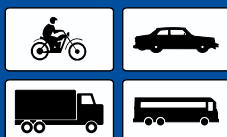


OKRĘGOWA STACJA KONTROLI POJAZDÓW
pon.-pt. 7³⁰-21⁰⁰; sob. 8⁰⁰-15⁰⁰
www.stacjakontrolipojazdow.pl
PEŁNY ZAKRES PRZEGLĄDÓW REJESTRACYJNYCH



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

KORTY TENISOWE

Ognisko TKKF „Olszynka Grochowska”
ul. Osowska 15, tel. 22 610-65-23
zaprasza
codziennie w godz. 7⁰⁰-22⁰⁰
■ nauka dla dzieci i dorosłych ■
■ challenge ■ turnieje

www.tenis-olszynka.pl
**PRZYJMujemy ZAPISY
NA ABONAMENTY
NA SEZON LETNI!**



RAZEM OD 25 LAT

MIESZKANIEC

mieszkaniac.pl

Nr 16 (665) ROK XXVI

25.08.2016

ISSN 1231-7993

bezpłatny

Fajdek i inni

Największą porażkę na igrzyskach olimpijskich w Rio poniosła polska tromtadacja. Żeby zdobyć medal, trzeba było bowiem być świetnym na starcie, a potem jeszcze pokonać siebie i ustanowić rekordy. Tym większą bohaterką jest Anita Włodarczyk. Jechała jako niepokonana od miesięcy. Żeby zdobyć złoto pokusiła się jeszcze o rekord życiowy i rekord świata.

Zdecydowana większość naszych reprezentantów po zawodach miała co najwyżej do powiedzenia, że nie mają pojęcia, co się stało, że przegrali. Nie dziwię się ich frustracji. Karmieni propagandowymi tekstami, słyszeli i czytali, że wygrywając nawet minimalnie i w lokalnych rozgrywkach, „ośmieszili” rywali, „zaorali” przeciwników, są herosami, polską husarią i dominatorami.

Trudno być odpornym na takie leczenie polskich kompleksów, według których każde zwycięstwo służy udowodnieniu, że Polak potrafi i startuje po to, by ośmieszyć rywali. Nie po to, by wygrać z naprawdę świetnymi, a więc być najlepszym spośród zwykle równych sobie i godnych szacunku, ale po to, by zdominować i wdeptać. Pokazać, kim jest Polak.

Zatęło polskie pływanie, boks, szermierka, zapasy, judo. Dołączą do tego kolejne dyscypliny, jeśli będziemy wmawiać sportowcom, że startują po to, by ratować psychiczne zapotrzebowanie reszty rodaków na bycie herosem wśród narodów. Owszem, po nieuchronnych porażkach będziemy słuchali miłego uszom szłochu i przeprosin ze strony sportowców, że znów zawiedli, choć tak się starali, walcząc dla Polski. A przecież mogliby po prostu wygrać, startując po to, by pokonywać kolejne granice ludzkich możliwości.

Tomasz Szymański

WITAMY OLIMPIJCZYKÓW Z RIO!



Na zdjęciu: Anita Włodarczyk, Piotr Malachowski i Tomasz Majewski

CZYTAJ NA STR. 3

BEZRADNE STRAŻE

To już prawdziwa plaga! Dziesiątki odnowionych kamienic na Pradze najwyżej po kilku tygodniach pomalowanych jest bazgrołami przez jakichś odmóżdżonych gówniarzy. Dzicz nie daruje niczemu, co jest nowe i czyste.

Czytaj na str. 3



ul. Grenadierów

W NUMERZE:

CO SŁYCHAĆ W WARSZAWIE

Odwiedź Krajową Mapę

Zagrożeń Bezpieczeństwa str. 2

Obwodnica w Wawrze

pod przykryciem? str. 7

KRONIKA POLICYJNA str. 2

CO TAM PANIE NA PRADZE str. 4

KOBIECYM OKIEM str. 4

PRAWNIK RADZI str. 4

Z MIASTA str. 5

MIESZKAŃCY

Adam Słodowy str. 6

KONKURS str. 7

„Praga moja dzielnica,
Mieszkaniac – moja gazeta”

PULS MEDYCZNY MIESZKAŃCA

Sprawnie leczyć,
skutecznie zapobiegać! str. 10

BUDŻET PARTYCYPACYJNY str. 11

ZAŁŹKI HISTORII

Kamionek i okolice str. 12

REKLAMA

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

PROFESJONALNE USŁUGI PRALNICZE
Pralnia Chemiczna/ Magiel
Odbiór garderoby i bielizny od Klienta
Transport - GRATIS

Centrum Prania Dywanów i Wykładzin

Warszawa ul. Świecka 1
tel./fax 22 812-59-74; 602-333-737
pralnia@ekoprogram.waw.pl; www.profesjonalnapralnia.com.pl

ANTYKI

- ∞ Kupno - Sprzedaż ∞
- ∞ Monety, medale ∞
- ∞ Obrazy, platery ∞ Srebro, złoto ∞

UL. GROCHOWSKA 158 tel. 508-151-340

**ARTYKUŁY POŚCIELOWE,
PIŻAMY, OBRUSY, RĘCZNIKI.**
POŚCIEL 160x200 – 40 PLN

ul. Bora Komorowskiego 3 D,
Otwarte pn.-pt.godz.10-19,sob. 9-13
darjo.sklep@gmail.com

BISTRO GOŚCŁAW

- 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

STOLARZ
WYRÓB • NAPRAWA • RENOWACJA
MEBLI Z DREWNA

www.meble-wierzbowski.pl
ul. Krypska 29 tel. 502 221 045, 514 074 404

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

Pożyczka ekspresowa
797 705 110

wystarczy
- dowód osobisty
- gotówka
- w jeden dzień

NAWET DO 6000zł

EdenFinance
Polski ekspres

Sprawdź nas!
Kontynuujemy współpracę

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

NARZYNKI GWINTOWNIKI

Metal-Market
HURT DETAL
NARZĘDZIA, art. METALOWE

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

własny parking

NARZĘDZIA • ŚRUBY • ZAMKI • LINKI

MARO 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%

Odwiedź Krajową Mapę Zagrożeń Bezpieczeństwa

Czy w Twojej okolicy jest bezpiecznie? Chcesz wiedzieć? Możesz mieć na to wpływ. Reaguj na zagrożenia i podziel się swoimi spostrzeżeniami! Odwiedź Krajową Mapę Zagrożeń Bezpieczeństwa! „Mapa” jest już dostępna na stronach internetowych stołecznej policji.

Ruszył program Krajowej Mapy Zagrożeń Bezpieczeństwa. To innowacyjne narzędzie, mające służyć głównie poprawie bezpieczeństwa mieszkańców, w wersji pilotażowej będzie funkcjonowało na terenie garnizonu stołecznego Warszawy, Podlasia i Pomorza. Później swoim zasięgiem obejmie również cały kraj. „Mapa” jest dostępna na stronie internetowej Komendy Stołecznej Policji, a jej obsługa została zaprojektowana tak, aby bezproblemowo, wręcz intuicyjnie mógł z niej skorzystać każdy obywatel.

Informacje wykorzystywane w mapie zagrożeń opierają się na trzech filarach:

- w pierwszym filarze gromadzone są informacje z policyjnych systemów informacyjnych;
- drugi filar to część interaktywna z bezpośrednim udziałem mieszkańców, przedstawicieli jednostek samorządu terytorialnego oraz organizacji pozarządowych;
- trzeci filar opiera się o informacje pozyskane od obywateli z wykorzystaniem platformy wymiany informacji.

Mapy zostały opracowane w oparciu o informacje własne

policji, czyli m.in. statystyki policyjne, a także na podstawie informacji przekazanych przez podmioty biorące udział w konsultacjach społecznych oraz w oparciu o wyniki badań opinii publicznej oraz informacje różnych instytucji.



Na mapie znajdują się informacje m.in. o przestępstwach najbardziej uciążliwych społecznie: kradzież cudzej rzeczy, kradzież z włamaniem, rozbój, uszkodzenie rzeczy, wymuszenie, bójka, pobicie, uszczerbek na zdrowiu, oszustwo na wnuczka i na policjanta oraz przestępstwa na tle seksualnym, przestęp-

stwa narkotykowe związane z posiadaniem i udzielaniem innej osobie środków odurzających lub substancji psychotropowych, przestępczość nieletnich, uwzględnione zostały także wybrane kategorie przestępstw gospodarczych, informacje o zagrożeniach w ruchu drogowym i wypadkach drogowych.

Warto podkreślić, że teraz także Ty, możesz mieć możliwość aktualizacji informacji na mapie. Za pomocą interaktywnej strony można przekazywać informacje o zagrożeniach występujących w Twojej okolicy. Następnie policja będzie te sygnały weryfikować. Jeśli informacje się potwierdzą, policja wprowadzi je wprost na mapy. Dzięki temu rozwiązaniu na mapach znajdują się bardziej szczegółowe informacje, dotyczące również niższych szczebli podziału terytorialnego, w tym dzielnic, osiedli.

Krajowa Mapa Zagrożeń Bezpieczeństwa pozwoli na podniesienie poziomu bezpieczeństwa w miejscach wskazanych przez mieszkańców regionu.

Podczas tworzenia mapy zagrożeń na terenie całego kraju przeprowadzono ponad 11 tysięcy spotkań, podczas których mieszkańcy zgłaszali swe uwagi, mówili o potrzebach i zagrożeniach w swojej okolicy. W spotkaniach wzięło udział ponad 217 tysięcy osób.

(jw)

KRONIKA POLICYJNA

Pobił i obrabował

Policjanci zostali powiadomieni o rozbój, do którego doszło w bramie kamienicy na terenie Grochowa. Poszkodowany, pobity mężczyzna nie był w stanie wiele powiedzieć o sprawcy, odniósł wrażenie, że szedł za nim przez jakiś czas. Pobity utracił telefon komórkowy i 20 złotych.

Policjanci sprawdzili zapisy monitoringu w pobliskich sklepach oraz przejrzyli obraz zarejestrowany przez kamery miejskie. Wytypowali mężczyznę, który mógł dopuścić się rozbój, rozpoczęli poszukiwania. Kilkanaście minut później zauważyli go na jednej z ulic. 35-letni Sebastian L. został zatrzymany, był nietrzeźwy. Przyznał się, że faktycznie ukradł telefon i pieniądze. „Komórkę” zaniósł do domu i dał w prezencie synowi, a za gotówkę kupił sobie alkohol, który właśnie wypił. Mężczyzna trafił do policyjnej celi.

Zaatakował w autobusie

Pod koniec czerwca obywatel Indii w czasie jazdy autobusem słuchał muzyki. W pewnym momencie podszedł do niego mężczyzna i uderzył go w twarz. Policzek był na tyle silny, że słuchawki, które miał na uszach, spadły na podłogę. Sprawca podniósł je i wysiadł z autobusu. Pobitemu pomogła jedna z pasażerek. To ona zawiadomiła organy ścigania.

Policjanci podjęli działania operacyjne i po 6 tygodniach zatrzymali Krzysztofa W. Pokrzywdzony odzyskał skradzione słuchawki. 35-latkę doprowadzono do prokuratury, gdzie usłyszał zarzut rozbój i został objęty policyjnym dozorem.

Napadł staruszkę

Policjanci z komisariatu na Targówku zajęli się sprawą napadu na 73-letnią kobietę. Pokrzywdzona została zaatakowana w windzie jednego z bloków mieszkalnych. Napastnik przewrócił kobietę i obezwładnił ją, a następnie zerwał jej z szyi złoty łańcuszek. Trop prowadził do 34-letniego Grzegorza Ch. Mężczyzna już wcześniej był wielokrotnie karany za liczne przestępstwa, w tym kradzieże. Kryminalni wracający ze służby, w jednym z warszawskich tramwajów dostrzegli podejrzanego i zatrzymali go.

Przedstawiono mu zarzut dokonania rozbój w warunkach recydywy. Sąd Rejonowy zastosował wobec niego 2-miesięczny areszt. Za to przestępstwo grozi kara pozbawienia wolności od 2 do 12 lat

Z gazem

Funkcjonariusze z Wawra przyjęli zawiadomienie o rozbój. Pokrzywdzona – sprzedawczyni – podała rysopis kobiety, która weszła do sklepu i próbowała sprzedać jej perfumy. Gdy ta odmówiła, została potraktowana gazem. Jak przez mgłę widziała sprawczynię, wyjmując pieniądze z szuflady, portfel oraz zdejmując z jej ręki złoty pierścionek. Kilka dni po zdarzeniu policjant z wydziału kryminalnego, w czasie wolnym od służby, zauważył na ulicy kobietę podejrzaną o ten rozbój. Rozpoznał ją dzięki rysopisowi podanemu przez pokrzywdzoną. 54-letnia kobieta została zatrzymana i przedstawiono jej zarzut rozbój.

Podpalili kontener i toaletę

Policjanci z wydziału wywiadowczo-patrołowego otrzymali wiadomość o zniszczeniu kontenera na śmieci. Na miejscu zauważyli również uszkodzoną przenośną toaletę. Po obejrzeniu nagrania z monitoringu rozpoznali dobrze im znanego Marcina K., który podpalił kontener. Zatrzymali go, a chwilę później wpadł 25-letni Daniel K., który podpalił toaletę. Straty powstałe w wyniku zniszczeń dokonanych przez podejrzanych o te przestępstwa mężczyzn oszacowano w sumie na kwotę prawie 3 tys. zł. Obaj mężczyźni usłyszeli zarzuty uszkodzenia mienia i dobrowolnie poddali się karze.

Pobił się z policjantami

Policjanci z północnoprawskiej komendy zatrzymali Artura M., podejrzanego o uszkodzenie pojazdu. Mężczyzna wybił boczną szybę w zaparkowanym pojeździe i uciekł. Policjanci szybko go odnaleźli. Artur M. w trakcie interwencji był agresywny, nie reagował na polecenia mundurowych. Zaatakował policjantów, używał wobec nich słów wulgarnych. Mężczyzna został obezwładniony i trafił do celi. Badanie wykazało, że miał prawie 1,5 promila alkoholu we krwi.

(policja.pl)

REKLAMA

centrum
szembeka

ul. Zamieniecka 80

www.centrumszembeka.pl

Księgarnia
art. papiernicze
I piętro



Zakupy od A do Z
Markowa
Odzież Elektronika Garnitury
Gry Planszowe **Targ** Salon **Meblowy**
Odzież dziecięca **Spożywczy**
Zabawki Dekoracja Wnętrz

BEZRADNE STRAŻE

Dokończenie ze str. 1

W tych dniach wandalizm dopadł bloków pomiędzy Trasą Łazienkowską a ulicą Grenadierów. Budynki są właśnie ocieplane, dzięki nowej pastelowej elewacji przybierają czysty, przyjemny wygląd. Roboty jeszcze

Coś jednak Państwu powiem – dewastacja mienia mieszkalnego poprzez zamalowywanie ścian bazgrołami nie wymaga żadnego zawiadomienia. Dla każdego średnio rozgarniętego policjanta lub strażnika jest widoczna gołym

Przecież policjanci i strażnicy nie mają przed sobą jakiś wyrafinowanych przeciwników, to są na ogół egzemplarze bez wyobraźni za to z silnie rozwiniętym genem zniszczenia. Tak trudno ich złapać i doprowadzić do tego,

przy dworcu, jest komenda policji, wokół dworca zaś widoczne są patrole zarówno policji jak i Straży Ochrony Kolei... Dalej jest wielki budynek, w którym mieści się m.in. komenda Straży Miejskiej – też czyściutki! Ani jednego „malunku”. Zresztą tak



ul. Ratuszowa



się nie skończyły, a już dopiero co odnowione fragmenty ścian pokryte zostały bohomazami.

Zastanawia nas, jak to jest możliwe? Czy naprawdę żaden mieszkaniec takiego budynku nie widzi? Czy naprawdę wszystkim jest to obojętne? Nie możemy w to uwierzyć, ale znamy realia – najpierw przecież trzeba się dodzwonić pod 112, 997, 986 lub 19115.

okiem. I każdy z nich wie, że to jest karalny wandalizm, że te malunki, to konkretne straty liczone w tysiącach złotych. Proceder jest tak nagminny, że średnio rozgarnięty uczeń liceum domyślić się może, że gdy jakiś blok został świeżo odnowiony, to tylko patrzeć, jak zjawia się debile, którzy będą chcieli na nowiutkich ścianach pozostawić swoje „pamiątki”.

żeby tatuś z mamusią musieli na swój koszt odnowić zniszczone ściany?

Zdradzę Państwu wielką tajemnicę: nie trudno! Niech się Państwo przejdą wzdłuż Dworca Wschodniego w stronę Skaryszewskiej. Dworzec Wschodni wręcz lśni czystością – tak jak go wyremontowano i odnowiono na mistrzostwa Europy w piłce nożnej, tak wygląda do dziś. Ale tuż

samo wygląda odnowiona przecież fasada komendy policji na Grenadierów...

Co to znaczy? Że swojego się pilnuje, a cudze – to przecież nie nasze. Cudze pilnuje się jak z łaski...

Że, co? Że jesteśmy niesprawiedliwi? Obrzydliwi, które pokrywają naszą dzielnicę, to widoczne dowody, że mamy rację! Niestety... (bm)

WITAMY OLIMPIJCZYKÓW Z RIO!

Oficjalne powitanie naszych medalistów z Rio, prezentacja naszej kadry paraolimpijczyków, pożegnanie legendy pchnięcia kulą, mistrza Tomasza Majewskiego, i masa sportowych emocji – to czeka nas w najbliższy weekend na PGE Narodowym...

A co najważniejsze, ku nieukrywanej radości Redakcji „Mieszkańca”, to wszystko za darmo! Prawie trzy lata czekaliśmy, aby miłośnicy lekkiej atletyki mogli nieodpłatnie oglądać rywalizację światowych gwiazd „Królów Sportu”. Prawie trzy lata czekaliśmy, aby turniej upamiętniający Naszą Mieszkankę, najmłodszą polską złotą medalistką olimpijską, Kamile Skolimowską, nieskrępowanie mogli oglądać Nasi Mieszkańcy...

– Dzięki porozumieniu ministra sportu, Witolda Bańki, i prezesa PGE Narodowy, Jakuba Opary, impreza będzie niebiletowana... – tę dobrą informację przekazała nam Monika Borzdyńska, dyrektor ds. Komunikacji i Promocji PGE Narodowy. Kwestię wejścia na imprezę doprecyzowała w rozmowie z „Mieszkańcem” Anna Herba z Fundacji Kamili Skolimowskiej. – Nie będzie

żadnych wejściówek, żadnych biletów, ani rezerwacji wejścia przez internet.

Po prostu o godzinie 14.30 zostaną otwarte bramy Stadionu Narodowego i wejście będzie wolne. Organizatorzy są przygotowani na 30 tysięcy widzów.

Tak więc i „Mieszkaniec” zaprasza wszystkich chętnych na LOTTO Memoriał Kamili Skolimowskiej, który w niedzielę, 28 sierpnia, odbędzie się na PGE Narodowym. Zawody rozpoczną się o godz. 16.30, a zakończą przed 20.00. W tej edycji Memoriału bardzo mocno będzie eksponowany sport niepełnosprawnych, a kilka konkurencji będzie integracyjnych.

Turniejowi patronuje prezydent RP Andrzej Duda. Bez wątplenia szczególną atrakcją imprezy będzie powitanie naszych medalistów Igrzysk Olimpijskich w Rio, a także oficjalne pożegnanie kulomioty Tomasza Majewskiego, dwukrotnego złotego medalisty IO, Mistrza Europy i wicemistrza Świata. (ar)



REKLAMA

MEDICAL ESTHETIC

CHIRURGIA NACZYNIOWA

PRZEŁOM W LECZENIU ŻYŁAKÓW KOŃCZYN DOLNYCH!

Metoda pary wodnej VenoSteam™

- jest skuteczna w leczeniu wszystkich rodzajów żyłaków
- para wodna dociera do wszystkich zakątków żył
- żyłaki boczne i żyłaki pniowe można usunąć w ramach jednego zabiegu

Usuwanie „pajęczków naczyniowych” za pomocą radiofrekwencji – urządzenie VIRIDEX

* Podczas konsultacji wykonywane jest badanie przepływu krwi w tętnicach i żyłach – USG Doppler.

Nasi specjaliści zapraszają: Prof. M.Maruszyński, dr René Milleret, dr n. med. T.Zwierowicz, dr M.Pawelczyk oraz dr J.Włodarski.

MEDICAL ESTHETIC WARSZAWA

ul. Arabska 5
03-977 Warszawa

Tel. 22 403 64 26
Tel. kom. 695 938 094

www.ChirurgiaEstetyczna.pl



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

Rejestracja telefoniczna:
(22)250 15 77

Godziny przyjęć: pon.-pt. 7-21, sobota 8-14
www.boramed.pl
rejestracja on-line

SKORZYSTAJ Z NASZEJ OFERTY I WYGRAJ WALKĘ Z BÓLEM!

REHABILITACJA DOROŚLI, DZIECI, NIEMOWLĘTA

Kompleksowa terapia bólu i leczenia schorzeń narządu ruchu

Fizjoterapia Osteopatia Rehabilitacja: Ortopedyczna, Neurologiczna
Kinezyterapia Kinesiotaping **PAKIETY** Dla kobiet w ciąży, Dzieci



PROMOCJA - DO ODWOŁANIA
SENIORZY(PO 60R.Ż.)

20% zniżki przy zakupie pakietu 10 takich samych zabiegów

DOROŚLI I DZIECI

10% zniżki przy zakupie pakietu 10 takich samych zabiegów

Konsultacja fizjoterapeutyczna 0zł przy wykupie pakietu

*dotyczy wybranych rodzajów zabiegów/szczegóły w przychodni

BADANIA USG DOROŚLI I DZIECI

Piersi | Tarczycy | Jamy brzusznej | Stawów, więzadeł i mięśni | Przepięciaczkowe |
Węzłów chłonnych | Dopplerowskie | i inne

GINEKOLOGIA

Kompleksowe prowadzenie ciąży

USG ciąży 2D/3D/4D | USG „genetyczne” | Test PAPP-A
ECHO serca płodu | Test Wolnego Płodowego DNA

Konsultacje ginekologiczne

USG ginekologiczne | Cytologia | Antykoncepcja | Wkładowki



Certyfikat Londyńskiej Fundacji
Medycyny Płodowej FMF

STOMATOLOGIA

Stomatologia zachowawcza | Stomatologia dziecięca | Ortodoncja | Endodoncja | Protetyka | Chirurgia

SPECJALIŚCI

m.in. endokrynolog, pediatra, okulista, kardiolog, laryngolog dorośli i dzieci, chirurg dorośli i dzieci
dietetyk, psycholog dorośli i dzieci, ortopeda dorośli i dzieci, dermatolog dorośli i dzieci, gastrolog,
internista, urolog, neurolog, hematolog | **laboratorium**



* Zniżki/promocje nie sumują się z innymi promocjami / Zakres usług może ulec zmianie

MARNUJEMY!

Czy Polacy marnują jedzenie? – zapytał w połowie roku CBOS. Przyznała się co czwarta osoba. Najrzadziej wyrzucała jedzenie lub przetrzymywała je, aż przestało się nadawać do spożycia, bardziej ubodzy Polacy oraz osoby starsze.

Miesięcznie ląduje w śmietniku nawet kilkaset złotych na 1 rodzinę. „Mieszkaniec” pisał niedawno o racjonalnych zakupach, bo gdy zdajemy się na przypadek, zawsze przynosimy do domu mnóstwo rzeczy, bez których moglibyśmy się świetnie obyć.

Wyjeżdżasz na urlop, więc czyścisz lodówkę i wiele rzeczy wyrzucasz. A my ze znajomymi od lat pakujemy i oddajemy sobie nawzajem lub rodzinie. Pół słoiczka dżemu, napoczęte masło i ser, który nie dotrwa do naszego powrotu. To o wiele lepsze, niż zasilanie śmietnika

i serce nie boli, że coś się marnuje. 61 proc. ankietowanych nigdy tak nie robi.

Co jeszcze marnujemy, przy okazji szkodząc środowisku? Benzynę i olej napędowy. Dziś w autach są w samochodzie komputery, pokazujące bieżące zużycie paliwa. Różnice w spalaniu na tej samej trasie (w mieście i poza nim) mogą być znaczne! Jeśli gwałtownie przyspieszasz i często hamujesz, gdy ruszasz „z piskiem opon”, wozisz na dachu nieużywany właśnie bagażnik, a w kufirze stos gratów, masz zle ciśnienie w oponach, przeplacasz! Załóż się, że mnóstwo osób miesięcznie lekką ręką wyrzuca w ten sposób nieświadomie spore sumy!

Osobna sprawa, to czas. Można go marnować lub wykorzystywać. Wiadomo – to nie my zabijamy czas, tylko on zabija nas. Na przykład na przystanku. Stoisz. Jedzie, nie jedzie? To mój? Nie, jeszcze

nie. Ale gruby facet! A ta, jak się ubrała. O, gołąb. Śliczny piesek! Muszę dziś odkurzyć. O, jedzie. To mój? I tak dalej. Możesz wykorzystać ten czas. Na wiele sposobów, nie zwraca-



cając niczyjej uwagi dziwnym zachowaniem.

Po pierwsze, popraw swoją postawę, skończ z wyglądem sennej surykutki z opuszczoną głową, obwisłymi ramionami, szklistym wzrokiem. Plecy i głowa prosto, pośladki napięte, brzuch wciągnięty, stopy w lekkim (ale nie „kaczym”) rozkro-

ku. Jaką minę pokazujesz światu: ponurą czy zbolalą? Pora na twarz energiczną i pogodną! W kilka minut po takiej korekcie sylwetka i twarz wracają do poprzednich nawyków. Czas na przystanku jest doskonały, by z tym walczyć i – z korzyścią dla zdrowia oraz samopoczucia – natychmiast ponownie korygować. Po kilku takich ćwiczeniach organizm zapamięta „nowe ustawienia”, a ty zyskasz na wyglądzie.

Panie mogą na przykład ćwiczyć mięśnie Kegla (one wiedzą, o co chodzi), tego też nie widać!

Możesz rozwijać pamięć. Powtarzaj od końca tabliczkę mnożenia, długi wiersz albo odtwórz dokładnie wczorajszy dzień. Nie stój bezmyślnie!

Ważne, by nie trwonić żadnej chwili, bo kiedyś każda zmarnowana sekunda zaboli cię jeszcze bardziej niż zmarnowany grosz.

Zatem – do dzieła! **żu**

Co tam panie na Pradze...

Aronia

– Taki się tu zrobił ruch, że z daleka pomyliłem pana z kim innym.
– Nie pan jeden, panie Kaziu, nie pan jeden. Eustachy Mordziak, kupiec bielizniany przywitał się serdecznie ze swoim kolegą, Kazimierzem Główką, emerytem i zagorzałym bywalcem bazaru na placu Szembeka.
– Okoliczności, że tak powiem, mogą zmienić człowieka nie do poznania. Zupełnie, jak w tym dowcipie.
– W jakim dowcipie?
– Nie zna pan? To panu powiem: – Panie Rabinowicz! Kopę lat! Ale się pan zmienił! Dawniej był pan niski i gruby, dziś jest pan wysoki i chudy.
– Ja nie jestem Rabinowicz...
– I nazwisko też pan zmienił?!
– Bez przesady, panie Eustachy, aż tak źle ze mną nie jest. Tłok po prostu taki, że pomylić się łatwo, a trafić trudno.
– Faktycznie. Teraz, jak już to nasze centrum otwarte, ludzie najpierw robią zakupy, znoszą wszystko do samochodów, a potem wracają na górę, żeby pochodzić trochę pomiędzy butikami, sklepami, kupić jeszcze jakiś drobiazg, astry do domu, a na końcu pójść na łody do kawiarni. Jak i tę restaurację na górze otworzą, to bazar stanie się całkiem przyjemnym miejscem spędzania wolnego czasu.
– A wie pan – wpadłem niedawno na bazarek na Wiatracznej – ten za dawnym Universamem. Żadnego porównania! Ciasnota, kupcy umordowani, klientela depcze sobie po piętach, coś okropnego.
– Jak to mówią, panie Kaziu – coś za coś. Przecież my za te warunki, jakie teraz są na placu Szembeka, musimy płacić. Nic za darmo. Dlatego – z naszego punktu widzenia – współpracujemy, też tak handlowaliśmy, sam pan jest świadkiem, ale jak teraz klienci będą przepływać stamtąd do nas, płakać nie będziemy. Każdego witamy z otwartymi ramionami.
– A propos „coś” – natknąłem się na stragan z ekologiczną aronią.

– I, co to za sensacja?
– Ano taka, że ludzie tu aż z Lewina Kłodzkiego przyjechali.
– Chciało się im? To kawał drogi.
– Widać po całej Polsce rozeszło się już, że tu dobrym handlem pachnie. Oni zaś pachną aronią. Hodują i przetwarzają, a tu próbują sprzedawać – dżemy, herbatki, soki, konfitury, aronia w czekoladzie, aronia jako przyprawa z chrzanem.
– I to na coś pomaga?
– Na wszystko, jak to witaminy. Nie o to chodzi. Ludzie z końca świata do nas trafili, bo tu interes wyczuli – ot, co. Szembek pie-niędźmi zaczyna pachnieć, kapuje pan?
– To może i na młodość pomaga?
– Co – na młodość?
– Jak to takie zdrowe, to może i defekty z metryki wynikające łagodzi.
– W dalszym ciągu nie rozumiem.
– To pan nic nie wie? Panie Kaziu! Panią Rodowicz mąż zostawił. Prasa pisała!
– Maryle?
– Maryle, Maryle! Podobno przeżywa problemy wieku średniego.
– Maryla?
– On! Wyprowadził się od niej podobno?
– No, bo ile można słuchać: „Niech żyje bał”?!
– Nie o to chyba chodzi. Jakby sok z aronii, dajmy na to, pił, albo dżemy aroniowe jadł, to może by inaczej było?
– Powiem panu, panie Eustachy – nie byłoby. Na metrykę nie ma rady.
– Jak na metrykę?
– No, jak to jak? Zawsze jest potrzebne trzeźwe spojrzenie w lustro. A potem przydaje się jeszcze bardzo poczucie humoru. Jak w tym dowcipie.
– Jakim?
– Dwóch starszków siedzi na ławce w parku: – Wie pan, mówili, że na starość nie będę mógł. A mnie się po prostu nie chce...

Szaser

§ PRAWNIK RADZI

Czytelnicy pytają – radca prawny
Marcin Kluś odpowiada.

Jakie są przestanki separacji i czym separacja różni się od rozwodu?

Zgodnie z art. 61(1) §1 Kodeksu rodzinnego i opiekuńczego, jeżeli między małżonkami nastąpił zupełny rozkład pożycia, każdy z małżonków może żądać, ażeby sąd orzekł separację. Zatem podstawą do orzeczenia separacji jest zupełny rozkład pożycia małżeńskiego. Przez pożycie małżeńskie rozumie się ogół więzi fizycznych, gospodarczych i duchowych, które łączą małżonków, a więc wspólnotę uczuć, połączonej ze współżyciem fizycznym i sferą gospodarczą. Zupełny rozkład pożycia zachodzi wtedy, gdy pomiędzy małżonkami nastąpiło zerwanie łączących ich więzi w wymienionych powyżej sferach współżycia małżonków.

Należy jednocześnie podkreślić, że ustanie wspólnoty fizycznej lub gospodarczej nie musi zawsze prowadzić do zupełnego rozkładu pożycia. Przykładem takiej sytuacji może być ustanie współżycia fizycznego na skutek choroby małżonka, rozłączenie małżonków spowodowane pobytem w szpitalu, długotrwałym wyjazdem służbowym, pracą zarobkową małżonków w różnych odległych od siebie miejscowościach itp. Przyczyny rozkładu pożycia muszą być zatem oceniane indywidualnie i adekwatnie do zaistniałej sytuacji.

Orzeczenia separacji dokonuje wyłącznie sąd na żądanie każdego z małżonków. Separacja może być orzeczona również na zgodny wniosek małżonków, jeśli nie mają oni wspólnych małoletnich dzieci. Do orzeczenia separacji nie jest konieczne – tak jak przy rozwodzie – wykazywanie, że rozkład pożycia małżeńskiego ma charakter trwały. W sytuacji, gdy jeden z małżonków żąda orzeczenia separacji, a drugi orzeczenia rozwodu i żądanie to jest uzasadnione (spełnione są warunki do otrzymania rozwodu), wówczas sąd orzeknie rozwód. Jeśli jednak orzeczenie rozwodu nie jest w danym przypadku dopuszczalne, natomiast uzasadnione jest żądanie orzeczenia separacji, sąd orzeka separację [art. 61 (2) Kodeksu rodzinnego i opiekuńczego].

Kolejna różnica pomiędzy orzeczeniem separacji a rozwodem polega na tym, że małżonek pozostający w separacji nie może zawrzeć małżeństwa, albowiem skutkiem orzeczonej separacji nie jest rozwiązanie małżeństwa, co ma miejsce w przypadku rozwodu. Należy także zwrócić uwagę, że na skutek orzeczenia separacji, od strony formalnej małżeństwo nadal istnieje, co wyłącza możliwość zmiany nazwiska. Warto w tym miejscu przypomnieć, że zgodnie z art. 59 Kodeksu rodzinnego i opiekuńczego, w przypadku rozwodu, w ciągu trzech miesięcy od chwili uprawomocnienia się orzeczenia małżonek rozwiedziony, który wskutek zawarcia małżeństwa zmienił swoje dotychczasowe nazwisko, może przez oświadczenie złożone przed kierownikiem urzędu stanu cywilnego lub konsulem powrócić do nazwiska, które nosił przed zawarciem małżeństwa.

W przeciwnieństwie do rozwodu, separacji może żądać również małżonek wyłącznie winny rozkładu pożycia. Ponadto, jeśli wymagają tego względy słuszności, małżonkowie pozostający w separacji obowiązani są do wzajemnej pomocy. Obowiązek pomocy może przybierać zarówno aspekt majątkowy, jak i osobisty, np. pomoc w gospodarstwie domowym, pielęgnacja w czasie choroby, niepełnosprawności itp. Obowiązek wzajemnej pomocy nie ciąży natomiast na małżonkach rozwiedzionych. W końcu, ustanowiona separacja może być zniesiona orzeczeniem sądu (konieczne jest tutaj zgodne żądanie małżonków), natomiast rozwód powoduje ostateczne rozwiązanie małżeństwa.

Listy i maile można kierować na adres redakcji.



REKLAMA

REKLAMA



REHABILITACJA-KOBIELSKA

Przychodnia Rehabilitacji Leczniczej
ul. Kobielska 17 Praga-Południe przy rondzie Wiatraczna

FIZYKOTERAPIA MASAŻ LECZNICZY KINEZYTERAPIA



NAJTAŃSZA rehabilitacja w Warszawie !!!!

Leczymy:

- ✦ bóle i zapalenia stawów
- ✦ ostrogi piętowe
- ✦ stany po operacjach i urazach
- ✦ obrzęki limfatyczne
- ✦ stany po udarach i porażeniach
- ✦ bóle kręgosłupa

☎ 22 370 20 63 / 609 042 009
www.rehabilitacja-kobielska.pl

MEBLE Z DREWNA

oferujemy:

- łóżka • materace • szafy • komody
- biurka • witryny • stoły • krzesła
- wykonujemy meble na wymiar klienta



Warszawa, ul. Płowiecka 25
(róg Świeckiej)
tel./fax 22 815 35 98
Czynne: pon. – pt.: 10.00 – 18.00
sobota: 10.00 – 14.00

*Na wszystkie meble standardowe znajdujące się na stronie internetowej.

www.meblesosnowe.eu | e-mail: meble@meblesosnowe.eu

5%
OBOWIĄZUJE
RABAT*



Na Olimpiadzie w Rio de Janeiro polska ekipa zdobyła **jedenaste medali: dwa złote** wywalczone przez duet Magdalena Fularczyk/Natalia Madaj (wioślarstwo) i Anitę Włodarczyk (rzut młotem), **trzy srebrne** zdobyte przez Maję Włoszczowską (kolarstwo górskie), Martę Walczykiwicz (kajakarstwo) i Piotra Małachowskiego (rzut dyskiem) oraz **sześć brązowych** krążków osiągniętych przez Monikę Michalik (zapasy w stylu wolnym), Rafała Majkę (kolarstwo), czwórkę podwójną kobiet w wioślarstwie (Monika Ciaciuch, Agnieszka Kobus, Maria Springwald i Joanna Leszczyńska), Oktawię Nowacką (pięciobój nowoczesny), Wojciecha Nowickiego (rzut młotem) i kajakarki Karolinę Naję/Beatę Mikołajczyk.

16 sierpnia prezydent Andrzej Duda podpisał ustawę dotyczącą gruntów warszawskich. Ustawa ma rozwiązać

problem nieruchomości objętych tzw. dekretem Bieruta z 1945 r.

Zobowiązania wynikające z dekretu Bieruta przez lata paraliżowały rozwój stolicy. Miasto po 1990 roku zostało obciążone zobowiązaniami pomimo tego, że dekret był aktem prawa krajowego, a nie miejscowego. Od 1990 roku złożono już ponad 7 tys. wniosków, dokonano ponad 4 tys. zwrotów, a stolica wypłaciła ponad 1,13 mld zł na odszkodowania.



Wymiana 1231 zniszczonych betonowych krzyży na granitowe, renowacja i montaż 1288 tabliczek epitafijnych, nowe obrzeża zbiorowych mogił oraz alejki między grobami poległych żołnierzy to prace wykonane podczas największego remontu kwatery wojennych w tym roku. Na remont kwatery żołnierzy Wojska Polskiego 1920 roku na Powązkach wojskowych

z budżetu Wojewody Mazowieckiego przeznaczono ponad 1 mln zł.



Przyjdź i zaśpiewaj wspólnie z zespołem „Menele” pieśni powstańcze. 27.08. o godz. 18.30 na Placu Szembeka odbędzie się koncert „Zakazane piosenki”.

Jeśli masz ponad 40 lat i zaobserwowałeś u siebie trwające ponad 3 tygodnie, nie związane z infekcją objawy: przewlekła chrypka, problemy z połknięciem, guz szyi, ból gardła, czerwone albo białe naloty w jamie ustnej, nieogojące się owrzodzenie języka, niedrożność nosa lub krwawy wyciek z nosa, owrzodzenia skóry głowy i szyi – zapisz się na bezpłatne badania laryngologiczne w dniu 19 i 20.09.2016 godz. 8-14.00, tel. 22 47-35-465 lub osobiście w sekretariacie Oddziału Laryngologii Międzyleskiego Szpitala Spe-

cialistycznego w Warszawie ul. Bursztynowa 2, II piętro. Termin badania: 21.09.2016 (środa) godz. 8.00-14.00.



W przyszłym roku w Warszawie pojawi się miejska wypożyczalnia samochodów, tzw. carsharing. Podstawowym celem wprowadzenia publicznych aut jest zmniejszenie liczby samochodów w centrum miasta. Już dziś jest ich w Warszawie ponad 600 na 1000 mieszkańców, a liczba ta z każdym rokiem rośnie. W Berlinie, gdzie carsharing działa z powodzeniem od lat, samochodów jest niemal 2 razy mniej, a ich liczba stale maleje.

Możliwość wypożyczenia samochodu na przystępnych warunkach może zachęcić osoby korzystające z auta sporadycznie do zmiany przyzwyczaję. Jeden samochód publiczny może zastąpić dziesięć prywatnych samochodów – tak stało się w wielu miastach Europy.

(ab, um, ak)

ZAPROSZENIA DLA MIESZKAŃCÓW

■ **Muszla Koncertowa w Parku Skaryszewskim im. I.J. Paderewskiego – 25.08. godz. 19.00** – Kabaret Filip z Konopi Filipa Borowskiego i Jego Goście; **27.08.** – TABOR – cygańskie lato na Grochowie; **godz. 15.00** – warsztaty tradycyjnego tańca cygańskiego; **godz. 19.00** – artystyczne warsztaty integracyjne dla dzieci; **godz. 19.00** – koncert zespołu „Teresa Mirga i Kałe Bała”; **28.08. godz. 21.00** – film „Tabor wędruje do nieba”, reż. Emil Loteanu, dramat, 1975, obsada: Swietłana Toma, Grigore Grigoriu, Maria Kapnist; **31.08. godz. 21.15** – Kino Plenerowe „Złoto dla zuchwałych” (wojenny/komedia) Jugosławia/USA, 1971, reż. Brian G. Hutton; **3.09. godz. 18.00** – X Skaryszewska Biesiada Poetycka. Wystąpią gwiazdy piosenki poetyckiej Jerzy Filar z towarzyszeniem Zespołu oraz Elżbieta Adamiak.

■ **Wystawy w CPK, ul. Podskarbińska 2** – Wystawa fotografii z LXXII Liceum Ogólnokształcące im. gen. Jakuba Jasińskiego „Najpiękniejsze zakątki Pragi Południe”, czynna do 31.08; Wystawa fotografii Agaty Wasilewskiej „Portret Sąsiadów ze Skaryszewskiej”, czynna do 31.08; Łukasz Majcherowicz – malarstwo, wernisaż 27.08. godz. 19.00, czynna do 10.09.

■ **Prom Kultury Saska Kępa, ul. Brukselska 23 – 27.08. godz. 18.00** – koncert muzyczno-taneczny „Corazón Flamenco”, zespół: Anna Iberszer – taniec, Magda Navarrete – śpiew flamenco, Andrzej Lewocki – gitara, Mateusz Sierdzan – instrumenty perkusyjne, cajón; **28.08. godz. 18.00** – kwartet „Grand Slam Quartet” grający gypsy jazz, niestandardowe połączenie amerykańskiego swingu i melodii cygańskich; **29.08. godz. 19.00** – Tureckie Kino Kępa: „120”, reż. Murat Saraçoğlu Özhan Eren, 2008.

■ **Klub Kultury Seniora, ul. Pawlikowskiego 2 – 26.08. godz. 10.00** – szachy; **28.08. godz. 16.00** – Trio fortepianowe: Marta Kubicka – fortepian, Marta Nojgebaor – skrzypce, Dorota Flaga – wiolonczela; **30.08. godz. 10.00** – brydż;

■ **LO nr XXXVII im. Agnieszki Osieckiej, Stanów Zjednoczonych 24** – wystawa „Warszawa walczy 44” zorganizowana przez PTTK Warszawa Praga. Można oglądać w każdą środę: w sierpniu od 15.00–17.00, we wrześniu od 15.00–19.00

Na wszystkich imprezach jest wstęp wolny.

Wieści z Wawra



Koncert Zenka Martyniuka i piknik rodzinny w Zerzniu

Z okazji 150-lecia Gminy Wawer na terenie parafii

Wniebowzięcia N.M.P w wawerskim Zerzniu odbył się niezwykle piknik rodzinny.

Wśród atrakcji, przygotowanych przez Urząd Dzielnicy Wawer i Wawerskie Centrum Kultury, znalazły się pokazy taneczne, koncert zespołu ThiSide, pokazy sztuk walki i fitness, a także zawody sportowe, loteria i moc atrakcji dla najmłodszych.

Na finał dla gości zagrał Zenek Martyniuk z zespołu Akcent, z którym bawiły się tłumy widzów. Gości przywitani zastępcą burmistrza dzielnicy Wawer Leszek Baraniewski i ks. Krzysztof Waligóra, proboszcz parafii.



10 września Piknik Rodzinny z OSiR Wawer

DMUCHALNICE, gry i zabawy, animacje, konkursy, i inne atrakcje

PLAC ZABAW ul. V Poprzeczna 22 Anin

START o godz. 10:00

o 18:00 zapraszamy na PLENEROWY Seans Filmowy DLA CAŁEJ RODZINY!

Burmistrz Dzielnicy Wawer m.st. Warszawy zaprasza na

12 WAWERSKIE SPOTKANIE KABARETOWE

WYSTAPIA: **KABARET Neo-Nówka**

Tadeusz Drozda
Karol Kopiec

4 WRZEŚNIA GODZ. 14.00-17.00

PARTNER HOTEL BOSS ul. Żwanowiecka 20 Warszawa

Wydawanie wejściówek:
Urząd Dzielnicy Wawer m.st. Warszawy ul. Żegańska 1
w dniu: 29 sierpnia w godz. 14.00 – 18.00, 30 sierpnia do 2 września w godz. 08.00 – 16.00

Uwaga! Każdy dorosły mieszkaniec może otrzymać bilet za cegiełki Biblioteki Publicznej na zakup książek.

PROJEKT GRAFICZNY WYKONAŁ GRZEGÓRZ NAROLCZYK

Adam SŁODOWY

Naprawdę trudno uwierzyć, że taki ktoś jak on, do telewizji trafił przez przypadek. – *Wszedłem z ulicy i powiedziałem: Nie podobają mi się wasze programy. Jeden z redaktorów odpowiedział: zrób pan lepszy. Napisałem scenariusz, spodobało się i tak to się zaczęło* – wspomina pan Adam.

Po pierwszej emisji odcinka o budowie karmnika dla ptaków przyszło do telewizji aż... 7,5 tysięcy listów. Wiele z nich zaczynało się od słów: „Wysoki Znawco”, „Szanowny Panie Instruktorze”, „Drogi Zrób to Sam”. Program pana Adama cieszył się tak ogromną popularnością, że przez te wszystkie lata musiał przygotować aż 505 odcinków!

I to nie jedyne jego dokonania. Oprócz programu „Zrób to sam”, obecni 30- i 40-latkowie są mu wdzięczni za dobranoczkę „Pomysłowy Dobromir” i „Pomysłowy wnuczek”. W telewizji miał też etat konstruktora urządzeń scenotechnicznych. Według jego pomysłów wykonano ok. 60 maszyn usprawniających pracę w studiu telewizyjnym.

– 40 lat temu śp. Gustaw Holoubek zażyczył sobie, aby pokazać teatr telewizji na obrotowej scenie. Zaprojektowałem ją, zbudowano i działało. Wiedziałem też jak zrobić, aby

telewizowie widzieli, że woda płynie... – opowiada ze wzruszeniem pan Adam.

Techniką i majsterkowaniem pan Adam interesował się od małego. Już jako przed-szko-lak nieustannie wypytywał ojca, dlaczego promień słońca przechodzi przez szybę. Tata nie zbywał jego pytań. Było wprost przeciwnie – cierpliwie na nie odpowiadał. A mały Adam słuchał, wyciągał wnioski i z dnia na dzień zgłębiał podstawowe prawa optyki.

W wieku ośmiu lat, całe swoje wakacje poświęcił na budowę perpetuum mobile, czyli maszyny, która wbrew prawom fizyki działałaby wiecznie. Nie udało mu się to osiągnąć, ale nie zrażał się i nie tracił zapału i chęci do majsterkowania. Pochłaniał książki, uwielbiał się uczyć i miał szczęście do dobrych nauczycieli.

Pierwszym był cierpliwym ojciec, drugim nauczyciel gimnazjalny, prof. Bruckner, który specjalnie dla Adama otwierał po południu szkolne laboratorium i pozwalał rozwijać chłopcu jego pasję. To właśnie wtedy mały Adaś zaprojektował urządzenie, które w przypadku pożaru włączało alarm, a w razie ewentualnej potrzeby uruchamiało gaśnicę.

Kiedy miał 15 lat wybuchła wojna. W 1944 roku zgłosił się

na ochotnika do wojska. Skończył wojnę jako oficer artylerii w Szczecinie. Następnie został wykładowcą w Wyższej Szkole Artylerii Przeciwlotniczej, w której zbudował symulator lotu pocisku.

W międzyczasie napisał książkę, która bardzo szybko okazała się hitem. 20-tysięczny nakład jego „Budowy samochodu amatorskiego” rozszedł się w tydzień. Księgarnie domagały się dodruku.

Praca pana Adama została niejednokrotnie doceniona i to nie tylko przez fanów. Od samego premiera otrzymał „Nagrode za twórczość artystyczną dla dzieci i młodzieży oraz działalność popularyzatorską w dziedzinie politechnizacji”, od dzieci natomiast Order Uśmiechu. Dostał też nagrodę literacką Stowarzyszenia Bibliotekarzy Polskich jako autor najpoczytniejszych książek w bibliotekach publicznych w roku 1983.

I to właśnie w tym czasie Adam Słodowy po zrobieniu 505. programu pożegnał się z telewizją. Współpracownicy nie potrafili się z tym pogodzić. Jednak jego decyzja była nieodwracalna. „Pan Zrób to Sam” przeszedł na zasłużoną emeryturę.

Swoją oazę spokoju odnalazł w Warszawie. Zaprojektował idealne mieszkanie

dla siebie i swojej ukochanej żony Bożeny. I tak, blat stołu zamienił w podstawkę elektrycznej prasownicy. Sprawił, że drzwiczki ściennych szafek przy otwieraniu unoszą się do góry, a kosz pod zlewozmywakiem wysuwa się po dotknięciu szafki kolanem. Wszystko zrobione było na wymiar, z pomysłem, tak, aby cieszyło domowników przez długie lata.

Dzięki temu, pan Adam może się teraz cieszyć czasem dla siebie i rodziny. W końcu jest dumnym ojcem dwóch synów. Obydwaj mieszkają za granicą. Starszy pracuje jako fizyk w Australii, a młodszy jest lekarzem w USA.

Poza spotkaniami z najbliższymi pan Adam robi srebrną biżuterię dla żony, witraże, buduje meble, maluje obrazy. Dużo czyta, zwłaszcza z dziedziny astronomii. Niestety, nie udziela wywiadów, nie pojawia się na okolicznościowych telewizyjnych jubileuszach.

– *Nie uczestniczę w życiu publicznym, bo to już nie moja telewizja. To młodym, utalentowanym ludziom trzeba przede wszystkim poświęcać czas i uwagę* – wyznał.

I chociaż usunął się w cień, stroni od mediów, to i tak, chcąc nie chcąc, pozostanie w pamięci milionów jako mistrz kreatywności. (ad)

Fot. Agencja WBF

Nauczył wielu Polaków, jak robić coś z niczego. Przez ponad 20 lat Adam Słodowy zachęcał do majsterkowania w swoim programie „Zrób to sam”. I mimo iż od lat jest już na emeryturze, nadal przechodnie zaczepiają go, dziękując za program i cenne porady, które aktualne są po dziś dzień.

REKLAMA

REKLAMA

GOTOWE MIESZKANIA

EDinvest S.A. OSIEDLE WILGA, GOCŁAW

OSZCZĘDŹ DO 21 TYS. ZŁ

PROMOCJA OGRANICZONA CZASOWO

22 671 95 28

www.edinvest.pl

Obwodnica w Wawrze pod przykryciem?

Wśród mieszkańców Wawra wiele emocji wywołuje planowana budowa Południowej Obwodnicy Warszawy. Władze samorządowe dzielnicy chcą zmian w dotychczasowych planach jej przebiegu.



Głównie chodzi o przykrycie wykopu POW na węźle z ul. Patriotów. Na ostatniej sesji rady dzielnicy wawerscy rajcy przyjęli stanowisko, w którym oczekują przykrycia wykopu (tzw. wanny szczelnej) na wspomnianym odcinku. Radni argumentują, że przykrycie trasy S2 na węźle z ul. Patriotów umożliwi m.in. przyszłe modyfikacje układu drogowego, wpłynie na zmniejszenie poziomu hałasu i ilości spalin oraz pozytywnie wpłynie na problem z odprowadzaniem wód opadowych. Nie bez znaczenia jest też fakt, że takie rozwiązanie może wpłynąć na wartość gruntów sąsiadujących z inwestycją, a także będzie bardziej estetyczne.

Radni odnoszą się również do trzeciego toru kolejowego na linii Warszawa – Dołhówek i zwracają uwagę, że skoro trwają w tym samym czasie „prace projektowe nad POW oraz opracowana została koncepcja programowo-przestrzenna budowy trzeciego toru na ww odcinku możliwe jest takie skoordynowanie prac i opracowanie projektów, aby słuszne oczekiwania mieszkańców, dotyczące ich życiowej przestrzeni, jak i rozsądnego rozwiązania w skoordynowaniu prac nad tymi inwestycjami zostały zaspokojone”.

Stanowisko zostało przekazane władzom Warszawy oraz władzom centralnym, które prowadzą te inwestycje. (ar)

**Pędzelkiem
MIESZKAŃCA**
— Jacek Frankowski



KONKURS „PRAGA – moja dzielnica, MIESZKANIEC – moja gazeta.”

Zamieszkałam na Saskiej Kępie w trakcie „zimy stulecia” w styczniu 1963 roku. Wtedy w połowie roku szkolnego przeprowadziłam się wraz z rodzicami do Warszawy.

Ulica Argentyńska, przy której stał nasz blok, w ogóle nie istniała i mieszkańcy sami układali w błocie płyty chodnikowe, by dotrzeć do Brukselskiej, gdzie była pętla autobusu 117.

Chodziłam do żeńskiego liceum im. Curie-Skłodowskiej na Obrońców, ale maturę zdawałam w 1965 roku już w Mickiewiczu, który wchłonął tamto żeńskie liceum. Liceum Mickiewicza było wtedy męskie i w maturalnej klasie zafundowano nam koedukację, co było ciekawym przeżyciem.

Za naszym domem rozciągały się pola w kierunku lotni-

ska na Gocławiu. Dotychczas mieszkaliśmy w centrum Poznania, a teraz miałam trochę odczucie jakbym z miasta przeprowadziła się na wieś. Można było obserwować zające buszujące wśród kapusty i startujące szybowce na lotnisku.

Na skrzyżowaniu Saskiej i al. Stanów Zjednoczonych znajdowało się gospodarstwo niejakiego Kuśmirka, gdzie kupowaliśmy mleko prosto od krowy. Ale widok z naszego mieszkania rekompensował nam te wiejskie klimaty, gdyż rozpościerał się malowniczo na całą Warszawę z Pałacem górującym nad wszystkim.

Wkrótce w szczerym polu wybudowano wielkie Technikum Łączności i codziennie rano tłum chłopaków maszerował pełną

drogą do tego przybytku wiedzy. Trasa Łazienkowska pojawiła się w tempie oszałamiającym w 1971 roku i całkiem zmieniła moją okolicę. Zaiskrzyła nie tylko aleja Stanów Zjednoczonych,



ale wyasfaltowano też okoliczne uliczki, także naszą.

Niestety, mimo że nasz dom stał w drugim rzędzie od trasy to hałas stał się nie do wytrzymania. Teraz gdy stawiają wszędzie ekrany, czy trzeba czy nie trzeba, tamte domy

bezpośrednio przy ulicy są wciąż bezbronne. Może odkąd tiry wyrzucono na most Sierkiewski trochę się poprawiło, ale ja tam już nie mieszkam od szesnastu lat. Ale wtedy roz-

mach z jakim zbudowano trasę był imponujący i dotychczas wydaje mi się wspaniała.

Są też miejsca, które wtedy ponad 50 lat temu, były zwykłą łąką i od tamtej pory dwukrotnie zmieniło się ich przeznaczenie. Najbardziej charakterystyczne

są okolice placu Przymierza, który zresztą nigdy nie był placem. Był to rozległy trawnik na którym stał barak pełniący rolę szkoły podstawowej, wkrótce ją przeniesiono do nowej „tysiąclatki” wybudowanej na Saskiej. Barak zlikwidowano i kolejno zaczęły się pojawiać funkcjonalne zabudowania: imponująca duża przychodnia na rogu Saskiej, bar-restauracja „Pokusa”, sklep Społem zwany „blaszakami” i obok piekarnia. No i najważniejsze – kino „Sawa”, które cieszyło wszystkich.

Później po roku 1989 zaczęły się zmiany – „Pokusa” przepoczwarzyła się w prywatną restaurację i niedługo potem uległa skutecznie tajemniczemu pożarowi. Zlikwidowano sklep i piekarnię, powstały

nowe bloki z podziemnymi garażami. Najbardziej żał „Sawy”, bo sklepy znalazły sobie nowe miejsca i rozmnożyły się w sposób niebywały, a obecnie najbliższe kino jest dopiero w Promenadzie.

Nie mieszkam od dawna na Argentyńskiej, ale nie opuściłam całkiem tej dzielnicy, gdyż osiedliłam się w jej przedłużeniu – na Gocławiu. Po nieistniejącym lotnisku została tylko nazwa spółdzielni mieszkaniowej. Spaceruję z moim wnukiem wokół Balatonu i nie mogę sobie przypomnieć, czy w czasach, gdy chodziłam po tych polach kapusty, było już to jezioro. Chyba nie. Odwiedzamy rzeźbę Kota Niezależnego i jemy lody w kawiarni.

Elżbieta Ligęza

REKLAMA

REKLAMA

28 · 08 · 2016

WYZWÓL SWOJĄ ENERGIĘ

na najszybszej trasie półmaratonu w Polsce

BMW PÓLMARATON PRASKI

www.bmwpolmaratonpraski.pl

4F

PIĄTKA PRASKA

BIEG TOWARZYSZĄCY NA DYSTANSIE 5KM

sponsor tytularny

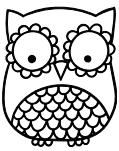
oficjalny sponsor techniczny



ŚMIESZKANIEC

Na rybach. Maż do żony:
- Są jeszcze kielbaski?
- Nie ma. Zjadłam.
- A może kanapki?
- Też zjadłam.
- A jabłka?
- Wszystkie zjadłam.
- Wiesz co? To zjedz jeszcze robaki i wracajmy do domu...
★★★
Syn do ojca:
- Tato, czy to prawda, że znaleźliście mnie w kapuście?!
- Tak. To prawda. A wczoraj znaleźliśmy cię za śmietnikiem, za to w sobotę na przystanku. Synu, musisz wreszcie przestać pić!
★★★
Sklep z dywanami.
Klientka do sprzedawcy:
- Proszę coś „niezniszczalnego” na podłogę w dziecięcym pokoju.
- A ile ma pani dzieci?
- Pięcioro.
- To może asfalt...

Wesoły Romek



RADY CIOTKI AGATY

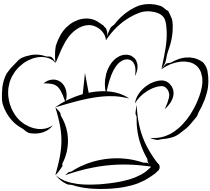
◆ Korzystasz z basenu lub kąpiesz się w słonej, morskiej wodzie? Koniecznie, po każdym wyjściu, jak najszybciej płucz starannie pod kranem kostium kąpielowy, nie pozwalając mu przedtem wyschnąć. W przeciwnym wypadku chlor lub słona woda zniszczą tkaninę oraz mogą spowodować blaknięcie kolorów.
◆ Spróbuj dodawać do posiłków każdego dnia choćby jedną łyżkę siemienia lnianego (bogate źródło lecytyny i bio-oleju), w ziarenkach lub świeżo mielonego w młynku do kawy – znakomicie poprawia pamięć i świetnie działa na cholesterol. Uwaga! Jeśli używasz mielonego siemienia, lepiej przygotuj je samodzielnie, na bieżąco, zamiast korzystać z kupnego, gotowego.
◆ Brak lub niedostatek snu otwiera drzwi rozmaitym chorobom, także przewlekłym, fatalnie wpływając na naszą odporność. Mimo że nadal dzień mamy długi, dbaj o to, by się wysypiać, zwłaszcza na urlopie! To jedna z najmielszych i najtańszych przyjemności...



WARTO WIEDZIEĆ

O czym tu gadać przy niespiesznym grillu albo podczas czyszczenia grzybów? Oto kilka ciekawostek, które warto wiedzieć.
■ Już w 1993 roku na Wydziale Fizyki Uniwersytetu Warszawskiego powstał pierwszy polski serwer WWW-Polish Home Page. Jednak dwa lata wcześniej wykonano pierwsze, jednogminutowe połączenie internetowe z Centrum Komputerowym Uniwersytetu w Kopenhadze. Jak to się błyskawicznie rozwija!
■ „Popamiętasz ruski miesiąc”. Ruski, czyli jaki? W 1582 roku Polska przyjęła kalendarz gregoriański (to dopiero była rewolucja!), podczas gdy Rosja nadal posługiwała się juliańskim. To spowodowało różnicę w datach i gdy polski miesiąc kończył się 31 dnia, to „ruski” trwał nawet ponad 40 dni!
■ Trenerzy podczas meczów, zwłaszcza znaczących, często zachowują się dziwnie, na przykład z pozoru bez powodu zakrywając dłonią usta. To świadome działanie! Nie chcą, by ktoś z ruchu warg odczytał, co mówią i co nagrywają kamery, bo nie zawsze są to treści przeznaczone dla osób trzecich, zwłaszcza wrażliwych na wulgaryzmy.
Ciekawska

ZAJRZYJMY DO KUCHNI



CIASTO FRANCUSKIE MOŻNA ZROBIĆ SAMEMU ALBO KUPIĆ GOTOWE, TAKŻE W WERSJI LIGHT. KILKA WYTRAWNYCH POMYSŁÓW.

▲ **ZIOŁOWE:** rozwiń płat ciasta francuskiego (pergamin zostaw na dole), posmaruj wzdłuż serkiem ricotta, zostawiając pusty pasek 3–4 cm wzdłuż dłuższego boku. Na ser rozsyp drobno siekane świeże zioła (rozmaryn, oregano, bazylia), uzupełnij suszonymi (tymianek, kozieradka, czarnuszka), a na to daj suszone pomidory w płatkach lub mielone orzechy. Lekko posól i, podnosząc brzeg pergaminu od strony z serem, powoli roluj ciasto w kierunku pustego brzegu. Gdy wałek jest uformowany, pokrój go w poprzek na 2–3 centymetrowe kawałki. Ułóż je na blasze. Na każdym połów kwadracik pomarańczowego sera mimolette i włóż do nagrzanego piekarnika; piecz powoli, aż się ozłocą. Najlepsze – na gorąco, ale świetne też, gdy wystygną. Inna wersja – płat posmaruj koncentratem pomidorowym, dodaj sól, czosnek, przyprawy (bez sera); roluj, krój, piecz!
▲ **PIECZARKOWE:** pieczarki zetrzyj na tarce i osolone duś na maśle, aż stracą wodę. Wtedy dodaj startą cebulę i nadal duś, doprawiając pieprzem. Gdy gotowe, ostudź, wymieszaj z niewielką ilością tartego sera (gouda, edamski, ementaler) i układaj porcjami na rozwinięte, pokrojone w kwadraty o boku 4–6 cm ciasto posmarowane rozmaconym jajkiem. Każdy kwadrat z nadzieniem zlepiaj czterema rogami do góry i układaj na blaszce, potem posmaruj rozmaconym jajkiem, piecz aż będą złote.
▲ **PALUSZKI:** płat ciasta francuskiego ostrym nożem przekrój wzdłuż na dwie równe części, a następnie każdą z nich na paski szerokości wskazującego palca. Każdy pasek posmaruj mlekiem lub rozmaconym jajkiem i posypuj: jedno parmezanem, inne czarnuszką, kozieradką, sezamem, mielonymi suszonymi pomidorami, wiórkami innego, dość twardego sera (cheddar), kminkiem, a potem leciutko oprószyć solą. Ważne, żeby na różnych paluszkach były różne dodatki. Następnie każdy pasek, zanim położysz na blasze, skręć tak, by środkowa część paluszka była w kształcie „śrubby”. Piecz do złotości, podawaj do zup kremów lub solo!

Pyszna Józia

H O R O S K O P

Baran
21.03-21.04

Nieoczekiwanie trafi się okazja i podreperujesz swój budżet. Plany na pewno się spełnią, jeżeli wykażesz się cierpliwością. Rozwaga popłaca, możesz zdobyć uznanie. Postaraj się również mniej krytycznie patrzeć na świat i mieć większe zaufanie do ludzi. Koniecznie zadbaj o kondycję, bo wchodzenie po schodach skończy się zadyśką.

Byk
22.04-21.05

W życiu zawodowym nadchodzi trudniejszy okres. Nie bujaj w obłokach, weź się do roboty. Jeżeli dobrze się rozejrzysz, zauważysz, że ktoś wzdycha do ciebie. Nie odrzucaj kielkującego uczucia, bo możesz stracić niepowtarzalną okazję, by spotkało cię coś pięknego. Przecież zawsze o tym marzyłeś.

Bliźnięta
22.05-21.06

W realizacji planów może przeszkodzić twój nadmierny optymizm i pewność siebie. Nie zlekceważ oznak nadchodzącego zagrożenia, bo nie zauważysz przeszkód, które mogą się przed tobą piętrzyć. Dlatego pamiętaj, aby w odpowiednim momencie wrócić do rzeczywistości i naprawić, co się da. Zadbaj o zdrowie, nie ulegaj kulinarnym pokusom.

Rak
22.06-22.07

W powietrzu wiszą zmiany – może dotyczyć twoich spraw zawodowych. Przejmij inicjatywę i poproś szefa o podwyżkę. Energia i mnóstwo pomysłów, którymi jesteś naładowany, pozwoli ci spotkać kogoś wyjątkowego. Spędzisz z nim niezapomniane chwile, które na długo pozostaną w twojej pamięci. Zaczniij myśleć pozytywnie. Odważ się na odrobinę szaleństwa.

Lew
23.07-23.08

Miewasz ostatnio zbyt buntownicze usposobienie, co powoduje, że pochopnie podejmujesz decyzje. W sprawach biznesowych nie zabraknie ci weny i błyskotliwych decyzji – będziesz mógł się popisać elokwencją. Ale zastanów się, co jest ważne w twoim życiu i czy nad wszystko przedkładasz karierę i bywanie na salonach?

Panna
24.08-23.09

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

Waga
24.09-23.10

Uwierz we własne możliwości i zabłyśnij w oczach zwierzników. Pozwól, by twój czar i wdzięk osobisty zauroczył niezwykłego człowieka. Warto również odwiedzić krewnych, których dawno nie widziałeś. Wybierz się na łożo natury i naciesz się ciepłymi dniami. Odpoczniesz i nabierzysz sił do czekających na ciebie zadań. Nie obawiaj się, dasz sobie radę.

Skorpion
24.10-23.11

W uczuciach bez zmian. Może warto to zmienić i rozejrzeć się za kimś. Pamiętaj, że czasem warto szokować, by wzbudzić czyjeś zainteresowanie. W życiu zawodowym bez większych niespodzianek, natomiast pomyśl o zdrowiu. Powinieneś również zadbać o swój wygląd, kupić nowy ciuszek i zawrócić w głowie komuś, na kogo od dawna masz chrapkę.

Strzelec
24.11-22.12

Może ogarnąć cię szaleństwo zakupów. Tylko czy twoja kieszonka to wytrzyma? Nie bierz kredytu, bo możesz mieć kłopoty ze spłatami. Niech cię nie zaślepi chęć imponowania innym, bo źle to się skończy. Postaraj się, aby to, co teraz zaczynasz – odzwierciedlało twoje prawdziwe nastroje i pragnienia.

Koziorożec
23.12-20.01

Jesteś obiektem czyjegoś zainteresowania. Ale pamiętaj, że nie warto w takiej sytuacji zachowywać się zbyt pochopnie. Lepiej przemyśleć coś dwa razy, niż potem żałować i leczyć rany w sercu i na duszy. Opanowanie jest cnotą – pamiętaj o tym, ale zbyt ni umiar też nie popłaca.

Wodnik
21.01-19.02

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

Ryby
20.02-20.03

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

Merlin

Krzyżówka Mieszkańca nr 16

boczną ściana wyróbiska	wyrób cukier- niczy	szlachecki herb polski		egoista, samolub	Wojskiego na rogu		1	model fiata	pleć		material do podłogi	tango Grechuty
					bera kryty pomost siatki							
nowe kadry		płatyno- wiec, Rh inwalidzka				zawilec				4		
								dwukolowa taczka				
łepy koniec szpilki								kopulak				
duma dziadka					brat Poleum kadź w farbami				połączenie kości			
									mała Alicja płynąca woda			
					ostrze, szpic							
wynalazca silnika parowego	spręża gaz			opalacz mini pieszczotli- wie o ptaku			13				ociepla piaszcz	bawi się piłką w cyrku
zmora uczniów po uczniow- sku		maż Fatimy		podmuch powietrza pasterka							tasiemiec uzbrojony	
						operacja bankowa						
					Tse-tung					czas, ciąg		
niezgrabna lifiera					stolica Jordanii					środek gaśniczy		
brak decybeli						sala wykła- dowa			wesoly przyspiew w piosence			
żona lorda		Miejsce kłęski Hannibala prezent					12		hiszpański surrealista			ischias
					krzyżów- ka konia z osłem			9	miara płynów		3	
niszczy- ciel, barba- rzyńca									duża bańka			5
gatunek papugi					odrost pietruszki					dawna stolica Japonii		
								11				

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 13 utworzą końcowe hasło - przysłowie ludowe.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----

Rozwiązanie należy przysłać pod adresem redakcji w terminie 7 dni od daty ukazania się gazety. Rozwiązanie krzyżówki nr 14/2016: „Kto przebiera ten przymiera” – książkę wylosowała p. Anna Wysocka z Warszawy. Po odbiór zapraszamy do redakcji (z dowodem tożsamości) do 2 września 2016 r.

DAM PRACĘ

■ Stolarza meblowego i pomocnika zatrudnię, Międzyziesie. Tel. 513-975-002

FINANSE

■ Pożyczka do 25000 zł. Tel. 663-271-508

■ Pożyczki gotówkowe. Tel. 660-391-486

■ Pożyczki w 24h (także z komornikiem). Tel. 790-564-948

KUPIĘ

■ A A A Antyki wszelkie za gotówkę oraz znaczki, monety, medale. Tel. 516-400-434

■ A Antyki, monety, znaczki, książki, meble, obrazy, platery. Płacę gotówką. Tel. 22 253-38-79, 601-235-118

■ STARY MOTOCYKL. TEL. 22 616-22-92, 601-662-349

MEDYCZNE

■ Alkoholowo-narkotykowe odtrucie, Esperal. Tel. 22 671-15-79, 22 613-98-37

■ Stomatologia MERADENT, Żegańska 14 lok 3 Warszawa Międzyziesie. Wykonujemy protetykę w ramach NFZ. Tel. 22 612-74-80

NAUKA

■ Matematyka, dojazd. Tel. 691-870-045

■ Pomoc i nauka w obsłudze komputera, internetu i komórki. Osoby starsze – promocja! Student. Tel. 533-404-404

NIERUCHOMOŚCI – Mam do wynajęcia

■ Garaż blaszak nowy, ul. Prochowa 63, Grochów. Tel. 530-241-923

■ Lokal usługowy 36 m kw. Warszawa ul. Fieldorfa 10 lok. 326. Tel. 605-735-909

NIERUCHOMOŚCI – Sprzedam

■ Bezpośrednio 2 przyległe do siebie działki budowlane z możliwością podziału na 4 działki w Nowym Koniku gm. Halinów. Tel. 728-925-966

■ Sprzedam garaż 16 m² na zamkniętym podwórzu, ul. Dobrowoja. Tel. 606-666-548

PRACA

■ Opieka Niemcy Legalnie. Tel. 725-248-935

REKLAMA

ZAKŁAD POGRZEBOWY


Całodobowo KOMPLEKSOWE USŁUGI
Kredytowanie pogrzebu w zasięgu ZUS
KONKURENCYJNE CENY
ul. Rechiniewskiego 14 (kościół św. Patryka)
ul. Floriańska 2 - Filia
500 253 842; 502 832 474
www.letheWarszawa.pl

ZAKŁAD POGRZEBOWY

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

PRAWNE

■ Adwokat Wojciech Lipka przyjmuje już w Kancelarii Adwokackiej na Grochowie przy ul. Grenadierów 12. Sprawy karne, cywilne, rodzinne, spadkowe (umowy, odszkodowania, rozwody, alimenty, nieruchomości, inne). Tel. 500-175-857

■ 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, rozwody. Wawer-Anin ul. Ukośna. Tel. 22 613-04-30, 603-807-481

■ Kancelaria Prawna, szeroki zakres usług. al. Waszyngtona 146 lok. 212 (wejście jak do Agencji Rynku Rolnego). Kancelaria została przeniesiona z Uniwersamu Grochów. Tel. 509-959-444, www.kancelariaosica.pl

RÓŻNE

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

SPRZEDAM

■ Drewno opałowe, Marysin, Tel. 607-196-129

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

SZUKAM PRACY

■ Kucharz podejmie pracę od zaraz, duża praktyka, kuchnia polska. Tel. 513-589-198

■ Opieka nad starszą panią. Tel. 509-505-816, 501-537-766

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. Wywóz gruzu i mebli. Tel. 722-990-444

■ Transport – przeprowadzki – samochodów o wymiarach 3,9 dt./2,0 wys. – kontener, kraj, zagranica, konkurencyjne ceny. Tel. 502-904-764

TURYSTYKA

■ Jesienny wypoczynek dla Seniora w Krynicy Morskiej: turnus 7-dniowy już od 649 zł/os., turnus 14-dniowy już od 1299 zł/os. Cena obejmuje zakwaterowanie oraz zabiegi rehabilitacyjne. Zapisy: ul. Marszałkowska 81 lok. 25, Tel. (22) 834-95-29

REKLAMA

USŁUGI POGRZEBOWE

Miejskie Przedsiębiorstwo Usług Komunalnych Sp. z o.o.
■ ul. Grochowska 156
tel. 22 610-48-74; 667 051 700
■ ul. Floriańska 12
tel. 22 619-19-56; 22 619-36-19
■ całodobowo – tel. 195 88;
22 836-69-16; 608-053-943
Załatwianie formalności w domu Klienta
www.mpuk.waw.pl

**ZAKŁAD USŁUG
TAPICERSKICH I STOLARSKICH**
d. „REDOM”
ul. Walecznych 76,
tel./fax 22 617-23-33
tel. 693-377-081
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

TAPICER
* USŁUGI
* Narożniki wg. wymiarów klienta
* Materiały obiciowe
Warszawa, ul. Krypska 52/54
przy GROCHOWSKIEJ 179
(pawilon pogotowia weterynaryjnego)
Zakład przeniesiony z ul. Złanieckiego 8
 Tel. 612-53-88
0-691-75-50-50

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

CENTRUM NIERUCHOMOŚCI

**KUPIMY
TWOJĄ NIERUCHOMOŚĆ
ZA GOTÓWKĘ!**

 **ANDRZEJCZYK**
NIERUCHOMOŚCI

MIESZKANIE • STRYCH • LOKAL • KAMIENICĘ

739-036-784

WARSZAWA AL JEROZOLIMSKIE 87/314
www.ANDRZEJCZYK.pl

BLACHA!!!

- PARAPETY ZEWNĘTRZNE STALOWE I ALUMINIOWE NA WYMIAR
- OBRÓBKĘ BLACHARSKIE, ORYNNOWANIE OCYNKOWANE
- OKNA I DRZWI PCV I AL
- KRÓTKIE TERMINY, ATRAKCYJNE CENY,
- FACHOWE DORADZTWO

ZAPRASZAMY!

ul. Rzeczna 6, 03-794 Warszawa
Tel. 22 812 75 58, Kom. 502 439 109
www.bwparapety.com.pl, biuro@bwparapety.com.pl

USŁUGI

■ A A Tani Serwis Komputerowy
Dojazd i Ekspertyza 0 zł.
Tel. 504-617-837

■ AAAA Automatyczne pralki, zmywarki – krajowe, zachodnie. Naprawa. Tel. 609-105-940

■ Anteny satelitarne, naziemne, nc+, Trwam, Polsat, tvn24, oraz dekodery telewizji naziemnej. Sprzedaż, montaż, naprawa. Tel. 22 815-47-25, 501-123-566, lemag-tvsat.waw.pl

■ ANTENY, TELEWIZORY – NAPRAWA. TEL. 602-216-943

■ Cyklinowanie, lakierowanie – Jacek Szpakowski. Tel. 22 872-93-03, 502-920-316

■ Cyklinowanie, układanie, lakierowanie, przekładanie parkietów – Jan Grzybowski. Tel. 22 810-70-88, 609-542-545

■ Czyszczenie Karcherem dywanów, wykładzin, tapicerki. Tel. 694-825-760

■ Dezynsekcja – skutecznie. Tel. 22 642-96-16

■ Domofony, naprawa pralek, instalacje elektryczne. Tel. 601-93-68-05

■ DOMOWY HYDRAULIK, TERMY, KUCHNIE – 24 H. TEL. 22 610-88-27, 604-798-744

■ ELEKTRYCZNE. TEL. 504-618-888

■ Futra – kożuchy, odzież skórzana – usługi miarowe, przeróbki, wszelkie naprawy, ul. Zamieniecka 63. Tel. 22 610-23-05

■ Gaz, hydraulika – 24h, naprawa pieca, termy, kuchni, podłączenia, uprawnienia gazowe. Tel. 22 610-18-53, 662-065-292

■ 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, wod. kan.-gaz., piece, remonty, przeglądy gazowe, kominiarskie. 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

■ KSIĘGOWOŚĆ DLA FIRM. TEL. 606-763-006

■ ŁODÓWEK NAPRAWA. TEL. 22 842-97-06, 602-272-464

■ Łodówki, pralki, telewizory – naprawa. Tel. 694-825-760

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

■ Ocieplanie domów. Tel. 660-473-628

■ Odbieram zużyty sprzęt agd, złom, makulaturę. Sprzątanie piwnic i strychów. Wywóz mebli. Tel. 22 499-20-62

■ PANELE, UKŁADANIE. TEL. 504-618-888

■ Papa termozgrzewalna. Tel. 660-47-36-28

■ Pralki, lodówki – naprawa. Tel. 502-562-444, 603-047-616

■ PRALKI NAPRAWIAM – EMERYCI 50% TANIEJ. TEL. 22 672-95-50, 503-846-135

■ Rolety antywłamaniowe i naprawy. Tel. 602-228-874

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

■ STOLARZ – SZAFY, ZABUDOWY, GARDEROBY I PAWLACZE. TEL. 602-126-214

■ Tapicerskie. Tel. 22 612-53-88

■ Żaluzje, verticale, rolety, moskitiery – naprawy, pranie verticali. Tel. 22 610-54-19

**KREDYTY I CHWILÓWKI
WOLSKA 84/86
TEL. 604-220-727,
600-665-061**

Warszawskie Centrum Kredytowe działa w zakresie zawierania umów kredytu na rzecz i w imieniu firm

SMS KREDYT, FERRATUM, AXCESS, REGITA, VIVUS, TAKTO, OPTIMA DIRECT, NET CREDIT, AASA, IN CREDIT, ZAPLO, PROFICREDIT, HAPI, GWARANT, TPW, MIKROKASA, UNILINK CASH, PROVIDENT oraz banków BPH, ALIOR, SMART, TF BANK.

USŁUGI – Budowlane

■ Tarasy drewniane. Tel. 504-250-013

■ Usługi: koparko-ładowarka – wykopy, niwelacje, wyburzenia, młot – kucie. Konkurencyjne stawki. Tel. 502-904-764

■ Wykończenia, remonty. Tel. 504-781-725

USŁUGI – Komputerowe

■ AAA Tani Serwis Komputerowy 18 zł/h 24h. Dojazd 0 zł. Tel. 506-480-505

■ Serwis. Tanio. Tel. 602-849-614

USŁUGI – Porządkowe

■ Pranie dywanów, wykładzin, tapicerki meblowej i samochodowej. Tel. 500-753-803

USŁUGI – Remontowe

■ Dachy, rynny, kominy; krycie, naprawa, wymiana. Tel. 504-250-013

■ Glazura, hydraulika, malowanie. Tel. 606-181-588

■ Glazura, remonty, f-VAT. Tel. 792-43-78-83

■ Malowanie, panele, wykładziny. 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

■ Ocieplanie domów, dachy, doświadczenie. Tel. 602-138-623

■ 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

ZWIERZĘTA

■ GABINET WETERYNARYJNY
FREDEK, GOCŁAW,
UL. F. ZNANIECKIEGO 8.
TEL. 22 672-07-75

REKLAMA

ZAKŁADY 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

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

 Dom Pogrzebowy
„Gojscy”
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

Sprawnie leczyć, skutecznie zapobiegać!

Dziś w Boramedzie spotykamy się z Tomaszem Paprockim, fizjoterapeutą. Pisaliśmy o nim ostatnio, przedstawiając zespół.

– Dlaczego Pan wybrał ten właśnie zawód?

– Jeszcze w liceum marzyłem o tym zawodzie, o własnym gabinecie fizjoterapeutycznym, o niesieniu pomocy ludziom. Dlatego po maturze bez wahania poszedłem w tym kierunku: to była Wyższa Szkoła Fizjoterapii we Wrocławiu. Nigdy nie miałem problemów ze zdrowiem, więc na studiach dowiedziałem się mnóstwa zupełnie nowych dla mnie rzeczy, to było bardzo ciekawe! Tym bardziej, że często praca rehabilitanta jest powiązana z moją pasją – sportem!

– Jakimi sportami pan się pasjonuje?

– Biernie – wszystkimi! Czynnie – przez kilka lat trenowałem piłkę nożną, siatkówkę, koszykówkę i tenis ziemny. Narty nigdy mnie nie pociągały – lubię ciepło!

– Porozmawiajmy o specyfice Pana pracy: czy to jest jakiś problem, gołą dłonią dotykać różnych ciał, osób w różnym wieku, z różnymi schorzeniami? Czy to nie jest kłopotliwe?

– Wcale! Jeżeli ktoś wybiera ten zawód z powołania

i z pasji, to nie ma żadnych problemów czy obaw przed dotknięciem pacjenta. To bez różnicy, czy skóra jest gładka czy pomarszczona, czy to kobieta, mężczyzna czy dziecko. Owszem, zdarzają się pacjenci ze schorzeniami skóry, na przykład z łuszczycą, która, jak wiadomo, nie jest zakaźna. Oczywiście, taki pacjent wymaga specjalnego traktowania, bo jego skóra jest delikatna i zanim rozpoczniemy terapię, wszystko dokładnie omawiamy. Ale to też nie jest żaden problem! Liczy się cierpiący człowiek, któremu trzeba pomóc. Zresztą, zawsze staram się dowiedzieć o chorobach współistniejących nawet, gdy „na oko” ich nie widać. To dla mnie ważne wskazówki. To przyjemność pomagać pacjentom. Im trudniejszy problem, tym większa potem satysfakcja dla terapeuty!

– Jaka jest różnica, z Pana punktu widzenia, między pacjentem młodym a starszym?

– Młodzi pacjenci przeważnie przychodzą tu, by odzyskać sprawność i dobrą kondycję, usunąć bolesne skutki kontuzji, często spor-

Tomasz Paprocki – ma blisko 10 lat doświadczenia zawodowego w różnych placówkach medycznych, a także przy turniejach i imprezach sportowych. Najskuteczniejsza jest wiedza poparta dużą praktyką, pozostająca nie tylko w sferze teorii: doświadczenie pana Tomasza jest najwyższej próby. Zapytany o sprawy bardziej osobiste zapewnia, że jego ambicją jest być szczęśliwym każdego dnia. Jego żywioł to aktywność, poznawanie nowych smaków i nowych ludzi; ceni czas spędzany z przyjaciółmi.



towej. Pacjenci starsi zwykle mają inne problemy: tu często choroba rozwijała się powoli, stopniowo, przysparzając coraz większego bólu albo ograniczając ruchowo i chodzi o przywrócenie (choćby częściowe) utraconej sprawności. Kiedy wrócą do utraconej przed miesiącami czy latami sprawności, są zachwyceni i ogromnie się tym cieszą. Zawsze powtarzam moim pacjentom, że najlepiej, gdy uda się wrócić do takiego stanu, który pozwoli na swobodne poruszanie się w życiu codziennym.

w kilku placówkach medycznych, a także przy turniejach i imprezach sportowych. Najskuteczniejsza jest wiedza poparta dużą praktyką, pozostająca nie tylko w sferze teorii: doświadczenie pana Tomasza jest najwyższej próby. Zapytany o sprawy bardziej osobiste zapewnia, że jego ambicją jest być szczęśliwym każdego dnia. Jego żywioł to aktywność, poznawanie nowych smaków i nowych ludzi; ceni czas spędzany z przyjaciółmi.

– Nie każdemu jest łatwo rozebrać się w gabinecie.

– Tak, pacjenci mają różny stopień niesprawności, różne dysfunkcje, czasem związane z wiekiem. Nie należy się tym przejmować ani przywiązywać do tego wagi! Zawsze chętnie pomagam, tłumaczę. Jako terapeuta świetnie rozumiem problemy – także osób starszych – i pomagam, czy to zdjęć ubranie, czy wspiąć się na stół do masażu. Dla mnie jest bardzo ważne, by pacjent nie czuł się skrępowany, zawstydzony. Każdy tu dostaje ode mnie ogrom-

ną porcję akceptacji i może czuć się swobodnie. Każdy z nas jest inny i do każdego tak właśnie podchodzimy tu, w Boramedzie.

– Jak długi jest czas kontaktu fizjoterapeuty z pacjentem? Czy w Boramedzie obowiązują jakieś normy?

– Nie (śmiech), nie ma tu żadnych narzuconych „norm”. To bywa bardzo różnie! Niektórzy pacjenci przychodzą na 2–3 spotkania i problem jest rozwiązany, ale w innych wypadkach trzeba ich kilkunastu. W przypadku sportowców zawodowych okres ten zawsze jest długi, by zawodnik mógł bezpiecznie wrócić do treningów. Wielu pacjentów po kilku wizytach w pewnym momencie dostaje zestaw ćwiczeń do stosowania w domu, bez potrzeby systematycznego odwiedzania nas w Boramedzie. Każdy dostaje instruktaż, a gdy mam pewność, że ćwiczenia wykonywane są poprawnie, jestem spokojny, że sobie poradzi.

– Jakich pacjentów miewa Pan najczęściej?

– Pierwsza grupa to osoby w starszym wieku, nawet bardzo zaawansowanym. Druga – pacjenci w wieku 25–45 lat, aktywni zawodowo, więc narażeni na stres i mający zbyt mało czasu na aktywność. Przeciężenia kręgosłupa, to

przypadłość naszych czasów. Ale czekamy na każdego, komu można pomóc!

– Jakich rad udzieliłby Pan Czytelnikom?

– Przede wszystkim – higiena, dbanie o ciało: prawidłowa postawa, gdy siedzimy, gdy stoimy. Poza tym – systematyczny ruch, zmiana złych nawyków, nieprawidłowych wzorców ruchowych podczas pracy czy relaksu, bo to właśnie one powodują codzienne mikrourazy, z których z czasem powstaje poważna dysfunkcja. Zapraszam na konsultacje, podczas których podpowiem, co jest nieprawidłowe i opracujemy skuteczną drogę do dobrych zmian, do realizowania samodzielnie w domu. Kieruję to zwłaszcza do wszystkich, mających siedzącą pracę, do studentów i do rodziców nastolatków. Wystarczy zadzwonić i ustalić dogodny termin! To niewielki koszt a korzyść – ogromna.

BORAMED
ul. Bora-Komorowskiego 21,
lok 307
wejście w pasaż handlowy
przy Rossmannie
tel. (22) 250-15-77
czynne:
pon.-pt. 7.00-21.00
sob. 8.00-14.00

REKLAMA

REKLAMA

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

Okulista - Szpital Grochowski
Poniedziałek 16⁰⁰-18⁰⁰ Warszawa ul. Grenadierów 51/59
Środa 9⁰⁰-12⁰⁰
• Poradnia zęza • Poradnia okulistyczna
• Poradnia jaskrowa • Gabinet zabiegowy
www.jaskra.org
koszt wizyty 50 zł zapisy : 500 - 523 - 499

Przychodnia Lekarska NFZ
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
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

APARAT SŁUCHOWY – JEDEN CZY DWA?

Okolo 500 milionów ludzi na całym świecie cierpi w wyniku ubytku słuchu.

Problem najczęściej dotyka osoby starsze, skutecznie utrudniając im funkcjonowanie w stale pędzącym świecie, przeszkadzając w codziennej komunikacji oraz narażając na bolesne uczucie wstydu. Ubytki słuchu różnią się między sobą, jednak zdecydowana ich większość ma charakter obuuszny. Większość osób nie zdaje sobie sprawy z tego, że jeśli mają ubytek obuuszny, a nie decydują się na noszenie aparatu lub decydują się tylko na zaaparatowanie jednego ucha, to następuje deprywacja

słuchu w obu albo w pozosta-wionym samemu sobie uchu.

Deprywacja słuchu polega na stopniowym traceniu przez mózg umiejętności przetwarzania informacji w wyniku trwałego braku pobudzania ucha bodźcem akustycznym. Im wcześniej zdecydujemy się na noszenie aparatu słuchowego na dotkniętym ubytkiem słuchu uchu, tym mniejsze ryzyko wystąpienia deprywacji słuchu oraz tym większa korzyść z noszenia aparatów słuchowych.

Nosisz aparat, ale...

Masz trudności z rozumieniem mowy?

Masz problem z rozpoznaniem kierunku skąd dochodzi dźwięk?

Dlatego osoby mające ubytek słuchu w każdym uchu powinny nosić dwa aparaty słuchowe.



W dwóch aparatach słuchowych dźwięki są przyjemniejsze do słuchania, nie trzeba się wysilać, aby je usłyszeć. W naturalny sposób są odbierane czy-

sto, z odpowiednim poczuciem głośności i przestrzenności. Uzyskanie takiego efektu z jednym aparatem słuchowym nie jest możliwe w przypadku osób dotkniętych ubytkiem słuchu w obu uszach. Hałas otoczenia utrudnia rozumienie mowy.

Dla osób, które nie słyszą oboma uszami tak samo dobrze, 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 przejeżd-

żających ulicą pojazdów. Dwa aparaty słuchowe pozwalają wspomóc naturalną zdolność mózgu do „filtrowania” hałasów dochodzących z tła.

Mając niedosłuch obuuszny nie aparatując uszu lub aparatując jedno ucho, drugie ucho pozostawiając same sobie, narażamy się na zmniejszenie komfortu i satysfakcji płynącej z życia. Nienaturalny odbiór może wywierać negatywny wpływ na relacje rodzinne. Tak jak w przypadku wady wzroku nie nosi się szkiełka na jedno oko tylko okulary by dobrze widzieć, tak w przypadku niedosłuchu obuusznego powinno nosić się dwa aparaty, aby prawidłowo słyszeć.

(AS)

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.

SŁUCHMED
APARATY SŁUCHOWE
ul. Ostrołęcka 4
tel. 22 498-74-80
ul. Korkowa 119/123
tel. 22 353 42 50
Wojskowy Inst. Med.
ul. Szaserów 128
(wejście z kl. schodowej)
tel. 22 245 59 93
tel. 882 190 636
ul. Dąbrowszczaków 5A
1 piętro, gab. 26
tel. 22 392 05 67

Poniższe publikacje powstały jako projekt Budżetu Partycypacyjnego m.st. Warszawy na rok 2016 „Gocław/Grochów Centrum/KamioneK/Saska Kępa – promocja Samorządu i Osiedla w prasie lokalnej”

MATERIAL SAMORZĄDU OSIEDLA GROCHÓW-CENTRUM



Za nami kolejna, trzecia już, edycja budżetu partycypacyjnego. W zeszłym roku najwięcej głosów zdobył projekt dotyczący rewitalizacji

chodnika przy ulicy Kobielskiej. Jednym z projektów była także promocja działalności Rady Osiedla Grochów Centrum w gazecie „Mieszkaniec”. Dzięki temu mieszkańcy naszej dzielnicy mogli się dowiedzieć, czym się zajmuje Rada Osiedla, jakie ma kompetencje, kto w niej zasiada, jak może pomóc mieszkańcom. Według naszej opinii jest to niezwykle trafna inicjatywa, gdyż pozwoliła nam zaprezentować nasze działania i pokazać, że możemy pomóc mieszkańcom w sprawach drobnych, jak i tych bardzo ważnych. To jeden z wielu znakomitych przykładów realizacji projektu w ramach budżetu partycypacyjnego.

Przez cały rok dyskutowaliśmy nad ułomnościami budżetu partycypacyjnego. Wiele inicjatyw powinny być realizowane przez władze samorządowe, nie zaś w ramach inicjatywy partycypacyjnej. Przykładami projektów, które powinny być zrealizowane ze środków własnych dzielnicy są m.in. tegoroczne, zwycięskie projekty „Bezpieczna nawierzchnia w ogrodzie przedszkola nr 143” i „Projekt oświetlenia oraz rekultywacji zieleni w kwartale ulic: Siennickiej, Paca, Dwernickiego i Kickiego”. Kolejną wadą budżetu partycypacyjnego jest także brak głosowania negatywnego w procedurze wyboru projektów.



Realizacja
w ramach
budżetu
partycypacyjnego



W tym roku wśród zwycięskich projektów, które mieszkańcy wytypowali w procedurze głosowania są: „Drzewa i krzewy na Grochowie Centrum”, „Zakup nowości książkowych do Wypożyczalni nr 40 i Biblioteki dla Dzieci nr 47”, „Kontraruch rowerowy na ulicy Mycielskiego, Paca i Prochowej”. Projekty, które mamy nadzieję, będą sprzyjały rozwojowi lokalnej społeczności są zarówno „Sąsiedzkie pikniki w Ogrodzie na Paca”, jak i „Spotkania warszawianistyczne i autorskie”, które będą miały miejsce na ul. Paca 46.

Stworzenie szlaku literackiego z 12 „Zacztyanych ławeczek” przez fundację Zacztytani.org. jest inicjatywą funkcjonującą poza budżetem partycypacyjnym, ale również ciekawą. Mają one na celu promocję czytelnictwa i szerzenie wiedzy na temat polskiej literatury. Na samej Pradze Południe stoi 7 ławek, a jedna z nich znajduje się w parku Polińskiego – to „Kamienna ławka” nawiązująca do twórczości Stanisława Sikory. Zachęcamy do spaceru szlakiem „Zacztytanych ławeczek”, które będą gościły na terenie naszej Dzielnicy do 30 września.

Zachęcamy mieszkańców do przychodzenia na dyżury do siedziby naszej Rady Osiedla Grochów Centrum przy ul. Kałeskiej 6 w każdy czwartek w godzinach 18-19, a także wysyłania zapytań poprzez adres mailowy: rada.osiedla.grochow.centrum@gmail.com Śledźcie nasz fanpage facebookowy <https://www.facebook.com/GrochowCentrum/>, na którym na bieżąco możecie śledzić działania Rady Osiedla Grochów Centrum, jak i także dowiadywać się o wydarzeniach na terenie naszego Osiedla.

MATERIAL SAMORZĄDU OSIEDLA KAMIONEK



Realizacja
w ramach
budżetu
partycypacyjnego



Rada Osiedla Kamionek to grupa społeczników z wyboru Mieszkańców, która realnie wpływa na kształt najbliższego otoczenia. Legendarną zasługą Rady sprzed lat jest rezygnacja władz z budowy Trasy Tysiąclecia w pierwotnym kształcie oraz objęcie Instytutu Weterynarii ochroną konserwatora zabytków, dzięki czemu nie dostał się w ręce dewelopera i możemy mieć u nas Sinfonię Varsovię.

Co chcemy uzyskać w kadencji 2014-2018? Aby autobus podjechał bezpośrednio pod bramę ZUS. Porządek w okolicy, zwłaszcza koło Dworca Wschodniego. Więcej wiat na przystankach, poprawę stanu parku, zieleni. Nieprzekraczanie norm hałasu przez masowe imprezy oraz operujące na Kamionku kluby. Wystąpiliśmy jak dotąd ze 119 interpelacjami. Włączamy się w prace dotyczące rewitalizacji Kamionka.

Jakie mamy sukcesy? Staraliśmy się o miejsca parkingowe i chodnik przy St. Augusta – są. Po naszej interwencji naprawiono mostek przy J. Kamionkowskim, w Budzie Partycypacyjnym promowaliśmy oświetlenie ciągu pieszego przy Międzynarodowej wzdłuż parku – włączono je 8 sierpnia. A wiaty na przystankach – każdy widzi. Zależy nam na ścisłym kontakcie z tymi, o których potrzeby się upominamy. Dlatego kierować zaczęliśmy do wspólnot i spółdzielni pismo zapraszające do współpracy. Przypominamy, że w bieżącej kadencji pracują dla Was społecznie, z potrzeby uczynienia najbliższego otoczenia lepszym miejscem do życia:

- Magda Dziadosz – tłumaczka konferencyjna, autorka bloga miastoiptaki.pl, której pasją jest przyroda i ekologia.
- Dorota Jankowska Lamcha – tłumaczka literatury, działaczka SM Waszyngtona, miłośniczka Kamionka i jego historii.

- Jarosław Kania – pracownik Urzędu Dzielnicy Praga-Południe, pomysłodawca Turnieju o Puchar Kamionkowskich Błoni Elekcyjnych.
- Anna Krasinska – organizatorka z powołania, członkini Konkatedralnego Chóru Kamionek.
- Aleksandra Krasinska – andragog i starszy inspektor BHP, prezeska Konkatedralnego Chóru Kamionek,
- Zuzanna Lulińska – pasjonatka ruchów miejskich i konsultacji społecznych, autorka plakatów i pocztówek.
- Tomasz Marzecki – aktor i poeta, którego pasją jest teatr i kultura języka, prowadzi „Czwartkowe kolacje z kulturą w „Między Wierszami” zapraszając na Kamionek ludzi kultury i sztuki, tel. 601 219 673.
- Artur Pasieczny – informatyk, pasjonat piwowarstwa i pszczelarstwa,
- Janusz Piskorski – społecznik wrażliwy na ludzkie sprawy i jakość otoczenia, dawny przewodniczący Koła Kamionek Komitetu Obywatelskiego Solidarność, członek Rady Nadzorczej SM Waszyngtona, tel. 22 818 48 56.

Serdecznie zapraszamy!

Tel. 785 501 407 – odbiera przewodnicząca Dorota Jankowska Lamcha.



MATERIAL SAMORZĄDU OSIEDLA SASKA KĘPA

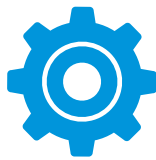
Na półmetku kadencji Samorządu Mieszkańców

Samorząd Mieszkańców Saskiej Kępy (inaczej: Rada Osiedla) jest jednostką pomocniczą niższego rzędu w Dzielnicy Praga-Południe m.st. Warszawy. Obecny skład pochodzi z wyborów, które odbyły się w czerwcu 2014 roku, a we wrześniu miną dwa lata (czyli połowa kadencji) od naszego pierwszego zebrania. Naszą rolą jest m.in. przekazywanie postulatów mieszkańców do władz naszej dzielnicy – tylko w tej kadencji przesłaliśmy do Urzędu Dzielnicy prośby o interwencję w ponad 100 różnych sprawach lokalnych.

W ostatnim czasie wiele uwagi poświęciliśmy przygotowywanej przez władze miasta inwestycji tramwajowej przez ogrody działkowe. Dawno żadna sprawa nie wzbudziła tak wielkiego zainteresowania. Mieszkańcy zorganizowali m.in. oddolną akcję zbierania podpisów (pod hasłem „Tramwaj przez Wisłę – nie przez działki”) domagając się m.in. budowy nowej przeprawy tramwajowej z Gocławia bezpośrednio na lewy brzeg, zamiast budowania torowiska nad Kanałem Wystawowym. Petycja w tej sprawie (podpisana przez 4800 osób) została złożona 20 lipca w stołecznym ratuszu. Z kolei Samorząd Mieszkańców przy-



Realizacja
w ramach
budżetu
partycypacyjnego



jął stanowisko, w którym wskazuje, że jesienne konsultacje społeczne nt. tramwaju powinny uwzględniać tak silny głos wyrażony przez mieszkańców dzielnicy i dać im możliwość współdecydowania o kwestiach ważniejszych niż tylko szczegóły propozycji narzuconych przez Tramwaje Warszawskie.

Tramwaj nie jest oczywiście jedynym problemem, którym zajmował się Samorząd. Warto wspomnieć choćby o kolejnych uwagach dot. utrudnień przy okazji imprez na Stadionie Narodowym. Jest też kilka postulatów, które wreszcie udało się zrealizować jak np. budowa brakującego fragmentu chodnika przy ul. Brukselskiej czy naprawa przejścia dla pieszych przez ulicę Saską na wysokości kościoła parafialnego.

Na jesieni chcemy ponownie zająć się kwestią organizacji ruchu i zmobilizować władze dzielnicy i miasta do działania. Uważamy, że dzięki kilku prostym zabiegom możliwa jest poprawa warunków ruchu i parkowania na przynajmniej kilku ulicach Saskiej Kępy. Władze dzielnicy zapowiadały analizę nowej organizacji ruchu już w październiku 2014 roku.

Czas zatem przypomnieć, że mieszkańcy czekają.

Wszystkie osoby zainteresowane naszą pracą zapraszamy na stronę www.kepa.waw.pl oraz do obserwowania naszego profilu „Samorząd Mieszkańców Saskiej Kępy” w portalu Facebook.com – społeczność wokół tego profilu liczy już ok. 1015 osób (stan na 18 sierpnia 2016) i z każdym tygodniem rośnie.



Poranny ruch na dwukierunkowej ulicy Walecznych.

MATERIAL SAMORZĄDU OSIEDLA GOCŁAW

Czas wakacji!!

Drodzy mieszkańcy powoli mija wakacyjny czas. Powracający z odpoczynku mieszkańcy, myślę, że mile, zostaną zaskoczeni drobnymi, ale ważnymi dla nas zmianami.

W końcu po wielu prośbach powstają nowe chodniki wzdłuż Meissnera!! Myślę, że to dobra wiadomość dla wszystkich korzystających z tego ciągu pieszego. Powstaje tu chodnik XXI wieku. Chodnik, który nas będzie łączył, a nie dzielił. Jest na nim miejsce dla każdego. Wzdłuż ulicy zasadzono róże, które przepięknie kwitły w tym roku. Wreszcie łatwo będzie przemieszczać się zarówno z wózkiem dziecięcym, jak i na wózku inwalidzkim. Do przejść przez ulicę z udogodnieniami dla osób niepełnosprawnych powstaje równa przestrzeń do przemieszczania się wzdłuż ulicy.

Po wielu interwencjach Rady Osiedla o udogodnienia dla naszych niewidzących sąsiadów, pomyślano także o wyznaczeniu dla nich drogi w postaci specjalnych płytek, wiodących ich zarówno wzdłuż chodnika, jak i do przystanków. Wielokrotnie wnosiliśmy do Rady Dzielnicy uwagi, że tylko namalowanie na chodnikach pasów dla rowerzystów, przechodzących wielokrotnie przez ciąg dla pieszych, jest bardzo niebezpieczne dla osób ociemniałych. Wielokrotnie zdarzało się, że rowerzyści wpadali na osoby niewidzące, łamiąc im laski i znikając, nawet nie zauważając tej ogromnej straty dla osób, które bez lasek nie mogą orientować się w terenie i zostają zupełnie bezradne.

Jesteśmy bardzo wdzięczni Urzędowi Miasta, że nasze uwagi spotkały się z takim odezwem. Myślę, że łatwiej będzie teraz poruszanie się wzdłuż Meissnera na rowerach i rolkach. Prosimy jednak wszystkich użytkowników naszego nowego chodnika o ostrożność podczas poruszania się po nim i życzliwość wobec innych. Ciąg pieszo-rowerowy jest dla nas wszystkich, a to czy będziemy na nim bezpieczni zależy od nas samych.

Wakacyjny blogi czas przerwał okropny śmiertelny wypadek na skrzyżowaniu Fiełdorfa i Meissnera. Kraksa spowodowała utratę panowania nad pojazdem jednego z kierowców, który wpadł na chodnik i staranował rowerzystów i pieszego. Ponieważ na skrzyżowaniach naszych głównych ulic dość często



Realizacja
w ramach
budżetu
partycypacyjnego



dochodzi do stłuczek spowodowanych wymuszeniem pierwszeństwa przez osoby skręcające w lewo, będziemy wnioskowali o światła do skrętu w lewo. Teraz po tragedii, do której doszło, myślę, że nie możemy na to zjawisko zamykać oczu.

Bolączką, która czeka jeszcze na rozwiązanie, to zarastające i kompletnie zaniedbane kanałki. Jeszcze niedawno były one naszą chlubą, a spacerowanie wzdłuż nich było przyjemnością. Długoletni mieszkańcy pamiętają jeszcze jak dzieci w tych kanałkach bezpiecznie się bawiły. Obecnie w wielu miejscach chwasty dorastają do dwóch metrów, a w kanałku trudno dostrzec lustro wody. Pojawił się też jakiś dziwny kolor wody – mętny i zarośnięty kożuchem jakiś dziwnych glonów. Rada Osiedla wzięła sobie za punkt honoru nakłonienie MPWiK do właściwego zadbania o ten teren.

Zapraszamy do współpracy!

Kontakt do nas:
Jesteśmy do państwa dyspozycji w każdy poniedziałek w godz. 17.00-18.00 ul. Bartosika 2.
Przewodnicząca: Agnieszka Hałaburdzin-Rutkowska, mail: agnieszka1964@wp.pl
Opiekun osiedla Iskra i wielki bojownik o oczyszczenie kanałków: Paweł Trojak, tel. 507 240 270, mail: pawel.trojak85@gmail.com
Odwiedzajcie naszą stronę na facebooku: Samorząd Mieszkańców Osiedla Gocław.



Kamionek i okolice

Z wolna przybywa publikacji o Pradze. Wśród wydanych w ostatnim okresie książek znajdujemy coraz to nowe pozycje, opisujące zabytki dawnej Pragi.

Nigdzie jednak dotąd nie spotkałem wspomnienia o strzelnicy znajdującej się obok Parku Skaryszewskiego, która występowała pod nazwą „Strzelnicy dla wszystkich”. Odbywały się na niej, ciesząc się powodzeniem, konkursy strzeleckie oraz ćwiczenia dla policjantów i amatorów. Cha-

rakterystyczny, drewniany budynek, obwiedziony werandą, na której można się było latem posilić lub ugasić pragnienie, bowiem przy tej placówce działała dobrze prosperująca restauracja. Tam, jak pisze nieoceniony Niedzielnny Dodatek Ilustrowany do „Kuriera Warszawskiego”, bito rekordy



Strzelnica obok Parku Skaryszewskiego. Fot. Niedzielnny Dodatek Ilustrowany do „Kuriera Warszawskiego” nr 235 (28.08.1927 r.).

celności strzału. Wśród rekordzistów wymieniony jest Zbigniew Wąsowicz z war-

sawskiego klubu „Legia”, który w 1927 r. uzyskał aż 438 punktów i został uznany rekordzistą Polski w strzelaniu z pistoletu ręcznego.

Fenomenalne wyniki na tarczy uzyskiwał również Eugeniusz Rutecki (ponad 100 punktów), uznany wice-mistrzem tej strzelnicy. Parterowy, malowniczy domek, z wieżyczką zwieńczoną masztem z polską flagą, dawno nie istnieje. Przyznam, że wielu prażan miałooby trudności ze wskazaniem, gdzie w ogóle stała wspomniana przeze mnie strzelnica. Faktem jest, że na Kamionku.

A oto inny obiekt starego Kamionka godny przypomnienia, szczęśliwie zachowany Kościół Matki Boskiej Zwycięskiej. Tak miał wyglądać według wykonanego szkicu projektowego. Czy tak

wygląda, odpowiedzą sobie sami czytelnicy, mieszkańcy okolicznych ulic, dla których ta właśnie świątynia jest ich parafią.



Pocisk Praga. Budynki żelbetowe z kominem żelbetowym 50 m wysokości wykonane od 1920 r. do 1924 r.

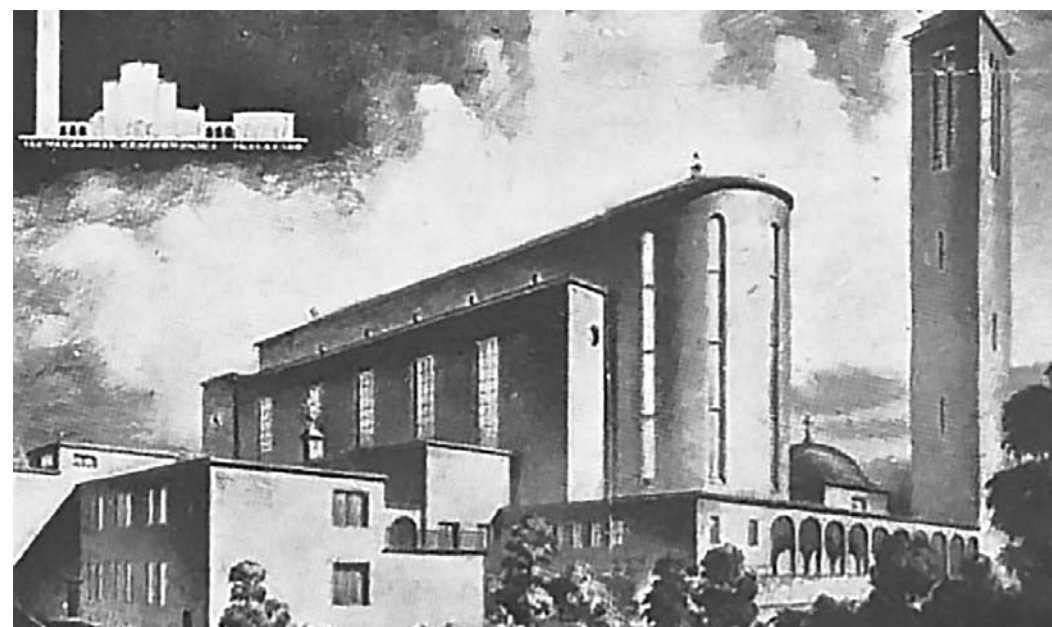


W 1927 r. ukonstytuował się Komitet Budowy tego kościoła, a w skład jego zarządu weszli: ks. kanonik Franciszek Garncarek, inż. Stefan Twardowski, inż. Gustaw Lichtenstein – ówczesny starosta, dyrektorzy okolicznych fabryk: inż. Michał Łopuszański i inż. Stanisław Jacynicz, a także Władysław Łuszczynski, Karol Pawłowski i Józef Gawelkiewicz, miejscowi obywatele, posesjonaci (właściciele nieruchomości w okolicy).

Jak głosiły komunikaty, wszelkich informacji o planowanej budowie udzielał ks. kanonik Garncarek, proboszcz parafii przy ul. Zamoyskiego 34, telefon: 64-58. Ofiary składane były na rachunek Komitetu Budowy Kościoła Matki Boskiej Zwycięskiej w Warszawie na Kamionku w banku PKO nr konta 19-400. Nieskomplikowane numery zarówno telefonu, jak i konta – to świadectwo epoki warte przytoczenia.

Uważam, że bardzo to miły akcent historii Pragi Południe, wart szczególnego przypomnienia, nie cytowany w literaturze wspomnieniowej, bo jej chyba odnośnie Pragi prawie nie ma...

Tadeusz Wł. Świątek



Kościół Matki Boskiej Zwycięskiej na Kamionku. Fot. „Tygodnik Ilustrowany” nr 45 (1927 r.).

REKLAMA

REKLAMA

P.P.H. „Kotwica”

Zapraszamy do sklepów firmowych

Oferujemy:

- pierogi ręcznie robione
- ryby smażone i w galaretkach
- wyroby garmazeryjne
- wędliny wykonane wg tradycyjnych receptur
- dania obiadowe, zupy, flaki i wiele innych wyrobów

Do spożycia na miejscu i na wynos.
Wyroby garmazeryjne na przyjęcia okolicznościowe.
W ofercie półprodukty dla restauracji i cateringu.

Nasze sklepy firmowe:

- ul. Marysińska 3a
(róg ul. V Poprzecznej, Anin-Wawer)
- ul. Korkowa 96
(róg ul. Potockich, Marysin)



MARS GIPS
ul. SZPACZA 2 tel. kom. 604-865-473
(tuż przy ul. MARSA)
marsgips@op.pl www.marsgips.pl

☑ **MATERIAŁY**
BUDOWLANE I WYKOŃCZENIOWE
☑ **MIESZALNIA FARB**
RABATY!!! TRANSPORT!!!
KONKURENCYJNE CENY – PROMOCJE

BUDUJESZ ■ REMONTUJESZ ■ MALUJESZ



MEDI-BOX
Gabinet
Stomatologiczno –
– 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

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

FIT MEDICA
Specjalistyczne Centrum Zdrowia

Kardiologia
Kardiologia dziecięca
ECHO serca
dzieci i dorośli
Holter RR i EKG
Endokrynologia
Dietetyka

Zapisy i informacje pon. - piąt.
w godzinach 8.00 - 21.00
tel. 22 870 06 16, 575 665 662

Bystrzycka 59, 04-928
Warszawa Wawer
tel.: 22 / 870 06 16
tel.: 575 665 662
www.fitmedica.pl

Ortopedia
USG
» narządu ruchu
» naczyniowe
» ogólne

Rehabilitacja
» przedoperacyjna
» pooperacyjna
» pourazowa
» dla kobiet w ciąży
» wady postawy
» masaż leczniczy
» fizykoterapia
» fala uderzeniowa

Trening sportowy
Neurochirurgia
Neurologia
Reumatologia
Podologia
» metoda Arkady
» Medipod System

ZADBAJ O SWÓJ SAMOCHÓD
fala WSH
SAMOOBSŁUGOWY Sklep Motoryzacyjny

- Filtry
- Oleje
- Myjnia
- Wulkanizacja
- Szyby samochodowe
- Naprawa Pojazdów

WARSZAWA FALENICA
ul. Patriotów 71/73

S.M. „Międzynarodowa” Warszawa, ul. Międzynarodowa 44
ogłasza przetarg nieograniczony na:

wykonanie remontu dźwigu osobowego będącego w zasobach Spółdzielni
w zakresie ujętym w SWIZ.

Dźwig jest zainstalowany w budynku ul. Międzynarodowa 38/40 A, klatka II lewy

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