



- ☑ stomatologia
- ☑ implanty
- ☑ protetyka
- ☑ ortodoncja
- ☑ chirurgia
- ☑ RTG



Spolegliwy miś

Chyba pora umierać, bo Polska przestaje być ojczyzną Polaków, a coraz bardziej staje się boiskiem korporacyjnych szantaży i ciągań liny. Nie myślę tu o ponadnarodowych korporacjach i ich drapieżnych pomysłach na biznes. Chodzi mi o wspólne interesy grup zawodowych, którym coraz częściej nie po drodze z tzw. dobrem wspólnym.

Kto by jeszcze kilka lat temu pomyślał, że lekarze popłyną w stronę wysypisk odpadów: tak pilnie dbają o swój korporacyjny interes, że już nawet w czwartym zdaniu nie pojawia się coś takiego jak dobro pacjenta. Jak się nie podobają rozwiązania, na ulice wychodzą policjanci, strażacy, straż graniczna. Jedynie jeszcze wojsko - chwała Bogu - swoje frustracje skrywa w garnizonowych mieszkaniach.

Państwo zamienia się w walkę o uzyskanie kiedys, lub możliwe do pozyskania teraz przywileje. Grupy zawodowe poczuły swą siłę, a państwo nie nauczyło się, że ma do czynienia nie z potulnymi obywatelami, lecz z gotowymi na wiele, świadomymi swej siły grupami zawodowymi. Nie potrafi rozmawiać, negocjować - rzuca rozwiązania w przestrzeń... i się dziwi, że w poczcie zwrotnej dostaje gest Kozakiewicza.

W porządku, takie czasy. Tylko, że korporacyjne grupy zawodowe nie są samowystarczalne: policjant musi pójść do lekarza, a lekarzowi czasami musi pomóc policjant. Jak mają się dogadać, kiedy każdy sobie rzepkę skrobie? Potrzebują moderatora - czyli władzę państwową, która musi tak działać, by każda z grup sterujących w kierunku nadmiernego korporacjonizmu uznała, że to po prostu się nie opłaca. I warto być spolegliwym misiem. Czasami, oczywiście. **Tomasz Szymański**

STRZAŁ W DRUKARZA?



czytaj na str. 2

OTO JESTEM... NA BUDOWIE

Wielce prawdopodobne, że do ostatniej chwili nie będzie wiadomo, czy odbędzie się pierwsza impreza rozrywkowa na Stadionie Narodowym. Imprezę zaplanowano na 29 stycznia br.

dokończenie na str. 7



W NUMERZE:

- Kronika policyjna str. 2
- Coś pysznego? Tak, i chudnij! str. 3
- Z miasta str. 4
- Dzielnicowo na sportowo str. 4
- Felietony str. 5
- MIESZKAŃCY Walentyna Wyszowska str. 6
- Mamy stadion. I co mamy? str. 6
- Warszawa okiem architekta str. 7
- MIESZKANIEC na luzie str. 8
- Gorzka recepta str. 10



LICEUM
I SZKOŁA
POLICEALNA
DLA DOROSŁYCH

04-026 Warszawa
al. Stanów Zjednoczonych 51
tel. (22) 517 77 40, 602 232 879
www.elita.waw.pl

REKLAMA

WKROCZĄCIE ROZPOCZĘCIE BUDOWY

JUŻ W SPRZEDAŻY NOWA INWESTYCJA

20

- atrakcyjne
- 3 pokojowe
- mieszkania- 8 lokali
- apartamenty z tarasem
- ceny od 6900 zł/m²
- winda
- garaż podziemny

INWESTOR
tel. 22 879 73 86
www.egrib.pl

OPTINOVA OPTYK, OKULISTA

Nowa siedziba:

ul. Grochowska 336

(w pobliżu skrzyżowania z ul. Mińską)

tel. (22) 646-02-57

pon.-pt. 10.00-18.00 sob. 10.00-14.00

DRUGA PARA GRATIS!

CHODENT

GABINET STOMATOLOGICZNY



NOWOCZESNY GABINET

MIKROSKOP, KAMERA, ULTRADŹWIĘKI, RADIOWIZJOGRAFIA

PRZEGLĄDY I KONSULTACJE BEZPŁATNE

ul. Osowska 33

tel. (22) 610 46 46

0 500 214 141

Czynne od 9-20

Sobota od 10-15

REJESTRACJA ONLINE

www.chodent.pl

REKLAMA

OKNOPLAST

OKNA z Krakowa

RABAT do 40%*

* przy 100% wpłacie

Biuro Handlowe: UNIPLAST P.H.U.
ul. Ostrobramska 73
tel. (22) 613 50 33,
(22) 870 27 17
e-mail: uniplast@oknoplast.com.pl

GABINET STOMATOLOGICZNY

Szwedzka 37
Tel. 818-07-91

- bezbolesne leczenie
- nowoczesna protetyka
- ortodoncja

UWAGA!

• Promocyjna cena koron porcelanowych na metalu i cyrkonie

czynne 9-20, sobota 9-14

RABATY!

HILARY

Al. Waszyngtona 44
przy Międzynarodowej

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

elkatravel

BIURO PODRÓŻY

ul. Kobielska 23 lok. A05
(przy SIMPLY)
tel. 22 403 60 66
www.elkatravel.pl

Do końca stycznia - RABAT do 30%

BANKNOT BLISKO DO GOTÓWKI

Gotówka za złoto

Skupujemy za gotówkę złoto w każdej postaci.
Sprzedaj złoto po najwyższej cenie!

ul. Garibaldi 4 (okolice Ronda Wiatraczna) tel: 728 403 812
ul. Targowa 41 tel: 728 403 815
www.banknot.pl

WYŁĄCZNIE LITE DREWNO

ŁÓŻECZKA ■ ŁÓŻKA

I WSZYSTKIE INNE MEBLE
oraz NAPRAWA I RENOWACJA
MEBLI DREWNIANYCH

ul. Krypska 19 (na tyłach Uniwersamu) tel. 502 221 045, 514 074 404
www.mebel-wierzowski.pl e-mail: meble@mebel-wierzowski.pl

KREATYWKA

Rozwijamy maluszki od 0 do 4,5 roku z rodzicami

Zajęcia w WESOŁEJ - pierwsze bezpłatne

www.kreatywka.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

- MATERIAŁY BUDOWLANE I WYKOŃCZENIOWE
- MIESZALNIA FARB
- Doradztwo i TRANSPORT
- Atrakcyjne ceny

BUDUJESZ ■ REMONTUJESZ ■ MALUJESZ

STRZAŁ W DRUKARZA?

Przed południowopraskim Klubem Sportowym Drukarz Warszawa rysowała się ciekawa przyszłość. Tymczasem, już w lutym, klub może zostać postawiony w stan upadłości...

W ubiegłym roku Drukarz świętował jubileusz 85-lecia. To klub, który wychował wielu znakomitych sportowców, olimpijczyków, finalistów mistrzostw Polski, Europy i Świata. I to w różnych dyscyplinach (obecnie trenują tu piłkarze, łucznicy i kajakerzy).

Najbliższa przyszłość też miała być piękna – boisko treningowe na UEFA EURO 2012, współuczestnictwo w największej piłkarskiej imprezie na naszym kontynencie, remonty i modernizacje, popularność. Miało być pięknie, a może wyjść, jak zawsze...

Śmierć przez brak dotacji

Drukarzowi grozi nawet likwidacja. Czarny scenariusz może się ziszczyć w bardzo krótkim czasie. – Na 15 lutego chcę zwołać walne zgromadzenie i rozważyć wniosek o ogłoszeniu upadłości klubu – mówi kierujący Drukarzem od 2003 r. Zbigniew Kania. Prezes jest oszczędny w słowach, bo „nie chce zaogniać sytuacji i liczy jeszcze na jakieś kompromisowe rozwiązanie”. Wszystkiemu winne są skutki zadłużenia klubu względem Miasta i ich interpretacje przez miejskich urzędników. W związku z tym zadłużeniem klub ma nie otrzymać dotacji od samorządu. A to, dla miej-

skiego klubu, oznacza *de facto* śmierć.

Wątpliwy dług

Drukarz musi płacić za użytkowanie terenu w Parku Skaryszewskim. W 1999 r., ówczesna rada Gminy Centrum, przyznała klubowi 90 %

nie dostaliśmy żadnego pisma o jakimkolwiek zadłużeniu... Paweł Lech, przewodniczący stołecznej komisji sportu, tak mówi o długu klubu: – *W mojej ocenie zadłużenie jest niesłuszne, ale jak to jest faktycznie może ustalić jedynie sąd.*

Gwiazdy EURO do „toj-tojek”

Skierowanie sprawy na drogę sądową niczego nie zmieni, gdyż stołeczne biuro sportu



21-22 stycznia br. Hala J&J, Skotniki k. Krakowa. Piłkarska drużyna Drukarza (rocznik 2000) reprezentowała stolicę w ogólnopolskim turnieju FOR BG CUP.

ulgę w opłatach użytkowania wieczystego. I z taką zniżką Drukarz regulował opłaty do 2005 r. Okazało się, że stołeczni urzędnicy zinterpretowali przyznaną ulgę, jako jednoroczną i w 2006 r. na Drukarzu zjawił się windykator. – Po zapoznaniu się ze sprawą odstąpił od windykacji – wyjaśnia „Mieszkańcowi” prezes Kania. – Od tamtego czasu

nie przyznaje dotacji klubom zadłużonym w Mieście i tym, które są z Miastem... w sporze sądowym. Sytuacja jest więc patowa. – To niepokojące, że tak zasłużony i największy klub prawobrzeżnej Warszawy może zostać zamknięty ze względu na jakieś zadłużenie. w najbliższych dniach zwołam w tej sprawie posiedzenie komisji – obiecuje Hubert Zalew-

ski szef południowopraskiej komisji sportu. Tematem ma się też zająć miejska komisja sportu. Paweł Lech liczy, że Renata Popek, nowa dyrektor biura sportu, ma przygotowane jakieś inne rozwiązanie na finansowanie klubu i jednocześnie uspokaja, że nie ma zagrożenia dla wykorzystania obiektu Drukarza w mistrzostwach EURO 2012: – *Co najwyżej będzie kompromitacja dla Warszawy, jeśli zarabiający miliony piłkarze będą musieli po treningu pójść za potrzebą do „toj-tojek”...*

Drukarz, to rodzina

Miejscy urzędnicy sugerują, że Drukarz powinien podnieść składki dla trenujących tu kilkuset dzieci. Z 40 zł. miesięcznie do 90 – 180 zł. – *Przy tak wysokich opłatach natychmiast przestanie grać połowa dzieciaków* – przewiduje Dariusz Jacek, którego syn trenuje na Drukarzu ponad 4 lata. Nie należy zapominać o społeczno-wychowawczym aspekcie działalności klubu i o tym, że dla wielu praskich rodzin zbyt wysokie opłaty będą zaporowymi. – *Buuuuuuuuu! Nie ma takiej opcji!!!* – reakcja młodych piłkarzy na możliwość likwidacji klubu jest jednoznaczna – *Dla nas Drukarz to święto!* – mówi „Mieszkańcowi” jeden z jedenastolatków tuż po powrocie z ogólnopolskiego turnieju FOR BG CUP pod Krakowem, a drugi dodaje: – *Drukarz, to... rodzina!* A rodziny się nie likwiduje... **ar**

KRONIKA POLICYJNA

VII Komendy Rejonowej

Cios w polską heroinę

Pod koniec ubiegłego roku południowopraski policjanci z wydziału do walki z przestępczością narkotykową pozyskali informacje o osobach zajmujących się wytwarzaniem i przetwarzaniem polskiej heroiny. Dotarli do pierwszej wytwórni. Potem... śledztwo zaczęło zataczać coraz szersze kręgi. Kolejnym krokiem było zatrzymanie dwójki dealerów, a następnie odkrycie dwóch kolejnych wytwórni polskiej heroiny. Ustalenia i czynności doprowadziły funkcjonariuszy aż w okolice Inowrocławia. Tam wspólnie z miejscowymi policjantami zatrzymano 59-letniego Zdzisława B., który w stodole miał 720 kg słomy makowej nadającej się do wytworzenia nie mniej niż 11 tysięcy działek handlowych polskiej heroiny. Efektem ponad miesięcznej pracy policjantów było 6 osób zatrzymanych.

Po śladach na śniegu

Po godzinie 3.00 w nocy patrolowcy usłyszeli w radiostacji komunikat o włamaniu do sklepu spożywczego. Po upływie kilku minut, po śladach pozostawionych na śniegu dotarli do 17-letniego Damiana B. Sprawca wylał drzwi wejściowe, po czym ukradł gotówkę w kwocie 10 tysięcy złotych i laptopa. Jak się okazało nie działał jednak sam. Policjanci ustalają dane pozostałych dwóch sprawców.

Wymuszali zwrot długu

W grudniu do komendy zgłosił się młody człowiek, który powiadomił, że pewna kobieta z mężczyzną żądają od niego zwrotu pieniędzy, które kiedyś pożyczili jego ojcu. Ludzie ci mu grożą, doszło już do pobicia. Kobieta wielokrotnie groziła pokrzywdzonemu, a jej partner posunął się o krok dalej i zastosował przemoc. Para trafiła do policyjnych cel.

Wciąż grasują „na wnuczka”

Wciąż powtarzają się wyłudzenia pieniędzy od starszych osób metodą „na wnuczka”. Spore sumy stracili mieszkańcy Ochoty i Woli. Na Pradze Południe natomiast do starszego mężczyzny zatelefonowała młoda kobieta, która podała się za jego siostrzenicę. Mężczyzna nie potwierdzając, czy jest faktycznie jego siostrzenicą przełał na podane przez kobietę konto kwotę 10 tysięcy złotych!!! **toms**

Nowy szef stołecznej Policji



Fot. KSP

Nadinspektor Mirosław Schosler, b. Świętokrzyski Komendant Wojewódzki Policji w Kielcach, został nowym Komendantem Stołeczną Policji. Zastąpił na tym stanowisku nadinspektora Adama Mularza. Uroczyste wprowadzenie odbyło się w obecności Komendanta Głównego Policji nadinspektora Marka Działoszyńskiego. **(p)**

REKLAMA

Burmistrz Dzielnicy Praga-Południe m. st. Warszawy
zaprasza miłośników tyżwiarstwa na

BEZPŁATNE LÓDOWISKO

Od 3 stycznia br. przy Zespole Szkół nr 37 (Al. Stanów Zjednoczonych 24, wjazd od ul. Lizbońskiej) czynne jest ogólnodostępne lodowisko.
Wejście na taflę w dni powszednie w godz. 16.00–20.00
oraz w soboty i niedziele w godz. 9.00–20.00
(Uwaga! W godz. 15.00 ogłaszana jest 1-godzinna przerwa techniczna, w tym czasie lodowisko jest nieczynne)

Wstęp bezpłatny, czas korzystania nieograniczony.

Osoby, które nie posiadają własnych tyżew mogą skorzystać na miejscu z wypożyczalni.
Koszt za 1 parę wynosi: 6 zł/1h i 4 zł/za każdą następną godzinę.



ZAPRASZAMY

TELEFONY KOMÓRKOWE



- skup ■ sprzedaż
- sim-locki
- akcesoria
- naprawy

www.krasphone.pl
● CH Szembeka
ul. Zamieniecka 90 paw. 311,
czynne pn.-pt. 9-18, sob. 9-14
tel. 333-23-11; 0501 51 66 60
e-mail: sklep@krasphone.pl

Pomagamy przy
zamianie lub wykupie
mieszkań lokatorskich,
wojskowych, z
zadłużeniem, gdy grozi
eksmisja lub egzekucja
komornicza.

tel: 669 301 493

www.pomocmieszkaniowa.com.pl

KORTY TENISOWE

Ognisko TKKF „Olszyna Grochowska”
ul. Osowska 15, tel. 22 610-65-23

zaprasza
codziennie w godz. 7:00-22:00
■ nauka dla dzieci i dorosłych ■
■ challenge ■ turnieje

www.tenis-olszyna.pl

PRZYJMujemy ZAPISY
NA ABONAMENTY
NA SEZON ZIMOWY!

KONKURS NA PROWADZENIE KAWIARNI



Centrum Promocji Kultury w Dzielnicy Praga Południe m.st. Warszawy zaprasza do składania ofert na prowadzenie kawiarni znajdującej się w Klubie Kultury Saska Kępa. Przedstawiony projekt działalności kawiarni powinien między innymi zawierać sposób prowadzenia i aranżację lokalu ze szczególnym uwzględnieniem wspólnej powierzchni z galerią sztuki, gdzie będą odbywały się kameralne koncerty, spotkania i wystawy.

Oferty w zamkniętych kopertach z napisem „Oferta konkursowa na wynajem kawiarni” mogą składać osoby fizyczne i prawne w terminie do dnia 07.02.2012 r. w sekretariacie Centrum Promocji Kultury w Dzielnicy Praga Południe m.st. Warszawy, ul. Podskarbińska 2, w Warszawie w godzinach 9.00-16.00. Po podanym terminie nie będą przyjmowane dalsze oferty oraz niedopuszczalna jest zmiana w ofertach już złożonych. Osoby, których oferty spełniły wymogi formalne zostaną zaproszone na rozmowy w dniu 09-10.02.2012 r. do siedziby Centrum Promocji Kultury w Dzielnicy Praga Południe m.st. Warszawy przy ulicy Podskarbińskiej 2, (pok. 210).

Rozstrzygnięcie konkursu nastąpi 10.02.2012 r. w siedzibie CPK przez Komisję Konkursową powołaną przez Dyrektora Centrum Promocji Kultury w Dzielnicy Praga Południe m.st. Warszawy. Szczegóły: www.cpk.art.pl/news

NOVE KINO

Z KARTĄ WIDZA NAJTAŃSZE KINO W WARSZAWIE

Karta Widza to 4 tanie bilety dziennie i rabaty!

NoveKino Praha, ul. Jagiellońska 26
praha@novekino.pl
www.novekino.pl/kina/praha
www.facebook.com/novekinopraha

rezerwacja: 22 34 30 310



Jaka jest najlepsza waga dla człowieka? Najlepsza to taka, w której czujesz się sprawnie, zwinnie, lekko, kształtnie i energicznie.

Chcesz pozbyć się zbędnych kilogramów? Bo przybyły przez święta, przez zimę, przez ciążę albo po prostu podstępnie nas dopadły? Tak czy owak, zamiast tygodniami i miesiącami marwić się nad wagą (nieważne, jaką), po prostu wstań i zrób to! Nie wierzysz w sukces, bo **nie cierpisz gimnastyki, bo nie będziesz się głodzić?** Są tacy, którzy odnoszą sukcesy, i to idące nawet w dziesiątki kilogramów, bez tego, czego nie lubisz. By schudnąć, naprawdę nie trzeba jeść tygodniami na przykład wyłącznie sałatę, ani też głodzić

się rabunkowo osłabiając organizm czy pocić się na siłowni. Można to zrobić zupełnie, ale to zupełnie inaczej, skutecznie i trwale. Ze smakiem!

Co można jeść, by smakowicie chudnąć? Na przykład pastę z bakłażana i oliwek: 1/2 bakłażana pokroić na cienkie plastry, osolić i odstawić na 15 minut. Ząbek czosnku posiekać drobno z sześcioma czarnymi oliwkami rozetrzeć z solą. Bakłażana solidnie opłukać i osuszyć ręcznikiem papierowym, obsmażyć na rumiano (każdy plaster po obu stronach) niezbyt szybko na 2 łyżkach oliwy, a gdy przestygnie - drobnutko posiekać i wymieszać z pozostałymi składnikami. Wymieszać ze szczypiorkiem, solą, pieprzem,

skropić cytryną i dodać tyle gęstego jogurtu by powstała gęsta pasta, w sam raz na specjalne grzanki.

Nie chcesz rezygnować ze słodczy? Nie rezygnuj! Wystarczy zmiksować 500 g serka homogenizowanego (max. 3% tłuszczu) lub chudego, mielonego twarogu z 400 ml naturalnego jogurtu light bez cukru. Podczas miksowania powoli dodawać chłodną żelatynę (3-5 łyżeczek rozpuszczonych w 50 ml gorącej wody), a następnie dodać dowolną ilość malin (świeżych w sezonie, a teraz - mrożonych), lekko wymieszać i wlewać do foremki wyłożonej specjalnymi herbatnikami, po czym odstawić do lodówki, aż stężeje.

Dlaczego „specjalne” herbatniki i „specjalne” grzanki? Bo to **FIBROKI, bogate w błonnik i naturalne, pyszne smaki** (np. jabłko, granat) herbatniki, ciasteczka czy też grzanki. Dietetyczne! Ale nie tylko one.

Można się odchudzać, i to bardzo skutecznie, przygotowując posiłki samemu, wedle wskazówek osobistej dietetyczki (**kontrole - bezpłatne - co tydzień!**), można też zaopatrzyć się na miejscu. Zupy w kilku smakowitych wariantach, a do tego słodkości - ciastka, budynie, dżemy, wybór znakomitych herbat, w tym czerwona - niesłychanie skuteczna przy gubieniu kilogramów.

O co chodzi? O Naturhouse! To hiszpański lider w odchudzaniu a wiadomo, że Hiszpania to kraj, w którym lubią jadać i tłusto, i słodko, i nie lubią wyrzeczeń. Na tym właśnie **zbudowano sukces**, ku wielkiej radości tysięcy osób z nadwagą na całym świecie, bo teraz to już światowa marka.

Jak tego dokonano? Po pierwsze, proponując, nie zmuszając. Przydzielany każdemu **osobisty dietetyk** po pomiarach, analizach i szczegółowym wywiadzie opracowuje

dla każdego **indywidualny plan reedukacji żywieniowej**. To obejmuje także obszar nawyków zakupowych. Po drugie, działamy kompleksowo, dietą i suplementami diety. Suplementy są preparatami naturalnymi, również indywidualnie dobieranymi do diety i klienta. Po trzecie, na miejscu można kupić dodający siłę do walki i bardzo motywujący kolorowy magazyn PESO PERFECTO, z wywiadami, przepisami kulinarnymi, propozycjami diet 14-dniowych i mnóstwem pomysłów.

Ale to nie wszystko. Warto polować na okazje specjalne: **karnawałowa promocja z nagrodą** - profesjonalną sesję zdjęciową, jako dodatkiem do świetnego samopoczucia. Ale zacząć trzeba od zgubienia 8 kg!

Oferta Naturhouse jest tak atrakcyjna, że **blisko połowa klientów to panowie**, z zasady nie lubiący umartwień! Dwudziestolatek czy pięćdziesięciolatek - bez różnicy, tu skutecznie odchudzają się także osoby starsze zyskując zdrowie i wspaniałe samopoczucie! Oczywiście, **w grupie różnej**, dlatego warto podejmować to

wyzwanie rodzinne czy z kimś zaprzyjaźnionym. To mobilizuje równie mocno, co **cotygodniowe kontrole i porady!**

Na półkach - wciąż nowe produkty. Takie, które „rozgrzeszą” z podjadania, inne - wyzwalające ciepło przyspieszające spalanie tłuszczu, albo oczyszczające wątrobę i nerki, preparaty jedno i dwufazowe. Do tego wielkie zasoby dla tych, którzy nie lubią gotować: gotowe zupy i dania, desery, dżemy (np. gorzka pomarańcza lub ananas z imbirem), ciastka, batony itp. Plus herbaty, a także papaya, opuncja, kakao, sprzyjająca odchudzaniu kawa i nie tylko!

Na koniec - niespodzianka. **W Naturhouse przy ul. Łukowskiej 1 pracuje Pani Jolanta - w 5 miesięcy schudła 15 kilo, do rozmiaru 38**, po czym zatrudniła się w punkcie, w którym schudła! Cieszy się, że zyskała mnóstwo energii, przypomniała sobie, jak to jest żyć radośnie i w tempie, zachowując jeszcze zapał do wieczornej lektury. Przygotuj się do karnawału i do wiosny, zdrowo, miło i skutecznie! **Z Naturhouse Ci się uda. Bo kiedy, jak nie teraz?!** AS 2012

**Zapraszamy do Natur House na ul. Łukowską 1 pawilon 18U
by umówić spotkanie:
telefon (22) 251 28 36 lub komórka 519 193 981
www.naturhouse-polska.pl**

KAPITAŁ LUDZKI
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI

gamma

UNIA EUROPEJSKA
EUROPEJSKI FUNDUSZ SPOŁECZNY

Weź udział w bezpłatnych SZKOLENIACH

Mieszkasz i pracujesz w województwie mazowieckim?
Masz maksimum średnie wykształcenie?
Podnieś swoje kwalifikacje i bądź bardziej atrakcyjny na rynku pracy!

PROFESJONALNY OPIEKUN DO OSÓB STARSZYCH **PROFESJONALNY OPIEKUN DO DZIECKA**

Wysoka jakość szkoleń (uznani szkoleniowcy)
Wyżywienie podczas trwania całego kursu
Szansa na nową lub dodatkową pracę
Szkolenia poza godzinami pracy
Zaświadczenie o ukończeniu kursu

ZADZWOŃ I ZAPISZ SIĘ JUŻ TERAZ: (22) 266 08 43

E-MAIL: michal.cal@projektgamma.pl FAX: (22) 266 08 51

Projekt „Profesjonalny opiekun-profesjonalna opiekunka- zawody przyszłości” współfinansowany jest przez Unię Europejską ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego.
Projekt realizowany w ramach Poddziałania 8.1.1 Wspieranie rozwoju kwalifikacji zawodowych i doradztwo dla przedsiębiorstw.

WWW.PROJEKTGAMMA.PL

Człowiek - najlepsza inwestycja

www.skbank.pl

INTERLOKATA ŚWIĄTECZNA NA BIS

LOKATA 1 MIESIĘCZNA

7,000%

ODPALAMY WYSOKIE PROCENTY

To tyle co:
8,64%
NA LOKACIE STANDARDOWEJ

oprocentowanie zmienne w stosunku rocznym

SK bank
rok zał. 1926

**Zapraszamy: ul. Marsa 130, tel. 22 611 90 41,
Al. Stanów Zjednoczonych 40, tel. 22 870 07 00
ul. Jana Nowaka Jeziorańskiego 9 tel. 22 379 72 91**

W poniedziałek 30 stycznia br. o godz. 16.30 w Urzędzie Dzielnicy Praga-Południe przy ul. Grochowskiej 274, w sali 305 odbędzie się spotkanie informacyjne dot. rewitalizacji Parku im. Jana Szybowskiego „Leśnika”. Podczas spotkania zostaną omówione wyniki ankiety dot.



rewitalizacji Parku, którą Stowarzyszenie Promocji Grocho- wa oraz Samorząd Osiedla Grochów Północny przeprowadzili wśród mieszkańców Warszawy we wrześniu ub. roku.

Już w najbliższą niedzielę (29 stycznia), w Parku Skaryszewskim odbędzie się kolejne „Zimowe Ptakoliceństwo”. W czasie półtoragodzinnego spaceru organizowanego przez Ogólnopolskie Towarzystwo Ochrony Ptaków zostanie sprawdzone jakie gatunki i w jakiej ilości zimują w naszym „Skaryszaku”. Zebrane informacje trafią do ornitologów. Udział w akcji i spacerze jest bezpłatny. Zbiórka o godz. 9.00 przy głównym wejściu do parku (od strony ronda Waszyngtona).

W Polsce rak jelita grubego zajmuje drugie miejsce wśród przyczyn zgonów na nowotwory złośliwe. W środę 1 lutego

z MIASTA



o godz. 17.00 w Ośrodku Edukacji Kulturalnej Spółdzielni Budowlano-Mieszkaniowej „Grenadierów” przy Al. Stanów Zjednoczonych 40 odbędzie się spotkanie informacyjne na temat „Rak jelita grubego – tak mało o nim wiemy, a tak często na niego chorujemy”. W spotkaniu wezmą także udział specjaliści przeprowadzający badania profilaktyczne.

Święto babci i dziadka było kolejną okazją do odwiedzenia przez uczniów Szkoły Podstawowej Nr 75 pensjonariuszy Domu Pomocy Społecznej im. Matysiaków. Takie wizyty, z koncertami (na zdjęciu) przygotowanymi przez uczniów, mają już dziesięcioletnią tradycję. – U „Matysiaków” zawsze jesteśmy witani bardzo ciepło –



mówią nauczycielki opiekujące się dziećmi. Być może powstanie wspólny projekt artystyczny współtworzony przez uczniów SP Nr 75 i pensjonariuszy DPS.

Od 2006 roku obchodzony jest w Polsce Światowy Dzień Kota. Obchodom tego niezwy-

kłego dnia towarzyszy akcja charytatywna „Rasowce - Dachowcom”, w trakcie której odbywają się zbiórki pieniędzy i rzeczy dla bezdomnych ko-



tów. Tegoroczne obchody odbędą się podczas Międzynarodowej Wystawy Kotów Rasowych w dniach 11-12 lutego br. w Hotelu „Gromada”. Organizatorami obchodów i wyborów Kociarza Roku są Polska Federacja Felinologiczna – „Felis Polonia” i miesięcznik Cztery Łapy Kochamy Zwierzęki.

W dniach od 2 do 5 lutego w King Cross Praga przy ul. Jubilerskiej odbędzie się Jarmark Produktów Regionalnych, na którym smakośze tradycyjnej polskiej żywności będą mieli okazję spróbowania pysznych wędlin i serów korycińskich z Podlasia, pieczywa kurpiowskiego, oscypków z Baczówki lub domowych konfitur i soków.

Agatka Gruba to śliczna 4-lątka, mieszkanka Pragi Południe, do niedawna szczęśliwy przedszkolak. Radość dzieciń-

stwa zabrała jej okrutna choroba – guz mózgu. Jedynym ratunkiem dla dziewczynki jest kosztowne leczenie za granicą. Dzięki ofiarności wielu ludzi udało się już zbierać część kwoty. W akcję zbierania pieniędzy włączyły się nawet dzieci z przedszkola przy ul. Kinowej 10, do którego Agatka uczęszczała. Dlatego prosi o dalszą



pomoc. Pieniądże można wpłacać na konto: Fundacja Dzieciom „Zdążyć z pomocą”, ul. Łomiańska 5, 01-685 Warszawa, nr konta 15 1060 0076 0000 3310 0018 2615, z dopiskiem: „15812 Gruba Agata - darowizna na pomoc i ochronę zdrowia”. Dane potrzebne do przekazania 1%: KRS:0000037904 Agata Gruba.

Organizatorzy kampanii „Męska Sprawa” zmienili godzinę spotkania w Szpitalu Praskim p.w. Przemienienia Pańskiego przy Al. Solidarności 67. Spotkanie odbędzie się 26 stycznia o godz. 15.00, a nie jak wcześniej podał organizator o godz. 17.00. Aktualna lista dostępna jest na stronie: www.gladator-prostata.pl w zakładce „Kampania Męska Sprawa”. (ab) (ar)

ZAPROSZENIA DLA MIESZKAŃCÓW

■ **Centrum Promocji Kultury dla Pragi Południe ul. Podskarbińska 2 – 26.01. godz. 19.00** – *Kabaret Filip z Konopi* Filipa Borowskiego i jego goście, wstęp 10 zł; **27.01. godz. 19.00** – Koncert słowno-muzyczny „Warszawo ma” oraz projekcja archiwalnego filmu „Dzień w Warszawie, wstęp wolny; **28.01.** Młoda kultura na scenie CPK: **godz. 19.00** – Koncert zespołów: „REDROOM” i „DOGBITE”, wstęp wolny; **29.01. godz. 18.00** – Koncert – „Przeboje w karnawałowym nastroju” z najpiękniejszymi melodiami z operetek i musicali, wstęp wolny; **30.01. godz. 18.30** – W cyklu „Swing Club” wystąpi grupa „Old Timers”, wstęp wolny; **1.02. godz. 17.00** – W cyklu „Spotkania ze sztuką” wykład pt. „Rene Magritte. Wstęp do konceptualizmu”, wstęp wolny; **3.02. godz. 19.00** – Koncert Ryszarda Makowskiego, wstęp wolny; **8.02. godz. 17.00** – W cyklu „Spotkania ze sztuką” wykład pt. „Sztuka polska 1918-39. Awangarda”, wstęp wolny; **9.02. godz. 18.00** – „Młody poeta w wielkim mieście prywatnie”. Spotkanie autorskie na motywach promowanej książki Pawła Łęczuka „Delta wsteczna”, wstęp wolny; **10.02. godz. 19.00** – Projekcja filmu dokumentalnego o ks. Janie Zieji pt. „Prorok”, wstęp wolny; ■ **Klub Kultury Saska Kępa ul. Brukselska 23 – 26.01. godz. 19.00** – Seans filmowy. „Lampart”, bilety w cenie 5 zł w sprzedaży 2 godz. przed seansem; **2.02. godz. 19.00** – Seans filmowy *Bon appetit!*, bilety w cenie 5 zł w sprzedaży 2 godz. przed seansem; **3.02. godz. 19.00** – Koncert „BIBA” Blues i ballada na Saskiej Kępie, bilety w cenie 10 zł w sprzedaży od godz. 17.00; **7.02. godz. 18.00** – Pierwsze spotkanie z cyklu „Niezależne Dobre Kino”. Wstęp wolny; **8.02. godz. 19.00** – Pierwsze spotkanie z cyklu „Nieznane życie znanych ludzi”. Mateusz Damiński, bilety w cenie 5 zł w sprzedaży od godz. 17; Tytuły filmów mogą ulec zmianie. ■ **Ośrodek Edukacji Kulturalnej SBM „Grenadierów” al. Stanów Zjednoczonych 40 – 13.02. godz. 17.00-19.00** – „Magnetyczne serca św. Walentego” – warsztaty dla dzieci w wieku 7-12 lat. Wstęp 5 zł, zapisy tel. 22 673-60-63, 606-839-305; ■ **Ośrodek Kultury w Dzielnicy Wesola ul. Starzyńskiego 21 – 29.01. godz. 17.00** – „Kultura Nasza - łowcy głów i zagadkowe linie na pustyni”. Pokaz slajdów i opowieści z podróży Marka Łasizy; **4.02. godz. 19.00** – Muzyka bez granic. Koncert rockowych formacji KOMANDOS i DREAMSPACE; **5.02. godz. 16.00** – Dwie Dorotki. Przedstawienie dla dzieci w wykonaniu aktorów Teatru Art-Re. ■ **Filia Ośrodka Kultury w Dzielnicy Wesola Ośrodka Działalności Twórczych „Pogodna” ul. Jana Pawła II 25 – 1.02. godz. 18.00** – Spotkanie artystyczne dla dzieci. Kartki Walentynkowe wykonywane metodą scrapbooking (ilość miejsc ograniczona, zapisy pod numerem 22 427 37 74); **2.02. godz. 19.00** – Spotkanie artystyczne dla dorosłych. Kartki Walentynkowe wykonywane metodą scrapbooking (ilość miejsc ograniczona, zapisy pod numerem 22 427-37-74); **9.02. godz. 19.00** – „Podszepty” – Wernisaż wystawy pastelii Graszki Paulskiej. Wystawa potrwa do **5.03.br.**; **11.02. godz. 12.00** – Warsztaty Leonarda – „W świecie Pana Tadeusza”. Zajęcia edukacyjno-artystyczne dla dzieci w wieku 6-12 lat. Ilość miejsc ograniczona, zapisy do 8 lutego pod nr tel. 22 773 61 88.

Dzielnicowo na sportowo

Biegł z olimpijskim ogniem

Od 13 do 22 stycznia, w austriackim Innsbrucku, odbywały się pierwsze Zimowe Igrzyska Olimpijskie Młodzieży. Jeden z naszych uczniów brał udział w sztafecie niosącej olimpijski ogień.

Młodzieżową Olimpiadę zorganizowano pierwszy raz w historii światowego sportu. Na te najważniejsze zawody Polska wysłała dziewiętnastoosobową reprezentację zawodników (15-17 lat) kilku dyscyplin. Przewodniczącym naszej reprezentacji był prezes PKOl Andrzej Kraśnicki, a szefem Misji Olimpijskiej Apoloniusz Tajner.

Niezwykłą przygodę z Olimpiadą przeżył Radosław Niezgoda (na zdjęciu), uczeń klasy

sportowej z Zespołu Szkół im. Olimpijczyków Polskich przy ul. Siennickiej. – *Samsung, partner tych Zimowych Igrzysk Olimpijskich zorganizował dla szkół konkurs na najlepsze hasło dla polskiej reprezentacji* – wyjaśnia Liliana Matysiak, dyrektor szkoły przy Siennickiej. – *Nasze „Kto da radę, ten na Olimpiadę” znalazło się w finałowej grupie.*

W nagrodę uczniów odwiedził Paweł Zygmunt (pięćdziesięciokrotny Mistrz Polski w łyżwiarstwie szybkim). Po spotkaniu mistrz zorganizował bieg na dystansie 60 m. Na zwycięzców biegu czekała specjalna niespodzianka – wyjazd do Austrii i udział w sztafecie niosącej olimpijski ogień.

Radek Niezgoda okazał się najszybszym sprinterem, a wśród uczennic wygrała Karolina Olczak. Niestety, kłopoty zdrowotne sprawiły, że Karolina musiała zawrócić do Warszawy, ale Radek dotarł na miejsce. Opowiada „Mieszkańcowi”, że na konferencji prasowej w hotelu w Salzburgu ponownie spotkał się z Pawłem Zygmuntem. Poznał też olimpijczyków Leszka Blanika i Katarzynę Bachledę-Curuś. Wreszcie nastąpił kulminacyjny moment projektu – Radek, razem z ponad 40. innymi uczniami polskich szkół-laureatów konkursu, włączył się w międzynarodową sztafetę niosącą olimpijski ogień. Każdy z uczestników miał do przebiegnięcia 150 m.



– *To było wielkie przeżycie – mówi po powrocie – Coś, co się przeżywa tylko raz w życiu. Rewelacyjne wrażenie!* Poza wrażeniami uczestnicy sztafety przywieźli materialne pamiątki tego wydarzenia. – *Pamiątkowy dyplom, strój od Samsunga oraz biały strój, w którym biegli z olimpijską pochodnią* – wylicza Grzegorz Biskup, przedstawiciel organizatora. – *Radek żeby pobiec w sztafecie zrezygnował nawet ze studniówki, którą mieliśmy w tym samym czasie* – dyrektor Liliana Matysiak podkreśla, jak ważny był udział w sztafecie. – *Gdyby była możliwość, to bym pojechał jeszcze raz* – podsumowuje Radek, który w tym roku kończy liceum i, niestety, takiej możliwości mieć już nie będzie. Bo takie historie zdarzają się tylko raz w życiu. **ar**

Sprintem, czyli trzy pytania do...

Łukasza Jarzabka – rembertowskiego kibica Legii Warszawa.

– Już niedługo, 11 lutego, nastąpi sportowa inauguracja Stadionu Narodowego – mecz o Superpuchar Polski pomiędzy naszą Legią, a krakowską Wisłą. Jak ta impreza wygląda z punktu widzenia kibiców?

– Oczywiście wygra Legia! Jest wśród nas mobilizacja na ten mecz. Mamy nadzieję, że stworzymy szczególną atmosferę, bo to i mecz wysokiej rangi i inauguracja Stadionu Narodowego. Stadion może pomieścić blisko sześćdziesiąt tysięcy widzów. My, jako Stowarzyszenie Kibiców Legii dostaliśmy możliwość zakupu siedmiu tysięcy biletów. Kibice Wisły Kraków tyle samo. Dziwne są momentami działania spółki Ekstraklasa, ale obiecano nam, że jak te bilety szybko zejdą, to dostaniemy dodatkową pulę. Mamy nadzieję, że ta obietnica zostanie dotrzymana.

– Legia ma bardzo silne poparcie wśród kibiców z dzielnic prawobrzeżnej Warszawy. Czym się zajmujecie?



Leszek Korneluk, radny Rembertowa, gratuluje Łukaszowi patriotycznej postawy kibiców Legii pod Olszynką Grochowską.

– Jesteśmy w bardzo dobrym kontakcie z kibicami z Wawra, czy z Grochowa. U nas, w Rembertowie, dla wielu Legia jest najważniejszym klubem piłkarskim. Dla niektórych kibicowanie to cel życia, a dla innych po prostu hobby. Są tacy, którzy na rzecz Legii angażują się przez 24 godziny na dobę. „Ultrasi” na przykład malują flagi i transparenty. Wszyscy są zaangażowani fizycznie i organizacyjnie, bo wśród nas nie ma lidera. Panuje demokracja. A pracy jest dużo. Począwszy od malowania graffiti i wydawania klubowych gadżetów po niesienie pomocy naszym rodakom z zagranicy. Niedawno wysyłaliśmy paczki do Polaków z Litwy, Białorusi i Ukrainy. Robiliśmy też akcję „Paczka dla powstańca”, bo opiekujemy się kilkudziesięcioma powstańcami.

– Z jednej strony kibice są przedstawiani w bardzo negatywnym świetle, jako grupa, której należy się bać, a z drugiej strony wynika, że stanowią ostoję patriotycznych, narodowych wartości. Pierwszy raz spotkaliśmy się, gdy w imieniu kibiców Legii zapalaliśmy znicz poległym powstańcom pod Olszynką Grochowską...

– Staramy się włączać w patriotyczne i lokalne obchody narodowych świąt i wydarzeń. Negatywny wizerunek, to propaganda nieprzychylnych mediów. Nawet „chuligani”, którzy chcą się sprawdzić z ekipą innej drużyny, dbają o porządek w grupie. Żeby nie było jakiejś „demolki” w autobusie, tramwaju, czy pociągu. Nikt nie ma zamiaru zaczepiać postronnych ludzi i tego nie należy się obawiać. Być kibicem Legii zobowiązuje.

Rozmawiał **Adam Rosiński**

Po owocach ich poznanie

Dzień Babci i Dzień Dziadka: miło, że ktoś je wymyślił, jeszcze bardziej - że tak tyle osób traktuje je z miłością i sentymentem. Mam na myśli nas, dorosłych, nie przedszkolaki.

Niewielu dorosłych ma szczęście cieszyć się nadal obecnością własnych dziadków i babć, ale za to wielu z nas jest łącznikiem między swoimi dziećmi i swoimi rodzicami, mając w ten sposób istotny wpływ na atmosferę tego święta.

Nie dla każdej rodziny te styczniowe dni to serdeczne, rodzinne spotkanie. Każdy zresztą sam wie najlepiej, czy to nudny obowiązek, czy też - wyraz wdzięczności i ciepłych uczuć.



Fot. Jan Górnicki

Co mówią na to statystyki? Wedle najnowszych, styczniowych badań CBOS „Aktualne problemy i wydarzenia”, aż 72% dorosłych ma poczucie, że wiele zawdzięcza swoim dziadkom. Co zawdzięczamy najczęściej? Spośród blisko ośmiuset badanych 65% zawdzięcza swoim babciom i dziadkom opiekę i wychowanie - to pokaźna grupa.

Niemal tyle samo osób - poczucie, że „jestem kochany”, czyli jedną z ważnych podstaw zbudowania dobrego, dorosłego życia.

Ponad połowa jest im wdzięczna za wpojenie zasad moralnych; podobnie - za wiarę religijną i... znajomość historii rodziny. Kto by pomyślał patrząc na te miny i przewracanie oczami, gdy

babcia lub dziadek po raz kolejny opowiadają te same, od lat wszystkim świetnie znane historie! Czyli - warto słuchać i warto uczyć słuchania własne dzieci.

Blisko połowę dziadkowie nauczyli poczucia obowiązku, pracowitości, silnej woli a 44% życiowych, praktycznych umiejętności związanych z opieką nad dziećmi czy starszszkami, prowadzenia domu, gospodarstwa rolnego albo jakiegos rzemiosła czy po prostu majsterkowania (pewnie także np. szydełkowania!). A ponad 1/3 zawdzięcza im znajomość wydarzeń historycznych i miłość do Ojczyzny.

To tylko niektóre pozycje z zestawienia CBOS. Procenty nie sumują się do stu, badani mogli wskazać dowolną ilość odpowiedzi.

Ale i tak widać, ile dla nas znaczą nasi Seniorzy. Jak bardzo zasługują, byśmy byli im wdzięczni nie tylko w Dniu Babci i w Dniu Dziadka.

żu

Co tam panie na Pradze...

Kiwka

- No, to panie Eustachy zaczął się nam nowy rok, nie ma co: wołowina - po 30, schab - po 30, karkówka - po 30. Zda się, że tylko w dziedzinie bielizny damskiej jest jeszcze, jako taka konkurencja.

- Zaskakuje mnie pan panie Kaziu już nie wiem, który raz. Od kiedy to jest pan znawcą damskich staników?

- Taki jestem znawca, jak każdy żonaty mężczyzna. Sprawa jest prosta - po bazarze chodzę, to słyszę różne rzeczy. Na przykład od jakiegoś czasu bazarowy szum i gwar co i raz ginie w aksamitnym głosie pani zachęcającej inne panie do odwiedzenia sklepu bieliźniarskiego na piętrze. Każdy - chce, czy nie - pobiera wtedy lekcję budowy staników. Ja, dajmy na to, nie wiedziałem, że te, no - miseczki... no wie pan, to, w co wchodzi, to... wie pan co...

- Bałamuty?

- Niech będzie. No więc te miseczki oznacza się literami alfabetu: większe, mniejsze: a, b... Idziesz pan sobie wyobrazić?

- Ludzie kombinują już, jak te konie pod górę. Ci, co mają jeszcze trochę kasy, to się reklamują. Najlepiej mają ci od żarcia - do nich bez żadnej reklamy się chodzi. Jeść trzeba.

- Mówi się, że lepsze deko handlu niż kilo roboty.

- Kiedy prawda, to prawda, ale jak jest przestój, to nic tylko zęby w ścianę wbij.

Panowie Eustachy Mordziak i Kazimierz Główka jakoś nie mieli jeszcze w nowym roku okazji, żeby pogadać. Gdy jednak wreszcie się spotkali, to siłą rzeczy zaczęli mówić

o otaczającej nas wszystkich rzeczywistości. Niewesołej, niestety.

- Ciekawe, co z tego wszystkiego będzie, bo przecież jakby tego Tuska nie kochać, to ciągle jest tylko gorzej i gorzej.

- Żebyś pan wiedział, westchnął Eustachy melancholijnie.

- Zauważył pan - nasz premier ma taką właściwość, że gdy mówi, że będzie gorzej, to mu się sprawdza, gdy zaś coś obiecuje, to rzadko mu wychodzi. Właściwie wcale.

- To może dlatego takie są kolejki chętnych do policyjnego munduru. Panie Kaziu - oczom nie wierzyłem. Ostatni raz widziałem coś takiego za Gierka, jak się ludzie po pralki automatyczne „Polar” ustawiali.

- Co jedno z drugim ma wspólnego?

- To, że ten rok jest ostatnim, kiedy będą obowiązywały dotychczasowe „mundurówki”, czyli emerytura po 15 latach. Od przyszłego roku na pierwszą emeryturę trzeba będzie 10 lat dłużej biurka wycierać.

- Znaczą, w to akurat ludzie premierowi uwierzyli, a w resztę? Jakoś nie przejawiają przesadnej wiary. Może po tej „zielonej wyspie” tak się porobiło, że jak chcą, to mu wierzą, a jak nie, to nie?

- Umówmy się, że poniekąd mają rację. Powiedział, że autostrady będą? I są - tylko połowa tego, co obiecywał.

- A jak powiedział, że paliwo zdrożeje, to mucha nie siada - drożeje aż ciarki po plecach chodzą... Stąd biorą się potem te ceny chabaniny.

- Powiem panu, panie Kaziu w związku z tym, że premier coraz częściej przypomina mi słynnego piłkarza Legii - Lucjana Brychcego.

- Że taki mały?

- Nie. Że ma taką kiwkę.

Szaser

Kto napisał walca Straussa?



Tegoroczny - i Noworoczny - Koncert z Wiednia (transmitowany przez naszą „Dwójkę” w niedzielę, 1 stycznia 2012 roku w południe) prowadzony i komentowany był dla polskich widzów przez Bogusława Kaczyńskiego, którego głos i werwa wskazywały, że jest w pełni zdrowia i sił po swojej długotrwałej i bolesnej rehabilitacji. A ponieważ w tym felietoniku będzie trochę o Wiedniu i o genialnej rodzinie Straussów, to niech mi wolno będzie powiedzieć o wydarzeniu, które prostuje pewną nieścisłość, jej dotyczącą.

Lucjan Kydryński, autor „Przewodnika Operetkowego” (Polskie Wydawnictwo Muzyczne, Warszawa, 1977), pisze, że „chyba najpiękniejszym walcem świata” jest walc Johanna Straussa młodszego „Nad pięknym, modrym Dunajem”. Walc ten zresztą kończy każdy Noworoczny Koncert z Wiednia. Tak się złożyło, że 4 grudnia 1987 roku odbywał się w Narodowym Klubie Prasy w Waszyngtonie roboczy lunch, na którym miał przemawiać Zbigniew Brzeziński. Ale przed tym siedział przez pewien czas przy stoliku, który mi przypadł w udziale, ponieważ przyprowadził ze sobą swego przyjaciela, dr Friedricha Gleissnera, dyrektora Austriackiej Izby Ekonomicznej. Siedzieliśmy tak, że dr Gleissner oddzielał mnie od Brzezińskiego. Wymieniliśmy wizytówki, a ja, widząc wizytówkę dr Gleissnera, powiedziałem „Wien, Wien, nur du allein // Sollst stets die Stadt meiner Traume sein” („O, Wiedniu, Wiedniu, Ty, jedyny // Będiesz na zawsze miastem moich marzeń”). To pierwsze słowa walca pod tytułem - właśnie - „Wiedeń - miasto moich marzeń”.

Na to dr Gleissner: „Powiedzieć te słowa, to każdy potrafi, ale zaśpiewać...?”.

Patrzę na Brzezińskiego, a on odpowiada lekko kpiącym uśmiechem, jak by chciał okazać: „Zobaczmy, jak się zachowa ten komunista z Warszawy”. Więc zaśpiewałem, na szczęście nie fałszując. Dr Gleissner, rozbawiony, powiedział: „Angażuję pana do Opery Wiedeńskiej”. Brzeziński zaś, jak by go strofując, dodał: „Ale tylko na jeden sezon”. I odszedł do stołu prezydielnego. W tym momencie dr Gleissner zapytał mnie: „Czy pan wie, kto skomponował ten walc?”. Ja z całą pewnością odparłem: „Oczywiście. Któryś ze Straussów”. I wtedy padł cios, bo dr Gleissner skorygował: „Akurat tego walca nie. Skomponował go pański rodak, Rudolf Siczynski, który tworzył w Wiedniu”. Mój „triumf” więc był dość krótkotrwały.

O Wiedniu pisze dużo Bogusław Kaczyński w swej książce „Jan Kiepura” (Wyd. Casa Grande, Warszawa, 2011). Ta fascynująca lektura, mając za główny temat śpiewaczą karierę Kiepurę, zwraca baczną uwagę na zjawisko, które w okresie międzywojennym (1918-39) albo w Polsce w ogóle nie istniało w sensie samodzielnej postawy śpiewaków operowych albo było przez nich od dawane w pacht impresariom. Chodzi o „Public Relations” (takiego pojęcia też się w Polsce nie używało). Tymczasem w stosowaniu tego instrumentu zdobywania sławy, Jan Kiepura był absolutnym mistrzem. W tym miejscu nie można tego nawet streścić, bo jest to epopeja. Powiem więc tylko, że w 1926 roku, kiedy Jan Kiepura miał 24 lata i jechał z kontraktem do Opery Paryskiej, zatrzymał się na trzy dni w Wiedniu i pozostał tam dłużej, ponieważ w ciągu tych trzech dni udało mu się dostać do dyrektora-dyktatora Opery Wiedeńskiej, Franza Schalka i poznać tam jeszcze większą dyktatorkę już nie tylko Opery Wiedeńskiej, ale całego artystycznego Wiednia, genialną śpiewaczkę - sopran dramatyczny - piękną Marię Jeritzę. I to ona wymusiła na Schalku, żeby wraz z nią w „Tosce” wystąpił po włosku Jan Kiepura, choć on po włosku znał tylko dwie główne arie a resztę wyspiewał po polsku, ale umyślnie tak niewyraźnie, że uznano, iż jest genialszem, ponieważ wykonał operę aż... w ośmiu językach!!! Czytając, Państwo, więc „Jana Kiepurę” Bogusława Kaczyńskiego, tym bardziej, że książka kosztuje tylko 20 złotych.

Zygmunt Broniarek

REKLAMA

W CIEMNOŚCI
POLSKI KINOWY
OD OSKARA 2012

NA EKRANIE

MUPPETY

NA EKRANIE

SZTOS 2
Się odgrywa
jest zabawa!

NA EKRANIE

RÓŻA

PREMIERA I LUTY

RZEŹ

NO SIĘ DZIAŁA

MERYL STREEP
ŻELAZNA DAMA

HUGO
HUGO WYNALEZAK

Karta Widza to 4 tanie bilety
dziennie i rabaty!

■ Cena biletów z Kartą Widza:
w tygodniu (pn - czw): 15 zł, a w sob. 10 - 17 zł
w weekend (pt - sob): 16 zł, a w sob. 10 - 17 zł
■ dodatkowa 10% zniżka w kinie Nowe Kino Praha
■ cena karty tylko 19 zł

www.facebook.com/novekinopraha

Lubię to!

NoveKino Praha, ul. Jagiellońska 26
praha@novekino.pl
www.novekino.pl/kina/praha

rezerwacja/kasa: 22 34 30 310

TAPICER

*** USŁUGI**
* Narożniki wg. wymiarów klienta
* Materiały obiciowe

Warszawa, ul. Krypska 52/54
przy GROCHOWSKIEJ 179
(pawilon pogotowia weterynaryjnego)
Zakład przeniesiony z ul. Znanieckiego 8

Tel. 612-53-88
0-691-75-50-50

Spółdzielnia Budowlano-Mieszkaniowa „Grenadierów”
z siedzibą w Warszawie,
al. Stanów Zjednoczonych 40

ogłasza konkurs ofert
na wycinkę dwóch drzew
(klonu jesionolistnego i topoli)
oraz ich utylizację.

Oferty należy składać 7 dni od
daty ukazania się gazety,
w sekretariacie spółdzielni.

TADEX OPONY

Warszawa,
ul. Ostrobramska 38b
tel. 610 60 05

■ Montaż i wyważanie
RUN ON FLAT ■

■ Sezonowe przechowywanie
i sprzedaż opon ■

■ Prostowanie felg ■

Zakład Usług Tapicerskich i Stolarskich
d. „REDOM” ul. Walecznych 76,
tel./fax 617-23-33 e-mail: redom@redom.pl

WYKONUJE:

- ✓ renowację stolarki mebli nowoczesnych i stylowych
- ✓ renowację tapicerki mebli nowoczesnych i stylowych
- ✓ nowe meble na wymiar (wersalki, tapczany, fotele, narożniki, stelaże itd.)
- ✓ zabudowy z płyt meblowych i meble uzupełniające
- ✓ posiadamy wybór tkanin i transport

Zapraszamy: w godz. 7⁰⁰-18⁰⁰, sob. 9⁰⁰-14⁰⁰

Spółdzielnia Budowlano-Mieszkaniowa „Grenadierów”

posiada do wynajęcia pokój
o pow. 16,50 m kw.
na cele biurowe

(częściowo umeblowany, internet, telefon,
całodobowa ochrona obiektu)
znajdujący się na I piętrze budynku
biura Spółdzielni
przy Alei Stanów Zjednoczonych 40
w Warszawie.

Cena wynajmu do uzgodnienia.

**Tel. kontaktowy 22 810-44-12;
870-20-37 wew. 470**

ZIMA W GÓRACH!

Zapraszamy na pobyty feryjne do
Sanatorium „Zgoda” w Krynicy-Zdroju

w cenie już od **1368 zł – 14 dni**
(z zabiegami i wyżywieniem)
oraz krótsze w cenie **99 zł/osobo dzień**
(z zabiegami i wyżywieniem)

W pobliżu hala lodowa, wyciągi narciarskie
oraz wiele innych atrakcji

Dla stałych czytelników Mieszkańca 5% zniżki

Sanatorium Uzdrowskie „Zgoda”
ul. Piłsudskiego 42, 33-380 Krynica-Zdrój
www.zgoda-krynica.pl

Walentyna Wyszowska

Drobnej budowy ciała, niewysoka, zawsze uśmiechnięta i pełna wigoru. Od 55 lat leczy mieszkańców Pragi Południe. W jej mowie słychać wschodni akcent. Nawet ci, którzy nie są jej pacjentami wiedzą o kim mowa – doktor Walentyna Wyszowska.

Z pochodzenia jest Rosjanką. Urodziła się w 1928 roku, w Zachodniej Syberii. Prawdopodobnie jest jedną z najstarszych czynnych internistek w publicznej służbie zdrowia. Cały czas służy mieszkańcom Pragi Południe.

Superpamięć

Kolejną charakterystyczną cechą „naszej Pani doktor” (jak mówi o niej wielu prażan) jest znakomita pamięć. W niezapomnianym rozmowie z „Mieszkańcem”, bez mrugnienia okiem podaje pełne daty ze swojego życiorysu: 20 grudnia 1956 r. – przyjazd do Polski, 1 stycznia 1957 r. – pierwszy meldunek w mieszkaniu przy ul. Dwernickiego, 28 marca 1957 r. – rozpoczęcie pracy w południowopraskiej służbie zdrowia...

Czy Wala jeszcze jest?

Na przełomie lat 40. i 50. ubiegłego wieku studiowała na Akademii Medycznej w Świerdłowsku. W tym właśnie czasie poznała swojego przyszłego męża, Jerzego z Warszawy, który był studentem tamtejszej politechniki. Po ślubie państwo Wyszowsky przyjechali do Polski i zamieszkali z babcią Jerzego na Grochowie. – *Mąż codziennie, jak wracał z pracy pytał babci, czy Wala jeszcze jest?* – śmieje się wspominając doktor Wyszowska. – *Sprawdzała, czy nie wyjechałam, bo bał się, że wrócę do Rosji. Nu, mnie tu było bardzo zimno, bo tu były straszne wiatry, których na Syberii nie ma i ja cały czas stałam przy kaloryferze.*

Pa polski „wątroba”

Jako wolontariuszka podjęła pracę w szpitalu przy ul. Brzeskiej. Mówi, że przyjęta została bardzo dobrze, ale musiała poradzić sobie z barierą językową. Historie chorób pacjentów w szpitalu pisała na brudno, a potem w domu je przepisy-



wała na czysto. W nauce polskiego bardzo pomagała jej babcia męża, nauczycielka. – *A może by Walentino Andriejewna napisali Wy „wątroba”?* – używając rosyjskich konstrukcji językowych testował ją na Brzeskiej urolog, doktor Zawadzki. Napisala. Babcine nauki nie poszły na marne.

Serdeczna doktor

Już w czwartym miesiącu pobytu w Polsce rozpoczęła pracę w południowopraskiej służbie zdrowia („Przyjmował mnie, na Mycielskiego, doktor Flatau, szef Wydziału Zdrowia”). Od tamtego czasu („28 marca 1957 r.”) nieprzerwanie leczy naszych mieszkańców. Bardzo się zżyła się nie tylko z pacjentami, ale także ze współpracownikami. – *Znamy się z panią doktor od ponad trzydziestu lat.* – mówi Zofia Grabowska, sprzątaczką w „Higienie”, przechodni przy ul. Grochowskiej 339, w której teraz przyjmuje dr Wyszowska. – *To bardzo dobry lekarz, a przy tym wesoła i bardzo serdeczna osoba.* Przysłuchujący się rozmowie portier twierdzą, kiwa głową.

Cztery pokolenia

Podobnego zdania są pacjenci. Do doktor Wyszowskiej chodzi już trzecie pokolenie rodziny Krukowskich z ul. Sta-

nislawa Augusta. – *Leczyła moich rodziców, mnie i moje dzieci* – wylicza Zbigniew Krukowski i zapowiada. – *A za dwa lata będzie leczyła moje wnuki. To bardzo dobry specjalista, bardzo fajna rejonowa doktor, bardzo opiekuńcza. Nigdy nie pomyliła się w diagnozie. Rozpoznaje choroby jakby we mnie siedziała. Wspaniały lekarz i dobry człowiek.*

Historia praskich chorób

W utrzymywaniu lekarskich kwalifikacji na wysokim poziomie pomagają doktor Wyszowskiej ciągle szkolenia i konferencje. Mimo nie najmłodszego wieku jeździ na nie bardzo często i to do różnych miast. – *Piętnastego stycznia byłam na konferencji dotyczącej cukrzycy, a drugiego i trzeciego lutego mam konferencję „Interna – przypadki”* – mówi „Mieszkańcowi” i zatroskaniem kiwa głową – *Ale ile ja za te konferencje płacę!* Doktor Walentyna Wyszowska, to nie tylko kawał historii południowopraskiej służby zdrowia, to także zapis zmian naszych chorób. Wspomina, że gdy zaczynała pracę, to dominowali pacjenci z chorobami przewodu pokarmowego, owrzodzeniami, zapaleniami płuc. Teraz najczęstsze są nadciśnienie tętnicze, choroby serca, wieńcówka i nowotwory.

Życzenia

Doktor chwali postępy, jaki w czasie jej kariery dokonał się w diagnostyce, oprzyrządowaniu i warunkach pracy. Podkreśla świetne relacje z współpracownikami („Trafiłam i trafiłam na dobrych i życzliwych ludzi”). Pacjentom życzy jak najmniej chorób, południowopraskiej służbie zdrowia większej ilości lekarzy, a swojemu środowisku nie życzy takich problemów i zawirowań, jakie ostatnio były z ustawą refundacyjną. A czego można życzyć doktor Wyszowskiej? Chyba tylko stu lat. Zawodowej pracy oczywiście.

Adam Rosiński

Mamy stadion. I co mamy?

Po świąteczno-noworocznej przerwie wracamy do cyklu, w którym, na kilka miesięcy przed UEFA EURO 2012 TM, pytamy, co daje nam Stadion Narodowy i organizacja piłkarskich mistrzostw Europy.

Czy są spełniane nadzieje pokładane w organizacji EURO i lokalizacji Stadionu Narodowego? Czy więcej jest plusów, czy negatywów? Co, tak naprawdę, mamy z organizacji największej w historii Polski komercyjnej imprezy sportowej i najdroższej w historii Polski sportowej inwestycji?

Po mieszkańcach Kamionki i Saskiej Kępy oddajemy głos socjologom z Uniwersytetu Warszawskiego realizującym „Projekt Społeczny 2012” Co pozostanie po Euro?”



Dr Renata Włoch

Należy postawić sobie pytanie: czy EURO może się udać „ponad głowami” mieszkańców? Organizacyjnie nie ma większych zagrożeń dla powodzenia EURO: stadiony zostały wybudowane, kibice się pojawiają. Jednak ważne jest, co rozumiemy pod pojęciem sukcesu tej imprezy. Istnieje bowiem ryzyko, że mieszkańcy, wykluczeni z podejmowania wszelkich decyzji dotyczących Mistrzostw, uznają, że jest to impreza nie dla nich. Dla części mieszkańców EURO może być wydarzeniem obcym, elitarnym, kojarzącym się przede wszystkim z hałasem, zamieszaniem komunikacyjnym, bałaganem na ulicach, utrudnieniami w codziennym życiu, a nie wielkim, otwartym dla wszystkich świętem sportu.



Prof. Anna Giza-Poleszczuk

Niezmiennie ważne jest tzw. dziedzictwo UEFA EURO 2012. To wszelkie trwałe i długofalowe zmiany, jakie organizacja tej imprezy wywołuje w polskim państwie i społeczeństwie. W naszym bezpośrednim otoczeniu oraz w środowisku międzynarodowym. Zmiany te mogą mieć charakter gospodarczy, infrastrukturalny, ekologiczny, technologiczny, a także psychologiczny, społeczny, kulturowy i polityczny. Dziedzictwo pozytywne może mieć wymiar czysto materialny: nowe drogi i autostrady, ultranowoczesne stadiony sportowe, rozwój małej infrastruktury sportowej. Jednak znacznie ważniejszy, choć trudniejszy do zmierzania, jest niematerialny aspekt pozytywnego dziedzictwa, np. zbudowanie interesującego wizerunku Polski, który przełoży się na atrakcyj-

ność turystyczną. Najistotniejszym elementem społecznego dziedzictwa są nabyte w trakcie przygotowywania imprezy kompetencje organizacyjne, obejmujące między innymi praktyki konsultacji ze społecznościami lokalnymi wprowadzanych zmian. Dziedzictwo może mieć też charakter negatywny, którego najdotkliwszym aspektem są zawiedzione oczekiwania społeczne.



Agata Dembek

Cykl „Mieszkańca” – *Mamy stadion. I co mamy?* wpisuje się w zaangażowane myślenie o Euro 2012. Tę imprezę koniecznie trzeba wykorzystać m.in. dla uruchomienia swobodnego „wewnętrznego PR”, pozytywnego przekazu skierowanego do samych Polaków. Autostereotyp, czyli wyobrażenie Polaków na temat samych siebie, jest istotny przede wszystkim w kontekście wizerunkowym i promocyjnym. Trudno bowiem zachęcać turystów do przyjazdu i przekonywać, że Polacy są otwarci i życzliwi, jeśli sami nie jesteśmy o tym przekonani. Pamiętajmy, że nie filmy promocyjne ani kampanie marketingowe, ale doświadczenia, jakie wywoła z Polski odwiedzający nas kibice, będą najważniejszym nośnikiem przekazu promocyjnego. Ponadto, autostereotyp wpływa znacząco na nastawienie Polaków do siebie nawzajem – trudno oczekiwać, że zmobilizujemy się do organizacji i współpracy, jeśli myślimy o sobie wzajemnie, jako o ludziach nieufnych, niezdolnych do współpracy i zaangażowania w sprawy publiczne.



Aleksandra Goldys

Ludzie rozumieją i lubią sport. Dzięki niemu mogą robić masę dobrych rzeczy dla siebie, swoich bliskich czy swojej okolicy. EURO 2012 pozwoli nam doświadczyć piękna i emocji, które sport niesie ze sobą. To zwieńczenie pracy skomplikowanego systemu sportowego, który w Polsce bardzo potrzebuje zmian: innowacji z poziomu zarządzania, pracy nad nawykami samych Polaków (ciągle mało i nieregularnie się ruszamy), namysłu nad misją organizacji i klubów sportowych. Warto potraktować EURO jak wielką promocję całego sportu, a nie tylko zawodowej piłki i warto pracować nad jak najlepszym zaplanowaniem wprowadzania tych zmian. Priorytetem naszego projektu jest pokazanie, że sport to kwestia społeczna, ważna dla wychowania, zdrowia, poczucia wspólnoty, nauki nawyków angażowania w życie społeczności. (ar)

REKLAMA

Praga Południe – Fundamentowa

- Kameralny budynek
- 5 minut do Centrum
- Promocja Zimowa – garaż gratis
- Taras zielony na dachu



Sprzedaż: 22 644 87 59
www.totalbud-inwestycje.pl



disponująca wieloletnim doświadczeniem i kadrą specjalistów oferuje Wspólnotom Mieszkaniowym usługi w zakresie zarządzania i administrowania nieruchomościami. Zainteresowanych prosimy o kontakt pod tel. (22) 673-08-01 lub wizytę w naszej siedzibie przy ul. Kobielskiej 1.

NARZYNKI

REKLAMA GWINTOWNIKI

Metal-Market
HURT DETAL
NARZĘDZIA, art. METALOWE
ul. Mińska 38
tel. 813 99 55
www.metal-market.pl

własny parking **P**

NARZĘDZIA ŚRUBY ZAMKI LINKI

Ostoja Rembertów
osiedle

NOWE MIESZKANIA W SPRZEDAŻY
OD 52 m² DO 149 m²
CENA OD 5 800 zł/m²

(22) 517 88 88 512 024 054 www.ostojarembertow.pl

WARSZAWA OKIEM ARCHITEKTA

21 stycznia w Centrum Promocji Kultury odbył się wernisaż wystawy znanego architekta, rysownika i publicysty, mieszkańca Saskiej Kępy, Tadeusza Mycka. Zbiór prac pt. „Etiudy rysunkowe” będzie można oglądać do 12 lutego. Uroczystość, na którą przybyło wielu gości, stała się pretekstem do rozmowy z Tadeuszem Myckiem o Warszawie i jej architekturze.

- Otwierając wystawę w CPK powiedział Pan, że Warszawa ma swoją osobowość. Jaka jest osobowość naszego miasta? Warszawa jest nieśmiała, towarzyska, może jest ponura, albo agresywna?

- Ani taka, ani taka. Właściwie żadna z tych, które Pan wymieniał. Proszę zobaczyć na Zamek Królewski. On jest stonkowo mały. Proszę spojrzeć również na Plac Zamkowy. Ten Plac jest niewielki, kameralny. W zrozumieniu architektury, nie tej najnowszej, ale tej daw-

nej, jest odpowiedź na Pana pytanie. Warszawa jest po prostu kameralna.

- Czy współczesna architektura Warszawy odzwierciedla ów charakter miasta?

- Nie. I o tym w ogóle się nie mówi. Najlepszym dowodem



jest Stadion Narodowy. Warszawa, z uwagi na temperament Polaków i fakt, że jest położona na równinie, nie szła nigdy „do góry”. Dla porównania weźmy Stadion Dziesięciolecia. Jego

projektantom nawet nie przyszło do głowy zrobić go jako fortecę, jako coś wielkiego co krzyczy i zagłusza całą okolicę. Warszawa ma inny charakter niż nowy stadion.

- Stadion Dziesięciolecia do tego stopnia wtopił się w Sa-

ską Kępę, że jego „przedłużeniem”, jak Pan podkreśla, były wszystkie okoliczne nazwy ulic.

- Otóż to. Jest ulica Paryska, Brukselska, Międzynarodowa.

Nazwy ulic na Saskiej Kępie były ukłonem polskich urbanistów w stronę świata, który miał do nas przyjechać. To miała być taka wioska olimpijska.

- Stadion Dziesięciolecia i Saska Kępa to przykład koncepcji urbanistycznej. Czy dzisiaj w architekturze mamy plan, który jest zgodny z charakterem Warszawy?

- To wszystko co się teraz robi, to naśladowanie trendów architektury światowej przeciwko charakterowi Warszawy. W projektowaniu budynków należy uwzględnić specyficzne warunki miasta. Trzeba wykorzystywać położenie nad Wisłą. Nie należy odcinać się od niej. Nie powinno się też stawiać wysokościców przypadkowo, tam gdzie jest wolny teren, tylko w tych miejscach, które nie burzą sylwetki Warszawy. Rozbudowę i zabudowę miasta trzeba planować. Potrzebna jest wizja, której chyba brakuje.

MaG

OTO JESTEM... NA BUDOWIE

dokończenie ze str. 1

W poniedziałek stołeczny Ratusz nie zgodził się na imprezę na stadionie. – *Są braki w dokumentach, a także nie odebrana została płyta stadionowa* – argumentowała decyzję władz Warszawy Ewa Gawor, dyrektor Biura Bezpieczeństwa i Zarządzania Kryzysowego. Na głównej płycie trwają jeszcze prace, a okolice stadionu również wyglądają jak plac budowy...

Operator stadionu, Narodowe Centrum Sportu, jest przekonany, że zaplanowana impreza jednak się odbędzie. NCS może usunąć wskazane braki i urząd może zmienić decyzję. Organizator może także odwołać się do samorządowego kolegium, które również może uchylić decyzję Ratusza.

Impreza „Oto jestem!” jest darmowa więc (jeśli się odbędzie) ludzie i tak przyjdą. Nikt też nie straci finansowo na trzymaniu potencjalnych widzów w niepewności do ostatniej chwili. Finansowo nie. Natomiast prestiżowo – jak najbardziej! Po nierozłożonym dachu na sezon zimowy i inaugurujący mecz Legia – Wisła, to kolejne



poważne zawirowanie wokół stadionu. Nie wspominając już o tym, że Narodowy powinien być już dawno gotowy zarówno do imprez rozrywkowych, jak i sportowych. Zagrożenie kolejnego terminu ociera się o kompromitację!

– *Leją beton na potęgę! Praktycznie dzień i noc!* – o nerwowym pośpiechu w wykańczaniu płyty stadionu mówił „Mieszkańcowi” kilka dni wcześniej jeden z robotników. Jak wspomnieliśmy na „Oto jestem!” wstęp będzie bezpłatny. Z góry można założyć, że po imprezie zostanie odrąbiony sukces! Specjalistów od PR ma NCS dobrych. Każda porażka, zawalenie terminu, przekuwane jest na sukces. Weźmy choćby tzw. dni otwarte (zorganizowane po zawaleniu terminu zakończenia prac budowlanych). Wtedy stadion odwiedziło ponad 200 tysięcy ludzi z całej Polski i innych krajów. Odrąbiono wielki sukces! A przecież sama Praga z okolicznymi dzielnicami to ponad 600 tys. mieszkańców... Tylko niewielka grupa tych mieszkańców przyszła zobaczyć Najważniejszy Obiekt Sportowy w Polsce. Porażka! Na imprezie „Oto jestem!”, o ile się odbędzie, mają wystąpić m.in.: Zakopower, Lady Pank, VooVoo i T. Love.

Adam Rosiński

FEERIA ATRAKCJI

Akcja „Zima w Mieście” jest wspaniałą alternatywą spędzania wolnego czasu dla wszystkich uczniów, którym w czasie ferii nie udało się wyjechać z Warszawy, a oferta Dzielnicy Praga Południe nie pozwoliła na nudę nawet najwybredniejszemu. W tym roku, za darmo, korzystają między innymi z basenu, kringelni i lodowiska.

Kolejna edycja programu „Zima w Mieście” potrwa w tym roku do 27 stycznia. Na terenie Pragi Południe uczniowie mogli w aktywny i bezpieczny sposób spędzić czas pod opieką wychowawców. W 18 placówkach: 6 punktach dziennego pobytu oraz 12 punktach zajęć specjalistycznych (w tym 4 obiekty OSiR) dzieci i młodzież mogą spodziewać się wielu atrakcji. - *Te goroczną ofertą Dzielnicy wypada bardzo dobrze w skali miasta. Mamy kawiarenkę internetową,*

lodowisko, kringelnie i wiele innych bezpłatnych obiektów sportowych do dyspozycji. Zapewniamy całonocny plan dnia pod opieką wychowawcy. Naprawdę warto do nas przyjść, poznać rówieśników i spędzić aktywnie czas. Warunkiem uczestnictwa jest ważna legitymacja uczniowska, wypełniony



przez rodziców formularz oraz dobry humor – opowiadał Sylwester Nowak, wychowawca programu „Zima w Mieście”.

Według sondy przeprowadzonej przez redakcję „Mieszkańca”, w tym roku w dzielnicy Praga Południe największą popularnością cieszy się lodowisko (Al. Stanów Zjednoczonych 24). Rezultat tych nieoficjalnych badań potwierdza zarówno 6-letnia Natalka jak i Kuba, który w marcu skończy 11 lat. Oboje twierdzą zgodnie: – *Lodowisko jest super. Możemy tu przychodzić codziennie.*

Oczywiście swoich fanów mają też kringle i basen. Dodatkowo należy zaznaczyć, że w trakcie przeprowadzonych badań wszyscy respondenci wyrazili jak najbardziej pozytywne opinie dotyczące programu i chęć dalszego uczestnictwa w „Zimie w Mieście”. - *To już mój trzeci raz tutaj. Zachęcam wszystkich do przyjsia, to dużo lepsze od siedzenia w domu* – mówi Dagmara (15 l.), wywijając piruety na lodowisku przy Al. Stanów Zjednoczonych.

Olga Kamioneck

REKLAMA

Lecznica Stomatologiczno-Protetyczna

Rok zał. 1989 r.

ul. Grochowska 142
tel./fax 22 610-41-91
czynne pon.-pt. 10.00-20.00

Pelny zakres usług.
RTG i KONSULTACJE GRATIS.
Wysoka jakość – niskie ceny!

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 od poniedziałku do piątku 16.00-19.00
- ♦ USG prenatalne 3D 4D poniedziałek, środa, czwartek, piątek 16.00-18.00
- ♦ Urolog wtorek 14.00-16.00

FIGARO

Studio Dekoracji Wnętrz

Wykonujemy dekoracje okien:
♦ firany, zasłony, story rzymskie i austeriackie
♦ montaż karniszy, pomiary i projekty
♦ pokrowce na meble i narzuty
♦ duży wybór tkanin

ul. Igańska 2 lok. 6
tel. 022 810-24-73; 0503-679-679
Zapraszamy od pon. do pt. w godz. 11.00-18.00

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
- ♦ Wybielanie
- ♦ RTG na miejscu

poniedziałek, czwartek – 13⁰⁰-19⁰⁰
wtorek – 9³⁰-17⁰⁰
sobota – 9⁰⁰-13⁰⁰

REKLAMA

Profesjonalny opiekun/ka – Wygraj Zawód Przyszłości!

Mieszkasz na terenie woj. mazowieckiego, pracujesz w swoim zawodzie, ale myślisz o zmianach? Nie ważne czy jesteś kobietą czy mężczyzną, jeśli twoja odpowiedź jest twierdząca odważ się zmienić swoje życie już dziś!

Sytuacja na polskim rynku pracy jest niestabilna i ulega ciągłym zmianom. Wśród osób pracujących, ale zagrożonych bezrobociem są zarówno osoby wchodzące na rynek pracy, jaki i te w wieku przedemerytal-



nym. Są jednak zawody, w których wciąż brakuje personelu. Na terenie województwa mazowieckiego z roku na rok wzrasta zapotrzebowanie na usługi zapewnienia opieki nad osobami starszymi i dziećmi. Dlaczego? Bo nasze społeczeństwo starzeje się i przybywa ludzi starszych, wymagających opieki. Jednocześnie młodsze pokolenie zajęte własną pracą, nie jest w stanie pomagać swoim rodzicom w codziennym życiu, przy pracach domowych takich jak: gotowanie, robienie zakupów, czy utrzymanie czystości, dlatego chętnie korzysta z pomocy wykwalifikowanych opiekunów. Często jednak chcąc zatrudnić osobę do pracy natrafiają na brak profesjonalistów, którym mogliby zaufać. Zawód **profesjonalnego opiekuna do osób starszych**, jak wynika z badań, jest zawodem deficytowym. Pracodawcy zarówno prywatni jak i instytucjonalni poszukują osób profesjonalnie przygotowanych, posiadających szereg umiejętności. Choć nie należy dyskryminować płci, w tej profesji świetnie sprawdzają się mężczyźni, ponieważ opieka nad osobami starszymi niejednokrotnie jest ciężką, fizyczną pracą.

Kobiety natomiast ze względu na naturalne cechy osobowe lepiej sprawdzają się w roli **opiekunek do dziecka**. A na te z każdym rokiem wzrasta zapotrzebowanie, bo na świat przychodzą obecnie dzieci pokolenia wyżu demograficznego lat 80-tych. Rodzi się

więcej dzieci, a miejsc w żłobkach i przedszkolach nie przybywa. Stawia to młode matki w bardzo trudnej sytuacji, ponieważ by zachować obecne miejsce pracy muszą zdecydować się na szybki powrót do zawodu tuż po urodzeniu dziecka. Młodzi rodzice stają, więc przed trudną decyzją, komu powierzyć swoją pociechę? I tu dużą rolę odgrywają osoby, które mogłyby zająć się profesjonalnie opieką. Jednak by wykonywać zawód opiekuna do dzieci lub opiekuna do osób starszych nie wystarczą już tylko dobre chęci. Wciąż brakuje, bowiem osób specjalistycznie wykonujących ten zawód. Nawet osoby wykonujące już tę pracę często robią ją bardziej intuicyjnie niż mają ku temu specjalistyczne wykształcenie. Starając się o taką pracę należy wykazać się zdolnościami interpersonalnymi takimi jak: komunikatywność, asertywność czy umiejętność radzenia sobie ze stresem, a także posiadaniem specjalnych umiejętności takich jak udzielanie pierwszej pomocy. Jak je zdobyć? Należy wziąć udział w specjalistycznych szkoleniach, które pozwolą nabyć nowe umiejętności osobom niewykonyującym wcześniej tej profesji, a także podnieść kwalifikacje osób, które już pracują w tym zawodzie.

Firma Gamma dzięki wsparciu finansowemu Unii Europejskiej wychodzi naprzeciw tym potrzebom i ofe-



ruje zainteresowanym osobom cykl profesjonalnych, **bezpłatnych** szkoleń zarówno dla kobiet jak i mężczyzn mieszkających i pracujących w województwie mazowieckim, posiadających wykształcenie maksymalnie średnie. **Warsztaty gwarantują zdobycie kwalifikacji niezbędnych do wykonywania zawodu opiekuna do dziecka lub opiekuna osoby starszej.** Jeśli wciąż czytasz ten artykuł to oznacza, że ta praca jest właśnie dla Ciebie! Nie zwlekaj, więc i zgłoś się już dziś! **Więcej informacji pod nr 22 266 08 43.**

AS2012



MIESZKANIEC

na luzie



ŚMIESZKANIEC

Starsza pani wchodzi do urzędu skarbowego, ustawia się do okienka, w którym można złożyć PIT. Urzędniczka sprawdza dokument i mówi:

- Tym razem jest poprawnie, ale brakuje pani podpisu.

- Podpisu? Jakiego podpisu?

- No, takiego, jakim zawsze pani podpisuje. O, tu.

Na to kobieta bierze w drżącą dłoń długopis i pisze na dokumencie: „Całuję Was gorąco, babcia Aniela”.

* * *

- Gdzie byłeś całą noc? - pyta żona wracającego rano męża.

- Na rybach.

- Złapałeś coś?

- Mam nadzieję, że nie - wzdruga się mąż.

* * *

Egzamin. Profesor pyta studenta, któremu bardzo kiepsko idzie:

- Czy pana w ogóle interesuje ten kierunek studiów? No a jakie jest pańskie hobby?

- Hobby? Noooo... Yyy...

- Chodzi mi o to, co pan lubi najbardziej.

- A, to wiadomo - schabowy!

Wesoły Romek



Rady ciotki Agaty

W naszym klimacie dom zimą wymaga szczególnej troski.

Najważniejsze - wietrzenie i ogrzewanie. Dopilnuj, by kaloryfery nie były zasłonięte przez firanki, zasłony, jakiegokolwiek meble, bo zapłacisz za ciepło, które oddaje na zewnątrz ściana, zamiast dzięki dobrej cyrkulacji swobodnie wypełnić pomieszczenie. Nie chcąc przepłacać, reguluj przepływ ciepła pokrętłami przy grzejniku. Powinny być sprawne, używane tak często, jak pstryczek od światła. Po to są! Wietrz często, mocno, lecz krótko. Będzie ciepło i świeżo.

Inna, ważna sprawa, to suszenie prania: rozwieszane na kaloryferze nawilża pomieszczenie, ale może powodować nieoczekiwane zmiany wskazań podzielników ciepła, ze szkodą dla Ciebie.

Znajdź w przedpokoju miejsce na mały dywanik: tu rozmarzną buty, tu też może siedzieć pies wprost ze spaceru czekając, aż wytrzesz mu łapki. Jeśli go tego nauczysz.

Kwiaty: w zimie zalecają ograniczać podlewanie, ale przy kaloryferach wysychają błyskawicznie! Traktuj to więc rozsądnie.

Wszystkim nam trzeba spokojnej chwili wytchnienia, uśmiechu, po prostu - luzu!

ZAJRZYJMY DO KUCHNI

Zima to dobra pora na dania jednogarnkowe, takie do zjedzenia oraz odgrzewania na drugi dzień, gdy będą jeszcze pyszniejsze.

✓ **Ryż** wrzuć na patelnię, na oliwę rozgrzaną z ząbkami czosnku, na średni gaz. Miesząc smaż, aż się zeszkli. Dodaj tyle rosołu (lub rozpuszczonej kostki rosolowej), by płyn przykrył ryż i powoli podgrzewaj, aż wsiąknie. Wówczas dodaj pokrojoną w kosteczkę kolorową paprykę, cebulkę, kawałki gotowanego kurczaka czy innego mięsa z poprzedniego obiadu, dolej jeszcze płynu (gdy smak ryżu jest dobry, może to być woda), wymieszaj, przykryj. Możesz wsypać przyprawę, w grupach do wyboru: kurkuma-curry-imbir, albo tymianek-pieprz-lubczyk, albo papryka-bazylia-koncentrat pomidorowy. Podgrzewaj przez 10 minut tak, by płyn został wchłonięty. Dodaj małą puszkę zielonego groszku i małą puszkę kukurydzy. Wymieszaj, po 1-2 minutach wyłącz gaz i pozostaw przykryte jeszcze na kilka minut. Podając, możesz posypać tartym serem.

✓ **Makaron** sojowy z rybą: pokrojone w plastry pieczarki podsmaż na patelni z drobno krojoną cebulą, aż woda odparuje i ładnie się zeszkli. Wówczas dodaj filety rybne bez ości (chodzi o rybę typu morszczuk, dorsz itp.), biały kawałek pora w cienkich plasterkach i świeżo mielony, czarny pieprz. Smaż mieszając około 3 minuty. Dopraw sosem sojowym, dołóż pędy (albo kawałki) bambusa z puszki. Dodaj makaron sojowy, wymieszaj, po minucie wyłącz gaz i pozostaw przykryte na kilka minut. Podając, koniecznie posyp świeżym szczypiorkiem.

✓ **Ziemniaki** obierz, pokrój w grube plasterki. Podobnie - cebulę i pieczarki. W żaroodpornym garnku podsmaż pieczarki z 1/3 cebuli, solą i pieprzem, po czym wyłóż je na osobną miskę, a gdy ostygną, zalej gęstą śmietaną. W tym czasie garnek po smażeniu (bez mycia!) wyłóż warstwą ziemniaków, na to warstwą wędzonej wędliny krojonej w paseczki (kiełbasa, szynka, bekon itp.), surowa cebula w plasterkach, szczypta soli i mała (!) szczypta cukru tak na sam czubek noża, na to sos pieczarkowy i znowu ziemniaki i kolejne warstwy. Na wierzchu powinny być ziemniaki posolone i posypane tartym serem. Zapiekać do zrumienienia. Uwaga! Zamiast wędliny można użyć pozostałości pieczenia i innych mięs, a nawet domowych pasztetów.

Pyszna Józia



Warto wiedzieć

Masz kuchenkę? Gazową, elektryczną, mikrofalową, węglową, na paliwo turystyczne? Jest ich tyle rodzajów!

Elektryczne - w kilku typach tradycyjne, z żeliwnymi krążkami grzejnymi: przeważnie czterema, dwoma lub jednym. Inny rodzaj elektrycznych to kuchnie z płytą szklano-ceramiczną zamiast krążków.

Łatwe do utrzymania w czystości, wygodne w użytkowaniu. Trzeci rodzaj - indukcyjne: pod gładką płytą umieszczono elementy grzejne, których zadaniem jest, mówiąc w uproszczeniu, wywoływanie prądów wirowych w postawionym na kuchni naczyniu. Ważne, by jego dno dokładnie przylegało do wyznaczonego miejsca na płycie i nie może to być m.in. naczynie ceramiczne, szklane czy zwykłe aluminiowe. Ale już wymyślono specjalne „magnetyczne dno”, czyli podkładki pod „niezgodzone” garnki tak, by indukcja mogła zadziałać.

Kuchnie gazowe (na gaz z butli lub miejski) mogą być także łączone z rozwiązaniem elektrycznym (np. piekarnik). Czasem wspomagają je w kuchni kucharki mikrofalowe. Rozwiązanie znane już od 65 lat. Pierwsza kuchenska tego typu była ogromna: ważyła 340 kg i miała „wzrost” dorosłego mężczyzny.

Ciekawska

H O R O S K O P

♈ BARAN 21.03-21.04

Przed Tobą idealny moment, abyś wykorzystał swój talent i umiejętności zjednywania sobie ludzi. Dzięki temu uda Ci się zwrócić uwagę na siebie i zainteresować innych swoimi pracami, a co ważniejsze uda Ci się zdobyć ich zrozumienie i pomoc. Niespodziewane wydarzenie diametralnie zmieni Twoją sytuację finansową. Jeśli jesteś samotny, nie martw się, gdyż niedługo pojawi się w Twoim życiu ktoś z kim nie będziesz chciał się już rozstać.

♉ BYK 22.04-21.05

Szykują się zmiany, które dotyczyć będą zwłaszcza spraw rodzinnych i domowych. Wraz z nowym miesiącem pojawią się przed Tobą szanse na wykorzystanie wielu nowych i zaskakujących sytuacji, które pozwolą Ci odmienić monotonię kolejnych dni. Niepokoję związane z finansami, zostaną rozwiązane. Bądź cierpliwy i unikaj chaotycznego działania. Na wszystko przyjdzie czas, sam niczego nie przyspiesz. W stałych związkach zagości spokój i harmonia.

♊ BLIŹNIĘTA 22.05-21.06

Lubisz sprawdzać się w nowych sytuacjach i dlatego chętnie podejmujesz się najtrudniejszych zadań. Gwiazdy w tym roku sprawiają, że będziesz miał sporo okazji, aby robić to co naprawdę lubisz. Przynieś Ci to wiele radości i satysfakcji, spełnisz swoje marzenia. Pamiętaj, aby w wirze nowych sytuacji mieć czas dla najbliższych. Samotne Bliźnięta niebawem znajdą wielką miłość, a te które są w stałych związkach poczną przytężyć świeżego uczucia.

♋ RAK 22.06-22.07

Twój optymizm i niezależność sprawiają, że lubisz wyzwania. Powinieneś zacząć realizować plany, na które od dawna miałeś ochotę, ale zawsze brakowało Ci na nie czasu. Nie czekaj więc już ani chwili dłużej, gdyż początek roku jest idealnym momentem na zmiany. Pomyśl także o tym, aby znaleźć czas na rozmowy z przyjaciółmi, których ostatnio zaniedbywałeś. Jeśli szukasz swojej drugiej połówki, rozejrzyj się dookoła, a dostrzeżesz kogoś, kto szczególnie zasługuje na Twoją uwagę.

♌ LEW 23.07-23.08

Praca zawodowa zacznie sprawiać Ci dużą satysfakcję, będziesz zajmować się czymś co lubisz i do czego jesteś stworzony. Na efekty Twoich działań szef spojrzysz przychylnym okiem i je doceni. Hart ducha, nieustępliwość i wewnętrzna siła będą Twoimi mocnymi stronami w nadchodzącym miesiącu, a także sprawią że obrane cele zostaną zrealizowane w 100%. Pamiętaj tylko, żeby nie martwić się na zapas. Osoby samotne nawiążą nowe interesujące znajomości.

♍ PANNA 24.08-23.09

Wraz z początkiem roku uda Ci się załatwić sprawy, które nie znalazły swojego finału w poprzednim roku. Dzięki temu poczujesz się spokojniejsza, a Twoja głowa otwarta będzie na nowe wyzwania i pomysły. Na Twojej drodze pojawią się osoby, które pomogą Ci zrealizować obrane cele. Wolny czas warto poświęcić na spotkania z przyjaciółmi, a także na drobne przyjemności. Panny będące w stałych związkach poczną się docenione.

♎ WAGA 24.09-23.10

Droga Wago, mogą przyjść zmiany w życiu zawodowym. Będziesz mieć wiele pracy i obowiązków, ale nie przejmuj się, gdyż za sprawą Twojej odpowiedzialności i rzetelności dasz sobie radę. Szczególną uwagę zwróć na zachowania swoich współpracowników. Nie wdawaj się w niezdrową rywalizację i plotkowanie w pracy. W niedługim czasie otrzymasz miłą wiadomość dotyczącą Twoich finansów. Jeśli jesteś osobą samotną, możesz liczyć na „wartą grzechu” niespodziankę od losu.

♏ SKORPION 24.10-23.11

Przed Tobą dobry czas na to, by systematycznie, krok po kroku, realizować swoje plany. Drobne przeszkody, które pojawiają się na Twojej drodze, nie sprawią Ci większych trudności i kłopotów. Warto także pomyśleć o oszczędzaniu i dobrym gospodarowaniu pieniędzmi, a dzięki temu nie będziesz musiał się martwić, gdy pojawią się nieoczekiwane wydatki. Zapowiada się dobry czas w sferach uczuciowych, zarówno dla zakochanych, jak i samotnych Skorpionów.

♐ STRZELEC 24.11-22.12

Gwiazdy Ci sprzyjają! Pojawia się przed Tobą dobre okazje, które warto wykorzystać. Powinieneś zwracać większą uwagę na to co dzieje się dookoła Ciebie, a na pewno ich nie przegapisz. Działaj zgodnie ze swoimi marzeniami i słuchaj swojej intuicji. Otwórz się na nowe możliwości i propozycje. W wolnym czasie pomyśl o chwili dla siebie. W Twoim otoczeniu pojawi się osoba, która sprawi, że Ci serce mocniej zabije.

♑ KOZIOROŻEC 23.12-20.01

W pracy czekają Cię nowe wyzwania i obowiązki. Dzięki swojej pracowitości i zaradności zyskasz przychylność pracodawcy i współpracowników. Możliwa podwyżka lub awans. Sprawy finansowe ulegną znacznej poprawie. Niebawem spotkasz osobę, której nie widziałeś długi czas. To nieoczekiwane spotkanie zaowocuje przyjaźnią na długie lata. Osoby szukające swojej drugiej połówki nie znajdą jej ciągle siedząc w domu.

♒ WODNIK 21.01-19.02

Starania i wysiłek, które wkładasz w pracę, zaowocują wspaniałym rezultatem. Będą przyczyną pozytywnej zmiany w Twojej karierze. Nie warto podejmować pochopnych decyzji i kierować się emocjami. W tym miesiącu otrzymasz ważną wiadomość dotyczącą Twoich finansów. Wolny czas poświęć dla siebie i swoich bliskich. Przed Tobą nowa znajomość, która może przerodzić się w miłość.

♓ RYBY 20.02-20.03

Zapowiada się intensywny czas, zarówno w sprawach zawodowych, jak i życiu prywatnym. Ciągłe spotkania, telefony i rozmowy. Skup się na najważniejszych sprawach i zwracaj baczną uwagę na szczegóły, a pozwoli Ci to uniknąć problemów i nieporozumień. Twoja sytuacja finansowa ulegnie poprawie, pozwolisz sobie na przyjemność o której myślałeś od dawna. Jeśli jesteś osobą samotną, nadejdzie czas na zmiany.

Rosalie

Krzyżówka Mieszkańca Nr 2

pawie oczko w akwarium	z kreską pod licznikiem	dawniej gładka tkanina	okularnik indyjski	poziomy drażek gimnastyczny	główny na loterii	prekursor lot- niarstwa	sanki z kierownicą przeciwnik homeopaty	port w Brazylui
				wiosło- nogi płak imię Farrow		16		
broń palna		gruba księga zwinie- ta taśma		wlewnica				
					chodak śpiewa- jąca Hanna			
grecka bogini losu				w Zodiaku	15	naftowa słynny kardio- chirurg		
futro z tchórza				gorąca woda z piramidą Cheopsa		zabawa taneczna kolor w kartach		
			występ skalny				ger- mańska boginka	skóra na torebki
miasto w Izraelu	motyw ornamen- talny	stolica Kuandy osoba po- wściągliwa	lan roślin rakieta sygnali- zacyjna					2
zarodnik		40 funtów			9		cymbalista z „Pana Tadeusza”	
				stado, sfora	1			7
				wąż u Kiplinga kaprys, grymas		do listów Jesse, 4 złote me- dale olim.		
ser jak miasto				blacha praczeki		z para- petem		
po wydechu	3							14
kolor jasno- fioletowy		przyjęcie Stanisław, autor fraszek			10	przebiegły człowiek		17
			polny kwiat			jezioro na granicy USA i Kanady		6
urzędnik cenzury		8		5	12	stan silnego wzbu- rzenia		
ustawa w Wielkiej Brytanii		11	eden		13	duży pokój		

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 17 utworzą końcowe hasło - przysłowie ludowe.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----

Rozwiązania należy przysyłać pod adresem redakcji w terminie 7 dni od daty ukazania się gazety. Rozwiązanie krzyżówki Nr 25/2011: „Nie tu dudki łowić”. Nagrodę – bilet do kina dla 2 osób – wylosował p. Jan Maćkuś z ul. Motorowej. Po odbiór biletów zapraszamy do NoveKino Praha (z dowodem osobistym i egz. Mieszkańca Nr 2/2012) do 4 lutego br. po wcześniejszym umówieniu się telefonicznym z działem rezerwacji biletów.

NoveKino Praha ul. Jagiellońska 26, rezerwacja 22 343 03 10, praha@novekino.pl

FINANSE

KANCELARIA PODATKOWA

Lex – Fin

Kompleksowa obsługa księgowo-podatkowa firm

Warszawa-Rembertów
al. gen. A. Chruściela 44
tel. 22 610-28-29
e-mail: biuro@lex-fin.pl

• Księgowość, KPiR, VAT, płace, ZUS, licencja MF.
Tel. 507-026-743

KUPIĘ

• AAA, Antyki wszelkie za gotówkę oraz znaczki, monety, medale. Tel. 516-400-434
• Antyki, monety, pocztówki, znaczki, książki, obrazy, meble i inne przedmioty.
Tel. 22 610-33-84; 601-235-118
• Monety, banknoty, odznaczenia. Antykwiariat ul. Andersa 18.
Tel. 22 831-36-48

INNE

• Usługi fryzjerskie w domu klienta. Tel. 668-161-499

SPRZEDAM

• Odkurzacze Rainbow – nowe, używane – serwis, konserwacja, akcesoria. Tel. 606-742-822;
www.odkurzaczewodne.eu

MEDYCZNE

• Alkoholowo-narkotykowe odtrucia, Esperal. Tel. 22 671-15-79, 22 613-98-37
• Masażysta – tanio. Tel. 602-412-901
• Psycholog, psychoterapeuta, psychiatra, dietetyk. Tel. 606-994-447

NAUKA

• Angielski profesjonalnie. Tel. 600-170-317
• ANGIELSKI dla dzieci. Tel. 780-616-166
• ANGIELSKI do matury, egzaminu gimnazjalnego. Tel. 780-616-166
• EUROPA JĘZYKÓW – nauka języków obcych, korepetycje, tłumaczenia. Tel. 508-66-44-20

REKLAMA

ZAKŁAD POGRZEBOWY

„ABROS”
Usługi kompleksowe

ul. Szaserów 137
tel./fax 22 610-02-17
kom. 602-26-26-75

CAŁODOBOWO

ZAKŁAD POGRZEBOWY „GENITA” Kurowscy
Służymy pomocą przez całą dobę
Warszawa ul. Korkowa 167
tel.: 22 613-24-42
Całodobowo 602-398-417
Warszawa al. Komandosów 34
tel.: 22 612-86-32
Całodobowo 604-216-738
www.genita.pl

PILNIE SPRZEDAM:

ALEKSANDRÓW, RADOŚĆ działki od 1295 m² z pozwoleniem na budowę domów jedno lub dwulokalowych.

www.hmr.pl tel. 500 161 107 (22) 615 80 05

• Francuski z dojazdem. Tel. 602-276-202
• Liceum dla dorosłych. Tel. 22 517-77-40; 602 232 879
• Mgr inż. Matematyka, fizyka - gimnazjum, liceum. Tel. 692-095-060
• Matematyka. Tel. 607-163-744
• NIDERLANDZKI/HOLENDER-SKI. Tel. 508-66-44-20
• NIEMIECKI dla dzieci/młodzieży 900 zł semestr. Tel. 780-616-166
• Opiekunka dziecięca – szkoła policealna, kursy. Tel. 22 310-27-40
• Szkoła policealna - dekorator wnętrz, opiekunka/guvernanka. Tel. 22 517-77-40; 602-232-879
• Szkolenia BHP. Tel. 22 517-77-40
• Szkoła Językowa (Gocław) angielski, niemiecki, hiszpański, włoski i inne. Tel. 780-616-166

NIERUCHOMOŚCI/mam do wynajęcia

• **Garaż ul. Saska.** Tel. 22 672-36-60 (po 16.00)
• Kawalerka przy Płowieckiej. Tel. 660-281-236
• Lokal biurowy do wynajęcia 35 m kw., Międzyzlesie. Tel. 606-994-447
• Na biuro 64 i 70 m kw. ul. Płowiecka. Tel. 502-588-298

DAM PRACĘ

• Praca na stałe lub dorywcza w sklepach spożywczych, w lokalizacjach Trakt Brzeski, Trakt Lubelski, Białoleka oraz w innych dzielnicach Warszawy. Kontakt: 22 547-05-42

SZUKAM PRACY

• Kobieta 56 lat, doświadczenie zawodowe, praca w kadrach od 1986 roku, znajomość programu moduł kadry - płace Symfonia, Płatnik. Podejmę pracę w kadrach (bez płac) lub inną administracyjną od zaraz. Tel. 603-695-486; 22 879-86-68
• Porządki w domu + prasowanie. Tel. 503-836-166

PRAWNE

KANCELARIA PRAWNA

Lex – Fin

Porady prawne
Zastępstwo procesowe
Podania, umowy, wnioski itp.

Warszawa-Rembertów
al. gen. A. Chruściela 44
tel. 22 879-11-70
e-mail: kancelaria@lex-fin.pl

REKLAMA

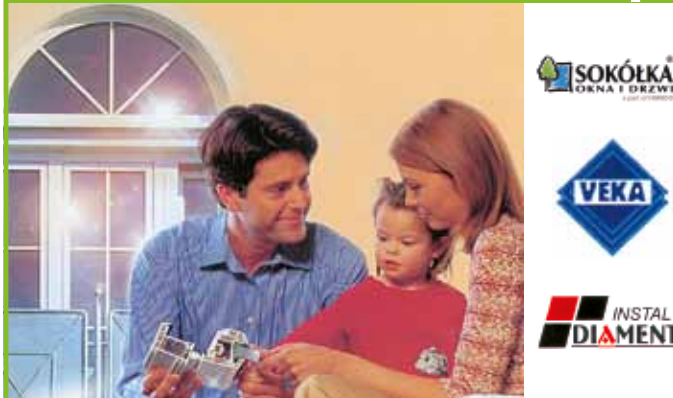
USŁUGI POGRZEBOWE

Miejskie Przedsiębiorstwo Usług Komunalnych Sp. z o.o.
■ ul. Grochowska 156
tel. 22 610-48-74; 22 610-49-11
■ ul. Floriańska 12
tel. 22 619-19-56; 22 619-36-19
■ całodobowo – tel. 195 88 (połączenie bezpłatne);
22 836-69-16; 608-054-093
Załatwianie formalności w domu Klienta
www.mpuk.waw.pl

OKNA DREWNIANE I PCV

Autoryzowany punkt sprzedaży

www instal-diament.com.pl



• **DORADCA PODATKOWY** – porady, kłopoty z urzędem skarbowym, wszystkie podatki, spadki, darowizny, aukcje, nieujawnione dochody. Warszawa Gocław. Tel. 22 672-34-34; 604-095-656
www.podatki-doradca.pl
• **Kancelaria Adwokacka adw. Teresa Zdanowicz. Sprawy: cywilne, karne, rodzinne, spadkowe.** Wawer - Anin ul. Ukońska. Tel. 22 613-04-30; 603-807-481
• Przedstawiciel Europejskiego Centrum Pomocy Poszkodowanym – pomagamy ofiarom wypadków. Tel. 691-409-207

Usługi księgowe, PITY.
www.korkowabiuro.pl
Tel. 696-052-708

USŁUGI

• **AAAA Automatyczne pralki, zmywarki - krajowe, zachodnie. Naprawa.** Tel. 22 612-95-23, 0609 105 940
• **ALKO, PRZEPROWADZKI,** utylizacja mebli, sprzątanie piwnic. Tel. 512-139-430
• Anteny SAT TV, kamery – 24 h. Tel. 602-396-976
• **ANTENY - CYFRA+, Polsat, N-ka** oraz satelity bez opłat, 900 programów, w tym 20 polskich (TRWAM, TVPI, TVP2 i TVN), anteny TV – naziemne. Sprzedaż, montaż, naprawa, gwarancja! www.lemag-tvtsat.waw.pl
Tel. 22 815-47-25; 501-123-566
• **ANTENY, TELEWIZORY – naprawa.** Tel. 22 818-07-17
• Anteny indywidualne, zbiorcze, monitoring, naprawa RTV. Najwyższa jakość usług. ul. Igańska 32. Tel. 22 813-60-33; 604-506-278

• **AAA GAZ, HYDRAULIKA 24 H!** awaria pieca, termy, kuchni, podłączenia, przeróbki, naprawy. Tel. 22 610-88-27; 604-798-744
• Cyklinowanie, lakierowanie – Jacek Szpakowski. Tel. 22 872-93-03; 502-920-316
• Cyklinowanie, lakierowanie, układanie parkietów różnych – Jan Grzybowski. Tel. 22 810-70-88; 609-542-545;
• Cyklinowanie, lakierowanie. Tel. 510-727-201
• **CZYSZCZENIE** dywanów, tapicerki, materacy Karcherem. Tel. 22 619-40-13; 502-928-147
• **DEZYNSEKCJA,** skutecznie. Tel. 22 642-96-16
• Domofony, instalacje elektryczne, pralki. Tel. 601-936-805
• Elektryk – uprawnienia. Tel. 22 813-77-82; 502-443-826
• **ELEKTRYCZNE. Głowacki.** Tel. 504-618-888
• **Futra** – kozuchy, odzież skórzana – usługi miarowe, przeróbki, wszelkie naprawy. ul. Zamieniecka 63. Tel. 22 610-23-05
• **GEODEZJA.** TEL. 609-240-602
• **GLAZURNICZE, hydrauliczne.** Tel. 504-618-888
• Hydrauliczne, gazowe – solidnie. Tel. 22 610-81-21; 607-773-106
• **Hydraulika, wod. kan.- gaz.,** piece, remonty, przeglądy gazowe, kominiarskie. Tel. 696-321-228
• **HYDRAULICZNE.** Tel. 504-618-888
• **ŁODÓWKI, PRALKI, TELEWIZORY – NAPRAWA.** TEL. 694-825-760
• **ŁODÓWEK NAPRAWA.** TEL. 22 842-97-06; 602-272-464
• Łodówki. Tel. 22 671-80-49; 604-910-643; Pralki. Tel. 601-361-830

➔ **Żaluzje**
➔ **Roletki materiałowe**
➔ **Moskitiery**
➔ **Verticale**

Biurowe Handlowe:
Warszawa
ul. Zamieniecka 76
tel./fax. 879-89-54
kom. 505-070-981
e-mail:
instal.diament@neostrada.pl

• **Malowanie, tapetowanie, panele.** Tel. 22 615-76-97; 695-679-521
• **Malowanie, gładź gipsowa.** Tel. 510-711-163; 517-334-070
• **NAPRAWA TELEWIZORÓW – DOJAZD.** TEL. 602-216-943

Nieodpłatnie odbieram zużyty sprzęt AGD, złom, makulaturę, stłuczkę. Sprzątanie piwnic i strychów. Wywóz mebli. Tel. 22 499-20-62

• **Pranie chemiczne, renowacja odzieży skórzanej, pranie dywanów, magiel. Zakład Pralni** czy ul. Igańska 22. Tel. 22 870-09-54
• **PRALKI, ŁODÓWKI - naprawa.** Tel. 502-562-444; 603-047-616
• **Pralki – naprawa. Emeryci 50% taniej.** Tel. 22 672-95-50; 503-846-135

Profesjonalne i Kompleksowe Zarządzanie Nieruchomościami. Dzwon!!!
605-205-224
e-mail: krzyszczaw@gmail.com
Nowa oferta na czas kryzysu!!!

• **REMONTY, przebudowy.** Tel. 504-618-888
• Spawanie metali kolorowych. Ul. Kawcza 40. Tel. 500-457-358
• **STOLARZ** – wykoną solidnie - meble, zabudowy, szafy, kuchnie, pawlance i inne. Tel. 22 810-38-04; 602-126-214
• **TAPETOWANIE, MALOWANIE.** Tel. 504-618-888
• **Tapicerskie.** Tel. 22 612-53-88
• **Żaluzje, verticale, rolety - naprawy, pranie verticali.** Tel. 22 610-54-19
• **Rolety antywłamaniowe i naprawy.** Tel. 602-228-874

• **Rolety, żaluzje, verticale, rolety antywłamaniowe – produkcja, naprawa.** Tel. 602-228-874

USŁUGI/budowlane

• **GLADŹ, MALOWANIE OD ZARAZ.** TEL. 609-982-675
• **Klimatyzacja, wentylacja, montaż, serwis, projektowanie, niskie ceny.** Tel. 502-904-708
• **Malowanie, wykładziny, drobne remonty.** Tel. 601-20-33-13
• **Układanie parkietu z materiałem. Promocja: dąb od 100 zł/m kw. brutto.** Tel. 510-068-820

USŁUGI/elektryczne

• **Pomiary ochrony przeciwporażeniowej (do 20 KV), instalacje elektrycznej i odgromowej.** Tel. 668-222-331

USŁUGI/komputerowe

• **Naprawa komputerów, instalacje, serwis, usuwanie wirusów.** Tel. 603-650-090

USŁUGI/porządkowe

Odśnieżanie.
Tel. 608-41-59-59

USŁUGI/remontowe

• **GLAZURA, remonty.** Tel. 694-809-402
• **Glazura – remonty kompleksowo, fachowe porady.** Tel. 692-885-279; 22 424-32-07
• **Glazura, remonty – tanio.** Tel. 518-562-380
• **Klimatyzacja, wentylacja, montaż, serwis, projektowanie, produkcja kanałów.** Tel. 502-904-708
• **Malowanie, tapetowanie – remonty.** Tel. 22 612-21-74; 501-028-073
• **Malowanie, tapetowanie, gładź - mistrz.** Tel. 22 810-90-22
• **Remonty, wykończenia.** Tel. 602-641-032
• **Remonty kompleksowo.** Tel. 505-543-594
www.inteltrend.pl

USŁUGI/transportowe

• **AAA Wywóz gruzu – gałęzi, mebli, śmieci itp., sprzątanie piwnic, strychów, wycinanie drzew, małe rozbiórki.** Tel. 721-002-710
• **WYWÓZ MEBLI, GRUZU, złomu, śmieci, liści, oczyszczanie piwnic, strychów.** Tel. 22 224-22-63; 888-651-163

ZIELARSTWO

• **ZIÓŁKO Sklep Zielarsko-Medyczny C.H. Szembeka** róg Gdeckiej i Komorskiej, paw. 53 D. Zielarstwo – pełny asortyment, profesjonalne porady. Tel. 602-648-813

REKLAMA

DOMY POGRZEBOWE

Warszawa: ul. Grochowska 287
tel. (22) 659 80 90 (vis a vis USC)
Warszawa: Aleja Solidarności 147,
tel. (22) 620 24 18 (vis a vis USC)
Warszawa: Cmentarz Wólka Węglowa
sala C, tel. (22) 659 60 60
KREMACJE
TRUMNY lub URNY z RABATEM 10%
(24h) 22 779 23 39, 500 33 99 33

Warszawa: ul. Grochowska 287
tel. (22) 659 80 90 (vis a vis USC)
Warszawa: Aleja Solidarności 147,
tel. (22) 620 24 18 (vis a vis USC)
Warszawa: Cmentarz Wólka Węglowa
sala C, tel. (22) 659 60 60
KREMACJE
TRUMNY lub URNY z RABATEM 10%
(24h) 22 779 23 39, 500 33 99 33

Dom Pogrzebowy „GOJSEY”
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, Międzyzlesie
Siedziba firmy: Warszawa Grochów
ul. Grenadierów 34 tel./fax 810 94 80
nasza oferta w internecie
www.gojsey.pl; e-mail: info@gojsey.pl

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

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 22 813-43-83, e-mail: redakcja@mieszkaniac.pl **Internet:** www.mieszkaniac.pl **Wydawca:** P.W.U. „VARIA”, ul. Grenadierów 10, 04-062 Warszawa, tel. 22 810-64-12. **Przygot. do druku:** MAWA Press tel. 22 870-71-35. **Druk:** „ODDI”, tel./fax 48 613-31-88. Materiałów nie zamówionych nie zwracamy. Za treść ogłoszeń, listów i artykułów sponsorowanych (AS) Redakcja i Wydawca nie odpowiadają.

Nakład:
40 000 egz.
Kontrolowany przez
Związek Kontrolni
Dystrybucji Prasy.

Gorzka recepta



Okres świąteczno – noworoczny zdominowała Ustawa o Refundacji Leków. Okazała się niekorzystna dla pacjentów oraz represyjna dla lekarzy i farmaceutów. Chorzy przed świętami i Sylwestrem rzucili się do aptek, by zaopatrzyć się w tańsze leki.

Lekarze i aptekarze zaczęli protestować. Opór wzbudziło wprowadzenie rewolucyjnych zmian dotyczących: milionów chorych, wszystkich aptek i ogółu lekarzy, praktycznie z dnia na dzień –

lista leków opublikowana 29.12.2011 r. zaczęła obowiązywać od 1.01.2012 r.

Głównym założeniem ustawy refundacyjnej była obniżka cen leków.

Okazuje się, że Polacy, mimo obietnic, w 2012 roku zapłacą za leki więcej, współpłacenie pacjentów za leki refundowane wzrośnie z 34% do około 38% (o ok. 302 mln zł) i dalej będzie najwyższe w Europie. Dodatkowo inflacja, kryzys itd., spowodują podnoszenie cen leków i środków tzw. pozarecepturowych. Koszty te zapłacimy z własnych kieszeni.

Upadł mit o zapewnieniu Polakom tanich leków, lansowany przez minister dr Ewę Kopacz, a obecnie przez jej następcę.

Ustawa refundacyjna pozwala ministrowi zdrowia ustalić ceny leków na drodze negocjacji z producentami – firmami farmaceu-

tycznymi. Firmy te są potężnymi międzynarodowymi, a nawet globalnymi korporacjami, doskonale dbającymi o swoje interesy. Możemy wierzyć ministrowi Bartoszewi Arłukowiczowi, że były to bardzo trudne negocjacje. Dodatkowym utrudnieniem był fakt, że podjęto je bardzo późno. Uzyskano oszczędności 738 milionów zł dla Narodowego Funduszu Zdrowia. Nowa lista leków obejmuje około 2800 pozycji, a skreślono z niej aż 800 leków. Minister wołał nie odpowiedzieć na pytania dziennikarzy i posłów o efekty ekonomiczne i zdrowotne uzyskanych „oszczędności”.

Ustawa stara się obniżyć zużycie leków groźbą nałożenia bardzo poważnych kar finansowych i prawnych na lekarzy i aptekarzy. Mimo, że system ubezpieczeń zdrowotnych funkcjonuje od dawna, Ministerstwo Zdrowia, Państwo przez ponad 10 lat nie przygotowały jednolitego i prostego systemu potwierdzającego uprawnienia obywateli do ubezpieczenia, obowiązek sprawdzenia ma lekarz w gabinecie i aptekarz przy okienku.

W trakcie dyskusji przedstawiciele NFZ i MZ sami przyznali, że problem osób nieubezpieczonych jest marginalny (około 1-2% mieszkańców Polski), a w roku ubiegłym na miliony wystawionych recept wykryto 6 (słownie sześć) wystawionych na osobę nieubezpieczoną. NFZ ma karać lekarzy za inne, niż wytyczne NFZ i MZ zastosowanie leku, który dotychczas zgodnie z wiedzą medyczną skutecznie stosowali w codziennej praktyce. Oczywiście działania lekarza muszą być dokładnie udokumentowane zgodnie z wymogami NFZ (badanie, diagnoza, leki) oraz opatrzone odpowiednimi kodami. Na koniec lekarz ma wystawić receptę według sztywnego wzorca NFZ: recepta odpowiednich rozmiarów, wypełnione wszystkie pozycje (daty, krzyżyki tam, gdzie trzeba itd.), bez skreśleń, a przede wszystkim wyraźne pieczętki. Żle wystawioną receptę, niewyraźną (a wszyscy wiedzą, że kaligrafia nie jest domeną

medyków), z poprawkami, farmaceuta musi odrzucić, bo NFZ mu za nią nie zwróci wyłożonych pieniędzy za wydany lek. Lekarze słusznie uznali to za ingerencję w wolność wykonywania zawodu i obarczenie ich obowiązkami urzędników NFZ i rozpoczęli protesty.

Aptekarze mają kontrolować lekarzy, korygować ich błędy. Ponadto aptekarz ma zaproponować tańszy lek. Musi stosować jednakowe ceny i marżę – wszystko pod groźbą bardzo wysokich kar.

Ministerstwo Zdrowia, NFZ, Rząd dążą do „uszczelnienia systemu”, mimo, że istnieje już bardzo skomplikowany, pracochłonny i drogi system sprawozdawczości dla NFZ. Lekarze, przychodnie, szpitale, apteki, co miesiąc przysyłają niezliczoną liczbę danych do NFZ. Każda wizyta, pobyt w szpitalu, procedura medyczna, co miesiąc jest raportowana NFZ. NFZ ma informacje, jaki ZOZ i lekarz skierował pacjenta, kto i jak go leczył, jakie badania diagnostyczne wykonano. Na tej podstawie, NFZ płaci usługodawcom za wykonane usługi, procedury; leki na rzecz ubezpieczonych (bo słowo pacjent, chory, leczenie nie istnieje w słownictwie NFZ).

Podobnie każda recepta jest przez aptekę opisana z danymi: pacjenta (Nazwisko i imię, adres, PESEL), lekarza (nr prawa praktyki, indywidualny kod paskowy lekarza na wystawianie recept nadany przez NFZ), zakładu (NIP, numer umowy z NFZ), lek (tabletki, ampulki, dawka).

Na podstawie tych danych NFZ publikuje miesięczne zestawienia sprzedaży wszystkich leków refundowanych w Polsce (z dokładnością do jednego opakowania) oraz dane na jaką sumę konkretny lekarz wypisał recepty. Powstaje pytanie, czy rzeczywiście chodzi o racjonalizację stosowania leków? Czy spowodowanie, że lekarze będą się bać wypisać receptę na lek, a aptekarze go sprzedać? Wydaje się, że ten efekt udało się już uzyskać. Będzie to ze stratą dla chorych, ale NFZ zaoszczędzi.

dr Jan Ciszecki

Wstydzisz się wielkiego aparatu słuchowego? Już nie musisz!

Doktor Ryszard Mikołajewski, laryngolog od blisko 20 lat pracujący z osobami niedosłyszącymi, wyjaśnia jakie korzyści przynosi jego pacjentom noszenie małych, prawie niewidocznych i bardzo dyskretnych aparatów słuchowych Oticon Intiga, dostępnych w ofercie sieci gabinetów protetyki słuchu Fonikon.

Mieszkaniec: - Panie Doktorze, czym Oticon Intiga różni się od innych dostępnych aparatów słuchowych?

Dr Ryszard Mikołajewski: - Lista zalet i innowacji jest długa, wymienię zatem dwie najistotniejsze. Po pierwsze, jest to najmniejszy na świecie aparat słuchowy z łącznością bezprzewodową, a więc poza wspieraniem normalnego słyszenia pozwala na bezprzewodowe łączenie się z telefonami komórkowymi oraz

innymi urządzeniami audio, jak np. telewizor czy telefon stacjonarny. Po drugie, w przypadku noszenia dwóch aparatów słuchowych przy ubytkach obuusznym, dwa aparaty Oticon Intiga działają jak jedno urządzenie i współpracują ze sobą, co dotychczas było niemożliwe w tak zminiaturyzowanych aparatach słuchowych.

- Czemu służy „współpraca aparatów słuchowych między sobą”?



RM: - Pozwala na lepsze słyszenie i rozumienie mowy w trudnych warunkach akustycznych (np. w gwarnej restauracji lub na ruchliwej ulicy) oraz umożliwia lepszą lokalizację źródła dźwięku dzięki przestrzennemu słyszeniu.

- Czy w związku z tym zaleca się noszenie dwóch aparatów słuchowych przez osoby mające niedosłuch w obu uszach?

RM: - Z całą pewnością takie rozwiązanie jest dla nich bardzo korzystne. Każdy mój pacjent, któremu zaleciłem noszenie dwóch aparatów, potwierdził moje słowa.

- Czym różni się słyszenie w jednym od słyszenia w dwóch aparatach słuchowych?

RM: - Hałas otoczenia utrudnia rozumienie mowy. Dla osób z ubytkiem słuchu wyodrębnienie poszczególnych głosów jest trudne. Mózg potrzebuje informacji z obu uszu, aby skutecznie rozróżniać dźwięki w trudnych sytuacjach słuchowych, takich jak rozmowa w zatłoczonej kawiarni lub w pomieszczeniu, do którego dobiegają hałasy przejeżdżających ulicą pojazdów. Dwa aparaty słuchowe pozwalają wspomóc naturalną zdolność mózgu do tłumienia hałasów dochodzących z tła, dzięki czemu mowa staje się bardziej wyraźna.

- Komu zatem zaleciłby Pan noszenie aparatów Oticon Intiga?

RM: - Te aparaty słuchowe przeznaczone są dla osób ze

średniego stopnia ubytkiem słuchu oczekujących dyskretnego rozwiązania, które sprawdzi się w każdej sytuacji. Szczególnie zalecam wypróbowanie dwóch aparatów słuchowych, by odnieść pełną korzyść z funkcji bezprzewodowej łączności ułatwiającej naturalne słyszenie. Aparaty Oticon Intiga są świetnym rozwiązaniem zarówno dla pierwszorazowych użytkowników jak i pacjentów, którzy korzystali już wcześniej z aparatów.

AS 2012

Zapraszamy wszystkie zainteresowane osoby na bezpłatne badanie słuchu i konsultację protetyki słuchu. Osobom niepełnosprawnym proponujemy wizyty domowe. Z uwagi na duże zainteresowanie naszymi usługami, prosimy o telefoniczne umawianie wizyt.

FONIKON
APARATY SŁUCHOWE

ul. Ostrołęcka 4
tel. 22 498-74-80

ul. Br. Czecha 39
tel. 22 353-42-50

ul. Dąbrowszczaków 5A
tel. 22 392-05-67

Zimowa oferta firmy Fonikon

Osoby, które zdecydują się zakupić w styczniu i w lutym dwa aparaty słuchowe otrzymają **500 zł upustu**. Ilość aparatów w promocji ograniczona. Promocja potrwa do **9 lutego**.

REKLAMA

CENTRUM MEDYCZNE VITA - MEDICA
ul. Kłopotowskiego 22, pon.-pt. 8.00-18.00; tel. 22 698 51 38 www.vita-medica.pl

- POZ – lekarze rodzinni, pediatra
- Poradnie Specjalistyczne, Laboratorium
- Centrum Diagnostyczne – USG, EKG, Holtery
- Medycyna Pracy

NFZ Allianz Medica PZL SIGNAL IDUNA

Gabinet Zdrowie
rehabilitacja
Rok założenia 1996

Masaże lecznicze (min. w chorobach kręgosłupa), wyszczuplające, sportowe, akupresura stóp, gimnastyka lecznicza

Gabinet Zdrowie
ul. Garwolińska 7 lok. 79
04-348 Warszawa

Jacek Twarowski
Fizjoterapeuta
tel. 22 610 06 73
kom. 602 375 462
www.twarowski.net

Przychodnia Lekarska Vita Med
Narodowy Fundusz Zdrowia

Zapisy do lekarzy rodzinnych!

ul. Meissnera 7 (Gocław) tel. 673-35-00

Hurtownia Optyczna HURT-DETAL
Okulary tylko 49 zł

Oprawka + szkła + robocizna (sfera –4 do +6)
Warszawa, ul. Majdańska 7
Tel. 22 612 00 03

PROGRESYWNE TYLKO 299 zł
„Dwa w Jednym” (do dali i czytania)

– 2 soczewki progresywne
Sfera –5 do +6
Dodatek do blizy 1–3

Najniższe ceny na:

- soczewki z antyrefleksem
- soczewki do pracy biurowej
- soczewki fotochromowe TRANSITIONS

Pracujemy pon.-pt. 9-19
sobota od 9 do 13

Filipiński uzdrowiciel JAMES A. CABELAS

Absolwent Paramedycznego i Technicznego Instytutu MERIDIAN w Baguio City oraz Azjatyckiego Instytutu Fundacji Paramedycznej w Pasay na Filipinach. Pochodzi z długowiecznej rodziny, w której dar uzdrawiania przechodzi z pokolenia na pokolenie, i jest uznawany za jednego z najlepszych healerów na Filipinach.

Znajduje zaburzenia energetyczne różnych organów w ciele człowieka i skutecznie je eliminuje. Wzmocnia naturalne siły obronne organizmu, udrażnia i oczyszcza kanały energetyczne. Działa na wszystkich poziomach energii duchowej likwidując całe spektrum chorób. Poświęca choremu ok. pół godziny, ale zależy to od stanu chorego. Od tego też uzależniona jest technika. Raz są to manualne manipulacje, kiedy indziej uzdrawianie duchowe, praniczne bądź magnetyzacja tkanek. Tak zwane bezkrawowe operacje, filipiński uzdrowiciel robi na ciele eterycznym (rozwinął swoje umiejętności m.in. w Korei). Pacjenci są zdumieni umiejętnością bezbłędnego dotarcia do źródła choroby oraz tym, że często, już po pierwszej wizycie u niego ustępują wieloletnie schorzenia.

JAMES skutecznie pomaga w leczeniu wielu chorób. Między innymi: nowotworowych, chorobach organów wewnętrznych, prostaty, problemach hormonalnych, zapaleniu stawów, problemach i zmianach reumatycznych, chorobach układu nerwowego, udarze mózgu, migrenie, paraliżu, problemach z krążeniem, chorobach kobiecych, bólach kręgosłupa, drętwienie rąk i nóg.

Przyjmuje w Warszawie na Żaczku: 26–28, 30–31 i 1–4, 6–9 II br.
Zapisy i informacje w godz. 10.00–20.00 pod numerami telefonów:
22 679-22-47, 605 324 865, 605 177 007
Niekonwencjonalne Metody Leczenia „NATURA”
www.filipinskiuzdrowienia.pl

Boramed
ul. Bora-Komorowskiego 21 lokal 307 (obok Rossmanna)
Warszawa - Praga Południe
22 250 15 77
www.boramed.pl
pon. - pt. 8 - 20, sobota 9 - 13

BADANIA USG

Piersi	Węzłów chłonnych
Tarczycy	Stawów, więzadeł
Jamy brzusznej	i mięśni
Stawów biodrowych u dzieci	Dopplerowskie
Przebiegiem ciąż u dzieci	i wiele innych

Dysponujemy najnowocześniejszym aparatem USG Voluson E6. Pozwala on uzyskać płynne, przestrzenne obrazy diagnostyczne o niespotykanej dokładności

GINEKOLOGIA

Prowadzenie ciąży	ECHO serca płodu
Konsultacje ginekologiczne	Kolposkopia
USG ciąży 2D/3D/4D	Cytologia
USG ginekologiczne	KTG
USG genetyczne	Szczepienia przeciw wirusowi HPV
Test PAPP-A	

SPECJALIŚCI

Ginekolog	Endokrynolog
Internista	Gastrolog
Pediatra	Urolog
Neonatolog	Ortopeda
Dermatolog	Chirurg

STOMATOLOGIA

Stomatologia zachowawcza i estetyczna
Ortodoncja
Endodontcja
Protetyka
Implantologia
Chirurgia szczękowa

ANALIZY LEKARSKIE

Badania krwi, moczu oraz posiewów w pełnym zakresie