



INFORMATOR ZARZĄDU ODDZIAŁU OKRĘGOWEGO
POLSKIEGO ZWIĄZKU EMERYTÓW I RENCISTÓW W PILE

Nasze Sprawy

EGZEMPLARZ BEZPŁATNY - NAKŁAD: 500 EGZ.

1/120
STYCZEŃ
LUTY
MARZEC
2026

*Witamy pięknie
w Nowym
Roku*

*Niech dzisiaj
będzie super
a w nowym roku
trzysta razy lepiej!*

W Pile pojawiło się kolejnych 14 defibrylatorów AED. Urządzenia zostały zamontowane w ramach Budżetu Obywatelskiego 2025, dzięki czemu liczba defibrylatorów na terenie miasta wzrosła do 90, z czego nadal tylko część dostępna jest całodobowo. Najnowsze lokalizacje obejmują wszystkie części Piły – od Motylewa, przez Zamoście i Górne, po Podlasie, Gładyszewo i Śródmieście. Pełna mapa urządzeń jest dostępna zarówno na stronie Miasta Piły w zakładce: pilskie defibrylatory, jak i pod adresem www.aed.pila.pl.

Projekt do Budżetu Obywatelskiego zgłosili Marcin Okoń i Paweł Anioł, a za realizację zadania odpowiadała Polska Grupa Ratownictwa Medycznego, którą reprezentował Szymon Kozłowski. Mężczyźni, opierając się na wspólnym doświadczeniu, zdobytym w służbach – policji i ratownictwie medycznym – podkreślają, jak ogromne znaczenie ma szybki dostęp do defibrylatorów w pierwszych minutach nagłego zatrzymania krążenia.

Ważnym elementem realizacji projektu były bezpłatne szkolenia z pierwszej pomocy, w których udział wzięło 400 mieszkańców. Instruktorzy Polskiej Grupy Ratownictwa Medycznego prowadzili przede wszystkim praktyczne ćwiczenia z resuscytacji krążeniowo-oddechowej oraz obsługi AED, przygotowując uczestników do udzielania pomocy w sytuacjach nagłych. Panowie zapowiedzieli także, że to nie ostatnia edukacyjna akcja dla mieszkańców.

— Budżet Obywatelski realnie zmienia nasze otoczenie, w tym przypadku zwiększa bezpieczeństwo każdego z nas i może uratować życie. Niezwykle ważne jest tu zaangażowanie mieszkańców, którzy biorą udział w szkoleniach z zakresu udzielania pierwszej pomocy. To pokazuje, że nie jesteśmy obojętni na drugiego człowieka — podsumowała zadanie prezydent Piły Beata Dudzińska, dziękując pomysłodawcom za inicjatywę.

Całkowity koszt realizacji inwestycji to około 320 tys. złotych.

W trosce o zdrowie i życie!



Najnowsze lokalizacje AED, dostępne są we wskazanych lokalizacjach:

Motylewo:

- blok MZGM, ul. Jastrzębia 19b

Zamoście:

- Kościół pw. NMP Królowej Polski, ul. Podchorążych 17
- Targowisko Miejskie nr 2, ul. Ludowa
- Szkoła Podstawowa nr 2, ul. Bydgoska 23
- Park na Wyspie, bar „Wyspiarz”

Górne:

- Kościół pw. NMP Wspomożenia Wiernych, ul. Złota 1
- Siedziba SM Staszic, ul. Wyspiańskiego 2a

- Administracja Osiedla PSM, ul. Tetmajera
- ROD im. 40-lecia WP, al. Wojska Polskiego

Podlasie:

- Sygnify – portiernia, ul. Kossaka 150
- OSP RW, ul. Wieniawskiego 4
- Sklep, ul. Akacyjowa 3

Gładyszewo:

- Stacja Orlen, ul. Kamienna 1

Śródmieście:

- Targowisko Miejskie nr 1, ul. Rynkowa

fot. UM

Podziękowania

Zarząd oraz Członkowie **Związku Emerytów i Rencistów w Pile** składają serdeczne podziękowania władzom Samorządowym oraz wszystkim instytucjom, organizacjom oraz osobom, które wspierają naszą działalność statutową.

Dzięki Państwa życzliwości, zaangażowaniu i udzielanemu wsparciu możliwa jest realizacja inicjatyw integrujących środowisko seniorów, organizacja spotkań, wydarzeń kulturalnych oraz działań sprzyjających aktywizacji społecznej i poprawie jakości życia osób starszych.

Wyrażamy wdzięczność za okazywane zrozumienie naszych potrzeb, otwartość na współpracę oraz pomoc, która przyczynia się do umacniania więzi społecznych i budowania postaw solidarności międzypokoleniowej.

Wyrażamy nadzieję na kontynuację współpracy w kolejnych latach.

Z wyrazami szacunku i uznania.
Zarząd Związku Emerytów i Rencistów w Pile



***Nowy Rok to nowy początek,
nowa szansa, nowy uśmiech.
Niech w 2026 roku nie zabraknie
Wam odwagi, wiary w siebie i ludzi,
a szczęście niech Wam
towarzyszy każdego dnia
– tak zwyczajnie, po cichu, ale zawsze.***

Zasiłek pogrzebowy jest realnym wsparciem po stracie bliskiej osoby, pomaga pokryć koszty pochówku. Obecnie wynosi on 4000 zł, a od 1 stycznia 2026 r. wzrośnie do 7000 zł. Od 1 marca 2026 r. kwota zasiłku będzie waloryzowana, jeśli inflacja w roku poprzednim przekroczy 5 proc.

Zasiłek otrzyma osoba, która pokryła koszty pogrzebu

Członkom rodziny zmarłego przysługuje pełna kwota zasiłku pogrzebowego – 4 tys. zł do końca 2025 r., a od 2026 r. – 7 tys. zł – niezależnie od faktycznych kosztów pogrzebu.

Osobom spoza rodziny świadczenie wypłaca się do wysokości faktycznych wydatków, ale nie więcej niż limit. Jeśli koszty pogrzebu pokrywa kilka osób lub instytucji, zasiłek dzieli się proporcjonalnie.

Przykład: 4000 zł to 100%. Na pogrzeb łącznie wydano 10 000 zł. Na przykład jedna osoba spoza rodziny wydała 3 000 zł (to jest 30% z 10 000 zł), a druga 7000 zł (to jest 70% z 10 000 zł). Pierwsza osoba dostanie 1200 zł (30% z 4000 zł), a druga 2800 zł (70% z 4 000 zł).

Zasiłek przysługuje temu, kto pokrył koszty pogrzebu osoby ubezpieczonej w ZUS (pracownik, emeryt, rencista) lub członka jej rodziny. Do rodziny zalicza się m.in. małżonka, rodziców, dzieci (własne, przysposobione, z rodziny

zastępczej), rodzeństwo, dziadków, wnuki czy osoby pod opieką prawną. Świadczenie mogą też otrzymać pracodawca, DPS, gmina, powiat lub instytucja religijna, jeśli pokryły koszty pogrzebu.

Jakie wydatki ZUS uznaje przy wypłacie zasiłku

Kosztami pogrzebu są udokumentowane rachunkami koszty powstałe od chwili śmierci osoby, po której przysługuje zasiłek, do chwili zakończenia pochówku. Nie mogą to być koszty, które nie zostały poniesione bezpośrednio na pochówek, np. koszty nagrobka, koszty pobieranej przez zakład pogrzebowy opłaty za złożenie w oddziale ZUS wniosku o zasiłek, koszty konsolacji czy kwiatów.

Jak złożyć wniosek

Aby otrzymać zasiłek pogrzebowy, należy wypełnić wniosek o wypłatę zasiłku pogrzebowego (Z-12) i złożyć go w oddziale ZUS, przesłać pocztą tradycyjną, przekazać przez Platformę Usług Elektronicznych ZUS (PUE)/eZUS lub za pośrednictwem upoważnionego zakładu pogrzebowego. Choć sam wniosek można złożyć elektronicznie lub wysłać pocztą, rachunki trzeba dostarczyć w oryginale albo w postaci kopii potwierdzonych przez bank za zgodność z oryginałami.

Do wniosku o zasiłek należy również dołączyć:

- odpis skrócony aktu zgonu (na prośbę wnioskodawcy oddział ZUS sam może uzyskać odpis skrócony aktu zgonu z urzędu stanu cywilnego),
- dokument potwierdzający pokrewieństwo lub powinowactwo osoby składającej wniosek ze zmarłym, np. skrócony odpis aktu urodzenia,
- zaświadczenie płatnika składek (na przykład pracodawcy) o tym, że wnioskodawca albo zmarły jest lub był objęty ubezpieczeniami emerytalnym i rentowymi – w przypadku osoby ubezpieczonej (nie dotyczy to osób, które mają pozarolniczą działalność i osób, które z nimi współpracują).

Kiedy składasz dokumenty

- do 12 miesięcy od dnia śmierci,
- do 12 miesięcy od dnia pogrzebu – jeśli na przykład był problem z odnalezieniem zwłok lub identyfikacją zmarłego.

Dołącz dokument, który potwierdzi powód opóźnienia:

- zaświadczenie z policji lub prokuratury lub
- odpis zupełny aktu zgonu, lub
- inny dokument urzędowy, który potwierdzi okoliczności lub przyczyny, które uniemożliwiły wcześniejsze złożenie wniosku.

Marlena Nowicka
rzeczniczka prasowa ZUS
w Wielkopolsce

Najczęstsze pytania emerytów do urzędu skarbowego czyli jak bez stresu rozliczyć się z fiskusem w 2026 roku

Początek roku to tradycyjnie czas rozliczeń podatkowych. Wielu emerytów i rencistów zastanawia się, czy muszą coś robić, skoro świadczenia wypłaca im ZUS, a podatek pobierany jest automatycznie.

1. Czy muszę samodzielnie składać PIT, jeśli otrzymuję emeryturę z ZUS?

Nie zawsze. Większość emerytów nie musi nic robić – ZUS sam przekazuje do urzędu informację o dochodach i podatku. Urząd przygotowuje zeznanie PIT-37 lub PIT-40A w usłudze **Twój e-PIT**. Warto jednak sprawdzić to zeznanie online (na www.podatki.gov.pl)

2. Kiedy muszę rozliczyć się samodzielnie?

Złóż własny PIT, jeśli:

- oprócz emerytury **osiągasz inne dochody**, np. z umowy o pracę, zlecenia lub najmu,
- chcesz skorzystać z **ulg podatkowych** (np. rehabilitacyjnej, internetowej, termomodernizacyjnej),
- otrzymujesz świadczenia **z więcej niż jednego źródła**, np. z ZUS i KRUS,
- lub chcesz **wspólnie rozliczyć się z małżonkiem**.

3. Co zrobić, jeśli otrzymałem z ZUS dwa dokumenty – PIT-11A i PIT-40A?

To normalna sytuacja.

PIT-11A dotyczy świadczeń, od których ZUS nie rozliczył podatku (np. świadczenia wypłacone po śmierci świadczeniobiorcy lub zwroty nadpłat). PIT-40A to informacja o świadczeniach, od których ZUS już pobrał i rozliczył zaliczki na podatek. Jeśli masz oba dokumenty, najlepiej sprawdzić dane w usłudze **Twój e-PIT** – system automatycznie je połączy.

4. Jak mogę sprawdzić lub zatwierdzić swoje zeznanie podatkowe?

Najprościej – przez internet, w serwisie **Twój e-PIT**.

Można się zalogować:

- profilem zaufanym,
- e-Dowodem,
- przez bankowość elektroniczną,
- lub danymi podatkowymi (PESEL, kwota przychodu z ubiegłego roku).

Jeśli nie zrobisz nic, system automatycznie zaakceptuje zeznanie 30 kwietnia 2026 r.

5. Co z osobami, które nie korzystają z internetu?

Nic straconego. Urząd skarbowy na-

dal obsługuje seniorów **tradycyjnie** – można:

- przyjść osobiście i poprosić o wydruk deklaracji,
- wysłać PIT pocztą,
- lub poprosić zaufaną osobę o złożenie e-PIT-u w imieniu seniora (z pełnomocnictwem).

6. Czy warto sprawdzić swoje rozliczenie, jeśli wszystko robi ZUS i urząd?

Tak! Warto poświęcić chwilę, by upewnić się, że wszystko jest poprawne.

Dzięki temu możesz:

- przekazać 1,5% podatku wybranej organizacji pożytku publicznego,
- skorzystać z przysługujących Ci ulg,
- sprawdzić, czy nie masz nadpłaty podatku do zwrotu.

Warto zapamiętać:

ZUS i Urząd Skarbowy współpracują, by seniorzy mieli coraz mniej formalności.

Wystarczy sprawdzić swoje dane raz w roku, a rozliczenie podatku przebiegnie bez stresu i bez kolejek.

ZUS automatycznie przeliczy emerytury czerwcowe



ZUS automatycznie przeliczy emerytury czerwcowe

1 stycznia 2026 r. wejdzie w życie ustawa, dzięki której Zakład Ubezpieczeń Społecznych automatycznie, bez konieczności składania wniosku, przeliczy wysokość emerytur przyznanych lub przeliczonych w czerwcu w latach 2009–2019 (tzw. emerytury czerwcowe). Nowe przepisy obejmą również

renty rodzinne po osobach, które miały takie świadczenia.

Emeryt lub rencista nie musi składać żadnego wniosku. ZUS robi to z urzędu i po przeliczeniu wyda nową decyzję – informuje Marlena Nowicka – rzeczniczka prasowa ZUS w Wielkopolsce - Jeśli nowa kwota okaże się niższa od dotychczasowej – świadczenie pozostanie bez zmian.

Nowe zasady obejmują osoby, które:

w latach 2009–2019 przeszły na emeryturę od czerwca lub miały przeliczoną emeryturę od tego miesiąca, albo

pobierają rentę rodzinną po zmarłym, któremu ZUS ustalił lub przeliczył emeryturę od czerwca w latach 2009–2019, albo

pobierają rentę rodzinną po osobie, która:

osiągnęła wiek emerytalny (60 lat – kobieta, 65 lat – mężczyzna),

zmarła w czerwcu w latach 2009–2019, ale nie zdążyła złożyć wniosku o emeryturę lub nie miała ustalonego prawa do emerytury.

ZUS ponownie wyliczy tylko wysokość emerytury ustalonej od czerwca w latach 2009–2019 na podstawie ustawy o emeryturach i rentach z Funduszu Ubezpieczeń Społecznych.

Wszystkie sprawy zostaną załatwione najpóźniej do 31 marca 2026 r.

Emerytury czerwcowe zostaną przeliczone, ponieważ w latach 2009–2019 obowiązywały niekorzystne dla ubezpieczonych zasady waloryzacji składek. Skutkowało to wyliczeniem świadczeń w niższej wysokości w porównaniu do świadczeń wyliczanych w innych miesiącach.

„Taneczne Środy” znów porwą do tańca! Spotkanie Starosty Pilskiego z przedstawicielami PZER

W Starostwie Powiatowym w Pile odbyło się spotkanie **Rafała Zdziereli, starosty pilskiego**, z **Leokadią Figurniak, przewodniczącą Zarządu Oddziału Okręgowego Polskiego Związku Emerytów i Rencistów w Pile**. Rozmowa przebiegała w serdecznej atmosferze, a jej głównym tematem była dalsza współpraca na rzecz środowiska senioralnego w powiecie pilskim. Jednym z kluczowych punktów spotkania było omówienie planów dotyczących organizacji znanych i lubianych przez seniorów „**Tanecznych Śród**” – cyklu potańcówek plenerowych, które na stałe wpisały się w kalendarz letnich wydarzeń na **Stadionie przy ul. Okrzei w Pile**.

W tym roku odbyły się trzy edycje imprezy, a każda z nich przyciągnęła setki uczestników z całego regionu. Zainteresowanie wydarzeniem jest tak duże, że w przyszłym roku zaplanowano **pięć „Tanecznych Śród”**, które odbywać się będą od **maja do września, w każdą drugą środę miesiąca**.



– „To niezwykle wydarzenia, które łączą pokolenia i pokazują, że aktywność i radość życia nie mają wieku. Chcemy, by seniorzy mieli jak najwięcej okazji do wspólnych spotkań, tańca i zabawy” – podkreśla starosta **Rafał Zdziereła**. W spotkaniu uczestniczyły również **Magdalena Madej-Szpener**, dyrektor

Biura Starosty, oraz **Agnieszka Matusiak**, rzecznik prasowy Starostwa. Wspólne działania Powiatu Pilskiego i Polskiego Związku Emerytów i Rencistów to przykład dobrej współpracy na rzecz integracji i aktywizacji seniorów, którzy stanowią ważną i niezwykle aktywną część lokalnej społeczności.

Relacja z „Marcinkowego Świątowania”

Tegoroczne „**Marcinkowe Świątowanie**”, zorganizowane przez Zarząd Oddziału Okręgowego Polskiego Związku Emerytów i Rencistów w Pile, odbyło się 11 listopada 2025 roku w restauracji **Amor** i okazało się wyjątkowo udaną, radosną i pełną ciepłej atmosfery imprezą. Od godziny **16:00 do 22:00** sala wypełniona była rozmowami, śmiechem i taneczną energią uczestników. Seniorzy licznie przybyli, aby wspólnie spędzić ten szczególny wieczór – łączący tradycję dnia św. Marcina z integracją i dobrym towarzystwem. **Wspaniała atmosfera i znakomita zabawa**. Już od pierwszych chwil można było poczuć życzliwość i radosny nastrój. Uczestnicy chętnie brali udział w rozmowach, wymieniali się wspomnieniami i celebrowali wspólny czas. Muzyka, starannie dobrana do gustów gości, szybko porwała wszystkich do tańca.

Tradycyjny akcent świątomarciński. Nie zabrakło też nawiązań do tradycji. Wspominano o zwyczajach związanych z dniem św. Marcina, a w menu pojawił się słodki akcent w duchu tego święta, który spotkał się z dużym entuzjazmem uczestników.

Miejsce pełne uroku. Restauracja **Amor** ponownie okazała się świetnym wyborem – ciepły wystrój, dobra organizacja oraz życzliwa obsługa stworzyły idealne warunki do spędzenia wieczoru. Wielu gości wyrażało zadowolenie z komfortu i jakości przygotowania wydarzenia. **Wspólnota, która potrafi świętować**.

„Marcinkowe Świątowanie” przypominało, jak ważne są takie chwile – okazje do spotkań, zabawy i wzajemnej życzliwości. Uczestnicy nie kryli wdzięczności wobec organizatorów za trud włożony w przygotowanie imprezy i podkreślali, że chętnie wezmą udział w kolejnych wydarzeniach oddziału.



Świątujemy Dzień Seniora w Amorze

Kruszewo – taniec, zdrowie i... sztuczna inteligencja dla seniorów

Jesienne popołudnia mogą być nie tylko spokojne, ale również pełne ruchu, wiedzy i dobrej zabawy. Udowodniła to grupa naszych członków, która w dniach **16 października, 6 listopada oraz 14 listopada 2025 roku** wzięła udział w wyjątkowych warsztatach zorganizowanych w urokliwym miejscu – „**Farmie Wita**” w **Kruszewie**. Spotkania miały niezwykle bogaty program. Seniorzy z entuzjazmem uczestniczyli w **zajęciach nauki tańca**, które okazały się świetnym sposobem na poprawę kondycji fizycznej, pamięci oraz in-

tegrację uczestników. Energia i uśmiechy nie opuszczały nikogo, a taneczne kroki szybko przekształciły się w prawdziwą przyjemność. Nie zabrakło również części edukacyjnej. Podczas prelekcji uczestnicy zdobyli praktyczną wiedzę dotyczącą **zdrowego żywienia** – jak komponować posiłki, by służyły zdrowiu, dodawały energii i wspierały organizm w każdym wieku. Dużym zainteresowaniem cieszyły się także informacje o tym, jak seniorzy mogą korzystać z **sztucznej inteligencji** – od prostych aplikacji ułatwiających

codzienne życie, po narzędzia wspierające pamięć, komunikację czy rozwój zainteresowań. Gospodarze zadbali także o **pyszny poczęstunek**, który stał się okazją do rozmów i wymiany wrażeń – a tych było naprawdę wiele! Serdecznie **dziękujemy za mile spędzone popołudnie**, pełne tanecznych kroków, nowych doświadczeń oraz inspirujących rozmów. To wydarzenie pokazało, że nauka, ruch i technologia mogą iść w parze, a wiek nie jest żadną przeszkodą w odkrywaniu nowych pasji.

Andrzejki 2025

Grupa członków naszej organizacji z Czarnkowa, Piły i Wałcza bawiła się na balu andrzejkowym zorganizowanym przez właścicieli i załogę ośrodka GÓRAL w Ustroniu Morskim. Pobyt wypoczynkowo-zabawowy trwał od 27 – 30.11.2025 r. i miał niezwykle klimat, bowiem morze w listopadzie ma w sobie coś tajemniczego i pełnego uroku a plaża rano jest prawie pusta – tylko mewy, wiatr i rozkołysane fale. W trakcie balu były wróżby, lanie wosku i zabawne przepowiednie. Mamy nadzieję, że podobny pobyt na ostatki w terminie od 12 do 15 lutego 2026 r. też dojdzie do skutku. W Pile w restauracji hotelu GROMADA również odbyła się zabawa andrzejkowa z muzyką zaproponowaną przez Pana Andrzeja Jopka, na którą wybrało się ok. 200 osób i była tak samo udana. Obie imprezy udowodniły, że są bardzo potrzebne bowiem taniec jest najlepszą formą ruchu.



Jesienny piknik w Drożyskach

22 października w Drożyskach Wielkich pierwszy piknik jesienny. W wydarzeniu uczestniczyło około 100 członków PZER. Spotkanie rozpoczęło się tradycyjnie od odśpiewania hymnu emerytów a całość poprowadził członek Zarządu Stanisław Pikulik. Mimo chłodniejszej, deszczowej aury, uczestnikom dopisywały dobre nastroje. Na wszystkich czekał poczęstunek obejmujący domowe wypieki, kielbaski z grilla oraz tradycyjny chleb ze smalcem. Seniorzy chętnie korzystali z okazji do rozmów, wspólnej zabawy i integracji. Tego typu spotkania stanowią ważny element budowania więzi społecznych. Pozwalają seniorom aktywnie spędzić czas, wyjść z domu, spotkać się z innymi i choć na chwilę zapomnieć o codziennych troskach. To także sposób na przeciw-

działanie samotności i wykluczeniu społecznemu. Jesienny piknik w Drożyskach Wielkich okazał się wydarzeniem pełnym życzliwości, uśmiechu i wzajemnego wsparcia. Seniorzy wyrazili nadzieję, że podobne inicjatywy będą kontynuowane w przyszłości.



Spacer z historią w tle – seniorzy na nowo odkrywają Złotów



20 września 2025 roku Zarząd Polskiego Związku Emerytów i Rencistów Oddział Rejonowy w Złotowie zorganizował wyjątkowe wydarzenie – **spacer integracyjny po naszym mieście**. Choć wzięło w nim udział zaledwie siedmiu członków Związku, uczestnicy zgodnie przyznali, że było warto! Spacer z przewodnikiem okazał się prawdziwą podróżą w czasie. Uczestnicy z dużym zainteresowaniem słuchali opowieści o pomnikach, zabytkowych budynkach i historycznych miejscach Złotowa – wielu z nich odkryli po raz pierwszy. Dzięki ciekawym historiom i anegdo-

tom przewodnika wszyscy spojrzeli na swoje miasto z zupełnie nowej perspektywy. Wędrówka zakończyła się w malowniczej **Zagrodzie Krajeńskiej** nad jeziorem miejskim, gdzie uczestnicy mieli chwilę na odpoczynek i wspólne podsumowanie spaceru. Na zakończenie wszyscy udali się do kawiarni „**Promenada**”, by przy filiżance aromatycznej kawy i herbaty powspominać minione chwile – rozmowom i uśmiechom nie było końca. To był dzień pełen wiedzy, emocji i dobrej energii. Ci, którzy nie mogli uczestniczyć – naprawdę mają czego żałować!

Światowy Dzień Seniora w Złotowie – spotkanie integracyjne zorganizowane przez Zarząd Rejonowy PZEiR

Z okazji Światowego Dnia Seniora Zarząd Rejonowy Polskiego Związku Emerytów i Rencistów w Złotowie zorganizował uroczyste spotkanie integracyjne połączone z zabawą taneczną. Wydarzenie miało na celu podkreślenie znaczenia i roli osób starszych w społeczeństwie oraz stworzenie przestrzeni do wspólnego świętowania i umacniania więzi międzypokoleniowych. Światowy Dzień Seniora to święto przypominające o szacunku, jaki należy się osobom starszym. Stanowi okazję do wyrażenia wdzięczności za ich wkład w rozwój lokalnej społeczności, kultury oraz

tradycji. To także moment refleksji nad potrzebami i wyzwaniem, z jakimi na co dzień mierzą się seniorzy. Spotkanie odbyło się 18 października w Sali Cechu Rzemiosł Różnych w Złotowie i zgromadziło około 90 uczestników, w tym przedstawicieli Kół Terenowych z Lipki, Radawnicy i Zakrzewa. Uroczystość otworzyła pełniąca obowiązki Przewodniczącej Zarządu Rejonowego kol. **Danuta Stofrowska**, która powitała zebranych i życzyła wszystkim przyjemnego spędzenia czasu oraz udanej zabawy. Podczas wydarzenia uhonorowano trzech najstarszych seniorów, wrę-

czając im podziękowania za wieloletnią aktywność i zaangażowanie w działalność Związku. Był to gest uznania dla ich cennego wkładu w rozwój środowiska senioralnego. Na uczestników czekał smaczny poczęstunek, który sprzyjał rozmowom i integracji. O oprawę muzyczną zadbał zespół **Mini-Max**, tworząc atmosferę sprzyjającą wspólnej zabawie. Doskonała muzyka oraz życzliwa, serdeczna atmosfera sprawiły, że spotkanie trwało do późnych godzin wieczornych. W październiku i listopadzie członkowie Kół terenowych z Tarnówki, Radawnicy, Zakrzewa i Lipki

Oddział Rejonowy PZER w Złotowie

działających przy Oddziale Rejonowym Polskiego Związku Emerytów i Rencistów również świętowali Dzień Seniora. Wspólne uroczystości stały się okazją do integracji, rozmów oraz celebrowania tego wyjątkowego święta, które podkreśla znaczenie osób starszych w życiu lokalnej społeczności. Uroczystości potwierdziły, jak ważne są inicjatywy integrujące środowisko seniorów i jak wiele radości niesie możliwość wspólnego świętowania w gronie przyjaciół i współpracowników.



Andrzejkowa zabawa seniorów w Złotowie

21 listopada 2025 roku emeryci zrzeszeni w Oddziale Rejonowym Polskiego Związku Emerytów i Rencistów w Złotowie spotkali się na tradycyjnej zabawie andrzejkowej, która odbyła się w sali Rzemiosła. Wydarzenie otworzyła pełniąca obowiązki przewodniczącej kol. **Danuta Stofrowska**, witając uczestników i życząc wszystkim udanej, pełnej radości zabawy. Andrzejki stały się dla seniorów okazją do wspólnego świętowania, rozmów i spędzenia czasu w serdecznej atmosferze. Uczestnicy chętnie włączali się we wspólne śpiewanie oraz tańce, a ich energia i humor po raz kolejny potwierdziły, że potrafią bawić się z pasją. Wydarzenie zgromadziło liczne grono seniorów, a jego przebieg stworzył możliwość integracji i wzmacniania więzi między członkami Związku. Zabawa przebiegała w atmosferze życzy-

liwości, śmiechu i swobody, sprzyjając nawiązywaniu nowych znajomości oraz umacnianiu już istniejących relacji. Andrzejkowa impreza okazała się wyjątkowo udana, dostarczając uczestnikom wielu pozytywnych emocji.



Międzypokoleniowe spotkanie seniorów z Inką i TPD w Złotowie

25 listopada 2025 roku seniorzy zrzeszeni w strukturach PZER uczestniczyli w wyjątkowym, międzypokoleniowym spotkaniu zorganizowanym przez firmę Inka oraz Towarzystwo Przyjaciół Dzieci. Wydarzenie odbyło się w świetlicy TPD mieszczącej się w Złotowskim Domu Kultury i miało na celu stworzenie przestrzeni sprzyjającej budowaniu relacji między osobami starszymi a młodszymi. Spotkanie oparto na formule swobodnej integracji. Uczestnicy – seniorzy i dzieci – wspólnie spędzali czas przy klasycznych grach planszowych, rozmawiali w ramach „rozmówek międzypokoleniowych” oraz brali udział w aktywnościach, które promowały współpracę i dobrą zabawę bez elementu rywalizacji. Wspólne zajęcia w naturalny sposób sprzyjały rozmo-

wom, wymianie doświadczeń i radości ze wspólnie spędzonego popołudnia. Jednym z punktów programu było czytanie legendy o założeniu Złotowa. Przedstawiła ją kol. **Danuta Stofrowska**, która wprowadziła uczestników w historię miasta i lokalne tradycje, wzbogacając spotkanie o element edukacyjny i wartościowy kontekst kulturowy. Partner wydarzenia, firma Inka, obdarowała wszystkich uczestników swoimi produktami, co zostało przyjęte z dużą radością. Było to pierwsze tego rodzaju spotkanie seniorów z dziećmi w takiej formule i spotkało się z bardzo pozytywnym odbiorem. Uczestnicy podkreślali jego ciepłą atmosferę, możliwość nawiązania nowych relacji oraz wartość, jaka płynie ze wspólnego, twórczego spędzania czasu, niezależnie od wieku.



Nadmorskie impresje

Zarząd PZeiR w Jaraczewie zorganizował dla swoich członków dwa wyjazdy nad morze: 25 czerwca 2025 r. do Ustria Morskiego oraz 21 sierpnia 2025 r. do Ustki. Celem tych wyjazdów była zarówno integracja środowiska emerytów i rencistów, jak i stworzenie możliwości aktywnego wypoczynku, regeneracji sił oraz poprawy samopoczucia poprzez kontakt z naturą. Uczestnicy mogli doświadczyć uroków bałtyckiego wybrzeża: długie spacery brzegiem morza, kojący szum fal, świeże, pełne jodu powietrze oraz gorące słońce, które – jak sami uczestnicy podkreślali – „objęło nas swymi promieniami”. Atmosfera sprzyjała rozmowom, nawiązywaniu i umacnianiu relacji oraz wspólnemu spędzaniu czasu w radosnym i odprężającym nastroju. Oba wyjazdy okaza-

ły się niezwykle udane. Dostarczyły nie tylko chwili wytchnienia i odpoczynku, ale również wielu pozytywnych emocji, integrując grupę oraz wzmacniając jej więzi. Dzięki zaangażowaniu organizatorów uczestnicy wrócili z podróży zrelaksowani, pełni energii i bogatsi o nowe, piękne wspomnienia.



Z wizytą w Bieszczadach



W dniu 15.do19.09.2025 nasi członkowie z Jaraczewa wzięli udział w wycieczce po Bieszczadach, zorganizowanej przez Zarząd Koła. Pierwszą atrakcją, którą mieliśmy możliwość zobaczyć, w czasie

podróży, był Zamek w Łańcucie. Następnego dnia odwiedziliśmy Sanok, a w nim największy w Polsce Skansen, Zamek Królewski i Starówkę, jak również Zagórze i Via Dolorosę Bieszczadzkiej Artystów,

obejrzelśmy ruiny klasztoru Karmelitów Bosych z ogrodem klauzurowym i weszliśmy na 22-metrową wieżę widokową na dolinę Oslawy. Kolejnego dnia przejechaliśmy się kolejką bieszczadzką na trasie Majdan-Balnica-Majdan, podziwiając uroki Bieszczad oraz zwiedziliśmy Klasztor Nazaretanek w Cisnej, miejsce internowania kardynała Wyszyńskiego i cerkiew prawosławną w Szczawnem. Wieczór spędziliśmy na spotkaniu integracyjno-tanecznym. Następnego dnia udaliśmy się do Polańczyka, w którym obejrzelśmy panoramę Zalewu Solińskiego i otaczających wzgórz z punktu widokowego na wzgórzu Kiczera. Spokojny rejs po Zalewie Solińskim pozwolił nam odpocząć i nabrać sił na spacer po Zaporze Solińskiej i „bieszczadzkich Krupówkach”. Odważni mieli możliwość obejrzeć jezioro z lotu ptaka, korzystając z przejazdu kolejką gondolową. Tego dnia przeszliśmy również przez Dolinę Martwego Sanu do legendarnego Cudownego Źródła w Zwierzyniu oraz odwiedziliśmy Browar Ursa Maior. Wieczór zakończyliśmy na koncercie bieszczadzkiej kapeli „Bereza”, który połączony był z opowieściami o historii regionu. Doskonała organizacja wycieczki, świetne towarzystwo, integracja grupy i piękne miejsca, które zobaczyliśmy sprawiły, że bez problemu pokonaliśmy bieszczadzkie szlaki, zabierając ze sobą piękne wspomnienia.

Koło PZER w Jaraczewie

Pożegnanie lata i „Święto Pieczonego Ziemniaka” w Jaraczewie



7 października br. zorganizowano przy świetlicy wiejskiej radosny piknik z okazji pożegnania lata połączony ze „Świętem Pieczonego Ziemniaka”.

Wydarzenie przyciągnęło licznych seniorów, dla których przygotowano wspólne tańce, śpiewy oraz pyszne jedzenie. Celem spotkania była integracja lokalnej społeczności, a przede wszystkim stworzenie przestrzeni do aktywnego i radosnego spędzenia czasu przez seniorów. Piknik stał się okazją do rozmów, budowania więzi oraz wspólnego świętowania w serdecznej atmosferze w myśl słów, że:

„Czas spędzony razem mnoży radość i dzieli troski – dlatego jest najcenniejszym podarunkiem, jaki możemy sobie dać.”

Zabawa andrzejkowa



W środę, **26 listopada 2025 r.**, wastrojowych wnętrzach **restauracji „Amor” w Pile** odbyła się wyjątkowa **zabawa andrzejkowa**. Spotkanie

zgrupowało liczne grono seniorów, którzy przy dźwiękach muzyki i wspólnej zabawie celebrowali nadejście magicznego, andrzejkowego czasu.

Celem wydarzenia była integracja środowiska senioralnego – stworzenie przestrzeni do rozmów, odświeżania dawno zawartych znajomości oraz nawiązywania nowych. Organizatorom zależało także na podkreśleniu, jak ważne jest aktywne uczestnictwo osób starszych w życiu społecznym i kulturalnym. Spotkanie miało przypomnieć, że wspólne spędzanie czasu wzmacnia poczucie przynależności i daje energię na kolejne mie-

siące. Wieczór upłynął w atmosferze życzliwości, śmiechu i dobrej zabawy. Seniorzy zgodnie podkreślali, że takie spotkania są nie tylko źródłem radości, lecz także ważnym elementem budowania wspólnoty. Warto przy tej okazji przytoczyć złotą myśl, która doskonale oddaje ducha wydarzenia: **„Integracja seniorów to most, który łączy doświadczenie z radością życia – im częściej po nim przechodzimy, tym szerzej otwieramy się na innych.”** Zarząd Koła już zapowiada kolejne inicjatywy mające na celu aktywizację i jednoczenie lokalnej społeczności seniorów...

Koło PZER w Trzciance

Dzień Seniora 2025 – wyjątkowa uroczystość PZER Trzcianka w Niekursku

15 listopada 2025 roku członkowie Polskiego Związku Emerytów i Rencistów Rejonu Trzcianka spotkali się w Niekursku, by wspólnie świętować Dzień Seniora. Uroczystość odbyła się w ciepłej, pełnej życzliwości atmosferze i zgromadziła aż **100 członków związku**, którzy tłumnie przybyli na salę, by wspólnie spędzić ten wyjątkowy dzień. Spotkanie rozpoczęła przewodnicząca oddziału, **Irena Dobuszko**, która powitała wszystkich gości wraz ze swoim zastępcą, **Ryszardem Kaczmarkiem**. W swoim wystąpieniu przewodnicząca

przytoczyła ważne, pełne mądrości słowa widniejące na sztandarze związku: **„Człowiek jest tyle wart, ile daje drugiemu”**.

To motto, głęboko zakorzenione w działalności PZER, nadało ton całej uroczystości, podkreślając wartość wspólnoty, wzajemnej troski i międzypokoleniowej solidarności. Po części oficjalnej rozpoczęła się część artystyczno-rozrywkowa. Na scenie pojawił się zespół **„Wieczne Młodzi”**, którego występ wprowadził uczestników w świetny nastrój. Przy dźwiękach muzyki seniorzy

bawili się, rozmawiali i świętowali aż do godzin wieczornych, pokazując, że energia, radość i chęć wspólnego spędzania czasu nie mają wieku. Uroczystość w Niekursku była nie tylko okazją do świętowania Dnia Seniora, lecz także wyrazem szacunku i uznania dla osób starszych, które tworzą fundament lokalnej społeczności. Spotkanie ponownie udowodniło, jak ważne są takie chwile integracji, które wzmacniają więzi, dają radość i budują poczucie wspólnoty.

Uroczysta Gala z okazji 50-lecia Koła PZEiR w Jastrowiu



W dniu 1 października 2025 roku w Jastrowiu odbyła się uroczysta Gala Seniorów zorganizowana z okazji **50-lecia działalności Koła Polskiego Związku Emerytów i Rencistów**. Wydarzenie zgromadziło liczne grono gości reprezentujących władze samorządowe, instytucje współpracujące oraz społeczność lokalną. Swoją obecnością uroczystość uświetnili zaproszeni goście: Oddział Okręgowy PZEiR w Pile reprezentowała **Teresa Mielczarek-Pesch**, członek Zarządu Powiatu Złotowskiego **Aleksander Antoniewicz**, burmistrz Gminy i Miasta Jastrowie **Ewa Winkowska**, zastępca burmistrza **Sławomir Jurczyk**, skarbnik **Małgorzata Maciejewska**, sekretarz **Renata Szewczyk** oraz wiceprzewodniczący Rady Miejskiej **Paweł Rochowski**. Obecni byli również przedstawiciele instytucji i zakładów pracy od lat wspierających naszą działalność.

Pół wieku działalności na rzecz seniorów Przewodnicząca Koła, **Urszula Żmudzińska-Czerwonka**, przedstawiła zebranym historię jastrowskiego Koła oraz jego dorobek, akcentując rozwój organizacji i znaczący wzrost aktywności w ostatnich latach. Podkreśliła, że liczne inicjatywy, spotkania i projekty cieszą się dużym zainteresowaniem członków, którzy chętnie w nich uczestniczą. Przewodnicząca z wyrazami

wdzięczności odniosła się do instytucji wspierających wieloletnią działalność Koła. Wśród głównych partnerów wymieniono: **Bank Spółdzielczy w Jastrowiu, Nadleśnictwo Jastrowie, Gminę i Miasto Jastrowie, PCPR w Złotowie**, a także wielu innych darczyńców i współpracowników.

Odznaczenia i wyróżnienia

W ramach obchodów jubileuszowych wręczono odznaczenia osobom szczególnie zasłużonym dla działalności Koła. **Złotą Dużą Odznaką** uhonorowana została **Teresa Dębicka**.

Złote Małe Odznaki otrzymali: **Wiesława Wiśniewska, Jolanta Żendel, Irena Łaszczyk, Edward Grzelak, Marianna Kustra-Rola, Leokadia Miesiąc** oraz **Lech Krzywicki**. Ponadto wielu członków otrzymało dyplomy uznania i podziękowania za zaangażowanie i wieloletnią pracę na rzecz środowiska senioralnego. Wśród wyróżnionych znalazły się m.in. **Helena Jeż** oraz **Małgorzata Kutkowska**.

Część artystyczna i spotkanie integracyjne

Po zakończeniu części oficjalnej odbył się koncert **Krzysztofa Koniarka**, wielokrotnie nagradzanego wykonawcy, którego repertuar w stylu biesiadnym spotkał się z niezwykle ciepłym przyjęciem publiczności. Występ artysty został nagrodzony gromkimi bra-

wami i owacjami na bis. Uroczystość zwieńczyło spotkanie integracyjne połączone z zabawą taneczną, podczas której uczestnicy mieli okazję do wspólnego świętowania jubileuszu Koła w atmosferze radości i serdeczności.

Szczególne wyrazy uznania kierujemy do Karoliny Frączek, dyrektor Ośrodka Kultury w Jastrowiu, oraz całego zespołu OKJ za profesjonalne przygotowanie wydarzenia i jego uroczystą oprawę.



Oddział Rejonowy PZER w Czarnkowie

Czarnkowscy seniorzy świętowali



26 listopada 2025r. W Ośrodku Szkoleniowo-Rekreacyjnym „Portus” w Lubaszu członkowie Polskiego Związku Emerytów i Rencistów – Oddział Rejonowy w Czarnkowie obchodzili Dzień Seniora pt. „Solidarni z Seniorami”. W uroczystości udział wzięło liczne grono seniorów oraz zaproszeni goście, wśród których nie zabrakło przewodniczącej Oddziału Okręgowego w Piły Leokadii Figurniak i jej zastępczyni Genowefy Rajek, przedstawicieli władz samorządowych powiatu, miasta i gminy Lubasz. Przybyłych powitała przewodnicząca Grażyna Kicińska, która poinformowała że w uroczystości uczestniczy członkini związku, która ukończyła 80 lat – Genowefa Bak oraz członkini z najdłuższym stażem w naszej organizacji – Janina

Mazurek. Były upominki, kwiaty, życzenia i listy gratulacyjne. Następnie głos zabrali samorządowcy: burmistrz miasta Czarnków – Jackiem Klimaszewski, radna powiatu czarnkowsko – trzcineckiego Izabela Bobińska i z-ca wójta gminy Lubasz Grażyną Graj. W swoich wystąpieniach dziękowali za zaproszenie, gratulowali zaangażowania w życie społeczne i życzyli zdrowia, pomyślności oraz spełnienia marzeń. Przewodnicząca Leokadia Figurniak przekazała życzenia dla wszystkich seniorów oraz na ręce pań, Genowefy Bak oraz Janiny Mazurek – pięknie wydrukowane życzenia wraz z kwiatami. Przewodnicząca Grażyna Kicińska odczytała życzenia Pani poseł Marii Małgorzaty Janyska, która nie mogła uczestniczyć osobiście

i właściciela SUS Travel w Mrzeżynie. Po części oficjalnej Pani Genowefa Bak poczęstowała zebranych smacznym tortem i lampką szampana a goście odśpiewali jubilatce „sto lat”. Następnie przyszedł czas na tańce do których przygrywał Krzysztof Belak, prezenter muzyczny z Piły i trwały do późnych godzin wieczornych. Kolejny już raz emeryci pokazali, iż mają w sobie jeszcze wiele sił witalnych i nie wiek jest tutaj najważniejszy, lecz radość bycia razem, radość ze wspólnej zabawy a także fakt, że się jeszcze o nich pamięta, docenia ich trud i wkład w historię naszego związku, miasta i powiatu. Kolejny Dzień Seniora w Czarnkowie przeszedł już do historii, lecz mamy nadzieję, iż w przyszłym roku spotkamy się w dobrym zdrowiu w takim samym składzie. Spotkanie z okazji „Dnia Seniora” współfinansowane zostało przez Miasto Czarnków.

Przewodnicząca Grażyna Kicińska



Rowerem przez jesienne szlaki – aktywni seniorzy z Kaczor

29 września 2025 roku członkowie Koła Emerytów w Kaczorach udowodnili, że energia i pasja do aktywnego życia nie znają wieku! Tego dnia grupa seniorów wyruszyła na rajd rowerowy, którego trasa wiodła przez malownicze miejscowości: Żabostowo i Gancarstwo, aż do Jeziorek. Uczestnikom dopisały świetne humory, a jesienna aura sprzyjała rowerowej przygodzie. Rajd był nie tylko okazją do ruchu na świeżym powie-

trzu, ale też doskonałą formą integracji i wspólnego spędzania czasu. Seniorzy pokazali, że sport i zdrowy styl życia to najlepszy sposób na zachowanie dobrej kondycji i pogody ducha. Podczas wyprawy uczestnicy zatrzymali się przy obelisku upamiętniającym kaprała Piotra Konieczkę, który poległ w trakcie obrony urzędu celnego w Jeziorach, trzy godziny przed atakiem Niemców na Westerplatte, by zapalić znicz i od-

dać hołd historii – ten piękny gest nadał rajdowi wyjątkowy, refleksyjny wymiar. Na mecie na wszystkich czekała pyszna nagroda – aromatyczna grochówka, kawa oraz słodki poczęstunek. Wspólny posiłek, rozmowy i śmiech były idealnym zakończeniem tego udanego dnia. Rajd rowerowy pokazał, że seniorzy z Kaczor potrafią łączyć przyjemne z pożytecznym – aktywność z przyjaźnią, zdrowie z radością życia.



Członkowie Koła Emerytów z Kaczor w słonecznym Kołobrzegu



Choć poranek 8 października 2025 roku nie zapowiadał niczego dobrego – niebo zasnuwane chmurami, a deszcz towarzyszył nam przez całą drogę – humory uczestników wycieczki Koła Emerytów z Kaczor ani na chwilę nie osłabły. I słusznie! Gdy tylko dotarliśmy do Kołobrzegu, przywitała nas piękna, jesienna pogoda, idealna na spacer nad morzem. Każdy znalazł coś dla siebie – jedni przechadzali się po słynnym moście i promenadzie, inni podziwiali urokliwe zakątki

miasta lub odpoczywali przy szumie fal. Nie zabrakło też odrobiny morskiej przygody – część uczestników wyruszyła w rejs statkiem „Pirat”, który dostarczył wielu emocji i niezapomnianych wrażeń. Czas upływał w radosnej atmosferze, pełnej rozmów, śmiechu i wspólnych wspomnień. Tego dnia wszyscy wróciliśmy do Kaczor z uśmiechami na twarzy i przekonaniem, że nawet jesień może być pełna słońca – wystarczy dobre towarzystwo!



Seniorzy z Kaczor świętowali Dzień Seniora w radosnej atmosferze



15 października 2025 roku członkowie Koła Emerytów w Kaczorach spotkali się, by wspólnie uczcić **Dzień Seniora** – wyjątkowe święto pełne życzliwości, wspomnień i radości. Uroczystość otworzyła **Pani Maria Damińska**, przewodnicząca Koła Emerytów, serdecznie witając wszystkich uczestników oraz zaproszonych gości. Wśród nich znaleźli się m.in. **Burmistrz Miasta i Gminy Kaczory Brunon Wolski**, który złożył seniorom gorące życzenia zdrowia i pomyślności, wręczając piękny bukiet kwiatów na ręce **Pani Wandy Sądej**, wiceprzewodniczącej Koła. W spotkaniu uczestniczyła również **Pani Paulina Banasik**, Dyrektor Centrum Kultury w Kaczorach, która przekazała zebranym ciepłe słowa uznania oraz zachęciła seniorów do dalszej aktywności i wspólnego działania na rzecz

lokalnej społeczności. Gośćmi specjalnymi byli **członkowie Koła Emerytów z Jaraczewa**, z którymi od lat utrzymywane są serdeczne kontakty. Wspólne świętowanie przebiegało w atmosferze radości, przyjaźni i wzajemnej życzliwości. Po części oficjalnej przyszedł czas na poczęstunek – smaczny obiad, aromatyczną kawę oraz swojskie ciasta, przygotowane specjalnie na tę okazję. Nie zabrakło również artystycznych wrażeń. Publiczność zachwycił występ **Mieczysława Góry** – znanego konferansjera, poety, satyryka i gawędziarza, który swoimi barwnymi opowieściami i pełnymi humoru wierszami wprowadził wszystkich w doskonały nastrój. Uroczystość uświetnił także występ zespołu **JANBOYS z Chodzieży**, który po-



rwiał uczestników do wspólnej zabawy. Radość, serdeczność i uśmiech gościły na twarzach wszystkich uczestników – bo **Dzień Seniora w Kaczorach** to nie tylko święto dojrzałych mieszkańców, lecz także dowód na to, że wspólne chwile i dobra energia łączą pokolenia.



Magiczny wieczór z muzyką Leonarda Cohena

27 października 2025 roku członkowie **Koła Emerytów z Kaczor** wyruszyli do **Filharmonii Pomorskiej w Bydgoszczy**, by uczestniczyć w niezwykłym wydarzeniu artystycznym – koncercie pt. „**Cohen. Po miłości kres**”. Na scenie wystąpił znany aktor i wokalista **Artur Żmijewski**, który w niezwykle poruszający sposób przybliżył publiczności twórczość legendarnego **Leonarda Cohena**. Jego głęboka interpretacja, nastrojowa muzyka i poetyckie teksty stworzyły wyjątkową atmosferę pełną emocji, refleksji i wzruszeń. Publiczność z zapartym tchem wsłuchiwała się w znane i mniej popularne utwory artysty, które – w wykonaniu Artura Żmijewskiego – nabrały nowego, bardzo osobistego charakteru. Koncert był prawdziwą uczcą dla duszy, a także chwilą zatrzymania w codziennym biegu. Uczestnicy wyjazdu wrócili z Bydgoszczy zauroczeni koncertem

i pełni pięknych wspomnień. Dla wielu z nich było to nie tylko spotkanie z muzyką Cohena, ale także z własnymi wspomnieniami i emocjami, które

jego twórczość niezmiennie budzi. To był wieczór, który na długo pozostanie w pamięci – pełen magii, zadumy i artystycznego piękna.



Koło PZER w Kuźnicy Czarnkowskiej

Październik pełen wrażeń – świętowanie i wyjazd do Dźwirzyna!



Październik 2025 roku był dla członków **Stacjonarnego Klubu Seniora w Kuźnicy Czarnkowskiej** wyjątkowo aktywny i pełen radości. Seniorzy nie tylko świętowali **Dzień Seniora** oraz **15-lecie zespołu śpiewaczego „Kuźniczanie”**, ale także wyruszyli na tygodniowy wypoczynek nad morzem w Dźwirzynie. **Święto Seniorów i Jubileusz „Kuźniczan”** 7 października w siedzibie klubu odbyła się podwójna uroczystość – radosne spotkanie z okazji **Dnia Seniora** połączone z **jubileuszem 15-lecia zespołu „Kuźniczanie”**. W wydarzeniu uczestniczyli przedstawiciele **Zarządu Okręgowego**



PZER w Pile, Urzędu Gminy Czarnków, Centrum Usług Społecznych, a także Sołtys Kuźnicy Czarnkowskiej. Goście składali seniorom serdeczne życzenia, dziękowali za ich aktywność, energię i zaangażowanie w życie lokalnej społeczności. Nie zabrakło również chwil pełnych wzruszeń – przedstawicielki Zarządu Okręgowego wręczyły **odznaczenia trzem zasłużonym seniorkom**, a z okazji jubileuszu zespół „Kuźniczanie” otrzymał **statuetkę i dyplom uznania**. W części artystycznej jubileacji zaprezentowali kilka piosenek ze swojego bogatego repertuaru, a wspólne śpiewy, życzenia „sto lat” i uroczysty toast wypełniły salę radością. Po części oficjalnej uczestnicy zasiedli do wspólnego stołu, delektując się smacznym poczęstunkiem i tańcząc do późnych godzin wieczornych. **Nadmorska przystop w Dźwirzynie** Zaledwie kilka dni później, **11 października**, seniorzy wyruszyli w drogę – tym razem na **siedmiodniową wycieczkę do Dźwirzyna**. Zakwaterowani w **Ośrodku Wypoczynkowym AKCES**, uczestnicy korzystali z bogatej oferty rekreacyjnej: **basenu, sauny, jacuzzi** oraz **sali fitness** czynnej przez cały dzień. Nie brakowało również atrakcji duchowych i towarzyskich – odbywały się **warsztaty muzyczne, spacerów brzegiem morza**, a wieczorami trzy razy w tygodniu organizowano **wieczorki taneczne**, podczas których parkiet rozbrzmiewał muzyką i śmiechem. Prawdziwym rarytasem były także pyszne posiłki serwowane w formie szwedzkiego stołu, które cieszyły się ogromnym uznaniem uczestników. Wyjazd do Dźwirzyna był nie tylko okazją do relaksu, ale też do integracji i budowania wspólnoty. Seniorzy wrócili pełni energii, z uśmiechem i głową pełną wspomnień. Działania **Stacjonarnego Klubu Seniora w Kuźnicy Czarnkowskiej** realizowane są w ramach projektu **„Paleta Pokoleń – kompleksowy system usług społecznych w gminie Czarnków”**, współfinansowanego ze środków **Europejskiego Funduszu Społecznego Plus (EFS+)** w ramach programu **Fundusze Europejskie dla Wielkopolski 2021–2027 (FEW)**. Inicjatywa odbywa się pod patronatem **Zarządu Okręgowego PZER w Pile** oraz **Centrum Usług Społecznych w Gminie Czarnków**.



Seniorzy z Koła Emerytów i Rencistów w Lipce pożegnali lato i powitali jesień!

W ciepłej i radosnej atmosferze, 18 października, nad Kompleksem rekreacyjno-sportowym w Lipce – popularnym „basenem” – odbyło się spotkanie członków Koła z okazji pożegnania lata i powitania jesieni. Jak zawsze, seniorzy udowodnili, że dobra zabawa nie zna wieku! Były śpiewy, tańce, żarty, aromatyczna kawa, pyszne drożdżówki i wspólne grillowanie. Każdy przyniósł coś od siebie – w ramach tzw. „koszykowego” – dzięki czemu na stołach królowały domowe smakołyki. Gości oraz uczestników serdecznie przywitała prezes Koła, pani Janina Włodarczak, dziękując wszystkim za wspólne zaangażowanie i wspianą frekwencję. O oprawę muzyczną zadbał pan Marian Kukowski, który porwał wszystkich do

tańca już od pierwszych taktów. Spotkanie upłynęło w duchu radości, wspólnoty i planów na przyszłość – bo seniorzy już snują pomysły na kolejne spotkania i wyjazdy w 2026 roku. To był dzień pełen śmiechu, muzyki i ciepłych rozmów – najlepszy sposób, by pożegnać lato i z uśmiechem powitać jesień!



Dzień Seniora w Lipce – święto doświadczenia, mądrości i radości

Albert Einstein mawiał, że „*są dwie drogi, aby przeżyć życie: jedna to żyć tak, jakby nic nie było cudem. Druga – tak, by cudem było wszystko.*” Ta piękna myśl doskonale oddaje atmosferę tegorocznego **Dnia Seniora**, który 22 listopada świętowali Seniorzy z Lipki. W licznym i radosnym gronie spotkali się w **Gminnym Ośrodku Kultury w Lipce**, wspólnie z koleżankami i kolegami z sąsiednich miejscowości: Zakrzewa, Złotowa i Radawnicy. Obecność tak wielu osób była najlepszym dowodem na to, jak ważną rolę seniorzy pełnią w lokalnej społeczności – jako świadkowie historii, strażnicy tradycji i wzór do naśladowania dla młodego pokolenia. Gospodyni spotkania, **Janina Włodarczak**, przewodnicząca Koła Emerytów i Rencistów, przywitała zgromadzonych gości oraz wszystkich uczestników, podkreślając, jak wielką wartością jest możliwość bycia razem i wspólnego świętowania. Jubileusze pełne wzruszeń Podczas uroczystości szczególne gratulacje odebrali jubilaci: **Teresa i Kazimierz Jaszczyk** – za piękne, 45-letnie pożycie małżeńskie, **Ewa i Piotr Szmelter** – również świętujący 45-lecie wspólnej drogi, **Ewa i Jacek Włodarczyk** – młode małżeństwo z rocznym stażem, które poznało się i zakochało właśnie w Kole Seniorów.

Były uśmiechy, wspomnienia i serdeczne oklaski.

Goście z ciepłym słowem Seniorzy usłyszeli wiele życzeń oraz otrzymali prezenty od zaproszonych gości, m.in.:

Przemysław Kurdzieko – Wójta Gminy Lipka,

Piotra Wandasa – Przewodniczącego Rady Gminy,

Małgorzaty Szmeczel-Wandas – przedstawicielki sołectwa Lipka,

pracowników **GOPS** w osobie **Aleksandry Gbur**, dyrektorek lokalnych placówek oświatowych: **Ewy Polańskiej-Ciechanowskiej** (Szkoła Podstawowa w Lipce) oraz **Gabrieli Pikulik** (Przedszkole Gminne).

Ich słowa podkreślały ogromną wartość aktywności seniorów i ich wkładu w życie gminy. Młodzież, życzliwość i wspólna zabawa Dla zgromadzonych wystąpiła młodzież przygotowana przez **Anetę Gortat-Kruk**, a w sprawnej obsłudze wydarzenia pomagał wolontariat „Nadzieja” prowadzony przez **Dorotę Romanek**. Święteczną atmosferę dopełniły znakomite potrawy przygotowane przez **KGW Batorowo** oraz pyszne ciasta autorstwa **Katarzyny Kopczyk**. Spotkanie przebiegało w atmosferze radości, wzajemnej życzliwości i poczucia wspólnoty – wartości, które seniorzy szczególnie pielęgnują.



Oddział Rejonowy PZER w Okonku

Seniorzy na Szlaku Górnego Śląska

19. listopada 2025 r. w Oddziale Rejonowym PZER w Okonku odbyła się uroczystość obchodów 55-lecia, na której obecni byli przedstawiciele najważniejszych władz samorządowych z województwa, powiatu, miasta oraz Oddziału Okręgowego. Związek jest jedną z najstarszych i najbardziej aktywnych grup senioralnych w gminie. Jak podkreślali organizatorzy, jubileusz stał się okazją do podsumowania dotychczasowej działalności i wyznaczenia kierunków na kolejne lata. Organizacja od ponad pół wieku prowadzi działania integrujące środowisko seniorów, wspiera aktywność społeczną oraz współpracuje z instytucjami gminnymi. Uroczystości towarzyszyły gratulacje i wyrazy uznania dla wszystkich członków, ze szczególnym uwzględnieniem osób, które na co dzień poświęcają swój czas i zaangażowanie w funkcjonowanie Oddziału. Za całokształt działalności w naszej gminie, Urząd Marszałkowski w Pozna-

niu wyróżnił nasz Oddział Medalem za zasługi dla Województwa Wielkopolskiego, który został wręczony przez członka Sejmiku Wielkopolskiego Jacka Bogusławskiego oraz radnego Sejmiku Tomasza Wojtuka. Wręczono też gawerfony od Oddziału Okręgowego w Pile, starosty złotowskiego oraz OCK w Okonku. Osoby z kierownictwa Oddziału Rejonowego otrzymały okolicznościowe gawerfony, które w imieniu burmistrza Okonka wręczyła zastępczyni burmistrza Anna Ziarnik. W trakcie uroczystości uhonorowano zasłużonych członków Związku. Otrzymali oni pamiątkowe dyplomy oraz statuetki, podkreślające ich wieloletnie zaangażowanie w działalność organizacji. Uroczystość zakończyło spotkanie integracyjne, podczas którego uczestnicy mieli okazję do rozmów i wspomnień związanych z wieloletnią historią Związku Emerytów i Rencistów.



Koło PZER w Rogoźnie

Dzień Seniora z Kołem „Rofama” – święto radości i wspólnoty

W środę w Rogozińskim Centrum Kultury rozbrzmiewała muzyka, śmiech i serdeczne rozmowy. Wszystko za sprawą uroczystości z okazji **Dnia Seniora**, którą zorganizowało **Koło „Rofama” Polskiego Związku Emerytów i Rencistów w Rogoźnie**. W zastępstwie przewodniczącej **Teresy Czarneckiej** spotkanie poprowadziła wiceprzewodnicząca **Lena Dymek**, serdecznie witając licznie zgromadzonych gości. Wśród nich znaleźli się m.in. **Przewodnicząca Oddziału Okręgowego PZER w Pile Leokadia Figurniak oraz Zastępczyni Genowefa Rajek, Burmistrz Rogoźna Łukasz Zaranek oraz Przewodniczący Rady Miejskiej Hubert Kuszak**. W swoich wystąpieniach goście podkreślali znaczenie seniorów w życiu społecznym i kulturalnym Rogoźna. Burmistrz Łukasz Zaranek dziękował za aktywność, życzliwość i wkład w budowanie międzypokoleniowych więzi a Przewodniczący Rady Miejskiej Hubert Kuszak życzył wszystkim zdrowia, pogody ducha i wielu lat spędzonych w gronie najbliższych. Z kolei Leokadia Figurniak, przewodnicząca piłskiego oddziału PZER, wyraziła

uznanie dla pracy członków Koła „Rofama”, gratulując im wytrwałości i wspólnoty, które od lat tworzą wyjątkową atmosferę w środowisku seniorów. Nie zabrakło również artystycznych wrażeń. Publiczność oczarował **Jakub Herfort** – zwycięzca 9 edycji programu „**Mam Talent**”, który swoim występem wprowadził wszystkich w wyjątkowy, wzruszający nastrój. Po części oficjalnej przyszedł czas na wspólną zabawę. Seniorzy świętowali przy muzyce i tańcu, ciesząc się swoją obecnością i radością z każdego wspólnie spędzonego momentu. To był dzień pełen wzruszeń, uśmiechu i wdzięczności – prawdziwe święto ludzi, którzy swoją energią i doświadczeniem inspirują młodsze pokolenia.



Propozycje wycieczek i wczasów w 2026 roku

Przedstawiamy Państwu imprezy, które planujemy zrealizować - będziemy je uzupełniać na bieżąco.

Mamy nadzieję, że usprawnią one dostęp do naszych propozycji.

UWAGA !!!! dotyczy wszystkich umów podpisanych na wyjazdy (imprezy) krajowe i zagraniczne, których propozycje Państwu przedstawia Związek. „Organizator może p o d n i e ś ć cenę imprezy-wyjazdu o 8% najpóźniej na 21 dni przed wyjazdem (zgodnie z ustawą o usługach turystycznych art. 45)”

Przy zapisie na wczasy lub wycieczkę pobierany jest zadatek ok. 25 % kosztów wyjazdu .

ZAPISY NA WSZYSTKIE IMPREZY Z OPŁACONYMI SKŁADKAMI ZA 2026 ROK.

ZABAWY:

Zabawa Karnawałowa w restauracji AMOR w dniu 06.01.2026 r. cena 120 zł/140 zł, zapisy pokój nr 1 od 11.12.2025 r.

Zabawa Karnawałowa w hotelu GROMADA w dniu 16.01.2025 r. cena 130 zł/150 zł, zapisy pokój nr 1 od 18.12.2025 r.

Zabawa Karnawałowa w restauracji AMOR w dniu 29.01.2026 r. cena 120 zł/140 zł, zapisy pokój nr 1 od 08.01.2026 r.

Zabawa „Walentynkowa” w restauracji AMOR w dniu 12.02.2026 r. cena 120 zł/140 zł, zapisy pokój nr 1 od 13.01.2026 r.

ZabawaostatkowawUstroniuMorskim, Pensjonat „GÓRAL” w terminie 12 – 15.02.2026 r. cena 700 zł, zapisy pokój nr 3 z przedpłatą 200 zł.

Zabawa „ŚLEDZIK” w hotelu GROMADA w dniu 17.02.2026 r. cena 130 zł/150 zł, zapisy pokój nr 1 od 20.01.2026 r.

Dzień Kobiet w restauracji AMOR w dniu 06.03.2026 r. cena 70 zł/80 zł, zapisy pokój nr 1 od 19.02.2026 r.

WYCIECZKI:

Wycieczka „JURA KRAKOWSKO - CZĘSTOCHOWSKA” - termin 20-24.04.2026 r. cena 1 880 zł, zapisy od 21.10.2025 r. pokój nr 3 z przedpłatą 450 zł.

Wycieczka „BUDAPESZT - WIEDEŃ” - termin 11-16.05.2026 r. cena 2880 zł + 30 Euro, przyjmujemy wstępne zapisy chętnych, pokój nr 3.

Wycieczka „LUBLIN I OKOLICE” - termin 15-19.06.2026 r. cena 1950 zł, zapisy wstępne od 30.09.2025 r. pokój nr 3 z przedpłatą od 13.01.2026 r. - 500 zł.

Wycieczka „ MORAWY ” - termin 07-11.09.2026 r., cena 2 150 zł, zapisy od 28.10.2025 r. pokój nr 3 z przedpłatą 500 zł., przyjmowaną od 27.01.2026 r.

W okresie letnim będą organizowane wyjazdy jednodniowe – daty i cena będą podawane na bieżąco.

WCZASY W POLSCE:

Wczasy - Święta Wielkanocne - NIECHORZE „PORĘBA” - termin 02-09.04.2026 r. cena 1 250 zł + transport,

zapisy od 16.12.2025 r. pokój nr 12 z przedpłatą 500 zł.

Wczasy - Święta Wielkanocne - USTRONIE MORSKIE Pensjonat „GÓRAL” - termin 02 - 09.04.2026 r. cena 1 600 zł + transport, zapisy od 4.11.2025 r. pokój nr 12 z przedpłatą 400 zł.

Wczasy - MRZEŻYNO „PERŁA” - termin 22.05 - 01.06.2026 r. cena 1800 zł + transport, zapisy pok. nr 12 od 2.12.2025 r. z przedpłatą 500 zł.

Wczasy - MIĘDZYWODZIE „KARMAYNOWA PRZYSTAŃ” - termin 30.06 - 07.07.2026 r. cena 1650 zł, + transport zapisy pokój nr 12 od 03.02.2026 r. z przedpłatą 500 zł.

Wczasy-ŚWINOUJŚCIE„ZEFIR”-termin 12.07 - 22.07.2026 r. cena 2450 zł + transport, zapisy pok. nr 12 od 16.12.2025 r. z przedpłatą 1000 zł.

Wczasy - KUDOWA - ZDRÓJ „PARIA” - termin 16 - 25.08.2026 r. cena 2720 zł, zapisy od 18.11.2025 r. pokój nr 12 z przedpłatą 1000 zł

Wczasy - JASTRZĘBIA GÓRA - termin 18 -28.08.2026 r. cena 2260 zł + transport, zapisy pokój nr 12 od 16.12.2025 r.

Wczasy - DARŁÓWKO „KROKUS” - termin 12 - 22.09.2026 r. cena 1800 zł + transport, zapisy od 17.02.2026 r. pokój nr 12 z przedpłatą 500 zł.

WCZASY ZAGRANICZNE:

Wczasy zagraniczne MAJORKA - termin 03-10.05.2026 r. cena 3230 zł + transport na lotnisko, zapisy 18.07.2025 r. pokój nr 3 z przedpłatą 800 zł.

Wczasy zagraniczne CHORWACJA - termin 21 - 30.05.2026 r. cena 3100 zł, zapisy od 21.08.2025 r. pokój nr 3 z przedpłatą 800 zł, (jazda do Chorwacji autokarem).

Sanatorium EGLES SANATORIJA DRUSKIENNIKI – LITWA - termin 10 - 19.06.2026 r. cena 4200 zł, zapisy od 21.10.2025 r. pokój nr 3 z przedpłatą 1200 zł.

Wczasy zagraniczne GRAN CANARIA - termin 25.08. - 01.09.2026 r. cena 3840 zł + transport na lotnisko, zapisy od 20.08.2025 r. pokój nr 3 z przedpłatą 950 zł.

Wczasy zagraniczne TURCJA (Kemer) - termin 03 - 10.10.2026 r., cena 3 290 zł + transport na lotnisko, zapisy od 16.09.2025 r. pokój nr 3 z przedpłatą 800 zł.

PIKNIKI:

Piknik w Henrykowie – terminy będą podane później

Pikniki Stadjon Piła – terminy będą podane później

Ewentualne zmiany lub nowe propozycje będą umieszczane na tablicy ogłoszeń w siedzibie związku i na stronie internetowej.

Strogonow z kurczaka

Składniki (na 4 porcje):

Mięso i baza:

- 500 g piersi z kurczaka
- 1 cebula
- 200 g pieczarek
- 2 ząbki czosnku
- 2 łyżki masła lub oleju

Sos:

- 1 łyżka koncentratu pomidorowego
- 1–2 łyżeczki słodkiej papryki
- 1 łyżeczka ostrej papryki (opcjonalnie)
- 1 łyżeczka musztardy (np. sarepskiej)
- 200 ml śmietanki 18% lub 30%
- 200 ml bulionu drobiowego (może być z kostki)
- Sól, pieprz do smaku

- 1 łyżka sosu Worcestershire (opcjonalnie, ale dodaje charakteru)
- Natka pietruszki do podania.

Przygotowanie:

Kurczaka pokrój w paski lub kostkę, dopraw solą, pieprzem, papryką i wymieszaj.

Na patelni rozgrzej tłuszcz i podsmaż mięso na złoty kolor. Odłóż na bok.

Na tej samej patelni podsmaż cebulę pokrojoną w piórka, następnie dodaj pokrojone pieczarki i smaż, aż odparuje woda.

Dodaj czosnek, koncentrat pomidorowy i musztardę, chwilę przesmaż, aż aromaty się uwolnią.

Wlej bulion, wymieszaj, zagotuj.

Dodaj śmietanę i duś sos na małym ogniu, aż zgęstnieje.

Włóż z powrotem kurczaka na patelnię i gotuj jeszcze 3–5 min, żeby smaki się połączyły.

Dopraw do smaku, ewentualnie dodaj sos Worcestershire.

Posyp natką pietruszki przed podaniem. Podawać z **kaszą gryczaną**, świetnie smakuje też z **ryżem**, **makaronem** lub **ziemniakami**, do tego **ogórek kiszony**.



Zupa dyniowa krem

Składniki (4–6 porcji):

- 1 kg dyni (najlepiej hokkaido lub piżmowej/butternut)
- 1 średnia cebula
- 2 ząbki czosnku
- 1–2 marchewki (opcjonalnie)
- 1 ziemniak (zagęszcza zupę)
- 1 litr bulionu warzywnego lub drobiowego
- 200 ml mleczka kokosowego lub śmietanki 18% (opcjonalnie)
- 1–2 łyżki oleju lub masła
- Sól, pieprz
- 1 łyżeczka kurkumy lub curry (daje super smak)
- Szczypta gałki muszkatołowej
- Pestki dyni do podania

Przygotowanie:

Dynię zajmij się na początku. Obierz,

usuń pestki, pokrój w kostkę.

Podsmaż warzywa. Na garnku rozgrzej olej/masło, dodaj pokrojoną cebulę, czosnek, marchew i chwilę smaż, aż zmiękną.

Dodaj dynię i ziemniaka. Wymieszaj i smaż 2–3 minuty, żeby lekko się przesmażyły.

Zalej bulionem. Gotuj pod przykryciem około 20–25 minut, aż wszystko będzie miękkie.

Zmiksuj zupę. Użyj blendera na gładki krem.

Dodaj kremowości. Wlej mleczko kokosowe lub śmietankę, dopraw curry/kurkumą, gałką muszkatołową, solą i pieprzem. Podgrzej jeszcze chwilę, ale nie gotuj.

Podawaj. Posyp pestkami dyni, możesz dodać łyżkę oliwy lub odrobinę chilli.

Pomysły na dodatki: grzanki czosnkowe, ser feta lub parmezan, podsmażony boczek lub kiełbasa, świeży imbir w gotowaniu — doda rozgrzewającego aromatu.



RADY NA NOWY ROK OD TYCH, KTÓRY WIEDZĄ CO WAŻNE

1. Dbaj o zdrowie, zanim będziesz musiał je ratować. Ruch, badania kontrolne, sen.

2. Nie odkładaj spotkań z bliskimi. Czas z rodziną i przyjaciółmi jest cen-

niejszy niż pieniądze.

3. Ucz się nowych rzeczy, choćby małych. Mózg, który pracuje, starzeje się wolniej.

4. Odpuszczaj to, na co nie masz wpływu. Mniej zmartwień to więcej miejsca na radość.

5. Traktuj życzliwość jak codzienny nawyk. Uśmiech, dobre słowo, pomoc — zawsze wracają.

6. Nie porównuj się z innymi. Każdy ma własny czas i własną drogę.

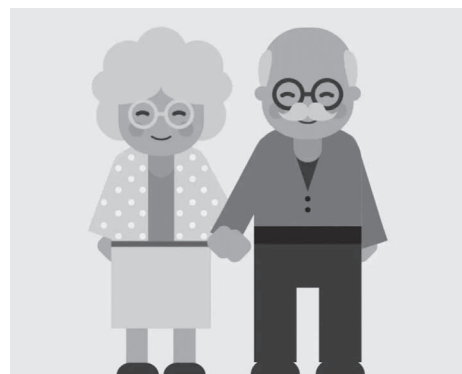
7. Słuchaj częściej, niż mówisz. Wtedy naprawdę dowiesz się, co dzieje się w świecie innych.

8. Pielęgnuj pasję. To paliwo dla duszy w każdym wieku.

9. Oszczędzaj — nie tylko pieniądze,

ale i nerwy. Minimalizm w rzeczach przynosi maksimum spokoju.

10. Celebruj małe chwile. Wielkie szczęście składa się z drobnych momentów dobrze przeżytych.



Nowoczesny sprzęt medyczny dla Szpitala Specjalistycznego w Pile



W ramach wsparcia szpital wzbogacił się o dwa defibrylatory szpitalne o łącznej wartości 53 600 złotych oraz zestaw videonasofaryngoskopu dla Oddziału Otolaryngologicznego, którego koszt wynosi 38 772 złotych.

– Przekazany sprzęt to istotne wzmocnienie naszego zaplecza medycznego. Defibrylatory zwiększą bezpieczeństwo pacjentów, a videonasofaryngoskop znacząco poprawi możliwości diagnostyczne oddziału laryngologicznego. To wsparcie, które ma realne przełożenie na codzienną pracę szpitala i jakość udzielanych świadczeń – dziękuje Grzegorz Sieńczewski, dyrektor Szpitala Specjalistycznego w Pile

W okresie świątecznym, który tradycyjnie kojarzy się z obdarowywaniem i troską o drugiego człowieka, przekazaliśmy w tym roku szczególnie prezent – wsparcie dla Szpitala Specjalistycznego w Pile, a tym samym dla pacjentów i mieszkańców. Ze środków własnych samorządu zakupiony został nowoczesny sprzęt medyczny o łącznej wartości 92 372 złotych, który wpłynie na jakość i bezpieczeństwo udzielanych świadczeń zdrowotnych.

– Okres świąteczny sprzyja gestom solidarności i troski o drugiego człowieka, ale wsparcie dla pilskiego szpitala to dla nas coś znacznie więcej niż symboliczny prezent. To element stałej współpracy i odpowiedzialności samorządu za zdrowie pilan i mieszkańców powiatu pilskiego. Inwestując w nowoczesny sprzęt, realnie podnosimy jakość leczenia i bezpieczeństwo pacjentów – zwróciła uwagę Beata Dudzińska, prezydent Piły

Nowy sprzęt pozwoli na skuteczniejszą diagnostykę i leczenie pacjentów, poprawiając komfort pracy personelu medycznego oraz bezpieczeństwo osób korzystających z opieki szpitalnej. Jednocześnie samorząd podkreśla, że choć przekazanie sprzętu w okresie świątecznym ma wymiar symboliczny to współpraca Gminy ze Szpitalem Specjalistycznym w Pile prowadzona jest regularnie i konsekwentnie, a wsparcie dla placówki stanowi stały element działań na rzecz zdrowia mieszkańców.

Złote Gody!

Kolejny raz mieliśmy ogromną przyjemność świętować wyjątkowe jubileusze, 50-lecie małżeństwa aż 12 par. Z tej okazji prezydent Piły Beata Dudzińska wręczyła małżonkom Medale za Długoletnie Pożycie Małżeńskie. To piękne wyróżnienie za wspólnie przeżyte pół wieku, pełne miłości, wytrwałości i codziennego wsparcia.

Gratulujemy wszystkim Jubilatom! Dziękujemy za Wasz przykład i życzymy wielu kolejnych lat razem – w zdrowiu, spokoju i radości.

Złote Gody świętowali:

Krystyna i Mirosław Brosz, Marianna i Walenty Majcher, Teresa i Stanisław Domalewscy, Danuta i Zdzisław Rozpłoch, Aniela i Ryszard Pawłowscy, Maria i Wojciech Wernerscy, Czesława i Bernard Rosada, Grażyna i Marek Smuszkiewicz, Krystyna i Jerzy Marchlewscy, Barbara i Józef Grajkowscy, Krystyna i bogdan Pacholczyk, Danuta Romaszewska-Eljasiak i Andrzej Eljasiak.

[fot. UM]



INFORMACJE

W siedzibie Związku
odbywają się
spotkania czwartkowe
od godz. 13.00 do 17.00
ZAPRASZAMY!



Zapraszamy do **GROTY SOLNEJ**

w siedzibie Związku
w pokoju nr 12
czynna od wtorku do piątku
w godz. 9.00 - 13.00

Cena dla członków PZER:
1 wejście, 40 minut - 4 zł,
karnet (10 wejść po 40 min.) - 35 zł

Cena dla osób niezrzeszonych:
1 wejście, 40 minut - 7 zł,
karnet (10 wejść po 40 min.) - 60 zł

Zapraszamy do

GABINETU REHABILITACYJNEGO

w siedzibie PZER (ul. Staromiejska 7)

czynny: pon.-pt. w godz. 8.00 - 12.30
rejestracja: pon.-pt. w godz. 9.00 - 12.00

CENNIK ZABIEGÓW

masaż suchy	15,00 zł	interdynamic	5,00 zł
ultradźwięki	5,00 zł	pole magnetyczne	5,00 zł
trabet	5,00 zł	solux	5,00 zł
laser	5,00 zł	fotel masujący	5,00 zł
		tens	5,00 zł
		lampa solaris	5,00 zł



Przypominamy, że z zabiegów można korzystać po konsultacji z lekarzem



**Zapisz się do Polskiego Związku
Emerytów i Rencistów!**

**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 9.00 do 13.00**



Roczna składka:
60 zł (tylko 5,00 zł za miesiąc!)



Wpisowe:
5 zł



Legitymacja:
5 zł

Należy posiadać:

1. Dowód osobisty
2. Jedno zdjęcie
3. Dokument z numerem świadczenia (np. legitymacja emeryta lub rencisty, decyzja przyznająca świadczenie)

- Wydajemy zaświadczenia uprawniające do ulgowych przejazdów koleją PKP,
- Organizujemy wycieczki jedno- i wielodniowe, wczasy wypoczynkowe i rehabilitacyjne w Polsce i za granicą,
- Wychodzimy do teatru oraz na koncerty,
- Organizujemy zabawy, pikniki, biesiady,
- Służymy pomocą finansową,
- Prowadzimy gabinet rehabilitacyjny i grotę solną,
- Kiedy otrzymamy artykuły żywnościowe z Banku Żywności, wydajemy je w pokoju nr 10



Nasze sprawy - bezpłatny informator Zarządu Oddziału Okręgowego PZER w Pile

Wydawca: Zarząd Oddziału Okręgowego Polskiego Związku Emerytów i Rencistów w Pile
ul. Staromiejska 7, 64-920 Piła (czynne od wtorku do piątku od 9⁰⁰ do 13⁰⁰)
tel. 67 212 41 96 • fax: 67 350 93 80 • e-mail: pzeripila@o2.pl • www.pzerii.pila.pl

Redaktor naczelny: Leokadia Figurniak

Zespół redakcyjny: Beata Kasińska, Zenona Ibsz

Druk:

**DRUKARNIA
TOP-OFFSET**

Drukarnia Top-Offset sp. z o.o.
Al. Wojska Polskiego 64, 64-920 Piła
tel. 67 212 25 60, www.topoffset.pl