wędrowki po wirtualnym świecie są bardzo proste.

www.dojrzaloscwsieci.pl - na tym portalu znajduje się program, który ma na celu zachęcenie seniorów do korzystania z internetu.

**-Jaja.**

- Wyjęte z lodówki zimne jajka szybko pękają w czasie gotowania. Aby się tak nie stało, nakłuwamy się z szerszego końca ostrą szpilką, wkładamy do zimnej wody i powoli podgrzewamy.
- Do rozmieszanych jaj przed wlaniem na patelnię, dobrze jest dodać łyżkę oliwy. Smak jajecznicy będzie lepszy.
- Piana z białek ubija się szybciej i lepiej, gdy np. na 8 białek dodamy pół łyżeczki octu i ubijać będziemy razem. Piana nie zmieni swojego smaku.
- Z pękniętego jajka nie wypłynie w czasie gotowania białko, jeżeli wlejemy do wody łyżkę octu.
- Jajka w skorupkach brązowych są mocniejsze niż w białych.
- Przy gotowaniu jaj na twardo wsypujemy do wody trochę soli a łatwiej będzie je obierać ze skorupki.

Wielkanocne jaja farbujemy na brązowo gotując je w łupinach cebuli.

- Zamarznięte jaja staną się znów jadalne, jeśli wymoczymy je przez 4 godziny w zimnej wodzie.

- Buraczki.

Buraczki-pieczenie. Buraki średniej wielkości dokładnie myjemy, układamy w naczyniu żaroodpornym lub na blasze i skrapiamy lekko wodą. Pieczemy nadal skrapiając je od czasu do czasu wodą. Miękkie buraki wkładamy na kilka minut do zimnej wody- łatwo dają się obrać.

- Śmietana-ubijanie.

Najlepiej ubija się śmietaną, która przez kilka godzin postąła w lodówce. Pod koniec dodajemy cukru w proporcji: 1 szklanka śmietany- 1 łyżka cukru.

-Śmietana zaprawianie zupy.

Zanim wlejemy śmietaną do zupy, wymieszajmy ją z odrobiną mleka. Śmietana nie zwarzy się.

-Ryż- gotowanie.

- Ryż zachowa śnieżną biel i nie rozgotuje się na papkę, jeśli dodamy do wody kilka kropel soku cytrynowego lub kwasu cytrynowego.

- Tarka czyszczenie.

- Tarkę, na której była tarta skórka z cytryny, można łatwo oczyścić przecierając kostką cukru.

- Tarka- mycie.

- Tarkę przed ścieraniem sera dobrze jest lekko posmarować oliwą, wówczas ser nie lepi się i łatwo tarkę umyć.

- Stoik -otwieranie.

- Stoik z kompotem otworzy się natychmiast, jeśli wstawimy go na chwilę do gorącej wody.

- Ziemniaki.

- Zwiędłe ziemniaki przed obraniem wkładamy na 1/2 godziny do zimnej wody. Ziemniaki nabierają jędrności, dzięki czemu łatwiej je obierać.

- Ziemniaki prędzej się ugotują, jeśli dodamy do nich podczas gotowania małą łyżeczkę margaryny.

- Ziemniaki smażone ładniej się zarumienią, jeśli posypimy je lekko mąką.

- Gotowane ziemniaki będą smaczniejsze, jeśli do wody, w której się gotują, dodamy 2-3zębki czosnku i liść laurowy lub trochę suszonego kopru.

-Frytki.

- Frytki usmażą się szybciej i będą smaczniejsze, jeśli zanurzymy je na kilka minut we wrzącej wodzie i pozwolimy im wyschnąć przed położeniem na patelnię.

- Frytki smażymy na silnie rozgrzanym tłuszczu i solimy je, gdy podrumienią się ze wszystkich stron. Jeśli posolimy je przed powstaniem skórki, wycieknie z nich sok i nie będą dobre.





Brak pozytywnego nastawienia do życia.

Nasze myśli stanowią nie tylko o naszych powodzeniach i klęskach życiowych, ale także odgrywają znaczącą rolę w naszym zdrowiu. Uskarżamy się np. na bóle głowy, mięśni, szyi, pleców. Koniecznie trzeba zrozumieć, że każda dolegliwość w naszym ciele ma nie tylko fizyczne, ale również psychiczne przyczyny. Jeśli człowiek przyzwyczał się do krytykowania wszystkich i wszystkiego, to zaczynają go boleć stawy i mięśnie; Jeśli w człowieku dominuje gniew i nienawiść, to jego organizm jakgdyby się spalał, jest atakowany przez różne infekcje. Długo pamiętana kiedyś krzywda rozkłada, "pożera" ciało i w końcu prowadzi do powstawania nowotworów.

Człowiek, który nieustannie ma poczucie winy również cierpi na różne dolegliwości, które pojawiają się na całym ciele. Nasuwa się jasny wniosek: **lepiej jak najszybciej pozbyć się negatywnych myśli kiedy jeszcze jesteśmy zdrowi, niż usiłować wykorzenić je już po pojawieniu się choroby.**

Kontrola swoich myśli skierowana na ciągłe myślenie pozytywne- to droga nie tylko do zdrowia psychicznego ale również i fizycznego.

Oznacza to, że nasze myśli mogą uczynić nas zdrowymi lub chorymi, młodymi lub starymi.

Wiele osób uważa, że ze starością nie należy walczyć. Starość należy podtrzymywać chroniąc organizm przed cierpieniami.

Powstaje pytanie : dlaczego organizm się starzeje? Właśnie , że sami tego chcemy. Wszystko zależy od naszej psychiki, od naszego mózgu, którego "nastrajamy" na nieuchronność starzenia się i śmierci. Gdy tylko zaczną się pojawiać pierwsze zmarszczki, siwe włosy, stawiamy sobie diagnozę, starzejemy się, więc teraz musimy się bardziej oszczędzać, więcej odpoczywać, mniej się ruszać gromadząc siły. Mówiąc prosto, że przy pomocy psychiki sami się zabijamy. Zaczynamy starzeć- bo sami tego podświadomie chcemy. Nikt nie myśli, że właśnie złe odżywianie i lenistwo jest oznaką starzenia się.

Przełomowym etapem naszego życia jest wiek 40-50 lat. W tym okresie szczególnie należy dbać o wygląd swojej skóry, włosów, rąk, paznokci, sprawność ruchową stawów i mięśni.

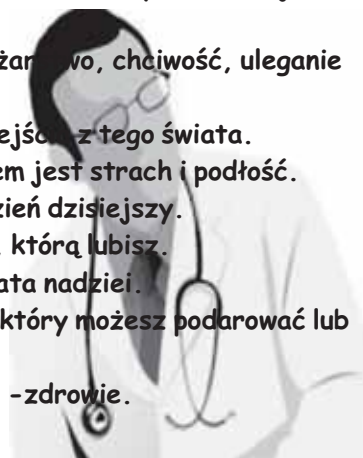
Mechanizm starzenia się.

Starość, to zachwianie równowagi między starymi i młodymi komórkami. Dzieje się tak z dwóch uzależnionych od siebie powodów. Z jednej strony w organizmie "starzeją się" hormony, z drugiej-zaburza się kontakt między hormonem a komórką . Jak twierdzą uczeni, wykorzystujemy możliwości naszego mózgu tylko w 10%, a to znaczy, że w organizmie każdego z nas są rezerwy, zapasy hormonów, które należy "zmusić" do pracy.

Polega to na tym, jak wydać im odpowiednie polecenie. Natura postąpiła tak mądrze dając człowiekowi pamięć. Wspomnienia budzą w nas emocje, a emocje zmuszają hormony do pracy z nową siłą- a więc cały organizm. Znaczy to, że eliksirem młodości są przede wszystkim nasze pozytywne myśli, emocje i uczucia.

Korzystając z poniżej podanych rad możemy zdobyć zdrowie, zatrzymać nadejście starości.

1. Kochaj siebie takim jaki jesteś.
2. Nigdy nikomu nie zazdrość.
3. Jeśli się sobie nie podobasz- zmień się.
4. Złość, obraza, krytyka siebie i innych, to najbardziej szkodliwe emocje dla zdrowia.
5. Jeśli coś postanowiłeś- działaj.
6. Pomagaj biednym, chorym, starym i czyń to z radością.
7. Nigdy nie myśl o chorobach, starości i śmierci.
8. Najlepszym lekarstwem na choroby i starość jest miłość.
9. Twoimi wrogami są: obżarstwo, chciwość, uleganie własnym słabościom.
10. Troski prowadzą do zejścia z tego świata.
11. Największym grzechem jest strach i podłość.
12. Najlepszym dniem- dzień dzisiejszy.
13. Najlepsza praca - ta, którą lubisz.
14. Największy błąd- utrata nadziei.
15. Największy prezent, który możesz podarować lub otrzymać, to miłość.
16. Największe bogactwo - zdrowie.





Tajka w polędwicy łososiowej.

Składniki:

• 4 jajka • 2 ogórki kiszane • 16 plasterków polędwicy łososiowej • 4 łyżki jogurtu • 2 łyżki chrzanu • łyżeczka natki pietruszki.

Wykonanie:

Ugotowane jajka kroimy na ćwiartki. Ogórki przekrawamy na 8 części. Każdą ćwiartkę jajka wraz z kawałkiem ogórka kiszzonego zawijamy w plasterki polędwicy. Jogurt mieszamy z chrzanem i pietruszką. Ruloniki polewamy powstałym sosem chrzanowym.

Kotleciki z filetów kurczaka.

Składniki:

• 1/2 kg piersi z kurczaka • 15-20 dkg sera żółtego • 3-4 jajka • 2 łyżki majonezu • 2 łyżki mąki ziemniaczanej • 1 łyżka natki pietruszki.

Wykonanie:

Filety z kurczaka (2-3 pojedyncze) kroimy w drobną kostkę. Ser ścieramy na tarce o dużych oczkach. Natkę siekamy. Wszystkie składniki wrzucamy do miski, mieszamy i odstawiamy do lodówki na całą noc. Na następny dzień smażymy na tłuszczu. Nakładamy łyżką niewielką ilość, lekko rozplaszczając. Smażymy z każdej strony na złoty kolor.

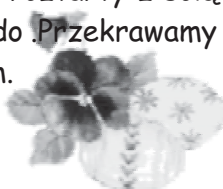
Żurek na kiełbasce.

Składniki:

• 15-20 dkg kiełbasy • 25 dkg włoszczyzny • 1 1/2 l wody • 1/4 - 1/2 l żuru • 2-3 dkg mąki • ząbek czosnku • jajko • grzybki suszone • sól, pieprz, majeranek.

Wykonanie:

Z kiełbasy, włoszczyzny i grzybków gotujemy wywar. Przecedzamy i wlewamy żur. Podprawiamy mąką, zagotowujemy i przyprawiamy do smaku. Dodajemy pokrojoną kiełbasę i rozarty z solą czosnek. Jajka gotujemy na twardo. Przekrawamy na pół podajemy zalane żurkiem.



Kolorowe schabowe na każdą okazję.

Składniki:

• schab • jajko • bułka tarta • mąka • sól • pieprz • ser żółty • marchewka • 10 dkg szpinaku mrożonego • 10 dkg chudego boczku • papryka czerwona • łyżka masła.

Wykonanie:

Schab rozbijamy na kotlety. Wkładamy wg uznania podsmażony na masełku szpinak, marchewkę (startą na tarce o średnich oczkach).

Pokrojony drobno boczek i paski sera solimy, posypujemy pieprzem.

Zwijamy kotlet, obtaczamy w mące, rozbełtanym jajku i bułce tartej. Smażymy ze wszystkich stron. Podajemy z surówką.

Zapiekana biała kiełbasa.

Składniki:

• 1 kg surowej białej kiełbasy • 2 szt czerwonej cebuli • 5 ząbków czosnku • 5 łyżek oleju • łyżeczka majeranku • 1 strąk czerwonej papryki.

Wstawić do piekarnika i piec 1/2 godziny, co jakiś czas kiełbasę nakłuwać wykałaczką. Pod koniec pieczenia posypać majerankiem i obłożyć pokrojoną papryką. Piec jeszcze 5 minut. Podawać z pieczonymi ziemniakami i sałatą polaną sosem winegret.

Sernik bez sera.

Składniki - "CIASTO".

• 1,5 szklanki mąki • 3/4 szklanki cukru • 0,5 opakowania masła roślinnego • 0,5 paczuski cukru waniliowego • 1 łyżeczka proszku do pieczenia • 5 żółtek.

Składniki - "SER":

• 5 białek • 1,5 szklanki cukru • 2 budynie śmietankowe • 1,5 l słodkiej 18% śmietany.

Wykonanie:

Zagnieść kruche ciasto z w/w składników na "Ciasto" - wyłożyć je na natłuszczoną i obsypaną bułką tartą blachę.

Masa serowa:

Z białek jaj ubić pianę, potem wsypać cukier-ubijać. Następnie dodając budynie i stopniowo śmietaną. Wylać masę na ciasto.

Piec około 1 godziny w 170 st.C. **Smacznego.**



W dniu 30.01.2014 r. w Kole PZERI w Osieku odbyły się wybory do władz Zarządu Koła.

Udział wzięło 52 członków. Zarząd Oddziału Okręgowego PZERI reprezentowały Panie Przewodnicząca Teresa Lemańska i członek Zarządu Genowefa Rajek.

Sprawozdanie z 5-cio letniej działalności Koła przedstawiła Przewodnicząca Pani Janina Kryska. Przewodnicząca Oddziału Okręgowego PZERI w Pile Pani Teresa Lemańska złożyła na ręce Pani Przewodniczącej Koła podziękowania dla całego Zarządu za dotychczasową współpracę.

Do nowych władz na następną kadencję zostały wybrane następujące osoby.

- | | |
|---------------------|------------------------|
| -Janina Kryska | - Przewodnicząca |
| -Janina Królak | - Z-ca Przewodniczącej |
| -Adam Sadziak | - Sekretarz |
| -Elżbieta Hames | - Skarbnik |
| -Wanda Garlicka | - Członek |
| -Emilia Niemczewska | - Członek |
| -Krzyszyna Madecka | - Członek |

Po części oficjalnej poczęstowano zebranych kawą i ciastem.



G r a t u l u j e m y
i życzymy wielu sukcesów
w pracy społecznej.



Informacje

W dniu 10.02.2014 r. o godzinie 10.00 w biurze poselskim Senatora Mieczysława Augustyna w Pile, odbyło się spotkanie przedstawicieli wszystkich organizacji pozarządowych działających na naszym terenie. / w spotkaniu brał udział przedstawiciel PZERI /. Celem spotkania było utworzenie Rady Seniorów, która reprezentowałaby interesy seniorów na zewnątrz. Zgodnie z ustawą, Organem Założycielskim jest Rada Gminy /Dz.U. z dnia 15.11.2013r. poz. 1318/. Na spotkaniu przedstawiciele Organizacji zasugerowali, że Organ Założycielski powinien przedstawić Organizacjom ramowy statut, a środowisko seniorskie po skonsultowaniu się ze swoimi Zarządami, wypowie się co do zatwierdzenia ostatecznego jego projektu. Kolejne spotkanie w Urzędzie Miasta z udziałem Prezydenta Miasta Piły proponowane jest na dzień 10.03.2014 r. Do tego czasu Organizacje powinny wypowiedzieć się w sprawie przystąpienia do Rady Seniorów.

Informacje

W dniu 17.02.2014 r. o godzinie 11.00 w Sali Sesyjnej Starostwa Powiatowego w Pile z udziałem przedstawicieli organizacji pozarządowych odbyło się spotkanie na temat wspomagania organizacji w samodzielnym zdobywaniu funduszy na podstawie ustawy o zbiórkach publicznych. / Ustawa z dnia 15.03.1933 Dz.U. z dnia 31.03.1933 r. ze zmianami Dz.U. 2003.96.874 art.2 z dnia 29.06.2003 r./Wg. Ustawy wszelkie zbieranie ofiar w gotówce lub naturze na pewien z góry określony cel wymaga uprzedniego pozwolenia władzy/ wójta, burmistrza, starosty, /. Cel zbiórki winien być zgodny ze statutem Stowarzyszenia lub Organizacji. Przepisy nowego projektu ustawy mają być bardziej uproszczone i przyjazne dla Organizacji Pozarządowych i mają przenieść ciężar kontroli z władzy publicznej na organizację .

Informacje

Informacje

Zarząd Oddziału Okręgowego PZERI w Pile ul. Buczka 7, organizuje już po raz trzeci kurs komputerowy nauczania początkowego w ramach Rządowego Programu na rzecz Aktywności Osób Starszych ASOS w 2014 r.

pn: "Edukacja seniorów". Kurs jest bezpłatny i skierowany do seniorów 60+ i finansowany jest przez Ministerstwo Pracy i Polityki Społecznej w Warszawie.

Zajęcia kursu odbywać się będą w siedzibie Związku dla członków z Piły, a dla członków jednostek terenowych podległych pod Zarząd Oddziału Okręgowego PZERI w Pile, w ich siedzibach lub lokalach przez nich wynajętych, dotyczy to n/w jednostek:

•OR Złotów •OR Łobzenica •OR Rogoźno •OR Trzcianka• Koło Ujście •OR Okonek.

Oddział Okręgowy w Pile po otrzymaniu dofinansowania z Ministerstwa Pracy i Polityki Społecznej rozpoczęcie kursu planuje od 1.04. - 15.12.2014 r.

Ogłoszenia o rekrutacji kursantów będą umieszczone na tablicach informacyjnych w poszczególnych jednostkach.

Informujemy również, że Zarząd Oddziału Okręgowego PZERI złoży wniosek do Ministerstwa Pracy i Polityki Społecznej w Warszawie o dofinansowanie w programie operacyjnym Fundusz Inicjatyw Obywatelskich na zadanie pn:

"Interakcyjna społeczność edukacyjna".

O szczegółach poinformujemy w terminie późniejszym.

Zapraszamy do udziału.

Seniorze nie daj się oszukiwać!

W dniu 19.02.2014 r. o godzinie 11.00 odbyło się w siedzibie Związku w Pile spotkanie z Panią Lidią Kasperską Dyrektorką Inspekcji Handlowej w Pile, która udzieliła seniorom cennych uwag, porad na temat:

- Aspekty prawne zawierania umów kupna, towarów na pokazach i prezentacjach.
- Możliwość rezygnacji z zawartych umów.
- Reklamacji konsumenckich.
- Sprzedaży internetowych

Przedstawicielka Inspekcji Handlowej wyjaśniła, w jaki sposób możemy uniknąć kłopotów z wcześniej źle lub pochopnie podjętych decyzji / podpisanych umów/. Uważamy, że tego typu sprawy powinny nas zainteresować i należy się z nimi zapoznać, aby w przyszłości uniknąć problemów.

Zapraszamy na kolejne spotkanie, w dniu 23.04.2014 r. o godzinie 11.00

Zapraszamy

Chcesz uzyskać pomocy, informacji podajemy adres:

Wojewódzki Inspektorat Inspekcji Handlowej w Poznaniu

Delegatura w Pile 64-920 Piła ul. Dzieci Polskich 26

tel. fax: 67/212 37 10 , 67/212 39 69

strona internetowa: d.pila@poznan.wiih.gov.pl

INFORMUJEMY!

Takie spotkania odbędą się także dla naszych członków w terenie.

Pomoc w rozwiązywaniu tego typu problemów przez Inspekcję Handlową jest udzielana bezpłatnie.

**Chcesz wspomóc
naszą organizację?
Możesz 1 % podatku
przekazać na
naszą działalność statutową.**

**W rubryce 131 należy wpisać
KRS 0000062859**

**W rubryce 133 należy wpisać
hasło: "Teresa".**

**Wysokość przekazanego podatku
prosimy wpisać w rejestr
prowadzony przez
PZERI w Pile.**

Wiosna!

*Wiosna piękną porą roku bywa
Jednak nie zawsze jest o nas troskliwa.
Nie zawsze bywa tliwa, urodziwa.*

*Nie ważne, kiedy, ważne że niebawem
Ujrzymy wiosnę z jej kwitnącym kwiatem
A tuż po nim przywitamy się z latem.*

*Każda pora roku jest pełna radości
Lecz wiosna bywa ostoją w miłości.*

Informacja.

Zapraszamy ponownie w dniu 6.03.2014 r./czwartek/
do AQUAPARKU w Pile na:

gimnastykę kregostupa w wodzie.

/ kolejne zajęcia odbywać się będą co dwa tygodnie/
tj. 20.03.2014 r., 3.04.2014 r. i 17.04.2014 r.

Gimnastyka prowadzona jest przez profesjonalnego
instruktora, Pana Witolda Szczepańskiego.

Zajęcia odbywają się w grupach po 15 osób
w godzinach 10.00, 11.00 i 12.00.

Zapisy wg. listy w siedzibie Związku w pokoju nr 1.
Wejście : 7,- zł / opłata w AQUAPARKU./

Dzień Teściowej

5



Z okazji tych szczególnych dni
chcielibyśmy życzyć wszystkim Paniom, obecnym
i przyszłym Teściowym wszystkiego najlepszego.

Życzymy spełnienia marzeń tych malutkich,
jak i tych troszkę większych.

Pamiętajcie Panie, że świat bez Kobiet
nie miałby sensu...

Dzień Kobiet

8

Zarząd Oddziału Okręgowego PZERiI w Pile.

Kultura i imprezy

Zapraszamy do udziału w imprezach zaplanowanych w miesiącach:

Marzec

- 7.03.2014 r.
- 9.03.2014 r.
- 12.03.2014 r.
- 14.03.2014 r.
- 15.03.2014 r.

- spotkanie z okazji Dnia Kobiet w Hotelu "GROMADA"
- musical "Skrzypek na dachu" w RCK Piła
- spektakl "Randka w ciemno" w RCK Piła
- koncert Teresy Werner - w RCK
- kabaret Neo Nówka w RCK Piła



Kwiecień

- 15.04.2014 r. - spotkanie Wielkanocne w Hotelu "GROMADA"
- 18.04- 25.04.2014 r. - wczasy Sianożęty / 7 dni świąteczne/
- 25.04- 5.05.2014 r. - wczasy Sianożęty /10 dni/



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

W Centrum Aktywizacji Seniorów w każdy czwartek w godz. 15.00 - 19.00 odbywają się wieczorki tańeczne. Przerwa od m-ca marca do 23 kwietnia 2014 r. Zapraszamy.

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, wiośła, atlas.



Zapraszamy do gabinetu rehabilitacyjnego w siedzibie Związku-Piła ul. Buczka 7. Gabinet czynny jest od poniedziałku do piątku w godz. 9.00-14.00. Przypominamy, że z zabiegów można skorzystać po konsultacji z lekarzem. Gabinet wyposażony jest w: interdynamik, pole magnetyczne, sollux, laser, lampa solaris, fotel samomasujący, wykonywany jest również suchy masaż ciała.



GALERIA PIŁA ZATRUDNI 600. PRACOWNIKÓW



fot. rankprogress.pl

17 stycznia 2014 r., podczas Piłskich Targów Pracy przedstawiciel firmy Rank Progress SA - inwestora Galerii Piła przedstawił wizję funkcjonowania centrum handlowego na rynku lokalnym. Jeszcze w tym roku budowany obiekt zostanie otwarty. Prowadzona inwestycja, to nie tylko miejsce zakupów, centrum rozrywki i spotkań. To przede wszystkim 600 miejsc pracy. Pracę znajdą tam pracownicy punktów handlowo-

usługowych, osoby pracujące na stanowiskach związanych z administracją obiektów, a także w firmach zewnętrznych odpowiadających za szeroko rozumianą obsługę Galerii Piła. Osoby odwiedzające podczas targów punkt informacyjny Rank Progress mogły otrzymać informacje na temat procesów rekrutacyjnych prowadzonych w związku z jej otwarciem.

Bartek Mirowski

REGIONALNE CENTRUM KULTURY FABRYKA EMOCJI

zaprasza na koncert

MICHAŁA BAJORA „MOJE PODRÓŻE”

Po dwóch latach koncertowania z recitalem piosenek francuskich z albumu "Od Piaf do Garou" Michał Bajor rozpoczyna nową koncertową i fonograficzną przygodę. Nagrał swoją 18 płytę pt. „Moje podróże”. 13 (to szczęśliwa dla artysty liczba) autorskich tekstów napisał specjalnie dla niego mistrz, Wojciech Młynarski. Muzykę skomponowali tak uznani twórcy jak Włodzimierz Korcz, Włodzimierz Nahorny, Janusz Sent, Jerzy Derfel i Wojciech Borkowski, a także świetni muzycy grający w zespole Michała: Paweł Stankiewicz, Maciej Szczyciński, Tomasz Krezymon i Marcin Olak. Piosenki opowiadają o latach dzieciństwa w Opolu, debiucie w Warszawie, podróżach po świecie, a nawet o charakterystyce Bliźniąt – znaku zodiaku, spod którego jest Michał. Utwory są, jak zawsze u Michała Bajora, bardzo różnorodne: od nostalgicznych i dramatycznych po zabawne, a nawet żartobliwe. I jedno je mocno łączy – są niezwykle osobiste. Piękne, mądre teksty Wojciecha Młynarskiego są bardzo wyraziste i porywające. I to zarówno te poważne, jak i te pogodne. A kompozycje tak znakomitych muzyków dopełniają całości tego nowego, artystycznego wyzwania artysty. Tradycyjnie, po nagraniu kolejnego krążka, Michał rozpoczyna trasę koncertową, która potrwa dwa sezony. Na

koncercie znajdzie się również kilka piosenek z jego starszego repertuaru, jak m.in. „Ogrzej mnie”, „Błądny rycerz”, "Początek drogi" czy „Moja miłość największa”. Wszystkie autorstwa Wojciecha Młynarskiego. Oczywiście, pomysł na kolejny, 19 album już jest... Ale na razie artysta serdecznie zaprasza Państwa do posłuchania repertuaru z płyty „Moje podróże” i ma nadzieję na szybkie spotkania na koncertach. Premiera płyty 14 października.

Teatr Miejski, pl. Staszica 1

12 kwietnia 2014 (sobota), godz. 18:00

Bilet: 50 zł

Informacje: 67 210-5007, e-mail: teatr@rck.pila.pl
Kasa: 602 252 675, e-mail: kasa@rck.pila.pl

MICHAŁ BAJOR MOJE PODRÓŻE

Kup bilet już teraz!



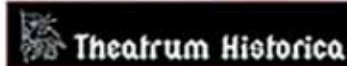
UNIWERSYTET IM. ADAMA MICKIEWICZA W POZNANIU
Zamiejscowy Ośrodek Dydaktyczny w Pile

"Droga na Berlin - stacja Festung Schneidemühl"

Data: 28 lutego 2014 godz. 15:00

Miejsce: Zamiejscowy Ośrodek Dydaktyczny UAM w Pile
ul. Kołobrzeska 15

Wykład: Michała Szczepańskiego
i Michała Skibińskiego
z udziałem



Organizator ZOD UAM w Pile przy współpracy
z Piłskim Muzeum Wojskowym (w organizacji)



ul. Kłobrońska 15, 64-403 Pila
tel. +48 67 240 045, fax +48 67 240 041
pi@uam.pila.pl

www.pila.uam.edu.pl



20.04. - 21.04.2014 r.

Wesołych Świąt Wielkanocnych

pełnych wiary, nadziei i miłości.

Radosnego wiosennego nastroju,

miłych spotkań w gronie
rodziny i przyjaciół

życzy

Zarząd Oddziału Okręgowego
PZERI w Pile

BETA-BUS S.C.

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

• **WYCIECZKI:**

- 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 PZERI w Pile ul. Buczka 7
Zespół Redakcyjny: Teresa Lemańska /red. nac./ Krystyna Hipnarowicz, Maria Hałaburda,
Teresa Mielczarek Pescht, Genowefa Rajek.

Kontakt: 64-920 Piła ul. Buczka 7 / od wtorku do piątku w godz. od 10.00-14.00 /
tel. 67 212 41 96 • fax 67 350 93 80 • Strona internetowa www.pzerii.pila.pl

Drukarnia TYPO-OFFSET– Zakład Poligraficzny Henryk Górowski

Wczasy dla seniorów 2014

najlepsze dopiero przed Tobą...

BUŁGARIA

21.05-01.06.2014 - cena tylko **1285 zł**

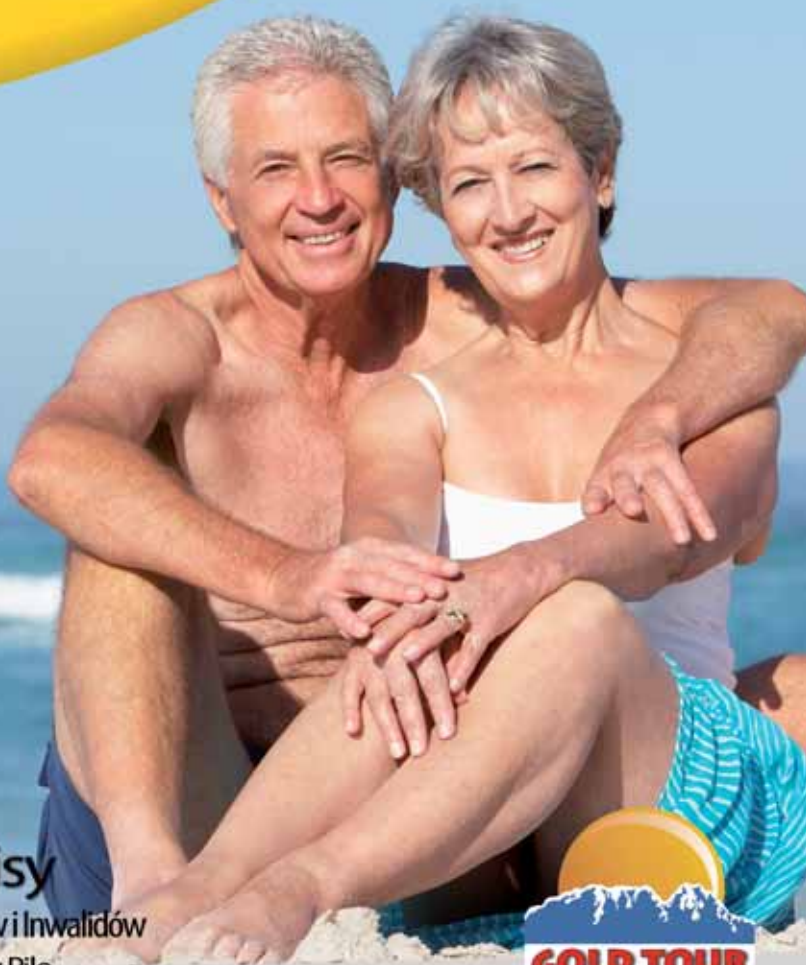
ALBANIA

12.06-23.06.2014 - cena tylko **1515 zł**

BOŚNIA I HERCEGOWINA

28.09-08.10.2014 - cena tylko **1440 zł**

Nowa oferta
na 2014 rok
*Zapisz się
już dziś !!!*



Informacje i zapisy

Polski Związek Emerytów, Rencistów i Inwalidów

Zarząd Oddziału Okręgowego w Pile

ul. Buczka 7 64-920 Piła tel.: 67 350 93 80, 67 212 41 96

GOLD TOUR
BIURO TURYSTYKI RODZINNEJ
www.goldtour.eu