



DENTAMEDICA
GOĆŁAW ul. Abrahama 2
☎ 022 671-31-32; 022 673-89-01
RADOŚĆ ul. Izbicka 9
☎ 022 615-80-42; 022 615-82-08

- ☑ stomatologia
- ☑ implanty
- ☑ protezyka
- ☑ ortodoncja
- ☑ chirurgia
- ☑ RTG

REMBERTÓW WESOŁA WAWER PRAGA

ZASŁUŻONY DLA WARSZAWY

Internet: www.mieszkaniec.pl

MIESZKANIEC

Nr 8(455) ROK XVII

17.04.2008 r.

ISSN 1231-7993

bezpłatny

Miasto chaotyczne

Był czas, że w Kazimierzu nad Wisłą nie wolno było budować innych domów, jak z charakterystycznego kamienia. Turysci przyjeżdżali i zgodnie mówili: jak tu pięknie... Potem ograniczenia przestały być stosowane, każdy buduje jak mu w duszy gra, pojawiły się nawet wille z obrzydliwymi, blaszanymi, niebieskimi dachami, pasującymi tak do tego miasteczka jak piec typu koza do królewskiego apartamentu.

Warszawa chyba nigdy nie miała zbyt „ciasno” określonych wymagań architektonicznych, a teraz to już chyba jest hulaj dusza. W jaką logiczną całość układają się drapacze chmur w centrum miasta? Skąd się biorą wysokościowce na dwu- i trzypiętrowych uliczkach Grochowa? Jaką wizję architektoniczną realizują tzw. plomby z nowoczesnymi, ale kompletnie nie pasującymi do starej zabudowy elewacjami?

Miasto to nie jest żywiol, nad którym nikt nie powinien panować. Ja wiem, że nasza przedsiębiorczość ma tak dużo ponakładanych kajdan, że upominanie się o kolejne ograniczenia - estetyczne, może nie zdobyć poklasku. Ale urbanistyczne koncepcje określają charakter aglomeracji na lata, ba, wręcz na wieki. Czy można jakoś nazwać obecny styl naszego miasta? Można. Miasto chaotyczne. I na pewno nie piękne.

Tomasz Szymański

EU(RO)foria 2012

Minął rok od przyznania nam organizacji EURO... - czytaj na str. 11

W NUMERZE:

- Kronika policyjna str. 2
- Poskarż się w Urzędzie str. 4
- Nowy komendant str. 5
- Z miasta str. 7
- **FOTO MIESZKANIEC** str. 8
- Dziurawy dom bez klamek str. 10
- Na tropach IV RP str. 11
- Ryba psuje się od głowy str. 14
- Pomoc bez operacji str. 17

nasza-klasa.pl
PORTAL DLA LUDZI Z KLASĄ
Strona główna

Rajcowanie w Naszej Klasie

Rozneglizowany polityk PiS ściska delfina. Lewicowy przywódca dwoi się w oczach. Radna PO zmienia komików w terrorystów. A to wszystko gdzie? Oczywiście w naszej klasie.pl
czytaj na str. 2

ABUD Już w nowej siedzibie!
ul. Patriotów 208
tel./fax 022 610 01 80, tel. 022 615-78-13

BOLIX SYSTEMY OCIEPLENIA
Ceresit
AUSTROTHERM
ROCKWOOL

MATERIAŁY BUDOWLANE

- mieszalnia tynków i farb
- systemy ociepleń budynków
- tynki i farby elewacyjne
- siatka, styropian, wełna
- płyty g-k, profile, gipsy

GABINET STOMATOLOGICZNY
Szwedzka 37
Tel. 818-07-91

- bezbolesne leczenie
- nowoczesna protezyka
- ortodoncja

UWAGA!

- Promocyjna cena koron porcelanowych na metalu i cyrkonie

czynne 9-20, sobota 9-14

Ekspertsolo.com
PROFESJONALNY DORADCA FINANSOWY

KREDYTY BANKOWE

- ✓ Minimum 500 PLN dochodu
- ✓ Okres spłaty nawet do 84 miesięcy
- ✓ Konsolidacyjne i hipoteczne
- ✓ Preferencyjne dla taksówkarzy i rolników
- ✓ Rozruchowe dla małych firm
- ✓ Do 6000 bez zaświadczeń
- ✓ Bez sprawdzania w BIK-u jeśli masz zabezpieczenie (samochód)
- ✓ Kredyty hipoteczne bez sprawdzania zdolności kredytowej do 60% wartości
- ✓ Kredyty inwestycyjne
- ✓ Leasing

infolinia 0 801 000 822

Al. Jerozolimskie 123a lok 212
Przy placu Zawiszy
(Wieżowiec Millennium Plaza)
Tel. 022 438 87 69, 022 621 85 32, kom. 513 027 629

Al. Waszyngtona 83
(przy rondzie Wiatraczna)
Tel. 022 810 01 97, kom. 516 124 721

Al. Jana Pawła II 46/46
(skrzyżowanie z Al. Solidarności)
Tel. 022 636 30 79, kom. 516 124 722

www.ekspertsolo.com

www.villajolanda.pl

tel. 0609-73-49-45

HILARY!
RABATY!
Al. Waszyngtona 44
przy Międzynarodowej

- ELEGANCKIE LEKKIE OKULARY
- SOCCZEWKI KONTAKTOWE
- LEKARZ OKULISTA, BADANIE WZROKU
- DUŻY WYBÓR OPRAW

☎ 672-77-77

APARTAMENTY W ANINIE

ul. Lucerny róg Łyszkowickiej

POWIERZCHNIE:
od 28 do 150m²

CENY:
od 6 195 netto

TERMIN ZAKOŃCZENIA INWESTYCJI:
IV KW. 2008

INWESTOR:
COGIK Sp. z o.o.
UL. GRÓJECKA 186,
02-390 WARSZAWA

Tel. 22 823 70 30, 22 824 43 33 w. 105
<http://www.cogik.com.pl>, e-mail: bud@cogik.com.pl

BIURO PODRÓŻY
Neckermann
Polska
UL. WYCIĘCZÓW 42
TEL. 672-56-58, 672-56-60
e-mail: saska@neckermann.pl

DACHY
sprzedaż - wykonawstwo

Warszawa-Rembertów
al. gen. A. Chruściela 8
(przy dworcu PKP)

tel./fax 673-44-24
kom. 0601-215-778
www.dachbud.waw.pl

VW Audi

Stacja serwisu czynna w godz. 7.00 - 22.00

Sobiesław Zasada Warszawa
Autoryzowany serwis VW i Audi
ul. Grochowska 169, 04-111 Warszawa
tel. (022) 61 16 900, www.socada.waw.pl

OKNOPLAST
KRAKÓW

OKNA z Krakowa

Najczęściej polecane okna...

RABAT
do 38%*
* przy 100% wpłacie

ul. Ostrobramska 73
tel. (022) 613 50 33,
(022) 870 27 17
od pon. do pt. 9-17
sob. 9-13

Rajcowanie w Naszej Klasie

Moda na internetowy portal nasza-klasa.pl nie ominęła rajców z naszego samorządu. Sprawdziliśmy ich pod kątem zamieszczanych w internecie zdjęć. Zajęło to wiele godzin, a nawet dni, bo jak „chodzi” nasza-klasa.pl wie każdy kto ten portal odwiedzał. A że odwiedzał prawie każdy kto ma dostęp do internetu, to już inna sprawa...

„Wiszą” głowy samorządowców

Nie znaleźliśmy burmistrzów Rembertowa, Wesolej czy Pragi Północ. Jest za to kierujący Pragą Południe Tomasz Kucharski i szefujący Wawrowi Jacek Duchnowski. Burmistrz Wawra zamieścił dwa zdjęcia, w tym jedno ze swoją żoną Anią. Na obu zdjęciach Jacek Duchnowski występuje w czarnych okularach. Zastanawiające, czemu udostępniając w pewnym sensie wizerunek swo-

„Spełnienie marzenia” - J. Jankowski



jej żony sam zdecydował pozostać za zasłoną z lustrzanych okularów. Przecież niezbyt zadowolony z jego gospodarstwa wawerczy i tak go nie rozpoznają na ulicy, o zgrozo, bo burmistrz i pochodzi i mieszka zupełnie gdzie indziej.

Na jedno klasyczne zdjęcie swojej główki w Naszej-klasie zdecydował się burmistrz Tomasz Kucharski. Podobnie postąpił wiceburmistrz Pragi Północ i radny Sejmiku Mazowieckiego Artur Buczyński oraz wiceprzewodniczący rady Wawra Włodzimierz Zalewski. Dwa razy więcej zdjęć zamieścił przewodniczący rady Pragi Południe Marcin Kłus i wiceburmistrz Adam Grzegorzka. A bez jakiejkolwiek głowy pokazuje się w internecie wiceburmistrz Konstanty Bartoń. Aż na trzy zdjęcia (w tym jedno „kopiujące piłkę”) zdecydował się Czesław Ochenduska, który w swoim profilu wspomina, że był burmistrzem dzielnicy i milczy, że obecnie jest wiceburmistrzem. Jednak jego profil świadczy o tym, że samorządność w Rembertowie ma się całkiem dobrze, skoro odważył się podać do publicznej wiadomości numer swojego telefonu komórkowego.

Pejzaże i kobiety

Od wszystkich wcześniej wymienionych odbiega wiceburmistrz Pragi Południe Marek Karpowicz, który w Naszej-klasie ujawnił, że jest zapalonym fotografem i zamieścił kilkanaście uchwyconych aparatem pejzaży. Niektóre, trzeba przyznać, bardzo ciekawe.

Odrębnym wątkiem w portalu są samorządowe kobiety. Te eksponują swoją urodę. Np. lewicowa Marta Sybilska, czy Katarzyna Doraczyńska z PiS (obie z Pragi Południe).

Ale nie zapominając o swoich dzieciach. Choć zdjęcie śpiącej w ramionach taty pociechy radnej Sybilskiej i fotografii umorusanej jedzeniem pociechy radnej Doraczyńskiej złożyłby dziennikarz mógłby zinterpretować tekstem, że samorządowe mamy nie mają czasu dla swoich dzieci. Rajkowskie wnuki umieściła w internecie inna radna dzielnicy – Irena Bartosińska z PO. Pociechy są zadbane. A Izabela Antosiewicz, wiceprzewodnicząca rady Wesolej, do zdjęć dzieci dorzuciła zdjęcia swoich kotów.

Delfin, słoń i Strongmen w Rzymie

Radnego Rembertowa Michała Kaczyńskiego widzimy odpoczywającego na laweczce. Nasuwa się pytanie, czy jest tak zmęczony tym co już zrobił, czy dopiero nabiera sił do pracy? Zdjęciowego oparcia w kibicach piłki nożnej szukał radny Pragi Południe Jakub Jagodziński i radny Sejmiku Mazowieckiego Jarosław Jankowski. Pierwszy, jako kibic drużyny narodowej, był tak zestresowany, że nie zauważył, że pokazuje kibicowski szalik stroną wewnętrzną i do tego do góry nogami. Drugi, półnagi, w otoczeniu fanów Legii Warszawa, świętuje mistrzostwo ligi w 2006 roku.

Do radnego Jankowskiego, który w poprzedniej kadencji był wiceburmistrzem Pragi Południe, należy naszym zdaniem jedno z ciekawszych rajkowskich zdjęć w naszej-klasie.pl. Zdjęcie, na którym w jednym z egipskich basenów były wiceburmistrz przysłała się do... delfina. Miłoścy do zwierząt, choć znacznie bardziej powściągliwie, nie skapi najbardziej wygadany radny Warszawy – Andrzej Golimont (LiD). Ten z kolei czule głaszcze słońsiową trąbę!

Z miejskich radnych trafiliśmy też na profil Pawła Lecha, który jako jeden z niewielu samorządowców zamieścił również zdjęcie



„Żeby nie było wątpliwości, słoń indyjski jest pierwszy z lewej”- A. Golimont

z młodości. Przed wspomnianym Jarosławem Jankowskim wiceburmistrzem Pragi Południe był mieszkający na Goclawiu Sławomir Popowicz. Na jednym z zdjęć ów samorządowiec, razem z kolegami, podnosi zaparkowanego na rzymskiej uliczce starego Fiata 500...

Wybuchowe miny

Własną twarz na tle ekranu z... własną twarzą wrzucił do internetu Bartłomiej Wichniarz szef południowopracskiego klubu radnych LiD. Historia zna przypadki, że mając brata bliźniaka można wysoko zająć. Na koniec słówko o zdjęciach radnej Moniki Suskiej, która jako jedna z niewielu wsparła się postacią prezydent Warszawy Hanną Gronkiewicz-Waltz. Radna Suska zamieściła zdjęcie izraelskiego muru na palestyńskiej granicy, na którym w opisie widać zdjęcia palestyńskich zamachowców. Tymczasem jest to pozostałość akcji, która poprzez śmiech miała przybliżyć zwaśnione narody. Portrety grupy Palestyńczyków, którzy pozwolili z bardzo śmiesznymin minami zostały zawieszono na stronie Izraela, a komiczne portrety Żydów po stronie Autonomii Palestyńskiej. Chociaż fakt, od tych min można wybuchnąć – śmiechem. Trzeba jednak przyznać, że radna Suska, znakomicie wstrzeliła się tematycznie wrzucając w czasie Świąt Wielkanocnych zdjęcie Jordana.

Czytelnikom „Mieszkańca” polecamy sprawdzenie „swoich” samorządowców. Może być to bardziej pouczające niż czytanie wybranych ulotek...

KRONIKA POLICYJNA

VII Komendy Rejonowej

Odjechali autem, potem się przebiegli

Na Placu Mirowskim mieszkaniec Warszawy kupował kupon totolotka. Wcześniej wrzucił kluczyki od hondy do kieszeni marynarki. W punkcie totalizatora dwaj złodzieje Dariusz C. i Paweł S. wyjęli mu z kieszeni kluczyki od auta i odjechali skradzionym samochodem. Powiadomiony punkt dowodzenia miasta poinformował wszystkie wozy patrolowe policji. Hondę dostrzeżono na Saskiej Kępie. W aucie siedzieli dwaj „amatorzy” cudzych samochodów, którzy na widok radiowozu próbowali uciekać. Nie widząc szans na rajd samochodowy, porzucili auto i rozpoczęli „bieg z przeszkodami”. Zostali zatrzymani. Obaj są znanymi policji złodziejami samochodów, niedawno opuścili areszt.

Autobus grozy

W jadącym późnym wieczorem autobusie linii 514 na wysokości ul. Ostrobramskiej pobity został pasażer. Pięciu młodych mężczyzn zaczęło go bić, kopać - trwało to długo, aż autobus dojechał do ul. Saskiej. Tam sprawcy odebrali ofierze telefon komórkowy, ale nie wysiedli z autobusu. Jeden z pasażerów zawiadomił policję, że w autobusie ma miejsce napad. Widział go również kierowca, który włączył światła awaryjne, ale nie zatrzymał pojazdu. Funkcjonariusze podjechali wozem patrolowym i towarzyszyli autobusowi aż do ul. Wawelskiej. Tam autobus zatrzymał się na przystanku i wybiegło z niego pięciu sprawców. Wprost w ręce policjantów. Wszyscy zostali zatrzymani, poszkodowanemu pomocy udzieliło pogotowie. Napastnicy byli pijani.

Starszy pan zaatakowany metalowym prętem

Także na Goclawiu doszło do groźnego i... absurdalnego zdarzenia. Wieczorem do stojącego na przystanku starszego pana podeszło kilku młodych mężczyzn i jeden z nich, nie wiadomo dlaczego, zaczął go okładać metalowym prętem. Po zadaniu kilku ciosów grupka oddaliła się w głąb osiedla. Starszy mężczyzna potrafił dokładnie opisać

sprawcę, a policjanci potrafili skonstruować fakty. Od razu udali się w miejsca, gdzie regularnie bywa 21-letni Jan M. I po niedługim czasie zatrzymali go. Miał na sobie zakrwawioną kurtkę, był pijany... Ofiara rozpoznała w nim napastnika. Nadal nie wiadomo, dlaczego Jan M. postanowił pobić metalowym prętem starszego pana.

Tragiczny wypadek w Wawrze

W niedzielę 13 kwietnia w samopołudnie funkcjonariusze Straży Miejskiej zauważyli przy ul. Widoczej leżące na dachu BMW. Z samochodu wyciągnę-



to 4 osoby, w tym nieprzytomną młodą kobietę. Niestety lekarzom nie udało się uratować jej życia. Pozostali ranni zostali przewiezieni do szpitali przy ul. Stępińskiej i Szaserów. Prawdopodobnie przyczyną wypadku była nadmierna prędkość. Ten odcinek ul. Widoczej od dawna jest uważany za bardzo niebezpieczny.

Kierowca wypadł pijany z auta

Wieczorem po ulicach Grochowa poruszał się poleżonez kompletnie pijany kierowca. Sławomir T. Zawiadomione o niebezpieczeństwie wozy patrolowe zaczęły baczenie przyglądać się przejeżdżającemu autem i wkrótce funkcjonariusze jednego z wozów dostrzegli... jadącego zygżakiem samochód. Gdy zatrzymali poleżonez, zza kierownicy dosłownie wypadł 38-letni Sławomir T. Ale „łup” policjantów okazał się być jeszcze większy. Na miejscu pasażera siedział 32-letni Jarosław C. Był poszukiwany listem gończym.

toMS

REKLAMA

Hurtownia Optyczna
Hurt-Detal
Okulary tylko 49,-
oprawa + szkła + robocizna
ul. Majdańska 7
tel. 022 612-00-03
*szczegóły promocji w hurtowni

PANELE - DRZWI
- TEMAR -
MICHAŁIN-JÓZEFÓW
ul. Zamiatka 13 (od ul. Granicznej).
tel. 789 59 62, 789 61 07
kom. 600 297 508, 600 813 785
KOLBIEL
ul. 1-go Maja 29, tel. (025) 757 34 73
ZAPEWNIAMY TRANSPORT RĄTY
CZYNNE: PN-PT 9.00-19.00,
SOB. 9.00-14.00

TELEFONY, KOMÓRKOWE
■ skup ■ sprzedaż
■ sim-locki
■ akcesoria
■ naprawy
www.krasphone.pl
● ul. Zamieniecka 90 paw. 311,
czynne pn.-pt. 9-18, sob. 9-14
tel. 333-23-11; 0501 51 66 60
● Puławska 26A
tel. 424-06-60; 0510 834 834
Montaż TV SAT POLSAT CYFROWY

MEBLE Z LITEGO DREWNA
SOSNA - BRZOZA - OLCHA - DĄB
KOLONIALNE ■ STYLOWE ■ NOWOCZESNE
REALIZACJA INDYWIDUALNYCH POMYSŁÓW I PROJEKTÓW
ŁÓŻKA KOMODY SZAFY KUCHNIE itp.
ul. Krypska 19 (na Tyłach Uniwersyteckich) tel./fax 813 77 38, 0502 221 045
www.asoft.com.pl/meble e-mail:meble@asoft.com.pl

UBEZPIECZENIA
www.agenjaplus.pl
◆ firmy OC działalności
◆ auta, domy, mieszkania
◆ emerytalne, zdrowotne, na życie
◆ OFE, IKE, inwestycje
ul. Mycielskiego 20
tel. (022) 813-76-39
0602-787-017, 0601-097-814

Twój Fryzjer
ul. Siennicka 22
Zapraszamy codziennie
w godz. 8.00-19.00
w soboty 8.00-15.00
tel. 022 813-64-36
(zakład przeniesiony z ul. Męcińskiej 18 „Mały Bazarzek”)

KLIMA
samochody różnych marek
AUTO WIS
ul. Karczewska 18a
www.autowis.com.pl
8135175 6120466

DAMSKIE I MĘSKIE OBUWIE SKÓRZANE
KONCÓWKI
WYPRZEDAŻ PANTOFLE DAMSKIE 59,-
GROCHOWSKA 230
(RÓNDÓ WIATRACZNA)
PON-PT 10:00-19:00 SOB 10:00-14:00

KORTY TENISOWE
Ognisko TKKF „Olszyna Grochowska”
ul. Osowska 15, tel. 022 610-65-23
zaprasza
codziennie w godz. 8:00-22:00
■ nauka dla dzieci i dorosłych ■
■ challenge ■ turnieje
www.tenis-olszyna.pl
PRZYJMujemy ZAPISY
NA KARNETY NA SEZON LETNI!

GRZEŚ AUTO SZKOŁA
KAT. „A”, „B”, „C”, „E”
ROZPOCZĘCIE 16 i 30. IV, 14 i 28. V
tel. 613-63-53,
672-80-50, 813-65-05,
Uczymy z sukcesem!

SERWIS
samochody różnych marek
AUTO WIS
ul. Karczewska 18a
www.autowis.com.pl
8135175 6120466

KREDYTY BANKOWE
TYLKO NA DOWÓD OSOBISTY
ul. Ostrobramska 101 lok. 335 b
(wejście od PKO S.A.)
tel. (022) 465-65-01,
0603-507-106

Studio tańca
Marcin Olszewski
www.olszewski-studio.pl
Praga Południe
ul. Garwolińska 16
tel. 603-400-534

Wspólnoty mieszkaniowe sięgną po pieniądze?

Od 2004 roku w południowopraskim urzędzie dzielnicy zorganizowano kilka spotkań, których tematem była rewitalizacja. 26 marca doszło do kolejnego takiego spotkania, w czasie którego zabrakło... krzesel.

Po raz pierwszy mieszkańcy wykazali tak duże zainteresowanie rewitalizacją. Urzednicy donosili krzesła do sali konferencyjnej i wciąż były potrzebne kolejne. Marcowe spotkanie dotyczyło możliwości włączenia nowych propozycji projektów do dzielnicowego programu rewitalizacji. Spotkanie przygotowano pod kątem aktywizacji wspólnot mieszkaniowych i to właśnie głównie przedstawiciele południowopraskich wspólnot tak szczerze wypełnili salę konferencyjną. O Lokalnym Programie Rewitalizacji m.st. Warszawy oraz możliwościach pozyskiwania funduszy unijnych opowiadała zebrany Izabella Kryńska, która w tutejszym urzędzie pełni funkcję Koordynatora ds. Rewitalizacji. Wspierała ją Katarzyna Myk oraz Dominika Krzak z Zakładu Gospodarowania Nieruchomościami.

Największe zainteresowanie wspólnot budziły możliwości wyremontowania kamienic i budynków oraz zwrotu części nakładów poniesionych na takie inwestycje. Nic w tym dziwnego, ponieważ stan znacznej części południowopraskich kamienic jest fatalny, a koszty koniecznych remontów – bardzo duże. Do tej pory projekty polegające tylko na re-

monie budynku nie mogły się znaleźć w programie rewitalizacji. – *Musiły być połączone z działaniami społecznymi, czy gospodarczymi* – wyjaśniała Izabella Kryńska. – *Teraz,*

wydatkowane na remonty budynków. Może to znacznie wpłynąć na aktywność podmiotów władających lub posiadających budynki. A pośrednio na wizerunek Pragi Południe nie



w nowym uszczegółowieniu Regionalnego Programu Operacyjnego *prawdopodobnie, ale jeszcze nie jest to pewne, pojawi się możliwość ujęcia remontów, jako projektów rewitalizacyjnych.* To byłaby bardzo dobra wiadomość, która oznaczałaby, że będzie można się starać o zwrot części kosztów

wspominając już o komforcie życia mieszkańców.

Do tej pory z tą aktywnością było, delikatnie mówiąc, marnie. Z kilkuset podmiotów predysponowanych do tego żeby tworzyć projekty rewitalizacyjne i starać się je włączyć do programu rewitalizacji, tylko kilka odważyło się sięgnąć po pieniądze z Unii

Europejskiej. Są to: grupa wspólnot mieszkaniowych działających pod patronatem administracji AGADOM, Spółdzielnia Budowlano-Mieszkaniowa Pracowników Kultury, wspólnota mieszkaniowa przy ul. Lipskiej 20 oraz Spółdzielnia Mieszkaniowa „Ateńska”. Wszystkie z... Saskiej Kępy.

Czas na wspólnoty z Grochowa i Kamionka, bo to są główne tereny rewitalizacyjne na Pradze Południe. A skoro mówimy już o terenie, to warto zaznaczyć, że w programie rewitalizacji mogą się znaleźć jedynie

Poskarż się w urzędzie

Przedsiębiorca odmawia uznania reklamacji swojego towaru? Usługodawca nie dopełnia warunków umowy? Możesz na nich poskarżyć się w... urzędzie dzielnicy. A urząd będzie musiał podjąć stosowne działania.

W każdym urzędzie dzielnicy można złożyć wniosek do Miejskiego Rzecznika Konsumentów. – *Mało kto o tym wie, a szkoda, bo to potrzebna i przydatna wiedza* – mówi Katarzyna Wiśniewska z Pragi Południe. – *Bo trzeba korzystać ze swoich praw!* Pani Kasia pokazuje zielony, ulubiony grzaczek swojego kilkunastoletniego synka, Kubusia. Synek od razu chwytą popstą zabawkę w swoje małe dłonie. Choć niemowlak jeszcze nie ma ząbków, to grzaczek pękł i na Kubusia wyciekł płyn ze środka. – *Tym razem pewnie odpuszczę reklamację – szczerze mówi młoda mama. – Za dużo chodzenia i nerwów...* Ale pani Kasia przyznaje, że w ostatnim czasie reklamowała buty, które rozpadły się po tygodniu chodzenia i śmierdzące, choć nie przeterminowane skrzydełka z kurczaka. W sprawie butów producent nie chciał uwzględnić reklamacji, bo... nosiły ślady użytkowania, a za śmierdzące skrzydełka, kierownik sklepu oddał pieniądze dopiero po bardzo ostrej wymianie zdań. Niestety, nawet w gospodarce rynkowej niektórzy handlowcy, producenci i usługodawcy często nie chcą uznawać nawet oczywistych reklamacji. Ale konsumenci mają wsparcie. Pomóc im może m.in. Miejski Rzecznik Konsumenta. Do jego obowiązków należy udzielanie porad i informacji, występowanie w imieniu konsumenta do przedsiębiorcy, a nawet pomoc w kierowaniu spraw na drogę sądową. Wachlarz spraw z jakimi do rzecznika zwracają się mieszkańcy Warszawy jest bardzo szeroki: nienależyte wykonanie umowy sprzedaży, świadczenia usług pralniczych, remontowych, turystycznych, finansowych, komunikacyjnych, a nawet deweloperskich.

W ostatnim czasie nasiliły się zgłoszenia związane z internetem. Właśnie dlatego Światowy Dzień Konsumenta (15 marca) obchodzony był w stolicy pod hasłem „Zanim klikniesz – poznaj swoje prawa”.

Jak informuje urząd miasta warszawianie w 2007 r. zgłoszili przeszło 2500 problemów związanych z internetem. Sprawy głównie dotyczyły nieuczciwych i niejasnych umów, problemów z szybkością transferu, przerw w dostawie internetu. Do Miejskiego Rzecznika Konsumenta można zwrócić się osobiście, telefonicznie lub korespondencyjnie (listem lub mailowo). „Mieszkaniec” zachęca do korzystania z pomocy rzecznika. Bo bardzo zależy nam na rzetelnych przedsiębiorcach i handlowcach, ale jeszcze bardziej na konsumenckim zadowoleniu naszych mieszkańców. **ar**

Kosmos i zieleń w SP 279

Kooosmiczną ilość sadzonek drzew (650 sztuk) zakupiła podstawówka z Osiedla „Przyczółek Grochowski”. Rośliny zostały zasadzone w ramach... czynu społecznego.

– *Pieniądze na sadzonki mieliśmy z uczniowskiej zbiórki makulatury* – wyjaśnia Zofia Filip dyrektor SP Nr 279. – *Ku-*

piliśmy świerki, wiąz, derenie, czerwone dęby. Prócz dzieci i pracowników szkoły w akcję włączyli się rodzice i absolwenci. W czynie społecznym wzięło udział ponad 100 osób. Była też dzielnicowa władza w osobie wiceburmistrza Jarosława Karcza, który posadził kilka drzewek. Łukasz Jeziorski, absolwent szkoły podarował pracującym torby ekologiczne. Absolwenci z przełomu lat '70 i '80 sadzili drzewka w imieniu szkolnych przyjaciół, którzy przebywają na emigracji.

Teraz o rośliny będą dbali uczniowie. Ekologiczna akcja była bardzo poważna, choć nadano jej żartobliwy charakter czynu społecznego. A, że zorganizowana została 12 kwietnia (w rocznicę pierwszego lotu człowieka w kosmos) to uczniowie wykonali z odpadów modele rakiet kosmicznych. Czyn społeczny przeprowadzono pod hasłem „Siegajac kosmosu pamiętajmy o Ziemi”. Jego współinicjatorem był nasz redakcyjny kolega Adam Rosiński. **Magda K.**



REKLAMA

ZAKŁAD POGRZEBOWY „ABROS”
Usługi kompleksowe
ul. Szaserów 137
tel./fax 022 610-02-17
Pl. Szembeka 6
tel./fax 022 612-02-18
kom. 0602-26-26-75
CAŁODOBOWO

Zakład Usług Tapicerskich i Stolarskich
d. „Redom” ul. Włoczyńska 76, tel./fax 617-23-33
WYKONUJE:
✓ renowację wszystkich mebli tapicerowanych, nowoczesnych i stylowych
✓ nowe meble na wymiar, wersalki, tapczany, fotele, narożniki itd.
wg. wzoru zakładu lub ew. klienta
✓ szycie kurtyn, kofar, zasłon, firan
✓ łącznie z montażem karmiszy
✓ zabudowy z płyt meblowych i meble uzupełniające
✓ posiadamy wybór tkanin i transport
ZAPRASZAMY w godz. 7:00-18:00, sob. 9:00-14:00

CENTRUM PRANIA Dywanów i Wykładzin
Twój dywan wymaga prania?
Jeden telefon i załatwione!
(022) 371-82-08; (022) 353-98-58
512-248-892; 500-110-238
● przyjeździemy po Twój dywan,
● wypierzemy w naszej specjalistycznej pralni,
● odwieziemy czysty, suchy i pachnący!
www.centrumpraniadywanow.waw.pl

„Spółem” WSS Praga Południe oferuje do wynajmu powierzchnie:

- w budynku DH "Universam" ul. Grochowska 207: – 697,30 m² – usytuowane na dwóch poziomach budynku,
- na I piętrze powierzchnię 36,21 m² oraz 16 m²
- sklep branży spożywczej o powierzchni 162,50 m² przy ul. Grochowskiej 52.
- sklep branży przemysłowej o powierzchni 80,87 m² przy ul. Grenadierów 25/27
- pomieszczenia biurowe na I piętrze budynku przy ul. Trakt Lubelski 163: – lokal Nr 18 o powierzchni 16,90 m² – lokal Nr 24 o powierzchni 15,60 m²

Szczegółowych informacji udziela Dział Administracyjno-Techniczny
tel. 810-40-92 lub 810-40-94.

REKLAMA

USŁUGI POGRZEBOWE
Miejskie Przedsiębiorstwo Usług Komunalnych Sp. z o.o.
■ ul. Grochowska 156
tel. 022 610-48-74; 022 610-49-11
■ ul. Floriańska 12
tel. 022 619-19-56; 022 619-36-19
■ całodobowo
tel. 022 836-69-16; 0608-054-093
Załatwianie formalności w domu Klienta
www.mpuk.waw.pl

TADDEX OPTY
Warszawa, ul. Ostrobramska 38b
tel. 610 60 05
■ Montaż i wyważanie komputerowe
■ Sezonowe przechowywanie i sprzedaż opon
■ Prostownie felg

Warszawa
Radio Warszawa 106,2 FM

„TOTUS” ZAKŁAD POGRZEBOWY
tel. 870-34-44
kom. 0501-208-621
PEŁEN ZAKRES USŁUG (dopełniamy formalności w domu Klienta)
Warszawa, ul. Grochowska 242
www.zup-totus.pw.pl
CAŁODOBOWO

ZAKŁAD USŁUG POGRZEBOWYCH „GOSPEL”
rok założenia 1987
POGOTOWIE POGRZEBOWE 24h
tel. 870-68-95
kom. 0 601 305 779; 0 601 99 59 59
Pełen zakres usług w kraju i zagranicą (Kaplica - Grochów, Międzylesie)
Siedziba firmy: Warszawa Grochów ul. Grenadierów 34 tel./fax 810 94 80
www.gospel.pl e-mail: info@gospel.pl

posiadamy certyfikat Polskiej Izby Przedsiębiorców Branży Pogrzebowej
Marek Gójski
firmę prowadzi z żoną Hanną Gójską

Zakład Pogrzebowy **„NIEBO”**
ul. Grochowska 285
tel. 810-27-47 czynny całą dobę
Wawer, ul. Trakt Lubelski 157
tel. 615-31-23 czynny 8-17
◆ kompleksowa obsługa godne warunki ostatniej posługi

ZAKŁAD POGRZEBOWY „GENITA” Kurowsky
Służymy pomocą przez całą dobę
Warszawa ul. Korkowa 167
tel.: 613-24-42
Całodobowo 0-602-398-417
Warszawa ul. Komandorów 34
tel.: 612-86-32
Całodobowo 0-604-216-738

Zakład Usług Pogrzebowych **„REMUS”**
tel. (022) 812-65-38
0502-812-046
Służymy pomocą przez całą dobę
Własna kaplica i chłdnia
Warszawa, ul. Żegańska 20

Nie jest źle!

Stonka przygrzała, śniegi nie musiały topnieć, bo ich prawie wcale nie było, słowem – wiosna, a wraz z nią ruszyliśmy się z domu poza miasto!

Piaszki wydzierają się wieńbogłose, przepojone wiosennym szczęściem, roślinki pchają się do słońca, drobne kwiatki krasnieją z dumy, że żadna pszczoła ich nie ominie; słowem – idylla!

„W tak pięknych okolicznościach przyrody” aż się chce polazić po parkowych alejkach albo zrobić sobie wycieczkę poza miasto.

Ech – pomyślałam sobie – nie ma to, jak niedziela w Kazimierzu... Romantycznie, a jeśli wybiorę trasę nad samą Wisłą, przez całą drogę będę mi towarzyszyć piękne widoki! Zasiadła w tej Warsza-



wie popatrzę sobie wreszcie, jak wygląda świat za miedzą. Wrażę przywołam całą furę, zaraz się nimi podzielę.

Pierwszy szok: chyba wszędzie, poza Warszawą, ludzie lubią czystość. Czyściutkie miasteczka i wieś, a kiedy zatrzymaliśmy się na nadzerecznym parkingu w miejscowości Gotąb, by pospacerować so-

bie nad samą Wisłą, zamiast przybrzeżnych stert śmieci, w kałuży wałała się jedna tylko butelka po wódce i dwa rozmożone pudełka po papierosach. Żadnych puszek, kartonów, plastików, papierów czy opakowań po chipsach. Nie przypuszczam, by wieś zatrudniała całodobowych sprzątaczy, widać – wyższy poziom

kultury osobistej spacerowiczów i wędkarzy...

W samym Kazimierzu mnóstwo gości z psami; psy mogą grzecznie leżeć pod stolikami w restauracji czy cukierni, mogą mieszkać w hotelach i, co przy tym zdumiewające, żadnej psiej kupy na ulicy! Trudno przypuszczać, że mikroklimat kazimierzowski sprzyja psiej samokontroli, to raczej zastrępa sprzątaczy, niewidocznych a skutecznych. Czyli – można!

Nie wspomnę już o przyjemnym stosunku ceny do ilości i jakości posiłków w kazimierzowskich knajpkach oraz o rozbijającej otwartości tamtejszych kelnerów, z początku zaskakującej, ale w sumie... czemu nie?!

Ale nie tylko kompleksów nawiałam się, jako warszawianka, na tym wyjeździe. W Dęblinie – znak drogowy, przed którym troskliwie mamy powiniemy starannie zakrywać dzieciom oczka, by nie zapamiętały złego przykładu: „Ruch wachadłowy”!

Uff! Przynajmniej w ortografii Warszawa górą... **Żu**

Mieczysławie Foggu i Grochowcie raz jeszcze



W niedawnych moich „Światowych uwagach...” pt. „Cafe Fogg, czyli więzy z Grochowem” pisałem pod koniec, referując moją rozmowę z żoną wnuka Wielkiego Pieśniarza Warszawy, Mieczysława Fogga, panią Małgorzatą Fogg, co następuje: „A teraz puenta w pierwszym rzędzie dla Czytelników „Mieszkańca”, ale nie wyłącznie. Pytam panią Małgorzatę, czy Mieczysław Fogg mieszkał kiedykolwiek na Pradze. Ona na to: „On sam nigdy. Ale znaczna część jego rodziny, jak najbardziej. Do tej pory mieszka na Grochowcu. Tyle, że nosi nazwisko Fogiel. Takie było nazwisko dziadka mojego męża. Fogg – to pseudonim artystyczny”. Innymi słowy – więzy Fogga z Pragą – JEST”. Koniec cytatu z moich „Światowych uwag...”.

Wkrótce po ich wydrukowaniu nadszedł do redakcji „Mieszkańca” list od pani Lucyny Zbuckiej z Saskiej Kępy, byłej mieszkanki domu przy ulicy Majdajskiej 5, która zdecydowanie kwestionuje stwierdzenia pani Małgorzaty Fogg.

„A oto fakty – pisze. – Pan Mieczysław Fogg przez kilka lat aż do śmierci we wrześniu 1990 roku mieszkał ze swoją drugą żoną – Zofią w domu przy ulicy Majdajskiej 5 w lokalu numer 84. Wiedzą o tym nie tylko przyjaciele i znajomi, przyjmowani tam gościnnie przez Zofię i Mieczysława Foggów oraz gospodarz tego domu i jego żona, ale także starsi mieszkańcy Osiedla Majdajskiego. Co więcej był tam również pan Michał jak i jego żona Małgorzata. Ponadto pan Mieczysław był leżącym i zmarł w szpitalu przy ulicy Grenadierów – co jest również do sprawdzenia – który wówczas był placówką rejonową dla Grochowa”.

„Następnym mylnym stwierdzeniem jest informacja: „Fogg to pseudonim artystyczny”. Pan Mieczysław rzeczywiście ze względów artystycznych (o czym wyraźnie pisze w swej książce „Od palanta do bel canto”) zmienił nazwisko, ale była to zmiana nazwiska, a nie przybranie pseudonimu. Gdyby było inaczej, potomkowie pana Mieczysława – a także pani Małgorzata – nie nosiliby nazwiska Fogg. Nie dziedziczy się przecież pseudonim”.

List ten udośćpniłem pani Małgorzacie Fogg. Ona z kolei przyjęła go spokojnie, choć z pewną złością, ale nie kwestionowała faktów w nim zawartych. Ja zaś, dziękując autorce listu za ważne informacje, mogę tylko przypuszczać, że chodzi tu o delikatną sprawę rodzinną, którą od tej chwili najlepiej pozostawić Rodzinie i Bezpośrednio Zainteresowanym.

Zygmunt Broniarek

Co tam panie na Pradze...

Gwóźdź w uchu

Po czym poznać wiosnę na Grochowcu? Po tym, że drogowców nie widać, a budowlanów zatrzęsienie. Wydawało się człowiekowi, że trochę się przez tę zimę pomęczy, ale gdy tylko stonka pójdzie w górę, to wnet na Chłopińskiego, Chrzanowskiego, Biskupiej, Dwernickiego, Żupniczej, Zamienieckiej i na dziesiątkach innych naszych ulic, pojawiają się długie i cierpliwie oczekiwani fachowcy-drogowcy, którzy w parę nocy i w kilka weekendów zrobią wreszcie z tym dziadostwem porządek.

- Tymczasem książka z wódą? Pan Eustachy z dużą pewnością siebie podsumował tę „wiosenną” refleksję swojego kolegi.

- Ano książka, potwierdził tylko pan Kazimierz, to co i tak było oczywiste. – Za to przynająć trzeba, że budowlancy ruszyli z kopyta. Panie, gdzie się pan nie obróciś, coś nowego rośnie.

- I powiem panu, panie Kaziu, że na ogół w miejscu, w którym do tej pory już coś było – jakiś domeczek najczęściej. - Widać, panie Eustachy, że stare ludzie robią miejsce nowemu pokoleniu. Takie jest prawo życia, jak to mówią. Te chaty, trzeba powiedzieć galantnie, ale takiego uroku, jak tamte domki nigdy mieć nie będą. No, bo co domek z bżem w ogródku, to domek, a blok, choćby i najbardziej moderny, to zawsze blok.

- Ale, wiesz pan, nie tylko domy budują. Eustachy ożywił się również nagle, co zaskakująco. - Ja to początkowo wierzyć nie chciałem, jak mi koleś jeden powiedział, że na Wiatracznej normalnie „galerie” nam stawiają. Wielką, jak diabli. - Na

Wiatracznej, mówię, po cholere, jak tam już „Universam” jest i bazar. Aż pojechałem zobaczyć naocznie.

- Nie bujał?

- Nie bujał. Jak popatrzyłem jak to ma wyglądać, wiedziałem od razu – „Universam” odmłodnieje, a bazar kaput! Kwesnia czasu, cudów nie ma.

- Jedni wypierają drugich, jak z temi domkami. A poza tym, już Kopernik, drogi panie Eustachy zauważył, że gorszy pieniądz wypiera lepszy. Taki paradoks. Choć trudno oczywiście dyskutować, czy zakupy w czystej, kolorowej „galerii”, w której co chwilę coś się dzieje, gdzie można posiedzieć w knajpie, czy kawiarni, na pewno są gorsze od zakupów na bazarze.

- Powiem panu, że dla mnie nie ma lepszych zakupów jak na bazarze. Tu człowiek pogada z drugim człowiekiem, a w takim „Realu” możesz pan sobie pogadać do półki. Ciekawiej robi się tylko wtedy, gdy jakieś maślaki rozrabiają.

- Że rozrabiają, to fakt. Nie tylko w supermarketach. Na ulicach też. Z wiosną zbierają się ich całe watahy, piją piwko, a potem niszczą, co w rękę wpadnie.

- A strażnicy miejskiej, ani policji ani widu, ani słuchu?

- Jakbyś pan wiedział. Owszem pokazują się, ale w godzinach, gdy maślaki są w szkole. Po południu i wieczorem władzy nie uświadczyś.

- No to powiem panu, panie Eustachy na koniec, że nasza straż miejska, to mi czasem przypomina tego gościa z dowcipu o telewizorze. Przyniósł on mianowicie telewizor do naprawy i mówi: - Nie wiem, co się stało, po prostu siedzę sobie, grzebię gwóźdźem w uchu i nagle wysiadł dźwięk... Nasi stróżę prawa, to sobie chyba tym gwóźdźem i w uchu i w oku grzebią.

Szaser

REKLAMA

Zdrowie i siły odzyskasz tylko w Krynicy-Zdroju!
Sanatorium Uzdrawiskowe & goda
 zaprasza
 na 14-dniowe turnusy lecznicze i rehabilitacyjne (dofinansowane z PFRON) w terminach:
 ■ 26.04.2008 – 09.05.2008 w cenie 1050 zł
 ■ 11.05.2008 – 24.05.2008 w cenie 1092 zł
 ■ 10.06.2008 – 23.06.2008 w cenie 1190 zł
 W cenie turnusu: noclegi w pokojach z łazienkami, znakomite wyżywienie, 2 zabiegi dziennie + gimnastyka, bogaty program kulturalny, całodobowa opieka medyczna.
 W pobliżu pijalnie wód mineralnych, lodowisko, wyciągi narciarskie i inne atrakcje!!!
 Już dziś zadzwoń i zapytaj o szczegóły.
 www.zgoda-krynica.pl
 Rezerwacje: tel. (018) 471-20-76, 471-56-35

FIGARO
 Studio Dekoracji Wnętrz
Wykonujemy dekoracje okien:
 ♦ firany, zasłony, story rzymskie i austriackie
 ♦ montaż karniszy, pomiary i projekty
 ♦ pokrowce na meble i narzuły
 ♦ duży wybór tkanin
 ul. Igańska 2 lok. 6
 tel. 022 810-24-73; 0503-679-679
 Zapraszamy od pon. do pt. w godz. 11⁰⁰-18⁰⁰

AUTOMATYCZNE SYSTEMY NAWADNIANIA OGRODÓW
 791-444-023, 602-446-484
 www.nawodnionyogrod.pl

REKLAMA

SKLEP MEBLOWY START
 ul. Modlińska 190 (budynek STENDA) tel. 510-36-66
JUŻ W NOWEJ SIEDZIBIE
 ♦ meble pokojowe z najlepszych fabryk
 ♦ regały – na zamówienie – dowolny kolor i układ segmentów
 ♦ zestawy wypoczynkowe, kanapy, sofy
 ♦ meble pokojowe – stoły, stoliki, szafki, biurka itp.
SPECJALNE ZNIŻKI DLA CZYTELNIKÓW „MIESZKAŃCA”

SALON ROWEROWY GIANT

 Sulejówkę, ul. Trakt Brzeski 56
 022 783 03 15 / 607 640 258

TŁUMACZENIA
 przysięgłe i zwykłe – wszystkie języki
 Warszawa
 ul. Saska 8/91,
 tel./fax 617-31-66
 ul. Rejowiecka 12,
 kom. 0501 733 468
 www.att.waw.pl

TAPICER
 * USŁUGI
 * Narożniki wg. wymiarów klienta
 * Materiały obiciowe
 Warszawa, ul. Krypska 52/54
 przy GROCHOWSKIEJ 178
 (pawilon pogotowia weterynaryjnego)
 Zakład przeniesiony z ul. Znanieckiego 8
 Tel. 612-53-88
 0-691-75-50-50

62 LATA TRADYCJI
OSZCZĘDZAJ PIENIĄDZE I CZAS!
KUPUJ W DOMU HANDLOWYM „FAŁA”
 w Falenicach przy ul. Bystrzyckiej 55
 tel.: 872-02-89; 872-05-12
W dużym wyborze towary renomowanych firm:
 • zdrowa żywność
 • słościcy, wędliny, wina i soki
 • chemia gospodarcza
CODZIENNE PROMOCJA TOWARÓW
 • obuwie, bielizna pościelowa, koce
 • dzianiny i konfekcja (również dziecięca)
 • sprzęt AGD
 • art. sanitarno-instalacyjne
CENY ATRAKCYJNE!!!
Sprzedaż ratalna na bardzo korzystnych warunkach
 Dział spożywczy czynny: pon.-pt. – 7.00-20.00, sob. – 7.00-20.00,
 Dział przemysłowy czynny: pon.-pt. – 10.00-19.00, sob. – 9.00-16.00.

- Ofiary tamtej zbrodni to kwiat polskiej inteligencji. Obok zawodowych oficerów, oficerowie - rezerwiści - ludzie wielu zawodów, różnych społecznych ról i urzędów. W codziennym życiu byli profesora-
mi wyższych uczelni, nauczycielami, adwokatami, sędziami, lekarzami, przedsiębiorcami, właścicielami ziemskimi, dziennikarzami, pisarzami - mówił bp polowy Wojska Polskiego Tadeusz Płoski w homilii 13 kwietnia podczas obchodów Dnia Pamięci Ofiar Zbrodni

Z MIASTA

Dziesięciolecie od strony Saskiej Kępy, znajdzie się prawdopodobnie w alei prowadzącej od głównego wejścia, czyli od strony Wisły, w kierunku trybun i boiska, wewnątrz nowego stadionu. - *Ostateczna lokalizacja rzeźby nie została jeszcze wyznaczona, ale na pewno znajdzie się dla niej miejsce pod dachem* - zapowiada Michał Borowski, prezes Narodowego Centrum Sportu.

Kontrakt na projekt Muzeum Sztuki Nowoczesnej w Warszawie podpisał 12 kwietnia prezydent m.st. Warszawy Hanna Gronkiewicz-Waltz oraz zwycięzca międzynarodowego konkursu architektonicznego na projekt budynku muzeum - Christian Kerez. Podpisanie umowy pomiędzy władzami



stolicy a szwajcarskim architektem oficjalnie rozpoczyna prace projektowe nad siedzibą muzeum. Termin rozpoczęcia budowy planowany jest na I kwartał 2011 roku, a jej zakończenie - na koniec 2013 roku. Muzeum, które ma stanąć na Placu Defilad, ma być oficjalnie oddane do użytku wiosną 2014 roku.

Warszawa bierze przykład z innych europejskich stolic, gdzie całe dzielnice oddaje się we władanie artystów. Na Pradze Południe powstaną ulice galerii i teatrów. Władze dzielnicy postanowiły wynająć 11 lokali użytkowych na osiedlu Kamionek tylko na działalność kulturalną. Pierwsze nowe kluby i galerie ruszą za kilka miesięcy.

9 kwietnia br. w Centrum Prasowym Polskiej Agencji Prasowej odbyła się prezentacja Podlasia, której motto stanowiły słowa: „Poznać i zrozumieć” przygotowane przez Urząd Marszałkowski województwa podlaskiego. Kulminacyjnym punktem spotkania otworzonego przez marszałka Jarosława

Dworzańskiego, był wernisaż wystawy przygotowanej przez Muzeum Podlaskie w Białymstoku, prezentującej dziedzictwo etniczne i kulturowe województwa. Andrzej Lechowski - dyrektor Muzeum Podlaskiego w Białymstoku, opowiadał o mniejszościach religijnych, obecnych w przeszłości



i współcześnie na terenie województwa, zaprezentował m.in. bogate zbiory Muzeum Ikon w Supraślu, Muzeum w Tykocinie i Muzeum Historycznego w Białymstoku. Prezentację uzupełniła degustacja potraw. Więcej informacji na portalu województwa podlaskiego www.wrotapodlasia.pl

Stacja warszawskiego metra „Plac Wilsona” w dzielnicy Żoliborz jest najpiękniejsza na świecie. Tak orzekli architekci uczestniczący w konferencji MetroRail 2008 w Kopenhadze. Stoleciska podziemna kolejka liczy zaledwie 17 stacji i jeździ na odcinku 19 kilometrów, ale znalazła uznanie wśród specjalistów.

10 kwietnia br. z inicjatywy Koła Absolwentów Szkoły im. Władysława IV odbyła się uroczystość odsłonięcia tablicy pamiątkowej poświęconej absolwentowi „Władka”, żołnierzowi



AK, poecie Józefowi Szczepańskiemu (1922-1944). Józef Szczepański był w Powstaniu Warszawskim członkiem Bata-

lionu „Parasol”, uczestnikiem zamachu na SS Koppego, znany jest jako autor piosenki bojowych: „Pałacik Michła”, „Czekam ciebie czerwona zarazo...”. Tablicę ufundowali Władysławacy rocznik maturalny 1956. Odsłonił ją dowódca obrony Pałaciku Michła płk Janusz Lewiński - Brochwicz oraz brat „Ziutka”, Janusz Szczepański, a towarzyszyli przedstawiciele młodego pokolenia - absolwenci i obecni uczniowie szkoły. Tablicę poświęcił JE ks. bp. Tadeusz Kędziora. Uroczystości zakończył wieczór wspomnień i koncert Kapeli Praskiej, bo „Ziutek” wychował się przy ul. Targowej.

Na początku kwietnia ekipy nurków rozpoczęły wyciąganie z Wisły stalowych elementów kolejowego mostu, który został wysadzony przez Niemców w ostatnich dniach II wojny światowej. Stary most który został zbudowany w 1908 roku, jego przęsła leżą w poprzek Wisły, między drugim a trzecim filarem Mostu Gdańskiego. Ważące kilkanaście ton elementy są podwieszane przez nurków stalowymi łańcuchami, podnoszone dźwigniem ręcznym i przenoszone na barkę. W ciągu dwóch miesięcy koryto rzeki zostanie oczyszczone, co umożliwi bezpieczny spływ w dół Wisły.

Stary kapeluszu to nie tylko wiekowe nakrycie głowy, ale również nazwa nowego sklepu w warszawskiej Pradze przy ul. Chodakowskiej. Idea sklepu jest pozyskiwanie rzeczy niepotrzebnych, często przeznaczonych do wyrzucenia, skazanych na śmietnik i sprzedawanie za niewielkie pieniądze ludziom, którym mogą się jeszcze przydać. Więcej na stronie: www.starykapelus.pl

Rozpoczęła się XI edycja Konkursu „Pamiętajmy o Osieckiej”! Fundacja „Okularnicy” im. Agnieszki Osieckiej do końca maja przyjmują zgłoszenia wokalistów do XI edycji ogólnopolskiego konkursu wokalnego na interpretację piosenek Patronki. Konkurs jest otwarty dla osób, które ukończyły 16 lat. Karta zgłoszenia dostępna jest na stronie internetowej Fundacji.

Od roku funkcjonuje w Warszawie program edukacyjny „Elektrośmieci? Przynies z mieszkańca do punktu zbierania”. Aby ułatwić mieszkańcom pozbywanie się elektrośmieci uruchomiono punkty zbierania: na Pradze Południe ul.

Zaproszenia dla mieszkańców

- **Zielonki k/Warszawy Pałac Lasotów** – VII Ogólnopolska Gielda Szlachcka – 19.04. w godz. 10.00-17.00. Więcej na www.palaclasotow.pl
- **Pasta Café, ul. Kamionkowska 48A** - Gawędy o dawnym Kamionku – 24.04. godz. 18.30 - Druga część spotkania z Tadeuszem Zaremą, autorem książki „Na Kamionku” - zbiorem wspomnień z dzieciństwa. Rozmowa o przedwojennych i wojennych realiach życia w wielonarodowym (polsko-żydowsko-rosyjsko-niemieckim) otoczeniu. Próba odwołania klimatu starego fabrycznego Kamionka. Wstęp wolny. Scenariusz i prowadzenie Cezary Polak. Organizator: Stowarzyszenie Creo.
- **Cerkiew Sw. Marii Magdaleny ul. Solidarności 52** – 17.04. godz. 19.00 - Koncert zespołu muzyki cerkiewnej GASK. Chórem dyryguje prof. GASK, zastępowy działacz kultury Rosji Sergiej Bielikow. W programie m.in. „Ojciec nasz” Piotra Czajkowskiego.
- **Klub Kultury Gocław ul. Abrahama 10** (wejście od ul. Bora-Komorowskiego przy basenie Wodnik) – 20.04. godz. 16.00 - „Bajka o Ajszy i Alladynie” występuje Wojciech Kobialka i Kamila Calińska; 21.04. godz. 19.00 Kabaret autorów „Pod dobrą datą” wieczór kabaretowy w wykonaniu znanych i popularnych satyryków: Marka Majewskiego, Tomasza Szweđa, Grzegorza Walczaka. Bezpłatne zaproszenia; 23.04. godz. 19.00 - „Prawda czy fałsz, spójrenie na stosunki polsko-żydowskie po II wojnie światowej”. Multimedialne forum historyczne z udziałem historyka Artura Gruntmana. Forum i konsultacja historyczna Krzysztof Wysocki. Gość specjalny prof. Jan Żaryn (Instytut Pamięci Narodowej). Współorganizator Stowarzyszenie Centrum Edukacji Kruk;
- **Klub Kultury „Falenica” ul. Włókniennicza 54** – 21.04. godz. 13.30. Bogactwo kulturowe Słowian, jako część tradycji i tożsamości narodowej” wykład Doroty Jarekiej z Muzeum Etnograficznego w ramach projektu „Historie pośmiertne wg Lesmiana, czyli poszukiwania słowiańskie” (w *Gimnazjum Nr 104*); 22.04. godz. 10.00 „Sceny z życia Słowian” warsztaty plastyczne i warsztaty dramy (w ramach projektu „Historie pośmiertne wg Lesmiana”...); 23.04. godz. 18.00 „Na Handlowej” spektakl w reżyserii Szczepana Szczykno, opracowanie muzyczne Sławomir Łobaczewski, scenografia Zuzanna Masse, wykonanie Grupy Teatralnej Klubu Kultury „Falenica”; 25.04. godz. 18.00 „Na Handlowej” (gościnnie w Klubie Kultury „Marsin”); 28.04. godz. 11.00 „Pożarcie królowej Bluetki” spektakl w reżyserii Ireny Rogowskiej;
- **Ośrodek Kultury Wesoła** – 20.04. godz. 15.00 - Opowiadki dla dzieci: „Stwory basniowe male i duze” Witold Vargas - ODT Pogodna; 24.04. godz. 9.50 - Hyde Park z Witoldem Vargasem - Gimnazjum nr 120; 27.04. godz. 16.00 - teatryk dla dzieci - ODT POGODNA;
- **Basen DOSIR Praga Północ ul. Jagiellońska 7** – 19.04. godz. 9.30 - II Wiosenne Zawody Pływackie (dziewczęta i chłopcy ur. w 1995 r.);
- **Hala DOSIR Praga Północ ul. Jagiellońska 7** – 26.04. br. godz. 10.00 - VI Mistrzostwa Warszawy Szkolnych Zespołów Taneicznych.
- **Dom Kultury „Praga” ul. Dąbrowszczaków 2** – 21.04. godz. 17.00 Spotkanie z pisarzem w ramach Klubu Praskich Twórców; 23.04. godz. 18.00 „Praskie wieczory jazzowe” „Ada, to nie wypada” Iza Zająć - śpiew, Jarosław Malys - fortepian, prowadzenie - Małgorzata Korczyńska; 24.04. godz. 18.00 „Bardowie na Pradze” Patrycja Karczmarska; 29.04. godz. 18.00 „Promocja młodych talentów”. Koncert klasy skrzypiec prof. Anny Wódka-Janikowskiej ZPSM nr 1 w Warszawie, przy ul. Miodowej;
- **Łazienki Królewskie (w gmachu Podchorążówki) do 31.08. br.** - wystawa „Andrzej Bobkowski - Chuligan wolności” przygotowana przez Towarzystwo Opieki nad Archiwum Instytutu Literackiego w Paryżu wspólnie z Muzeum Wychodźstwa Polskiego im. Ignacego Jana Paderewskiego.

Mińska róg Stanisławowskiej, w Rembertowie ul. Sztandarów 2, w Wawrze (parking przy urzędzie dzielnicy), w Wesołej ul. 1. Praskiego Pułku 33 (przy urzędzie dzielnicy). Punkt stały ElektroEko znajduje się na Pradze Północ, na terenie Elektrociepłowni Kawęczyn ul. Chelmyńska 180. Więcej: bezpłatna infolinia 0 800 000 080.

Dwa razy do roku Ośrodek Hospicjum Domowe przy ul. Ty-

kocińskiej organizuje kursy dla kandydatów na wolontariuszy hospicyjnych. Wiosenna edycja odbędzie się 26-27.04.br. i 31.05-1.06.br. W soboty konferencje i ćwiczenia od godz. 9.00 do 18.00, a w niedziele od 9.00 do 16.00. Zapisy na szkolenie (osoby pełnoletnie) - telefonicznie: (022) 679-67-00; osobiście w Ośrodku Hospicjum ul. Tykocińska 27/35 lub elektronicznie: hospicjum@marianie.pol.pl

(ab) (bb) (mkp)



Robota dla Kochaniaka

Zgodnie z naszymi ubiegłonerowymi przewidywaniami zaplanowane dwie sesje Rady Warszawy nie do końca przebiegły według scenariusza. Ale trzeba przyznać, że o ile celnie wypytaliśmy godzinny rozpoczęcia obrad, długość ustalania porządku obrad itp., to jednak pomylił się co do finału. Cud nad Wisłą w kwietniu oż nastąpił! Rada zrealizowała cały zaplanowany porządek obrad i quorum udało się utrzymać do ostatniego głosowania.

Sukcesu tego nie udało się powtórzyć tydzień później, gdy Rada spotkać się miała na nadzwyczajnej sesji zwołanej na wniosek opozycyjnego Klubu PiS. Choć tu akurat na quorum nikt, chyba łącznie z wnioskodawcami, nie liczył. Sesja miała być

bowiem poświęcona sprawie przedszkoli dla trzylatków (rozwiązanej przez Ratusz jeszcze przed sesją) oraz sytuacji stołecznej służby zdrowia. A więc tematowi, który Rada walkowała nie dalej jak w lutym. Trudno sądzić, iż fakt braku wystarczającej liczby radnych do rozpoczęcia obrad był przypadkiem. Po prostu koalicja doszła do wniosku, iż o ile zwołać sesję na wniosek PiS musi (tak nakazuje ustawa), to już uczestniczyć w niej niekoniecznie. A bez koalicji PiS obradować nie może, bo z woli wyborców trochę go mało. Zabawa może się powtórzyć, bo zawiązani PiSowcy już zapowiedzieli powtórny wniosek o sesję nadzwyczajną. A koalicja przebąkuje, że na wnioski opozycji znalazła własne metody.

I tak jednak najciekawsze rzeczy działy się na sesji Rady Ursynowa. Otóż na obrady poświęcone m.in. budowie Szpitala Południowego poatyfowały się tam osobiście młody i ambitny wiceprezydent Jarosław Kochaniak. Powołany przez Panią Prezydent na miejsce nieocenionego Jerzego Millera wbrew rozsądkowi oraz znacznej części Platformy. Gdy z licznych złotych myśli Pana Prezydenta odrzuci się te skupione wokół przewodniej myśli „jestem tu od 3 miesięcy” zostanie przesłanie krótkie: nie wiadomo czy Szpital Południowy powstanie, bo po pierwsze zapisano na niego w Wieloletnim Planie Inwestycyjnym za mało pieniędzy (o bogateła 200 mln. zł), po drugie w ogóle nie wiadomo czy jest potrzebny. Zebrany dech zaparło. Głównie dlatego, że jeszcze niedawno Pani Prezydent mówiła o Południowym jako o najważniejszej inwestycji zdrowotnej swojej prezydentury w tej części Warszawy, a WPI jest autorskim dokumentem Hanny Gron-

kiewicz-Waltz. Żeby było śmieszniej w kwiecie tym na budowę Południowego zarezerwowano 230 mln zł.

Dla porównania na podobnej wielkości (około 200 łówek) szpital komercyjny na Polach Wilanowskich (ale z tzw. wysoką specjalistyką, więc kosztowniejszy) prywatny inwestor przewidział 40 mln euro czyli (licząc górką) około 160 mln zł. Co detailicznie pan Kochaniak chce budować za 3 razy tyle, nie udało się ustalić. Podobnie jak nie udało się dociec jakie „istniejące projekty architektoniczne” pan Kochaniak chce zmieniać, jak dotąd ani przetargu ani konkursu na projekt nie zorganizowano. Może chodziło o „program szpitala”, bo taki dokument jako podstawę dalszych działań Biuro Polityki Zdrowotnej przygotowało. Ale niby skąd o tak drobnym rzeczach ma wiedzieć tak wybitny bankowiec? Zławsza, iż nikogo o nic nie ma uzyszywać pytać.

Po najwyższym tournée zaczęto natomiast pytać o pana Kochaniaka. Konkretnie o jakąś nową robotę dla niego. Tak w każdym razie twierdzi jeden oswojony przez sporego banku indagowany – rzekomo – o ewentualne wacaty w swoim zarządzie.

Kolejna sesja Rady Warszawy – już normalna – tradycyjnie w dniu ukazania się „Mieszkańca”. Podjęwamy, iż radosna działalność Jarosława Kochaniaka na południowych rubieżach stolicy znajduje się wśród poruszanych tematów. Bowiem i decyzja o konieczności budowy szpitala i Wieloletni Plan Inwestycyjny uchwalone zostały przez Radę. A radni wyjątkowo nie lubią, gdy urzędnicy (choćby nawet najbardziej przez Panią Prezydent promowani) robią ich w konia. **PODPATRYWACZ**

Na ulicach naszego Grochowa pojawili się pierwsi młodzi kierowcy. Poznać ich po wyjących silnikach, a zaraz potem po jeździe na full, na „lakier” na „gaz do dechy, i niestety „na chama”. Ja rozumiem, że młodość musi się wyszumieć, ale jezdźnia to takie miejsce, gdzie współżyć ze sobą muszą młodzi i starzy, szybcy i wolniejsi, ci z refleksem i ci ociężali...

Na drodze każdy ma te same prawa i te same obowiązki. Opisuje je Kodeks Drogowy. Tymczasem młodzi kierowcy częściej

traktują ów Kodeks ostentacyjnie lekceważąco. Nie mówię, że wszyscy młodzi, ale jest ich wystarczająco dużo i są wystarczająco głośni, by pewnie uogólnienie było uprawnione. Codziennie przecież na Grochowskiej – naszej głównej ulicy, możemy zobaczyć młodzieńca, który z prędkością przekraczającą wszelkie zdroworozsądkowe normy, skacze z pasa na pas, za każdym razem zajeżdżając komuś drogę, zmuszając kogoś do hamowania. Ekstremalnym przykładem tego, jak kończy się taka głupota był wypadek, do którego doprowadził syn znanego dziennikarza motoryzacyjnego (!)

Jak pisała prasa jechał przez Warszawę z szybkością ocierającą się o 300 km/godz.! Kolegę – pasażera zabił na miejscu, sam po kilku operacjach i po wielu już tygodniach intensywnego leczenia jest przytomny, ale bez kontaktu. Właśnie odwieziony został na długotrwałe leczenie i rehabilitację. A przecież on sam także był dziennikarzem motoryzacyjnym. Skoro tak jeżdżać ci, którzy innym radzą jak się zachować, żeby zachować się bezpiecznie, to gdzie my jesteśmy?

Były kiedyś programy telewizyjne i radiowe, które uczyły podstaw – z zakresu prawa drogowego, pokazywały jak reagować w trudnych sytuacjach, dawały elementarną wiedzę o samochodzie. Dziennikarze owszem – ścigali się, ale na rajdach samochodowych, nie na ulicach. A poza tym organizowa-

li liczne, bardzo pozytywne akcje – na przykład bezpłatnego ustawiania świateł, zbierności kół itp. Dziś nikogo to nie interesuje. Może dlatego, że wtedy brakowało kierowcom wszystkiego: opon, akumulatorów, olejów. Stacji obsługi samochodów było mało, zaplecze motoryzacyjne dopiero się rozwijało, kolejni do „Polmożbytu” (wcześniejszy „Motozbytu”) na Omulewskiej ustawiali się od czwartego rano. Zresztą ówczesne samochody pod względem rozwiązań technicznych dzisiejszym do opon nie dorastały.

Każdy więc czy chciał czy nie, siłą rzeczy musiał orientować się, co on ma pod maską i dlaczego w ogóle jeździć. Każdy mniej więcej wiedział, co to jest i gdzie jest gaźnik, gdzie jest skrzynia biegów i pasek klinowy. Dziś dla kierowcy nie tyle samochód jest ważny, co kredyt. Jak masz kredyt, możesz mieć każde auto. Poziom techniczny jest taki, że praktycznie każdym samochodem można „dawać czadu”. No to młodzież daje – „Cinquecento” to „Cinquecento”, „Opel” to „Opel”, „Toyota”, to „Toyota” – co tata zafundował, albo co pożyczyl. A ponieważ „po drodze” tata zapominał nauczyć kultury, przypomni o poddaniu synka kindersztubie, to teraz młody troglodyta jeździ wyłącznie na full, na „lakier” na „gaz do dechy”, „na chama”, kompletnie nie rozumiejąc, o co ja mam do niego w tym felietonie pretensje.

Kierowca-senior

REKLAMA

REKLAMA

Chłodzenie w gorącej cenie Aveo z klimatyzacją już od 32 390 zł.



Wszystko wokół szykuje się na pierwsze gorące dni. Chevrolet nie zostaje w tyle! Tylko teraz możesz mieć Aveo i Lacetti z klimatyzacją w tak atrakcyjnej cenie. A dodatkowo 2 poduszki powietrzne, wspomaganie kierownicy, centralny zamek, elektryczne szyby przednie, radiododzwoniacz z CD i MP3 oraz ABS i upusty do 9 640 zł. Aveo i Lacetti dostępne również w kredycie 50/50. Sprawdź, co jeszcze przyniosła wiosna do salonów Chevroleta.

CHEVROLET – MARKA GENERAL MOTORS

www.chevrolet.pl

Infolinia 0 801 811 911

Koszt połączenia to cena jednego impulsu połączenia lokalnego.



Nivette
Więcej możliwości

5 TYLKO W NIVETTE
5 LAT GWARANCJI
SUPER SERWIS - SUPER PRODUKT

DEALER
ROKU
2006

Nivette Sp. z o.o.

ul. Lotnicza 3/5 przy OSTROBRAMSKIEJ, 04-192 Warszawa

tel. 022 / 509 66 00, fax. 022 / 673 15 28

e-mail: sekretariat@nivette.pl - www.nivette.pl

Oferta obowiązuje od 01.04.2008, jest dostępna u dystrybutorów biorących udział w promocji. Liczba samochodów w ofercie ograniczona. Oferta dotyczy aut z roku produkcji 2007. Minimalna wpłata własna 50%. Oprocentowanie 12 miesięczny: 0,950-4,12%. Zużycie paliwa (pomiar dokonany zgodnie z normą określoną w dyrektywie 1993/1161/UE) w cyklu mieszanym dla wersji Aveo z silnikiem 1.2 - 5,4 l/100 km, emisja CO₂ - 1,3 g/km. Informacje na temat zużycia paliwa i emisji CO₂ pozostałych modeli, stromowania samochodu, przystawności do użytku i możliwości są dostępne pod adresem internetowym www.chevrolet.pl.

REKLAMA

REKLAMA

Wielu twierdzi, że ma niezawodne samochody ale nikt na świecie nie daje dłuższej gwarancji od nas



cee'd



CARENS



SPORTAGE



www.balloun.kia.pl

*7 lat lub 150 000 km gwarancji na układ napędowy, 5 lat lub 150 000 km gwarancji na cały samochód. Obowiązuje we wszystkich krajach UE (oprócz Rumunii i Bułgarii) oraz w Norwegii, Szwajcarii, Islandii i Gibraltarze.

KIA
KIA MOTORS
The Power to Surprise™

Jacek Ballaun
ul. Białowieska 6, 04-063 Warszawa, tel. (+48 22) 810 49 45,
e-mail: info@balloun.com.pl

B
BALLAUN



Pędzelkiem Mieszkańca

Jacek Frankowski



TA OSTATNIA BANDERA...

5 kwietnia na terenie Yacht Klubu Polskiego (Wał Mieszczyński 377) miało miejsce historyczne wydarzenie. Uroczyste, ale już po raz ostatni podniesiono banderę. Czy to znaczy, że klubowi grozi likwidacja?

Uspokajamy, że wręcz przeciwnie. Uroczyste podniesienie bandery oznajmiało rozpoczęcie sezonu żeglarskiego. - W tym roku bandera została podniesiona ostatni raz, bo doszliśmy do wniosku, że sezon trwa cały rok - wyjaśnia prezes YKP Warszawa komandor Jerzy Stryjecki. Między innymi dzięki sekcji bojerowej, której członkowie zimą śmigają po lodzie szybciej niż wiatr. Yacht Klub Polski istnieje od 1924 r. - Oddział warszawski liczy sobie około 500 członków przynależnych do których z sześciu sekcji: windsurfingowej, bojerowej, śródlądowej, morskiej, motorowodnej lub szkoleniowo-regatowej - wylicza Wojciech Ożdżeński, wiceprzewodniczący rady

Pragi Południe, który niedawno został przedstawicielem YKP w miejskiej Komisji Warszawskiej Wisły. To z YKP Warszawa wyrosły takie olimpijskie sławy jak Mateusz Kusznierewicz, czy Zofia Klepacka. To w YKP Warszawa rosną kolejne sławy w innych żeglarskich kategoriach. Choćby w windsurfingu lodowym,

w którym w latach 2005 - 2007 trzykrotnie Mistrzami Polski zostali: Jan Maszkiewicz i Michał Majewski (ten drugi zdobył także tytuł Mistrza Świata). - Uczestnictwo w sekcji to nie tylko pasja, sport i rekreacja - mówi pani Małgorzata mama trzynastoletniego Sebastiana, który najpierw trenował windsurfing, a teraz przesiadł się na „Optymistę”. - Ważny jest też aspekt społeczny. Ja jestem bardzo zadowolona, że mój syn załapał żeglarskiego bakcyła. Historyczne podniesienie bandery poprzedziło podsumowanie minionego sezonu oraz wręczanie licznych nagród. Po uroczystości żeglarze i wodniacy przenieśli się na poczęstunek do klubowej restauracji „Róża Wiatrów”, z tarasu której rozciąga się wspaniała widłana panorama. Przy lampce szampana trwały rozmowy o wodzie, wietrze i żaglach. W tym czasie dyrektor YKP Warszawa Anna Dąbrowska razem z wicekomandorem Ryszardem Brodą zaprezentowali kilku samorządowcom z Pragi Południe plany rozbudowy klubu i portu. **ar**



Dziurawy dom bez klamek

Właśnie mija rok od czasu rozpoczęcia wymiany instalacji elektrycznej w budynku przy ul. Grochowskiej 215. Instalacja niby została wymieniona, ale po partaninie „fachowców” zostały w ścianach wielkie dziury. Niektóre nawet na wylot.

Do położonego przy samym Rondzie Wiatraczna budynku trudno się dostać. Metalowe, wejściowe drzwi nie mają nawet klamki. Ale większym zmartwieniem mieszkańców są dziury w lokalach i na klatce schodowej oraz wystające wszędzie przewody elektryczne. - Tak jest od kwietnia ubiegłego roku - mówi Roman Majcherek i pokazuje odsłoniętą płątaninę kabli elektrycznych (na zdjęciu). - Wygląda to okropnie i jest bardzo niebezpieczne. W budynku, prócz dorosłych, mieszka kilkanaścioro dzieci. Do swojego lokalu wpuszcza reporter „Mieszkańca” Czesława Nartowska z trzeciego piętra. Wszystkie pomieszczenia lokalu są wręcz przeorane. Przez dziury w poko-



ju wpada światło z przedpokoju. Elektryczne kable ciągną się w pionie i poziomie. Niektóre mają odrębny napis „zł”. - To po kontroli wymiany instalacji - wyjaśnia lokatorka. - Okazało

się, że wykonawca remontu nawet kable zamontował niewłaściwie... Wymiana instalacji elektrycznej została wykonana przez prywatną firmę na zlecenie Zakładu Gospodarowania Nieruchomościami. W trakcie wykonywania prac okazało się, że kilku lokatorów niedawno wymieniło swoją instalację elektryczną i nie chce żeby ponownie skuwano im ściany. ZGN chciał to uwzględnić i zmienić umowę z firmą remontową tak, aby wyłączyć z zakresu prac już wyremontowane lokale. Jednak na to nie zgodziła się firma remontowa. W międzyczasie okazało się, że firma kładzie przewody niezgodnie z prawem, a nawet, że

już wykonane podłączenia grożą porażeniem prądem. ZGN zerwał umowę z firmą, a ta skierowała sprawę do sądu i walczy o... odszkodowanie. Stan prac został na etapie, który widać na zdjęciu. Ponoć chodziło o to, aby umożliwić zebranie materiału dowodowego. Miejsny nadziej, że materiał dowodowy już został zebrany i w najbliższym czasie będzie możliwe przywrócenie ścianom normalnego wyglądu, a lokatorom normalnych warunków mieszkaniowych, bezpieczeństwa i komfortu. Przynajmniej takie zapewnienie otrzymaliśmy od południowopragskich urzędników. **Adam Rosiński**

REKLAMA

getinbank wystarczy wejść

Prosta Pożyczka

do 10 000 zł

bez zaświadczenia o zarobkach

Warszawa, Al. Stanów Zjednoczonych 72/21, tel. 022 590 58 80

www.pozyczka.getinbank.pl

MARYSIN WAWERSKI

INWESTYCJA ZAKOŃCZONA

UL. MINERSKA 29

CENY OD 8.300 zł BRUTTO/ m²

TEL: 0 668 219 327

REKLAMA

MARJO **OKNA ♦ ROLETY**

Szyba termoizolacyjna k=1,0

Ciepła ramka ■ Czterostopniowy uchył

● Maty bambusowe ● Żaluzje ● Verticale

MONTAŻ GRATIS! RATY!

ul. Patriotów 237 tel./fax 615-68-27, tel. 615-40-40

e-mail: biuro@oknamaro.pl www.oknamaro.pl

oriko

Polska

Oriko Polska Sp. z o.o.

Centrum Miedzeszyn
ul. Patriotów 110
04-844 Warszawa - Wawer

www.oriko.pl

tel.: (22) 332 73 34
tel.: (22) 332 73 35

tel. kom.: 603 62 8888
tel. kom.: 603 63 8888

DYSTRYBUCJA BUDOWLANA

NOWA SIŁA W BUDOWNICTWIE

Szkoła Podstawowa im. Świętej Rodziny w Warszawie

● Szkoła katolicka nastawiona na wychowanie religijne

● Mało liczne klasy, indywidualizacja pracy z uczniami

● Prowadzi klasy 0-6

● Rodzinna atmosfera

● Nowy, bezpieczny budynek

ul. Garncarska 34, 04-886 Warszawa
tel. 022 615 96 11

www.szkołaswietejrodziny.pl,
swrodzina@poczta.neostrada.pl

„Spotem” WSS Praga Południe

organizuje i zaprasza na **MIESIĄC PROMOCJI PRODUKTÓW** w sklepie „LUX” przy ul. Żegańskiej 10

Codziennie degustacje i niskie ceny produktów uznanych firm. Jakość produktów gwarantowana!

■ 14-20.04.2008 r. - Wyroby wędliniarskie: boczek z kominą, kielbasa ze wsi, pasztec „Dary puszczy z grzybami”, serdelki z indyka, szynka krucha, kielbasa parówkowa, kielbasa podwawelska, szynka wiejska, kabanosy, szynka z pierśi indyka

■ 21-27.04.2008 r. - Soki: Fortuna, Tybark, Hortex

■ oraz w dniach 24-30.04.2008 r. - Mięso i wędliny do grillowania wraz z dodatkami tj. ketchupy, musztardy, przyprawy i opakowania jednorazowe.

Wszystkich naszych Klientów ZAPRASZAMY!

Sklep czynny: pon.-pt. 6.00-20.00; sobota 7.00-17.00

Sieć VIA - zapłata za domowe rachunki oraz doładowania telefonów!

EU(RO)foria 2012

Rok temu (18 kwietnia) w Cardiff UEFA przyznała Polsce i Ukrainie prawo do organizacji Mistrzostw Europy w Piłce Nożnej EURO 2012. Naród Nasz popadł w narodową EU(RO)forię, w którą to Narod Nasz ma w zwyczaju popadać, co jakiś czas również z innych powodów. W euforii popadli też decydenci. A, że czas do mistrzostw płynnie, to i decydenci wzięli się ostro do pracy.

Najpierw władze Pragi Południe, w której ma powstać Stadion Narodowy, zbudowały przed swoim ratuszem EURO-zegar odmierza-

być zbudowany, a nie w Łomiankach. Sukces! Ale największy sukces przyszedł kilka dni temu – oto władze spółki Narodowe Centrum Sportu,

W popularnym portalu Nasza-klasa.pl spółka NCS założyła profil Stadionu Narodowego. I od tej pory można stadion zapraszać do grona swoich zna-



Zdążymy? Zdążymy!

jęcy czas do inauguracyjnego meczu. Sukces! Potem władze Warszawy zgodziły się na to żeby Stadion Narodowy został zbudowany tam, gdzie miał

która ma wybudować warszawską arenę, z dumą ogłosiły, że Stadion Narodowy już istnieje! A gdzie? – w internecie!

jomych, a nawet wysłać mu życzenia urodzinowe. Choć tu jest pewien problem, gdyż stadion deklaruje, że ma 52 lata, a internauci określają, że dopiero jest

w stanie prenatalnym. W każdym razie sukcesów na arenie budowy narodowej areny jest bardzo dużo. I tylko trzeba umieć je wylapać. A nie narzekać, że się nie uda i że nie się nie dzieje.

Zbliżamy się do EURO 2012 wielkimi krokami. Tylko powoli. Bo... klimat się zmienia. Ociepla się. W cieplejszych krajach wiele rzeczy idzie wolniej, odkłada się do jutra, na później. A Naród Nasz chciałby od razu i nowy stadion i nową infrastrukturę. Natychmiast! Tacy rozgrzani słońcem Hiszpanie odpowiadają jednym słowem – **mañana**, co znaczy, że spokojnie, zrobi się, ale jutro rano. Podobna jest reakcja Włochów – **domani**. Mądrzy Grecy mówią **sigá, sigá** (powoli, wyluzuj). A w kolebce ludzkości, Afryce Wschodniej, używa się znanego z Disney'owskiego „Króla Lwa” zwrotu **hakuna matata** (nie martw się, nie ma problemu, jutro to się rozwiąże). Po takich zapewnieniach spokojnie się czeka następnego dnia. Świat i tak się nie zawali. Klimat się zmienia, więc i Naród Nasz powinien od cieplejszych narodów przejmować wzorce i zachowania.

Przejmijmy je i... się nie przejmujemy. I jak różnego rodzaju władze głoszą sukcesy i mówią, że zdążymy z budową Stadionu Narodowego, to ufajmy. Nie ma się co spieszyć. Spoko. Zdążymy. Nawet, jeśli nie z całym stadionem, to chociaż... z jego częścią. W końcu EURO 2012, to w zasadzie, już wygraliśmy. Rok temu. W Cardiff.

Adam Rosiński

TO WARTO PRZECZYTAĆ

Jan Maria Jackowski



na tropach
IV RP

Jan Maria Jackowski w swojej najnowszej książce przedstawia burzliwe dzieje projektu budowania IV RP. Pisze o polityce krajowej i zagranicznej, mediach, lustracji i dekomunizacji, o polskich bóleczkach. Sugestywnie odmalowuje dramaturgię wydarzeń, pokazując istotę sporu między Polską Rywiną a Polską CBA. Walorem tego, co pisze – a pierwotnie publikował na łamach „Naszego Dziennika” – jest przenikliwość i dalekosiężność, a także pasja oraz temperament polemiczny. Jackowski nie ogranicza się do diagnozy sytuacji, ale odpowiada na pytanie, dlaczego w latach 2005-2007 nie udało się zrealizować oczekiwań społecznych związanych z naprawą Rzeczypospolitej.

Wydawca

REKLAMA

SKOK NIKE

LOKATA TERMINOWA

8,00%
24 miesiące

7,50% **7,75%**
12 miesięcy 18 miesięcy

UL. ALPEJSKA 42, TEL.: +48 022 343-42-82
UL. BURSZTYNOWA 2, TEL.: +48 022 473-54-56
UL. CZAPELSKA 38, TEL.: +48 022 871-55-77

OKNA PCV PROFIL 5-cio KOMOROWY

MAR PLAST

WARSZAWA ul. Zakole 2 (rondo Wiatraczna) tel. (0 22) 610 46 32
HALINÓW ul. Jana Pawła II 18 tel. (0 22) 760 40 16
SULEJÓWEK ul. Kombarantów 59 tel. (0 22) 783 10 30

WIOSNA SEZONEM NA OKNA!!!

Zakupy na raty ...umów się na bezpłatny pomiar i wycenę

Metal-Market HURT DETAL

NARZĘDZIA, art. METALOWE

ul. Mińska 38 tel. 813 99 55 www.metal-market.pl

własny parking

FARBY LAKIERY „DARCHEM”

PL. SZEMBEKA 4A TEL. 610-30-86 pn.- pt. 8⁰⁰-18⁰⁰, sob. 9⁰⁰-13⁰⁰

ŚNIEŻKA

SKLEP PATRONACKI

OFERUJE:
✓ Szpachle, gipsy, zaprawy
✓ Piłny, sylikon
✓ Chemia gospodarcza
✓ Chemia budowlana

TRANSPORT – GRATIS
Rabaty
Upusty dla wykonawców
HONORUJEMY KARTY PŁATNICZE

dekorat, Herta, MOBILES, BonaTech, Kolorów

KOMPUTEROWE DOBIERANIE KOLORÓW
Kupon na farby z mieszalnika
10%

KOARA CENTRUM KONFERENCYJNE EXPO

RESTAURACJA „U SIWKA” ul. Poligonowa 30 ORGANIZUJE:

★ WESELA ★ IMPREZY OKOLICZNOŚCIOWE ★
★ KONFERENCJE ★ SZKOLENIA ★

Tel./fax: (022) 813 27 95, (022) 357 50 06, 0-600 341 178

REKLAMA

LOKATA MAX OPROCENTOWANIE STAŁE W STOSUNKU ROCZNYM

6,60%

PROMOCJA TYLKO 4 TYGODNIE!!!

NASZE PIENIĄDZE NA NAS PRACUJĄ!
przez 13 miesięcy

BANK PRZYJAZNY

SPÓDZIELCZY BANK RZEMIOSŁA I ROLNICTWA

WOŁOMIN www.sbrzr.pl

Zapraszamy do najbliższych placówek

ul. Marsa 130, tel. 022 611 90 41, Al. Stanów Zjednoczonych 40, tel. 022 870 07 00
ul. Grenadierów 21, tel. 022 871 34 16, ul. Radzyńska 208, tel. 022 678 40 32

BILETY LOTNICZE
POLSKIE LINIE LOTNICZE

LOT
i innych linii lotniczych

ITAKA

WIELKA PROMOCJA LATO 2008
pn.-pt. 10⁰⁰-18⁰⁰; sob. 9⁰⁰-13⁰⁰

KORONA TRAVEL
Plac Przymierza 1
(Saska Kępa)
tel. 022 616-26-75/83
korona@koronatour.com.pl

MARS GIPS 04-238 Warszawa, ul. Szpacza 2
tel. 611-44-86, fax 611-44-85
e-mail: marsgips@op.pl www.marsgips.pl

- płyty gipsowo-kartonowe
- styropian
- gipsy tynkarskie
- akcesoria
- gipsy
- sufity podwieszane
- farby
- kleje
- systemy dociepleń
- materiały izolacyjne
- masy samopoziomujące
- TRANSPORT

BUDUJESZ ■ REMONTUJESZ ■ MALUJESZ

USŁUGI BUDOWLANE
EKODOM
tel./fax 022 673-40-44;
kom. 602-108-646

Oferujemy:

- tynki gipsowe **KNAUF**
- tynki tradycyjne
- posadzki
- prace wykończeniowe

* przystępne ceny * gwarancje
* faktury VAT

HAZYM
CENTRUM GLAZURY
SALON FIRMOWY
PRODUCENTÓW
POLSKICH
I ZAGRANICZNYCH

- kabiny, wanny, meble łazienkowe
- glazura, terakota, gres
- panele, parkiet, korek
- płytki elewacyjne, klinkier
- kleje, fugi, listwy
- narzędzia

PROMOCJE!

04-866 Warszawa
ul. Wał Miedzeszyński 231
(rondo Traktu Lubelskiego)
tel. 612-76-13
pon.-piąt. 9-18, sob. 9-14
www.hazym.com.pl

Warszawska Spółdzielnia Mieszkaniowa „GROCHÓW”

OFERUJE WSPÓLNOTOM MIESZKANIOWYM usługi związane z zarządzaniem i administrowaniem nieruchomości.

Zainteresowanych zapraszamy do siedziby Spółdzielni w Warszawie przy ul. Kobielskiej 1, tel. 673-08-01.

LASER
- trwale usuwanie owłosienia także jasne włoski!

- ✓ trądzik
- ✓ przebarwienia
- ✓ foto odmładzanie
- ✓ Super Promocyjne Ceny! (do czerwca)

Wąsik - 80 zł • Bikini - 130 zł

POWAB Salon Fryzjersko-Kosmetyczny
ul. Wspólna Droga 22 tel. 022 610-55-78

PRZEDSZKOLE

ANIN
Ul. Odrodzenia 12 A

Tel. 0 22 812 50 64
Tel. kom. 0 692 117 611

www.dzieciswiata-swiatdzieci.pl

Materiały Budowlane

EURO BUD

Sulejówek Al. Piłsudskiego 55
Tel. 22 783 03 96
www.euro-bud.pl

OCEAN URODY

FRYZJER

- ◆ Bezpieczna koloryzacja
- ◆ Modne strzyżenia
- ◆ Regeneracja włosów

KOSMETYKA

- ◆ Mikrodermabrazja
- ◆ Kawitacja, sonoforeza
- ◆ Kwasy owocowe
- ◆ Redukcja cellulitu
- ◆ Elektrostimulacja
- ◆ Fotopielęgnacja
- ◆ Manicure, pedicure

ul. Kobielska 6
(wejście od ul. Garwolińskiej)
tel. 022 408 63 05
pon.-piąt. 9.00-20.00
sob. 9.00-16.00
www.oceanurody.com.pl

Spraw sobie i swoim najbliższym niepowtarzalny prezent!

PRZEBÓJ ŚWIATOWEGO JUBILERSTWA!
Pierścionki z dużymi kolorowymi kamieniami!

W ciągłej sprzedaży nowe niespotykane wzory ekskluzywnych wyrobów ze złota -50% !!!

Duże rozmiary pierścionków ze złota!

**♥ NOWA KOLEKCJA OBRĄCEK ♥
NAJNOWSZE WZORY!**

ZAPRASZAMY
Universam Grochów
I piętro
„Świat złota”
ul. Grochowska 207

OKAZJA PRAWIE NOWA!

Komis ten sam, adres nowy: Żółkiewskiego 44; jadąc od Grochowskiej – tuż za Szaserów. Szerokie wejście od ulicy; można podjechać i od tyłu, bramą od Żółkiewskiego lub od Boremłowskiej.

Oferta ta sama, co na Witołkińskiej, lecz wiele cen – promocyjnie – jeszcze bardziej atrakcyjnych! Nie brak też okazji sprzedawanych „na pniu”, takich, jak świetny, nowy rower dla dziecka czy szalenie elegancki komplet jadalny z litego bukowego drewna, tapicerowany kremową skórą.

Ekspozycja ciekawa, zachęca do penetrowania zakamarków, których jest tu mnóstwo i do coraz to nowych odkryć. Bez liku bibelotów, świetnych na niebanalne prezenty, ale najbardziej kuszą unikalne okazje: nowiutki, błękitno – złoty narożnik, rozkładany, z pojemnikiem na pościel, kupiony przez klienta w sklepie meblowym za 1.600 zł, tu – ledwie 700 zł. Inny narożnik w stanie idealnym, z dwoma obszernymi, przytulnymi fotelami (nowy – ponad 2.000 zł), tu – ledwie 990 zł i gwarantuję, że bardzo szybko znajdzie innego właściciela.

Dlatego Komis Sezam to miejsce, do którego warto wpadać często by nie przegapić okazji i za kwotę, przeznaczoną na umeblowanie jednego pokoju, wyposażyć sobie całe mieszkanie, zwłaszcza że wiele cen podlega negocjacji.

Łóżko 2x2m (materac z nóżkami) – 360 zł, piękne komplety sypialniane, w rewelacyjnym stanie i olbrzymimi łózkami, toaletkami, komódkami można upolować już od 1.000 zł!

W Sezamie wyposażyć można salon, kuchnię, przedpokój stylowy lub nowoczesny, pokój młodzieżowy (szafy, biurka, komody, krzesła, komputery); jest też oferta mebli porządkowych acz bardzo tanich, do mieszkań pod wynajem.

Wilkina, rattan i plastik na taras, do altan czy na balkony oraz mnóstwo mebli działkowych, zlewy, szafki, umywalki, zastawa, kufle piwne, a także sprawnie, tanie wyposażenie RTV AGD – to przyciąga bardzo wiele osób, zwłaszcza teraz, gdy zaczął się sezon letnich wyjazdów.

Sporo kupują firmy – od mebli biurowych, eleganckich i tych skromniejszych, po sprzęty, meble ekspozycyjne czy wyposażenie sklepów, barów, restauracji; także w szkło, porcelanę, sztucce itp. a także sprzęty elektroniczne z komputerami wraz z oprzyrządowaniem, kasami, niszczarkami czy profesjonalnymi kalkulatorami włącznie.

Duży wybór lamp i żyrandoli, który zaspokoi najróżniejsze gusta; kontrowersyjne, mieszczańskie, minimalistyczne.

Wśród mebli dla niepełnosprawnych – balkoniki do chodzenia, wózki, łózka rehabilitacyjne sterowane elektrycznie (750 zł) a nawet specjalna łaska za wygodnym, ergonomicznym uchwytem i czterema stabilnymi nóżkami, z 10 poziomami regulacji wysokości za jedyne 75 zł.

Słowem – Sezam ma wszystko, lecz tanio lub... jeszcze taniej! Nie pozwól, by kolejne okazje uciekły ci sprzed nosa!

AS 2008

KOMIS Sezam meble

ul. Żółkiewskiego 44 (róg Boremłowskiej)
pon.-pt. 9-19, sob. 9-15;
tel. (022) 612-13-40; (022) 424-64-35
www.komissezam.pl; e-mail: biuro@komissezam.pl

ADAX

OKAZJA CAŁKIEM NOWA!

Miejsce znane, lecz niedocenione! Sklep, który słynie z doskonałych cen, ale też szalonych okazji! Niedawno meble ratkonalne były tu w cenach nie do przebicia!

Gdzie to jest? Jadąc z Warszawy do Starej Miłosnej, na skrócie do Wesolej trzeba zawrócić i zaraz wjechać w nitkę, równoległą do Traktu Brzeskiego – prowadzi wprost na wygodny parking przed sklepem Adax, który doskonale widać z jezdni.

To miejsce znają doskonale stali klienci (także filmowcy i artyści) szukający znakomitych, stylowych mebli ze szlachetnego drewna, salonowych żyrandoli lub słynnych, krakowskich lamp czy trudnych do kupienia wiszących lamp na klatki schodowe, a także kompletnego wyposażenia ogrodów, altan, werand i tarasów. Teren ekspozycji ogrodowo – parkowej jest ogromny, podobnie jak zajmująca dwie obzerne kondygnacje oferta pięknych mebli stylowych z klasą.

Meble są w większości współczesne. Szalenie wytworna toaletka dla damy: kute pędy metalowej, złotawej winorośli oplatają duże, owalne lustro, tworzą miękko wyściełane krzesło i przeszklony stolik z półką. Staroświeckie, miękkie biurko, łączące szlachetne drewno z ciemnozieloną skórą na blacie i w obiciu dopasowanego fotela. Z tej samej serii również inne meble. Przepiękny sekretarzyk dla pani, zawierający ponad 20 skrytek, tajnych szufladek i innych przemysłnych rozwiązań – ciemne, politurowane drewno zdobione delikatnym ornamentem. Tzw. „Jokaj” (sypialniny stół jak na ubranie) z pięknego, szlachetnego drewna, wyposażony w szalki, tu kosztuje do 35% mniej, niż „w mieście”!

Eleganckie, salonowe barki z kryształowymi szybkami i dopasowaną do blatu drewnianą tacą (na zdjęciu).

W innej sali akcenty sakralne: figury Matki Boskiej wysokie nawet na 1,5 m, postaci Jezusa i świętych.

Dlaczego jest tu taniej nawet o kilkadziesiąt procent, niż w innych sklepach? To proste: właściciel sklepu jest zarazem właścicielem działki i budynków, nie musi doliczać na kosztowny czynsz najmu.

Jest mała architektura ogrodowa, malownicze zakątki, okazale i kameralne fontanny, huśtawki, oczka wodne, zegary słoneczne, mnóstwo rzeźb betonowych, także antyczne repliki. Znakomite meble ogrodowe i to, co potrzebne by ogród rósł bujnie i zdrowo.

Za ogrodzenia wyglądają ciekawie na Trakt Brzeski naturalnej wielkości zwierzęta, od kury i koguta jak żywych przez wiewiórkę, psa, konie naturalnej wielkości, dziki, sarny czy bojany po zryfany, słonie, wielbłądy a nawet małpy. Jest nawet całkiem żywy kot i dwa psy, ale te... nie są na sprzedaż!

AS 2008

Warszawa - Stara Miłosna
Trakt Brzeski 9/11,
Tel. 022 773 21 79, 773 30 49;
Czynne:
poniedziałek - piątek 9.00-19.00,
sobota 9.00-16.00,
niedziela 9.00-15.00.

Ryba psuje się od głowy

Korupcja w służbie zdrowia to temat, na który każdy ma coś do powiedzenia. Ciekawe, jak widzą problem osoby odpowiedzialne za ochronę zdrowia, w szerokim rozumieniu tej odpowiedzialności.

„Potrzeba rozwiązań systemowych w procesie ograniczenia korupcji w ochronie zdrowia” była przedmiotem konferencji, jaką zorganizowano w siedzibie Fundacji Batorego. Lekarze – praktycy, farmakolodzy, przedstawiciele uczelni medycznych, organizacje i samorządów lekarskich, Ministerstwa Zdrowia, NFZ, uczniowie obradowali nad poprawą istniejącego stanu rzeczy, przede wszystkim szukając źródeł korupcyjnych sytuacji oraz nowych rozwiązań systemowych, zwłaszcza w systemie szkolenia lekarzy, refundacji leków i kontraktowania świadczeń zdrowotnych.

Korupcja, to zagadnienia związane nie tylko z przekazywaniem pieniędzy, to także nepotyzm, czyli faworyzowanie członków rodziny i przyjaciół przy obsadzaniu stanowisk, to budzący krytykę wielu lekarzy system zdobywania specjalizacji, ale też rozmaite korzyści wprost i nie wprost, oferowane np. przez niektóre firmy farmaceutyczne – „szkolenia” w luksusowych hotelach, w egzotycznych kurortach. Wskazywano na kontrowersyjny sposób kontraktowania świadczeń zdrowotnych, prezentując dwa punkty widzenia zagrożeń korupcyj-

nych w systemie kontraktowania świadczeń zdrowotnych: NFZ oraz stanowisko placówek, zawierających umowy z NFZ.

Zastrzeżenia budzi również refundacja leków. Od czego naprawdę zależy popyt na rynku farmaceutycznym, zwłaszcza w odniesieniu do leków refundowanych?

Sytuacja pogarsza słaba znajomość sposobu funkcjonowania systemu refundacji, zarówno wśród pacjentów, jak i profesjonalistów medycznych, co może źle wpływać na sposób korzystania z uprawnień, powodowało niewłaściwe wypełnianie obowiązków przez osoby upoważnione do podejmowania decyzji w tych kwestiach. W ostatnim czasie wdrożono kilka inicjatyw, lecz to działania dalece niewystarczające. Kraje europejskie stosują zróżnicowane systemy refundacji, oparte na różnych zasadach, np. w Wielkiej Brytanii, Austrii czy w Niemczech refundacja jest uzależniona od założeń pacjenta. Sporo krajów stosuje też odrębne zasady refundacji dla dzieci.

Pewne nadzieje daje Dyrektywa Unii Europejskiej w sprawie przejrzystości decyzji państwowego systemu opieki zdrowotnej, realizowana we współpracy

z zespołem 60 kluczowych, międzynarodowych ekspertów. Przewidywane na koniec kwietnia zakończenie prac budzi spore nadzieje.

Choć brak jest idealnych rozwiązań, u podstaw działań korupcyjnych i korupcyjnych zawsze leży czynnik ludzki. Zaniedbane jest kształcenie przed-dyplomowe studentów w zakresie etyki, bez omijania trudnych zagadnień korupcyjnych i to nie tylko w ujęciu lekarz – pacjent, także lekarz – lekarz, podwładny – przełożony itp, uwzględniając między innymi obszary zagrożeń związanych z aktywnością firm farmaceutycznych.

Należy wprowadzić wiele zmian do obecnych zasad funkcjonowania placówek medycznych. Dla przykładu, skrócenie czasu oczekiwania na operacje znacznie zmniejszy naganną pokusę dawania i brania łapówek za przyspieszenie kolejki.

Prywatna służba zdrowia jest dostępna, z uwagi na wysokie koszty, dla niewielkiej części społeczeństwa. Pozostali z rosnącą niecierpliwością czekają na wdrożenie dobrze brzmiących teorii systemowych w życie i, co ważniejsze, przestrzeganie uczciwych, szczerłych procedur.

Jan Debowski

MINIMUM WIEDZY MEDYCZNEJ DLA KAŻDEGO

Zły i dobry cholesterol



Wstrzegamy się wszyscy z tego, warczącego i pokazującego kły brytana. Cholesterol „zły” jest o sobie, niszczy po cichu nasze naczynia krwionośne, nasze tętnice. Powoduje narastanie miażdżycy. Naczynia, które doprowadzają krew do wszystkich części ciała, w tym do mózgu i serca, stają się kruche i mogą pęknąć lub zatkąć się zakrzepem. Wówczas tragedia, mamy do czynienia z udarem mózgu lub zawałem serca. Miażdżycą może zwać światło naczynia tak, że przepuszcza ono tylko cienką strużkę odżywczej krwi. Wówczas występują różne objawy, w zależności od tego, która część organizmu pozostaje niedokrwiona. Jeśli kończyny - to bóle kończyn, jeśli serce - to bóle serca (nazywamy to chorobą wieńcową) jeśli mózg - wystąpią różne zakłócenia jego funkcji, z zaburzeniami mowy czy niedowładami kończyn włącznie. A więc „zły” cholesterol jest rzeczywiście o wiele bardziej niebezpieczny od szczerzącego kły brytana, bo zagryźć nas może na śmierć.

Czy my coś możemy zrobić, aby ochronić się od „złego” cholesterolu? Jak nałożyć mu kaganiec?

Tak, naszymi działaniami możemy nie dopuścić do jego wzro-

stu lub obniżyć jego poziom, jeśli już zrobił się wysoki. Obowiązują dwie zasady. Pierwsza to unikanie pokarmów zawierających szczególnie dużo tego „złego” cholesterolu. A te pokarmy to m.in.: tłuszcze zwierzęce (np. boczek, słonina, tłuste mięsa i wędliny itp.), żółtka jaj, tłusty nabiał (śmietana, masło), żółte sery, frytki, hamburgery i tzw. fast food.

Drugi sposób na „zły” cholesterol to wysiłek fizyczny. Pisałem już wcześniej, że np. codzienny 30-minutowy ostry marsz (marsz - a nie spacer z psem i psim pekińczykiem) jest niebawale ważny dla zdrowia. Ważny także dlatego, że obniża ten niedobry cholesterol. Oczywiście zalecamy, aby zarówno stosować wymienione ograniczenia dietetyczne, jak i wysiłek fizyczny każdego dnia.

Ciągle tu mówimy o tym „złym” cholesterolu, trzeba z kolei wspomnieć o tym „dobrym”. Działa on ochronnie na naczynia, hamuje narastanie miażdżycy. Podnosi jego poziom właśnie wysiłek fizyczny (kolejne jego zalety) oraz... kieliń chwronego wi na do obiadu czy kolacji.

Ten „dobry” cholesterol ma symbol HDL i należy go mieć w krwi więcej niż 45 mg%. Symboliem „złego” są litery LDL i jego

poziom nie powinien przekraczać 125 mg%, a jeśli ktoś już ma chorobę serca, to 100 mg% jest górną granicą. Tzw. ogólny cholesterol może sięgać do 240 mg%, ale u chorych ten pułap trzeba obniżyć do 200 mg%.

Z powyższych wywodów wynika, że każdy powinien znać swój poziom cholesterolu, w tym LDL i HDL. Wielu ludzi ma wysokie wartości LDL (tego „złego”), nic o tym nie wiedząc. Niestety, zbliżają się do nich po cichu ciężkie choroby. Dlatego wszyscy, nawet czujący się zdrowo powinni mierzyć sobie ciśnienie i badać cholesterol.

A więc KAŻDY powinien wiedzieć, czy ma bezpieczny poziom cholesterolu. Jeśli nie da się go obniżyć dietą i wysiłkiem fizycznym, to lekarz dodatkowo zapisze medykamenty. Na szczęście mamy takowe, które są bardzo skuteczne.

Życzę więc Państwu dużo „dobrego” cholesterolu a jak najmniej tego „złego”.

Prof. Leszek Ceremużyński

APARATY SŁUCHOWE

Elektronika Elektromech. Sprzętu Med. i Lab.
Małgorzata Lech
Rok założenia 1986

★ Realizacja zleceń NFZ
★ Akcesoria do aparatów
★ Dobór i badanie słuchu bezpłatnie
★ Wizyty domowe u osób niepełnosprawnych
★ Fachowa pomoc protetyków słuchu

SPRZEDAŻ NA RATY

tel. 022 812-49-09
W-wa ul. Bielszowicka 15 (Międzyziesie)
codziennie w godz. 10.00-18.00
(bez sobót i ost. poniedziałku miesiąca)

NOWO OTWARTE

SuperNova
CENTRUM STOMATOLOGII

Warszawa ul. Zamieniecka 61
tel./fax 022 610-33-76 tel. kom. 0-784-01 53 81
www.centrum supernova.pl gabinet@centrum supernova.pl
Czynne: pon.-pi. 10⁰⁰-20⁰⁰, sob. 9⁰⁰-16⁰⁰

CERDENT

Gabinet Stomatologiczno - Lekarski
Warszawa, ul. Grenadierów 21
tel. 813-22-38
od poniedziałku do piątku w godz. 10.00-20.00

- Stomatolog od poniedziałku do piątku 10.00 - 19.00
- Ginekolog wtorek, czwartek, piątek 16.00-19.00
- USG prenatalne 3D 4D wtorek, środa, czwartek 16.00-18.00
- Urolog wtorek 16.00-19.00

IWA-DENT
STOMATOLOGIA

UL. KOMORSKA 42
Warszawa-Grochów
tel. 022 879-87-61

Zapraszamy dorosłych, młodzież, dzieci!

STOMATOLOGIA ZACHOWAWCZA, ESTETYCZNA

◆ **NOWOŚĆ** wybielanie zębów lampą w 45 min.

PROTETYKA

- ◆ mosty, korony porcelanowe
- ◆ protezy elastyczne „Valplast”, szkieletowe, akrylowe

ORTODONCJA

- ◆ aparaty stałe i ruchome

CHIRURGIA

- ◆ trudne ekstrakcje („ośsemki”)
- ◆ usunięcie torbieli (resekcje) ◆ hemisekcje

IMPLANTY

Profesjonalne czyszczenie zębów
z kamienia i osadu przez wykwalifikowaną higienistkę.
Zniczenia miejscowe.
Nowoczesny sprzęt i materiały
INDYWIDUALNY DOBÓR POSTĘPOWANIA
LECZNICZEGO.
Czynne codziennie: 9.00-20.00 Sobota: 9.00-15.00
Honorujemy wszystkie karty kredytowe.

Centrum Medyczne FUNDACJI ZDROWIE

MARTWISZ SIĘ O ZDROWIE TWOJEGO DZIECKA LUB WŁASNE?

www.fundacjazdrowie.com.pl

Poradnia chirurgii dziecięcej
Narodowy Fundusz Zdrowia

Zadzwoń!!! Tel. 022 812 51 50

PRZYJDŹ DO NAS!
Zapewniamy:

- zespół najlepszych lekarzy
- kompleksową opiekę nad kobietą w ciąży
- specjalistyczne badania dla niemowląt
- badania diagnostyczne
- szeroką gamę szczepień ochronnych
- leczenie zaburzeń trawienia (otyłość, bulimia, anoreksja)
- badania na prawo jazdy
- rehabilitację także w domu pacjenta
- usługi opiekuńcze

ZAPRASZAMY

Panie w wieku 50-69 lat, które w ciągu ostatnich 24 msc. nie wykonywały mammografii lub u których w rodzinie wystąpiły zachorowania na raka piersi lub jajnika (wtedy 12 msc.)

NA PROFILAKTYCZNE BADANIA MAMMOGRAFICZNE BEZPŁATNE finansowane z NFZ BEZ SKIEROWANIA

Poradnia Chorób Sutka Profilaktyki Przeciwnowotworowej i Chorób Okresu Przekwitania
ul. Niekańska 4/24 (wejście od Londyńskiej)
03-924 Warszawa, tel. 022 672-78-57; 672-79-36

SZYBKIE TERMINY BADAŃ!

Delta – każdy może słyszeć lepiej

Firma Oticon, wiodący producent aparatów słuchowych wprowadziła na rynek aparat XXI wieku – Delta, który burzy dotychczasowe wyobrażenia na temat wyglądu i możliwości aparatów słuchowych.



Delta, aparat słuchowy o atrakcyjnym trójkątnym kształcie, dostępny w 17 żywych kolorach ma więcej wspólnego z nowoczesnymi, miniaturowymi urządzeniami hi-tech niż z tradycyjnymi wyobrażeniami o aparatach słuchowych. Nowatorskie wzornictwo i styl Delta zostały nagrodzone w 2006 roku prestiżową nagrodą światowych projektantów Red Dot Design w kategorii „Best of the best”.

Unikalny wygląd Delta idzie w parze z jej działaniem. Wykorzystując najnowocześniejszą

technikę cyfrowego przetwarzania dźwięku, aparat w ciągu sekundy dokonuje tysięcy zmian w ustawieniu, aby stłumić otaczający nas hałas i poprawić rozumienie mowy. Jest to niezwykle ważne, jeżeli weźmie się pod uwagę, że obecnie nawet co druga osoba powyżej pięćdziesiątego roku życia ma problemy z rozumieniem mowy w hałasie.

Jedyny w swoim rodzaju trójkątny kształt wzmacniacza aparatu Delta zapewnia optymalne położenie systemu nowoczesnych mikrofonów kierunkowych

w płaszczyźnie poziomej w odstępnie 9 mm, a słuchawka umieszczona w przewodzie słuchowym (tzw. RITE - receiver in the ear), zapewnia niespotykane dotąd wzmocnienie w zakresie dużych częstotliwości.

W Delcie zastosowano również system wielopasmowej adaptacyjnej kierunkowości, dzięki czemu nieprzerwanie dokonuje ona wyboru takiej metody przetwarzania dźwięku, która zapewnia najlepszy odbiór mowy w szumie oraz potrafi stłumić hałas pochodzący z kilku źródeł jednocześnie. Gdy

w hałasie pojawia się mowa Delta wykorzystuje zaawansowaną technologię VoiceFinder™ (wykrywania mowy), aby zapewnić optymalną redukcję hałasu w zakresie częstotliwości pasma mowy. Narzędziem umożliwiającym harmonijne współdziałanie systemów redukcji hałasu, kompresji i kierunkowości jest system Sztucznej Inteligencji (Artificial Intelligence), w który wyposażony jest aparat Delta.

„Bez wątplenia Delta ma niewiele wspólnego z aparatami słuchowymi wykorzystywanymi przez naszych dziadków – mówi Andrzej Konopka, prezes zarządu Oticon Polska sp. z o.o. – To urządzenie wspomagające słyszenie, które łączy najnowocześniejsze technologie i osiągnięcia w dziedzinie audiologii ze współ-

ZAPRASZAMY DO NASZYCH ODDZIAŁÓW:
 Warszawa – Praga Południe, ul. Ostrołęcka 4, tel. 022 498-74-80
 Warszawa – Wawer, ul. Br. Czecha 39, tel. 022 353-42-50
 Warszawa – Praga Północ, ul. Brzeska 12, tel. 022 499-69-40
 Warszawa – Bródno, ul. Kondratowicza 37, tel. 022 353-06-20
 Warszawa – Mokotów, ul. Dąbrowskiego 16, tel. 022 498-75-40
 Warszawa – Śródmieście, ul. Nowowiejska 31, tel. 0 889 179 769 (po godz. 15-tej)
 Warszawa – Wola, ul. Leszno 17, tel. 022 862-99-90
 Warszawa – Bemowo, ul. Ciołka 11, tel. 022 877-07-63
 Warszawa – Bielany, ul. Zeromskiego 33, tel. 022 499-66-30

czesnym, atrakcyjnym designem. Delta jest produktem dla osób, które potrzebują poprawy komfortu słyszenia, aktywnych, dbających o zdrowie, lecz także przywiązujących wagę do atrakcyjnego wyglądu.”

Aparat Delta można dopasować do różnych rodzajów uchyłków słuchu do 80 dB. Dostępny jest w trzech segmentach cenowych, a raz na pięć lat zakup Delta może być częściowo refundowany przez NFZ.

Jeżeli chcesz posłuchać, jak słyszy się w aparacie Delta, skontaktuj się z oddziałami firmy FONIKON, która świadczy usługi dla osób słabosłyszących. Zapraszamy także na bezpłatne badania słuchu i porady specjalisty protetyka słuchu. Osobom niepełnosprawnym proponujemy wizyty domowe. W związku z dużym zainteresowaniem naszymi usługami prosimy o telefoniczne umawianie wizyt.

AS 2008

D.A.G.M.A.R.
STUDIO ODNOWY BIOLOGICZNEJ
 ul. Bora-Komorowskiego 35
 Tel. 022 402-17-76

- ZABIEGI PIELĘGNACYJNE
- KAWITACJA
- MIKRODERMABRAZJA
- WOSK • HENNA
- MAKIJAŻE ŚLUBNE I OKOLICZNOŚCIOWE
- MANICURE, PEDICURE (PEDICURE LECZNICZY)

Informujemy, że przychodnia lekarska
Vita Med
 przy ul. Meissnera 7
 nie ma nic wspólnego z przychodnią
 Vitamed przy ul. Wileńskiej

vitaBsana
PROGRAM SCHUDNIJ ZDROWO

Oferujemy możliwość porad indywidualnych lub zajęć w małych grupach

Na trwałe stracić zbędne kilogramy

- Opieka lekarska
- Badania laboratoryjne
- Badanie składu ciała
- Indywidualny dobór diety
- Cykl spotkań z dietetykiem
- Graficzna Metoda Liczenia Kalorii
- Sesje jogi
- Pilates

CentrumPrzeciwdziałania
 Cytosyli i Promocji Zdrowia
 ul. Kamionkowska 45 A
 tel/fax: + 48 22 663 18 69,
 kom: 0 501 138 424, 0 501 049 996;
 email: zielinska@vitasana.pl
 www.vitasana.pl

estimed
 GABINET MEDYCYN ESTETYCZNEJ

- programy przeciwnostarzeniowe
- korekcja zmarszczek (aortox, wypełniacze)
- dermatoskopia i dermatochirurgia
- laseroterapia
- skleroterapia, leczenie żyłaków
- pielęgnia medyczna
- modelowanie tkanki tłuszczowej
- mezoterapia

Centrum Miedzyzeta
 ul. Piłsudskiego 110 (I piętro)
 04-844 Warszawa
 www.estimed.pl
 rejestracja: tel. 0 515 189 343

Zadbaj o siebie.

CARIDENT
 Gabinet
 Stomatologiczny

W-wa, ul. Stanisławowska 3
 (naprzeciwko klubu „Orzeł”)
 tel. 810-87-32, 610-50-31

- ♦ Leczenie w znieczuleniu
- ♦ Protetyka – protezy, korony, mosty porcelanowe itd.
- ♦ Chirurgia stomatologiczna
- ♦ Laseroterapia – paradontozą
- ♦ Wybielanie jednowizytowe
- ♦ RTG na miejscu

poniedziałek, czwartek – 13⁰⁰-19⁰⁰
 wtorek – 9⁰⁰-17⁰⁰ sobota – 9⁰⁰-13⁰⁰

FONIKON
 APARATY SŁUCHOWE

ul. Ostrołęcka 4
 tel. 022 498-74-80

ul. Br. Czecha 39
 tel. 022 353-42-50

NFZ
 Narodowy Fundusz Zdrowia

Umowa z Narodowym Funduszem Zdrowia zapewnia częściową refundację nabywanych aparatów słuchowych

Autoryzowany dystrybutor:
oticon
 Producent najlepszych aparatów słuchowych

DYREKTOR SAMODZIELNEGO ZESPOŁU PUBLICZNYCH ZAKŁADÓW LECZNICTWA OTWARTEGO WARSZAWA PRAGA POŁUDNIE

ZAPRASZA NA BEZPŁATNE ZAJĘCIA W SZKOLE RODZENIA

PROGRAM SZKOŁY OBEJMUJE WYKŁADY TEORETYCZNE ORAZ ZAJĘCIA PRAKTYCZNE Z ZAKRESU PRZYGOTOWANIA DO PÓRODU ORAZ PIELĘGNACJI NOWORODKA.

ZAJĘCIA BĘDĄ PROWADZONE W ZŁO UL. OSTROŁĘCKA 4 PRZEZ LEKARZY, POŁOŻNE, PIELĘGNIARKI ORAZ REHABILITANTÓW.

POCZĄTEK ZAJĘĆ JUŻ 5 MAJA 2008 r.
ZAPISY OD 15 KWIETNIA 2008 r.
 tel. 022-810-78-49

W programie mogą uczestniczyć kobiety spełniające jeden z poniższych warunków:

- zameldowanie na pobyt stały lub czasowy na terenie m.st. Warszawy
- nauka w szkole na terenie m.st. Warszawy – bez względu na typ placówki
- zatrudnienie na terenie m.st. Warszawy
- pobyt w domu dla matek z małoletnimi dziećmi i kobiet w ciąży lub w innej Placówce opiekuńczej na terenie m.st. Warszawy lub takiej, z którą m.st. Warszawa podpisało właściwą umowę

Uwaga! Kobiety w ciąży, które są zainteresowane udziałem w Szkole Rodzenia, muszą posiadać zgodę lekarza prowadzącego ciążę na uczestnictwo w programie.

PROGRAM „SZKOŁA RODZENIA” FINANSOWANY JEST PRZEZ URZĄD MIASTA ST. WARSZAWY

DYREKTOR SAMODZIELNEGO ZESPOŁU PUBLICZNYCH ZAKŁADÓW LECZNICTWA OTWARTEGO WARSZAWA PRAGA POŁUDNIE

ZAPRASZA KOBIETY W CIĄŻY NIEPOWIKŁANEJ DO UDZIAŁU W PROGRAMIE „ZDROWIE MAMA I JA” KĄTÓRY JEST REALIZOWANY od 1 kwietnia 2008 r. do 10 grudnia 2008 r.

w PORADNIACH GINEKOLOGICZNO – POŁOŻNICZYCH
UL. ABRAHAMA 16 – TEL. 0 22 671-23-08
UL. SASKA 61 – TEL. 0 22 617-36-39
UL. KICKIEGO 24 – TEL. 0 22 810-67-75

PROGRAM JEST FINANSOWANY PRZEZ M.ST. WARSZAWA DOKUMENTAMI UPRAWNIAJĄCYMI DO UCZESTNICTWA W PROGRAMIE SA:

- ➔ zaświadczenie o zameldowaniu na pobyt stały lub czasowy na terenie m.st. Warszawy,
- ➔ dokument potwierdzający naukę w szkołach (bez względu na typ) na terenie m.st. Warszawy,
- ➔ dokument potwierdzający zatrudnienie na terenie m.st. Warszawy,
- ➔ zaświadczenie o pobycie w domu dla matek z małoletnimi dziećmi i kobiet w ciąży lub pobycie w innej placówce opiekuńczej, z którą Urząd m. st. Warszawy podpisał właściwą umowę.

W PROGRAMIE PRZEWIDZIANE SĄ:

- ➔ wizyta kwalifikacyjna
- ➔ I trymestr (1 – 13 Hbd) – 2 wizyty,
- ➔ II trymestr (14 – 26 Hbd) – 3 wizyty,
- ➔ III trymestr (27 – 39 Hbd) – 4 wizyty,
- ➔ IV opieka przedporodowa – 2 wizyty

ZAKRES ŚWIADCZEŃ:

- ➔ badanie USG,
- ➔ nadzór nad ciążą niepowikłaną,
- ➔ wczesne wykrywanie powikłań ciąży i nieprawidłowości płodu,
- ➔ profilaktyka infekcji wewnątrzmacicznych, przedporodowe badanie przesiewowe, promocja zdrowia.



ŚMIESZKANIEC

Czas wiosny sprzyja spacerom. Hilka mądrości dla Pań i Panów, pod rozważę.

Co zawsze jest pierwszym powodem do rozwoodu? Ślub!!!

Czy mężczyzna różni się od dyplomu magisterskiego? Nie bardzo: traciś mnóstwo czasu i wysiłku, żeby go zdobyć, a gdy już go triumfalnie i z dumą masz, szybko okazuje się, że do niego ci nie jest potrzebny...

Kto z całą pewnością jest spozu układu? Tylko Pluton!

To pewne, że skromność zdobi mężczyznę. Dlatego właśnie mężczyzna nie powinien się zობić!

Jeśli z wysokiej wieży spuszczone jednocześnie kota i włączoną latarkę, to z faktu, że i kot i latarka w tej samej chwili spadli na ziemię nie można wyciągać wniosku, że kot leciał z prędkością światła... **Wesoły Romek**



Rady ciotki Agaty

Zaczynamy sezon grillowania! Po wyszorowaniu ruszta drucianą szcztoką i preparatami do przypalonych piekarników, zawsze przed rozpaleniem smaruj pręty ruszta olejem, będzie go potem łatwo umyć.

Zanim położysz mięso czy warzywa na ruszcie, dośp do żaru nieco ziół, a zwłaszcza jaltowca - aromat będzie doskonały.

Mięso, przeznaczone do pieczenia na grillu, powinno być pokrojone na równomierne, niegrube kawałki, przygotowane w marynacie lub posypane ziołowej. Sól je dopiero na talerzu, jest bardziej soczyste.

Przyprawa do grillowania uszlachetni plasty cukierni, krojone ze skórką na grubość ok. 1 cm. Posypane z obu stron, skropione oliwą, smakują znakomicie. Ta sama przyprawa świetnie poprawi grillowanej smak kiełbasy!

Jeśli na deser miała być galaretka z owocami, wśród których znalazło się kiwi, galaretka się nie zsiądzie! Nie martw się, nie straconego. Odcedź owoce, dodaj do nich serka waniliowego lub owocowego jogurtu i masz gotową sałatkę owocową.

ZAJRZYJMY DO KUCHNI



Są potrawy polskiej kuchni, których jedni nie zjedliby za skarby świata zaś dla innych są one nie lada przysmakiem. Flaki, mózdek czy tatar, niektórym odbierają całkowicie apetyt, u innych powodują wzmoczoną pracę ślinianek.

Oto dwa staropolskie przepisy. Wbrew pozorom, wszystkie składniki są do zdobycia, z tzw. „flakiem”, czyli osłonką na kiszkę włącznie. Trzeba o nie pytać na bazarach w sklepach masarskich lub dotrzeć do hurtowni zaopatrujących rzeźników. Osoby wrażliwe lepiej niech dziś zrezygnują z lektury naszego kącika.

✓ CZERNINA

Krew z jednej gęsi lub kaczkę zmieszać w misce z 1 łyżką octu, aby nie skrzepła. Ugotować w 2 litrach wody wywar z kaczych lub gęsich podrobów i włoszczyzny, przypraw. Suszone owoce (około 15 dag, z przewagą śliwek) oplukane i moczone przez kilka godzin, ugotować w tej samej wodzie. Wywar precedzić, lekko ostudzić, wlać go do krwi szybko mieszając. Zagotować, dodać ugotowaną przednio włoszczyznę. Przyprawić do smaku solą, cukrem, świeżym sokiem z cytryny. Do czerniny włożyć ugotowane owoce, pokrojone w kosteczkę podroby oraz makaron, najlepiej łazanki.

✓ KRWAWA KISZKA

1kg podgardła, 1,5 kg głowizny i 1 kg dowolnego mięsa udusić z kilkoma dużymi, pokrojonymi w kostkę cebulami, sporą garścią majeranku, zielen angielskim, liściem laurowym, mielonym pieprzem i solą. 1 litr krwi wieprzowej wlać do miski, namoczyć w niej 12-15 czerstwych kajzerce pokrojonych w kostkę, po czym zemleć je wraz z ugotowanym 1 kg mięsa i podgardłem, zaś głowiznę obrać, pokroić w małe kawałki, połączyć z pozostałymi składnikami. Starannie przyprawić solą, pieprzem.

Gdy uzyskamy jednolitą masę, napełniamy nią (najlepiej przy pomocy specjalnej końcówki maszynki do mięsa) osłonkę jelitową formując, co 8-10 cm małe kielbaski, oddzielone od siebie zawiązaną grubą nitką. Gdy gotowe, ułożyć delikatnie w szerokim garnku, dodać liść laurowy i nieco soli, zalać wrzątkiem i gotować jeszcze wolniutko około 45 minut. Po wyjęciu oplukać koniecznie zimną wodą, może być nawet z lodem. Gotowe!

Pyszna Józia



Warto wiedzieć

Lubimy biesiadować z przyjaciółmi. Postępek z jednej misy? Czego nie! Warto wiedzieć o biesiadowaniu słów kilka.

Raclette - to potrawa, początkowo przyrządzana przez szwajcarskich, prostych pastery, którzy na gorących kamieniach wokół alpejskiego paleniska roztopili plasty wytwarzanego przez nich, specjalnego sera zwanego „raclette”. Dzisiaj określenie to oznacza urządzenie elektryczne, wyposażone w malutkie patelnie, po jednej dla każdego biesiadnika, na których przyrządza się łopiany w cieple, dowolnie przyprawiony ser żółty. Współczesna raclette często ma dodatkowo funkcję grilla.

Fondue od francuskiego *fondre*, czyli stopać. To również wynalazek szwajcarskich górali, wzbogacający ich zimowe menu: suchy, żółty ser (zwykle w kilku odmianach, skład każdy komponował w tajemniczy plus białe wino i kirsz - wszystko to, mieszając, podgrzewano w kociołku (*caquelon*) nad ognikiem, wśród wesołych gawęd, aż powstała gęsta, gorąca krem serowy; w wspólnym kociołku każdy maczał swoje kawałki chleba czy warzyw i zjadał. Dzisiaj mamy też fondue mięsne (w garnku podgrzewa się oliwę z ziołami, w niej obsmaża na długim widelcu kawałeczki mięsa, każdy swoją porcję), lub czekoladowe (w gorącej czekoladzie zanurza się zimne owoce, biszkopty, orzechy itp.).

Ciekawsko

Krzyżówka Mieszkańca Nr 8

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	Ł	M	N	O
1																
2																
3																
4																
5																
6																
7																
8																
9																
10																
11																
12																
13																
14																
15																
16																

10-F	10-O	8-Ł	3-H	1-L	11-L	15-F	13-A	16-L	10-B	5-G	12-E	14-O
10-K	6-K	2-A	4-O	15-L	2-M							

POZIOMO: 1-A mieszkaniec Podhala. 1-J dzielnica Warszawy. 2-E chusta malańska. 3-A krewny w linii męskiej. 3-G Zwierzyniec Niebieski. 4-E talizman. 4-L dziedzińska sztuki. 5-G tytuł władców Rosji. 6-A wśród naczyń liturgicznych. 6-K technika druku płaskiego. 7-B za: poparcie. 7-G przesunięcie na wyższe stanowisko. 8-D znane uzdrowisko w Belgii. 8-J rwa kulszowa. 9-F dety instrumentu muzycznego. 10-A krądek do rzutu w dal. 10-H wygnanie. 11-A stolica stanu Georgia, USA. 12-H odbierak prądu w tramwaju. 13-A część mięsa wołowego. 14-J etykieta. 15-E opuszczenie miejsca pobytu. 16-A miasto w Gruzji. 16-J rodzaj czapki.

PIONOWO: A-1 miasto narodzin „Solidarności”. A-10 portawcówka. B-6 gwałtystardowy. C-1 ssak z północy, kuzyn jelenia. C-10 wagon sypialny. D-6 młoda samica dziuku. E-1 najdłuższa rzeka Libanu. E-1 starożytna stolica Asyrii. F-8 uprzywilejowany kolor w kartach. G-1 zana-

drze. H-2 koleżanka Bolka i Lolka. H-7 drzewo liściaste. H-12 król Troi, ojciec Hektora. I-3 imitacja skóry. I-9 odmiana gruszy. J-1 aparat dentystryczny. J-7 wyspa indonezyjska w pobliżu Sumatry. J-12 struś amerykański. K-5 zwierzchnik, szef. L-1 wino musujące. L-8 substancja, organizm ludzki jako całość. L-4 w mitologii germańskiej leśny duszek. L-12 jedwab surowy otrzymywany z oprzędów jedwabników. M-1 marka samochodów dostawczych. N-8 pierwotniak, petzka. O-1 skrócona linia, zakrętas. O-12 chorągiew, sztandar.

opr. A. Kemski

Rozwiązania należy przesłać pod adresem redakcji w terminie 14 dni od daty ukazania się gazety. Rozwiązanie krzyżówki Nr 6/08: „Dobrzy ludzie są szczęśliwi” Nagrodę książkową wylosował: p. Robert Janowski z ul. Pancera. Ważne do 25.04.br.

H O R O S K O P

♈ BARAN 21.03-21.04

Nieoczekiwanie trafi się szansa na podreperowanie budżetu. Plany na pewno się spełnią, jeżeli wykaziesz się cierpliwością. Nie bądź w gorącej wodzie kąpany. Rozważa popłaca, możesz zdobyć uznanie. Postaraj się również mniej krytycznie patrzeć na świat i mieć większe zaufanie do ludzi. Koniecznie zadбай o swoją kondycję, bo wchodzenie po schodach nie musi oznaczać zadyszki...

♉ BYK 22.04-21.05

W życiu zawodowym nadchodzi trudniejszy okres. Nabierz do tego dystansu i odetchnij świeżym, wiosennym powietrzem. Jeżeli dobrze się rozejrzysz, zauważysz, że ktoś wzdycha do ciebie. Nie odrzuć kielkującego uczucia, bo możesz stracić niepowtarzalną okazję, by spotkać się coś pięknego. Przecież zawsze o tym marzyłeś...

♊ BLIŹNIĘTA 22.05-21.06

W pewien sposób w realizacji planów może przeszkadzać twój nadmierny optymizm i pewność siebie. Możesz zlekceważyć oznaki nadchodzącego zagrożenia i nie zauważysz przeszkód, które mogą się piętrzyć przed tobą. Dlatego pamiętaj, aby w odpowiednim momencie wrócić do rzeczywistości i naprawić, co się da. Nie lekceważ swojego zdrowia, i nie ulegaj kulinarnym pokusom.

♋ RAK 22.06-22.07

W powietrzu wiszą zmiany, na pewno dotyczą one twoich spraw zawodowych. Przejmij inicjatywę i poproś szefa o podwyżkę. Energia i mnóstwo pomysłów, którymi jesteś naładowany pozwolą ci spotkać kogoś wyjątkowego. Spędzisz z nim niezapomniane chwile, które na długo pozostaną w twojej pamięci. Uwierz w dobre fluidy i zacznij myśleć pozytywnie. Odrzuć za nieodrobinę szaleństwa, to nie takie trudne.

♌ LEW 23.07-23.08

Miewasz ostatnio zbyt buntownicze usposobienie, co powoduje, że pochopnie podejmujesz decyzje i zrywasz rozmowy w najmniej oczekiwanym momencie. W sprawach biznesowych nie zabraknie ci weny i błyskotliwych decyzji i tutaj będziesz mógł się popisywać swoją elokwencją. Ale zastój się, co jest ważniejsze w twoim życiu i czy nad wszystko przedkładać karierę i bywanie na salonach?

♍ PANNA 24.08-23.09

Okres wyjątkowej pracy już się kończy, pomyślnie załatwisz powierzono ci sprawy. Tymczasem korzystaj z uroków wiosny i wybierz się na krótką wycieczkę, choćby za miasto. Taki wyjazd pozwoli ci się odstresować i zrelaksować. Jeżeli planujesz jakies dodatkowe zajęcia, decyzję podejmij błyskawicznie. Nie pożałujesz. Masz trochę czasu dla siebie i warto go pożytecznie wykorzystać.

Merlin

♎ WAGA 24.09-23.10

Uwier we własne możliwości i zabłyśnij w oczach zwierzcchników. Pozwól, by twój czar i wdzięk osobisty zauroczył niezwykłego człowieka. Warto również odwiedzić krewnych, których dawno nie widziałas. Wybierz się na łono natury i naciesz się kwitnącymi drzewami. Odpoczniesz i nabierzesz sił do czekających na ciebie zadań. Nie obawiaj się, dasz sobie radę nawet z tymi najtrudniejszymi.

♏ SKORPION 24.10-23.11

W uczuciach bez zmian. Może warto to zmienić i rozejrzeć się za kimś. Pamiętaj, że czasem warto szokować, by wzbudzić czyjś zainteresowanie. W życiu zawodowym bez większych niespodzianek, natomiast pomyśl o badaniach kontrolnych, bo zmienna aura niekorzystnie wpływa na twoje zdrowie. Powinieneś również zadbać o swój wygląd, kupić nowy ciuszek i zawrócić w głowie komuś, na kogo od dawna masz chrapkę.

♐ STRZELEC 24.11-22.12

Nadchodzące dni będą dla ciebie bardzo przyjemne, ale nie zapominał o ostrożności. Pomyśl o planach na urlop, gdzie i z kim na niego pojedziesz? Lepiej zająć się tym zawczasu. Potrzebna będzie konsekwencja i podjęcie „męskiej decyzji”. Nie daj się zwieść pozorom i samemu decyduj o sobie. Nie pozwól nikomu sobą manipulować.

♑ KOZIOROŻEC 23.12-20.01

Jesteś obiektem czyjśg zainteresowania. Ale, pamiętaj, że nie warto w takiej sytuacji postępować zbyt pochopnie. Lepiej przemyśleć coś dwa razy, niż potem zalać i leczyć rany w sercu i na duszy. Opanowanie jest cnotą, pamiętaj o tym, ale zbytni umiar też nie popłaca.

♒ WODNIK 21.01-02.02

Twoj talent negocjatorski niebawem się przyda. Możesz zrobić dobry interes i tylko od ciebie zależy, jakie będą z tego zyski. Opanuj swoje emocje i nie składaj przedwczesnych obietnic. W sprawach sercowych wykaz się cierpliwością, a może znajdziesz swoją drugą „połówkę”. Jeśli pisane jest ci szczęście, to może wkrótce nadejdzie...

♓ RYBY 20.02-03.03

W najbliższym czasie odezwie się u ciebie pewna cecha, którą dobrze skrywasz - buntowniczość. W relacjach z partnerem potrzebna jest konkretna i poważna rozmowa, której efekty powinny przynieść oczekiwane rozwiązania. Uda ci się wiele spraw, o których myślałaś z powątpiewaniem czy w ogóle warto zająć. Potrzeba ci więcej wiary w siebie, a wszystko powoli się ułoży.

ZANIEPOKOJONA BABCIA

Babcia Karola: - Mój sześcioletni wnuk jest bardzo niecierpliwy. Kiedy zwracam mu uwagę, okropnie się denerwuje. Nigdy nie był spokojnym dzieckiem, ale odkad poszedł do zerówki mamy z nim same kłopoty. Nie wytrzymuje siedzenia w ławce, przeszkadza kolegom, chodzi po klasie.

Psycholog: - Proszę się nie martwić. Na początku nauki szkolnej wiele dzieci źle się czuje w nowym rytmie i w narzuconych regulach. Chłopiec stopniowo dojrzeje do obowiązku szkolnego.

Babcia Karola: - Ale jego nauczycielka skarży się, że Karolek często zapomina kredek, albo innych koniecznych pomocy. Dopiero teraz widzę, że on zachowuje się tak, jakby nie miał czasu mnie wysuchać. Nie uważa, nie pamięta, bałagani.

Psycholog: - Być może zawsze był trochę nadrucliwly albo nadpobudliwy, ale państwo nie zwróciło na to uwagi.

Babcia Karola: - Być może. Ja go wychowuję, córka pracuje. Karol jest jedynakiem i dotąd zawsze starałam się, żeby miał dużo ruchu. Chodziłam z nim na plac zabaw, jeździł na rowerze. Teraz w szkole zupełnie nie umie się znaleźć. Zresztą zawsze był mało samodzielny. Jeszcze niedawno zawiązywałam mu buty, jeśli nie były zapinane na rzepy.

Psycholog: - Czy nie chodził do przedszkola?

Babcia Karola: - Póki ja mam dużo wolnego czasu, to nie było takiej potrzeby. Córka ma wiele koleżanek z dziećmi, więc spotykały się kilka razy w miesiącu na płoteczki tak, aby dzieci mogły się razem bawić.

Psycholog: - A jak współdziałał wtedy z rówieśnikami?

Babcia Karola: - Wiem, że nie lubił przegrywać w zabawie. Bardzo się wtedy buntował i oczywiście lzy były na wierzchu. Trzeba go było długo pocieszać i tłumaczyć, że każdy chce wygrać. Teraz jest już trochę lepiej. Ale nigdy nie miał cierpliwości do rysowania czy wycinania albo innych prac ręcznych. Córka skarżyła mi się też, że nieraz musiała się wstyżać, kiedy zepsuł zabawkę innemu dziecku. Taki niezgrabny, jak naciśnie, to wepchnie, albo coś urwie. Nie wiem, jak to będzie, kiedy trzeba będzie więcej pisać w szkole. Widzę, że nieładnie trzyma ołówek.

Psycholog: - Z pewnością sprawę należy wyjaśnić. Dzieci z problemami manualnymi, albo takie, które mają trudności koncentracji uwagi, powinny być ocenione przez psychologa lub pedagoga najlepiej wtedy, kiedy w przedszkolu dziecko nie radzi sobie w grupie albo potem, wkrótce po rozpoczęciu nauki. Wtedy można szybko zaradzić trudnościami. Niektóre przedszkolaki i uczniowie pierwszych klas potrzebują bardzo ukierunkowanej pomocy. Korzystne są zabawy i zajęcia na sali ćwiczeń z terapeutą metody integracji sensorycznej. Jest to dobry sposób na uporządkowanie pracy układu nerwowego. Ćwiczenia i zabawy pomagają lepiej odebrać i rozpoznać poszczególne bodźce dochodzące do nas ze świata zewnętrznego. Po przez ukierunkowaną zabawę pod okiem terapeuty przy pomocy huśtawek, wałków, deskorolki dziecko uczy się planowania ruchu, koordynacji ciała, precyzji wykonywanych zadań. Zdobywa wtedy więcej pewności siebie, wyładowuje energię i może łatwiej skupić się potem na odrabianiu lekcji. Warto się dowiedzieć, gdzie w okolicy jest odpowiednio wyposażona sala do takich zajęć i odpowiednio przygotowany terapeuta.

Babcia Karola: - Moja znajoma prowadzi swojego synka z trzeciej klasy na treningi „biofidbeku”. Podobno także dobrze robią na koncentrację uwagi. Z tego, co wiem, chłopiec nie radzi sobie z zadaniami z matematyki i robi okropnie błędy ortograficzne.

Psycholog: - Tak. To jest metoda stosowana od niedawna, ale coraz bardziej poszukiwana nie tylko przez rodziców dla dzieci w wieku szkolnym, ale też przez dorosłych żyjących w stresie. Naprawdę nazywa się to EEG-Biofeedback i metoda ta najpierw została zastosowana w Ameryce podczas przygotowywania do zadań na orbicie amerykańskich kosmonautów. Ale już wkrótce próbowano ją wprowadzić do psychoterapii u młodzieży. U nas jest znana od kilku lat. Korzystają z niej dorośli, którzy przychodzą na treningi raz w tygodniu, często przed ważnymi spotkaniami w biznesie. W ten sposób lepiej pokonują treść, bardziej skupiają się na zadaniu. Przychodzą studenci przed sesję egzaminacyjną. U dzieci jest to jeden ze sposobów pokonywania objawów mikrozaburzeń rozwoju, prowadzących do dysleksji czy dysgrafii.

Babcia Karola: - A jak to wygląda w praktyce. Czy to nie jest za trudne dla mojego Karolka?

Psycholog: - Ach, to może być świetna zabawa. Dziecko widzi na ekranie komputera płynącą rzekę i tak się musi starać, żeby słońce woliło rozlać wodę rzeki jak najszerzej. Wtedy otrzymuje punkty. Chodzi o to, aby zdobyć ich najwięcej. Kiedy nauczyciel się skupia uwagę i tym samym zmniejsza swój wewnętrzny stres, może zdobyć więcej punktów na kolejnych zajęciach. Dzieci bardzo się starają i w ten sposób uczą się odpowiednio reagować. Gry są różne; wysięgi samochoďdów, balon, który musi stać się coraz większy. Terapeuta najpierw ułatwia zadanie, ale z czasem tak ustawia komputer, aby uzyskanie punktów było coraz trudniejsze. Mózg musi naprawdę popracować. Ale pacjenci to bardzo lubią.

Babcia Karola: - To znaczy, że nie wystarczy pojedynczy trening?

Psycholog: - Ci, którzy już poznali korzyści tej metody mogą przychodzić na jednorazowe zajęcia odświeżające, jednak na początek trzeba odbyć, co najmniej 10 spotkań. Dobrze jest także omówić problemy pacjenta z psychologiem na początku cyklu terapii. Treningi Biofeedback są zresztą prowadzone przez pedagoga lub psychologa. Ostatnio nawet zostały udostępnione w niektórych szkołach, pod warunkiem, że jest tam zatrudniony przeszkolony specjalista. Warto spróbować.

Babcia Karola: - A gdzie w mojej okolicy można skorzystać z takich treningów?

Psycholog:

- Zapraszam do **ELPIS Centrum Wspierania Rozwoju Dziecka** na ul. Lucerny 117 w Warszawie. Wszystkie informacje można uzyskać pod nr telefonem: 022 812 76 62 lub 022 815 27 82, a także na stronie www.elpiscentrum.pl i pod adresem elpis@elpiscentrum.pl

AS 2008

POMOC BEZ OPERACJI

Choć w Polsce świat medycyny niechętnie akceptuje leczenie chorób kręgosłupa metodami manualnymi, to ja – jako lekarz, z satysfakcją stwierdzam, że bogosławieństwem są w obecnych czasach tak bardzo zdominowanych chemią i skalpelem ludzie, którzy mają wiedzę i umiejętności takiej właśnie pomocy. W całym świecie nastąpił poważny zwrot ku manualnym technikom ustawiania kręgosłupa. W wielu krajach chiropraktyk jest partnerem lekarza i wspólnie z nim decyduje o leczeniu, pomagając unikać zabiegów chirurgicznych i leków. Sam tego doświadczyłem dzięki Panu Papajewskiemu.

Dr Jan Bernasia – radiolog – neurolog.

Jeżeli nie ma bezwzględnej konieczności operacji kręgosłupa, to jedyną najsensowniejszą metodą jest chiropraktyka medyczna. Na nic zdają się wszelkie leki, bowiem nie ma takich, które zlikwidują przyczynę bólu lub ustawią kręgi i przyczepy mięśni na właściwe położenie.

Mimo ogromnej ilości ofert i gabinetów trudno podjąć decyzję, gdzie iść, bo każdy zapewnia, że jest najlepszy.

Jednak ośrodek NATURMED – przedstawiany Czytelnikom wielokrotnie na przestrzeni kilku lat – to gwarancja bezpiecznej pomocy w bólu i bezpiecznej fachowości.

Od wielu lat pracuje tu zespół specjalistów. Na szczególną uwagę zasługuje pan Wojciech Papajewski – mający ogromne osiągnięcia w ustawianiu kręgosłupa i likwidowaniu wszelkich bólów mięśniowo – stawowych. Ma pacjentów od wieku szkolnego do bardzo zaawansowanego. Nawet ludzie z odległych miast podejmują trud przyjazdu do Naturmedu. Opinia, że tak bardzo pomaga – wszędzie się rozchodzi.

Zadaliśmy kilka pytań panu Papajewskiemu:

- Jakiej jest pana zdanie o zbyt pochopnych czy wręcz niepotrzebnych decyzjach operacji, o których tak wiele się ostatnio mówi w mediach?

- Przez lata pracy widziałem i słyszałem wiele. Również i to, że skutki zdarzają się tragiczne, często nie do naprawienia. W każdym niemal przypadku warto jednak walczyć, by operacji uniknąć. Zaden lekarz nie ukrywa, że skalpel – to zawsze ryzyko. Osobiście znam cztery osoby, które po operacji kręgosłupa walczą z gronkowcem, żółtaczką, oraz powikłaniami, które już będą mieli do końca życia. Ale są również takie schorzenia kręgosłupa – które wymagają wyłącznie interwencji chirurgicznej. Mimo wszystko.

- Stosuje pan specjalne techniki zabiegów kobietom w ciąży i po porodzie oraz skoliozach u młodzieży. To wyjątkowo rzadka umiejętność?

- Tak, specjalizacja ta jest nieoceniona, bo bóle kręgosłupa u kobiet w ciąży są wyjątkowo przykre i na ogół niczym nie leczone, a przecież kobiety te cierpią bardzo, nie mogąc wziąć żadnych leków.

- Jakiej kryteria stosuje pan przy kwalifikowaniu pacjentów do zabiegu?

- Istotny jest wiek i przyczyna dolegliwości, oraz jak długo ból trwa, w jakich okolicznościach się nasila, czy nie było urazu mechanicznego (np. wypadku), jak dalece zaawansowana jest osteoporoza i wiele innych.

- Czy może pan dać przykład metod przez pana stosowanych?

- Zawsze rozpoczynam od ortopedycznego rozluźnienia więzadeł wokół każdego kręgu, stawów barokowych i biodrowych. Najwięcej uwagi poświęcam szyi i odcinkowi lędźwiowemu kręgosłupa, dopiero po tych czynnościach wykonuję resztę zabiegu.

- Ile zabiegów jest konieczne, aby pacjentowi pomóc?

- Uczciwość nakazuje, aby nie określać „z góry”, że należy odbyć 10, 15 czy 20 zabiegów, bo przecież po 1-2 zabiegach okazać się może, że dany przypadek będzie wyliczony np. po 4, 5 zabiegach. Oceniam to po pierwszym, drugim spotkaniu.

A pacjent też to czuje. Zarówno pozytywnych efektów jak i ich braku nie da się ukryć, zamaskować. To zawsze jest jasne i czytelne.



Zapisy i informacje codziennie 9.00–19.00
NATURMED – Ursus – os. Gołębki
ul. Koronacyjna 15
Tel. (022) 662 49 07 oraz 0 604 092 007

Jak zawsze przedstawiamy wypowiedzi pacjentów, bo są one wiele mówiące:

„Arytmia serca, nocne kołatanie serca, uczucie niepokoju i duszenia się – te dolegliwości zmusiły mnie do wizyt u kardiologa. EKG, echo, próby wysiłkowe – robiłem wszystkie konieczne badania – wszystkie wyniki były prawidłowe.

Dla pewności byłem u dwóch kardiologów. Ten drugi mnie zaskoczył: niech pan spróbuj o dobrej terapii manualnego, bo to na pewno odcinek pierwszy kręgosłupa. Podał mi adres Naturmedu. I dopiero to było trafne! Pan Papajewski zajął się moim kręgosłupem i wszystkie problemy ustąpiły! Niepotrzebnie brałem wcześniej leki nasercowe i przeciwaritmiczne!”

Krzysztof Lewiński – chemik z Warszawy

„Powlóczyłem nogą, neurolog stwierdził, że muszę się tym pogodzić, bo operacja jest zbyt ryzykowna, także ze względu na serce. Fizykoterapia przez ponad rok nie pomogła zupełnie. Pan Papajewski – jest rewelacyjny, brak mi słów. Chodzę już normalnie – to wygląda na cud.”

Janusz Kucharski lat 41 (elektronik z Warszawy)

„Gdyby każdy gabinet ortopedyczny miał takiego Wojciecha Papajewskiego – ludzie byli by wyleczeni, a nie leżeni łami. Byłam już zdecydowana na operację na Lindleya, ale rodzina namówiła mnie na ośrodek w Gołębki, aby mieć spokojne sumienie, że wykorzystalam wszystkie możliwości. I całe szczęście! Dziś jestem tak sprawną, że lekarz prowadzący mnie do operacji, osobiście kontaktował się z ośrodkiem NATURMED, był tak bardzo zdumiony. Dzięki panu Wojtkowi Papajewskiemu uniknęłam operacji! Lekarz twierdzi, że nie widzi nawet w dalszej perspektywie takiej konieczności! Ta pomoc jest nieoceniona!”

Barbara Wojciechowska 51 lat (nauczycielka)

„Przeganiany byłem od lekarza do lekarza, od szpitala do sanatorium – koszar! Wydałem mnóstwo pieniędzy na różne „wynalazki”, które miały mi usprawnić chodzenie i zlikwidować ból – wszystko na nic. Syn sprowadził „cudowne lekarstwo” przez internet, aż doszedłem do dna! Każdy ruch był z bólem. Dziś jestem zdrowym człowiekiem. Nie uwierzyłbym nikomu, gdybym sam tego nie doświadczył. Bardzo dziękuję Panu Papajewskiemu.”

Bogdan Wilczek lat 61 (inżynier budowlany)

Informacje o możliwościach bezoperacyjnego leczenia kręgosłupa były i zawsze będą poszukiwane i potrzebne. Dlatego o ośrodku NATURMED warto pamiętać.

AS 2008

Licencjonowany Zakład Produkcyjny

PRODUCENT OKIEN PCV I ROLET

Biurowy Handlowy: Warszawa, ul. Zamieniecka 76, tel./fax. 879-89-54

Miej fantazję - łap okazję!

RABAT WIOSENNY 35%

OKNA PCV

- ➔ Żaluzje
- ➔ Roletki materiałowe
- ➔ Moskitiery
- ➔ Verticale

RABAT 45%

MONTAŻ GRATIS

tel./fax 879-89-54

GRAHAM PACKAGING EUROPE Amerykańska spółka specjalizująca się w technologii i masowej produkcji wysokiej jakości opakowań z tworzyw sztucznych, w związku z intensywnym rozwojem przedsiębiorstwa w Polsce poszukuje kandydatów na stanowisko:

Lakiernik (miejsce pracy: Międzyzlesie), nr ref. GTCPP/0508/PL
Do obowiązków będzie należało: lakierowanie przemysłowe metodą natryskową „na mokro”, przygotowanie i lakierowanie konstrukcji stalowych w kabine lakierniczej
Oczekujemy: wykształcenia min. zawodowego, średnie techniczne mile widziane, min. 3 lata doświadczenia na stanowisku lakiernika, znajomości procesów lakierniczych, umiejętności przygotowania powierzchni i wykonywania powłok lakierniczych, uprawnień do obsługi wózków widłowych, uprawnień do obsługi suwnicy z poziomą „0”, gotowości do pracy w systemie dwumianowym

Specjalista Kontroler Jakości (miejsce pracy: Międzyzlesie), nr ref. GTCPP/0408/PL
Do obowiązków będzie należało: kontrola części maszyn i form, opracowanie metodyki pomiarów, programów pomiarowych, obsługa maszyn i przyrządów pomiarowych KJ, nadzór nad sprzętem pomiarowym, opracowanie i przestrzeżenie procedur jakościowych
Oczekujemy: wykształcenia wyższego technicznego, min. 3 lata doświadczenia na stanowisku kontrolera jakości, doświadczenia związanego z pomiarami części maszyn, umiejętności programowania (PC-DMIS, MITUTOYO), komunikatywnej znajomości j. angielskiego

Oferujemy:

- możliwość rozwoju zawodowego i podnoszenia kwalifikacji w międzynarodowej firmie
- ciekawą, samodzielną i odpowiedzialną pracę w zgranym i ambitnym zespole
- atrakcyjne warunki zatrudnienia adekwatne do wykształcenia i doświadczenia zawodowego

Prosimy o przekazanie CV wraz z listem motywacyjnym, w terminie 14 dni od daty ukazania się ogłoszenia, z pozwoleniem się na nr referencyjny oferty.

Graham Packaging Poland Sp. z o.o., ul. Żegańska 1, 04-713 Warszawa Międzyzlesie
fax: 022/3212900, e-mail: graham.rekrutacja@grahampackaging.com

Zastrzegamy sobie możliwość odpowiedzi jedynie na wybrane aplikacje. Prosimy o dopisanie następującej klauzuli: „Wyrażam zgodę na przetwarzanie danych osobowych zawartych w ofercie pracy dla potrzeb niezbędnych do realizacji procesu rekrutacji (zgodnie z ustawą z dnia 29.08.1997 o Ochronie Danych Osobowych, Dz.U. Nr 133 poz. 883)”

REKLAMA

MIESZKANIEC 17

KUPIĘ

• AAA Antyki, meble, obrazy, zegary, plater, srebra oraz inne przedmioty. Tel. 022 841-09-35; 0501-050-948
 • Antyki, monety, pocztówki, znaczki, obrazy, meble, zegary oraz inne przedmioty. Tel. 022 610-33-84; 0601-235-118
 • Monety, banknoty, odznaczenia. Antykwariat ul. Andersa 18. Tel. 022 831-36-48
 • Znaczki, pocztówki, monety, medale, banknoty, akcje. Tel. 022 841-09-35; 0501-050-948

AUTO-MOTO/kupię

• Opla – Skodę. Tel. 0506-871-924

SPRZEDAM

• Motocykl WFM 125 - nowa produkcja – za 3000 zł. Tel. 022 872-97-51
 • Odkurzacze Rainbow – nowe, używane – serwis, konserwacja, akcesoria. Tel. 0606-742-822 www.odkurzaczrainbow.pl
 • Piecyk kapielowy, gazowy. Tel. 022 813-38-18; 022 810-33-77
 • Wyposażenie zakładu fryzjerskiego. Tel. 022 610-15-72
 • Alkoholowe odtrucia, narkotykowe, Esperal. Tanio. Gabinet, dojazd. Tel. 022 671-15-79; 022 613-98-37
 • Pedicure – wizyty domowe. Tel. 0698-788-966

NAUKA

• Fizyka/Matematyka. Matury. Dojeżdżam. Dr. Tel. 0606-154-798
 • Francuski, rosyjski – tłumaczenia umów, faktur, kontraktów, instrukcji i warunków technicznych, aktów cywilnych, ślubów. Pośrednictwo biur wykluczone. Tel. 022 815-44-91; 0601-35-18-64
 • J. polski. Tel. 691-923-889
 • Liceum dla dorosłych. Tel. 022 498-65-95
 • Matematyka. Tel. 607-163-744
 • Pośrednictwo i zarządzanie nieruchomościami – studia poddyplomowe. Tel. 022 879-87-66
 • Szkolenia BHP. Tel. 022 879-87-66
 • Szkoła Policealna. Tel. 022 498-65-95

NIERUCHOMOŚCI/kupię

• Bezpośrednio kupię plac na Grochowie zabudowany lub niezabudowany – pod budownictwo wielorodzinne. Pilne! Tel. 022 610-77-94; 0501-103-792

NIERUCHOMOŚCI

HMR Biuro Doradztwa i Pośrednictwa Majątkowego s.c.
szukasz domu, działki
 wzdłuż linii otwockiej
(022) 615 80 05/06
 HMR Międzyzlesie Patriotów 309
szukasz mieszkania
(022) 810 70 00
 HMR Saska Kępa
 Galeria Saska ul. Zwycięzców 28
www.hmr.pl

DAM PRACĘ

• AVON – korzystne warunki współpracy. Tel. 0602-623-916
 • Agencja ochrony poszukuje od zaraz do pracy mężczyzn w wieku 40-60 lat. Bardzo dogodne warunki pracy i płacy. Tel. 0696-518-491; 0605-730-180
 • Agencja ochrony na korzystnych warunkach zatrudni do ochrony na terenie Pragi, Bródna, Międzyzlesia i Targówka. Tel. 0691-737-741
 • Biuro zatrudni samodzielną księgową. Tel. 022 616-55-11; e-mail:biuro@pol-tax.pl
 • Do pracowni cukierniczej – chętnie do pracy, zdyscyplinowane kobiety, doświadczenie niekonieczne, od zaraz 8 zł/h. Marysin Wawerski. Tel. 022 815-64-23 (dzwonić 7.00-13.00)
 • Dr Nona – produkty uzdrawiające z Morza Martwego. Kosmetyka + zdrowie. Tel. 0602-654-917

Oriko Polska Sp. z o.o. Dystrybucja Budowlana

poszukuje do 1 oddziału w Warszawie na ul. Lucerna pracowników na stanowisko:

kierowca, magazynier

CV a także list motywacyjny proszę przesyłać na adres: rekrutacja@oriko.pl

Oriko Polska Sp. z o.o. ul.Patriotów 110 04-844 Warszawa

• Firma z branży usług komunalnych zatrudni kierowców z kat. C+E. Tel. 022 750-93-13
 • Firma Instal-Bud zatrudni hydraulika (konserwacja). Okolice Rembertowa. Tel. 602-777-508
 • Krawcowej – szycie miarowe, poprawki. Grochów. Tel. 022 870-01-01
 • Kierowcy z kategorią C+E. Tel. 0602-189-663; 022 795-13-35
 • Opiekunki do chorych, siostry PCK, pielęgniarki zatrudnione. Tel. 022 815-30-62
 • PANIE – MONTAŻ ATOMIZERÓW – (umowa o pracę) Aleksandrów k./Falenicy. Tel. 0501-295-814 (od 8.00 do 16.00)
 • Solidnego, odpowiedzialnego, pracownego, z wyobraźnią techniczną do pracy przy prostych maszynach pakujących w firmie w Rembertowie. Wymagana aktualna książeczka badań Sanepidu. Tel. kontaktowy 0601-313-494
 • Zatrudnię preserów, także osoby niepełnosprawne. Tel. 022 613-32-79; 0600-082-205

SZUKAM PRACY

• Zaopiekuję się dzieckiem (kilka godzin dziennie). Tel. 0609-762-685
 • Zaopiekuję się dzieckiem 5 godz. dziennie. Tel. 0502-515-058

PRAWNE

• Kancelaria Prawna, przystępne ceny, szeroki zakres usług. Czynna codziennie. ul. Gro-

chowska 207 (Universam nad bankiem). Tel. 0509-959-444, (022) 810-00-61 w. 252
 • Kancelaria Adwokacka adw. Teresa Zdanowicz. Sprawy: cywilne, karne, rodzinne, spadkowe. Wawer - Anin ul. Ukośna. Tel. 022 613-04-30; 0603-807-481
 • KANCELARIA ADWOKACKA – prawo cywilne, karne, spadkowe, rodzinne – obsługa. Porady. Międzyzlesie ul. Dziecielnicy 3 m II, wtorek i czwartek 15.00-18.00. Tel. 022 815-31-80; 0501-025-692

Doradztwo Prawne – pełny zakres. Kancelaria Prawna Pietruk s.c. Konkurencyjne ceny ul. Grochowska 306/308 lok. 29. Tel. 022 879-92-29; 0502-27-51-94; www.pietruk.eu

RÓŻNE

• Biuro Matrymonialne „Ty i Ja”. Tel. 022 818-81-37; 0502-879-561
 • OPIEKANIE NAD GROBAMI W WARSZAWIE – TANIO I SOLIDNIE. Tel. 0500-336-607

Skup złomu metali kolorowych. Stary cynk – nowe ceny! Ul. Kawcza 40. Tel. 0600-236-046

SPORT

• Siłownia, sauna Podskarbińska 7 B – najtaniej! Tel. 022 870-52-72

USŁUGI

• Administrowanie nieruchomości. Tel. 0692 614 577
 • Administracja i zarządzanie nieruchomościami. Tel. 022 380-32-03; 0607-838-608
 • ALKO PRZEPROWADZKI i meblowozy. 1 zł/km. Tel. 0512-139-430
 • AAAA Automatyczne pralki, zmywarki - krajowe, zachodnie. Naprawa. Tel. 022 612-95-23, 0609 105 940
 • Anteny SAT TV, kamery – 24 h. Tel. 0602-396-976
 • ANTENY - CYFRA+, Polsat, N-ka, Promocja dekodera Polsatu za 99 zł, 1 m-c gratis i 37,90 zł/m-c, satelity bez opłat 700 programów w tym 17 polskich (Polonia, TRWAM), anteny TV – naziemne. Sprzedaż, montaż, naprawa, gwarancja! Tel. 022 815-47-25; 0501-123-566 www.lemag-tvsat.waw.pl
 • Automatyczne pralki – naprawa, tanio. Tel. 022 810-67-92; 0605-404-132
 • Cyklinowanie, lakierowanie - Szpakowski. Tel. 022 872-93-03

• Cyklina, lakier. Tel. 0501-952-567
 • Dekarstwo, blacharstwo. Tel. 0501-487-868
 • DEZYNSEKCJA, skutecznie. Tel. 022 642-96-16
 • Domofony – naprawa, montaż, instalacje elektryczne, pralki. Tel. 0601-93-68-05; 022 612-92-70
 • Elektryczne. Tel. 022 428-35-53; 0504-61-88-88
 • Elektryczne (uprawnienia). Tel. 022 870-27-39; 0502-208-813
 • FOCUS SERVICE - naprawa telewizorów w domu klienta. Tel. 0603-40-90-20
 • Gaz, hydraulika 24 h, awarie pieca, termy, kuchni, podłączenia, przeróbki, naprawy. Tel. 022 610-88-27; 0604-798-744
 • Glazura, malowanie, tapetowanie, hydraulika, elektryka, panele, gwarancja – Firma Głowacki. Tel. 022 428-35-53, 0504 61 88 88
 • Glazura - remonty. Tel. 0694-809-402
 • Glazura, hydraulika, remonty. Tel. 022 671-05-82
 • Hydrauliczne. Tel. 022 428-35-53; 0504-61-88-88
 • Hydrauliczne, gazowe – solidnie. Tel. 022 610-81-21; 0607-773-106
 • Hydrauliczne, Wod.-Kan. Gaz., CO, piece, filtry. Tel. 022 613-82-96; 0696-321-228
 • Hydrauliczne i inne remontowe. Tel. 0662-037-118 (po 15.00)
 • Hydrauliczne, inst.CO., Inst. Wod.-Kan., przeróbki. Tel. 0516-508-397
 • Lodówki, pralki. Tel. 022 671-80-49; 604-910-643; 601-361-830
 • Malarska, tapety, gładź - osobiście. Tel. 022 810-90-22
 • Malowanie, tapetowanie, panele. Tel. 022 615-76-97; 0695-679-521
 • Malowanie, tapetowanie. Tel. 022 428-35-53; 0504-61-88-88
 • Malowanie, gładź gipsowa. Tel. 022 612-01-95; 510-711-163
 • Malowanie, gipsowanie, panele. Tel. 0606-46-44-53
 • Meble na wymiar – w dobrej cenie. Tel. 0888-785-778
 • Nadruki na odzieży i gadżetach. Ul. Patriotów 237. Tel. 022 615-34-28; 515-68-58-68
 • Naprawa i przestrajanie telewizorów krajowych i zagranicznych, magnetowidów, urządzeń elektronicznych. Gwarancja. Tel. 022 612-52-23; 0607 145 196
 • Naprawa pralek. Emeryci i renciści 50% taniej. Tel. 022 672-95-50; 503-846-135
 • Naprawa – pralki, lodówki – tanio! Tel. 022 644-23-12; 0697-120-312

• Naprawa telewizorów u klienta. Dojazd gratis. Tel. 671-94-53; 0692-420-605
 Nieodpłatnie odbieram użyty sprzęt AGD (bez lodówek), złom w każdej postaci, makulaturę, stłuczkę. Własny transport. Sprzątanie piwnic. Tel. 022 499-20-62

• Odzież skórzana i motocyklowa, futra, kożuchy – przeróbki oraz wszelkie naprawy. Ul. Zamieniecka 63. Tel. 022 610-23-05
 • Pielęgnacja ogrodów, koszenie trawników. Tel. 0 888 906 138
 • Pranie chemiczne, renowacja odzieży skórzanej, pranie dywanów, magiel. Zakład Pralniczy ul. Igańska 22. Tel. 022 870-09-54
 • Pranie dywanów, wykładzin i tapicerki meblowej. Tel. 0510-126-840
 • Przyłącza wod.-kan. Tel. 0606-743-873
 • Przeprowadzki z pakowaniem, tanio. Tel. 022 810-25-72; 0501-190-127
 • Reklama, szyldy, kasetony, neony. Ul. Patriotów 237. Tel. 022 615-34-28; 515-68-58-68

• STOLARZ - wykona solidnie - meble, zabudowy, kuchnie, szafy, pawlance i inne. Tel. 022 810-38-04; 0602-126-214
 • Stolarstwo, lakiernictwo. Meble na wymiar, kuchenne, biurowe, szafy wnękowe, garderoby itp. Cięcie plyt. Tel. 0694-94-99-49; 022 619-52-76
 • Tapicerskie. Tel. 022 612-53-88
 • Tipy. Tel. 0509-812-980
 • Układanie, cyklinowanie, lakierowanie, renowacja starych podłóg. Tel. 0663-511-771
 • Układanie parkietów, przekładanie, cyklinowanie, lakierowanie – osobiście. Tel. 022810-70-88; 0609-542-545
 • Wywóz gruzu, wykopy, wyburzanie, piach, żwir, ziemia. Tel. 0695-732-224; 022 773-22-24
 • Verticale, kraty, zabudowy balkonów. Tel. 022 870-17-09; 022 610-19-92
 • Żaluzje, verticale, rolety - naprawy, pranie verticali. Tel. 022 610-54-19
 • Rolety antywłamaniowe i naprawy. Tel. 022 610-54-19
 • Rolety, żaluzje, verticale, rolety antywłamaniowe – produkcja, naprawa. Tel. 022 610-23-83
 • Żuk – wywóz gruzu, złomu, śmieci, drzewa, liści i mebli. Tel. 022 610-88-27; 0888-651-163

ZDROWIE

• BEZPŁATNIE STOMATOLOGIA: LECZENIE I PROTEZY NFZ. Tel. 022 870-55-00

REKLAMA REKLAMA

BIURO REKLAMY „MIESZKANIEC”
 04-062 Warszawa, ul. Grenadierów 10 tel./fax 022 813-43-83, 022 810-64-12
 e-mail: redakcja@mieszkaniec.pl Internet: www.mieszkaniec.pl

MIESZKANIEC CZASOPISMO SPOŁECZNO-SAMORZĄDOWE
 Redaguje zespół dziennikarzy przy współudziale mieszkańców. Redaktor naczelny: Wiesław Nowosielski. Zdjęcia: Leszek Pogorzelski. Redakcja: ul. Grenadierów 10, 04-062 Warszawa, tel./fax 022 813-43-83, e-mail: redakcja@mieszkaniec.pl Internet: www.mieszkaniec.pl Wydawca: P.W.U. „VARIAT” ul. Grenadierów 10, 04-062 Warszawa, tel. 022 810-64-12. Przygot. do druku: MAWA Press tel. 022 870-71-35. Druk: „ODDI” ul. tel./fax 048 613-31-88. Materiałów nie zamówionych nie zwracamy. Za treść ogłoszeń, listów i artykułów sponsorowanych Redakcja i Wydawca nie odpowiadają.
 Nakład: 40 000 egz. Kontrolowany przez Związek Kontroli i Dystrybucji Prasy.