



DZIEŃ SENIORA



NR 5 (3)/2015 Kwartalnik Dzierżoniowskiego Oddziału Polskiego Związku Emerytów, Rencistów i Inwalidów

60 lat minęło...



Związek Emerytów, Rencistów i Inwalidów, koło w Dzierżoniowie, ma już 60 lat! Z tej okazji zaprasza wszystkich swoich członków na uroczyste świętowanie jubileuszu do Kinoteatru Zbyszek – 21 października o godz. 10.00. Przewodnicząca Związku Helena Sendyk (na zdjęciu) przeglądając kroniki Związku uśmiecha się – tworzymy fajną grupę, zawsze wesoło spędzamy czas, będzie co wspominać podczas jubileuszu. Zapowiada, że podczas imprezy atrakcji nie zabraknie, m.in. występów zespołów artystycznych, w tym z zaprzyjaźnionego związku emerytów z partnerskiego miasta – Kluczborka.

SIEĆ OŚRODKÓW WYPOCZYNKOWO - REHABILITACYJNYCH

SUS  TRAVEL

DZIEL CZAS Z BLISKIMI ■ ■ ■



O.W.R. SUS TRAVEL „SUS” O.W.R. SUS TRAVEL „PIRAMIDA” O.W.R. SUS TRAVEL „VARSOVIA”

ul. Nadmorska 12, 72 -330 Mrzeżyno ul. Kołobrzeska 30, 72 -330 Mrzeżyno ul. Wojska Polskiego 8, 72 -415 Międzywodzie
 tel./fax +48 91 386 62 94 tel./fax +48 91 386 62 94 tel./fax +48 91 381 38 69
 mrzezyno@sustravel.pl piramida@sustravel.pl międzywodzie@sustravel.pl

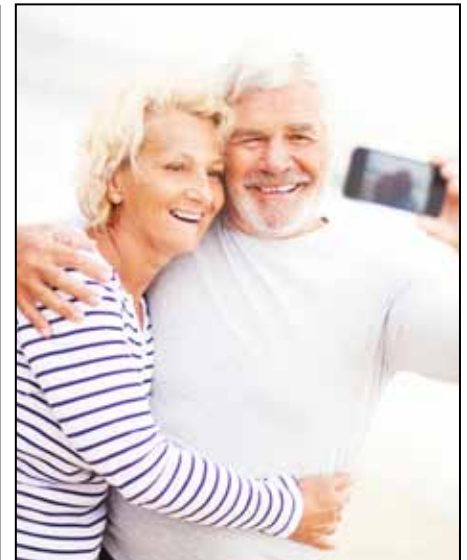
WWW.SUSTRAVEL.PL

Wakacyjne wojaże seniorów

50 seniorów w terminie od 28 sierpnia do 11 września spędziło urlop nad morzem w Pobierowie.

Co ważne, nie tylko plażowali, ale również aktywnie spędzali czas. Odwiedzili m.in. Międzyzdroje, gdzie przeszli się Aleją Gwiazd. Tam mieli sposobność zawrzeć

znajomość z mistrzem Gustawem Holoubkiem i posiedzieć z nim wspólnie na ławeczce. Klimat urlopu doskonale oddają fotografie.



DZIEŃ SENIORA

WYDAWCA

Stowarzyszenie pod nazwą:
 POLSKI ZWIĄZEK EMERYTÓW,
 RENCISTÓW I INWALIDÓW
 ZARZĄD REJONOWY W DZIERŻONIOWIE
 58-200 Dzierżonów
 ul. Sienkiewicza 13
aktywniseniorzy-dzierzonow.blogspot.com
 e-mail: senior1@onet.pl
 tel./fax 74 831 58 97
 kom. 503 324 207

REDAKCJA:

Członkowie Prezydium Zarządu Dzierżonowskiego Oddziału Polskiego Związku Emerytów, Rencistów i Inwalidów,
 ul. Sienkiewicza 13,
 tel. 74 831 58 97,
 kom. 503 324 207

Nakład: 1000 bezpłatnych egzemplarzy

Zaproszeni do współpracy:

ORGANIZACJE I JEDNOSTKI DZIAŁAJĄCE NA RZECZ ŚRODOWISKA SENIORÓW I NIE TYLKO, M.IN.:

- Dzienny Dom Pomocy Społecznej w Dzierżonowie
- Miejsko-Powiatowa Biblioteka Publiczna im. Krzysztofa Kamila Baczyńskiego w Dzierżonowie
- Polski Związek Niewidomych Koło w Dzierżonowie
- Towzystwo Oświatowe Ziemi Dzierżonowskiej
- Stowarzyszenie Kresowian w Dzierżonowie
- Dzierżonowski Ośrodek Kultury
- Zakład Ubezpieczeń Społecznych O/Dzierżonów
- Bank Spółdzielczy w Dzierżonowie
- Centrum Aktywizacji Społecznej w Dzierżonowie

Seniorzy zwiedzali Afrykarium

150-osobowa grupa seniorów odwiedziła 10 września wrocławskie zoo wraz z oddanym do użytku w minionym roku Afrykarium.



Afrykarium to unikatowy na skalę światową kompleks przedstawiający różne ekosystemy związane ze środowiskiem wodnym Czarnego Kontynentu. W 19 akwariach i basenach o pojemności niemal 15 mln litrów wody prezentowane są zwierzęta zamieszkujące plaże i rafę koralową Morza Czerwonego, rzekę Nil, krainę Wielkich Rowów Afrykańskich, głębię Kanału Mozambickiego, plaże Wybrzeża Szkieletów (Namibia) i Dżunglę dorzecza Kongo.

Głębiny Kanału Mozambickiego, gdzie występują rekiny, płaszczki i inne duże ryby pelagiczne można podziwiać z podwodnego, akrylowego tunelu o długości około 18 m. Kolejna ekspozycja poświęcona jest Wybrzeżu Szkieletów w Namibii, gdzie prezentowane są pingwiny oraz kotiki afrykańskie. Rafa Morza Czerwonego to obecnie około 1 500 bajecznie kolorowych ryb oraz 1 200 sztucznych koralowców.

Mieszkańców Nilu reprezentują hipopotamy nilowe zwane również końmi rzecznyymi, gdyż obserwując je pod wodą w ruchu łatwo zauważyć ich grację porównywalną

do konia w galopie. Obok mieszkają niezwykle mrówniki, często mylone z mrówkojadami z Ameryki Południowej oraz wzbudzająca duże zainteresowanie kolonia golców – gryzoni, które swoim wyglądem i niezdarnością rozbijają zwiedzających. Dalej znajdują się dwa akwaria z niezwykłymi rybami endemicznymi jezior Wielkich Rowów Afrykańskich – Tanganiki i Malawi. To jedna z najbogatszych kolekcji gatunków występujących tylko i wyłącznie w tych jeziorach, gatunków zagrożonych przede wszystkim działalnością człowieka. Na koniec seniorzy spotkali się z dikdikami, małymi antylopami. W strefie Afryki Wschodniej mieszkają również ptaki – cztery gatunki kaczek egzotycznych, ibisy i waruga. Do tego mamy tu dwa ośmiometrowe wodospady oraz rozsuwany latem dach.

Natomiast w dżungli otaczającej rzekę Kongo mieszkają krokodyle i manaty – niezwykle, roślinożerne ssaki zwane także syrenami. Dołączyły do nich cztery gatunki ptaków, a w przyszłości będą to również małpy.



Zajęcia z decoupage'u

Seniorki ze Związku Emerytów, Rencistów i Inwalidów od października uczestniczą w zajęciach rękodzieła prowadzonych przez Dorotę Chmielewską w DOK-u.

Podczas pierwszych zajęć uczyły się wykonywać ozdobne świece metodą decoupage'u – motywy z serwetek wtapiały na gorąco w świece, potem

dotąd dodatkowo ozdabiały je kolorowymi tasiemkami. W efekcie powstały piękne świece, które mogą być oryginalną ozdobą każdego wnętrza.



Seniorzy na wystawie metaloplastyki

Oryginalną wystawę metaloplastyki autorstwa Zdzisława Tromsy można było do niedawna podziwiać w Galerii na Piętrze Dzierżoniowskiego Ośrodka Kultury.

Na tak interesującej wystawie nie mogło zabraknąć seniorów ze Związku Emerytów, Rencistów i Inwalidów. Przepiękne metalowe motyle, ważki, czerwona czapla oraz kwiaty zachwyciły seniorów.



R E K L A M A



JEDYNE KONTO BANKOWE

POLECANE PRZEZ

W promocji Banku BPH Seniorzy nie płacą za konto, a zyskują bezpłatną pomoc: lekarza, pielęgniarki, ślusarza i wielu innych fachowców.

Zapraszamy do Placówki Partnerskiej Banku BPH:
Dzierżoniów, ul. Wrocławska 1B (wejście od Rynku), tel. 74 646 47 40
(koszt połączenia wg taryfy operatora)

Bank BPH grupa GE Capital **Po prostu fair**

Sprawdź warunki promocji. Promocja „Kapitałne Konto dla Klientów ZUS” jest skierowana do osób, które w okresie od 1.04.2015 r. do 31.03.2017 r. podpiszą umowę o Kapitałne Konto oraz które w dniu podpisania umowy ukończyły 55 lat i zapewnią co miesiąc wpływ na konto z Zakładu Ubezpieczeń Społecznych z tytułu świadczenia emerytalno-rentowego. Promocja dotyczy osób, które od 1.01.2015 r. do dnia otwarcia Kapitałnego Konta nie posiadały w Banku BPH konta osobistego. W Promocji przez 2 lata od otwarcia konta Klienci nie ponoszą opłaty za jego prowadzenie. Po zakończeniu Promocji opłata za prowadzenie konta będzie zgodna z Taryfą Opłat i Prowizji. W zakresie proponowanych ubezpieczeń Bank stosuje zasady zawarte w Rekomendacji Związku Banków Polskich. Ochronę w zakresie usług Assistance zapewnia AGA International SA Oddział w Polsce. Regulamin Promocji, Taryfa Opłat i Prowizji oraz Ogólne Warunki Ubezpieczenia zawierające szczegółowe informacje o zakresie ochrony, dostępne są w Placówkach Banku BPH oraz na www.bph.pl. Oprocentowanie środków na koncie jest zmienne i wynosi 0,01% w skali roku. Wartość ta nie uwzględnia opłat pobieranych zgodnie z Taryfą Opłat i Prowizji. Bank BPH, ul. płk. Jana Pałubickiego 2, 80-175 Gdańsk.

KĄCIK KULINARNY



Krystyna Ajkowska

CIASTEczKA PÓLFRANCUSKIE

Składniki:

- 25 dkg margaryny
- 25 dkg sera białego, mielonego, z pudełka
- 25 dkg mąki tortowej
- białko do posmarowania

Z podanych składników zagnieść ciasto, wstawić na noc do lodówki. Następnego dnia rozwałkować i wyciąć drobne ciasteczka, posmarować białkiem i posypać grubym cukrem. Piec około 15 minut w temp. 180 stopni.

CIASTEczKA DROŻDZOWE

Składniki:

- Pół kilograma mąki tortowej
- 35 dkg margaryny
- pół szklanki kwaśnej śmietany
- 3 dkg drożdży
- 2 jajka

Drożdże wkruszamy do śmietany, margarynę siekamy z mąką i dodajemy drożdże ze śmietaną oraz jedno jajko i jedno żółtko, zagniatamy ciasto. Rozwałkowujemy i wykrawamy ciasteczka, smarujemy białkiem i posypujemy grubym cukrem. Pieczemy ok. 15 minut w temperaturze 160 stopni.

BEZY

Składniki:

- 3 białka
- 200 gram cukru
- łyżeczka soku z cytryny

Ubić białka na sztywną pianę, w trakcie ubijania dodawać cukier, na koniec sok z cytryny. Uformować niewielkie bezy na blasze i piec w temperaturze 90 stopni około godziny, a potem w 50 stopniach przez 45 minut. Beza ma ostygnąć w piekarniku.

KĄCIK POEZJI

Janina Rudnicka-Malusi

Ballada o Jubileuszu / na melodię „Krakowska kwiaciarka”

Dziś Jubileusz obchodzi Związek nasz,
Więc się cieszymy, że razem spędzimy
Radosny, piękny ten czas.

Przy tej okazji witamy dzisiaj Was,
I nasze władze, i gości przybyłych
Za to, że są wśród nas.

60 latek minęło jak jeden dzień,
z każdym problemem my sobie radzimy
i wspomnień zostaje cień.

Każdy nasz członek historię Związku zna,
wy jak zechcecie, też ją znajdziecie
w kronice każdego dnia.

Dziś kierownicę do ręki wzięła swej,
Helenka głowę ma pełną pomysłów
I wszystkie wdrożyć je chce.

W tym jej pomogą członkowie i władze też,
Na wszystkich frontach niech Związek wspierają
i zginąć nie dadzą też.

Panie Burmistrzu i Panie Starosto też,
Dziś o nas dbajcie, pieniędzmi wspierajcie,
to Wam się opłaci też!

Dziś dziękujemy brawami, wszystkim Wam
Za to że zawsze z nami będziecie,
na długi, długi czas.

FRASZKI

JUBILEUSZ

Nasze Panie w przygotowanie
wiele serca dały,
aby jubileuszowi 60-lecia
dodać blasku i chwały

WSPÓŁPRACA

Władze miasta
chętnie związkom pomagają
by przy okazji Jubileuszu
Dzierżoniów obrósł sławą.

KRONIKA

Ninka i Elżbietka
Kroniki związkowe prowadziły.
Doceń to –
Ile pracy w to włożyły.

DOBRE RADY

Zapomnisz – nie wracaj
W poniedziałek – nie zaczynaj
Czarny kot – to przestroga
Spotkasz kominiarza – za guzik trzymaj.

POMYSŁY

O pracowności Związku
Głośne chodzą wieści
Co jeszcze wymyślą?
W głowie się nie mieści!

RATUNEK

Jest na ul. Parkowej
taka apteka
co w nagłej potrzebie
ratuje człowieka.



BIBLIOTECZKA SENIORA



1. Aneta Derda „Aktywny senior”

Poradnik skierowany jest do osób, które właśnie przeszły na emeryturę lub przygotowują się do tego kroku.

Czytelnik znajdzie w nim tematy nieodłącznie związane z życiem seniora oraz praktyczne wskazówki dotyczące pielęgnowania relacji rodzinnych i towarzyskich, niezbędne informacje o zdrowiu i urodzie, a także porady dotyczące najistotniejszych kwestii prawnych czy finansowych.

Źródło: www.merlin.pl



2. Brigitte Kleinod „Ogród dla seniorów”

Książka przedstawia propozycje ogrodowej aranżacji (kształtowanie przestrzeni ogrodu: mała architektura, rośliny ozdobne, zioła użyteczne w letniej kuchni itp.).

Poradnik służy też licznymi wskazówkami, które ułatwiają pracę w ogrodzie.



3. Alisa Mitchell-Masiejczyk „Angielski. Kurs dla seniorów”

„Angielski. Kurs dla seniorów” to wyjątkowy pakiet mobilny i multimedialny (3xCD, eBook,

Audiobook) zawierający wszystko, czego potrzeba do samodzielnej nauki języka. To kurs języka angielskiego dla wszystkich seniorów młodych duchem, którzy wierzą, że na naukę nigdy nie jest za późno.

Źródło: www.matras.pl

Dzienny Dom Pomocy Społecznej – tu seniorzy nigdy się nie nudzą!

Dzienny Dom Pomocy Społecznej to kolejne miejsce, gdzie seniorzy mają zapewnioną dzienną opiekę i gdzie aktywnie mogą spędzić czas.



Siedziba Dziennego Domu Pomocy Społecznej

Dzienny Dom Pomocy Społecznej jest ośrodkiem wsparcia w rozumieniu ustawy o pomocy społecznej. Realizuje cele i zadania określone w przepisach ustawy o pomocy społecznej, a w szczególności zapewnia opiekę i stwarza odpowiednie warunki do wielogodzinnego przebywania w nim osób znajdujących się w trudnych sytuacjach życiowych, których nie są w stanie pokonać wykorzystując własne środki, możliwości i uprawnienia, szczególnie osobom w wieku emerytalnym, ze względu na ich trudną sytuację życiową, rodzinną czy niepełnosprawność.

Do usług Domu w szczególności należą:

- zapewnienie miejsca do bezpiecznego i godnego spędzania wolnego czasu;
- zapewnienie uczestnikom udziału w różnych formach zajęć w celu ich aktywizacji;
- zapewnienie uczestnictwa w imprezach kulturalnych, rozrywkowych, towarzyskich;
- pomoc w załatwianiu spraw przekraczających możliwości uczestnika;
- inne świadczenia o charakterze bytowym odpowiadające możliwościom organizacyjnym i finansowym Domu.

Przy Dziennym Domu Pomocy Społecznej funkcjonuje także Klub Seniora (spotkania odbywają się w czwartki o godzinie 16.00).



Seniorzy aktywni – nordik walking to ich sposób na aktywne spędzanie czasu

Weź Pudełko Życia na Jubileuszu PZERi!

1500 Pudełek Życia trafi do seniorów i innych zainteresowanych mieszkańców Dzierżoniowa, m.in. Związek Emerytów, Rencistów i Inwalidów będzie je rozdawał podczas swojego jubileuszu 60-lecia istnienia 21 października.

To pierwszy efekt działania powołanej przez burmistrza Dariusza Kucharskiego Dzierżoniowskiej Rady Seniorów.

o chorobach, uczuleniach, przyjmowanych lekach. Takie pudełko powinno znajdować się w oznaczonej specjalną naklejką lodówce –



Pudełka Życia można otrzymać m.in. w trakcie jubileuszu PZERi!, bezpośrednio od organizacji pozarządowych reprezentujących środowiska senioralne i kombatanckie oraz w jednostkach organizacyjnych gminy działających w obszarze pomocy społecznej (OPS, DDPS, ŚDS). To sposób na pomoc w szybkim ratowaniu życia i zdrowia starszych i chorujących mieszkańców.

Projekt zakłada umieszczenie ważnych informacji o pacjencie w jednym miejscu. W Pudełkach Życia znajdują się w ważne dane – telefony do osób najbliższych, informacje

by ratownicy mogli bez problemu znaleźć potrzebne informacje. Ich lista została skonsultowana z dzierżoniowskim Szpitalem Powiatowym.

– Pudełko Życia to tylko jedno z nowych działań skierowanych do osób starszych. To dla mnie bardzo ważna grupa mieszkańców, dlatego zależało mi, aby o swoich najważniejszych potrzebach mówili i decydowali sami seniorzy. Dzieje się to w ramach pracy Dzierżoniowskiej Rady Seniorów – zaznacza burmistrz Dzierżoniowa Dariusz Kucharski.

Rada jest organem opiniotwórczym. Zajmuje się m.in. wspiera-

niem aktywności ludzi starszych, przełamywaniem stereotypów dotyczących tematu starości oraz budowaniem należnego autorytetu seniorów, zapobiegając ich marginalizacji.

Co piąty mieszkaniec Dzierżoniowa jest seniorem. Rada podpowiada więc, jak poprawić jakość ich życia. Aktywne środowisko osób starszych posiada ogromny potencjał, może stać się spoiwem jednoczącym pokolenia i wzmacniającym całą lokalną społeczność.

Wśród zadań na 2015 r. Rada zadeklarowała także swoje propozycje wpływające na polepszenie opieki zdrowotnej osób starszych, stworzenie specjalnego informatora dla seniorów i powstanie „Klubu Sportowego Seniora”.

Zadania Rady:

1. Współpraca z władzami miasta Dzierżoniowa w zakresie zadań, których realizacja dotyczy osób starszych.
2. Monitorowanie potrzeb osób starszych w Dzierżoniowie oraz ustalanie zadań priorytetowych w tym zakresie.
3. Wydawanie opinii i formułowanie wniosków służących rozwojowi działalności na rzecz osób starszych.
4. Inicjowanie zadań mających na celu współpracę Dzierżoniowa z osobami starszymi.
5. Informowanie lokalnej społeczności o kierunkach działań na rzecz osób starszych, które podejmowane są przez organizacje pozarządowe i miasto Dzierżoniów.

zDolne NGO

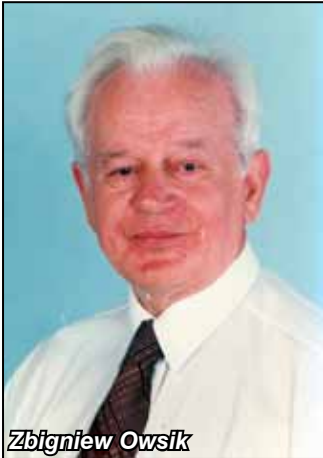
Przewodnicząca PZERi! Helena Sedyk odebrała 7 października dyplom za udział w IV edycji konkursu „zDolne NGO” dla najlepszej organizacji pozarządowej prowadzącej działania na rzecz osób niepełnosprawnych na Dolnym Śląsku w 2014 roku.

Gala podsumowująca konkurs odbyła się w Teatrze Modrzejewskiej w Legnicy. Wyróżnienie w konkursie zdobyła inna dzierżoniowska organizacja działająca na rzecz osób niepełnosprawnych – Stowarzyszenie na Rzecz Osób z Upośledzeniem Umysłowym, koło w Dzierżoniowie.



60 lat minęło...

Związek Emerytów, Rencistów i Inwalidów, koło w Dzierżoniowie we wspomnieniach przewodniczących



Zbigniew Owsik

Zbigniew Owsik, przewodniczący ZERiI w latach 2003-2010

Mam bardzo dobre wspomnienia z czasów, gdy przewodniczyłem Związkowi Emerytów, Rencistów i Inwalidów, choć trzeba przyznać, że łatwo nie było, zwłaszcza pozyskać pieniądze na działalność Związku. Trzeba się było nachodzić, naprosić, ale miałem zawsze swoje sposoby. Byłem wytrwały. Pomagaliśmy naszym członkom w codziennych problemach – od tych prostych, po trudne, jak na przykład pomoc w uzyskaniu przydziału na mieszkanie komunalne.

Najlepiej wspominam wszelkie imprezy plenerowe oraz wyjazdy do teatru, opery lub na wczasy. Dwa razy nawet udało nam się załatwić tygodniowy pobyt dla czterech osób w Ciechocinku zupełnie za darmo. Szczęśliwców wybraliśmy poprzez losowanie. Najbardziej jednak zapamiętałem uroczystość z okazji jubileuszu 50-lecia istnienia związku. 500 osób spotkało się na tej uroczystości. Po gali w kinoteatrze bawiliśmy się w kilku lokalach w mieście. Były wspomnienia, tańce i dużo humoru.

Bardzo udana była współpraca ze związkiem emerytów z Kluczborka, współpracowaliśmy też z wieloma instytucjami i organizacjami z terenu Ziemi Dzierżoniowskiej.

Jakie mieliśmy problemy? Zawsze pieniędzy było za mało w stosunku do potrzeb oraz nasza siedziba była zdecydowanie za mała. Teraz związek ma nową, dużą siedzibę, ale życzyłbym związkowi, aby była ona na parterze. Wówczas więcej seniorów przyjdzie. Niestety, wielu emerytów siedzi w domu, zapomnianych przez wszystkich. Uważam, że cenną inicjatywą byłoby, aby harcerze odwiedzali seniorów, poczytali im książkę, wiersz, pomogli w załatwieniu pilnych spraw.

Czego życzyć Związkowi Emerytów, Rencistów i Inwalidów w Dzierżoniowie? Mniej kłopotów, więcej kasy i więcej uśmiechu seniorów.



Helena Sendyk

Helena Sendyk, przewodnicząca ZERiI w latach 2011-2015

Gdy patrzę na czas mojej kadencji w Związku to to, z czego jestem najbardziej zadowolona, to fakt, że każdego roku udaje nam się pozyskać większą dotację na naszą statutową działalność. Jest to możliwe od 2003 roku, gdy weszła w życie Ustawa o pożytku publicznym i wolontariacie. Początkowo jednak ZERiI pozyskiwał małe kwoty. W 2003 roku tylko 1000 zł, rok później 4.000 zł, w 2006 roku – 5.000 zł. Za mojej kadencji w 2011 roku pozyskaliśmy już 8.500 zł, w 2012 r – 11.350 zł, w 2013 r. – 16.700 zł, w 2014 r – 19.000 zł, a w tym roku aż 27.200 zł. To olbrzymi powód do radości. Dzięki tym środkom Związek może naprawdę atrakcyjnie organizować czas seniorom. Pojawiły się zupełnie nowe formy aktywizacji. Ich pomysłodawczynią była wiceprzewodnicząca Związku Lidia Lewandowska. To dzięki niej zorganizowaliśmy seniorom warsztaty komputerowe i kulinarne, dziennikarskie czy szkolenie z udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej. Dzięki niej nawiązaliśmy współpracę z Fundacją Dbam o zdrowie, z którą cały czas realizujemy program dofinansowania do leków dla seniorów. W ciągu czterech lat pozyskaliśmy na ten cel 11 tys. zł.

Drugi rok wydajemy swój kwartalnik – Dzień Seniora. W tym roku mamy nawet reklamodawców, dzięki czemu zwiększyliśmy objętość gazety z ośmiu do dwunastu stron oraz nakład.

Seniorzy regularnie zaczęli też uczestniczyć w wydarzeniach kulturalnych: wyjazdach do opery, operetki i teatru, na wycieczki oraz uczestniczyć w różnorodnych imprezach. Za mojej kadencji powstała grupa rowerowa, która regularnie wyjeżdża na wycieczki połączone z grillowaniem. Seniorzy chętnie korzystają też z wczasów, zarówno krajowych – nad morze i w góry oraz za granicę, np. Do Grecji. W tym roku po raz pierwszy byli też w Turcji.

W tym roku realizujemy nowy projekt – warsztatów decoupage'u dla senierek. Na tych artystycznych zajęciach powstają piękne przedmioty, które ozdobią wnętrze naszego nowego lokalu. To jeden z moich większych powodów do dumy – nowa, przestronna siedziba w budynku basenu miejskiego. Niestety, nie jest na parterze i niektórzy narzekają, że wysoko, ja jednak zawsze mówię: tylko w jedną stronę macie pod górę (śmiech).

Dziś mamy już tak przestronny lokal, że możemy w nim organizować własne imprezy, gdzie mogą mieć próby zespoły. Serdecznie zapraszam zatem seniorów do współpracy z nami. Mamy blisko 8 tys. członków, ale takich aktywnych zaledwie setkę. Niech to się zmieni! Nasze motto to: „Wyjdź do ludzi, ciesz się życiem, przyjdź do nas”.

Chcemy stworzyć zespół muzyczny, najlepiej gdyby panowie emeryci mieli swoje instrumenty muzyczne. Mielibyśmy wówczas swoją grupę do grania na naszych imprezach. Do tego oczywiście marzy mi się chór. Ponadto chciałabym przy naszym oddziale Związku powołać Klub Seniora. A takim największym marzeniem jest, aby powstało Centrum Seniora w nowoczesnym parterowym budynku z dużą salą na 500 osób! Wtedy będziemy organizować takie imprezy, o jakich marzymy! Chciałabym dożyć tych czasów!

Pasjonaci – Barbara i Stanisław Kuźmińscy

Nigdy się nie nudzą

W domu Państwa Kuźmińskich w każdym kącie widać pasję któregoś z małżonków. A to zastony wyszywane przez panią Basię, a to namalowany przez nią obraz lub odnowiony secesyjny stolik. Za chwilę porcelanowe figurki i zegary – hobby pana Stanisława. Zaś przy domu pięknie zadbane kolorowy ogród – to ich wspólna pasja.



Talerz dla Kluczborka



Barbara i Stanisław Kuźmińscy – w ich domu w każdym zakątku widać ich pasje. Tu na tle kolekcji porcelanowych figurek Pana Stanisława

Państwo Kuźmińscy od lat są członkami Polskiego Związku Emerytów, Rencistów i Inwalidów. Aktywnie działają też w Klubie Seniora „Złota Jesień” przy Spółdzielni Mieszkaniowej w Dzierżonowie. Emerytura absolutnie nie

pozbawiła ich kreatywności. Wręcz przeciwnie – ciągle organizują jakieś konkursy, zabawy dla seniorów. Kompletnie nie mają czasu, aby się nudzić!

Nawet w gościach coś dziergam

– Ja nie potrafię siedzieć bezczyn-

nie. Nawet gdy idę do znajomych na imieniny, zawsze w rękę coś trzymam, a to szydełko, a to kawałki papieru, które zwijam, by potem naklejać je na ręcznie wykonywane bombki czy kartki z życzeniami. Każdą wolną chwilę wypeł-



Stanisław Kuźmiński i jego zegary



Barbara Kuźmińska jako młoda dziewczyna malowała talerze – były to prezenty na ślub, urodziny czy imieniny. Nawet zarabiała na tym jakiś grosik



Świąteczne okno: zasłony i ozdoby wykonane przez Panią Barbarę

niam jakimiś pracami ręcznymi. Maluję na przykład farbami do szkła słoiki, które potem są sympatycznymi nagrodami w konkursach. W zasadzie cokolwiek namaluję, wysyję, zrobię – zaraz rozdaję w formie prezentów lub nagród. Tak było zawsze. Nigdy nie zarabiałam na swojej twórczości, poza krótkim epizodem, gdy malowałam ozdobnie talerze – były prezentami na śluby, urodziny czy imieniny. Sporo miałam zamówień i lubiałam to robić. Ostatnio taki talerz namalowałam w 2013 r. Dla naszego partnerskiego miasta Kluczborka – opowiada Pani Barbara.

Z Dzierżoniowa do Rzymu

Jeśli chodzi o malarstwo, to jest samoukiem. Nie maluje z natury, raczej odwzorowuje, ale jej obrazy wiszą w wielu domach, także w Rzymie, u jej córki, która jest największą fanką jej twórczości. Pani Barbara już tworzy piękne bombki na Boże Narodzenie, które wyśle dzieciom do Włoch na święta. Część zaś przygotowuje

na grudniową wystawę w Oknie Artystycznym Wydziału Promocji Urzędu Miasta w Rynku.

Pani Barbara to kobieta wszechstronnie uzdolniona: robi na drutach, szydełkuje, haftuje, czasem nawet coś uszyje, kiedyś była świetną krawcową.

Kartki imieninowe – oczywiście rękodzieło

Wszyscy członkowie klubu już przywykli natomiast, że na imieniny zawsze dostają piękne kartki osobiście wykonane przez Barbarę Kuźmińską. Podobnie gdy seniorzy organizują jakieś przyjęcia, na stole stoją kartoniki z nazwiskami jej autorstwa. Na jubileusz ZERiI oczywiście też je przygotowała.

Pan Stanisław wspiera żonę w jej twórczości, ostatnio tylko dokupuje jej na giełdach staroci szafeczek na te jej wszystkie skarby. Na giełdach zawsze też złowi coś dla siebie, na przykład piękny zegar, który potem odrestaurowuje. I tak sobie żyją w artystycznym klimacie, nigdy się nie nudząc.

Zapraszamy na wczasy w 2016 roku

- Dźwirzyno, ośrodek „Plazma Park”
* Termin: 2.06-15.06.2016 r.
Cena: 1340 zł (z dojazdem)
* Termin: 27.08-9.09.2016 r.
Cena: 1300 zł (z dojazdem)
- Dziwnów, ośrodek „Rybitwa”
Turnus rehabilitacyjny
Termin: 18.06-1.07.2016 r.
Cena: 1380 zł (z dojazdem)
- Łeba, ośrodek „Chemar-2”
Termin: 13.06-26.06.2016 r.
Cena: 1380 zł (z dojazdem)
- Mrzeżyno, ośrodek „Piramida”
Turnus rehabilitacyjny
Termin: 20.08-3.09.2016 r.
Cena: 1400 zł (z dojazdem)

Zapisy przyjmowane są w biurze Związku od 12 października 2015 r. Przy zapisach obowiązuje wpłata zaliczki w wysokości minimum 200 zł. Pozostałą kwotę można uiścić w dowolnych ratach.

Na sportowo

Osoby z orzeczeniem o niepełnosprawności, które mają ukończone 60 lat i są członkami PZERiI mogą w każdy poniedziałek uczestniczyć w bezpłatnej rehabilitacji ruchowej. Zajęcia odbywają się o godz. 16.00 w siedzibie związku w budynku Basenu Miejskiego przy ul. Sienkiewicza.



Zajęcia realizuje Klub Sportowy Niepełnosprawnych „Start” Dzierżoniów w ramach projektu „Razem lepiej”. Ponadto seniorzy mogą otrzymać wsparcie w zakresie indywidualnej diagnozy osobowości i umiejętności społecznych, poradnictwa psychologicznego oraz zajęć informatycznych, artystycznych i prozdrowotnych.



Piękne świąteczne bombki już czekają na wystawę w Oknie Artystycznym w Rynku

Indiańskie spotkanie integracyjne dla NGO

Budowanie współpracy pomiędzy organizacjami pozarządowymi z terenu powiatu dzierzoniowskiego to główny cel spotkania, które odbyło się 2 października w sali widowiskowej Dzierżoniowskiego Ośrodka Kultury. Nie zabrakło na nim także reprezentacji Polskiego Związku Emerytów, Rencistów i Inwalidów.

Honorowy patronat nad przedsięwzięciem objął wojewoda dolnośląski Tomasz Smolarz.

W powiecie dzierzoniowskim funkcjonuje wiele aktywnych organizacji pozarządowych, które realizują wiele wartościowych zadań mających wpływ na rozwój naszego powiatu. Tylko nieliczni jednak współpracują ze sobą.

Impulsem do podjęcia wspólnych zadań na rzecz lokalnej społeczności i jej mieszkańców miało być spotkanie integracyjne dla organizacji pozarządowych z terenu naszego powiatu pod hasłem „3majmy się razem i... zmieniamy lokalną rzeczywistość”. Wzięli w nim udział przedstawiciele 72 organizacji.

Integracja nieprzypadkowo odbyła się w konwencji indiańskiej – z wykorzystaniem indiańskich

zwyczajów i obrzędów.

– Indianie żyli w wielu plemionach o różnym charakterze i stopniu rozwoju, ale mieli świadomość wspólnego pochodzenia i potrzebę zespołowego rozwiązywania problemów – mówi Grażyna Wójcik, dyrektor Wydziału Bezpieczeństwa i Spraw Obywatelskich Starostwa Powiatowego w Dzierżoniowie. – Podobnie nasze organizacje pozarządowe – są zróżnicowane, ale razem mogą skuteczniej działać z korzyścią dla środowiska lokalnego.

Przynależność do grupy została podkreślona poprzez wręczenie każdemu uczestnikowi spotkania „bransoletki przyjaźni” oraz „łapacza snów”.

– Idea spotkania zrodziła się w ramach partnerstwa powiatu dzierzoniowskiego oraz wszystkich

gmin powiatu dotyczącego współpracy na rzecz trzeciego sektora – mówi wicestarosta Marek Piorun.

W nawiązaniu do istniejącego partnerstwa, na koniec spotkania przedstawiciele samorządów oraz organizacji pozarządowych złożyli podpis na tzw. „kamieniu węgielnym” – statuetce, która stała się symbolem spotkania, a jednocześnie fundamentem wspólnego działania na rzecz Ziemi Dzierżoniowskiej i jej mieszkańców.

Spotkanie odbyło się z inicjatywy Wydziału Bezpieczeństwa i Spraw Obywatelskich Starostwa Powiatowego w Dzierżoniowie oraz Jolanty Zarzeczki, zastępcy wójta Gminy Dzierżoniów. Do organizacji przedsięwzięcia włączyły się pozostałe gminy oraz przedstawiciele NGO: Stowarzyszenie na Rzecz Rozwoju i Promocji Wsi „Przystań Mościsko”, Stowarzyszenie „Razem dla Wsi” w Owieśnie, Stowarzyszenie „Lepsze Jutro” w Pieszycach oraz Fundacja Merkury. Projekt został wsparty finansowo w ramach programu „TU MIESZKAM – TU ZMIENIAM” Fundacji Banku Zachodniego WBK.

