



Nasz Głos

e mail: pzeri.targowek@o2.pl

Nr 3(97)

Bezpłatna

czerwiec 2020r.

Biuletyn Zarządu Oddziału Rejonowego Warszawa Targówek

Tęskno mi Boże



*Do świata tamtego,
Prostego sprzed lat.*

*Gdzie brat kochał brata,
A ludzie mieli mniej wad.
Gdzie telewizor był czarno-biały,
A w sklepach było niewiele.
Dzieci się tam uśmiechały,
Ludzie żyli jak przyjaciele.
Ulice życiem tętniły,
A owoc miał słodki smak.
Człowiek każdy był miły,
Tego świata jest mi brak.
Prądu w domu nie było,
Lecz żyć się jakoś dało.
Spokojniej się wtedy żyło,
Dziś ciągle wszystkiego mało.
Dziś człowiek swe życie traci,
W pośpiechu i pocie czoła.
I choć się w końcu wzbogaci,
To i tak mało mu - woła.
I umrze życia nie znając,
Bo tylko dążył do celu.
Rodzinę swą zostawiając,
By mieć więcej w portfelu.
Kiedyś ludzie też pracowali,
Ale najważniejsza była rodzina.
O przyszłość tak się nie bali,
Dzisiejszy świat to kpina.
Jest wszystko co się zamarzy,
O nic walczyć nie trzeba.
Trudno o dobrych lekarzy,
Nie zjesz pysznego chleba.
Nie ma dobrej muzyki,
Tej co ludzi rozbawia.
Świat jest pełen krytyki,
Radości ludzi pozbawia.
Tęskno mi Boże do świata,
Tamtego, prostego sprzed lat.
Dziś brat zabija brata,
I ludzie są pełni wad.*



Szanowni Państwo, Koleżanki i Koledzy!!!
Po raz drugi w imieniu Prezydium OR zwracam się do Was w sytuacji, której zapewne nikt z nas się nie spodziewał i która nadal trzyma nas w niepewności. Ta niepewność wzmagą się gdy codziennie słuchamy komunikaty o kolejnych zgonach, zwłaszcza osób starszych. Myślę jednak, że u znacznej większości naszych Koleżanek i Kolegów nie przeradza się to w lęk. Bo jedno jest przecież pewne – każdy z nas kiedyś z tego świata fizycznie odejdzie na zawsze. Ale może to też szczególnie czas na zastanawianie się co potem. Człowiek od początku swego istnienia zmagał się z wątpliwościami i niepokojami związanymi z jego życiem, śmiercią i ostatecznym przeznaczeniem. Biblia ukazuje dwa sposoby podejścia do śmierci: sposób mądrościowy (pedagogiczny), występujący w Starym Testamencie oraz sposób paschalny, przynależący do chrześcijaństwa. Dlaczego rodzimy się? Dlaczego umieramy? Jaki jest sens śmierci? Są to pytania, które pozostawiają mędrca Starego Testamentu z jedną tylko odpowiedzią: „Bóg tak chce!” Biblia mówi, że nie powinniśmy czuć się pozbawieni nadziei. Dzięki świadectwom biblijnym człowiek wierzący wie, że zwyciężcą w walce ze śmiercią jest Pan Bóg. Kończąc pandemiczne refleksje informuję, że od 9 czerwca (wtorek) biuro Prezydium OR będzie funkcjonować jak przed ogłoszeniem pandemii tzn. wtorki i czwartki w godz. 11-14. Oczywiście z zachowaniem obowiązujących zasad. Wznawiamy pomoc żywnościową 10 czerwca. Zachęcamy także do wznawiania działalności kół. Z zachowaniem obowiązujących zasad, wznawiały działalność ośrodki wypoczynkowe. Do Ośrodka Rehabilitacyjno-Wypoczynkowego FLORYN w Mielnie (Unieściu) na najbliższy turnus od 22.06.2020 i kolejne wyjadą niewielkie grupy naszych Koleżanek i Kolegów. Z zachowaniem środków ostrożności będziemy przywracać naszą działalność. Np. Starcia Seniorów SLAM zamierzamy wznović od września. Oczywiście prosimy zarządy kół o zebranie i wpłacenie składek członkowskich. Być może w czerwcu wznovimy „pomoc żywnościową” itd... Prosimy koła o informowanie Prezydium OR o bliskich i dalszych planach działalności. Nieustannie kierujemy serdeczne podziękowania do pracowników służby zdrowia, służb mundurowych, OPS i wszystkich którzy w związku z wykonywanym zawodem na tzw. pierwszym froncie walki z pandemią udzielają pomocy bliźnim. Także bardzo serdecznie dziękujemy naszym Koleżankom, które szyły maseczki oraz tym którzy pomagają innym. W imieniu Prezydium i Zarządu O.R. oraz własnym - życzę Wam i waszym Bliskim ZDROWIA, a w szczególności uniknięcia zarażenia się wirusem NIECH NASZE CODZIENNE ŻYCIE WRÓCI DO NORMALNOŚCI.

Witold Harasim

Internet - Kamila Zielińska- Krogulska



Seniorzy piszą

Właśnie 21.VI zaczyna nam się lato.

„Lato, lato,
lato czeka
Razem z latem
czeka rzeka
Razem z rzeką
czeka las
A tam ciągle
nie ma nas”

**Lato kojarzy się
nam z wakacjami
i za to je lubimy.**

**A za co
Państwo lubicie
lato?**



Ojciec

Z pamiętnika Ali Michlewicz

W dzień powszedni
widzimy go rzadko

Czasem spyta nas, jak się uczymy
Czasem krótko porozmawia z matką
i znów idzie do swej maszyny
Ale w święta jest całkiem nowy
długo z nami siedzi przy śniadaniu
Uśmiech jasny ma, głos niesurowy
i do mamy mówi: "Maniu"

A my idąc ulicami miasta,
gdy widzimy świat taki bogaty,
wiemy o tym, że wyrasta
z twardej pracy rąk naszego taty

Wiadomości z Koła nr 15

Witam w okresie pandemii koronawirusa.

Koło nr 15 jeszcze nie działa. Klub nie jest czynny ale z członkami kontaktuję się telefonicznie. Mam wiadomości, że nasi uczestnicy przestrzegają nakazu pozostawania w domu, są pod opieką rodziny. Udostępniliśmy numery telefonów informujących gdzie można ubiegać się o pomoc w razie niemożności wyjścia z domu. W tym trudnym okresie, na apel DK Zacisze, zgłosiłam się też do pomocy w szyciu maseczek. Rezultaty pokazują, że trzeba pomagać w tej szlachetnej akcji. W Kole czekamy na lepszą sytuację marząc o spotkaniu w licznym gronie, opowiedzieć co się zmieniło w związku z pandemią. Na pewno znów będzie miła i serdeczna atmosfera w naszych kołach. **Hanna Sobótka**



**Mieszkam sama,
i podobnie jak większość osób w pierwszych dniach pandemii zabrałam się do porządków i nie mogłam wyjść z podziwu, ile rupieci znajdowało się w szafach i szufladach.**

Zakupy postanowiłam robić sama. Wybrałam się więc do pobliskiego sklepu o godzinie 10 ubrana w maseczkę i rękawiczki, a tu starszy pan nie pozwala mi wejść, bo to jest czas dla 65+. Ubawiłam się niezłe, ale myślę sobie, że pewno wzrok u niego nie ten i wziął mnie za kobietę dużo młodszą niż jestem. Musiałam jeszcze zrobić zakupy w sklepie drogowym i tu znowu zaskoczenie, bo tym razem młoda ekspedientka woła do mnie, że to czas dla seniorów. Powiedziałam jej, że bardzo mi miło, ale seniorką to jestem już od dawna, a ona na to, że nie wyglądam. No i wniosek z tego, że już nigdy nie zdejmę maseczki, skoro mi w niej tak do twarzy. Powinnam zacząć uprawiać trochę gimnastyki ale mi się nie chce. Jestem dobrej myśli, że znowu wszystko się ułoży i będzie tak jak przed pandemią. Dobrze, że ze znajomymi i rodziną można porozmawiać online lub telefonicznie. A w ogóle to nie mogę się już doczekać spotkania ze wszystkimi. To będą cudowne chwile.

19 maja 2020 r. **Seniorka z Koła nr 2**

Dopiero w późniejszym wieku dowiadujemy się co nas spotkało w młodości Goethe

Przepelnieni głębokim żalem zawiadamiamy, że 13 maja 2020 r. o godz. 18.45 zmarła **Teresa Marzena Obidzińska**, wieloletni członek Koła nr 5 i studentka Uniwersytetu Trzeciego Wieku, Osoba wyjątkowa, barwna, pełna radości życia, dowcipna, zawsze uczynna, gotowa, by służyć innym. Marzenka kochała ludzi, lubiła śpiewać i tańczyć, była aktywną uczestniczką spotkań Klubu Ludzi Kultury. Ciężko powiedzieć – Żegnaj Marzenko!!! Spoczywaj w spokoju!!!

**Najserdeczniejsze
gratulacje dla
naszej koleżanki
Hanny Sobótki
z okazji objęcia
funkcji Radnej
Dzielnicy Targówek**



**Pani do pana:
Tak, jesteśmy
szczęśliwi, ale
szczęście to nie
wszystko!!!**

Kochająca Matka- Jan Kulik

Weźmie swe dziecię na ręce
Do swojej piersi przytuli
Zanuci jej kołysankę
Uśnij maleńka - la luli
I tak co wieczór,
Ja słyszę ją co ranka
Rozbrzmiewa po całym domu
Ta słynna kołysanka

Matka Jan Kulik

**Matka to miłość bez granic
Która wybacza wszystko
Wieczne czuwanie
Tworzy domowe ciepłe ognisko
Prawdziwa matka to naczennieszy skarb
Który szacunek powszechny budzi
Nauczycy kochać Boga, Nauczycy kochać
ludzi.**

Brakuje mi naszych spotkań z różnych okazji. Na początku wydawało się, że w Polsce nie będzie tak źle jak w innych krajach. Wszyscy się uczyli stopniowo jak postępować. Zresztą nikt dobrze nie wiedział, nawet służba zdrowia, co to za wirus. Z jednej strony dziwi mnie to poluzowanie w różnych sytuacjach i wydaje mi się trochę przesadzone. Np. maseczki: jedni lekarze radzą nosić, inni przeciwnie. Ja osobiście uważam, że jeśli one nie zatrzymują wirusa to są wręcz niezdrowe. Wychodzę w maseczce, po kilku krokach jestem mokra pod maseczką co podobno sprzyja nagromadzeniu się wirusów w wilgotnym podłożu. Poza tym źle jest oddychać. To samo rękawiczki. Jeśli na rękawiczkach można przynieść wirusa, na rękach tak samo, to po co je nosić. Przecież dotykając w sklepie produkty ręką w rękawiczkę czy bez, tak samo je przenosimy. Ja się nigdy w domu nie nudzę. Sprzątam, gotuję, czytam książki, oglądam programy w telewizji, powtarzam język francuski i śpiewam. Wymyśliłam sobie, że ściągnę piosenki po francusku, przepiszę teksty i będę je sobie śpiewała, ćwicząc w ten sposób język. Odkryłam jakie piękne są piosenki francuskie i ile melodii ja znam. Książki też mi zajmują sporo czasu, mam ich bardzo dużo do czytania. Bardzo często to są dokumenty z drugiej wojny światowej. W tej chwili czytam " W pogoni za cieniem" Roberta Kursona. Jej tematem są nurkowie głębinowi, którzy między innymi odkryli wrak U-Boota u wybrzeży Stanów Zjednoczonych, gdzie one podobno się nie pojawiały. Książka jest napisana tak, że nawet taki laik jak ja czytam ją jak kryminał. Polecam. Rozmawiamy od czasu do czasu z koleżankami, na szczęście nic złego się u nich nie dzieje. Ale brak mi spotkań osobistych, nie wiem kiedy będzie można bezpiecznie się spotykać w większym gronie. Życzę wszystkim abyśmy doczekali końca tej epidemii w dobrym zdrowiu i żeby nikogo z nas nie zabrakło.

Ala Michlewicz

Kilka słów o przyjaźni

W okresie epidemii przyszło nam żyć w trudniejszych czasach, szczególnie nam, ludziom starszym, czasami samotnym. Dlatego warto mieć „bratnią duszę”, z którą chociaż czasami tylko wirtualnie możemy porozmawiać o swoich kłopotach, troskach i radościach. Bez przyjaciół trudno mi sobie wyobrazić szczęśliwe i spełnione życie. Mark Twain powiedział, że „ chcąc zaznać szczęścia, trzeba je dzielić z innymi”. Przyjaźń to według mnie lojalność, szczerłość, bezinteresowność, poczucie, że jest się dla tej osoby kimś ważnym, zrozumienie, pobłażliwość dla słabostek, bo kto ich nie ma. Kiedyś przeczytałam, iż naukowcy stwierdzili, że kto ma przyjaciół żyje dłużej. A więc pielęgnujmy „bratnie dusze”, bo przyjaźń podobno pomnaża radości i dzieli smutki.

Danuta Ziębińska

Oda do starości

Wiek podeszły, trudna rada.
Jak nie bok, to wzrok
Jak nie brzuch, to słuch
Jak nie łokieć, to paznokieć.
Jak nie plecy, albo krzyże,
To te części, nieco niżej.
Jak nie kostka albo pięta
To ... nie pamiętam
I tak wkoło to się kręci
Ratujcie mnie
wszyscy Święci!!!
nadesłał. Z.P.

*Wszystkim
Matkom i Ojcom
w Dniach Ich Świąt
wraz z najlepszymi
życzeniami
zdrowia, pomyślności,
zadowolenia
z życia rodzinnego
dedykujemy te słowa
miłości i szacunku red.*

WIOSENNY BRZASK

O brzasku piękniej pachną kwiaty
A ich zapach wabi owady i motyle
O brzasku mienią się barwami chmury
Bo słońce teraz jest malarzem przez chwilę
O brzasku kropelki rosy toczą się leniwie
A ich perełki tworzą pereł sznury
O brzasku najpiękniej śpiewają ptaki
Bo są ich całe ptasie chóry
O brzasku pająk przetyka srebrną nić
O takim brzasku chce się żyć

Danuta Ziębińska



Modliłam się
o dobrego
męża,
więc mam
dobrego
męża.

On się
nie modlił,
więc ma
co ma

internet

Koło nr 5 istnieje już 15 lat

Przez te lata Zarząd i Członkowie Koła pracowali zgodnie aby zintegrować nasze seniorialne środowisko.

Nawiązaliśmy wiele nowych kontaktów by miło spędzać czas. Staramy rozumieć się i wzajemnie szanować. Dzięki temu przeżyliśmy wiele wspólnych chwil, które mocno nas połączyły. Związały się liczne przyjaźnie, co dowodzi, że działania Zarządu Koła się powiodły. Były to wspólne wyjazdy krajoznawcze i zagraniczne, wyjścia do kin, teatrów, muzeów, spotkania przy ognisku, w PGR Bródno, czy niezapomniane spotkania we współpracy z Grupą Poetycką AKANT. Znacznie przerosła nasze oczekiwania współpraca z Biblioteką Publiczną z ulicy św. Wincentego. Wszystkie spotkania, których nie sposób tu wymienić, utrwalanie są w Kronice Koła, która pokazuje ogrom i sens naszych wspólnych działań. Przywołuje też mile wspomnienia oraz przynosi Zarządowi Koła satysfakcję i wiele radości. 15 letnia współpraca z DK Zacisze, owocuje licznymi spotkaniami okolicznościowymi. Szczególnie uroczyste są spotkania z okazji Świąt. Towarzyszą im okolicznościowe koncerty, jako prezent od Dyrekcji DK ZACISZE.



Rok 2020 zaskoczył nas nieprzewidywanymi okolicznościami. Nastąpiła zmiana na stanowisku Dyrektora DK Zacisze. Mamy nadzieję, że przyniesie równie owocną współpracę jak dawniej.

Druga sprawa to epidemia, która zamknęła nas w domach. Nasze plany spotkań ulegają zawieszeniu.

Nie odbędą się spotkania naszego koła w dniach 25 marca, 8 kwietnia i spotkanie jubileuszowe 23 kwietnia. W pilnych, związkowych sprawach jesteśmy w kontakcie telefonicznym. Życzę Wszystkim zdrowia i spokoju. Pozdrawiam serdecznie

Anna Kuczyńska
Przewodnicząca Koła nr 5



Uwaga

Czas jest najlepszym lekarzem,
ale nie kosmetykiem

Warto coś wiedzieć o czerwcu

Zofia Kossak w swojej książce „Rok polski” wyjaśnia pochodzenie nazwy miesiąca. Wg. autorki pochodzi ona od czerwa - maleńkiego purpurowego pajęczka żyjącego między korzeniami dębów. W czerwcu jego barwa jest właśnie najintensywniejsza. Miesiąc ten określa ona miesiącem „ognia, wody i rozkoszy”, bo to właśnie w wigilję św. Jana w nocy obchodzona jest hucznie **Noc Kupały inaczej Noc Świętojańska, Sobótka**. Najbardziej znaną wróżbą było wtedy i jest puszczanie wianków na wodę. Z tym świętem związana jest także legenda o kwiecie paproci. Według słowiańskich wierzeń paproć miała zakwitać raz w roku. W tę noc kto znalazł ją, mógł cieszyć się szczęściem i bogactwem. W tym roku astronomiczne lato rozpocznie się 21 VI o godz. 17:54. Skoro lato to urlopy, wyjazdy. Warto wyjechać nad morze, dlaczego? Długość dnia w różnych częściach Polski jest inna, bo słońce inaczej oświetla Ziemię. Latem bardziej oświetla półkulę północną. Im dalej jesteśmy na północ, tym dzień jest dłuższy. To nie żart, między Tatrami a Bałtykiem jest 55 minut różnicy. Poza kołem podbiegunowym północnym jest wtedy dzień polarny. Przypominam także, że 23 czerwca od 1965 roku Świętujemy **Dzień Ojca**. Obchody zapoczątkowano w Stanach Zjednoczonych. Pierwszy raz obchodzono je 19 czerwca 1910 r. Dzień Ojca obchodzony jest w wielu krajach, ale w różnych terminach.

Najstarszym tatą na świecie został Nanu Ram Jogi z Indii. Mężczyzna pierwsze dziecko począł w 1943 r., a w 2007 r. w wieku 90 lat doczekał się 21 dziecka – córeczki Giriji.

W czerwcu (29) obchodzone są popularne imieniny Piotra i Pawła.

Milego letniego wypoczynku życzy Danuta Ziębińska z Koła Nr 2

AFORYZMY

Ludwik Jankowski

O wartości nie świadczy dumnie podniesiona głowa ani też bujne, długie włosy. Cennym przykładem służą zboża, najbardziej pochylone są pełne kłosa.

Chcesz przekonać się o swej wartości? To nic trudnego Spróbuj czy umiesz cieszyć się ze szczęścia bliźniego.

Uśmiechnij się promiennie, bo uśmiech nic nie kosztuje.

Ale też nie ma żadnej wartości do czasu, aż go się komuś daruje.

Jestem wiernym adoratorem urody, ale ośmielam się wyznać ze szczerością, że wolę być chwilę z pogodną brzydulą niż cały dzień z kapryśną pięknoscią.