

OKRĘGOWA STACJA KONTROLI POJAZDÓW
pon.-pt. 7³⁰-21⁰⁰; sob. 8⁰⁰-15⁰⁰
www.stacjakontrolipojazdow.pl
PEŁNY ZAKRES PRZEGLĄDÓW REJESTRACYJNYCH

WAŁ MIEDZESZYŃSKI
572
673-90-99

STACJA KONTROLI POJAZDÓW
WESOŁA-ZIELONA
ul. Wspólna 49 obok Bomisu
tel. 773-97-29
♦ badania rejestracyjne pojazdów do 3,5 t DMC i pojazdów z instalacją gazową
♦ regulacja zbieżności i geometria kół

Zapraszamy:
pon. - pt. w godz. 8⁰⁰-20⁰⁰
sobota w godz. 8⁰⁰-15⁰⁰

RABATY!
HILARY
672-77-77
Al. Waszyngtona 44
przy Międzynarodowej

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



WARSZAWA PRAGA

MIESZKANIEC mieszkaniac.pl

Nr 15 (639) ROK XXV

WARSZAWA 06.08.2015 r.

ISSN 1231-7993

bezpłatny

Polak – malkontent

Polska jest fajna, ale ma kilka szpetnych twarzy. Jakich? Każdy je widzi gdzie indziej. I inaczej. Dla mnie najgorszy jest oszpecony krajobraz i ludzie - bezinteresowne zaszośniki.

Polski krajobraz szpecą tragiczne, wymyślone przy wódcie ze szwagrem reklamy i tzw. zachęcające do odwiedzenia sklepów, zakładów usługowych, miejsc wypoczynku. Nie czepiam się profesjonalnej reklamy, która potrafi być ładna, ale wieszana jest byle gdzie i byle jak. Chodzi mi o to, co widać na wjazdach do wielkich miast i w centrach mniejszych. Naćkane wykwitami talentu własnego i firm typu „natrysk na banerach” mazią, oklejają całkiem niebrzydkie domy i skrzyżowania. Koszmar.

I idzie człowiek pomiędzy tysiącami reklamami windykacji długów, pożyczek na telefon, domowego SPA i nie wie, dlaczego jest wściekły (bo na przykład w górach, gdzie widzi kilometrowe przestrzenie wściekłości nie jest), no i spotyka ludzi, którzy ten stan przynębionej złości pogłębiają. Stoją i niezyczliwie marudzą: jak jest złe, jakie wszystko jest głupie, oszukane, bez pojęcia.

Po takim umysłowym SPA i inwazji na zmysły, piękna kraju już nie widać, niczego się nie chce, lepiej na zrywak pojechać, tam gdzie mniej jest szpetnie, a ludzie innym bardziej zyczliwi. Bo przecież nie tylko za lepszymi pieniędzmi rodacy z Polski wyjeżdżają, ale także dlatego, że mają jedno życie i spędzać je wśród wiecznych frustratów nie ma sensu.

Z reklamami pewnie z czasem da się coś zrobić. Ale z tym nasyceniem poczuciem misji i własnej lepszej wartości malkontentem – wątpię. I dlatego tak tej twarzy Polski nie lubię. Ale już nie marudzę, bo będę jak ci, co ich opisałem.

Tomasz Szymański



CZYTAJ NA STR. 3

KOMU FAJKI? KOMU SPIRYT? – cd.

„Mieszkańcy okolic powstającej stacji metra „Stadion” żądają likwidacji nielegalnego handlu przemycanymi papierosami i bezakcyzowym alkoholem...”

CZYTAJ NA STR. 2



W NUMERZE:

CO SŁYCHAĆ W WARSZAWIE

Na plaży słońce praży...	str. 1,3
Komu fajki?	
Komu spiryt? – cd.	str. 1,2
Z miasta	str. 5
Taniej, ale za pięć lat	str. 6
Ponad wszelkie rozumy	str. 6
Parkingowy zawrót głowy	str. 7

KRONIKA POLICYJNA

CZYTELNICZY LISTY PISZA

Parkowanie zabronione	str. 3
KOBIECYM OKIEM	str. 4
SZASER	str. 4

Z PERSPEKTYWY IZBY WYŻSZEJ

Prawdy i mity o in vitro	str. 4
Z MIASTA	str. 5

ZAPROSZENIA DLA MIESZKAŃCÓW

OSTRZEŻENIE POGODOWE

Uff, jak gorąco!	str. 7
------------------	--------

OGŁOSZENIA DROBNE

PULS MEDYCZNY MIESZKAŃCA

Zwyrodnienie płamki żółtej – jak wykryć?	str. 10
--	---------

PROFESJONALNE USŁUGI PRALNICZE
Pralnia Chemiczna/ Magiel
Obsługa Gastronomii i Hoteli
Transport od i do Klienta - GRATIS

Centrum Prania Dywanów i Wykładzin

Warszawa ul. Płowiecka 25
tel./fax 22 812-59-74; 602-333-737
pralnia@ekoprogram.waw.pl; www.ekoprogram.waw.pl

GABINET STOMATOLOGICZNY
Szwedzka 37
Tel. 818-07-91
czynne 9-20, sobota 9-14

- bezbolesne leczenie
- nowoczesna protetyka
- ortodoncja

UWAGA!
♦ Promocyjna cena koron porcelanowych na metalu i cyrkonie

ANTYKI

☞ Kupno – Sprzedaż ☞
☞ Monety, medale ☞
☞ Obrazy, platery ☞ Srebro, złoto ☞

UL. GROCHOWSKA 158 tel. 508-151-340

CHODENT
GABINET STOMATOLOGICZNY
ul. Osowska 33
NOWOCZESNY GABINET
KAMERA, MIKROSKOP
ULTRADŹWIĘKI
RADIOWIZJOGRAFIA
tel. (22) 610 46 46
0 500 214 141
www.chodent.pl

Boramed
ul. Bora-Komorowskiego 21
lokal 307 (obok Rossmanna)
Warszawa - Gołdów
(3 km od skrzyżowania Marsa z Płowiecką)

Rejestracja telefoniczna:
(22) 250 15 77, (22) 671 77 00
Godziny przyjęć: pon. - pt. 7 - 21, sobota 8 - 13
www.boramed.pl

BADANIA USG dorośli i dzieci

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

STOMATOLOGIA

Stomatologia zachowawcza	Endodoncja
Stomatologia dziecięca	Protetyka
Ortodoncja	Implanty
	Chirurgia szczękowa

SPECJALIŚCI
endokrynolog, pediatra, kardiolog, ortopeda, gastrolog, chirurg, dermatolog, laryngolog, internista, urolog, neurolog, diabetolog, hepatolog, hematolog, ortopeda i chirurg dziecięcy, reumatolog

GINEKOLOGIA

Kompleksowe prowadzenie ciąży	Konsultacje ginekologiczne
USG ciąży 2D/3D/4D	USG ginekologiczne
USG genetyczne	Kolposkopia
Test PAPP-A	Cytologia
ECHO serca płodu	Szczepienia przeciw wirusowi HPV
Certyfikat Londyńskiej Fundacji Medycyny Płodowej FMF	Test Harmony

BISTRO GOŁDÓW

- Zapraszamy na ZESTAWY LUNCHOWE od 13 zł
- Zadzwoń, zamów i odbierz
- Obiady dla firm
- Ceny imprez okolicznościowych do uzgodnienia, menu dostosowane do indywidualnych potrzeb Klienta
- Sala do 50 osób

ul. Abrahama 18 (wejście od Fieldorfa)
Tel. 691-967-070;
www.bistrogoclaw.pl
e-mail: bistro@bistrogoclaw.pl

ZNAJDŹ NAS NA

magiczne indie

- * ZIOŁA ajurwedyjskie
- * KOSMETYKI naturalne
- * KUCHNIA indyjska

IMPORTER
ul. SZASERÓW 98
czynne pon.- pt. 9.00-17.00
www.Magiczne-Indie.pl

LECZENIE KRĘGOSŁUPA

Jacek Twarowski
Fizjoterapeuta

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

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

Komu fajki? Komu spiryt? – cd.

Dziesięć miesięcy temu takim wstępem zaczęliśmy jedną z naszych publikacji. Stacja metra już od dawna funkcjonuje, a czy coś się zmieniło w kwestii nielegalnego handlu? Otóż zdaje się, że niewiele...

Pod koniec lipca otrzymaliśmy kolejny list od „grupy mieszkańców Pragi-Północ i Pragi-Południe”, którzy piszą w sprawach „irytujących i denerwujących”. Rzeczą dotyczy wspomnianego niele-

galnego handlu. Autorzy listu wyjaśniają też jego anonimowość – po prostu, ze względu na temat boją się podpisać z imienia i nazwiska. Podobnie jak w pismach sprzed wielu miesięcy, także i w tym dokładnie opisują zarówno miejsca, w których można kupić bezakcyzowe papierosy, ludzi sprzedających te wyroby oraz czas działania „dilerów”. Granica obydwu warszawskich Prag, jawi się w tych opisach niczym strefa wolnocłowa na

granicy dwóch państw lub promie, czy lotnisku. Nielegalne papierosy można kupić na ul. Targowej, Zamoyskiego, czy choćby przy przystanku autobusowym „Zieleniecka 01”. A czytelnicze opisy są dość precyzyjne: „Codziennie, od godz. 6.00, w odległości 25 metrów od przystanku mężczyzna w wieku ok. 30-35 lat, szczupły, wysoki, o ciemnych krótkich włosach, ciemniejszej cerze handluje pod wysokim drzewem papiero-



media oraz instytucje. Autorzy ślą listy m.in. do rejonowych komend Policji na Pradze-Północ i Południe, do Komendy Głównej i Stołecznej, Straży Miejskiej, burmistrza i prezydenta Warszawy. I jakoś niewiele się zmienia... W ślad za otrzymanym listem przesłaliśmy do powyższych instytucji prośbę o pisemne ustosunkowanie się do poruszonych spraw oraz opisanie podejmowanych działań mających ukrócić ten proceder.

sami bez akcyzy...”. Mieszkańcy wskazują, że podręczny „magazynek” handlarza znajduje się w zaroślach przy drzewach, a jak zabraknie „towaru” w „magazyńku”, to diler udaje się w kierunku pobliskiego bazaru i przynosi nową partię kontrabandy. Tak precyzyjnych opisów jest kilka. Podobnie ma się rzecz z handlem nielegalnym alkoholem.

Warto zaznaczyć, że identyczne pisma, oprócz naszej Redakcji, otrzymują inne

O otrzymanych odpowiedziach nie omieszkamy powiadomić naszych Czytelników w najbliższych numerach „Mieszkańca”.

Ze strony naszej Redakcji miło nam, że Czytelnicy dostrzegli wyróżniającą się postawę „Mieszkańca” na tle innych mediów. Bo choć autorzy listów wysyłali je do różnych redakcji, to „niestety, oprócz czasopisma „Mieszkaniec” wszyscy mieli w głębokim poważaniu przedstawione przez nas sprawy”. **Magda K.**

KRONIKA POLICYJNA



Zasadzka na dilerów dopalaczy

Policjanci zorganizowali zasadzkę na jednej ze stacji benzynowych na Mokotowie. Tuż przed 20.00 na stacji pojawił się mężczyzna, który podszedł do jednego z samochodów. Policjanci wiedzieli, że ma tam dojść do transakcji kupna dopalaczy. Gdy ruszyli w stronę auta, mężczyzna zaczął uciekać. Przebiegł kilkaset metrów i wbiegł do myjni samochodowej. Tam wyrzucił zawiniątko. Policjanci dopadli mężczyznę po kilkuminutowym biegu. Został zatrzymany i przewieziony do komendy przy Malczewskiego. W pakunku, który wyrzucił było 17 mniejszych torebek z zawartością białego proszku. W czasie zatrzymywania dilerów policjanci biorący udział w akcji namierzyli samochód, którym Maciej P. (19 l.) przyjechał na miejsce transakcji. Łukasz S. (18 l.), Karol K. (19 l.) i Jan W. (18 l.) zostali również zatrzymani. Okazało się, że Łukasz S., który kierował BMW nie miał uprawnień do kierowania pojazdami.

Ukryła się w szafce

Kryminalni z komendy przy ul. Grenadierów zatrzymali 15-latkę, będącą trzecią uczestniczką zajścia w tramwaju, o którym pisaliśmy w poprzednim numerze. Parę dni temu w tramwaju jadącym w kierunku Pragi-Południe miała miejsce awantura, którą wywołały trzy młode dziewczyny. Zachowywały się one wulgarnie wobec pasażerów, atakowały inne osoby, doszło również do przepychanek, szarpania i uśmierzania rozboju. Dwie dziewczyny zostały zatrzymane, trzecia ukrywała się. 15-latkę widząc zbliżających się policjantów schowała się w... bardzo małej szafce na buty.

Trzech z narkotykami

W przeciągu godziny, dwie południowoprańskie załogi patrolowo-interwencyjne zatrzymały do kontroli dwa pojazdy. W obu funkcjonariusze znaleźli i zabezpieczyli narkotyki. Zatrzymali trzy osoby. 31-letni Piotr R. miał 0,8 grama marihuany, natomiast w drugim aucie, 18-letni Oskar N. posiadał 1,5 grama mefedronu, a kierujący, 32-letni Robert M. – 4,6 grama tego samego narkotyku.

Różaniec, grzebień i zapalniczka

W nocy z piątku na sobotę policjanci patrolówki interweniowali w związku z rozbojem.

Ze zgłoszenia wynikało, że na idącego chodnikiem mężczyznę napadł młody człowiek, który zażądał pieniędzy. Kiedy pokrzywdzony mu ich nie dał, został przewrócony na ziemię i pobity, a z kieszeni napastnik ukradł mu wszystko, co miał czyli: różaniec, grzebień i zapalniczkę. Policjanci po wysłuchaniu przebiegu zdarzenia i opisu wyglądu podejrzanego skojarzyli, że niedawno legitymowali tego właśnie mężczyznę. Zatrzymali go kilka minut później. Damian K. trafił do policyjnej celi.

Poszukiwany kradł nadal

Policjanci z Wesołej dzień po przyjęciu zawiadomienia o kradzieży mieszkaniowej ustalili, kto jest sprawcą tego przestępstwa. Mężczyzna, jak się okazało był poszukiwany na podstawie dwóch listów gończych i trzech zarządzeń ustalenia miejsca pobytu. To dodało dodatkowej motywacji w poszukiwaniach. 58-letni Waldemar R., który często zmieniał miejsca zamieszkania został zatrzymany, usłyszał zarzut, i trafił do aresztu, gdzie ma do odbycia karę pozbawienia wolności w wymiarze, co najmniej trzech i pół roku.

2 promile za kółkiem

Policjanci ze stołecznej drogowki zauważyli jadący Wybrzeżem Szczecińskim pojazd marki Kia, który zjeżdżał na przeciwny pas ruchu i w konsekwencji wjechał na chodnik. Na szczęście nikogo tam nie było. Policjanci postanowili zatrzymać kierującego pojazdem i ruszyli za nim, jednak kierowca samochodu kontynuował jazdę, zupełnie nie reagując na sygnały świetlne i dźwiękowe. Po kilkuset metrach funkcjonariuszom udało się zatrzymać 35-letniego mężczyznę do kontroli. Był pijany, agresywny i wulgarny. Nie zgodził się na badanie alkomatem na zawartość alkoholu w wydychanym powietrzu. W związku z tym samochód przetransportowano na parking depozytowy, a 35-latkę przewieziono do jednego z warszawskich szpitali, gdzie poddano badaniu na krew. Badanie wykazało ponad 2 promile alkoholu. Mężczyzna trafił do policyjnej celi i usłyszał zarzut kierowania w stanie nietrzeźwości. Grozi mu kara do dwóch lat pozbawienia wolności.

toms

REKLAMA



PODZIĘKOWANIE ZA WSPÓŁPRACĘ

Szanowni Państwo!

Przez ostatnie 4 lata miałem zaszczyt pełnić funkcję Posła na Sejm Rzeczypospolitej Polskiej VII Kadencji. Uzyskany w 2011 r. mandat przyjąłem jako ogromne wyróżnienie, ale i wielkie zobowiązanie.

Moja poselska działalność dobiega właśnie końca i jest doskonałą okazją do wyrażenia wdzięczności dla wszystkich, z którymi dane mi było w tym czasie spotkać się lub współpracować.

To dzięki Waszemu zaangażowaniu i wsparciu mogłem sprawować swój mandat skutecznie i profesjonalnie. Proszę przyjąć moje podziękowania za wspólne inicjatywy, odbyte rozmowy i spotkania oraz wszelkie cenne uwagi i spostrzeżenia, które pozwoliły mi efektywnie reprezentować w Parlamencie Państwa sprawy oraz pełnić funkcję posła bliskiego sprawom zwykłych ludzi.

Proszę przyjąć moje serdeczne podziękowania oraz najlepsze życzenia wszelkiej pomyślności oraz rodzinnego i osobistego szczęścia.

Z wyrazami szacunku

Adam Kwiatkowski

Adam Kwiatkowski
Poseł na Sejm RP

REKLAMA

RADA I ZARZĄD DZIELNICY PRAGA PÓŁNOC
M. ST. WARSZAWY ZAPRASZAJĄ NA:

PRASKIE kino LETNIE 2015

BEZPŁATNIE!

Pokazy
filmowe
w Parku
Praskim



każda niedziela sierpnia

SIERPIEŃ, godz. 20.30

02.08 Powtórnie narodzony
09.08 Zakochana bez pamięci
16.08 Wieczni chłopcy

23.08 Kłauui
30.08 Czerwony
i niebieski

ORGANIZATOR



WSPÓŁORGANIZATOR

DOM
KULTURY
PRAGA

PARTNER

PRAGA
KINO
Apolonia

PATRONI MEDIALNI

metro.warszawa.pl
naszemiasto.
kulturaonline.pl
kinoplex.pl



Na plaży słońce praży...

Na szczęście warszawiacy nie muszą jechać aż nad morze, żeby cieszyć się urokami plażingu – czyli modnego określenia na stare i dobrze znane plażowanie.

Od kilku lat obserwujemy „powrót” Warszawy nad Wisłę. Jak rzeka długa i szeroka wyrastają na brzegu plaże oraz kluby. Od Portu Czerniakowskiego do Żoliborza jest prawie 50 miejsc, gdzie przyjemnie można spędzić czas, ciesząc się słońcem i letnią pogodą.

Największą popularnością, podobnie jak w dwudziestolecie międzywojennym, cieszy się „Poniatówka”, czyli plaża przy Stadionie Narodowym. Jednak tylko o krok ustępują jej inne plaże: przy moście Północnym, na Żoliborzu, w Wilanowie czy przy ZOO.

– Jedną z zalet plaży, oprócz ciepłego piasku i słońca, jest to, że zawsze można tam spotkać znajomych ze znajomymi. Plażing w środku miasta wydawał mi się zawsze rozrywką dla ludzi nieco lepiej znośnych tłum i piasek niż ja. Okazało się jednak, że było to doświadczenie mile – mówi Katarzyna Czajka, znana jako Zwierz Popkulturalny, autorka bloga www.zwierzpopkultury.pl – Towarzystwo na plaży zachowywało się wielce cywilizowanie, choć część wyglądała jakby przyszła w klapkach z Kołobrzegu; część jakby weszła na plażę w latach osiemdziesiątych i nigdy z niej nie

weszła; a część jakby brała udział w konkursie na hipstera roku.

Jednak plaża to nie tylko miejsce dla hipsterów. Słychać tu wesoły gwar,

rzaki. – Obok nas sześciu panów rozkładało grilla, który jednak zdecydowanie lepiej sprawdzał się, ich zdaniem, jako zestaw metalowych bębnow – dodaje Kasia.



śmiechy dzieci. Przez rozmowy przebijają się też język angielski. Dla spotkanych na plaży Szwedów upały są dużym utrapieniem, ale ciepła i piaszczysta plaża stanowi ogromną atrakcję. Miejskie plaże to także wspaniałe rozwiązanie dla rodziców z dziećmi. Trzy zaprzyjaźnione rodziny rozbiły wręcz całe miasteczko dla swoich pociech – parawany, parasole, tunele i dmuchane zwie-

– W końcu jednak wspólną pracą i przy wsparciu instrukcji złożyli urządzenie akurat mogąc się nim pochwalić, kiedy przyszła bardzo spóźniona jedyna pani w towarzystwie.

Na szczęście plażowicze nie są skazani na samowystarczalność. Do ich dyspozycji miasto oddało pawilony na plaży, gdzie znajdują się kawiarnie i kluby serwujące jedzenie oraz zimne napoje.

Zadbane także o tych, którzy nie chcą całego dnia spędzać w pełnym słońcu. Dla dzieci wybudowano plac zabaw, a dorośli mogą wziąć udział np. w warsztatach jogi lub wypocząć na leżakach. Takich atrakcji nie brakuje także na Plaży Żoliborz, gdzie w weekendy wszyscy chętni mogą wziąć udział w kursie zumby lub potańczyć w tutejszym klubie do białego rana.

Jednak czasu nad Wisłą nie trzeba spędzać tylko na plaży. Po rzece kursują: statek do Serocka, tramwaj wodny oraz darmowe promy łączące dwa brzegi. Można więc zaplanować wspaniały spacer wraz z przekroczeniem Wisły. Warto tylko wcześniej sprawdzić komunikaty na stronach ZTM, które informują o poziomie wody i ewentualnym zawieszeniu kursowania promów. Promy łączące Cypel Czerniakowski i Saską Kępę, most Poniatowski i Stadion Narodowy oraz Podzamcze Fontanny i ZOO w soboty, niedziele i święta kursują 30 razy dziennie, a w dni powszednie – 14 razy.

Na tych, którzy od słonecznych kąpiei wolą nocne życie, czeka także moc atrakcji. Bulwary wiślane tętnią życiem do białego rana, oferując mnóstwo rozrywek. Warto śledzić te wydarzenia na stronie internetowej www.wislawarszawa.pl

Maciej Stadtmüller

Czytelnicy listy piszą...

■ Parkowanie zabronione!

Przyzwyczajaliśmy się już do tego, że w nocy na parkingach należących do sieci handlowych nie wolno parkować. Ale, czy tak musi być...?

Z tematem parkowania na prywatnym gruncie zwrócił się do nas jeden z Czytelników (dane do wiadomości Redakcji). Chodzi o możliwość (a właściwie brak możliwości) pozostawiania aut, w nocy, na parkingu należącym do sklepu sieci „Lidl” przy ul. Bolesławickiej. „W nocy parking jest dla sklepu bezużyteczny – sklep kończy pracę o 22.00 i zaczyna o 7.00 (w dni powszednie). Owszem, są nocne dostawy, ale te kilkanaście samochodów w tym absolutnie nie przeszkadza...” – pisze Czytelnik i załącza ulotkę (na zdjęciu), którą swego czasu znalazł za samochodem wycieraczką na tym parkingu.

I jakby się dobrze zastanowić, to Czytelnik ma rację. No bo, choć parking jest „Lidla” i to sklep dyktuje warunki, to chociażby w ramach tzw. polityki odpowiedzialności społecznej mógłby chociaż część tego dużego terenu udostępnić okolicznym kierowcom. Oczywiście mowa o porze nocnej. Na pewno część z kierowców poszukujących miejsca parkingowego, to także klienci tego „Lidla”. Sympatyczne stosunki mogą się przełożyć na efekt ekonomiczny, handlowy...

A dlaczego z listów, które w ostatnim czasie przyszły do „Mieszkańca” wybraliśmy akurat ten? Ano dlatego, że takich parkingów, niezaadaptowanych i niewykorzystywanych w nocy przez sklepy, jest dość

dużo. I gdyby zmienić te zwyczaje, to choć trochę by się poprawiała sytuacja parkingowa w Warszawie.

Przy okazji tego tematu dostało się sklepowi za kilka innych rozwiązań. „Sześćsto „Lidla” nie zwraca uwagi na ciągle osuwanie się ziemi z ich terenu na asfaltowy chodnik biegnący w kierunku przystanku



tramwajowego – pomiędzy ich budynkiem a szczytem budynku Rembielińska 1/3/5. Czy też zaśmiecanie okolicy przez ich klientów. Czy zrobienie schodków na parking bez podjazdów dla wózków... A automatyczne podlewanie trawnika podlega także chodnik i przejście chodnikiem bez mokrych spodni jest raczej niemożliwe. Może by tak ktoś zwrócił uwagę na te problemy?” – wskazuje Czytelnik, a „Mieszkaniec” zwraca uwagę na te problemy, choćby poprzez publikację fragmentów listu.

Redakcja

REKLAMA

REKLAMA

Gośćtaw dla RODZIN

Gośćtaw dla SINGLI

sprawdź PROMOCJE

 **invest S.A.**

edinvest.pl

22 671 95 28

Letnie aromaty

A gdyby spojrzeć na lato z innej strony? Zapachy... W tym roku, w odróżnieniu od poprzednich, nie dolatuje co kilka ulic zapach gorącego asfaltu, bo stan naszych jezdni, choć niedoskonały, jest znacznie lepszy i bezpieczniejszy niż kilka lat temu.

Otwarte okna sprzyjają przemieszczaniu się zapachów między mieszkaniami. Miło, gdy pachną przygotowywane, domowe przetwory. Teraz to słodkie dżemy i konfitury – nie ma to jak domowe! – ale też powidła śliwkowe, których długie i powolne smażenie jest źródłem przepięknych aromatów. Z cukrem czy stewią, wspomagane rozmaitymi żelifikantami czy klasyczne, są jednymi z najprzyjemniejszych kulinarnych dokonań.

Ale sierpniowa kuchnia pachnie nie tylko słodko. Bo to też chrupkie ogóreczki kiszzone na zimę, pachnące koprem i czosnkiem, to jędrne grzybki w occie (choć te zwłaszcza na

jesieni, gdy wiele kuchni rozstacza woń grzybów suszonych), a skoro mowa o occie – to także śliwki, dynie czy papryka.



Nie zawsze te zapachy cudzego jedzenia są przyjemne – co prawda w Warszawie poziom kultury zdecydowanej większości mieszkańców nie pozwala im na koszmarnie dla sąsiadów grillowanie na bal-

onie, które jest prawdziwą udręką, ale gdy do aromatu róż w moim wazonie raptem dołącza zawieszisty odorek buchającej kalafiorom czy gotowanymi nóżkami wieprzowymi kuchni sąsiadów... Nie, dziękuję. Trzeba wówczas przypomnieć sobie, że jest się

ni, buchającej kapustą, kalafiorom, duszonym, kiepsko przyprawionym mięsem.

Nad Wisłą pachnie wodą i wakacjami, lecz żeby tam dojechać, większość z nas korzysta z komunikacji miejskiej, a tam – przeplata się woniący czosnkiem oddech po zdrowej sałatce, perfumy znakomite i bardzo kiepskie oraz przepaszam za dosłowność, tak zwane „zapachy spod pachy” – jedne cywilizowane, z dezodorantem, inne – jak by tu powiedzieć – mocno, a może zbyt mocno naturalne, wołające o prysznic i mydło. Przy okazji proszę też osoby „wczorajsze”, które jeszcze nie doszły do siebie po nocnej imprezie, a tu czas jechać do pracy, by starannie szorowały zęby i dla stłumienia obezwładniającego oddechu, pamiętały o miętowej gumie do żucia. Ot, taki miły gest wobec korzystających z tego samego autobusu czy tramwaju. A tymczasem sady pełne dojrzewających śliwek, jabłek, gruszek, lasy pachną grzybami, a sierpniowe niebo już jest pełne spadających gwiazd. Są powody do radości!

żu

– Nie palić, nie pić pod żadnym pozorem, co najmniej osiem godzin snu dziennie.

– A co z seksem?

– Tylko z żoną, wszelkie podniecenie mogłoby pana zabić!

– No, to ja chcę jeszcze trochę pożyć i nie mam zamiaru się podniecać. A na kogo zgłoszę, to już sam dobrze wiem.

– Z jednej strony ma pan rację, panie Eustachy. Z drugiej jednak, jeśli nie weźmiemy w tym udziału, to życie urządzić nam będzie jakiś pierwszy lepszy, któremu wydaje się, że wie najlepiej, jak my mamy żyć.

– Ale nie uważa pan, że coś się z nami dzieje dziwnego? Jeśli ekscentryczny muzyk, zbiera 20 proc. poparcia w wyborach prezydenckich.

– Polska zrobiła się takim krajem, w którym nie każdy może przyjść na bazar i przebierać w czereśniach i wiśniach. Są tacy, którzy mają dość szczypania się, ograniczania, bez perspektywy oszczędzenia. Szukają jakiegoś wyjścia, często uznając naiwnie, że jak jakiś facet śpiewa: „Polska budzi się”, to on ją rzeczywiście podnosi, budzi, daje nową perspektywę. Ludzie szukają trwałych wartości.

– Kłopot w tym, panie Kaziu, że politycy mają to za nic. Każdy rozwija pawi ogon, każdy mami, ale potem, jak już rządzą, okazuje się, że mają do zaoferowania prozę życia – emeryturę dopiero po 67 latach, wyższe podatki, albo, jak ci drudzy, niekończące się śledztwa. I gdzie tu miejsce na poezję, na uczucia, na podniety?

– Jak w tym parku.

– W jakim znów parku?

– Wieczór w parku dyszy miłością, uczucia fruwały w powietrzu, jak chrapaszczce, chłopak czule szepcze dziewczynie do ucha: – Kochana wypowiedz te słowa, które połączą nas na wieki...

– Jestem w ciąży!

Szaser

Co tam panie na Pradze...

CZEREŚNIE I WIŚNIE

– Witam, panie Kazimierzu, całe wieki pana nie było.

Eustachy Mordziak, kupiec damsko-bielizniany z bazaru Szembeka, naprawdę szczerze był uradowany, gdy zobaczył swojego dawno niewidzianego kolegę. – Pewnie dzieci jakąś Majorkę panu zafundowały, albo inną Hurgadę?

– A nawet chciały – w uznaniu zasług w charakterze domowego zaopatrzeniowca. Ale gdzie ja będę się lepiej czuł, niż w domu. Poza tym człowiek w latach już niechętnie się rusza.

– No, to gdzie pan był, jak pana nie było?

– Chorowałem trochę, zdarza się. Ale za to dziś, jak wszedłem na bazar, to oczy same śmiały się do świata. To chyba najpiękniejszy czas – te czereśnie, wiśnie, pierwsze śliwki, arbuzy – coś pięknego. Człowiek oczami by wszystko jadł.

– Fakt, towaru skolko ugodno, jak mówią Francuzi. I wszystko w pierwszym gatunku.

– Pomyśleć, że kiedyś wystarczyło, że w ogóle było. Ale my tu gadu, gadu – czereśnie, wiśnie – a za progiem wybory.

– Nie da się ukryć, panie Kazimierzu.

– Przed panią Kopacz, czy przed panią Szydło?

– Rzeczywiście rozjeżdżyły się obie po kraju jakby na wyścigi – która więcej przejeździe i która więcej obieca.

– Bierze to pana?

– Szczerze? Nic a nic.

– Szkoda, bo przecież wybory to emocje. Mnie już to nie dotyczy, ja swoje emocje już przeżyłem, ale pan, młody człowiek jeszcze jest.

– Wie pan, panie Kaziu, jak ja się na to wszystko napatrzę, nasłucham wrzasków w tych telewizjach, to przypomina mi się taki dowcip. Lekarz wypisując chorego po operacji udziela mu rad:

REKLAMA

Z perspektywy Izby Wyższej



PRAWDY I MITY O IN VITRO

Ustawa o in vitro podpisana i wchodzi w życie. Niestety, nadal na jej temat krąży wiele mitów. Wytrwale, cierpliwie i kompetentnie próbował rozprawić się z tymi mitami w czasie słynnej debaty w Senacie wiceminister zdrowia, Igor Radziejewicz-Winnicki, odpowiadając przez 6 godzin na wszelkie możliwe pytania senatorów. Nie ma transmisji z Senatu, więc pozwoliłem sobie stworzyć małe compendium wiedzy, przytaczając w skrócie niektóre z najbardziej dociekliwych pytań lub opinii i merytorycznych na nie odpowiedzi.

Pyt.: Jak wzrasta liczba wad rozwojowych w przypadku zamrożenia?

Odp.: Mrożenie nie powoduje uszkodzenia zarodków (...) nie wpływa ani na powstawanie wad genetycznych, ani na gorszy rozwój zarodka.

Pyt.: Jakie prawo dopuszcza zniszczenie życia dziecka w fazie zarodkowej, dlatego że zostało poczęte jako nadliczbowe albo jego płeć nie satysfakcjonuje rodziców, bo chcieli chłopca, a mają dziewczynkę, albo chcieli dziewczynkę, a mają chłopca?

Odp.: Ustawa ewidentnie wprowadza zakaz wyboru jakichkolwiek cech dziecka, które ma się urodzić, na żądanie rodziców. Wyjątkiem jest sytuacja, w której wybór jakichś cech, w tym płci, pozwala na uniknięcie ciężkiej nieuleczalnej choroby dziedzicznej. Czyli wtedy, kiedy z wiedzy medycznej wynika, że np. wszyscy chłopcy będą mieli daną chorobę, a dziewczęta nie.

Pyt.: Metoda in vitro to jest po prostu kupienie sobie dziecka.

Odp.: Metoda leczenia niepłodności in vitro nie jest handlem człowiekiem. Handel ludźmi jest zakazany i ścigany prawem międzynarodowym oraz prawem krajowym. To jest przestępstwo ciężkiego gatunku. (...) Leczenie niepłodności metodą in vitro nie jest kupowaniem sobie dzieci, tak samo jak leczenie operacyjne – nawet wtedy, gdy jest prowadzone w prywatnym sektorze – nie jest kupowaniem sobie zdrowia. Jest ewentualnie kupowaniem świadczeń zdrowotnych, ale nie kupowaniem zdrowia.

Pyt.: Co jeżeli zarodki ludzkie umrą... Tu się faktycznie nic nie mówi o obronie zarodków.

Odp.: Ustawa po raz pierwszy wprowadza w polskim prawie zasadę ochrony zarodka przed zniszczeniem. Za zniszczenie zarodka zdolnego do prawidłowego rozwoju grozi kara pozbawienia wolności od sześciu miesięcy do lat pięciu.

Pyt.: Jak ta ustawa może mieć w nazwie „leczenie”? Czy kobieta po takim urodzeniu dziecka staje się płodna?

Odp.: Leczenie może być albo objawowe, albo przyczynowe. Niestety, większość chorób potrafimy leczyć tylko objawowo. Chory, któremu podajemy insulinę, nie zaczyna produkować swojej własnej insuliny, nadal ma cukrzycę. Choremu, który nie widzi, dajemy okulary korekcyjne. Niesłyszącemu – aparat słuchowy. I tak samo jest z leczeniem niepłodności. Jest to stosowanie medycznie wspomaganej prokreacji.

Pyt.: Co pan sądzi na temat naprotechnologii?

Odp.: Nie ma takiej technologii medycznej, która nazywa się „naprotechnologia”. Ta zbitka słów pochodzi od nazw stowarzyszenia ochrony życia NaProLife – stąd NaProTechnology. I dlatego w języku polskim mówimy „naprotechnologia”. Ale interwencje medyczne postulowane przez piewców i popularyzatorów idei naprotechnologii odnoszą się do zachęcania par do współżycia w okresie dni płodnych, do obserwacji cyklu miesięczkowego, do wykonywania innych badań diagnostycznych, do leczenia hormonalnego. Świetnie, ale co zrobić, jeśli to wszystko nie pomaga?

Czytelnikom, którzy chcieliby się więcej na temat in vitro dowiedzieć, polecam stronę internetową www.senat.gov.pl, stenogram z dnia 8 lipca br. Mówi się: Kto pyta, nie błądzi. W przypadku senatorów powiedzenie to się niestety nie sprawdziło, bo ci, którzy zadawali pytania i otrzymali wyczerpujące wyjaśnienia, gdy zabierali głos w dyskusji nadal powielali te same mity i półprawdy. Widać było, że teksty wystąpień zostały napisane wcześniej i trzeba je było wygłosić.

Marek Borowski, Senator warszawsko-PRASKI

REKLAMA

REWELACYJNA POMOC W BÓLU – BEZ LEKÓW



Mgr Jakub Górnicki leczy nagle, ale też i przewlekłe zespoły bólowe, oraz trudne przypadki kliniczne leczone bezskutecznie metodami szpitalnymi, sanatoryjnymi lub lekami. Jest wykładowcą w jednej z warszawskich uczelni na wydziale Fizjoterapii oraz Medycyny Osteopatycznej. Uzyskał dyplom osteopatę w Anglii. Zabiegi u mgr Górnickiego w ogromnej liczbie przypadków zapobiegają operacjom przepuklin kręgosłupa oraz stawów kolan, bioder, ramion, barku.

Techniki zabiegów usprawniają połączenia i zależność od kręgosłupa – układu krwionośnego oraz nerwowego, likwidując różne bóle.

WSKAZANIAMI DO ZABIEGÓW U OSTEOPATY SĄ MIĘDZY INNYMI: zaburzenia czucia, drętwienie rąk, drętwienie i bóle nóg, stany pourazowe, naciągnięcia, „kolano skoczka”, „lokcie tenisisty”, rwa kulszowa, rwa barkowa, bóle kręgosłupa w każdym odcinku, różnego rodzaju zwichnięcia oraz wiele innych.

OSTEOPATIA, to doskonała i uznana metoda leczenia w systemie medycznym. Efekty są rewelacyjne. Należy mieć badania: RTG lub MR (rezonans magnetyczny), ewentualnie badania dotyczące innych chorób.

WAŻNE! Usuwane są również zaburzenia funkcjonalne: układu gastrycznego, urologicznego, oddechowego, zaburzenia koordynacji i psychomotoryki u dzieci, zespoły bólowe u kobiet w ciąży (bez leków!). **Diagnostyka i korekta WAD POSTAWY u dzieci i młodzieży.**

„Dziękuję p. Górnickiemu za zabiegi. **Uniknąłem operacji kręgosłupa i bark przestał boleć. Mogę znów grać w tenisa i być aktywny zawodowo**”. Marek W. (41 l) Warszawa.

„**Mgr Górnicki wyrównał poziom łopatek u mojej 12-letniej córki. Była duża różnica, widoczna krzywizna, która już dawała dolegliwości w oddychaniu i ćwiczeniach szkolnych.** Gimnastyka, pływanie, fizykoterapia – niewiele pomagały – choć trwało to ponad 4 lata. Bardzo jestem wdzięczna!” Matka.

„**Zażywanie leków na bóle kręgosłupa, to wioślowanie pod prąd! Ruinowanie zdrowia. Nabawiłem się cukrzycy, zniszczyłem wątrobę i nerki! Koszmar! A ból w stawie biodrowym, pieczenie jak żelazkiem w plecach i drętwienie rąk – nie ustępowały. Pielęgniarka namówiła mnie na leczenie u p. Górnickiego. I to było moje wybawienie z bólu. Już nie biorę leków, jeżdżę rowerem, chodzę po górach zaraz po zabiegach. To rewelacja!**” (Janusz Luboń l. 62).

„**W ciąży nie mogłam brać żadnych leków, a ból kręgosłupa był okropny. Pan Górnicki zlikwidował mi go bez leków**”. Marzena L. (l 29) Legionowo.

„**Najpierw leczono mnie na nerki – bo ból w odcinku lędźwiowym. Stery leków, zakazy i nakazy. Potem zabrali się za żołądek, bo bóle chyba od niego. Też niewypał. No to w takim razie na pewno wątroba, bo ból między łopatkami i z prawej strony. Znów badania i leki. A jednak to nie wątroba, tylko „chyba” serce. EKG, holter, pobyt w szpital. Istny cyrk. Wreszcie diagnoza kręgosłupa! Dowiedziałem się – na szczęście – o mgr Jakubie Górnickim z Naturmedu. Brak mi słów! Jestem wyleczony i wdzięczny!**” Zygmunt Rudzki (56 l.).

„**Leczyłem się ponad 7 lat na ból kolan i kręgosłupa szynego. Bez efektów. Przemysł farmaceutyczny nic nie zyskuje, że ktoś zdrowieje! Zarabia tylko wtedy, gdy ktoś leczy objawy latami. Ale w końcu trafiłem do mgr Górnickiego. To, co uczynił ze mną, graniczy z cudem. Bez leków jestem sprawny, bóle kolan, wszystkie inne minęły bez śladu! Dziękuję!**” Marian Wadowski (69 l.) z Warszawy.

„**Jestem stomatologiem. Praca w jednej pozycji godzinami – zniszczyła mi kręgosłup szyni, piersiowy i bark. Nie mogłem już normalnie funkcjonować, kolega ortopeda groził mi operacją. O lekach wiem sporo, więc też ich unikałem. Pacjentka podpowiedziała mi p. Górnickiego. Natychmiast tu przyjechałem. Jestem nim zafascynowany i wdzięczny! Zlikwidował mi problem!**” dr Marek Słowiński, Kutno (l.51).

Mgr Górnicki zaprasza na **BEZPŁATNĄ** konsultację, by ustalić możliwość leczenia oraz przeciwwskazania. **ZAPISY OD PONIEDZIAŁKU DO PIĄTKU W GODZINACH 9.00-17.00 TEL. (22) 662-49-07 ORAZ 604-092-007**

Ośrodek Medycyny Manualnej i Osteopatii
NATURMED
Warszawa-Ursus Osiedle Gołąbki

ul. Koronacyjna 15
tel. (22) 662-49-07
604-092-007

Z MIASTA

Bulwary wiślane zostały oficjalnie otwarte. Ich przebudowa jest podzielona na kilka etapów. Dostępny już jest odcinek pomiędzy mostem Śląsko-Dąbrowskim a ulicą Boleść – nazwany Bulwarem Jana Karskiego. Pierwszy



fragment przebudowanych bulwarów wiślanych został otwarty w niedzielę 2 sierpnia. Podczas uroczystego otwarcia obecni byli premier Ewa Kopacz oraz prezydent m. st. Warszawa Hanna Gronkiewicz-Waltz. W trakcie uroczystości pani prezydent poinformowała zebranych, że już ogłoszono przetarg na budowę drugiego odcinka bulwarów. Oddanie inwestycji opóźniło się o rok m.in. z powodu wysokiego stanu Wisły oraz bankructwa firmy wykonawczej Hydrobudowy Gdańsk.

REKLAMA

29 lipca br. podpisano umowę na realizację projektu termomodernizacji w Szpitalu Dziecięcym im. prof. dr med. Jana Bogdanowicza przy ul. Niekańskiej. W zabytkowych budynkach szpitalnych zostaną ocieplone stropy i ściany. Planowana jest także wymiana okien. Dyrektor szpitala Małgorzata Stachurska-Turoś podkreśla, że poprawa stanu infrastruktury technicznej jest bardzo ważna w polepszeniu obsługi małych pacjentów. A co za tym idzie – w ich leczeniu. Koszt inwestycji to ponad 3 mln złotych, z czego 419 202 zł to wkład własny placówki.

W czwartek 13 sierpnia o godz. 15.30 w pobliżu tablicy pamiątkowej przy pl. Zamkowym rozpoczną się obchody Dnia Pamięci Starówki. W 71. rocznicę tragicznego wybuchu czołgu przy ul. Kilińskiego zostaną złożone kwiaty i zapalone znicze w miejscach pamięci narodowej na terenie Starego i Nowego Miasta. O godz. 17.00 w Archikatedrze św. Jana Chrzciciela rozpocznie się uroczysta msza święta, a o godz. 18.30 odbędzie

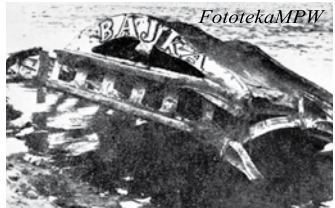


się uroczystości przy kamieniu w miejscu wybuchu czołgu. W godz. 19.30-21.00 odbędzie się koncert „Warszawskie Dzieci” na Rynku Starego Miasta.

Na lipcowej sesji Rady Dzielnicy Praga-Południe radni unieważnili podjętą miesiąc wcześniej uchwałę o wyborze Michała Wieremiejczyka na zastępcę burmistrza. Przyczyną unieważnienia uchwały były błędy popełnione przy jej podjęciu. Chwilę później, większością głosów 14 do 9, rada zdecydowała o ponownym powołaniu Michała Wieremiejczyka na wiceburmistrza Pragi-Południe.

remiejczyka na wiceburmistrza Pragi-Południe.

Spośród niskich wód Wisły wyłonił się tajemniczy wrak. Wystające nad wodę kawałki złomu najprawdopodobniej należą do parostatku „Bajka”. Był to niezwykle luksusowy statek, który odegrał znaczącą rolę podczas Powstania Warszawskiego. To na nim został stworzony m.in. punkt opatrunkowy. Niestety, „Bajka” została zatopiona przez niemieckich żołnierzy, a następnie przysypana gruzem z kamienic Czerniakowa. Dopiero teraz niski stan rzeki pozwolił dostrzec jego pozostałości.



1 września br. rusza możliwość rejestracji pielgrzymów z Diecezji Warszawsko-Praskiej na Światowe Dni Młodzieży Kraków 2016. Wystarczy wypełnić

i wysłać odpowiedni formularz, udostępniony na stronie internetowej Diecezjalnego Centrum ŚDM. Rejestracja jest możliwa zarówno dla grup, jak i osób indywidualnych. Przy szacowaniu kosztów uczestnictwa w ŚDM 2016 należy wziąć pod uwagę nie tylko koszt pakietu pielgrzymstwa, ale także transport do/z Krakowa oraz opłatę na Fundusz Solidarnościowy w wysokości 10 euro. Informacje i formularze dostępne są na: diecezja.waw.pl (zakładka Aktualności).

W Łazienkach Królewskich trwa Festiwal Światła. W Amfiteatrze można nie tylko podróżować z muzyką przez 5000 lat chińskiej cywilizacji, ale również podziwiać nastrojowo rozświetlony lampionami Ogród Chiński. Kultura Dalekiego Wschodu jest bowiem tematem Festiwalu Światła. W kolejne fe-

stiwalowe niedziele 9-23 sierpnia o godzinie 19.00 w Ogrodzie Chińskim odbędą się koncerty muzyki orientalnej.

5 sierpnia 1864 roku na południowych stokach Cytadeli Warszawskiej w obecności 30 tys. warszawiaków, na mocy wyroku sądu carskiego zostali straceni: ostatni przywódca Powstania Styczniowego Romuald Traugutt oraz czterech członkowie kierowanego przezeń Rządu Narodowego: Rafał Krajewski, Józef Toczyński, Roman Żuliński i Jan Jeziorański. W 151. rocznicę tej egzekucji – 5 sierpnia br. odbyła się uroczystość patriotyczna *Na stokach Cytadeli...* Po koncercie pieśni z Powstania Styczniowego otwarto galerię plenerową rzeźb członków Rządu Narodowego i złożono kwiaty w celi Traugutta.

(ab) (ar) (dwp) (um) (wm)

ZAPROSZENIA DLA MIESZKAŃCÓW

- **Centrum Promocji Kultury dla Pragi-Południe ul. Podskarbińska 2 – 8.08. godz. 18.00** – Wernisaż wystawy pt. „Potwór z Loch Ness – świat nie z tej legendy” Wojciecha George’a Zameckiego. Wystawa czynna do 16.08. br.; **9.08. godz. 20.00** – „Przy świetle księżyca – w ogrodzie CPK”. Najpiękniejsze utwory operowe i operetkowe w mistrzowskich wykonaniach. Wstęp wolny; **12.08. godz. 21.15** – Muszla Koncertowa w Parku Skaryszewskim im. I. J. Paderewskiego. **Filmowa Stolica Łata** – Kino Plenerowe w Parku Skaryszewskim: „Czarny Łabędź” (dramat psychologiczny), USA 2010. Wstęp wolny; **15.08. godz. 18.00** – Muszla Koncertowa w Parku Skaryszewskim im. I. J. Paderewskiego. „Pieśni z mojego kraju” – koncert patriotyczny. W programie m.in. utwory Fryderyka Chopina, Stanisława Moniuszki, Ignacego Jana Paderewskiego i Mieczysława Karłowicza. Wstęp wolny; **19.08. godz. 18.00** – Muszla Koncertowa w Parku Skaryszewskim im. I. J. Paderewskiego. Kino Plenerowe: „Step up-Revolution” (melodramat muzyczny). Wstęp wolny; **22.08. godz. 20.00** – „Przy świetle księżyca – w ogrodzie CPK”. Najpiękniejsze utwory operowe i operetkowe. Wstęp wolny; **23.08. godz. 18.00** – Muszla Koncertowa w Parku Skaryszewskim im. I. J. Paderewskiego. „Sous le ciel” czyli jazzowa zwiewność i liryzm francuskiej piosenki w koncercie Kasi Karasek Gomez z zespołem. Wstęp wolny; **26.08. godz. 18.30** – Klub Mola Książkowego. Wstęp wolny;
- **Dom Spotkań z Historią ul. Karowa 20** – Wakacyjny dyżur warszawianistyczny – **9.08. godz. 12.00** – Bielany (wycieczka rowerowa), przewodnik Kacper Gontar, zbiórka: przed kościołem Niepokalanego Poczęcia NMP w Lesie Bielańskim; **16.08. godz. 12.00** – Stara Praga (wycieczka rowerowa), przewodnik: Katarzyna Chudyńska-Szuchnik (WarsOff), zbiórka: ul. Ratuszowa 2 (pod Café 8 Stóp); **23.08. godz. 16.00** – Stare Miasto (spacer), przewodnik: Piotr Wierzbicki (Warszawa na wrywki), zbiórka: pod kolumną Zygmunta (między kolumną a mostem gotyckim);
- **Kino samochodowe w Wawrze, Centrum Targowe przy ul. Marsa 56 C – 19.08. godz. 21.15** – „Pan i władca: na krańcu świata” z Russellem Crowe’em. Wstęp wolny;
- **Plenerowe Kino w Wesołej – 14.08. godz. 21.00** – Les Misérables – musical na podstawie powieści „Nędznicy” Wiktora Hugo; **21.08. godz. 21.00** – „Szybcy i wściekli 6”. Wstęp na seanse jest bezpłatny;
- **Klub Iskra Pole Mokotowskie, ul. Wawelska 5, każda sobota, godz. 12.00** – Cykl zajęć fitness FireWorkout prowadzonych przez Kasię Bigos oraz jej zespół; **każda niedziela, godz. 12.00-18.00** – Piknik Warszawski czyli lokalni wystawcy, restauratorzy oraz producenci z pysznym jedzeniem i polskim designem, animatorzy kultury z grami dla dorosłych i dzieci; **każda niedziela, godz. 21.00** – Cykl kina letniego we współpracy z Kinoteką, z filmami Davida Finchera; **każdy poniedziałek, godz. 20.00** – Stand-up Comedy, organizowany przez Stand-up Polska. Na każdy wieczór przygotowywany jest autorski repertuar;
- **Kino latem pachnące. Wola Park – 8.08. godz. 21.00** – film „Rejs” reż. Marek Piwowski; **Park Moczydło – 15.08. godz. 21.00** – film „Zapach psiej sierści” (1981r.), reż. Jan Batory;
- **Wola, ul. Wolska 76 (przy kościele św. Wojciecha) – 9.08. godz. 14.15** – spacer „Wola – powstańcze walki i zagłada ludności cywilnej” w ramach cyklu spacerów „Wyprawy szlakiem powstańczej Warszawy” org. przez Muzeum Dulag 121. Zapisy pod tel. (22) 758-86-63; kom. 696 591 295; e-mailem: dulag@dulag121.pl.
- **Ochota, róg ulic Grójeckiej i Niemcewicza – 23.08. godz. 14.00** – spacer „Wyprawa po powstańczej Ochocie”. Zwiedzanie miejsc walk żołnierzy IV Obwodu AK, Reduty Kaliskiej i Reduty Wawelskiej. Poznanie losów ludności cywilnej Ochoty pacyfikowanej przez oddziały RONA dow. przez SS-Brigadeführera Kamińskiego. Zapisy pod tel. (22) 758-86-63; kom. 696-591-295; e-mailem: dulag@dulag121.pl.

TEATR MUZYKA WARSZTATY SZTUKA



SIERPIEŃ 22-23
WRZESIEŃ 05-06

www.otwartazabkowska.pl - fb/OtwartaZabkowska

Zadanie zostało zrealizowane dzięki wsparciu finansowemu Miasta Stołecznego Warszawy

organizatorzy:



MIASTO
STOŁECZNE
WARSZAWA

teatr
powszechny
Teatr, który się wtrąca
Zygmunt Hübner

koneser
CENTRUM PRASO

NADAYE
Fundacja Muzyki Nowej

hokus:pokus



Taniej, ale za pięć lat

Główna Dyrekcja Dróg Krajowych i Autostrad zakończyła postępowania przetargowe i wybrała trzech wykonawców, odpowiedzialnych za dokończenie południowej obwodnicy Warszawy, która przetnie Wawer i mostem na Wiśle połączy go z Wilanowem i Ursynowem. Z kalkulacji wynika, że rozstrzygnięcie przetargu przyniesie stolicy duże oszczędności. GDDKiA zapłaci za planowany odcinek obwodnicy ok. 2,5 mld zł, a więc prawie 2 mld mniej niż zakładano we wstępnym kosztorysie. Nie obyło się jednak bez kłopotów i protestów przegranych firm.

Uzyskanie tak dobrych ofert było możliwe dzięki zastosowaniu w przetargu formuły „projektuj i buduj”, która umożliwiła zwyciężcom firmom zaproponowanie własnych rozwiązań technologicznych, pozwalających na obniżenie kosztów budowy. Urzędnicy sprawdzili dokładnie oferty pod względem kosztów, a każdemu z wykonawców, co do których pojawiły się podejrzenia o rażąco niskie ceny, GDDKiA zadała dodatkowo od 100 do 120 pytań. Wykonawcy przedstawili łącznie 37 tys. stron dokumentacji wyjaśniającej. Weryfikacji podlegały także zaproponowane rozwiązania technologiczne, umowy z podwykonawcami oraz kontrakty na dostawę materiałów budowlanych czy dostępność odpowiedniego sprzętu.

Pytaniami została zasypana także GDDKiA, oferenci przygotowując się do składania ofert cenowych zadali ponad 2,4 tys. pytań m.in. na temat monitoringu budynków i występowania wody gruntowej, dokładnych parametrów wiaduktów czy przepustów. Ostatecznie w przetargu wybrano trzy firmy, które podzieliły między siebie 18-kilometrowy odcinek obwodnicy: włoską firmę Astaldi, turecki Gülermak oraz Warbud.

Nie obyło się jednak bez kłopotów oraz opóźnień. Niskie koszty inwestycji zostały zaskarżone przez przegrane firmy. Pozytywne rozstrzygnięcie dla GDDKiA oraz zielone światło

zastosowaniu rozwiązań technologicznych, zaproponowanych przez wykonawców. W związku z protestami opóźnił się termin podpisania umów z wykonawcami z lipca na wrzesień 2015.



dla inwestycji dała Krajowa Izba Odwoławcza oraz zespół arbitrów badających zarzuty. Postępowanie odwoławcze trwało trzy tygodnie. KIO uznała jednak, że tak niskie koszty są możliwe przy

Drogowcy muszą poczekać jeszcze na wyniki kontroli, jaką prowadzi Urząd Zamówień Publicznych. Przygotowanie wszystkich niezbędnych dokumentów i projektów potrwa rok, a więc

planowane otwarcie obwodnicy przesunie się na przełom lat 2019/2020.

Przeznaczony do realizacji odcinek obwodnicy będzie posiadał dwie jezdnie po trzy pasy ruchu z pasami awaryjnymi. Wyjątek stanowić będą tunel pod Ursynowem i most przez Wisłę, gdzie jezdnie zwiężą się do dwóch pasów ruchu.

Przeprawa po prawej stronie przebiegać będzie przez Wawer i przetnie Mazowiecki Park Krajobrazowy – tutaj droga zawieszona zostanie na estakadach. Odcinek o długości prawie 8 kilometrów wybuduje Warbud za 561 mln złotych. Trasa będzie wiodła od Wału Miedzeszyńskiego do planowanego węzła Lubelska na Majdanie. Dłuższy odcinek wraz mostem na Wiśle przypadł w udziale Gülermakowi. Tutaj też była największa różnica w ofercie i wycenie GDDKiA. Turcy zaproponowali za niecałe 7 kilometrów drogi od Przyczółkowej do Wału Miedzeszyńskiego wraz z przeprawą przez rzekę 757 mln zł, przy kosztorysie wynoszącym 1,7 mld zł. Najdłuższy, choć o najkrótszym przebiegu bo zaledwie 4,6 km, będzie odcinek na Ursynowie od Puławskiej do Przyczółkowej. Ratusz zapłaci za niego nieco ponad 1,2 mld zł. Tak wysokie koszty generuje planowany na tym odcinku najdłuższy w Polsce tunel (ok. 2,3 km) poprowadzony m.in. pod I linią metra. Tunel pod powierzchnią będzie zaczynał się między ulicami Indiry Gandhi i Witolda Pileckiego, a kończył na skarpie, za ul. Nowoursynowską. Jednak i tu udało się zaoszczędzić 400 mln zł.

Judyta Starkówna

Ponad wszelkie rozumy

Się porobiło: od 18 maja obowiązują znacznie ostrzejsze przepisy prawa drogowego i od tego czasu (do 30 czerwca) w samej tylko Warszawie „niebiescy” zarekwirowali 339 praw jazdy. Mogą zabrać np. za przewożenie większej liczby osób niż przewiduje to dowód rejestracyjny, ale nie oszukujemy się. Koszeniu podlegają ci, którzy jadą w mieście więcej niż 50 km ponad dopuszczoną prędkość.

późnym wieczorem i w nocy, puściutkich. A wtedy noga drewnieje i słupy przyjemnie migają coraz szybciej... Sprytne ustawiona „suszarka” albo nawet i stacjonarny warkocz z zadowolenia. Tu pięćdziesiąt ponad limit, a tu nawet 70. „Zamyśliłem się”, „śpieszyłem się”, nawet nie wiedziałem, że tu jeszcze jakieś poważne ograniczenie funkcjonuje.... Jeźdź w miarę szybko. Wkurza mnie wlokący się mełepeta. Ale



fol. archiwum

Któż tak pędzi? Z tych 339 przypadków odebrania prawa jazdy, aż 50 miało miejsce na Pradze-Południe. Następny w kolejności jest Mokotów – 28. Ale ale, nie wyciągamy pochopnych wniosków. Jak podsumujemy wszystkie dzielnice, to okaże się, że lewobrzeżna Warszawa „leje” prawobrzeżną – w stosunku 207 do 132. Bo w Rembertowie odebrano tylko 4 prawa jazdy, a w Wesołej 7. Czy tu u nas szaleje się najedli. Nie sądzę. Praga-Południe ma sporo tras wylotowych. Szerokich, dwupasmowych. W ciągu dnia zatłoczonych, o świcie,

nieodmiennie zadziwia skaczący z pasa na pas pędzący białą strzałą przedstawiciel handlowy, kurier w dostawczaku czy oczywiście ABS w BMDabliu. Myślę wtedy, że albo tym ludziom rozum odebrało albo nie było co odbierać. I wtedy jestem za tymi wszystkimi „niebieskimi” w krzakach i za żółtymi na wysięgnikach... Po 18 maja wyraźnie ludzie zwolnili. Ale nie wszyscy – ci nadal pędzą ponad wszelkie rozumy. Według danych Komendy Stołecznej Policji na dzień 3.08.br. w Warszawie zostało już odebranych 928 praw jazdy! (t)

REKLAMA

REKLAMA

Spółdzielnia Mieszkaniowa „Międzynarodowa” Warszawa
ul. Międzynarodowa 44 ogłasza przetarg nieograniczony na:

Dostawę i montaż urządzeń zabawowych na plac zabaw przy
ul. Międzynarodowej 32 – 34 – 32/34A, Międzynarodowej 38 – 40 – 38/40A
oraz Międzynarodowej 58/60A – 64/66A.

Informacje o szczegółach przetargu zawarte są na stronie internetowej
Spółdzielni www.miedzynarodowa.waw.pl

ASOS 2014-2020

Rządowy Program na rzecz Aktywności Społecznej
Osób Starszych na lata 2014-2020

Ministerstwo Pracy i Polityki Społecznej

PRAGA
OPS
POŁUDNIE

**Zaproszenie do udziału w programie
„Nowa Jakość dla Seniora”**

Krajowy Instytut Gospodarki Senioralnej w partnerstwie
z Ośrodkiem Pomocy Społecznej Dzielnicy Warszawa Praga-Południe
realizują zadanie dotyczące polepszenia dostępu i jakości usług
opiekuńczych dla osób starszych.

Zapraszamy do udziału w programie „Nowa Jakość dla Seniora”.
Preferowane są osoby powyżej 60 roku życia korzystające z usług opiekuńczych
z podziałem na grupy wiekowe 60-65, pow. 65 do 80 i pow. 80 lat.

Efekt projektu: opracowanie kryteriów dostępności
i zasad certyfikacji usług opiekuńczych.

Udział w projekcie „Nowa Jakość dla Seniora” jest bezpłatny.

Swoje zgłoszenie **można zostawić** w OPS Dzielnicy Warszawa Praga-Południe
na ul. M. Pacy 42 wejście A od poniedziałku do piątku
w godz. 9:00-16:00.



Organizator projektu:

„Nowa Jakość dla Seniora”
Projekt współfinansowany ze środków Rządowego Programu na rzecz
Aktywności Społecznej Osób Starszych na lata 2014-2020

MAR PLAST

OKNA DRZWI

BRAMY garażowe

ROLETY PARAPETY

**Pod miastem najtaniej.
SPRAWDŹ!!!**

WIELGOLAS BRZEZIŃSKI 30A, 05-074 Halinów
tel. 22 760 40 16, e-mail: biuro@okna-marplast.pl
www.okna-marplast.pl

Na hasło „KUPUJ Z MIESZKAŃCEM” dodatkowe RABATY!

Szafy wewnętrzne



Szafki kuchenne, Garderoby, Pawlacze,

a.milczarek@falawsh.com.pl tel 519148070



Dla naszych klientów

- montaż
- projekt zabudowy
- doradztwo
- wycena
- dojazd
- ponad 120 kolorów



Wys. 180cm
szer. 80cm
głęb. 62cm

*Cena uzależniona od wyposażenia i użytych materiałów

**ZAKŁAD USŁUG
TAPICERSKICH I STOLARSKICH**

d. „REDOM”

ul. Walecznych 76,
tel./fax 22 617-23-33
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. 7:00-18:00, sob. 9:00-14:00

**KORTY
TENISOWE**

Ognisko TKKF

„Olszynka 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-olszynka.pl

**PRZYJMujemy ZAPISY
NA ABONAMENTY
NA SEZON LETNI!**

PARKINGOWY ZAWRÓT GŁOWY

Korki i brak miejsc parkingowych – to dwie wielkie zmary stołecznych kierowców. O korkach, chociażby w kontekście zamknięcia Trasy Łazienkowskiej, pisaliśmy całkiem niedawno. Dziś kilka przykładów absurdów i problemów z parkowaniem.



1. ul. Białobrzeska

To nie jest temat obcy „Mieszkańcowi”. Przypomnijmy, że w tym roku poruszaliśmy już sprawę potrzeby uporządkowania dzikiego („dzikiego” zarówno w formie organizacyjnej,

miejsce niedaleko naszej Redakcji i często słyszymy, jak kierowcy skarżą się na jego stan, gdyż obawiają się utraty zawieszenia swoich aut...

Albo weźmy innego rodza-



2. ul. Bracławska

jak i infrastrukturalnej) parkingu wzdłuż ul. Grenadierów na odcinku od ul. Majdańskiej do al. Stanów Zjednoczonych. To

ju kuriozum z Grochowa – parkowanie na chodniku w rejonie ul. Fundamentowej i Świętosławskiej (zdjęcie nr 3). Brak

miejsce parkingowych nie może być przyzwoleniem dla łamania prawa i tak bezpardonowego zajmowania przez kierowców miejsca przeznaczonego dla pieszych. Tym bardziej, że sytuacja pokazana na zdjęciu powtarza się notorycznie. – Czy tutaj Straż Miejska nie zagląda? – pytają nas retorycznie mieszkańcy pobliskich budynków. Fakt, o tym



3. ul. Fundamentowa

miejsu też pisaliśmy rok, albo dwa lata temu i jak widać nie należy ono do ulubionych rejonów patrolowanych przez funkcjonariuszy Straży Miejskiej...

A skoro już jesteśmy przy służbach i funkcjonariuszach, to warto pokazać przykład zupełnie nieprzemysłany z lewej strony Wisły. Oto w głębi, parking (zdjęcie nr 1), który wiele lat temu został przydzielony ochockiej Policji z komisariatu u zbiegu ul. Białobrzelskiej i Opaczewskiej. Policyjne wozy stoją głównie od strony ul. Opaczewskiej, a widniejący na zdjęciu parking świeci pustkami. Tymczasem, żeby prywatny kierowca mógł znaleźć wolne miejsce w pobliżu, to musi mieć porządnego farta...

Przykładów na nieprzemysłane, szkodliwe, a wręcz głupie decyzje speców od komunikacyjnej infrastruktury jest wiele. Oto bardzo świeży obrazek z ul. Bracławskiej, z Przyczółka Grochowskiego. To także osiedle, na którym znalezienie wolnego miejsca postojowego urasta do rangi codziennego problemu. Kilka miesięcy temu stanęło tu trochę słupków ograniczających możliwości parkowania. I o ile z usytuowaniem niektórych można się zgodzić, o tyle

naprawdę trudno zrozumieć jaką ideę miał na myśli autor pomysłu wbicia słupka w „kopertę” (zdjęcie nr 2)...

Wielu kierowców uważa, że od kilku ładnych lat władze Warszawy toczą z nimi jakąś cichą wojenkę. A to ograniczając ruch prywatnym autom poprzez wprowadzanie kolejnych buspasów, a to poprzez likwidację miejsc parkingowych, a to przez pomysły zakazu wjazdu do centrum starszych samochodów... Powyższe przykłady wskazują, że może i faktycznie problemy z jakimiś borykają się prywatni kierowcy, nie są dla Miasta najważniejszymi do rozwiązania...

ar



Pędzelkiem MIESZKAŃCA

Jacek Frankowski



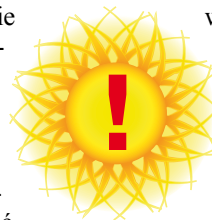
Uff, jak gorąco!

Urząd m. st. Warszawa ostrzega przed falami upałów. Według prognoz Instytutu Meteorologii i Gospodarki Wodnej temperatura w stolicy może osiągnąć nawet 38 st. C.

W związku z podwyższonym ryzykiem pogorszenia stanu zdrowia należy ograniczyć przebywanie na nasłonecznionym, otwartym terenie w godzinach popołudniowych. Dotyczy to zwłaszcza dzieci i osób starszych, oraz z chorobami układu krążenia, które powinny pozostać w budynkach w godzinach 10.00-15.00. Podczas upałów nie powinno się spożywać alkoholu. Warto także zmienić jadłospis na lekkostrawne, mało

obfite potrawy. Należy pamiętać również o zwierzętach. Nie wolno pozostawiać ich w nasłonecznionych miejscach np. w zamkniętych samochodach i koniecznie trzeba zapewnić im wodę do picia. Upały mogą utrzymywać się nawet do wtorku i sięgać prawie 40 st. C. Szczegółowe prognozy dostępne są na stronie Instytutu Meteorologii i Gospodarki Wodnej (www.pogodynka.pl).

(um)



REKLAMA

REKLAMA

Pożyczka ekspresowa
od 300zł do 6000zł
wystarczy dowód osobisty
gotówka w jeden dzień

EdenFinance
Wysoka kultura pożyczania

Infolinia: **797 705 110**
*koszt połączenia wg taryfy operatora.

OKNA • ROLETY
OKNA PCV – rabat 40%
Szyba termoizolacyjna k=1,0

• Maty bambusowe • Żaluzje • Verticale
MONTAŻ GRATIS! RATY!

ul. Patriotów 237 tel. 615-40-40, tel. 698 684 133
e-mail: biuro@oknamaro.pl www.oknamaro.pl
Z tym KUPONEM rabat na rolety 10%

NAPRAWA

• Pralki automatyczne
- Ardo, Ariston, Candy, Indesit, Polar, Whirlpool itp.

• Zmywarki
• Maszyny do szycia
• Zmech. Sprzęt AGD

- Roboty kuchenne - Suszarki
- Żelazka - Czajniki
- Odkurzacze elektryczne

Serwis gwarancyjny firm BRAVO - ADA, LIBELLA, MPM PRODUCT

SZYBKO SOLIDNIE GWARANCJA
Zapraszamy: pon.-pt. godz. 9-17
sobota godz. 9-13

PRAL-MASZ
WARSZAWA - GROCHÓW
ul. Kobielska 75
róg Kickiego
Tel. 870 42 42
0-501 774 934

Hurtownia Optyczna HURT-DETAL
Okulary tylko 49 zł

Oprawa + szkła + robocizna
(sph. od -4.0 do +4.0 dpr.)
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

MAGICZNY ŚWIAT DZIECKA

NOWO OTWARTE PRZEDSZKOLE – WARSZAWA TARCHOMIN!
PRZEDSZKOLE DLA WYMAGAJĄCYCH RODZICÓW Z INTEGRACJĄ SENSORYCZNĄ!

Jeśli chcesz, aby Twoje dziecko:

- rozwijało się pod okiem genialnych specjalistów
- Miało codziennie zajęcia sportowe i ruchowe
- realizowało się artystycznie
- odkrywało swoje talenty
- kształciło się poprzez codzienne obcowanie ze sztuką
- już dziś zdobywało umiejętności, które pomogą mu realizować się w dorosłym życiu

lub

- potrzebuje terapii za pomocą Integracji Sensorycznej,

Zapisz je do Magicznego Przedszkola... Resztę, zrobimy my!

Tel. 600 662 194
www.magicznyswiatdziecka.pl

CZESNE TYLKO 790 ZŁ!

AGENCJA MIKROL NIERUCHOMOŚCI

- MIESZKANIA DEVELOPERSKIE
- ✓ ponad 100 inwestycji
- ✓ PROWIZJA 0%
- KUPNO – SPRZEDAŻ – WYNAJEM
- ✓ rynek wtórny
- Pomoc finansowa, prawna, MDM

ul. Jarocińska 17
tel. (22) 879-79-13
www.nieruchomosci-mikrol.pl

Spółdzielnia Mieszkaniowa „Gocław-Lotnisko”

ogłasza przetarg nieograniczony na wymianę instalacji ciepłej i zimnej wody oraz cyrkulacji ciepłej wody z rur stalowych na rury z polipropylenu, łączone za pomocą zgrzewania w budynku mieszkalnym wielorodzinnym przy ul. Okulickiego 11 w Warszawie.

Szczegóły na stronie internetowej www.smgl.com.pl

Uniwersytet Trzeciego Wieku działający na warszawskiej Pradze-Południe

w dniach **17 i 20 sierpnia**
oraz **7 i 21 września**
w godzinach **12.00-13.00**
w **Domu Kultury przy ul. Brukselskiej 23** w Warszawie
przyjmuje zapisy nowych słuchaczy
(niezbędne 1 zdjęcie do legitymacji, wpisowe za cały rok 200 PLN).

Masz szansę zdobyć interesującą wiedzę, nawiązać nowe kontakty, zwiedzać stolicę i ciekawe miejsca w kraju, bawić się i integrować.

Więcej informacji o działalności na stronie www.ecu.edu.pl.

Zainteresowanych - zapraszamy serdecznie!

Metal-Market
HURT DETAL
NARZĘDZIA, art. METALOWE

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

NARZĘDZIA • ŚRUBY • ZAMKI • LINKI

własny parking **P**

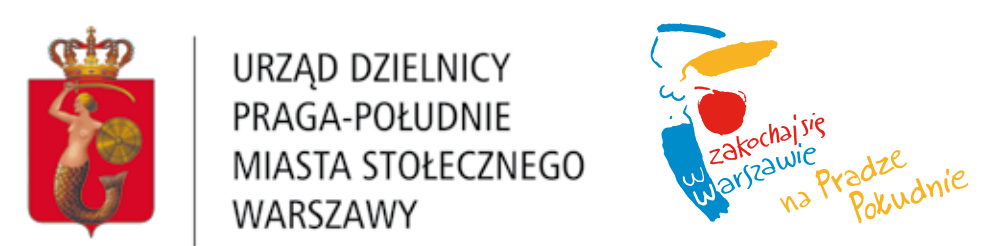
TAPICER

* 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

RADIO Warszawa
106,2 FM



Szanowni Mieszkańcy!

Informuję, że rozpoczyna się nabór kandydatów na członków Rady Seniorów Dzielnicy Praga-Południe m.st. Warszawy.

W załączeniu przekazuję ogłoszenie o naborze kandydatów na członków Rady Seniorów wraz z formularzem zgłoszeniowym kandydata oraz załącznikami, które można pobrać w Wydziale Obsługi Mieszkańców Urzędu Dzielnicy Praga-Południe m.st. Warszawy przy ul. Grochowskiej 274 lub ze strony internetowej www.pragapld.waw.pl, oraz w:

- Centrum Promocji Kultury, ul. Podskarbińska 2;
- PROM'ie KULTURY SASKA KĘPA, ul. Brukselska 23;
- Klubie Kultury Seniora, ul. Pawlikowskiego 2;
- Bibliotece Publicznej im. Zygmunta Jana Rumla w Dzielnicy Praga-Południe m.st. Warszawy, ul. Meissnera 5;
- Ośrodka Pomocy Społecznej Dzielnicy Praga-Południe m. st. Warszawy, ul. Wiatraczna 11;
- Ośrodka Sportu i Rekreacji Praga-Południe, ul. Siennicka 40 (od dnia 10.08.2015 r.);
- Centrum Wspierania Aktywności Lokalnej CAL, ul. Paca 40.

Tomasz Kucharski
Burmistrz Dzielnicy Praga-Południe
m.st. Warszawy

OGŁOSZENIE
o naborze kandydatów na członków
Rady Seniorów Dzielnicy Praga-Południe m.st. Warszawy

Zgodnie z postanowieniami Statutu Rady Seniorów Dzielnicy Praga-Południe m.st. Warszawy nadanego Uchwałą Nr 65/XI/2015 Rady Dzielnicy Praga-Południe m.st. Warszawy z dnia 23 czerwca 2015 r. w sprawie utworzenia Rady Seniorów, Zarząd Dzielnicy Praga-Południe m.st. Warszawy ogłasza nabór kandydatów na członków Rady Seniorów Dzielnicy Praga-Południe m.st. Warszawy.

1. Przedstawicielem mieszkańców Dzielnicy w Radzie Seniorów może zostać osoba zamieszkała na terenie Dzielnicy Praga-Południe m.st. Warszawy, która ukończyła 60 lat i spełniająca wymogi określone w punkcie 2 Ogłoszenia.
2. Zgłoszenia kandydatów na członków Rady Seniorów Dzielnicy Praga-Południe m.st. Warszawy należy dokonać na formularzu zgłoszeniowym, stanowiącym załącznik do niniejszego Ogłoszenia, zawierającym:

- 1) imię, nazwisko, adres zamieszkania oraz PESEL kandydata;
- 2) krótką notę biograficzną kandydata;
- 3) zgodę kandydata na zgłoszenie jego kandydatury;
- 4) zgodę kandydata na przetwarzanie jego danych osobowych w celach związanych z kandydowaniem do Rady Seniorów;
- 5) oświadczenie kandydata o niekaralności;
- 6) listę poparcia co najmniej 15 osób w wieku powyżej 60 lat zamieszkałych na terenie Dzielnicy, zawierającą imię, nazwisko, adres zamieszkania, PESEL, podpis oraz zgodę na przetwarzanie danych osobowych w celach związanych z wyborem przedstawicieli mieszkańców Dzielnicy do Rady Seniorów.

3. Zgłoszenia przyjmowane będą do dnia 25.09.2015 r. w Wydziale Obsługi Mieszkańców w godzinach pracy w siedzibie Urzędu Dzielnicy przy ul. Grochowskiej 274 w Warszawie.

4. Niezwłocznie po upływie terminu zgłaszania kandydatów Burmistrz Dzielnicy ogłasza listę kandydatów, która jest zamieszczana na stronie internetowej Urzędu Dzielnicy, na tablicy ogłoszeń Urzędu i jednostek organizacyjnych Dzielnicy, oraz przekazuje się lokalnym organizacjom pozarządowym.

5. W przypadku zgłoszenia liczby kandydatów przekraczającej dwukrotnie liczbę przedstawicieli mieszkańców wskazaną w § 3 ust. 1 Statutu Rady Seniorów Dzielnicy Praga-Południe m.st. Warszawy, Burmistrz organizuje otwarte spotkanie wyborcze w ciągu 14 dni od dnia ogłoszenia wyników naboru kandydatów.

6. Celem spotkania wyborczego jest prezentacja kandydatów i ustalenie w formie głosowania jawnego ostatecznej listy kandydatów obejmującej maksymalnie dwukrotność liczby przedstawicieli mieszkańców wskazanej w § 3 ust. 1 Statutu Rady Seniorów Dzielnicy Praga-Południe m.st. Warszawy. W przypadku równej liczby głosów oddanych na poszczególnych kandydatów, decyduje losowanie zorganizowane przez Burmistrza na spotkaniu wyborczym.

7. Spotkanie wyborcze kończy się głosowaniem selekcyjnym. Każda osoba obecna i uprawniona do głosowania - łącznie z kandydatami, głosuje na nie więcej niż trzy osoby. Ze spotkania wyborczego sporządza się protokół w dniu tego spotkania.

8. W ciągu 7 dni od spotkania wyborczego, ostateczną listę kandydatów, w liczbie określonej w pkt 9, wraz z krótkimi informacjami o nich, ogłasza się na stronie internetowej i tablicach ogłoszeń Urzędu Dzielnicy Praga-Południe, jednostek organizacyjnych Dzielnicy, w prasie lokalnej oraz przekazuje lokalnym organizacjom pozarządowym.

Szczegółowe informacje dostępne są na stronie internetowej www.pragapld.waw.pl w zakładce Rada Seniorów Dzielnicy Praga-Południe.

Załącznik do ogłoszenia:
Formularz zgłoszeniowy kandydata na członka Rady Seniorów Dzielnicy Praga-Południe m.st. Warszawy.

**Formularz zgłoszeniowy kandydata
na członka Rady Seniorów Dzielnicy Praga-Południe m.st. Warszawy**

I. Dane kandydata

Imię, nazwisko	
Data urodzenia	
PESEL	
Adres zamieszkania	
Adres do korespondencji	
Nr telefonu	
Adres e-mail	
Krótka notka biograficzna kandydata na członka Rady Seniorów Dzielnicy Praga-Południe m.st. Warszawy:	

II. Oświadczenia kandydata:

- Ja, niżej podpisany(a)
1. Oświadczam, że wyrażam zgodę na zgłoszenie mojej kandydatury na członka Rady Seniorów Dzielnicy Praga-Południe m.st. Warszawy
-
(miejscowość, data) (czytelny podpis kandydata)
2. Zgodnie z ustawą z dnia 29 sierpnia 1997 r. o ochronie danych osobowych wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych zawartych w niniejszym formularzu na potrzeby naboru kandydatów na członków do Rady Seniorów Dzielnicy Praga-Południe m.st. Warszawy, jak również w celu pełnienia funkcji członka Rady Seniorów Dzielnicy Praga-Południe m.st. Warszawy.
-
(miejscowość, data) (czytelny podpis kandydata)
3. Oświadczam, że nie byłem/byłam karany/a za przestępstwo umyślne.
-
(miejscowość, data) (czytelny podpis kandydata)

III. Lista poparcia kandydata
(imię i nazwisko)
na członka Rady Seniorów Dzielnicy Praga-Południe m.st. Warszawy

Lp.	Imię i nazwisko	Adres zamieszkania	PESEL	Wyrażenie zgody na przetwarzanie danych osobowych* TAK/NIE	Podpis
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					
14					
15					
16					
17					
18					
19					
20					

* Zgodnie z ustawą z dnia 29 sierpnia 1997 r. o ochronie danych osobowych wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych w celach związanych z wyborem przedstawicieli Dzielnicy Praga-Południe m.st. Warszawy

DAM PRACĘ

● Firma PGP SA zatrudni doręczycieli pocztowych/kurierów. 1800 brutto+provizja. Praca od zaraz. Kontakt: 798-770-886, praca.warszawa@pgpsa.pl, www.pgpsa.pl Praga Pld.

FINANSE

● Elastyczna pożyczka do 25 000 zł. Tel. 663-271-508
● Pożyczki w 24h (także z komornikiem). Tel. 790-564-948

www.podatkiizglowy.pl

KUPIĘ

● AAA, Antyki wszelkie za gotówkę oraz znaczki, monety, medale. Tel. 516-400-434

● Płyty winylowe. Książki używane. Tel. 798-631-511

MEDYCZNE

● Alkoholowo - narkotykowe odtrucia, Esperal. Tel. 22 671-15-79, 22 613-98-37

NAUKA

● Matematyka, dojazd. Tel. 501-510-709
● Pomoc i nauka w obsłudze komputera, internetu i komórki. Osoby starsze - promocja! Student. Tel. 533-404-404

NIERUCHOMOŚCI/kupię

● Kupię 1 lub 2-pokojowe w rozsądnej cenie, gotówka. Tel. 727-643-927

NIERUCHOMOŚCI/sprzedam

● Bezpośrednio dwie działki budowlane w Nowym Koniku Gm. Halinów. Tel. 728-925-966

PRAWNE

● Doradca Podatkowy - porady, kłopoty z urzędem skarbowym, wszystkie podatki, spadki, darowizny, aukcje, nieujawnione dochody, audyty Wspólnot Mieszkaniowych. 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. Ukośna. Tel. 22 613-04-30; 603-807-481

REKLAMA ————— REKLAMA

ZAKŁAD POGRZEBOWY



Całodobowo KOMPLEKSOWE USŁUGI
Kredytowanie pogrzebu w zasięgu ZUS
KONKURENCYJNE CENY
ul. Rechnińskiego (Gocław) - Biuro
ul. Floriańska 2 - Filia
500 253 842; 502 832 474
www.lethe.warszawa.pl

ZAKŁAD POGRZEBOWY

„ABROS”
Usługi kompleksowe
ul. Szaserów 137
tel./fax 22 610-02-17
kom. 602-26-26-75

CAŁODOBOWO

CAŁODOBOWO

CAŁODOBOWO

CAŁODOBOWO

CAŁODOBOWO

CAŁODOBOWO

CAŁODOBOWO

CAŁODOBOWO

CAŁODOBOWO

CAŁODOBOWO

CAŁODOBOWO

● Kancelaria Prawna, szeroki zakres usług. Czynna codziennie oprócz wtorków. Ul. Grochowska 207 (Universam, antresola od strony pętli autobusowej) www.kancelariaosica.pl; Tel. 509-959-444, 22 810-00-61 w. 252

RÓŻNE

● OPIEKA NAD GROBAMI W WARSZAWIE - TANIO I SOLIDNIE. TEL. 500-336-607

Poszukiwani świadkowie wypadku 16 stycznia 2015 r. na ul. Grochowskiej przy skrzyżowaniu z ul. Podskarbińską, okolice przystanku autobusowego Międzyborska (przy parku) ok. godz. 9.00 upadek kobiety na chodniku. Nagroda. Tel. 889-144-144

SPRZEDAM

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

TRANSPORT

● AAA wywóz gruzu, mebli, śmieci, gałęzi, itp., sprzątanie piwnic, wycinanie drzew, małe rozbiórki z załadunkiem. Tanio. Tel. 721-002-710
● Przeprowadzki 24h/7. Wywóz i utylizacja zbędnych mebli, przedmiotów z mieszkań i piwnic. Tel. 607-66-33-30
● Przeprowadzki w Warszawie. Cena do uzgodnienia. Tel. 721-109-114
● PRZEPROWADZKI. TEL. 722-990-444
● Transport - przeprowadzki - sam. o wymiarach -3,6 dł./2,0 wys. - kontener-winda, kraj, zagranica, konkurencyjne ceny. Tel. 502-904-764

TURYSTYKA

● MAZURY 7 DNI OD 540 ZŁ Z WYŻYWIENIEM, JEZIORO, LAS, KAMERALNIE. TEL. 89 621-17-80, WWW.SZCZEPANKOWO.PL

USŁUGI

● A A Tani Serwis Komputerowy 24h/7, Dojazd i Ekspertyza 02l. Tel. 504-617-837
● AAAAA Automatyczne pralki, zmywarki - krajowe, zachodnie. Naprawa. Tel. 609-105-940
● Anteny satelitarne, naziemne, nc+, Trwam, Polsat, tvn24, oraz dekodery telewizji naziemnej. Sprzedaż, montaż, naprawa. lemag-tvsat.waw.pl Tel. 22 815-47-25; 501-123-566
● ANTENY, TELEWIZORY - NAPRAWA. TEL. 602-216-943
● Cyklinowanie 3x, lakierowanie, super tanio, układanie, reperacje. Tel. 662-745-557
● Cyklinowanie, lakierowanie - Jacek Szpakowski. Tel. 22 872-93-03; 502-920-316

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;
22 836-69-16; 608-054-093
Załatwianie formalności w domu Klienta
www.mpuk.waw.pl

ARTYKUŁY POŚCIEŁOWE,
PIŻAMY, OBRUSY, RĘCZNIKI.

RĘCZNIK PLAŻOWY - 20 ZŁOTYCH

ul. Bora Komorowskiego 3 D,
Otwarte pn.-pt.godz.10-18,sob. 9-13

MARS GIPS
ul. SZPACZA 2 tel./fax 22 812 77 36
(tuż przy ul. MARSA)
marsgips@op.pl www.marsgips.pl
✓ MATERIAŁY
BUDOWLANE I WYKOŃCZENIOWE
✓ MIESZALNIA FARB
RABATY!!! TRANSPORT!!!
KONKURENCYJNE CENY – PROMOCJE
BUDUJESZ ■ REMONTUJESZ ■ MALUJESZ

MEBLE Z DREWNA
oferujemy: łóżka • materace • szafy • komody • biurka • witryny • stoły • krzesła
zestawy młodzieżowe • zabudowy...
5% obowiązuje rabat
Warszawa
ul. Płowiecka 25
(róg Świeckiej)
tel./fax 22 815 35 98
Czynne
pon.-pt. 10.00–18.00
sobota 10.00–14.00
www.meblesosnowe.eu | e-mail: meble@meblesosnowe.eu

● Cyklinowanie, układanie, lakierowanie, przekładanie parkietów - Jan Grzybowski. Tel. 22 810-70-88; 609-542-545
● Czyszczenie Karcherem dywanów, wykładzin, tapicerki. Tel. 694-825-760
● Czyszczenie tanio, profesjonalnie - dywanów, materacy, tapicerki meblowej i samochodowej. Tel. 502-928-147
● Dezynsekcja - skutecznie. Tel. 22 642-96-16
● Domofony, naprawa pralek, instalacje elektryczne. Tel. 601-93-68-05
Domowy hydraulik - 24h, awarie pieca, termy, kuchni, podłączenia, przeróbki, naprawy. Tel. 22 610-88-27; 604-798-744

● ELEKTRYCZNE. TEL. 504-618-888
● Elektryk. Tel. 511-440-094
● Hydrauliczne, gazowe, solidnie. Tel. 22-610-81-21, 607-773-106
● HYDRAULICZNE. TEL. 504-618-888
● Hydrauliczno-gazowe. Tel. 505-65-85-23

● HYDRAULIK. TEL. 502-031-257
● Hydraulika, ślusarstwo, pogotowie. Tel. 889-518-246
● Hydraulika, wod. kan.-gaz., piece, remonty, przeglądy gazowe, kominarskie. Uprawnienia. Tel. 694-747-213
● Klimatyzacja, wentylacja, oddymianie-montaż, projektowanie, serwis 24 h, sprzedaż urządzeń, kompleksowa obsługa, doradztwo techniczne, szybkie terminy realizacji, gwarancja. Tel. 502-904-708
● ŁODÓWEK NAPRAWA. TEL. 22 842-97-06; 602-272-464
● Łodówki, pralki, telewizory - naprawa. Tel. 694-825-760
● Malowanie, gładź. Tel. 518-646-543

NAPRAWA MASZYN DO SZYCIA
DOJAZD GRATIS
tel. 508-081-808

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

TADEX OPONY
Warszawa,
ul. Ostrobramska 38b
tel. 610 60 05
■ Montaż i wyważanie
RUN ON FLAT ■
■ Sezonowe przechowywanie i sprzedaż opon ■
■ Prostowanie felg ■

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

● Serwis. Tanio. Tel. 602-849-614

USŁUGI/porządkowe

● Pranie dywanów, mebli tapicerowanych, tapicerki samochodowych. Osobiście. Tel. 512-247-440

USŁUGI/remontowe

● Gładź, panele, malowanie. Tel. 609-982-675
● Malowanie, panele, wykładziny, drobne remonty. Tel. 601-20-33-13
● Malowanie, tapetowanie, panele. Tel. 22 615-76-97; 695-679-521
● Malowanie, tapetowanie, remonty. Tel. 501-028-073; 22 612-21-74
● Remonty a-z. Tel. 510-383-044
● Remonty a-z. Firma rodzinna. Realizacja małych i dużych zleceń. Zapewniamy: jakość, terminowość, uczciwość. Tel. 692-885-279
● Remonty kompleksowo i solidnie. Tel. 501-868-930, 502-218-778 www.remonty4u.pl
● TAPETOWANIE, MALOWANIE, GLAZURA. GŁOWACKI. TEL. 504-618-888
● Układanie, cyklinowanie, renowacja starych podłóg. Tel. 663-51-17-71

ZIELARSTWO

● Ziółko - Sklep Zielarsko-Medyczny ul. Komorska róg Jarościńskiej 48A. Zielarstwo - pełny asortyment, profesjonalne porady. Tel. 602-648-813

CHCESZ MIEĆ ŁATWY DOSTĘP DO INFORMACJI ZE SWOJEJ DZIELNICY? Jest na to proste rozwiązanie!

Wejdź na naszą stronę internetową: ...zapisz się do newslettera...

...co DWA TYGODNIE otrzymasz MIESZKANCA ON-LINE

z NAJŚWIEŻSZYMI informacjami na swoją SKRZYNKĘ MAILOWĄ



www.mieszkaniac.pl

REKLAMA

ZAKŁADY POGRZEBOWE



PEŁNY ZAKRES USŁUG NA TERENIE WARSZAWY I OKOLIC
(24h) 22 779 23 39, 500 33 99 33 www.exitus.com.pl

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

Dom Pogrzebowy „gojsey”
rok założenia 1987
POGOTOWIE POGRZEBOWE 24h
tel. 870-68-95
601 305 779; 601 99 59 59
Pełen zakres usług w kraju i zagranicą
Własna kaplica w Wawrze ul. Widoczna 6
Siedziba firmy: Warszawa Grochów
ul. Grenadierów 34 tel./fax 810 94 80
Nasza oferta w internecie
www.gojscy.pl; e-mail: info@gojscy.pl

posiadamy certyfikat
POLSKIEJ IZBY POGRZEBOWEJ

Marek Gojski
firmę prowadzi wspólnie z Hanną Gojską

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, www.mieszkaniac.pl Wydawca: P.W.U. „VARIA”, ul. Grenadierów 10, 04-062 Warszawa, tel. 22 810-64-12. Druk: „ODDI”. Materiałów nie zamówionych nie zwracamy. Za treść ogłoszeń, listów i artykułów sponsorowanych (AS) Redakcja i Wydawca nie odpowiadają.

Nakład: 42 000 egz.
Kontrolowany przez Związek Kontroli Dystrybucji Prasy.

Zwyrodnienie plamki żółtej – jak wykryć?

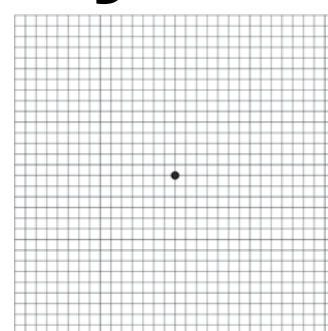
Wiele osób zastanawia się, dlaczego gorzej widzi czytając czy patrząc na bliskie przedmioty. Zazwyczaj potrzebne są okulary do patrzenia z bliska. Zdarza się jednak, że same okulary nie pomogą. Zwykle powodem jest zaćma. Jednak w niektórych przypadkach nawet zaćma nie jest wytłumaczeniem pogorszenia ostrości wzroku.



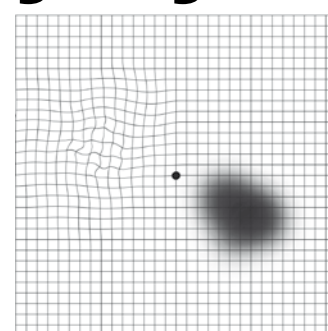
Schorzenia doprowadzające do uszkodzenia siatkówki w rejonie plamki żółtej powodują wystąpienie zniekształceń obrazu, obniżenia ostrości wzroku, ubytku w polu widzenia (mroczka centralnego), zaburzeń widzenia barw. Takie objawy występują m.in. w: zwyrodnieniu plamki żółtej, zakrzepie żyły albo zatorze tętnicy środkowej siatkówki oraz retinopatii. O ile zator czy zakrzep pojawia się nagle i znacznie obniża ostrość wzroku, to zwyrodnienie plamki następuje wolno. Jeżeli dotyczy tylko jednego oka, może być długo niezauważone. Zwyrodnienie plamki żółtej zwykle związane jest z wiekiem. Jest to przewlekła, postępująca choroba oczu, występująca u osób po 50 roku życia. W wyniku tej choroby dochodzi do uszkodzenia centralnej części siatkówki – plamki żółtej co prowadzi do pogorszenia, ubytków, a nawet całkowitej utraty widzenia centralnego. Choroba występuje pod postacią suchą i wysiękową. Typowe objawy zwyrodnienia plamki żółtej to

widzenie prostych linii jako linii falistych lub zniekształconych oraz narastające trudności w czytaniu. Choroba postępuje w różnym tempie i może prowadzić nawet do całkowitej utraty widzenia centralnego.

Przyczyny powstawania zwyrodnienia plamki żółtej związane z wiekiem (AMD) są nadal nieznane. Największą rolę odgrywa wiek pacjenta: choroba ta dotyczy 5-10% osób w wieku 65-75 lat i 20-30% osób w wieku ponad 75 lat. Innymi czynnikami ryzyka są: płeć żeńska, występowanie AMD w rodzinie, schorzenia układu krążenia, nadciśnienie tętnicze, palenie papierosów, wieloletnie narażenie na intensywną światło (np. podczas pracy na świeżym powietrzu) oraz niedobór przeciwutleniaczy (np. witaminy C, E, karotenu, seleny). Dużą rolę odgrywają czynniki genetyczne. Najważniejszą metodą rozpoznania choroby jest podstawowe badanie okulistyczne, obejmujące badanie ostrości widzenia oraz ocenę dna oka przez lekarza okulistę. Gdy wykryje on zmiany zwyrodnieniowe centralnej siatkówki, może rozszerzyć diagnostykę o nieinwazyjne badanie OCT (tomografia oka). W tym badaniu można wstępnie i z dużym prawdopodobieństwem okre-



Obraz widziany okiem zdrowym



Obraz widziany okiem chorym

ślić nasilenie zwyrodnienia oraz rozróżnić postać suchą i mokrą AMD. Kolejnym badaniem diagnostycznym jest angiografia fluoresceinowa oraz angiografia indocyjaninowa. Badania te oceniają naczynia krwionośne oraz wykażą obecność rozwoju nowych, zbędnych naczyń. Te dodatkowe naczynia mogą stanowić tzw. błony neowaskularne, być źródłem płynu, który zbiera się pod siatkówką i w siatkówce. Efektem takich przesieków jest postać mokra AMD, z dużo gorszym rokowaniem. Postać sucha AMD polega głównie na gromadzeniu się złogów pod siatkówką (tzw. druzyny twarde) i uszkodzeniem podstawy siatkówki (tzw. nabłonka barwnikowego siatkówki). Choć zwyrodnienie plamki jest bardzo trudne w leczeniu, to jego rozpoznanie nie stanowi większego problemu dla okulisty.

Również pacjenci sami mogą oceniać rozwój AMD poprzez regularne wykonywanie tzw. Testu Amslera.

Osoby zainteresowane samokontrolą oczu w kierunku zwyrodnienia plamki żółtej mogą zgłosić się na szkolenie w tym kierunku.

dr nauk med.
Agnieszka Kujawa-Stosio
specjalista chorób oczu

Szkolenie prowadzone będzie w sierpniu 2015r. Miejsceszkolenia to Przychodnia Rejonowa ul. Kickiego 24 gab. 18 – w każdy wtorek od godz. 10.00 do 17.00. Blisze szczegóły pod nr tel. 500-523-499 lub www.jaskra.org

REKLAMA

REKLAMA

MEDI-BOX
Gabinet Stomatologiczny – Lekarski
Warszawa,
ul. Grenadierów 21
tel. 22 813-22-38
od poniedziałku do piątku
w godz. 10.00–20.00
♦ **STOMATOLOG**
od poniedziałku do piątku
10.00–19.00

Okulista - Szpital Grochowski
Warszawa ul. Grenadierów 51/59
Poradnia dla dzieci i dorosłych
czynny: Poniedziałek 16⁰⁰ – 18⁰⁰, Środa 9⁰⁰ – 12⁰⁰
zapisy tel.: 500-52-34-99
koszt wizyty 50 zł

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

CARIDENT
Gabinet Stomatologiczny
W-wa, ul. Stanisławowska 3
(naprzeciwko klubu „Orzeł”)
tel. 810-87-32
♦ 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
RATY!!!
RATALNIE.com.pl

LECZENIE BÓLU
gabinet lekarski
dr Dorota Siemińska-Puciato
specjalista anestezjolog
Zapraszam Pacjentów z bólami:
• kręgosłupa, stawów (barkowych, biodrowych, kolanowych, nadgarstków, drobnych stawów rąk) • głowy,
• z reumatoidalnym zapaleniem stawów • bólach po przebytym półpaścu,
• kończyn dolnych (owrzodzenia, polineuropatie np. w cukrzycy),
• w chorobach nowotworowych (w różnych stadiach choroby),
• w fibromyalgii • w schorzeniach neurologicznych (SM, po udarze mózgu),
• neuralgią nerwu trójdzielnego • oczekujących na leczenie operacyjne (ortopedyczne, neurochirurgiczne, chirurgiczne)
• jak też i po operacjach.
NIE MUSI BOLEĆ!
ul. Widok 10, Warszawa-Śródmieście
informacje i zapisy: tel. 730 266 030

SŁUCHMED
APARATY SŁUCHOWE

Ogólnopolski Program **Usłyszeć Motyla**
Zapraszamy na **bezpłatne** profilaktyczne badanie słuchu

Usłyszeć Motyla to ogólnopolski program profilaktyki słuchu pod patronatem Fundacji „Ogólnopolskie Porozumienie Uniwersytetów Trzeciego Wieku”

BEZPŁATNE badanie słuchu

nasz partnerzy:
Ceruclear usługa wsparcia, dba o uszy
oticon PEOPLE FIRST
FUNDACJA OPUTW

wypełnij **TEST**

Dbajmy i chrońmy nasz słuch!
SPRAWDŹ SWÓJ SŁUCH
bo wszyscy regularnie badamy stan swoich zębów i sprawdzamy wzrok.

Potrzuć wizyty u specjalisty, jeżeli:

- ☐ prosisz innych, aby mówili wolniej, wyraźniej i głośnie
- ☐ często prosisz innych o powtórzenie tego, co mówili
- ☐ masz problemy z określeniem, z której strony dobiega dźwięk
- ☐ masz trudności w rozmowie przez telefon
- ☐ podczas rozmów często spoglądasz na usta
- ☐ inni zwracają uwagę, że słuchasz telewizora i radia zbyt głośno
- ☐ ludzie zwracają uwagę, że mówisz zbyt głośno lub wręcz krzyczysz

☒ **Jeśli choć na jedno pytanie odpowiedź jest pozytywna, to jest to wskazanie do przeprowadzenia badania słuchu.**

ul. Ostrołęcka 4 tel. (22) 498-74-80; ul. Korkowa 119/123 tel. (22) 353-42-50
Wojskowy Inst. Med. ul. Szaserów 128 II piętro, gab. L 254 (wejście z kl. schodowej) tel. (22) 245-59-93; 882-190-636