

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

STACJA KONTROLI POJAZDÓW
WESOŁA - ZIELONA ul. Wspólna 49 obok Bomisu
 tel. 773-52-97-773-97-29
 ♦ badania rejestracyjne pojazdów do 3,5 t DMC i pojazdów z instalacją gazową
 ♦ regulacja zbieżności i geometria kół
 Zapraszamy:
 pon. - pt. w godz. 8⁰⁰-20⁰⁰
 sobota w godz. 8⁰⁰-16⁰⁰

DENTAMEDICA
GOŚCŁAW ul. Abrahama 2
 ☎ 022 671-31-32; 022 673-89-01
RADOŚĆ ul. Izbička 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 1(473) ROK XIX

15.01.2009 r.

ISSN 1231-7993

bezpłatny

Transmisja z braku wydarzeń

Minus dwadzieścia na termometrze - śmiech na sali, kto kiedyś przejmował się takimi temperaturami. Jak był styczeń, to była zima, jak była zima, to był mróz. Normalne.

Teraz telewizje potrafią poświęcić termometrowi cały dzień niuś... A mówić nie ma o czym. Bo dawna mrozy powodowały, że stawała cała komunikacja, zamarzały autobusy i pociągi, „siadały” energetyczne linie przesyłowe, słabło ciśnienie w sieciach gazowych, a na nieodśnieżonych chodnikach człowiek wykreczał potrójne Radebergery, czy jak się tam te piruety nazywają...

Byłoby o czym gadać, a były tylko krótkie notki na trzech stronach Expressu Wieczornego. Teraz zaś autobusy mają takie instalacje, że nie zamarzają, tramwaje nie przymarzają, a w telewizjach gadania było, a radzenia, jak przetrwać te straszne czasy... Raptem trzy dni.

Moim zdaniem Warszawa przeszła przez nie w zasadzie bezboleśnie. Komuś tam nie odpalił samochód, gdzieś pękła rura i nie było ciepło w kilku mieszkaniach, ale nic innego, poważniejszego się nie stało. Sprawnie, bez kłopotów, normalnie. To mi się podobało.

Mniej zaś to, że w te mrozy trzeba było stanąć do kolejki. By zapisać się do lekarza specjalisty, bo akurat przychodnie i szpitale dostały kontrakty na ten rok. I znów ruszyły tłumy tych, co naprawdę potrzebują i tych, co tylko na wszelki wypadek. Tu normalności jeszcze długo nie będzie. I o tym powinni być raczej całodniowe transmisje.

Tomasz Szymański

JUŻ FERIE!!!

„Zima w mieście” Praga Południe czytaj str. 7

W NUMERZE:

- Wawerski cud str. 2
- Oplatek z „Zośką” str. 3
- Felietony str. 5
- Jak minął rok? str. 6
- Świąteczne spotkania str. 8
- Wieczór życzeń str. 9
- Ptasia grypa - ludzki problem str. 11
- MIESZKANIEC na luzie str. 12
- Rada z za kotary str. 13

CENTRUM MEDYCZNE OSTROBRAMSKA
www.cmostrobramska.pl
 str. 16

MIESZKANIEC 2008

Kochani Czytelnicy! Z nieskrywaną dumą informujemy, że w minionym roku łączny, kontrolowany nakład naszej gazety, przekroczył milion egzemplarzy. Odnotowaliśmy też rekordową liczbę Waszych wizyt na naszej stronie internetowej – www.mieszkaniec.pl klikaliście ponad 300 tysięcy razy. „Tak trzymać, nie popuszczać!” Bądźcie z nami, bo my jesteśmy dla Was.

WYWÓZ ODPADÓW I GRUZU KONTENERAMI
 KP-7 KP-4
 wywóz odpadów zmieszanych wywóz gruzu
 6 dni w tygodniu
Zamówienia: ☎ 0663 897 979
 ☎ 022 850 02 33, 022 826 11 17
www.polsuper.pl

WYWÓZ NIECZYSTOŚCI PŁYNNYCH
 6 dni w tygodniu

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

CHODENT
 GABINET STOMATOLOGICZNY
NOWOCZESNY GABINET
 KAMERA WEWNĄTRZYSTNA, MIKROSKOP, ULTRADŹWIĘKI, RADIOWIZJOGRAFIA
 ul. Osowska 33 Czynne: 9-20
 tel. (22) 610 46 46 Sobota: 10-15
 0 500 214 141 REJESTRACJA ONLINE
www.chodent.pl

Audi
 Stacja serwisu czynna w godz. 7.00 - 22.00
 Sobiesław Zasada Warszawa
 Autoryzowany serwis VW i Audi
 ul. Grodzka 168, 04-111 Warszawa
 tel.(022) 61 16 900, www.zasada.waw.pl

OKNOPLAST
OKNA z Krakowa
 Najczęściej polecane okna...
PROMOCJA ZIMOWA!
RABAT do 40%*
 * przy 100% wpłacie
 ul. Ostrobramska 73
 tel. (022) 613 50 33, (022) 870 27 17

BIURO PODRÓŻY
Neckermann Polska
 ul. Zwycięzców 42
 Tel. 672-56-58, 672-56-60
 e-mail: saskakepa@neckermann.pl

OPTYK
 ul. Sienna 3
 tel. 810-28-18
POLECA:

- pełen asortyment szkieł (do komputera, dla kierowców)
- duży wybór opraw
- realizacja recept
- wszelkie naprawy okularów
- szybka i profesjonalna obsługa

pon.-pt. w godz. 11.00-18.00

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

BOLIX SYSTEMY OCIEPLEN
Ceresit
AUSTROTHERM
ROCKWOOL

MATERIAŁY BUDOWLANE

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

Materiały Budowlane
EURO BUD
 Sulejówek Al. Piłsudskiego 55
 Tel. 22 783 03 96
www.euro-bud.pl



KLASZTORNE SPECJAŁY – JUŻ U NAS!

W podkrakowskim Tyńcu zatrzymywał się na popas Zbyszko z Bogdańca w „Krzyżakach”. Dobrze wiedział, co robi, bo tam, na skale, wznosi się opactwo benedyktyńskie, w którym od setek lat bracia słyną z wyśmienitych produktów spożywczych. To nie masówka, to tradycyjna, najbardziej sumiennie przestrzegana klasztorna receptura i jakość.

Na Grochowskiej 56 (róg Podolskiej, przy przystanku) mamy unikalny, prawdziwy Sklep Benedyktynski, certyfikowany i zaopatrywany wyłącznie przez opactwo benedyktynów w Tyńcu. Czegóż tam nie ma! Pięknie opakowane pyszności w stylowym, przestronnym wnętrzu a właściciele sklepu, Wiesława i Tomasz Kopik, doskonale znają przebogata ofertę i doradzą, częstując gości benedyktyńskimi specjalami.

Benedyktynski sklep to ucza nie tylko dla ciała: są tu też książki, zwłaszcza autorstwa Ojca Leona Knabita, który swoją mądrość i doświadczenie potrafi przekazać tak, że nie sposób nad nimi nie chichotać, podającą czasem w domyślenie.

Ale wróćmy do pokusa. Najslynniejsza „Benedyktynka od 7 boleści” – likier wedle prastarej receptury, unikalny, w przepięknej flaszce. Młody sycony przez mnichów, w glinianych butlach; dwójniaki, trójniaki, jakich nigdzie nie znajdziesz. Mięgsza wędzone, kiełbaski lśniące brązową skórą, kaszanecki przednie – a wszystko pod ścisłą kontrolą i nadzorem jakościowym skrupulatnych ojczaszów, troskliwe dbających o nieskazitelnie dobre imię wszystkich, dostępnych tu benedyktyńskich produktów.

To najbardziej zdrowa ze zdrowej żywności, restrykcyjnie przestrzega się i procesu produkcji, i uprawiania surowców! Samych herbatk ziołowych jest ponad dwadzieścia, jeszcze więcej - przypraw suszonych, ziół i owoców – malin, truskawek, żurawin bez dodatku cukru.

A konfitury! Robione ręcznie, tylko w sezonie, ze świeżych, nie mrożonych owoców. Sztandarowa, wielokrotnie nagradzana Brzytewka – wino z dodatkiem rumu; Konfitura Niewiernych – cytrynowa z likierem, Wesoły Mnich – bakalie z rumem, to, obok tradycyjnych, niektóre z wyjątkowych specjalów. Warto wspomnieć o konfiturze z rokitnika, zwłaszcza, że zawarta w owocu witamina C nie rozkłada się pod wpływem wysokich temperatur, a jest jej cztery razy więcej, niż w czarnej porzeczce!

14 rodzajów miodów z pasiek benedyktyńskich, także unikalne miody z nawłoci, spadziowy iglasty lub liściasty, z pierzga, a obok – orzechy i pestki w miodzie. Ciastka, niepowtarzalne chleby na zakwasie, w tym trwały i poszukiwany „chleb pielgrzyma” z suszonymi owocami i orzechami. Są makarony, świetne kasze i mąki, także orkiszowa! Soki, syropy, wina z zakonów Europy, chrzany, sery, jaja, słowem – prawdziwa ucza! Kiedy, jak nie w kamawale?! Do domu i na prezenty!

AS 2009

Katarzyna Jasiek

Sklep Benedyktynski zaprasza od poniedziałku do piątku w godzinach 11.00-19.00, w soboty 10.00-15.00, ul. Grochowska 56 róg Podolskiej.
Zamówienia telefoniczne: 022 409 47 72.



Opłatek z „Zośką”

Od wielu lat żołnierze Batalionu „Zośka” wraz z przyjaciółmi spotykają się, by na przełomie roku podzielić się opłatkiem. Tym razem bohaterów Powstania Warszawskiego gościła, nosząca imię Batalionu, Szkoła Podstawowa nr 163 im. przy ul. Osieckiej.

Przy wigilijnym stole, prócz Powstańców i ich rodzin, zasiadli między innymi: przedstawiciele bratniego Batalionu „Parasol”, księża kapelani i proboszczowie lokalnych Parafii, Barbara Wachowicz, autorka cyklu książek o harcerzach – żołnierzach Armii Krajowej, i wielu innych przyjaciół „Zośkowców”.

Spotkanie rozpoczęło się od śpiewaniem przez szkolny chór hymnu szkoły. Po nim dyrektor szkoły Danuta Czarna jako gospodyni przywitała gości. – Spotkania z Państwem są dla nas zawsze pełne wzruszeń, inspirują do pracy z młodzieżą. Chcę zapewnić, że staramy się, aby w środowisku dzieci, z którymi pracujemy, idee naszego patrona były żywe.

O poległych i zmarłych żołnierzach Batalionu „Zośka” mówił także duszpasterz środowisk kombatanckich, ks. Henryk Kie-



tiński. – Chociaż 50 lat służby kapłańskiej za mną, to dla mnie w dużym wymiarze, wzorem, natchnieniem i mistrzem dzielnego i mądrego życia jest Tadeusz

„Zośka” Zawadzki. On walczył, poległ i odniósł to swoje wielkie duchowe zwycięstwo na tej ziemi.

Następnie wszyscy goście, z nieukrywanym wzruszeniem, przełamali się opłatkiem i złożyli sobie życzenia. Część oficjalną zakończył program artystyczny przygotowany przez uczniów szkoły.

Wraz z upływającym czasem grono „Zośkowców” pomniejsza się. W ubiegłym roku pożegnano jedenaście osób. Pamięć

Podróż za jeden bilet

Od 1 stycznia br. na podstawie biletów ZTM, pociągami Kolei Mazowieckich mogą podróżować również mieszkańcy gmin: Jabłonna, Legionowo, Wieliszew, Nieporęt, Zielonka, Kobyłka, Wołomin, Józefów, Otwock, Piaseczno, Lesznowola i Ożarów.

Do tej pory, ze wspólnego biletu mogli korzystać jedynie mieszkańcy Warszawy oraz podwarszawskich miejscowości: Żąbki, Sulejówkę, Piastów i Pruszków. Teraz Wspólny Bilet został rozszerzony na teren całej aglomeracji warszawskiej. Od 1 stycznia bilet obowiązuje na obszarze ograniczonym następującymi stacjami: Sulejówek Miłosna, Śródborów, Zalesie Górne, Pruszków, Płochocin, Chotomów, Nieporęt, Zągościniec.

Pociągami Kolei Mazowieckich będzie można podróżować na podstawie biletów: 30- i 90-dniowych (z wyłączeniem biletów na jedną linię), dobowych, 3-dniowych, 7-dniowych, a także na podstawie biletu seniora. Osobom powyżej 70. roku życia przysługuje uprawnienie do bezpłatnych przejazdów środkami lokalnego transportu zbiorowego na podstawie dokumentu tożsamości.

W pociągach Kolei Mazowieckich honorowane są również uprawnienia do przejazdów bezpłatnych oraz ulgowych, zgodnie z przepisami taryfowymi ZTM. Bilety są honorowane pod warunkiem, że zostały skasowane lub aktywowane przed rozpoczęciem podróży. Poza granicami pierwszej strefy biletowej ZTM, w pociągach KM obowiązują bilety ważne w 1 i 2 strefie.

(ab)

SPECJALISTYCZNY SKLEP I SERWIS

RENAULT PEUGEOT CITROEN

MOTO partner Warszawa ul. Grochowska 45D
Dział, sklep tel. 022 871-30-30 Serwis tel. 022 740-01-60
Sprzedaż – Montaż **OPON -20%**
Pn-pt. 8⁰⁰-18⁰⁰ Sob. 8⁰⁰-13⁰⁰ e-mail: info@motopartner.pl

NAUKA ZA DARMO!

SZKOŁY ZAOCZNE na Grochowie zapraszają!

ul. Tarnowiecka 4
Tel. 022 610-72-72;
0602-793-732
e-mail: nlodd38@ant.pl;
www.zaocznelo.pl

NOWY ROCZEK

LOKATA NA 4 MIESIĄCE

9%*

Oprocentowanie zmienne w skali roku. Minimalna wpłata 1000 zł. PROMOCJA TYLKO DO 28.02.2009

BANK PRZYJAZNY DLA PRZEDSIĘBIORCÓW

SPÓŁDZIELCZY BANK RZEMIOSŁA I ROLNICTWA

WOŁOMIN
www.sbrzr.pl

EUROSTANDARD

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



Nowy sposób płacenia w mieście.

Płać komórką za bilet czasowy komunikacji miejskiej z konta.



Od teraz bilet czasowy komunikacji miejskiej możesz kupić z dowolnego miejsca i o dowolnej porze. I to bez gotówki. Wystarczy, że masz telefon w Plusie. Za bilety możesz płacić z konta w systemie mPay lub bezpośrednio z konta bankowego. Otwórz konto osobiste w najbliższym oddziale Citi Handlowy i aktywuj usługę „Płać komórką”.

Szczegóły na www.plac-komorka.pl

Infolinia: (22) 541 88 88

System **MPAY****Plus****citi handlowy**

ZARZĄD DZIELNICZY PRAGA POŁUDNIE
M. ST. WARSZAWY
ZAPRASZA DZIECI I MŁODZIEŻ DO UDZIAŁU W PROGRAMIE

ZIMA W MIEŚCIE 2009

w okresie od 19.01 do 30.01.2009 roku
PUNKTY DZIENNEGO POBYTU
zapraszają dzieci i młodzież szkół podstawowych i gimnazjów

| NAZWA PLACÓWKI | ADRES | KOORDYNATOR | NUMER TELEFONU | GODZINY ZAJĘĆ |
|-----------------------------------|-----------------------------|----------------------------|----------------|---------------|
| Szkoła Podstawowa nr 60 | ul. Zbarska 3 | Anna Ostaszewska | 0 22 810 28 82 | 7.30 - 16.30 |
| Szkoła Podstawowa nr 120 | ul. Międzyborska 70 | Katarzyna Skukowska | 0 22 810 32 44 | 7.30 - 16.30 |
| Szkoła Podstawowa nr 141 | ul. Szaserów 117 | Krystyna Choińska | 0 22 610 67 72 | 8.00 - 16.00 |
| Szkoła Podstawowa nr 143 | Al. Stanów Zjednoczonych 27 | Karolina Wolińska - Miller | 0 22 617 72 32 | 8.00 - 16.00 |
| Szkoła Podstawowa nr 163 | ul. Osiecka 28/32 | Katarzyna Kowalska | 0 22 610 43 16 | 7.30 - 16.30 |
| Szkoła Podstawowa nr 185 | ul. Bora Komorowskiego 31 | Waldemar Krukowski | 0 22 613 58 78 | 7.30 - 16.30 |
| Szkoła Podstawowa nr 255 | ul. Kamionkowska 36/44 | Barbara Jasińska | 0 22 810 73 67 | 7.30 - 16.30 |
| Szkoła Podstawowa nr 312 | ul. Umińskiego 12 | Natalia Koperska | 0 22 671 11 66 | 7.30 - 16.30 |
| Gimnazjum nr 18 | ul. Angorska 2 | Elżbieta Ratyńska - Sidor | 0 22 617 57 24 | 7.30 - 16.30 |
| Gimnazjum nr 23 | ul. Tarnowiecka 4 | Katarzyna Sיעińska | 0 22 612 51 79 | 8.30 - 15.30 |
| Gimnazjum nr 26 | ul. Fundamentowa 38/42 | Małgorzata Sanok - Schmidt | 0 22 810 66 61 | 8.00 - 16.00 |
| Zespół Szkół Sportowych nr 70 | ul. Siennicka 40 | Dorota Krasuska | 0 22 810 13 50 | 8.00 - 16.00 |
| Zespół Szkół Integrycyjnych nr 75 | ul. Bzdowska 5 | Katarzyna Gajewska | 0 22 671 33 72 | 7.30 - 16.30 |
| Zespół Szkół nr 84 | ul. Zwycięzców 44 | Anna Tkaczyk | 0 22 617 63 28 | 7.30 - 16.30 |
| Ognisko Pracy Pozaszkolnej nr 2 | ul. Nobla 18/26 | Wiesława Maj | 0 22 617 59 62 | 7.30 - 16.30 |
| Ognisko Pracy Pozaszkolnej | ul. Pawlikowskiego 3 | Lucyna Melcer | 0 22 613 55 46 | 7.30 - 16.30 |
| Ognisko Pracy Pozaszkolnej | ul. Dwrniewskiego 29 A | Jolanta Skrzyszewska | 0 22 870 03 81 | 7.30 - 16.30 |

Placówki wydają bezpłatne drugie śniadania / podwieczorki i obiady - zgłoszenia do godziny 9:00

W programie m.in.:

- zajęcia świetlicowe
- zajęcia sportowo - rekreacyjne
- wycieczki, wyjścia na basen, do kina, dyskoteki, zabawy i gry

ZAJĘCIA SPECJALISTYCZNE

| | | | | | |
|------------------------------|---|-----------------------------|---|----------------------------------|---------------|
| Biblioteka nr 16 | zaj. opiekuńczo - wychow. | ul. Walewska 7a | Iwona Kosim | 0 22 810 87 99 | 11.30 - 14.30 |
| Biblioteka nr 45 | zaj. opiekuńczo - wychow. | ul. Meksykańska 3 | Maria Kulik | 0 22 672 80 91 | 11.00 - 16.00 |
| Biblioteka nr 55 | zaj. opiekuńczo - wychow. | ul. Egipska 7 | Małgorzata Kalbarczyk | 0 22 672 06 92 | 9.00 - 16.00 |
| Kawiarenka internetowa | internet, gry multimedialne, filmy | ul. Meissnera 5 | Cezary Arbatowski Grzegorz Królikowski Dawid Szumicki | 0 22 671 04 51 wew. 116 | 10.00 - 16.00 |
| Ośrodek Edukacji Kulturalnej | zaj. warsztatowo - twórcze | Al. Stanów Zjednoczonych 40 | Magdalena Palatynus | 0 22 673 60 63 | 8.30 - 16.00 |
| Klub „ORION” | zabawy i imprezy kulturalno - oświatowe | ul. Egipska 7 | Emilia Węgrzyn | 0 22 672 02 30 | 8.00 - 16.00 |
| Klub „RELAX ” | warsztaty twórczo - artystyczne | ul. Tarnowiecka 13 | Maria Tracz | 0 22 879 98 43 | 8.00 - 16.00 |
| Centrum Promocji Kultury | „Ogrody muzyczne” - grupy zorganizowane | ul. Podskarbińska 2 | Kamila Korzybska | 0 22 517 65 82 0 22 517 65 83 | 10.00 - 14.00 |
| Klub Kultury „Gocław” | „Odkrywam i poznaję siebie” | ul. Abrahama 10 | Tadeusz Paweł Lemkowski | 0 22 671 94 79 | 7.30 - 17.00 |

W programie m.in.:

- zajęcia sportowe i komputerowe
- wycieczki plenerowe, wyjścia na basen, do teatru, kina, muzeum, parki rozrywki
- zajęcia sportowo - rekreacyjne, zajęcia świetlicowe, dyskoteki

Informacje:

Koordinator: Beata Billewicz - Wydział Sportu i Rekreacji nr tel. 0 22 338 0 7 08
Z-ca koordynatora: Edyta Kurant - Wydział Oświaty i Wychowania nr tel. 0 22 338 07 13

OŚRODEK SPORTU I REKREACJI PRAGA POŁUDNIE M.ST. WARSZAWA

| | | | | |
|---------------------------|------------------------|---------------------|----------------|--------------|
| Pływalnia „Wodnik” | ul. Abrahama 10 | Izabela Jagodzińska | 0 22 673 82 00 | 8.00 - 16.00 |
| Pływalnia „Szuwarek” | ul. Kwatery Głównej 13 | Tomasz Switała | 0 22 879 77 51 | 8.00 - 16.00 |
| Hala Sportowa „Saska” | ul. Angorska 2 | Krzysztof Papis | 0 22 672 60 77 | 8.00 - 16.00 |
| Hala Sportowa „Siennicka” | ul. Siennicka 40 | Robert Biedziński | 0 22 870 13 60 | 8.00 - 16.00 |

Szczegółowe informacje na stronach: www.pragapl.d.waw.pl www.um.warszawa.pl

Polskie kolędy, „czarne głosy”

Zaskoczenie, wesołość, energia i chęć tańca... czegoś nowego - takie uczucia ogarnęły ludzi na koncercie noworocznym kolęd gospel, zorganizowanym w Centrum Promocji Kultury 9 stycznia. Wśród gości znalazł się burmistrz Jarosław Karcz, który na koncert przyszedł wraz z rodziną.

Koncert zorganizowany został z okazji promocji nowo wydanej, świątecznej płyty grupy Soul Connection Gospel Group pod kierownictwem Beaty Stasiak i Joanny Łysek. Zespół tworzą muzycy i dwudziestoosobowy chór - śpiewają oni o Bogu, głosząc, że Jezus żyje i uczestniczy w naszym codziennym życiu. Grupa na swój sukces pracowała prawie siedem lat, gdyż powstała w listopadzie 2002 roku. Ubrani na białe chórzyści zaprezentowali 13 kolęd zarówno po polsku, jak i po angielsku.



Z polskich kolęd zaśpiewano: „Przybieżeli do Betlejem”, „Anioł pasterzom mówił”, „Pójdźmy wszyscy do stajenki”, „Bóg się rodzi”, „Bracia, patrzcie jeno!”, „Gdy śliczna Panna”, z angielskich kolęd zaprezentowano m.in. O Happy Day, Christmas means Jesus i Glory, glory, Hallelujah. Jednak czym tak naprawdę jest gospel? Odpowiedź znajduję na stronie internetowej chóru, który pisze, iż „Gospel to muzyka duszy. Muzyka opowiadająca historię zwycięstwa nad słabością, strachem i śmiercią. To zwycięstwo jest powodem do radości, tańca, klaskania i do każdej innej formy wyrażania emocji jaka przyjdzie nam i Wam do głowy! Muzyka gospel jest nie tylko świadectwem, które jedni dają drugim, ale również tworzy wspólnotę ludzi radosnych”.

Taka forma śpiewu przeważnie kojarzona jest tylko i wyłącznie ze Stanami Zjednoczonymi, gdzie podczas mszy czarnoskórzy kościoły o mocnych głosach poprzez śpiew wyrażają swoją miłość do Boga. Podczas koncertu losowano nagrody-płyty, które trafiły do pięciu osób. Więcej informacji o grupie i przyszłych koncertach na www.soulconnection.pl

NJH

Zabytkowa stacja niszczy się

Trwa dewastacja zabytkowej stacji trafo przy ul. Mińskiej. Samo ujęcie obiektu w rejestrze zabytków, bez rzetelnych, ochronnych działań właściciela nieruchomości nie zapobiegnie zniszczeniu zabytku.

O jednej z pierwszych w Warszawie stacji przekątnikowo-transformatorowych znajdującej się przy ul. Mińskiej 46 pisaliśmy już na łamach „Mieszkaniec”. To piękny zabytek industrialny świadczący o przedwojennym rozwoju prawobrzeżnej Warszawy. Obiekt wybudowano w 1929 r. Jak ważny był dla tej części miasta świadczy fakt, że w czasie II wojny światowej dobudowano tam bunkier mający zapewnić mu bezpieczeństwo

i niezakłóconą pracę. O istnieniu bunkra nikt nie wiedział do czasu ubiegłorocznej wizji konserwatorskiej. Po tej wizji Barbara Jezierska, Mazowiecki Wojewódzki Konserwator Zabytków, wpisała stację trafo i bunkier do rejestru zabytków. Służna to była decyzja tym bardziej dlatego, że w ciągu ostatniego roku stacja, która przez 90 lat przetrwała w prawie idealnym stanie, uległa znacznemu zniszczeniu. Czas dewastacji miłośnicy zabytków



wiążą ze zmianą właściciela obiektu. Obecnie stacja jest w rękach firmy Rogowski Development, której szef nie krył, że wolałby, aby zabytkową stację trafo wyburzyć, a teren przeznaczyć pod deweloperkę. Jednak po wspomnianej wizji konserwatorskiej dewastacja obiektu, dokonywana oczywiście przez nieznaną sprawcę, nieco ustala. Przynajmniej takie można było odnieść wrażenie, gdyż obiekt został zamknięty i nie było do niego wglądu.

Okazją do zajrzenia za bramę stacji trafo była próba kradzieży zabytkowych drzwi, do której doszło 27 grudnia. Grupa „złomiarzy” chciała wywieźć drzwi do punktu skupu metali. Działania te dostrzegli czujni mieszkańcy, którzy zawiadomili policję. Dzięki szybkiej interwencji

funkcjonariuszy z komisariatu przy ul. Grenadierów udało się zapobiec kradzieży, a „złomiarze” zostali zatrzymani (na zdjęciu).

Na miejscu był także „Mieszkaniec”, któremu sprawy wyjaśnili, że od jakiegoś mężczyzny uzyskali pozwolenie na zabranie metalowych drzwi. Mamy nadzieję, że osobą wyrażającą zgodę na dewastację publicznego dobra, jakim jest zabytek, nie był nikt związany z właścicielem stacji firmą Rogowski Development. Niemniej widać, że deweloper nie przykłada się należycie do dbania o zabytek. Przy okazji próby kradzieży drzwi „Mieszkaniec” zajął na teren stacji i niestety stwierdzamy, że stan obiektu uległ znacznemu pogorszeniu także w ciągu ostatnich miesięcy.

Magda K.

ŚWIĄTECZNE SPOTKANIA

Diabło z kardynałem

Czy prawdziwy diabeł może składać świąteczne życzenia kardynałowi? Tak, możliwe to jest tylko w Warszawie.

Tak właśnie się działo w naszej hali sportowej przy ul. Bajkowej w Radości. Tam to zorganizowany został jubileuszowy XX Ogólnopolski Oplatek Sportowców. I w czasie tej imprezy diabeł, czyli Krzysztof „Diabło” Włodarczyk (na zdjęciu) nie tylko siedział w pobliżu kardynała ks. Józefa Glempa, ale także dzielił się z eminentnym święconym oplatkiem. Bo życzenia świąteczne na Bajkowej składali sobie wszyscy uczestnicy spotkania. Zwyczajowo były to życzenia zdrowia i pomyślności, ale warto wspomnieć o tych bardziej oryginalnych. Czego życzył księdzu Prymasowi Józefowi Glempowi radny Pragi Południe Bogdan Jezewski? Ano tego, żeby wielu dwudziestu i trzydziestolatków miało wła-

śnie taką kondycję, jaką dzięki Bogu zachowuje ksiądz Prymas. Ważne to życzenia, bo prawda jest taka, że dla wielu młodych osób bardziej atrakcyjne od sportu i rekreacji są rozrywki typu



komputer, telewizja, internet. Rozrywki i zainteresowania, które świadczą o tym, że o spektakularne sukcesy polskiego sportu może być w przyszłości bardzo ciężko.

Oplatkowe spotkanie polskich sportowców, co roku organizowane jest w innym mieście. Jubileuszowe, XX spotkanie odby-

ło się u nas, w Warszawie. W imprezie wzięło udział kilkadziesiąt osób, dla których sport jest bardzo, bardzo ważny. Byli duchowni opiekujący się sportowcami, urzędnicy i samorządowcy, sportowi działacze oraz trenująca młodzież. Prezydent Warszawy Hanna Gronkiewicz-Waltz przypomniała, że stolica w 2008 roku uzyskała zaszczytny tytuł „Europejskiej Stolicy Sportu”. Na przyznanie Warszawy tego tytułu wpłynęła m.in. ilość sportowych imprez, przeznaczonych dla dzieci, młodzieży i niepełnosprawnych. Prezydent wspomniała też o wyzwanach związanych z nadchodzącym Euro 2012 oraz o tym, że w bieżącym roku władze miasta przeznaczają na sport i rekreację niebagatelną kwotę blisko 500 milionów złotych.

Nad przebiegiem uroczystego spotkania w hali przy ul. Bajkowej czuwał nasz przydomek „Tygrys” ks. Mirosław Mikulski, duszpasterz sportowców. **ar**

Ubodzy blisko stajenki

Najbliżej źłóbka, stajenki, w której narodził się Jezus Chrystus byli ludzie ubodzy. Ten fakt wspomnieli arcybiskup Henryk Hoser zasiadając wraz z ubogimi do wigilijnej wiecejczy.

Jak co roku Caritas Diecezji Warszawsko-Praskiej zorganizowała wigilijne spotkanie dla bezdomnych, samotnych i ubogich. Tradycja już się stała, że wieczera odbywa się niedaleko Dworca Wschodniego w jadalni przy ul. Lubelskiej. Tutaj właśnie gromadzą się duże ilości osób potrzebujących i codziennie otrzymują darmowe posiłki. W Wigilię, od samego rana, przed jadalnią ustawiała się długa kolejka. Caritas przygotowała wiecejczy dla 1500 osób. – *Chętnych jest wielu, a salę mamy niedużą, dlatego musimy wpuścić grupami* – wyjaśnili

„Mieszkańcowi” obsługujący jadalnię. Pierwsza grupa wigilijnych biesiadników rozpoczęła wiecejczy już o godz. 9.00. Żołądki rozgrzewała im



wydawana tego dnia zupa borowikowa, a serca rozgrzewały modlitwa, dzielenie się oplatkiem i składanie sobie świątecznych życzeń. Każdy z uczestników otrzymał także od Caritas świąteczną paczkę zawierającą jedzenie i artykuły pierwszej potrzeby. Podzielić się oplat-

kiem z ubogimi zapragnął też arcybiskup Henryk Hoser ordynariusz Diecezji Warszawsko-Praskiej, którego dyrektorem Caritas ks. Krzysztof Ukłaja również ugościł zupą borowikową. Arcybiskup przypomniał, że to właśnie ubodzy byli najbliższymi narodzin Pana Jezusa i że wśród ubogich Chrystus „czuje się, jak u siebie”. Te krzepiące słowa wzruszyły wielu z uczestników.

Wigilia w jadalni przy ul. Lubelskiej nie jest jedyną cykliczną imprezą, którą pod koniec roku organizuje Caritas. Grudzień to dla tej charytatywnej organizacji bardzo pracowity miesiąc.

Warto chociaż wspomnieć o tym, że w Mikołajki Caritas Diecezji Warszawsko-Praskiej zorganizowała spotkanie niezamożnym dzieci ze świętym Mikołajem. Półtora tysiąca dzieci ze szkół prawobrzeżnej Warszawy również otrzymało wtedy świąteczne paczki. **ar**



Wigilia Instruktorów i Przyjaciół Nieprzetartego Szlaku

„Aby pod świąteczną choinką znalazło się szczęście” m.in. takie oto życzenia skierował Mazowiecki Kurator Oświaty Karol Semik do gości zebranych w Zespole Szkół Specjalnych nr 90 przy ul. Kordeckiego 54 na Wigilię Instruktorów i Przyjaciół Nieprzetartego Szlaku.

Było to 26 spotkanie Wigilijne w Nieprzetartym Szlaku, a drugie już w Zespole Szkół Specjalnych nr 90. Dlaczego właśnie tu? „Mo-

że dlatego, że jest tu rodzinna atmosfera” odpowiadała dyrektor szkoły Irena Markuszewska. Przy akompaniowaniu piosenek harcerskiej pt. „Płonie ognisko i szumią knieje” zapalono „wspólny ogień”, następnie dh Adam Sikoń – Namiestnik Nieprzetartego Szlaku Hufca ZHP Warszawy Pragi Południe rozpoczął przemówienie w którym podziękował „wszystkim za to, że znaleźli chwilę czasu, żeby usiąść z nami

przy kolejnej, tak jak wspominałem 26 już Wigili”.

Nieprzetarty Szlak to kryptonim działalności drużyn harcerskich wśród dzieci i młodzieży w zakładach leczniczych, wychowawczych i poprawczych - należy do nich 427 WDH Zespół Szkół Specjalnych, gdzie jak wspominała dyrektor „drużyna jest prężna i bierze udział w grach”. W programie spotkania wigilijnego znalazły się występy

dzieci, które przygotowały dla gości bardzo wesołe przedstawienie. W rytmie piosenek – angielskich kołęd wychodziły na scenę ubrane adekwatnie do słów, z uśmiechem na twarzy, grając lub śpiewając, a nawet tańcząc. Na koniec przedstawienia wszyscy uczestnicy wyszli jeszcze raz na scenę, gdzie dostali ogromne brawa. Potem wszyscy łamiąc się oplatkiem składali sobie najserdeczniejsze życzenia. **NJH**

**STUDIUM UMIEJĘTNOŚCI
DLA PODMIOTÓW EKONOMII SPOŁECZNEJ**

**Zapraszamy
na bezpłatne weekendowe szkolenia**

- członków stowarzyszeń
- pracowników lub wolontariuszy organizacji pozarządowych (pożytku publicznego)
- pracowników spółdzielni socjalnych albo spółdzielni pracy

Zajęcia odbywają się na terenie Warszawy.

Informacje Fundacja VIA, ul. Długa 44/50 lok. 204, 00-241 Warszawa
tel. (0-22) 635-55-62, fax. (0-22) 635-55-76
www.via.org.pl e-mail: projekt@via.org.pl

KAPITAŁ LUDZKI
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI

MAZOWIECKA JEDNOŚĆNA WIEDZA I NISIA
PROGRAMÓW UNIJNYCH

**FARBY
LAKIERY
KLEJE**
„DARCHEM”
PL. SZEMBEKA 4A TEL. 610-34-86
pn.-pt. 8⁰⁰-18⁰⁰, sob. 9⁰⁰-13⁰⁰

ŚNIEŻKA

SKLEP PATRONACKI

OFERUJEMY:

- ✓ Szpachle, gipsy, zaprawy
- ✓ Pianny, sylkony
- ✓ Chemia gospodarcza
- ✓ Chemia budowlana

TRANSPORT – GRATIS

Rabaty
Upusty dla wykonawców

HONORUJEMY KARTY PŁATNICZE

dekorál
NOBILES **BONATICO**

KOMPUTEROWE DOBIERANIE KOLORÓW
Kupon na farby z mieszalnika
10%

**Niczym FENIKS z popiołów tak
JARMARK EUROPA**

Powstał, Jest, Tętni Życiem

**Zarząd spółki Kupiec Warszawski
i Kupcy serdecznie zapraszają
hurtowników i detalistów
na Błonia Stadionu X-lecia.**

**TANIE ZAKUPY
W SAMYM SERCU STOLICY!**

**7 DNI W TYGODNIU
od 3.00 do 15.00**

Kupiec Warszawski Sp. z o.o

Z NAMI BĘDZIE CIEPLEJ!

DH „UNIVERSAM” ul. Grochowska 207 – stoisko z artykułami pościelowymi, tkaninami, firanami i pasmanterią

Oferuje szeroki wybór

- KOŁEDER I PODUSZEK, PUCHOWYCH, PÓŁPUCHOWYCH,
- WEŁNIANYCH I POLIESTROWYCH
- KOCY: WEŁNIANE, AKRYLOWE
- oraz WYROBÓW FIRMY „RUNO” w asortymencie (serdaki, kaptcie, kołnierze i pasy ortopedyczne)

ZAPRASZAMY
poniedziałek–piątek 9.00–20.00, sobota część przemysłowa 9.00–19.00
Realizujemy Karty Płatnicze i Karty Klienta Społem, Bony Sodexho

BILETY LOTNICZE
POLSKIE LINIE LOTNICZE

LOT
i innych linii lotniczych

ITAKA

**WIELKA PROMOCJA
LATO 2009**
pn.-pt. 10⁰⁰-18⁰⁰; sob. 9⁰⁰-13⁰⁰

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

WIECZÓR ŻYCZEŃ



Dla „Mieszkańca” Bożonarodzeniowa, wigilijna gwiazdka zabyła 18 grudnia, o godzinie 17. W pachnącym wykwiętym jadalni i domowymi wypiekami gościnnym Figaro, restauracji w Parku Skaryszewskim, stanęliśmy w gronie *Zacnych Mieszkańców* (ks. prałat Krzysztof Jackowski, Ryszard Szurkowski, prof. dr n.med. Wojciech Maria Kuś, (posłów dr Alicja Dąbrowska) przedstawiciele władz prawobrzeżnych dzielnic) burmistrzowie Tomasz Kucharski, Mieczysław Golónka i Edward Klos, wiceburmistrzów, (radnych m.in. Marcin Kluś przewodniczący Rady Dzielnicy Praga Południe), szefowej Urzędu Skarbowego Warszawa Praga Bożeny Szewczyk, pani prokurator Julity Turyk, prezesa Zakładów Doskonalenia Zawodowego Andrzeja Piłata, komendantów rejonowych Policji z Pragi Północ (Sławomir Sosnowski i Pragi Południe - Wojciech Janicki), dyrektorów południowopraczkich instytucji (m.in. dyrektor południowopraczkiego SZPZO Małgorzata Stachurska-Turos, dyrektor Szpitala Dziecięcego przy ul. Nieklańskiej Paweł Chęciński - foto 3), biznesmenów, dziennikarzy (m.in. nestor polskich żurnalistów Zygmunt Broniarek - foto 2), zespołu redakcyjnego „Mieszkańca”.

- W tym *czatorocznym pośpiechu* jest wreszcie czas, by przystanąć, mieć chwile refleksji, przypomnieć sobie, że są na świecie najbliż-

si, nasze rodziny - powiedział, dzieląc się oplatkiem ks. prałat Krzysztof Jackowski, dwa razy w roku, z okazji Świąt Bożego Narodzenia i Wielkanocnych, także komentator naszej gazety.

- *Dziękuję „Mieszkańcowi” za tradycyjną, kultywowaną od lat możliwość spotkania się w tak zacnym gronie ludzi, dla których los prawobrzeżnych dzielnic naszego miasta nie jest objętym* - stwierdził z kolei w imieniu zaproszonych burmistrzów Tomasz Kucharski, burmistrz Pragi Południe (foto 1). - *Życzę wszystkim tu zgromadzonym, a za Waszym pośrednictwem - wszystkim mieszkańcom, by święta były radosne i spokojne a nadchodzący rok - satysfakcjonujący i owocny.*

- *Bożonarodzeniowym prezentem dla nas jest tak liczna obecność wszystkich zaproszonych, znakomitych gości. Klamię się Państwu nisko i życzę pomyślności w przyszłym roku, przed świętami Wielkanocnymi będziemy obchodzić „pełnoletnią”, osiemnastą rocznicę wydania pierwszego numeru „Mieszkańca” - przypomniał redaktor naczelny Wiesław Nowosielski. - *Chcę Państwu zakomunikować, że podliczyliśmy nasze roczne wydania i okazało się, że nakład gazety przekroczył już milion egzemplarzy! Tak, tak, milion egzemplarzy gazety o lokalnym charakterze w 2008 roku, oraz 300 tysięcy wejść na naszą stronę internetową.**



Bardzo jesteśmy dumni i usatysfakcjonowani. Dziękujemy naszym Czytelnikom! Dziękuję tym wszystkim, którzy pomagają nam tworzyć gazetę.

Zabrzmiwały koledzy. Przelamaliśmy się, poświęceni przez ks. prałata Jackowskiego oplatkami. Życzyliśmy sobie spokojnych świąt, szczęśliwego nowego roku, zdrowia, pomyślności. Cieszyliśmy się ze spotkań z stałymi uczestnikami wigilijnych spotkań



„Mieszkańca” i z nowymi gośćmi, których obecność uatrakcyjniła wieczór. Jak zawsze było rodzinnie, serdecznie, ponad podziałami... Popatrzenie Państwo na zdjęcia wykonane przez naszego fotoreportera, Leszka Pogorzelskiego. Tak właśnie było 18 grudnia w „Figaro” na tradycyjnej wigilii „Mieszkańca”. **toms**

REKLAMA

REKLAMA

acciona
Nieruchomości

osiedle ISKRA III/II
Nowy harmonogram płatności:
5%/10%/85%

Do **110.000 zł** w prezencie!
w ISKRZE iskrzy
Rabaty na miarę **Twojego** mieszkania.

www.acciona-nieruchomosci.pl



NOWE BIURO SPRZEDAŻY
ul. Bora-Komorowskiego 21 lok. 306

tel. 0 22 409 78 34
tel. 0 22 409 78 35

MIESZKAŃCU pomóż!

UCIAŹLIWOŚCI ZIMY

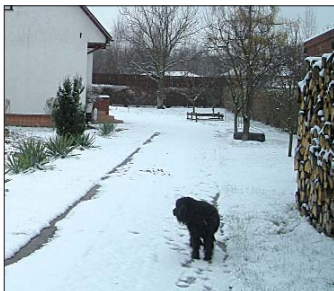


W okresie zimowym nie tylko ludzie, ale i zwierzęta ulegają różnego rodzaju infekcjom układu oddechowego. Spadek temperatur, większa ilość opadów, wietrzna pogoda, brak nasłonecznienia, a także niedobory mineralno-witaminowe sprzyjają spadkowi odporności, a co za tym zwiększają podatność na infekcje.

Choć nie stwierdzono wzajemnych korelacji wśród czynników chorobotwórczych towarzyszących przeziębieniom człowieka, psa, czy kota, to jednak czynniki środowiskowe odpowiedzialne za wystąpienie infekcji mogą być identyczne. Mam na myśli choćby tzw. „szok temperaturowy”, kiedy to z nagrzanego mieszkania do 22-24 st. C wychodzimy na dwór, gdzie temp. wynosi np. minus 20 stopni C. Centralne ogrzewanie, które obecnie powszechnie stosowane jest w naszych mieszkaniach powoduje obniżenie wilgotności powietrza w pomieszczeniu i także nie wpływa dodatnio na stan śluzówek oraz drzewa oskrzelowego naszych podopiecznych. Nic zatem dziwnego, że okres ten obfituje we wspomniane infekcje układu oddechowego, zarówno zwierząt jak ich opiekunów.

Pamiętajmy także o tym, aby zadbać o sierść psa. Mokra, skoltuniona i w dodatku jeszcze brudna sierść, to prosta droga do chorób skóry wymagających bardzo często długotrwałego i kosztownego leczenia. Jednak bez względu na rasę powinniśmy zadbać o zahartowanie psa przed wystąpieniem poważnych mrozów. Toteż starajmy się każdego dnia wydłużać z nim nieco nasze spacerki, czy też pozwólmy na to, by pies coraz dłużej przebywał w ogrodzie koło domu. Jeśli wiemy, że nasz czworonożny podopieczny ma skłonności w zimie do przeziębienia, warto wspomnieć jego siły odpornościowe podając preparaty ziołowe np. z jeżówki, bzu czarnego, bądź też odwieścić lekarza weterynarii, który poda immunostymulatory tj. zastrzyki, bądź tabletki podnoszące odporność. Koniecznie przed spodziewanymi opadami śniegu wystrzyżmy z włosów dokładnie przestrzenie między palcami. Dzięki temu unikniemy tworzenia się tam kulek zbitego śniegu i lodu, które prowadzić mogą do otarć i ran, a nawet odmrożeń. Z tego powodu starajmy się zwrócić bacniejszą uwagę na stan podu-

szek i wspomnianych przestrzeni międzypalcowych. Jeśli jednak zdarzy się tak, że mimo wszystko zauważymy drobne, zbite lodowe kulki pomiędzy palcami psa, nie wyrwyjmy ich ani nie rozgrzewajmy np. suszarką. Najlepiej w takich razach zanurzyć łapkę psa w wodzie o temperaturze pokojowej – nigdy w cieplej. Pamiętajmy, aby przed każdorazowym wyjściem na mroźny spacer z psem posmarować je wazeliną, czy zwykłą maścią natuszczającą. Podczas zimy musimy także nieco zmodyfikować dietę psa, zwiększając jej kaloryczność. Dotyczy to przede wszystkim psów stróżujących, mieszkających w budzie. Szacunkowo w takich przypadkach dzie-



ta powinna mieć większą kaloryczność nawet od 25 do 40%. W przypadku takich psów niezmiernie ważna jest dobrze ocieplona, zaciśnięta i szczelna будa. Jednak bezpieczniej jest zabrać z niej psa, gdy temp. na zewnątrz spada do minus 15-20 stopni C. np. do garażu, szczególnie podczas wietrznej, śnieżnej pogody, potęgającej odczuwanie zimna.

Okres zimowy sprzyjać może silniejszym manifestowaniem się niektórych schorzeń psa. Dotyczy to: schorzeń skóry i włosów – grzybicy, drożdżycy, zakażenia bakteryjne; schorzeń uszu, lusterka nosowego, poduszki palcowych, pazurów; schorzeń układu oddechowego; schorzeń ortopedycznych.

Lekarz weterynarii Artur Dobrzyński

SPECJALISTYCZNA LECZNICA DLA ZWIERZĄT
Artur Dobrzyński
Specjalista Chorób Psów i Kotów
04-052 Warszawa ul. Grenadierów 13,
tel. (022) 673-70-25
od poniedziałku do piątku: 14.30-19.00
(godz. wizyty najlepiej umówić telefonicznie)

§ PRAWNIK RADZI §

Czym jest intercyza i w jaki sposób ją zawrzeć? To pytanie coraz częściej zadają sobie osoby zamierzające wstąpić w związek małżeński.

Punktem wyjścia do rozważań na ten temat musi być stwierdzenie, iż zgodnie z przepisami polskiego prawa, z chwilą zawarcia związku małżeńskiego, samoczynnie, z mocy ustawy, powstaje między małżonkami wspólność majątkowa. Oznacza to, iż przedmioty majątkowe nabyte w czasie trwania małżeństwa, poza pewnymi wyjątkami wynikającymi z ustawy, stanowią wspólne mienie małżonków. Małżonkowie mogą jednak, zarówno w trakcie trwania związku małżeńskiego, jak i jeszcze przed jego zawarciem, w drodze umowy majątkowej, nie tylko wyłączyć wspólność majątkową, co postaram się przybliżyć Państwu w niniejszym artykule, ale także ową wspólność ograniczyć bądź rozszerzyć. Intercyza, ustanawiająca rozdzielność majątkową, należy zawrzeć przed notariuszem, w formie aktu notarialnego zgodnie poświadczonych podpisami małżonków, bądź narzeczonych. Oznacza, to, iż umowy majątkowej, czyli intercyzy nie można zawrzeć wbrew woli drugiej strony lub bez jej wiedzy. Co istotne, jeżeli rozdzielność majątkowa została ustanowiona przed zawarciem małżeństwa, każdy z małżonków zachowuje własny majątek nabyty zarówno przed ślubem, jak i po zawarciu związku małżeńskiego.

Jeśli natomiast intercyza zostaje zawarta w trakcie trwania małżeństwa, w miejsce ustawowej wspólności wstępuje rozdzielność majątkowa, czego konsekwencją stanowi fakt zachowania przez każdego z małżonków składników majątku, jakie przypadły mu w drodze podziału majątku wspólnego oraz wszelkich przedmiotów nabywanych od momentu ustanowienia rozdzielności. Od chwili podpisania intercyzy powstają więc odrębne majątki małżonków, którymi mają oni prawo swobodnie zarządzać, jak i rozporządzać. Co niezwykle istotne, taka umowa majątkowa w każdym czasie może zostać przez małżonków zmieniona lub rozwiązana. Warto jednak wskazać, że intercyza najlepiej sprawdza się w sytuacji, kiedy oboje małżonkowie są aktywni zawodowo i każde z nich posiadało przed ślubem własny dorobek.

Podstawa prawna: Kodeks rodzinny i opiekuńczy (Dz.U.64.9.59): Art. 47. §1. Małżonkowie mogą przez umowę zawartą w formie aktu notarialnego wspólność ustawową rozszerzyć lub ograniczyć albo ustanowić rozdzielność majątkową lub rozdzielność majątkową z wyrównaniem dorobków (umowa majątkowa). Umowa taka może poprzedzać zawarcie małżeństwa. **Art. 51.** W razie umownego ustanowienia rozdzielności majątkowej, każdy z małżonków zachowuje zarówno majątek nabyty przed zawarciem umowy, jak i majątek nabyty później. **Art. 51'.** Każdy z małżonków zarządza samodzielnie swoim majątkiem.

Kancelaria Doradztwa Prawnego Kalina Kisiel- Bartoszewicz, Warszawa, ul. Radzywińska 34 lok. 6, tel. 500-020-048

REKLAMA

REKLAMA

Licencjonowany Zakład Produkcyjny
PRODUCENT
OKIEN PCV I ROLET
Biuro Handlowe: Warszawa, ul. Zamieniecka 76, tel./fax. 879-89-54
Miej fantazję - łap okazję!
RABAT ZIMOWY 35%

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



RABAT 45%
MONTAŻ GRATIS
tel./fax 879-89-54

REKLAMA

REKLAMA

SZANOWNI PAŃSTWO!

Informujemy, że Centrum Medyczne Saska Kępa NZOZ wynegocjowało z NFZ świadczenie usług w zakresie: laryngologia, alergologia, urologia, dermatologia, diabetologia, gastroenterologia, neurologia, chirurgia ogólna, ortopedia, reumatologia, kardiologia, okulistyka.

Ponadto tak, jak w latach poprzednich onkologia, ginekologia, endokrynologia, poradnia chorób sutka.

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; 022 672-79-36
022 610-10-57; 022 671-63-13

SZYBKIE TERMINY BADAŃ!



www.fundacjazdrowie.com.pl

Poradnia chirurgii dziecięcej

kontrakt

NFZ
Narodowy Fundusz Zdrowia

ZADZWOŃ!!! TEL. 022 812 51 50

Centrum Medyczne Międzyzlesie (vis a vis Centrum Zdrowia Dziecka) Al. Dzieci Polskich 17, 04-730 Warszawa

MARTWISZ SIĘ O ZDROWIE TWOJEGO DZIECKA LUB WŁASNE?

PRZYJDŹ DO NAS!

Zapewniamy:

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

PTASIA GRYPA – LUDZKI PROBLEM

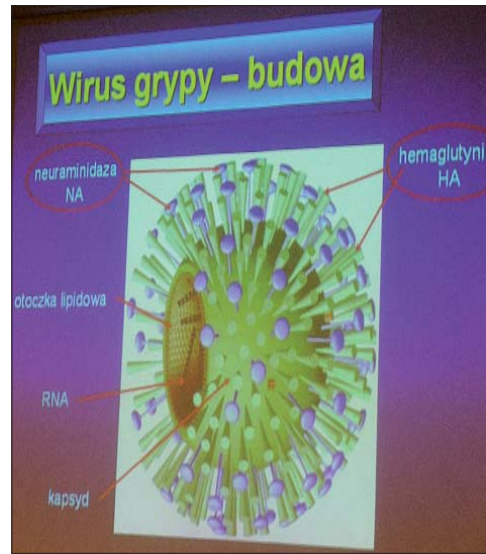
„Można zaprzestać uprawiania seksu, aby zapobiec rozprzestrzenianiu się HIV. Ale nie można przestać oddychać. Tak więc, jeśli nie staniesz się pustelnikiem, żyjącym gdzieś w odosobnieniu, wirusy oddechowe zawsze będą stanowić zagrożenie. Ponieważ jest nas coraz więcej, coraz więcej ludzi mieszka w miastach, w coraz większym stopniu kontaktujemy się wzajemnie, mamy kontakt z naszym oddechem i kaszlem, te wirusy i bakterie, które rozprzestrzeniają się w ten sposób, mają fantastyczną szansę i ją wykorzystują” – ostrzega prof. John Oxford, światowej sławy wirusolog.

Wirus grypy niszczy nabłonek oskrzelowy, powodując nadreaktywność oskrzeli i torowanie drogi dla bakterii: zapalenie płuc to główna przyczyna pogrypowych zgonów. Chorem grozi też zapalenie mięśnia sercowego, osierdzia, poprzeczne zapalenie rdzenia, to tylko niektóre z czyhających powikłań. Wirusy są w powietrzu, a warto pamiętać, że pacjent może zarażać nawet po ustąpieniu objawów grypy!

Groźny problem, to grypa ptaś, której okres inkubacji wynosi 2-17 dni, zaś śmiertelność aż 63%! Jak z nią wygrać? Przede wszystkim – szczepić się! Bo wówczas grypa albo nas omija, albo ma łagodniejszy przebieg. No i koniecznie dbać o higienę!

Czy obawiać się spożywania drobiu? Nie, jeśli przestrzega się kilku prostych zasad. Wirus grypy jest wrażliwy na deterenty i powszechnie stosowane środki czystości, należy zatem pamiętać o starannym myciu wszystkich noży itp., używanych przy obróbce drobiu. Dokładnie szorujemy deskę do mięsa i wszystko, czego mięso dotykało. W lodówce starannie oddzielamy przechowywane surowe mięso od innych produktów. Konieczne jest też bardzo dokładne gotowanie czy pieczenie drobiu, bo wysoka temperatura skutecznie niszczy wirusa.

Profilaktyka nie jest groźna dla naszego zdrowia i życia, nie powoduje też żadnych powikłań! Dlatego, Sąsiedzie i Mieszkańca, pomyśl o szczepieniu przeciw grypie. Jeszcze nie jest za późno!



Jedną z bardzo groźnych chorób, przenoszonych właśnie tą drogą, jest grypa. Co różni ją od przeziębienia? W grypie początek objawów jest nagły, z temperaturą i dreszczami, w przeziębieniu – nie. Silne bóle stawów, osłabienie, suchy kaszel są typowe dla grypy. Kichanie i chrypkę – dla przeziębienia. Nie daje ono zwykle groźnych powikłań. Grypa – tak!

Gdzie po aparat słuchowy?

Wiele osób zastanawia się, czy to już pora na badanie słuchu czy może krewni i znajomi przesadzają mówiąc, że coraz trudniej jest się z nimi porozumieć. A przecież pomiar słuchu oraz dobór aparatu jest bezbolesny i bezpłatny.

Szacuje się, że problem ubytku słuchu dotyczy około 10% populacji. Oznacza to, że 200 tys. warszawiaków niedosłyszy, choć z pewnością o wiele mniej zdaje sobie z tego sprawę.

Zakup aparatu słuchowego powinien być traktowany jako inwestycja we własne zdrowie, dlatego należy starać się wybrać aparat słuchowy, który najlepiej odpowiada potrzebom pacjenta, i to właśnie, a nie cena, powinno wpłynąć na jego ostateczny wybór.

W Przychodni Specjalistycznej przy ulicy Ostrołęckiej 4

mieści się gabinet firmy FONIKON, w którym można zbadać słuch, przymierzyć oraz zaopatrzyć się w aparat słuchowy. Przy zakupie aparatu istnieje możliwość skorzystania z refundacji Narodowego Funduszu Zdrowia oraz dofinansowania przez Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie.

W gabinecie oferowane są aparaty słuchowe renomowanych firm, używane przez miliony osób na całym świecie, od lat znane i sprawdzone także na polskim rynku. Dostępne w pełnej gamie produktów – od analogowych do cyfrowych z systemami sztucznej inteligencji, od zausznych do wewnątrzusznych – są do nabycia za gotówkę lub w atrakcyjnym systemie ratalnym (bez odsetek). W ofercie znajduje się także prawdziwy hit wśród aparatów słuchowych – aparat Oticon Vigo, który parametrami dorównuje najdroższemu rozwiązaniu na rynku, a jego cena jest umiarkowana. Dodatkowo, na miejscu można nabyć wszelkie niezbędne akcesoria i dodatki do aparatów słuchowych, czyli: baterie, wkładki, środki czyszczące, itp.

wych z systemami sztucznej inteligencji, od zausznych do wewnątrzusznych – są do nabycia za gotówkę lub w atrakcyjnym systemie ratalnym (bez odsetek). W ofercie znajduje się także prawdziwy hit wśród aparatów słuchowych – aparat Oticon Vigo, który parametrami dorównuje najdroższemu rozwiązaniu na rynku, a jego cena jest umiarkowana. Dodatkowo, na miejscu można nabyć wszelkie niezbędne akcesoria i dodatki do aparatów słuchowych, czyli: baterie, wkładki, środki czyszczące, itp.

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. Żeromskiego 33, tel. 022 499-66-30

- Niezbędnym źródłem sukcesu przy doborze aparatu słuchowego jest zrozumienie potrzeb pacjenta i uwzględnienie jego indywidualnego trybu życia. Staranna analiza oczekiwań pacjenta umożliwia zaproponowanie konkretnego rozwiązania w postaci nowoczesnego aparatu słuchowego

– mówi pani Ryta Turczyńska, dyplomowany audioprotetyk z firmy FONIKON.

W związku z trwającą promocją zimową pracownicy gabinetów audioprotetycznych firmy Fonikon zapraszają wszystkich zainteresowanych na bezpłatne badanie słuchu oraz konsultację

Z tym artykułem badanie słuchu GRATIS i 5% rabatu na aparat słuchowy!!!

audioprotetyczną. Istnieje możliwość skorzystania z refundacji NFZ i środków PFRON. Osobom niepełnosprawnym proponujemy wizyty domowe. Z uwagi na duże zainteresowanie naszymi usługami prosimy o telefoniczne umawianie wizyt (ul. Ostrołęcka 4, tel. 022 498 74 80; ul. Br. Czecha 39, tel. 022 353 42 50) AS 2009

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 zapewniająca częściową refundację nabywanych aparatów słuchowych

Autoryzowany dystrybutor:

oticon
Producent najlepszych aparatów słuchowych

CERDENT
Gabinet Stomatologiczno – Lekarski
Warszawa, ul. Grenadierów 21
tel. 813-22-38
od pon. do pt. 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

Przychodnia Lekarska **NFZ**
Vita Med Narodowy Fundusz Zdrowia
Zapisy do lekarzy rodzinnych!
ul. Meissnera 7 (Goćław) tel. 673-35-00

Warszawa
Radio Warszawa 106,2 FM

SZPZLO Warszawa Praga-Południe
Warszawa ul. Krypska 39
PILNIE ZATRUDNI:

- Lekarza rehabilitacji
- Lekarza geriatrę
- Lekarza okulistę
- Lekarzy podstawowej opieki zdrowotnej: – ze specjalizacją medycyny rodzinnej – z I lub II stopniem specjalisty z chorób wewnętrznych

Zainteresowanych prosimy o kontakt telefoniczny z Działem Kadr i Płac – tel.: (022) 810 – 54 – 38 lub e-mail: kadry@szpzlo.praga-pld.pl
Oferujemy atrakcyjne wynagrodzenie.

IWA-DENT Uwaga nowy adres: UL. GROCHOWSKA 56
STOMATOLOGIA tel. 0696 472 557
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 („ósemki”)
◆ usunięcie torbieli (resekcje) ◆ hemisekcje
IMPLANTY
Profesjonalne czyszczenie zębów z kamienia i osadu przez wykwalifikowaną higienistkę.
Znieczulenia miejscowe.
Nowoczesny sprzęt i materiały
INDYWIDUALNY DOBÓR POSTĘPOWANIA LECZNICZEGO.
Czynne codziennie: 9.00-20.00 Sobota: 9.00-15.00
Honorujemy wszystkie karty kredytowe.

APARATY SŁUCHOWE

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

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

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

AUDIO SERVICE
SIEMENS
OTICON
BELTONE

POKONAĆ RWĘ KULSZOWĄ

Rwa kulszowa – bardzo przykry, ostry, bezlitośnie przeszywający ból, który początkowo może być odczuwany na wysokości pleców, stopniowo przemieszczający się wzdłuż pośladków i bioder, by po tylnej części nogi dotrzeć aż do stopy. Rwa kulszowa powoduje całkowite unieruchomienie, czasem na kilka tygodni. O schorzeniu i sposobach zapobiegania rozmawiamy z Jackiem Twarowskim, profesjonalnym masażystą i rehabilitantem.

- Jakże są przyczyny ataku rwy kulszowej?

- Może to być wada postawy, nieprawidłowe podnoszenie czegoś ciężkiego, wykonanie naglego ruchu czy skrętu tułowia, zmiany zwyrodnieniowe stawów, osteoporoza, ciąża. Ból powstaje na skutek ucisku na nerw kulszowy. Może to być spowodowane wypadnięciem krążka międzykręgowego lub obrzękiem objętych stanem zapalnym powierzchni stawowych. Nerw może być również drażniony wskutek zmian zwyrodnieniowych kręgosłupa. W czasie ciąży rosnący płód może przyciskać nerw do kręgosłupa. Bywa, że przewlekła rwa kulszowa może być spowodowana przez ucisk na nerw fragmentu chrząstki odłamanej z uszkodzonego krążka międzykręgowego, ale to rzadki przypadek.

- W jaki sposób organizm reaguje na ból?
- To zależy od stopnia nasilenia bólu. Jeśli jest ostry i gwałtowny następuje unieruchomienie tułowia, najczęściej w niewygodnej i przymusowej pozycji. Jeśli ból jest słabszy, pacjent porusza się z trudem, utyka. Mięśnie pleców są napięte – to reakcja obronna organizmu na ból, pacjenci narzekają również na osłabienie siły mięśni nóg.

- Silny ból, spowodowany nim stres i niepokój. Jakże zachowania zalecałby Pan by zmi-

malizować konsekwencje ataku rwy kulszowej?

- Jeśli to możliwe, należy położyć się na brzuchu, z rękami wzdłuż ciała, pod brzuch położyć poduszkę. Bezwzględnie należy przyjąć zalecaną dawkę leków przeciwbólowych – najlepsze są te, które łączą w sobie składniki usmierzające ból i przeciwzapalne. Trzeba zachować spokój, zenerwowanie jedynie pogarsza stan chorego. Warto zwrócić uwagę, w jakich pozycjach ból jest mniejszy i starać się utrzymywać takie właśnie pozycje. Pod żadnym pozorem nie należy się schylać, podnosić przedmiotów z podłogi. Nie powinniśmy pozwolić by osoby niepowołane dotykały naszych pleców. Oczywiście należy skontaktować się z lekarzem i masażystą.

- Pacjenci chwalą pański profesjonalizm i ciepły do nich stosunek. Współpracuje Pan z kilkoma warszawskimi szpitalami. Jest Pan dyplomowanym masażystą i rehabilitantem. W jaki sposób pomaga Pan osobom cierpiącym na rwę kulszową? Czy można zapobiegać temu schorzeniu przy pomocy masażu?

- Od kilkunastu lat pracuję jako masażysta i rehabilitant, wciąż doskonale swoje umiejętności. Odwiedzam chorych w domach, jeśli jest taka potrzeba, doradzam w doborze odpowiedniego ro-



Warto poddać się dobroczynnemu wpływowi rąk Jacka Twarowskiego. To znakomite wsparcie dla leczenia farmakologicznego, niezawodna profilaktyka chorób – m.in. rwy kulszowej. Ze szczegółami terapii można się zapoznać na stronie www.gabinet.strona.pl Zapisy do gabinetu „Zdrowie” Jacka Twarowskiego przy ul. Garwolińskiej 7 lok. 79 pod numerem telefonu 022 610 06 73.

daju ćwiczeń do indywidualnego wykonywania. Lekarze bez wahania powierzają mi swoich pacjentów. A jeśli chodzi o rwę kulszową, to jej atak poprzedzają pewne zwiastuny, o których mówię pacjentom. Jeśli uda się uprzedzić atak, można go

całkowicie wyeliminować, właśnie przy pomocy odpowiedniego masażu. Systematyczny masaż, który wykonuję może sprawić, że ataki rwy kulszowej nie wystąpią w ogóle.
AS 2009 Rozmawiała E.G.

REKLAMA

REKLAMA

Materiały Budowlane

Ocieпление Gratis*

*szczegóły:
W-wa Wawer, ul. Lucerny 3/11
tel. (22) 812 41 97, www.oriiko.pl

oriiko
Polska
Materiały Budowlane

Partnerzy konkursu: OPTOLITH, KNAUF INDUSTRIES, URSS, LAFARGE

CENTRUM GLAZURY HAZYM

SALON FIRMOWY PRODUCENTÓW POLSKICH I ZAGRANICZNYCH

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

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

PROMOCJE

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.

TYLKO U NAS

Promocja od 15.01 do 28.01.2009 r.

| | | | | | |
|---|--|-----------------------------------|-----------------------------------|--|--|
| Fantazja w asortymencie 107g Danio serek waniliowy 240g Jogurt Aksamitny 450g | Zwyczajna lux 1kg Szynka gotowana 1kg | Kielbasa Podwawelska 1kg | Kielbasa leśna z jątowcem 1kg | Szynka wiejska 1kg Kielbasa parówkowa 1kg | Stołowe śmietankowe 200g Twaróg półtłusty 250g Mleko 2% karton, 1l |
| | | | | | |
| 1 ⁸⁵ 1 ⁴⁹ | 9 ²⁰ 8 ²⁰ | 16 ²⁵ 14 ¹⁰ | 26 ⁶⁰ 22 ⁶⁰ | 9 ⁰⁰ 8 ²⁰ | 3 ⁵⁸ 3 ¹⁶ |
| 2 ¹⁰ 1 ⁶⁹ | 22 ⁰⁰ 18 ⁷⁰ | 15 ⁰⁰ 13 ⁶⁰ | 2 ²⁵ 1 ⁹⁹ | 2 ⁰⁵ 2 ⁶⁰ | |

Zapraszamy do **D H „UNIVERSAM”** ul. Grochowska 207 i do placówek „Społem” na terenie dzielnic: Praga Południe, Wawer, Rembertów, Wesoła oraz w Sulejówku

