



Nasz Głos



e mail: pzeri.targowek@o2.pl

Nr 2(108)

Bezpłatna

marzec kwiecień 2022r.

Biuletyn Zarządu Oddziału Rejonowego Warszawa Targówek

**BYŁ ROK 2021****Narozrabiał,
nie uciekał****Był rokiem szalonym****Jak z gór potok czy rwąca rzeka****Nikt go nie dogoni.****Dnie, tygodnie i miesiące****W chwile się zmieniały****Ledwie błysło wiosny słońce****Chłodne dni wracały****A tu jeszcze pracy tyle****Dużo do zrobienia****Nie zaczął krótką chwilę****I nie dał wytchnienia.****Może trzeba z Nowym Rokiem****Czas tak zaplanować****Aby znaleźć czas dla siebie****Trochę wyluzować.****FRASZKA****Gaz nam podwyższyli,****Że odetną straszę****Zimę mamy w pełni****Już nie jest „charaszo”.****Jan Kulik 01 01 2022r.**

W tym numerze przede wszystkim z zadowoleniem informujemy, że Zarząd O.R. po prawie dwóch latach trwania pandemii COVID-19 dzięki pomocy Zarządu Dzielnicy Targówek odbył w Sali konferencyjnej Urzędu Dzielnicy Targówek w tradycyjnej stacjonarnej formie plenarne posiedzenie, które przyjęło sprawozdanie z działalności Oddziału za 2021 rok oraz plan działalności i preliminarz na 2022 rok. Ale kiedy osobiście proponowałem termin tego posiedzenia na 24 lutego to nie przypuszczałem, że ten dzień zapisze się w historii świata jako dzień zbrojnej napaści Rosji na Ukrainę. Na tym posiedzeniu zostały także wybrane w skład Zarządu koleżanki: Maria Aleksandrowicz, Krystyna Badurka, Helena Halina Komorowska, Elżbieta Mołęcka i Lidia Rybak. Wybór wymienionych koleżanek nastąpił w związku z potrzebą uzupełnienia składu Zarządu po zmarłej Koleżance Grażyna Okrasa, zmarłym Koledze Wacław Garbacz oraz po rezygnacjach Koleżanek: Marty Kwiecień, Leokadii Krzeczko i Henryki Kruszewskiej. Za pomoc w naszej działalności w 2021 roku Zarząd złożył w formie pisemnej podziękowania: Zarządowi Dzielnicy Targówek, Burmistrzowi miasta Marki, SM Bródno, RSM Praga, Dom Kultury ŚWIT, MCPS, ale także dla Koła nr 2. Podziękowaliśmy także byłym przewodniczącym zarządów kół: kol. Marcie Kwiecień i Halinie Grotkowskiej-Wójcik. W tym trudnym czasie dzięki udostępnieniu nam sali widowiskowej w Domu Kultury ŚWIT udało się zorganizować w dniu 17 marca Koncert „POWITANIE WIOSNY”, który został bardzo dobrze oceniony zarówno przez słuchaczy jak i wykonawców. cd. str 3

Zarząd Główny Polskiego Związku Emerytów, Rencistów i Inwalidów, w imieniu całej organizacji, przekazał na konto Polskiej Akcji Humanitarnej kwotę 5000 zł na hasło SOS Ukraina. Pracownicy Biura ZG zakupili też, z zebranych środków, artykuły spożywcze dla dzieci (woda, soki, musy owocowe, mleko, itp..) dostarczyli do punktu recepcyjnego na warszawskim Torwarze. To niewiele w stosunku do potrzeb, ale każda pomoc się liczy.

Koleżanki i Koledzy!!!

Uchodźcy ukraińscy będą potrzebować naszego wsparcia jeszcze przez długie tygodnie, może miesiące. Wierzę, że nie zabrakniemy serca i chęci pomocy. Zwłaszcza my, starsi, możemy dawać przykład humanitaryzmu, zaangażowania, postaw prospołecznych. Pomagajmy w miarę naszych sił i możliwości. Nie tylko materialnie, ale również dzieląc się naszym czasem, doświadczeniem, różnymi inicjatywami, niosąc nadzieję i otuchę. Apelujemy do wszystkich Państwa - bądźmy razem w tym trudnym czasie, z ludźmi i dla ludzi.

Sekretarz, Skarbnik, Przewodnicząca ZG <http://pzerii.org/>



Dzień Kobiet w Kole nr 15



**Koncert Niepodległościowy
17 III w DK Świt. Owacje na stojąco.**



Seniorzy piszą

Dzień Kobiet i Mężczyzn w Kole nr 4

W tym roku to nasi panowie: Idzi, Michał i Dominik serdecznie przywitani przybyłych na spotkanie 8 marca 2022 r. w Klubie Relaks członków Koła nr 4.

To dla naszych kobiet z okazji ich święta popłynęły życzenia: radości życia, zadowolenia z siebie, spełnienia wszystkich marzeń i aby kolejny dzień był świętem.

Panie usłyszały wiele miłych i ciepłych słów o kobietach. Kobiety też nie chciały być dłużne, bowiem już 10 marca będzie Święto Mężczyzn.

O rolach kobiet i mężczyzn w życiu codziennym mówiły wspólnie śpiewane piosenki.

Cały program był przygotowany na tą uroczystość przez Irenę Motylińską. Składał się z wierszy, piosenek i monologów. Wykonawcami był zespół „Pod czwórką”.

My jako członkowie Koła nr 4 cieszymy się bardzo, że po tak długim czasie mogliśmy się spotkać w większym gronie i spędzić miło ten dzień.

Anna Przewoźniak



KĄCIK HISTORYCZNY Danuty Ziębińskiej

200 LAT temu zmarł Józef Wybicki. Każdy kolejny rok to okazja do upamiętnienia ważnych wydarzeń sprzed lat. Nie tylko wydarzeń historycznych ale i rocznic związanych z wybitnymi postaciami. Obecny 2022 rok upłynie pod znakiem rocznic związanych m. in. z Ignacym Łukasiewiczem, Marią Konopnicką, Wandą Rutkiewicz oraz z Józefem Wybickim.

Józef Rufin Wybicki urodził się 29 września 1747r. w Będominie k/Kościerzyny. Zmarł 10 marca 1822r. we wsi Manieczki w Wielkopolsce. Był polskim politykiem, posłem, pisarzem. Do historii przeszedł szczególnie jako autor hymnu narodowego „Mazurek Dąbrowskiego”. Mazurek Dąbrowskiego początkowo nazywany był Pieśnią Legionów Polskich. Powstał w Regio we Włoszech 16-17 lipca 1797r. J. Wybicki ułożył ją z myślą o uroczystości poprzedzającej wymarsz legionów polskich pod dowództwem gen. Henryka Dąbrowskiego, które 21 lipca 1797r. udawały się do Mediolanu na spotkanie z Napoleonem Bonaparte. Pierwsze odtworzenie „Mazurka Dąbrowskiego” na ziemi polskiej miało miejsce z okazji powstania Księstwa Warszawskiego w 1807r. Treść hymnu w takim brzmieniu w jakim go obecnie wykonujemy jest modyfikacją oryginału. W 1978r. w Będominie-miejscu narodzin J. Wybickiego powstało Muzeum Hymnu Narodowego.



Lekarz wie o naszej chorobie tylko tyle, i le mu powiemy.

To, co powiesz lekarzowi, jest podstawą dalszej diagnostyki lub leczenia. Jeśli ukryjesz jakiegokolwiek objawy choroby, działa to na Twoją niekorzyść i może być powodem opóźnienia lub braku terapii.

Aby pomóc lekarzowi postawić dobrą diagnozę, przygotuj się do wizyty: spisz nazwy wszystkich leków, które przyjmujesz; zabierz ze sobą dokumentację medyczną, np. karty informacyjne z leczenia szpitalnego, wizyt u lekarzy specjalistów, wyniki badań diagnostycznych; zastanów się, jakie aktualnie odczuwasz dolegliwości i kiedy pojawiły się pierwsze objawy – spisz je, aby niczego nie pominąć.

19 lutego 2022 r. w Teatrze Muzycznym im. Jana Kiepury oglądaliśmy spektakl muzyczny „Żółta Dama”. Spektakl obejrzało 47 seniorów.



6 marca 2022 r. w Centrum Kultury i Aktywności przy ul. Siarczanej 6 odbył się koncert w wykonaniu Krzysztofa Antkowiaka p/n „Intymnie”, w którym wzięło od nas udział 10 seniorów.

25 marca 2022 r. do Kamieńczyka na biesiadę i „Topienie Marzanny” pojedzie 24 osoby.

Pozdrawiam Lidia Rybak

Gazetkę redaguje Marek Zakrzewski przy współpracy Danusi Ziębińskiej, Ali Michlewicz, oraz pomocy Krzysztofa Miszewskiego



Trochę o SZCZĘŚCIU

Ostatnio przeczytałam powieść nieznannej mi dotąd autorki Gabrieli Gargaś - „Wybacz mi” Zainteresowałam się jej twórczością. Ogromnie inspirujące jest motto życiowe autorki, zarówno do czytania jej książek a dla mnie także do pisania wierszy. Oto one

: „Sztuką życia jest umieć cieszyć się małym szczęściem”

Napisałam wiersz

„SZCZĘŚCIE TO....

W labiryncie życia szukasz promyków szczęścia

One są wokół ciebie i są do wzięcia

Szczęście to widzieć bogactwo kolorów w ogrodzie

Spoglądać na promienie słońca odbijające się w wodzie

Słyszeć szum gałęzi poruszanych wiatrem

Patrzyć na gwiazdy świecące żółtym światłem

Dostrzec dziecięce uśmiechy podczas zabawy

Czuć zapach świeżo skoszonej trawy

Zobaczyć w cieniu nocy światło świecy migoczącej

Słuchać ptasich treli jak orkiestry grającej

Uśmiechać się do ludzi jak najczęściej

A wszystko co cię otacza będzie szczęściem!

Myślę, że zbliżająca się wiosna i słoneczne dni, pomogą wszystkim odnaleźć wiele szczęśliwych chwil, czego serdecznie życzę.

D. Ziębińska

Nasz przewodniczący

W grudniu ubiegłego roku odszedł nasz kolega, przewodniczący Waclaw Garbacz, nasze myśli są zawsze przy nim. Wszyscy w Kole go kochali, wszyscy jego doceniali, za ten trud poświęcony dla nas przez te wszystkie lata włożony.

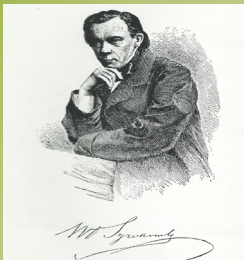
Był dla nas jak rodzina, która wszystko w rękach trzyma, dystyngowany sympatyczny Pan stanął u niebios bram. Doceniało go całe koło, ponieważ lubił bawić się wesoło, nikogo nie ranił, smutek w sercach zostawił.

Człowiekiem był dla nas jak brat, pozostawił w naszych sercach żal, był dla nas jak mocne drzewo, żegnaj zatem nasz kolego. Już jesteś spokojny, odszedłeś poza światy, patrzysz z góry na nas i cały świat bogaty.

Krysia Jasińska z Koła nr 4



Tylko prawdzie można wierzyć nie będąc jej pewny Wygodnie posługiwać się cudzym sumieniem



Patron 2 ulic na Targówku
Ludwik Kondratowicz
Władysław Syrokomla

Zaćsianek Podkowa

*** V cz.

*Wtem dziwne wieści krążą po powiecie
Trąby francuskie poza Niemnem dzwonią
Dwa groźne wojska stanęły pod bronią
I hrabia wspomniał, żeśmy ludzie przecie
Czy to z nadziei, czy jakiegoś strachu
Wnet powziął ku nam najżyczliwsze chęci
Ot! jak chorągiew na zamkowym dachu
Tak serce hrabi za wiatrem się kręci
Grzecznie się kłaniał, aż jednej niedzieli
Odwiedził wszystkich czyszowych swej ziemi ****

*Zniknęły konie z naszego pastwiska
Zniknął pan hrabia ze swojego dworu.....*

Czy znamy twórczość patrona głównej arterii Bródna?



Ot! nastał wiek postępu, daj Boże mu zdrowie!

Dni pokuty i Zmartwychwstania cz. 4

*Wszędzie wszystko już gotowe
Przyjąc chwile zmartwychwstania
Pierzchły z niebios chmury płowe
Czysty błękit się odsłania
Jasne słońko ziemię suszy
Oplukaną z śniegu, z błota
A skowronek z całej duszy
Nad ugorem pieśń szczebiota.
Wszystko czyste, pełne życia
Oczekuje Zbawcy co dnia
Pozostały do omycia
Z duszy ludzkiej grzech i zbrodnia.*

*Orzeźwiona łzami wiary
Wraca w domy ciżba prosta
I jak każe zwyczaj stary
Różdżką wierzyby siebie chlosta
Już za tydzień Zmartwychwstanie!!!*



**Imieniny
Krystyny i Bożeny
w Kole nr 15.
Było miło i wesoło**

**Urodziny naszej Zosi
Bogudał, która z każdym**



rokiem nam młodnieje.



**Z FLORYNA otrzymaliśmy
maseczki ochronne.**



**Poranek Koła nr 2
w Jowiszu**



Nasze wspomnienia

Długo jako członkowie Koła nr 4 zastanawialiśmy się w jaki sposób wyrazić swój żal po osobie, która była dla nas człowiekiem o wielu wspaniałych cechach. Na pewno takim człowiekiem był nasz przewodniczący Waław Garbacz. Żadne słowa nie wyrażą smutku, bólu po zmarłym. Funkcję przewodniczącego pełnił niezmiennie od ponad czternastu lat. Za wielkie zaangażowanie na rzecz Koła wielokrotnie był doceniany, otrzymywał dyplomy uznania. Dla nas był wspaniałą osobą: uczynny, życzliwy i bardzo dobrze zorganizowany. My jako członkowie Koła mając takiego przewodniczącego chętnie braliśmy udział w różnych wydarzeniach. Z żalem uczestniczyliśmy w jego ostatniej drodze. Bardzo nam jego brak. Pozostawił po sobie olbrzymią ilość wspomnień. Na zawsze będzie w naszych myślach. Bo „*Człowiek umiera dopiero wtedy kiedy się o nim zapomina*”. Niech spoczywa w spokoju. **Członkowie Koła nr 4.**



**To kilka migawek z koncertu POWITANIE WIOSNY
17 III 2022 r. w DK Świt**

WIELKANOCNE OBRZĘDY



Z Wielkanocą - czasem nadziei i radości - jest związanych wiele obrzędów i zwyczajów ludowych. Niektóre mają źródła jeszcze w czasach pogańskich. Większość praktykuje się od średniowiecza aż do dziś. Niedziela Palmowa nazywana też „Wierzbną” albo „Kwietną” Wypada tydzień przed Wielkanocą. Tego dnia wierni zanoszą do Kościoła kolorowe palemki, które symbolizują odradzające się życie. W Niedzielę Palmową zgodnie z dawnymi przesądami można sobie zagwarantować zdrowie na cały rok - wystarczy połknąć oderwane z palmy baze. Panny myły twarz w wodzie, w której gotowały się jajka na święconkę. Ten zabieg gwarantował urodę i podobno usuwał piegi.

cd. str 1

Dziękujemy wszystkim Koleżankom i Kolegom którzy po napaści Rosji na Ukrainę czynnie uczestniczą w pomocy uchodźcom z Ukrainy. Wierząc w to, że wróci normalność zamierzamy realizować nasze zamierzenia na ten rok. W marcu udało się wznowić „Powitanie wiosny” i topienie marzanny w Kamieńczuku. Mamy nadzieję, że przynajmniej część naszych tradycyjnych wydarzeń uda się nam zorganizować. Zbliżają się rocznice 20 lat działalności naszych kół, a także jubileusz 20 lat wydawania gazetki „NASZ GŁOS”.

Będziemy się starali godnie obchodzić te rocznice.

A wspieranie naszych działań przez władze i podmioty z którymi współpracujemy jest wyrazem docenienia aktywności naszych kół i O.R.. Wydając ten przedsięwzięty numer Naszego Głosu – w imieniu Zarządu i Prezydium O.R. dziękuję koleżankom i kolegom za tradycyjnie uroczyste - bogate duchowo - spotkania Wielkanocne w kołach. **Witold Harasim**