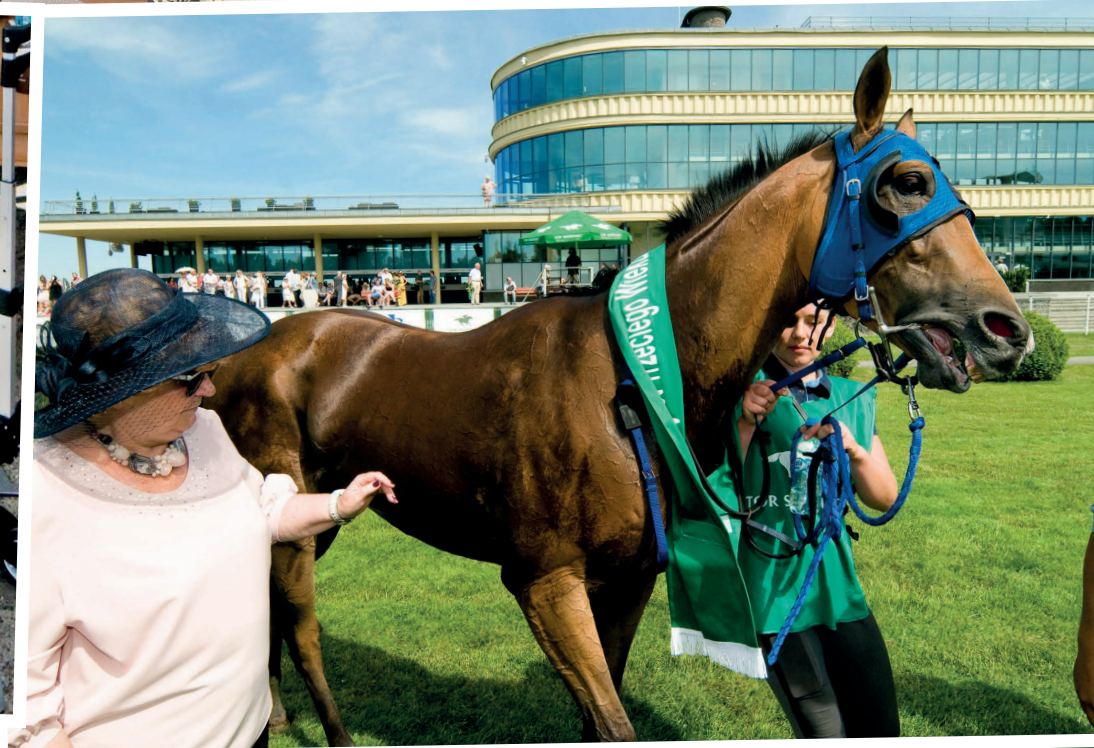




PANORAMA

Uniwersytetu Trzeciego Wieku
Szkoły Głównej Handlowej w Warszawie

Nr 2/2018



Projekt współfinansuje m.st. Warszawa



W numerze:

IX edycja Dnia Uniwersytetów Trzeciego Wieku ma Torze Wyścigów Konnych Służewiec
Cyberbezpieczeństwo seniorów (i nie tylko) w sieci – nowy projekt senioralny
Konkurs literacki dla seniorów



Dzień Uniwersytetów Trzeciego Wieku na Torze Wyścigów Konnych Służewiec

Witam bardzo serdecznie wszystkich gości, którzy postanowili spędzić dzisiejszy dzień wspólnie z nami w pięknych plenerach Służewca!

Dzisiejsze spotkanie warszawskich seniorów to już IX edycja unikalnej w świecie imprezy, jaką jest Dzień Uniwersytetów Trzeciego Wieku na Torze Wyścigów Konnych Służewiec – powitała ponad 3.tysięczną publiczność amfiteatru II trybuny honorowej Toru Wyścigów Konnych na Służewcu Krystyna Lewkowicz, Prezes Ogólnopolskiego Porozumienia Uniwersytetów Trzeciego Wieku.

Wyścigi Konne to jedna z najstarszych warszawskich tradycji. Bywanie na nich stało się nobilitacją

i towarzyskim zwyczajem warszawskiej elity. Nic dziwnego, że wyścigi konne wykształciły swoisty styl mody. Obowiązkowe są w nim wytworne kapelusze jako jeden z podstawowych atrybutów elegancji.

Nasza widownia jest potwierdzeniem tego stylu; to niesamowity pokaz elegancji, swoista rewia mody, festiwal radości i kreatywności warszawskich seniorek i seniorów.

Niektóre stroje i kapelusze wykonane są własnoręcznie, wg indywidualnego projektu!!!

Pomysłodawcą, współorganizatorem tej imprezy, a zarazem patronem honorowym jest poseł Michał Szczerba Przewodniczący Parlamentarnego Zespołu ds. Uniwersytetów Trzeciego Wieku.



To najbarwniejsze i największe wydarzenie senioralne stolicy może się odbywać jedynie przy niezwykłej życzliwości właścicieli tego terenu, a mianowicie Totalizatora Sportowego i Dyrekcji Toru Wyścigów Konnych Służewiec, wsparciu Miasta st. Warszawy i kilkunastu innych społecznie odpowiedzialnych i życzliwych seniorom firm.

Mam zaszczyt wystąpić dziś w towarzystwie bardzo ważnej osoby, którą chciałbym Państwu przedstawić, a zarazem poprosić o uroczyste otwarcie dzisiejszego wydarzenia.

Po raz pierwszy w takiej roli Pani Jolanta Górską, Dyrektor Oddziału Służewiec - Wyścigi Konne Totalizatora Sportowego.

- Witam Państwa bardzo serdecznie, cieszę się że mogę gościć dziś tak znakomitą reprezentację warszawskich seniorów. Ta pozytywna energia i entuzjizm jaki emanuje z państwa, ta rewia strojów, pokaz elegancji to jest niezwykle budujące i satysfakcjonujące zjawisko.



Stawiamy do państwa dyspozycji piękne, zielone tereny Służewca i życzymy wspaniałej zabawy, emocji z udziału w specjalnej gonitwie o Puchar Uniwersytetów Trzeciego Wieku, wrażeń artystycznych z koncertu, powodzenia Paniom i Panom startującym w konkursie kapeluszy, a wszystkim wspaniałej, wspólnej biesiady.
Dzień Uniwersytetów Trzeciego Wieku na Torze Wyścigów Konnych Służewiec uważam za otwarty!

Koncert

Rozpoczynamy od koncertu, który poprowadzi aktor, wokalista i nasz dobry znajomy z serialu „M jak miłość” wcielający się w rolę Marka Mostowia-ka, Kacper Kuszewski.

Dziś przed państwem Tribute To Jantar.

To prawdziwa przyjemność, zaszczyt, a zarazem wyzwanie występować przed tak liczną i wspaniałą publicznością - powitał gości koncertu aktor, Kacper Kuszewski.

W imieniu zespołu Tribute to Jantar, mam zaszczyt zaprosić Państwa na dzisiejszy koncert i przypomnieć i mam nadzieję wspólnie zanucić wielkie przeboje tej wspaniałej artystki.

Zespół ukazuje zupełnie nieznane, dość zróżnicowanie, a zarazem nowatorskie aranżacje piosenek Anny Jantar. Osiem wspaniałych młodych głosów wykonuje takie przeboje jak „Tylko mnie poproś do tańca”, „Nic nie może wiecznie trwać”, czy „Najtrudniejszy pierwszy krok” i in., a to wszystko przy akompaniamencie bandu na żywo.



Konkurs kapeluszy

to najbardziej emocjonująca, a zarazem najtrudniejsza część imprezy.

Pięknych strojów i kapeluszy było mnóstwo. Jury pod przewodnictwem Pani Joanny Dolińskiej-Dobek, z udziałem doświadczonych członków jury poprzednich edycji, miało trudne zadanie.

Ostatecznie wybrało 10 finalistów, w tym jednego Pana.

Dziesięcioro finalistów konkursu otrzymało liczne nagrody rzeczowe od organizatorów i sponsorów, w tym biżuterię artystyczną, organizery podróże, weekend w luksusowym hotelu Sand w Kołobrzegu,



Miss kapelusza 2018 r. wybrano Panią z numerem 17.



kolację w restauracji British Bulldog Pub i Bollywood Lounge, wina i likiery ufundowane przez Percord Ricard, gadzety reklamowe MPWiK SA i inne.

Gonitwa koni arabskich o Puchar Uniwersytetów Trzeciego Wieku

Na dystansie 1600 m ścigało się 10 koni arabskich. Spasski z numerem startowym 1, Dystans (5), Bromsky (4), Restigue (9), Baahy (7), Bellerofont (6), Dacosse (10), Just Gold (8), Full of Promise (2) i Modraszek (3).



Tempo od startu dyktowały trzy konie Bromsky, Dystans i Spasski. Prowadził niemal cały czas Dystans i Bromsky, ale po niezwykle zaciętym i efektownym finiszu zwyciężył Spasski, prowadzony przez rosyjskiego dżokeja Aleksandra Reznikova. (To nasz ulubiony dżokej wygrywający już kilkakrotnie wyścig o Puchar UTW – dopisek Red.)

Jeszcze tylko tusz poprawiający urodę po gonitwie, uroczysta szarfa i....



Piknik w pięknych plenerach Służewieckiego Toru



Redaktor Naczelna: Krystyna Lewkowicz
Skład i druk: Konrad Szczodrak / szczodrak.com
Zdjęcia: Tomasz Białkowski
Korekta i współpraca redakcyjna: Media Servis&Consulting sp. o.o.

Serdeczne podziękowanie dla Partnerów i Sponsorów

Nasza wspaniała impreza odbyła się przy wsparciu społecznie odpowiedzialnych Firm:

Lotto -Totalizator Sportowy
Tor Wyścigów Konnych Służewiec
GRUPA ADAMED
Kompania Piwowarska SA
Służewski Dom Kultury w Dzielnicy
Mokotów m. st. Warszawy
Miasto st. Warszawa
Marka Kawy Woseba
Tramwaje Warszawskie sp. z o.o.
Przedsiębiorstwo Wodociągów i Kanalizacji S.A.
Warszawski Hurtowy Rynek Rolno-
Spożywczy Bronisze
Fundacja Warszawski Instytut Bankowości
Toruńskie Zakłady Materiałów Opatrunkowych SA
Polska Organizacja Handlu i Dystrybucji
Polska Federacja Producentów Żywności, Związek Pracodawców
Coca Cola HBC Polska sp. z o.o.
Hotel Sand w Kołobrzegu
Restauracja British Bulldog Pub
Restauracja Bollywood Lounge,
Firma Percord Ricard

Dziękujemy dużej grupie wolontariuszy, którzy pomagali w organizacji wydarzenia.

Dziękujemy, że nas wspieracie i jesteście z nami.

Krystyna Lewkowicz
Prezes Fundacji Ogólnopolskie Porozumienie Uniwersytetów Trzeciego Wieku

Posel Michał Szczerba,
Przewodniczący Parlamentarnego Zespołu ds. Uniwersytetów Trzeciego Wieku

Adres Redakcji: ul. Rakowiecka 24, 02-554 Warszawa
Telefon: 22 564 98 10, 22 564 98 38
e-mail: utw@sgh.waw.pl
www.sgh.waw.pl/uniwersytet-trzeciego-wieku
Wersja elektroniczna Panoramy UTW SGH na:
www.sgh.waw.pl i www.fundacjaoputw.pl

CYBERBEZPIECZEŃSTWO SENIORÓW (I NIE TYLKO) W SIECI

- to projekt realizowany przez Fundację „Ogólnopolskie Porozumienie Uniwersytetów Trzeciego Wieku”, ze środków Zarządu Województwa Mazowieckiego

Podstawową potrzebą każdego człowieka jest poczucie bezpieczeństwa.

Ma ono wiele oblicz i obszarów, w których może wystąpić dla naszego życia, zdrowia i mienia jakiś rodzaj zagrożenia. W tym projekcie nie chodzi o zagrożenie militarne, pożarowe, w ruchu drogowym, przemoc w rodzinie, w miejscu pracy itp. chociaż to bardzo ważne obszary, w których przede wszystkim chcemy być bezpieczni, ale o całkiem nowy wymiar bezpieczeństwa, który jest efektem ubocznym rozwoju cywilizacji, a mianowicie bezpieczeństwo w cyberprzestrzeni. Często nie zdajemy sobie sprawy, czym jest cyberprzestrzeń i jak może ona oddziaływać na nasze życie.

Tymczasem...

”

Zdobycze cywilizacji, postęp technologiczny, z którego chętnie korzystamy stał się jednocześnie pułapką oraz pożywką dla różnych oszustw w cyberprzestrzeni

Coraz więcej osób starszych korzysta z telefonów komórkowych, internetu, kart bankomatowych i usług świadczonych zdalnie. Poprawia to ich komfort, mobilność zarobkową lub społeczną, samodzielność, prestiż, poczucie własnej wartości, a przede wszystkim niezależności i bezpieczeństwa.

Byłoby to zjawisko ze wszech miar pozytywne, ale w ślad za nim rośnie skala zagrożenia wynikająca z wykorzystywania naszych danych osobowych i teleadresowych bez zgody i do celów, których nie akceptujemy.

Korzystanie z mediów elektronicznych, urządzeń mobilnych jest już nieodłączną rzeczywistością; ale smartfony, bankomaty, karty płatnicze, internet, portale społecznościowe, zakupy w sieci lub przez telefon, załatwianie spraw urzędowych za pośrednictwem internetu, korzystanie z usług finansowo-bankowych itp. mają też ciemną stronę,

bo zdobycze technologiczne zawsze niosą falę nowych form przestępczości i inspirować oszustów.

Istnieje więc potrzeba szerokiej edukacji i działań prewencyjnych podnoszących poziom bezpieczeństwa codziennego życia, przede wszystkim ochrony prywatności, danych osobowych, wizerunku, oszczędności w bankach, ochrony dzieci i wnuków przed przestępstwami pedofilii, niepożądanymi kontaktami przestępczymi, wciąganiem do sekt lub werbunku do grup o patologicznych celach, a także oszustwami matrymonialnymi.

Użytkowników nowoczesnych urządzeń trzeba uczulić na fakt, że innym ludziom mogą służyć one także do kontroli miejsca naszego pobytu, inwigilacji, przestępstw.

Narażone są na ataki i włamania wszelkie ważne bazy danych, w tym osobowych, informacje o charakterze obronnym, tajemnice gospodarcze, akta sądowe, postępowania administracyjne, a nawet akcje policyjne itp.

Nagminnie spotykamy się z plagiatami naszych dzieł literackich, muzycznych czy dorobku naukowego.

W miarę upływu czasu i wprowadzania nowych usług elektronicznych rozwijać się będzie też cyberprzestępczość, a hakerzy i oszuści stosować będą coraz bardziej wyrafinowane metody oszustw.

Często my sami prowokujemy takie działania, bo w internecie chwalimy się różnymi rzeczami, pokazujemy swoje domy, mieszkania lub informujemy o miejscach pobytu, przebywania na wczasach, ważnych wydarzeniach swojego życia, zamieszczamy swoje zdjęcia (często intymne, prowokacyjne) i członków rodziny, wnuczków, zwierząt itp.

Myślimy wtedy wyłącznie o przyjemnych stronach tego zjawiska, wzbudzeniu zainteresowania, podziwu, uznania itp. a nie zdajemy sobie sprawy w jaki sposób informacje te, zdjęcia, dane osobowe, adresy itp. zostaną wykorzystane przez kogoś mającego złe zamiary.

Trzeba także nauczyć uczestników projektu jak chronić się przed okazjami oszustw i radzić sobie,

kiedy już znajdziemy się w trudnej sytuacji lub padniemy ofiarą takich przestępczych działań.

Takie atrybuty współczesności jak zakupy internetowe, umowy zawierane przez telefon, wszelkie zamówienia z dostawą do domu, karty płatnicze, w tym zbliżeniowe, bankowość internetowa, portale społecznościowe itp. uaktywniły i wygenerowały nowe formy nadużyć, w których ofiarami są zarówno dzieci, osoby młode jak i często osoby starsze.

Metody hakerów i podobnych oszustów są coraz bardziej wyrafinowane, a ściganie tych przestępstw i dochodzenie odszkodowań jest bardzo utrudnione.

Ogromnym obszarem przestępstw w sieci są wszelkiego rodzaju nierzetelne, a lukratywne reklamy, kwesty, zbiorki i oferty:

- ➔ świetnych posad i zarobków za granicą,
- ➔ cudownego odchudzania, poprawiania urody,
- ➔ metod szybkich i łatwych zarobków,
- ➔ niezwykle korzystnych ofert turystycznych,
- ➔ suplementów diety, odżywek, dopalaczy itp. wzmagających tężyznę, pomagających na wszelkie dolegliwości,
- ➔ pościeli, garnków, wahadełek, amuletów leczących choroby,
- ➔ uzdrowicieli, detektywów, poszukiwaczy skarbów,
- ➔ usług rehabilitacyjnych z ratąną spłatą poprzez zaciągany kredyt (z reguły w parabankach) i wiele innych.

Wbrew pozorom bardzo wielu ludzi ulega pokusom skorzystania z reklamowanych towarów lub usług.

Większość takich przestępstw nie jest zgłaszanych i nie figuruje w żadnych statystykach, bo ludzie wstydzą się swojej naiwności lub nie wierzą w skuteczność dochodzenia swoich praw.

Nagminne jest też nawiązywanie kontaktów towarzyskich przez dzieci i młodzież poszukujących znajomości z rówieśnikami, a trafiających na osoby dorosłe o skłonnościach pedofilskich, ukierunkowanych na handel ludźmi lub inne przestępstwa z wykorzystaniem nieletnich.

Wielkim obszarem zagrożenia są bardzo popularne zakupy z dostawą do domu, w czasie których

nie tylko udostępniamy swoje dane teleadresowe ale też wpuszczamy do domu dostawców, którzy mogą okazać się złodziejami, oszustami lub naciągaczami na inne usługi i dostawy lub mogą „zarekomendować” nasz dom innym oszustom.

OFEROWANE FORMY REALIZACJI PROJEKTU

1. Wykłady ogólne realizowane w Gminnych Domach Kultury, kinach, Uniwersytetach Trzeciego Wieku, siedzibach gminnych rad seniorów, kołach PZERI i innych organizacji oraz dla mieszkańców powiatów zainteresowanych współpracą.

2. Poradnictwo prawne, ustne i pisemne w sprawach umów i zobowiązań podjętych w niekorzystnych warunkach i na niekorzystnych zasadach (np. podstępnie udzielonego kredytu) metod ochrony, warunków odstąpienia od umowy.

3. Warsztaty, gry sytuacyjne omawiające kazusy, sposób zabezpieczenia, postępowania w przypadku gdy doszło już do naruszenia naszych praw.

4. Filmy instruktażowe profesjonalne nagrywane zarówno przez TV 60+ jak i nagrywane w terenie przez zainteresowanych beneficjentów do umieszczania na YOU TUBE i na serwerze TV 60+.

5. Poradnik w formie drukowanej pod roboczym tytułem „Bądź bezpieczny w cyberprzestrzeni”.

6. Warsztaty informatyczne w zakresie korzystania z urządzeń medialnych poprzez internet oraz posługiwania się przenośną kamerą do celów nagrywania sytuacji kryzysowych, kazusów oraz poradnictwa.

7. Pogotowie prawne i informatyczne w sytuacjach kryzysowych.

Warunki współpracy

➔ Udział organizacji pozarządowych w projekcie jest nieodpłatny.

➔ Nasi eksperci dojeżdżają do miejsc realizacji projektu na terenie całego woj. mazowieckiego.

➔ Oczekujemy jedynie odpowiedniej sali wraz z rzutnikiem i ekranem oraz powiadomienia odbiorców.

➔ Zapewniamy pomoce naukowe, wydawnictwa oraz drobny catering na zajęciach.

Zapraszam do współpracy!

Krystyna Lewkowicz
Prezes Fundacji
Ogólnopolskie Porozumienie UTW

Od Redakcji: W codziennym życiu zaskakują nas zdarzenia, z którymi nie umiemy sobie poradzić. Często wynika to z naszej niefrasobliwości w podejściu do własnego bezpieczeństwa, czasem też jesteśmy ofiarami wyrafinowanych działań przestępczych.

W ramach projektu „Cyberbezpieczeństwo w sieci” uruchomiliśmy swoje „pogotowie” tj. szybki dostęp do poradnictwa, pomocy prawnej i informacyjnej w sytuacjach awaryjnych lub zagrażających bezpieczeństwu naszego mienia, wizerunku, praw osobistych.

Porad udzielają bezpłatnie nasi eksperci. Dziś odpowiada na pytania beneficjentów projektu Mec. Konrad Dziuba i Adrian Oleksiak.

Pan Henryk pisze do nas:

19 maja 2018 r. otrzymuję e-maila: (oryginalna pisownia, zapewne pochodząca z automatycznego tłumacza)

Jestem Sir David Edward John Ramsden, pracuje z Bank of England. Mam propozycje biznesowa, która może uodstepnic Tobie. Jeśli jesteś zainteresowany, wróć, aby uzyskać więcej informacji.

Jeśli potrafisz mówić, pisać i rozumieć angielski, daj mi znać, ponieważ jest lepiej dla naszej komunikacji.

pozdrawienia

Sir Dave Ramsden
Zastępca gubernatora,
Rynki i bankowość.
Tel: 075 4328 1829
E-mail: davrsd4@gmx.com

----- Wiadomość oryginalna -----

Temat: Powiadomienie o wystawionych fakturach
9000/28/05/2018
Data: 2018-05-28 8:16
Nadawca: "Paweł Malecki" <shiraishi@motion-plan.co.jp>
Adresat: "Recipients" <shiraishi@motion-plan.co.jp>;
(tekst oryginalny skopiowany z poczty).

Dzień dobry,
Informujemy, że załączony dokument jest faktura w rozumieniu Ustawy z dnia 28.05.2018 r. o podatku od towarów i usług. Można ją przechowywać w formie elektronicznej lub papierowej po wydrukowaniu.

Paweł Malecki
Asystent ds. Finansowych

Inną odmianą takich informacji napływających na nasze skrzynki pocztowe jest powiadomienie od koronera/adwokata/notariusza/wykonawcy testamentu, że za granicą zmarł bezpotomnie obywatel o takim samym nazwisku jak nasze.

Przedstawiciel prawny zmarłego poszukuje dalszych krewnych aby przekazać ogromny spadek.

Kolejny wariant wiadomości to:

Obywatel egzotycznego kraju pragnie, aby jego wielki majątek został przeznaczony na cele społecz-



CYBERBEZPIECZEŃSTWO W SIECI

- Wiedza
- Poradnictwo
- Doradztwo w sytuacjach awaryjnych i doświadczenia gwarantujące:

**BEZPIECZNE KORZYSTANIE Z PORTALI
SPOŁECZNOŚCIOWYCH**

**BEZPIECZNE PORUSZANIE SIĘ W ŚWIECIE
BANKOWOŚCI INTERNETOWEJ**

**DOKONYWANIE BEZPIECZNYCH ZAKUPÓW,
TRANSAKCJI FINANSOWYCH**

OCHRONA DANYCH OSOBOWYCH I WIZERUNKU

Kontakt: biuro@fundacjaoputw.pl

Projekt finansowany jest ze środków Zarządu Województwa Mazowieckiego

ne/ religijne/ filantropijne itd., które są zbieżne ze statutowymi celami organizacji pozarządowej, której jestem członkiem.

Prosi o kontakt, podanie danych osobowych osoby odpowiedzialnej za przyjęcie majątku, konta bankowego, na które ewentualnie przekaże spadek itd.

Co się kryje za takimi wiadomościami?

Fikcyjny wierzyciel

Naturalnym odruchem każdego adresata takiej wiadomości jest pokusa otwarcia załącznika wynikająca z konieczności zweryfikowania kto i za co wystawia na naszą firmę/organizację fakturę VAT i czy zasadne jest jej uregulowanie.

Jeśli jednak jesteśmy przekonani, że wiarytelność jest fikcyjna, a nadawca wiadomości, jak w przytoczonym przypadku, pisze z japońskiej strony internetowej, nie otwieramy jej bowiem może zawierać wirusy, które zniszczą nasz komputer lub narażą nas na koszty i konsekwencje czyszczenia dysku.

Prawdziwy wierzyciel z pewnością prześle listem poleconym za potwierdzeniem odbioru komplet dokumentów potwierdzających zasadność swoich roszczeń, stwierdzonych sądowym tytułem wykonawczym.

Wielkie pieniądze w zasięgu ręki

Informacje o poszukiwaniu rzekomych spadkobierców są metodą zdobycia jak największej ilości informacji osobowych o nas i naszej rodzinie oraz pretekstem do wyłudzenia pieniędzy, tj. żądań ponoszenia coraz to nowych kosztów manipulacyjnych, np. uwierzytelniania danych, odpisów dokumentów, przedstawicielstwa za granicą, czynności procesowych przed zagranicznymi sądami i wielu podobnych.

To też zabieg mający za cel uwiarygodnienie starań naszego respondenta w zdobyciu dla nas prawa do spadku i podniesienie rangi jego osoby w sprawie.

Nadawca umiejętnie gra na naszych emocjach, wzmagając dramaturgię korespondencji.

W miarę przybliżania się momentu „przekazania spadku” nasze napięcie i nadzieje sięgają zenitu, ale też kwoty żądań się zwiększają, bo pojawiają się „nieprzewidziane problemy, ujawniają się inni spadkobiercy itp.”

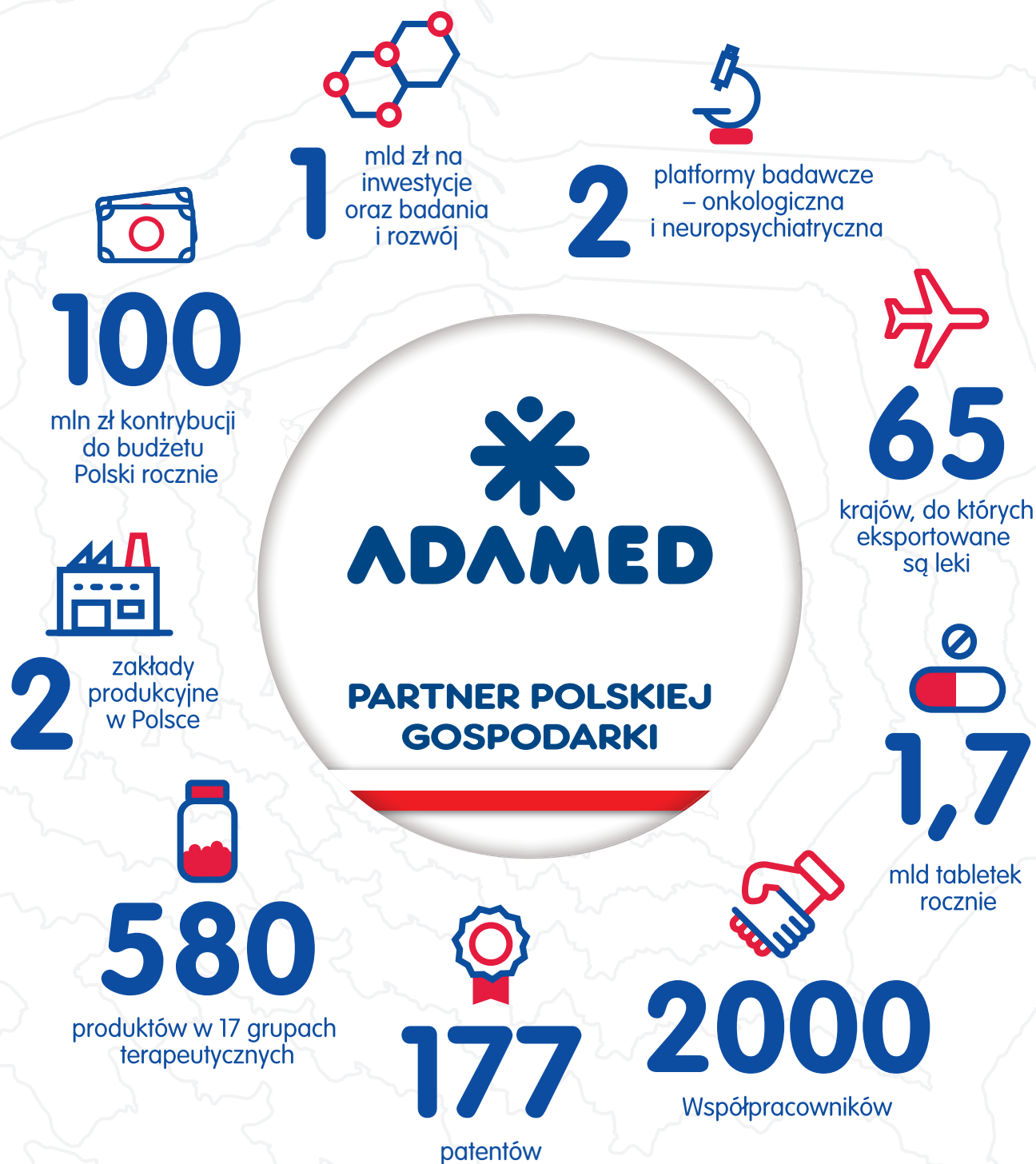
Perspektywa uzyskania dużych pieniędzy usypia jednak czujność i rozsądek wielu osób.

Pomysłowość grania na emocjach i finezja metod wyłudzenia pieniędzy, na które sukcesywnie naciągał rzekomego spadkobiercę nadawca wiadomości, podsycając wiadomość o wielomilionowym spadku leżącym w zasięgu ręki, spowodował w jednym przypadku straty rzędu kilkuset tysięcy złotych.

Zapamiętaj kilka zasad, które podyktowała bogata praktyka.

1. Prawdziwi wierzyciele lub komornicy posługują się tytułami wykonawczymi wydanymi przez sąd, a nie korespondencją e-mailową.
2. Poszukiwaniem spadkobierców zajmują się urzędy lub sądy, a nie prywatne osoby.
3. Załączniki które z ciekawości otwieramy służą różnym celom przestępczym w cyberprzestrzeni, przechwytywaniu informacji, dostępu do kont bankowych itp.
4. Zagraniczne przedsiębiorstwa poszukują t.zw. słupa, który będzie na terenie obcego kraju figurantem w prowadzeniu niezbyt legalnego biznesu.
5. Przekazywanie fikcyjnych spadków, darowizn na cele społeczne itp. służy praniu brudnych pieniędzy pochodzących z nielegalnych biznesów. Jeśli nawet jakieś pieniądze zostaną przekazane, wykorzystane będą na działania przestępcze nadawcy.
6. Przesyłanie intrygujących załączników służy wprowadzaniu do sieci wirusów.
7. Nadawcy poszukują organizacji, za pośrednictwem których chcą realizować cele niedozwolone prawem, szpiegowskie itp.
8. Informacje o poszukiwaniu spadkobierców zagranicznej fortuny służą jedynie wyłudzeniu pieniędzy od rzekomych spadkobierców na koszty postępowania spadkowego oraz niezbędne opłaty urzędowe.

ODPOWIADAMY NA KLUCZOWE WYZWANIA WSPÓŁCZESNEJ MEDYCYNY



Prowadzisz aktywne życie?
Rozwijasz się? Posiadasz pasję?

DLA
SENIORA
ADAMED



KONKURS

Pokaż innym, że bycie Seniosem może być piękne!

1.



Wejdź na www.adameddlaseniora.pl/konkurs

2.



Wykonaj proste zadanie:

- ✓ opisz, jak aktywnie spędzasz czas
- ✓ dołącz zdjęcia i prześlij zgłoszenie

3.



Zdobądź nagrody:

- ✓ 1 miejsce - **1500 zł**
- ✓ 2 miejsce - **1000 zł**
- ✓ 3 miejsce - **800 zł**

oraz **zostań autorem bloga** w ramach programu
"Adamed dla Seniora"

Więcej szczegółów i regulamin konkursu dostępne na www.adameddlaseniora.pl

Od Redakcji:

Seniorzy są skarbnicą wiedzy, której nie wyczyta się w żadnej książce. Czasem przechowują w pamięci wiedzę o ważnych wydarzeniach historycznych, czasem pielęgnują wspomnienia z dzieciństwa, szkolne przygody, przekazują wnukom niezwykle dzieje rodziny, pamiątkowe dokumenty, fotografie, inne cenne bibeloty, zwyczaje i tradycje nigdzie nie opisane, sprawy ważne i błahe, które jednak utkwiły mocno w pamięci.

Spróbujcie opisać te, które przetrwały lata, a ich wspomnienia budzą uśmiech lub refleksje.

Udostępniamy lamy Panoramy na wspomnienia, anegdoty, wierszyki, wspomnienia z dzieciństwa, przygody szkolne, studenckie, służbowe i prywatne. Dziś drukujemy pierwsze listy słuchaczy. Miłej wakacyjnej lektury!!!

Egzamin z polityki społecznej

Miałam przyjemność i zaszczyt być studentką prof. Antoniego Rajkiewicza, twórcy i wkladowcy Polityki Społecznej na ówczesnym SGPiS-ie. Profesor znany był m.in. z ogromnego poczucia humoru i życzliwości dla studentów.

Każda nauka, zwłaszcza humanistyczna, składa się z podstaw teoretycznych, czyli rzetelnego warsztatu naukowego i nadbudowy, w której może znaleźć się miejsce na własne prześmyślenia, poglądy i koncepcje rozwiązań.

Kiedy jakiemuś studentowi zabrakło czasu lub wytrwałości aby zgłębić tę pierwszą płaszczyznę, to brak rzetelnej wiedzy próbował nadrobić erudycją, inteligencją, ogólnym obyciem. W odpowiedzi na zadane pytanie egzaminacyjne próbował więc coś fantazjować czyli jak mawiają studenci ściemniać.

Pan Profesor nigdy nie przeżywał, wprost przeciwnie przez dłuższą chwilę uważnie słuchał, kiwał głową, wtrącał niekiedy „TAAAK” albo „A CHA!”

Student się nakręcał, podniecał interpretując zachowanie Profesora jako akceptację, przekonany, że świetnie mu idzie.

Ale cóż, nawet anielska cierpliwość i wyrozumiałość, a zwłaszcza czas Pana Profesora musiał mieć jakieś granice, bo w pewnym momencie dawał ręką znak „wystarczy”, brał indeks i mówił:

- Z wielkim znawstwem kolega mówi o sprawach, o których nie ma zielonego pojęcia!

To powiedzenie stało się studencką anegdotą i przetrwało kilkadziesiąt lat, bo zawarty jest w niej głęboki, ponadczasowy sens. Ba, robi dziś niezwykłą, nową karierę.

Wszak w naszym otoczeniu, w telewizji, radiu, mediach społecznościowych, a nawet sejmie, senacie roi się od ludzi, którzy z wielkim znawstwem mówią (ba! Decydują!) o sprawach, o których nie mają zielonego pojęcia.

KL

Parkiet

Dziś, w dobie nadprodukcji i nadpodaży wszystkiego, kokieterii producentów, możliwości ratalnej lub odroczonej zapłaty, bonusów, upustów, bezpłatnej dostawy do domu i wielu innych zabiegów marketingowych ukierunkowanych na pozyskanie klienta, trudno jest, zwłaszcza młodym ludziom, zrozumieć rzeczywistość lat 60-70.

W przedsiębiorstwach limitowane były paliwa, samochody, maszyny, energia elektryczna, części zamienne i sto innych produktów niezbędnych do produkcji, a nawet mydło i ręczniki dla robotników wykonujących brudne zawody i zmuszonych po pracy do kąpieli całego ciała.

Aby kupić na rachunek firanki do nowo wybudowanej świetlicy zakładowej, potrzebna była zgoda wiceprezydenta miasta odpowiedzialnego za stołeczny handel. Chroniono w ten sposób rynek detaliczny.

Cała rodzima produkcja glazury, terakoty, parkietów, armatury łazienkowej, kuchennej itp. szła na wyposażenie setek tysięcy mieszkań, jakie powstawały w tym czasie w Warszawie na Ursynowie, Natolinie, Służewiu nad Dolinką, Tarchominie, Młocinach i innych peryferyjnych dzielnicach zamienianych z dnia na dzień w nowe wielkie miasta.

Import mogły prowadzić tylko państwowe Centrale Handlu Zagranicznego, sprzedaż materiałów budowlanych osobie fizycznej z magazynu państwowego przedsiębiorstwa mogła skutkować dyscyplinarnym zwolnieniem dyrektora.

Dobra luksusowe np. samochody – były tylko na talony, meble - na zapisy, pralki, lodówki – na społeczne komitety kolejkowe, słodczyce, kawa -spod lady itd. Do super trudnodostępnych należały materiały budowlane, cement, cegła, glazura, armatura łazienkowa, wyposażenie wnętrz.

Wszystko zdobywało się przy pomocy różnych kruczków i specjalnych zabiegów, a nie jak teraz kupowało w internecie, z upustem i z bezpłatną dostawą do domu.

Nauczyliśmy się żyć w tej rzeczywistości i każdy jakoś sobie radził. Na porządku dziennym, wręcz dobrym obyczajem, było okazanie wdzięczności poprzez przyniesienie w podzięcie koniaku, w skromniejszych przypadkach bombonierki, kawy, czekolady itp.

Ja w tym czasie zmuszona byłam podjąć się kapitalnego remontu mojego starego, rodzinnego domu, a mamie marzył się parkiet w „stołowym” czyli salonie. Chociaż sama byłam dyrektorem w resorcie budownictwa, to remont starego, skleconego po wojnie z rozbiórkowych materiałów domu, w którym do wymiany było wszystko, był nie lada jakim wyzwaniem.

Ustaliłam, że legalne nabycie 40 m2 parkietu z przedsiębiorstwa zaopatrzenia budownictwa wymaga decyzji na szczęblu dyrektora departamentu stosownego ministerstwa.

Audiencję załatwił mi znajomy dyrektor, przygotowałam podanie z prośbą o sprzedaż parkietu wraz z uzasadnieniem oraz koniak zakupiony za dolary

w PEWEXIE (taki prezent, wart fortunę, uchodził w owym czasie za szczyt luksusu i elegancji).

W dniu audencji zrobiłam ekstra fryzurę, wystroiłam się w najlepszy kostium, zabrałam fanty i odpowiednio wcześniej wyjechałam z domu aby spokojnie dotrzeć na miejsce.

Był to jednak zdecydowanie feralny dzień.

Najpierw zderzenie ciężarowego samochodu z tramwajem na Moście Poniatowskiego spowodowało gigantyczny korek i ponad 30 min stania bez możliwości jakiegokolwiek manewru awaryjnego.

Później długie poszukiwanie miejsca do parkowania i konieczność pozostawienia samochodu co najmniej 1 km od siedziby ministerstwa.

Kiedy już wysiadałam z samochodu lunął rzęsy deszcz, a ja do figury.

Przypomniałam sobie, że pod siedzeniem samochodu mam starą, połamaną parasolkę, którą miałam wyrzucić ale zupełnie o niej zapomniałam. Wyjęłam ją, aby chociaż trochę osłonić makią i wystrzałową fryzurę.

Kiedy dotarłam do ministerstwa było już 5 minut po godzinie mojego spotkania z ważnym dyrektorem. Portier beznamytnie zażądał dowodu osobistego i zaczął wypisywać przepustkę.

Odruchowo, aby zwolnić jedną rękę, wsunęłam połamaną, brudną parasolkę do torby z koniakiem.

Kiedy wpadłam skrajnie zdenerwowana i zmoknięta do sekretariatu dyrektora departamentu miałam już 13 minut spóźnienia.

Otworzyłam usta, aby prosić sekretarkę o wstawiennictwo i usprawiedliwienie spóźnienia, ale w tym momencie otworzyły się drzwi gabinetu, stanął w nich bardzo elegancki mężczyzna i z rozbijającym uśmiechem rzekł:

- Bardzo przepraszam, że musiała Pani czekać, ale zadzwonił minister i sama Pani rozumie musiałem odbyć dłuższą rozmowę.

- Nic nie szkodzi, wyjąkałam, widząc kątem oka jak dusi się ze śmiechu sekretarka dyrektora.

Później poszło gładko, sekretarka podała kawę, dyrektor podpisał zgodę na zakup parkietu do salonu, chwilę miło pogawędziliśmy, bo okazało się, że mamy wspólnych znajomych i wspomnienia z czasów studiów, a kiedy wychodziłam wręczyłam mu z podziękowaniem torbę, którą szybko schował do szafy.

Kiedy wróciłam do domu, z przerażeniem przypominałam sobie, że jako dowód wdzięczności dla urokliwego i uczynnego dyrektora podarowałam mu starą, brudną, połamaną parasolkę.

Najchętniej zapadłabym się ze wstydu pod ziemię ale cóż, stało się.

Ciąg dalszy nastąpił

Po kilku miesiącach, zjawiłam się służbowo w tymże ministerstwie, reprezentując swoją firmę na ważnej resortowej konferencji.

Kiedy weszłam na salę, w moim kierunku rzucił się z szerokim uśmiechem i wyciągniętą ręką na powitanie właśnie ten dyrektor będący gospodarzem spotkania i zaprosił na kawę.

Zapytał uprzejmie jak idzie remont domu i czy może być jeszcze w czymś pomocny.

Z wielkim zażenowaniem wyjaśniłam po krótkce okoliczności usprawiedliwiające gafę, jaką kiedyś popełniłam.

Znalazł się z klasą i z uśmiechem i humorem powiedział: - A ja się długo zastanawiałem kto podarował mi taką ładną parasolkę.

Epilog

Kiedy odwiedzam swój rodzinny dom, spoglądam z nostalgią na leżący do dziś parkiet w salonie.

Czy do uwierzenia jest dziś historia jego zakupu?

Wielkie picie

Do tradycji naszej firmy należały wyjazdy kadry kierowniczej na weekend do zakładowego ośrodka wczasowego nad mazurskim jeziorem.

Trwała tam wielka inwestycja budowy nowoczesnego pawilonu hotelowego i przystani dla sportów wodnych i plażowiczów, więc panowie dyrektorzy łączyli przyjemne z pożytecznym odbywając cotygodniową inspekcję postępu prac. Tam ustalało się plany na najbliższą przyszłość, dyskutowało o strategii firmy, zakupach

sprzętu wodnego do ośrodka, tam zawiązywały się osobiste przyjaźnie i koterie.

Do tradycji należała wspólna kolacja składająca się ze świeżo złowionych ryb, zbieranych owoców leśnych i grzybów oraz dużej ilości alkoholu. Ten ostatni, w lepszych gatunkach, w owych czasach zdobywało się jedynie spod lady lub kupowało w Pewexie (za dolary), więc każdy miał obowiązek przywieźć trunki ze sobą, bo to integrowało towarzystwo, które nie da się ukryć, uwielbiało takie biesiady na łonie natury.

Panowie przestrzegali zasady, że nie prowadzi się po alkoholu, więc zabierali ze sobą żony lub dorosłe dzieci, głównie po to aby te prowadziły samochód w drodze powrotnej, kiedy mąż lub tatuś leczył jeszcze kaca.

Obowiązywał średniowieczny podział ról na „myśliwych” i „niewiasty”.

SS

Kiedy panowie oddawali się łowieniu ryb i zbieraniu grzybów oraz dyskusjach o świetlanej przyszłości firmy, polowaniach, zakupach samochodów, kajaków, motorówek itp. żony i dzieci przygotowywały wspólną kolację i ognisko, zbierały jagody, maliny, grilowały lub piekły ryby, dusiły grzyby, robiły sałatki, zbierały drewno na ognisko, a na końcu sprzątały po biesiadzie.

Po dokonaniu pierwszej inspekcji budowy odbyła się narada na przystani, w czasie której panowie dyrektorzy przechwalali się i licytowali kto złowił największą rybę, kto i jaki alkohol zdobył na tę okazję.

Nasz szef nieco się zafrasował, bo lubił wypić, a przyjechał z 12.letnim synkiem.

- *No to trzeba ustalić, kto pije, a kto jedzie* – rzekł, oczekując najwyraźniej propozycji prowadzenia w drodze powrotnej jego samochodu przez któregoś z biesiadników – abstynentów.

- *Ja piję, ojciec jedzie!!!* - reżolutnie wypalił 12. letni synek szefa.

RW

KURA

Zapowiedział się z wizytą wujek ze wsi, który w Warszawie chciał załatwić urzędowe sprawy. Jako człowiek szarmancki i honorowy postanowił przywieźć Mamie prezent.

Co można miastowemu przywieźć ze wsi? Oczywiście świeże jajka lub drób własnego chowu. Wujek postanowił przywieźć dorodną kurę na rosół.

W dniu wyjazdu jednak zaspał na PKS i nie miał czasu zabijać i oporządzać kury.

Niewiele myśląc złapał najładniejszą, wsadził do koszyka i przywiózł mamie gładzący prezent.

Mama przygotowała na obiad schabowe, chciała porozmawiać z wujkiem, a nie zajmować się kurą, więc nie wiedząc co zrobić z tak kłopotliwym prezentem wyjęła kurę z koszyka, dała jej jeść i pić i wypuściła do ogrodu.

Doceniając zapewne odroczenie wyroku śmierci, inteligentna Kura od pierwszego wejrzenia,

zakochała się w Mamie i ogrozie.

Nad wieczorem przyszedł sąsiad i Mama złożyła mu propozycję zabicia kury, bo po co jej jedna kura, która zapewne rozgrzebie cały ogród. Sąsiad się zafrasował.

-Eee... taka ładna kura, ja nigdy nie zabijałem żadnych zwierząt, może pomożę pani sąsiadce w czymś innym...

Rano przyszedł brat i otrzymał taką samą propozycję.

- Coś Ty Mama, ja nie umiem zabić kury. A będziesz ją później jadła? Bo ja nie! Użył miazdzącego argumentu.

Perspektywa zabicia i zjedzenia Kury wzbudzała także w pozostałych domownikach sprzeciw, wręcz odruch obrzydzenia.

No tak, co innego kupić oprawioną w sklepie, a co innego osobiście zabić, skubać, patroszyć, a później jeść.

Tymczasem Kura codziennie przychodziła do kuchni, siadała na progu i coś do Mamy gdała. Chodziła też za nią wszędzie jak pies, towarzyszyła we wszystkich czynnościach domowych i albo próbowała naśladować, albo przyglądała się Mamie godzinami z uwielbieniem w oczach i od czasu do czasu zagadywała.

Po tygodniu pomysł zabicia i zjedzenia Kury przestał się już pojawiać, za to stała się ona ulubienicą całej rodziny, ważnym domownikiem i nieodłączną towarzyszką Mamy.

Wskakiwała też jak kot na kolana, przytulała się i domagała

pieszczot, czyniła wielki alarm kiedy pojawił się na podwórku ktoś obcy, szanowały ją nasze dwa psy i koty, a kiedy Mama wychodziła z domu np. po zakupy, Kura siedziała przy bramie i wyglądała jej powrotu.

Ta niecodzienna przyjaźń trwała wiele lat.

Pewnego dnia nie pojawiła się jak co dzień na progu kuchni aby powitać Mamę...

Siedziała z zamkniętymi oczami na klombie wśród kwitnących żonkili, majestatyczna, piękna, godna, kolorowa, jak wielkanocna dekoracja stołu.

SS

Ale obciach!

Bardzo lubię kosmetyki firmy LOREAL. To stara francuska firma kosmetyczna oferująca bardzo szeroką gamę kosmetyków, w bardzo dobrej jakości, w funkcjonalnych opakowaniach i rozsądnych cenach.

Opakowania utrzymywane są w tonacji białej czerwonej, jednak kiedy firma wprowadza na rynek jakąś nowość opakowanie, dla zwrócenia uwagi klientki, jest w innym kolorze.

Pewnego razu w czasie zakupów, zobaczyłam na dużym regale wypełnionym kosmetykami tej firmy serię kosmetyków w kolorze pomarańczowym.

Wzięłam z półki opakowanie kremu, w bardzo wygodnym niewielkim dozowniku, pisało na nim dużymi literami „Krem nawilżający, przyjemnie chłodzi, łagodzi podrażnienia”

Panowały wówczas okropne upały, ja byłam zmęczona, nie chciało mi się wyjmować okularów aby przeczytać cały tekst etykiety pisany dalej już drobnym drukiem.

Mając wieloletnie dobre doświadczenia i zaufanie do tej firmy wzięłam krem, w domu wyrzuciłam opakowanie i natychmiast wypróbowałam.

Istotnie, wspaniale się wchłaniał, dawał miłe uczucie chłodzenia, miał bardzo delikatny, ładny zapach itd.

Szybko się jednak skończył więc udałam się do dobrej drogerii aby ponowić zakup. Na półce LOREALU nie było jednak żadnego kosmetyku w kolorze pomarańczowym.

Zapytałam ekspedientkę co się z nimi stało.

Popatrzyła na mnie jakoś dziwnie, odniosłam wrażenie, że lekceważąco.

- Eee..., zostały wycofane.

- Jak to wycofane, zapytałam zaniepokojona, że może były szkodliwe albo alergiczne itp.

- Nie, słabo się sprzedawały. A pani to dla siebie kupiła?- ekspedientka patrzyła na mnie z coraz większą kpina, co dało mi do myślenia, że coś jest tu nie tak.

- Proszę Pani, o co chodzi z tymi kosmetykami?

- To była linia dla MEŻCZYŹN!!! - wyjąkała się wreszcie ekspedientka.

Anna



www.bde.wib.org.pl

Jak odróżnić piramidę finansową od dobrej okazji inwestycyjnej?

„Chciwość jest dobra” mawiał Gordon Gekko, główny bohater słynnego amerykańskiego filmu „Wilk z Wall Street”. To, co dla jednych jest dobre, dla innych może być nieszczęściem. Przekonali się o tym uczestnicy największej w historii piramidy finansowej, którą zorganizował amerykański finansista Bernard Madoff.

Ponad 5 tysięcy bogatych inwestorów powierzyło Madoffowi ok. 65 miliardów dolarów. W 2008 roku przekonali się, że ich inwestycje są nic nie warte. Była to największa w historii piramida finansowa. Jej twórca został skazany na 150 lat więzienia.

W Polsce też mieliśmy do czynienia z mniejszymi lub większymi piramidami finansowymi. Jedną z nich była powstała w 1989 roku Bezpieczna Kasa Oszczędności Lecha Grobelnego. Oferowała oprocentowanie na poziomie 300 procent rocznie. Oczywiście większość uczestników BKO już nigdy nie zobaczyła swoich pieniędzy. 20 lat później pojawiło się Amber Gold. Tu proponowano oprocentowanie w wysokości 15 procent w skali roku. Było ono dwa razy wyższe od najlepszych ofert oprocentowania lokat, jakie w tym czasie proponowały banki. Klienci Amber Gold mogą liczyć na zwrot tylko minimalnej części pieniędzy, które powierzyli tej firmie.

Piramida finansowa dla naiwnych

Co łączy wszystkie piramidy finansowe? Chciwość ich twórców i przede wszystkim chciwość inwestorów, którzy nierozważnie powierzają swoje pieniądze hochszaplerom.

Czym jest piramida finansowa? Jest to struktura finansowa, w której zysk konkretnego uczestnika jest uzależniony od wpłat kolejnych osób. Na po-

czątku istnienia piramidy finansowej nie ma problemów z wycofywaniem pieniędzy wraz z wysokim zyskiem. W momencie, w którym więcej uczestników decyduje się na wypłacenie swoich pieniędzy piramida upada. Aferzyści, którzy wabią klientów zwykle mówią, że inwestują w złoto, waluty, albo w surowce. W rzeczywistości działają na swoją korzyść i jednocześnie na szkodę uczestników piramidy finansowej.



Tylko niektóre firmy mają prawo zarządzać naszymi pieniędzmi

Jak się ustrzec piramidy finansowej, albo po prostu nieuczciwej firmy, która usiłuje skłonić nas do powierzenia jej naszych pieniędzy? Przede wszystkim powinniśmy pamiętać, że w Polsce nasze środki finansowe możemy lokować lub dawać w zarządzanie tylko bankom, Spółdzielczym Kasom Oszczędnościowo-Kredytowym, firmom ubezpieczeniowym, funduszom emerytalnym, funduszom inwestycyjnym, domom maklerskim. Są to instytucje finansowe, które nadzoruje Komisja Nadzoru Finansowego.

Na przykład udzielanie kredytów czy przyjmowanie wkładów pieniężnych płatnych na żądanie jest czynnością zastrzeżoną wyłącznie dla banków i SKOK-ów. To znaczy, że żaden inny podmiot bez uzyskania odpowiedniego zezwolenia nie ma prawa udzielać kredytów czy gromadzić depozytów w celu otwierania lokat. Mówi o tym ustawa – prawo bankowe.

Sam możesz sprawdzić, komu można zaufać

KNF, aby ustrzec nas przed nieuczciwymi, działającymi na granicy prawa firmami zamieszcza na swojej stronie internetowej ostrzeżenia publiczne. Trafiają tam firmy, które zdaniem Komisji swoją działalnością naruszają prawo przyjmując od konsumentów środki finansowe.

Jeśli mamy wątpliwości czy firma, która namawia nas do jakiejś formy inwestycji nie jest uznawana za podejrzaną to powinniśmy to sprawdzić pod adresem:

https://knf.gov.pl/dla_konsumenta/ostrezenia_publiczne

Czasami trudno uwierzyć, że dana firma finansowa nie jest podmiotem działającym zgodnie z prawem. Reklamy prasowe czy telewizyjne mogą sprawiać wrażenie, że mamy do czynienia z profesjonalną instytucją finansową, która oferuje atrakcyjne możliwości inwestowania naszych pieniędzy. Tego typu podmioty często nie posiadają odpowiednich zezwoleń i niezbędnych zabezpieczeń wymaganych do prowadzenia usług finansowych. W efekcie narażają konsumentów na nadmierne ryzyko finansowe.

Może się zdarzyć, że taka pozornie profesjonalna firma jeszcze nie zwróciła na siebie uwagi Komisji Nadzoru Finansowego. Co można zrobić w tej sytuacji? Wystarczy sprawdzić czy dany podmiot nadzoruje KNF. Jeśli Komisja nie nadzoruje takiego podmiotu, to należy uznać, że powierzenie mu swoich pieniędzy jest wysoce ryzykowne. Listę podmiotów nadzorowanych przez KNF można znaleźć pod adresem:

https://knf.gov.pl/podmioty/wyszukiwarka_podmiotow

Dlaczego warto sprawdzać czy dana firma jest nadzorowana przez KNF?

Ponieważ Komisja Nadzoru Finansowego bardzo dokładnie bada dany podmiot zanim pozwoli mu działać na rynku finansowym. Komisja między innymi kontroluje pochodzenie kapitału danej firmy, kwalifikacje osób, które będą nią zarządzać, ustala minimalne standardy bezpieczeństwa, które muszą spełniać podmioty działające na rynku, stale analizuje sytuację finansową nadzorowanych podmiotów, w razie konieczności podejmuje działania naprawcze w poszczególnych instytucjach finansowych.

Zanim skuszeni atrakcyjną ofertą finansową powierzmy komuś swoje pieniądze warto spokojnie rozważyć czy lepiej być klientem firmy, którą stale kontroluje wyspecjalizowany organ państwowego nadzoru, czy też ulec namowom i dać w zarządzanie swoje oszczędności firmie, o której nigdy wcześniej nie słyszeliśmy, i którą kierują ludzie o niesprawdzonych kompetencjach i reputacji.

Nie ufaj i sprawdzaj

Aby nie stać się ofiarą nieuczciwej firmy finansowej należy:

- ➔ po pierwsze uznawać za podejrzaną każdą nadzwyczajnie korzystną propozycję pomnożenia naszych pieniędzy;
- ➔ po drugie sprawdzać na liście ostrzeżeń publicznych KNF, czy nie znajduje się tam podmiot, któremu chcemy powierzyć nasze środki finansowe;
- ➔ po trzecie sprawdzać na stronie KNF, czy dana firma jest objęta nadzorem Komisji Nadzoru Finansowego.

Robert Lidke



Szanowni Czytelnicy Panoramy!

Dobiegł końca rok akademicki, więc pora na odpoczynek.

Oby jednak był czynny, kreatywny i zdrowy, więc proponujemy:

1. skorzystajcie z doskonałego turnusu rehabilitacyjnego w pięknym Truskawcu; (vide! Info dalej)
2. weźcie udział w konkursie literackim i przywieźcie z wakacji ciekawe wspomnienia,
3. nie zapomnijcie o wpisie na nowy semestr UTW SGH, zachęćcie do tego znajomych.

Życzymy wszystkim wspaniałych wakacji.

W imieniu Zarządu UTW SGH
Krystyna Lewkowicz

POKAŻ PAZURKI

Wiódł Adam z Ewą bez troskie życie.
W raju miał wszystko, w końcu nie gapa.
Jeszcze namawiał ich wąż kusiciel:
- Tu się możecie szybko nachapać.

Wąż ich bez trudu zdołał omamić,
Byli pazerni, a zwłaszcza Ewa.
Zaczęła dobra czerpać garściami,
A wreszcie jabłko zerwała z drzewa.

Wtedy się Pan Bóg nieco rozgniewał,
Pogroził palcem, patrząc zza chmurki,
A wąż ją już podpuszczać: Ewa!
Pokaż pazurki, pokaż pazurki.

Ona wkurzona, cięta jak osa,
Zły przykład w raju dając młodzieży,
Zaczęła krzyżeć aż pod niebiosą:
- Jabłko po prostu mi się należy!

Pan Bóg nie zdzierzył i marszcząc czoło,
Razem z Adamem, który ją poparł,
Wypieprzył z raju, mówiąc aniołom:
- Najwyższa pora, by dać im kopa.

© **MKWD (Muzyczny Kabaret
Wojtki Dąbrowskiego)**



Obywatelski
PARLAMENT
Seniorów

IV sesja Obywatelskiego Parlamentu Seniorów

W dniu 1 października 2018 roku o godz. 11.00 odbędzie się IV sesja plenarna Obywatelskiego Parlamentu Seniorów. Wciąż działa on „na emigracji”, bowiem dla przedstawicielstwa populacji polskich seniorów, liczącej blisko 9 milionów osób, na stworzenie którego pracowaliśmy 10 lat, nie ma dziś miejsca chociażby raz w roku w Sali Obrad Sejmu RP.

W tym roku został wyrzucony z Sejmu także sejmik dzieci i młodzieży.

Posiedzenie plenarne Obywatelskiego Parlamentu Seniorów, dzięki wsparciu stołecznego samorządu, odbędzie się w Muzeum Historii Żydów Polskich POLIN, przy ulicy Anielewicza 6 w Warszawie.

Od 15 sierpnia 2018 r. rozpoczniemy akredytację pod adresem biuro@fundacjaops.pl.

Wskutek naturalnych ruchów kadrowych, jest kilkanaście wolnych mandatów do obsadzenia.

Zapraszamy organizacje senioralne do zgłaszania nowych delegatów oraz osób zaufania publicznego.

Tematem przewodnim IV sesji plenarnej OPS będzie rola samo-

rzędu terytorialnego w kreowaniu polityki senioralnej w Polsce oraz współpraca z organizacjami senioralnymi.

Pochylimy się też nad kompletem nowych dokumentów konstytuujących OPS oraz uzgodnimy tryb przygotowań do wyboru nowych władz na III kadencję.

Zapoznajcie się z wersjami dokumentów powstałych po kilku miesięcznych konsultacjach.

Są na stronie internetowej www.parlament seniorsrow.waw.pl

Zapraszamy!

Przewodnicząca
Prezydium OPS
Krystyna Lewkowicz



ZAPRASZAMY NA WYJĄTKOWY TURNUS REHABILITACYJNY W TRUSKAWCU

w terminie od 18 do 30 sierpnia 2018 r. w sanatorium Mołdowa na Ukrainie.

Niezwykłe szeroka oferta diagnostyczna i zabiegowa, dostępność lekarzy wszystkich specjalności, dobre jedzenie, miła obsługa, rozrywki, wycieczki oraz nowoczesne SPA, błota z Morza Martwego, protetyka dentystyczna, usługi optyczne, kosmetyka- super ceny w scenerii pięknego Truskawca (80 km od Lwowa). Wycieczka do Lwowa ze spektaklem operowym.

Cena z transportem tylko 400 PLN i 340 EURO w pokoju dwuosobowym.

Szczegóły w Referencjach na www.fundacjaoputw.pl

Chętnych zapraszamy do kontaktu e-mail: biuro@fundacjaoputw.pl, tel. 605 957 084.

Zapisy i wpłaty kwoty 400 zł na konto 97 1160 2202 0000 0002 2949 3104, z podaniem imienia, nazwiska i telefonu. Wpłata 340 EURO na miejscu w Sanatorium.

Rekomenduję!
Krystyna Lewkowicz

**PO ZDROWIE
DO TRUSKAWCA**

- ✔ doskonała baza lecznicza
- ✔ niezwykle klimat
- ✔ wysmienite warunki do wypoczynku
- ✔ terminy - cały rok

**cena tylko
400 zł + 340 euro**

TURNUSY REHABILITACYJNE 2018



TRUSKAWIEC
Sanatorium „Mołdowa”
18.08-30.08.2018

Świadczenia:

10. noclegów w sanatorium w Truskawcu, w pokojach 2 osobowych, z pełnym węzłem sanitarnym, ręcznikami, telewizorem i czajnikiem,
- wyżywienie: 10 śniadań, 10 obiadów i 10 kolacji w formie serwowanej,
- badania i konsultacje lekarskie w dniu przyjazdu,
- na wniosek lekarza prowadzącego dodatkowe bezpłatne konsultacje specjalistów: internisty, urologa, seksopatologa, ginekologa, kardiologa, endokrynologa, otolaryngologa, kosmetykologa, dermatologa, okulisty, neuropatologa, gastroenterologa, pulmonologa, diabetologa,
- 8 dni zabiegowych, w tym 5-6 zabiegów dziennie w zależności od wskazań lekarza: dietoterapii ozokeryt, masaż ręczny, prysznic cyrkularny, kąpiele mineralne i ziołowe, prysznic na prostatę i hemoroidy, mikro-lewatywy ziołowe i olejowe, zraszanie jelita grubego wywarem rumianku lub basen, gimnastyka lecznicza,
- Badania w cenie: badanie krwi, moczu krwi, na cukier, EKG, UDG (jednego organu), pozostałe badania na wniosek lekarza,
- W oficjalne święta państwowe Ukrainy (dni wolne od pracy), gabinety lekarskie nie wykonują zabiegów,
- dostęp do wody mineralnej według zaleceń lekarza: Naftusia, Maria i Morszyńska,
- przejazd autokarem z miejsca zbiórki grupy do Truskawca i na trasie powrotnej (klimatyzacja WC, DVD, barek),
- opiekę pilota/rezydenta w trakcie przejazdu oraz rezydenta podczas trwania turnusu,
- wycieczka turystyczna z przewodnikiem po Truskawcu, 2 wieczorki (powitalny, pożegnalny) przy muzyce mechanicznej, udział w seminarium – „polskie ślady na Kresach Wschodnich – historia i teraźniejszość”,
- bezpiecznie KL do kwoty 10 000 Euro, NWI do 15 000 PLN + NWS do kwoty 15 000 PLN - ubezpieczenie obejmuje następstwa chorób przewlekłych i nowotworach i bagaż do kwoty 1 000 PLN

OBOWIĄZUJE WAŻNY PASZPORT

KAPELUSZE, KAPELUSZE...

