

OKRĘGOWA STACJA KONTROLI POJAZDÓW

pon.-pt.7³⁰-21⁰⁰; sob. 8⁰⁰-15⁰⁰

www.stajakontrolipojazdow.pl

PEŁEN ZAKRES PRZEGŁĄDÓW 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. - pi. w godz. 8⁰⁰-20⁰⁰
sobota w godz. 8⁰⁰-15⁰⁰

GABINET

STOMATOLOGICZNO-PROTETYCZNY

Szwedzka 37

Tel. 22 818 07 91

czynne 9-20

protezy elastyczne

protezy tłoczone

RTG

leczenie w narkozie

UWAGA!

Promocyjna cena

koron porcelanowych

na metalu i cyrkonie

WARSZAWA

ZASŁUŻONY DLA WARSZAWY

mieszkaniec.pl

MIESZKANIEC

Czekając na 33 poprawkę
Już niedługo (11 marca) po raz pierwszy zderzymy się z niehandlową niedzielą. Ogniowy sprawdzian ta formuła przejdzie kwietniu – wtedy tylko w jedną niedzielę zrobimy zakupy w wielkopowierzchniowych sklepach. Już kilka lat temu pisałem, że handel w niedzielę to przesada, to domena państw na dorobku, syte kocury w niedzielę nie pracują. Ale teraz, gdy już, już, ma się stać tak, jak postulowałem, nie wiem, czy nie pora uciec sprzed ołtarza...

Wciąż jestem przekonany, że zakupy spożywcze na pewno uda się każdemu zrobić od poniedziałku do soboty, a dla potrzebujących wystarczą małe rodzinne punkty... Inaczej jest z handlem obuwiem, odzieżą – to domena niespiesznych, „spacerowych” zakupów. Być może sobota „da te godziny”, choć wątpię, bo przecież będzie dniem spożywczego szaleństwa zakupowego. Do tego dochodzi, tak u nas tradycyjne, tygodniowe sprzątanie domów, które (chyba...) przeniesie się na niedzielę.

Najbardziej mnie rozdrażnia arbitralność decyzji, typowo polska, bo my albo jesteśmy od gładzenia i wtedy nic się nie zmienia, albo wydajemy pruskie polecenia i ma być tak, jak władza kazała. A władza ma to do siebie, że najpierw wyda polecenie, a potem się zastanawia, czy miało ono sens... I bierze się za nowelizację ustaw, potem za kolejną, kolejną, itp. itd. No i efekt jest taki, że teraz wszyscy kombinują, jak obejść ten przepis, przeczekać do czasu, aż rząd dokona trzydziestej trzeciej poprawki, zbliżającej wprowadzane przepisy do życiowych potrzeb.

Tomasz Szymański

„M@RTWE DUSZE”

NA M@ZOWSZU

Najtańsi „M@zowszanie” na Mazowszu?
„Pani Maria z Myszynia” – zdjęcie kupione przez naszą redakcję.

CZYTAJ NA STR. 2

Łukasz Jeziorski – burmistrz Wawra
będzie pełnił dyżur przy telefonie „Mieszkańca”
w poniedziałek 26 lutego br. w godz. 15.00-16.00.
Tel. 22 810-64-12

Pytania do Burmistrza można przysyłać również wcześniej
na adres: redakcja@mieszkaniec.pl
Relację z dyżuru opublikujemy w kolejnym wydaniu.

W NUMERZE:

CO SŁYCHAĆ W WARSZAWIE

Odnaleźć swój dom... str. 3

Urodziny Pragi str. 3

Olszynkowe boje str. 5

Co po FSO? str. 7

Wiatrak na Wiatraku? str. 7

KRONIKA POLICYJNA str. 2

KOBIECYM OKIEM str. 4

CO TAM PANIE NA PRADZE str. 4

PRAWNIK RADZI str. 4

ZAŁKI HISTORII

Czarna sukienka str. 5

MIESZKAŃCY

Druh Stefan Romanowski str. 6

WIEŚCI Z WAWRA str. 7

MIESZKANIEC NA LUZIE str. 8

ZAJRZYJMY DO KUCHNI str. 8

OGŁOSZENIA DROBNE str. 9

PULS MEDYCZNY

Mariusz Madej
zaprasza do BORAMEDu str. 10

Z MIASTA str. 11

ZAPROSZENIA str. 11

ROLETY

DZIEŃ-NOC

I INNE

514 165 445

602 224 956

ABC DLA DOMU

ANTYKI

Kupno - Sprzedaż

Monety, medale

Obrazy, plastery Srebro, złoto

UL. GROCHOWSKA 158 tel. 508-151-340

WARSZAWSKA SPÓŁDZIELNIA MIESZKANIOWA

„GROCHÓW”

dysponująca wieloletnim doświadczeniem i kadrą specjalistów

oferuje Wspólnotom Mieszkaniowym

usługi w zakresie zarządzania i administrowania nieruchomości.

Zainteresowanych prosimy o kontakt pod tel. 22 673-08-01

lub wizytę w naszej siedzibie przy ul. Kobielskiej 1.

Weź bezpiecznie

SZYBKĄ POŻYCZKĘ

do 2000 zł

tel. 792 307 229

manakia

OFERUJE WSPÓLNOTOM

MIESZKANIOWYM

I DEWELOPEROM

PROFESJONALNE I RZETELNE

USŁUGI W ZARZĄDZANIU

I ADMINISTROWANIU

NIERUCHOMOŚCIAMI

Firma posiada:

wieloletnie doświadczenie

profesjonalną kadrę

specjalistów

konkurencyjne ceny

ZAPRASZAMY

DO WSPÓŁPRACY!

Biuro: ul. Igańska 22,

04-087 Warszawa

22 810 13 40, 501 742 485

e-mail: biuro@manakia.pl

www.manakia.pl

BISTRO

GOCLAW

Zapraszamy

na ZESTAWY LUNCHOWE

od 14 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

facebook

LECZENIE

KRĘGOSŁUPA

Gabinet Rehabilitacji, ul. Garwolińska 7 lok.79, Warszawa

tel. 22 610 06 73, kom. 602 375 462

www.twarowski.net

Centrum Kredytowe

urokredyt

Nie masz

zdolności kredytowej

- pomożemy w każdej

sytuacji !!!

U NAS

Obniżysz ratę

Sfinansujesz potrzeby Twojej firmy

Otrzymasz kredyt bez zaświadczeń

Otrzymasz szybką gotówkę bez BIK

ul. Targowa 35

Warszawa

tel. 730 050 051

„Społem” WSS Praga Południe

przyjmie do pracy w charakterze sprzedawcy

osoby do sklepu przy ul. Kajki 69

oraz do nowo otwieranego marketu

Universam „Grochów”.

Mile widziane doświadczenie w handlu

i pogodne usposobienie.

Kontakt: tel. 22 810 83 71,

e-mail: dz.kadr@spolempraga.com.pl

Dołącz do nas!

Praga Południe

„M@RTWE DUSZE” NA M@ZOWSZU

W blokach reklamowych TVP 3 Warszawa emitowane są spoty, które przedstawiają mieszkańców Mazowsza. Choć pomysł jest ciekawy i mógłby świetnie promować i integrować mazowiecką społeczność, to wokół filmików pojawiły się kontrowersje...

Walorem tych spotów jest prostota: kilka zdjęć Mazowszan podpisanych ich miejscem zamieszkania z krótką informacją, czym bohater zdjęcia się zajmuje.

Filmiki pokazywane w telewizji powstały dla Agencji Rozwoju Mazowsza w ramach projektu pt. Rozwój e-usług i ich dostępu dla obywateli w ramach Mazowieckiej Sieci Społeczeństwa Informacyjnego „M@zowszanie”.

Wartość projektu, który m.in. ma przeciwdziałać „wykluczeniu cyfrowemu”, to ponad 21 mln zł (99% finansuje UE).

– Spoty są częścią kampanii informacyjno-promocyjnej. W przypadku projektów finansowanych z funduszy UE należy prowadzić takie działania – wyjaśnia Filip Kowalski, rzecznik ARM S.A.

Zainteresowaliśmy się tymi filmikami za sprawą Czytelniczki, która pytała, dlaczego nie ma tam zdjęć mieszkańców Warszawy (w końcu to też Mazowsze). Przy okazji odniosła wrażenie, że jedną z bohaterek skądś zna, tylko nie mogła sobie przypomnieć skąd. Chodziło o „Panią Marię”, której zdjęcie uzupełniono na filmie informacją sugerującą, że jest mieszkanką Myszyńca. To miasto na samej północy Mazowsza.

– Nigdy nie byłam w Myszyńcu, a mimo to Pani Maria wydaje mi się bardzo bliska... – dzieliła się swoim spostrzeżeniem nasza Czytelniczka.

Zaczeliliśmy sprawdzać i faktycznie, „Pani Maria z Myszyńca” jest tą samą osobą, która występuje w reklamie jednego

z warszawskich zakładów pogrzebowych. Tu i tu wykorzystano prawie taki sam kadr.

Okazało się, że fotografia pochodzi z amsterdamskiego serwisu sprzedającego zdjęcia. Trafiliśmy w tym samym serwisie na wizerunki innych osób wykorzystane w spotach Agencji Rozwoju Mazowsza. Na „Wiesława – operatora koparki z Siedlec”, „Beate – fryzjerkę z Ciechanowa”, „Ryszarda – rolnika z Białobrzegów”... I za każdym razem lektor zapewniał nas: „Oni wszyscy mieszkają na Mazowszu. Tak jak Ty. Mazowszanie.eu”...

Rzecznik ARM wyjaśnił nam, że spoty „wspierają promocję regionu jako całości oraz sprzyjają integracji mieszkańców poprzez budowanie ich tożsamości lokalnej i regionalnej”.

Pięknie, tylko budowanie „tożsamości lokalnej i kulturalnej” przy pomocy postaci z banku zdjęć,

nie zaś prawdziwych mieszkańców Mazowsza, z założenia trąci fałszem.

– Ja się czuję oszukana, bo myślałam, że to prawdziwi Mazowszanie. Przecież mieszka nas tu ponad pięć milionów, po co więc sięgać po „martwe dusze”... – mówi nasza Czytelniczka.

Z amsterdamskiej bazy zdjęć fotografie użyte w spotach firmowanych przez ARM można kupić już po złotówce (do dowolnego publicznego wykorzystania). Zapytaliśmy więc Agencję Rozwoju Mazowsza, jaki był koszt produkcji tych spotów? Do chwili wysłania do druku tego numeru „Mieszkańca” nie otrzymaliśmy odpowiedzi. Rzecznik Filip Kowalski wyjaśnia, że przypomina o naszym pytaniu działowi, który prowadzi projekt, „ale widocznie mają dużo spraw na głowie”.

To chyba ze strony ARM nie jest dobry pomysł, żeby sprawę pominąć milczeniem. Bo bez informacji, ile wydano na te proste spoty nie wiemy, czy chwalić władze Mazowsza (Samorząd Województwa Mazowsza jest jedynym akcjonariuszem spółki) za oszczędność, czy ganić za rozrzutność i brak nadzoru...

Barbara Nowosielska
Adam Rosiński

KRONIKA POLICYJNA

Terroryzował najbliższych

Policjanci interweniowali, gdy agresywny 43-letni Tomasz M. groził uszkodzeniem ciała konkubinie i pobiciem jej ojcu. Po kilkunastu dniach funkcjonariusze po raz kolejny zostali wezwani pod ten sam adres. Okazało się, że mężczyzna nadal jest agresywny – wciąż grozi konkubinie i jej ojcu pobiciem oraz śmiercią. Nie stawiał się też na komendzie, mimo że został objęty policyjnym dozorem. Tomasz M. trafił więc do celi na trzy miesiące.

Auto używek

Policjanci z oddziału prewencji zatrzymali do kontroli samochód. Kierowcą był 36-letni Ormianin. Funkcjonariusze znaleźli w bagażniku jego auta dwa duże worki wypełnione tytoniem o wadze około 30 kg. Towar nie miał żadnych znaków akcyzowych. W skarpetce Ormianin ukrywał dawkę kokainy. 36-latek został zatrzymany.

Ukradł samochód, jechał po pijanemu

Policjanci z komisariatu w Wawrze otrzymali informację, że na jednej z ulic volkswagen transporter uderzył w płot.

Funkcjonariusze, którzy pojawili się we wskazanym miejscu, od razu wyczuli woń alkoholu od kierowcy, 33-letniego obywatela Białorusi. Badanie wskazało ponad 3,6 promila. Okazało się, że pojazd został skradziony... Obywatel Białorusi usłyszał zarzuty: kradzieży auta, kierowania pojazdem w stanie nietrzeźwości i spowodowania kolizji.

Kradł alkohol

Od pewnego czasu ochrona pewnego supermarketu obserwowała mężczyznę, który przez kilka dni dopuszczał się kradzieży alkoholu. W sumie wartość strat wyniosła prawie tysiąc złotych. 35-letni Łukasz G. został zatrzymany.

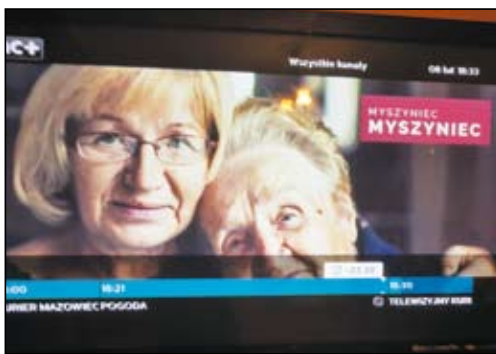
Narkotyki w słoikach

Policjanci z Wawra zatrzymali do kontroli samochód. Kierowca nie posiadał prawa jazdy, a pod fotelem policjanci znaleźli dwa słoiki z suszem marihuany. W białej torbie zatrzymany ukrywał... wagę elektroniczną. Po przeprowadzeniu testu i zważeniu substancji okazało się, że jest to prawie 100 gramów marihuany. 20-letni Karol K. trafił do celi.

policja.pl



„Pani Maria z Myszyńca” w reklamie zakładu pogrzebowego.



„Pani Maria z Myszyńca” w spocie Agencji Rozwoju Mazowsza.

REKLAMA

REKLAMA



**ul. Bora-Komorowskiego 21
lok.307**

Godziny przyjęć: pon.-pt. 7-21, sobota 8-14
tel. 22 250-15-77
WWW.BORAMED.PL

GINEKOLOGIA

- Kompleksowe prowadzenie ciąży
- Konsultacje ginekologiczne

Certyfikat Londyńskiej Medycyny Płodowej FMF

BADANIA USG DOROŚLI I DZIECI

- Piersi • Tarczycy • Jamy brzusznej • Stawów, więzadeł i mięśni
- Przepięciawkowe • Węzłów chłonnych • Dopplerowskie • i inne

REHABILITACJA DOROŚLI, DZIECI, NIEMOWLĘTA

STOMATOLOGIA DOROŚLI I DZIECI

LEKARZE SPECJALIŚCI, LABORATORIUM

PROGRAM BADAŃ PRENATALNYCH

W RAMACH PROGRAMU BADAŃ PRENATALNYCH NFZ ZAPRASZAMY NA BEZPŁATNE BADANIA:

NIEINWAZYJNE	INWAZYJNE
- USG „genetyczne” 11 - 13(+6) t.c.	- Amniopunkcja
- Test PAPP-A	- Biopsja trofoblastu
- USG „połówkowe” 18 - 23 t.c.	
- Konsultacja genetyka	

Zapytaj swojego lekarza prowadzącego o skierowanie.

Zakres usług może ulec zmianie

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 ZIMOWY!**

TAPICER

*** USŁUGI**

- * Narożniki wg. wymiarów klienta
- * Materiały obiciowe

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

Tel. 22 612-53-88
0-691-75-50-50

TELEFONY KOMÓRKOWE

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

• CH Szembeka
ul. Zamieniecka 90 paw. 311
czynne pn.-pt. 9.30-18.00
tel. 22 333-23-11, 501 51 66 60
www.krasphone.pl

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



Dom Opieki Leśna Góra

**Najlepsza opieka
Najniższe ceny
Profesjonalna rehabilitacja
Transport - karetka
Opieka medyczna 24h
Własna kuchnia**

tel. 660 697 365, 606 976 031
Kamieńczyk k/Wyszkowa, ul. Warszawska 18
www.domopiekilesnagora.pl



ODNALEŹĆ SWÓJ DOM...

Życie nie jest ustlane różami, ale zdarzają się historie ludzi, które budzą przerażenie. Choćby ta, o ciężarnej kobiecie wyrzuconej w grudniu z mieszkania. Na dzień przed porodem.

Młoda kobieta nie chce zdradzać swoich personaliów. Dla potrzeb artykułu nazwijmy ją więc Marią. Może stąd to fikcyjne imię, że dwa tysiące lat temu, także w grudniu, pewnej Marii również nie dane było rodzić we własnym domu...

– Byłam już po planowanym terminie urodzenia dziecka – mówi Maria naszemu reporterowi. – Zostałam wyrzucona z domu przez konkubenta. Na ulicy znalazłam się tak, jak stałam. Konkubent nawet nie oddał mi wyprawki dla dziecka, które w każdym momencie mogło przyjść na świat...

Maria miała wiele szczęścia, bo praktycznie od razu trafiła do sasko-kępskiego Ośrodka dla Ofiar Przemocy w Rodzinie DOM. – Trafiłam tu jednego dnia, a następnego już pani dy-



Wicedyrektor Onyszkiewicz bawi się z malutką córką Marii.

rektor wzywała do mnie pogotowie – wspomina Maria. Na świat przyszła śliczna córeczka.

Strach pomyśleć, co by było, gdyby nie instytucje takie jak DOM. A tymczasem dowiadujemy się, że ośrodek nie otrzymał w tym roku dofinansowania z Urzędu m.st. Warszawa. O to, na ile groźny jest brak takiej dotacji, pytamy Agnieszkę Lipską-Onyszkiewicz – wicedyrektor ośrodka DOM i wiceprezes Stowarzyszenia Pomocy i Interwencji Społecznej, które go prowadzi.

– Nasz ośrodek istnieje od 19 lat i przez ten czas był dotowany przez Miasto. Ale na ten rok urząd nie przewidział w konkursie środków na takie zadanie, jak udzielanie schronienia ofiarom przemocy w rodzinie. Miasto uważa, że nie powinniśmy mieć

pretensji, bo dostaliśmy środki na nasz drugi ośrodek, który prowadzimy na Białoleścu. Ale tamten, dla matek z dziećmi, ma zupełnie inny profil, a ten na Saskiej Kępie ma charakter interwencyjny.

Miejskie dofinansowania stanowiły większość budżetu ośrodka DOM. Czy teraz grozi mu zamknięcie?

– Takie zagrożenie niestety istnieje, ale mamy nadzieję, że do tego nie dojdzie. Liczymy na środki z innych źródeł. Na przykład z południowopraskiego OPS, z którym współpraca układa nam się bardzo dobrze, czy od prywatnych darczyńców – mówi wicedyrektor Onyszkiewicz i szacuje, że z tych źródeł można będzie pozyskać jedynie połowę kwoty niezbędnej do utrzymania dotychczasowego zakresu działań ośrodka.

W czynnym 24 godziny na dobę ośrodku DOM przy ul. Walecznych są miejsca dla kilkunastu kobiet. Obecnie przebywa tam kilka poszkodowanych z dziećmi.

– Uzyskałam tutaj wsparcie psychiczne i odzyskałam wiarę w siebie. Człowiek tu może stanąć na nogi, rozpocząć walkę o siebie i walczyć dla dziecka – wyznaje Maria. – Nie wiem, co by się ze mną stało, gdyby nie ten ośrodek. A tutaj dostałam dla córki ubrania, wózek i wszelką pomoc. Pracownicy socjalni traktują nas jak rodzinę. Ja mogę w tej chwili pójść i przytulić się do pani dyrektora i to jest jak najbardziej normalne...

Magda K

URODZINY PRAGI

10 lutego Praga-Północ hucznie świętowała swoje urodziny. Dzielnica jest „spadkobierczynią” założonego 370 lat temu miasta Praga.



Szable w dłoni! – samorządowcy Pragi Północ świętowali „urodziny” dzielnicy.

Szacowny jubileusz obchodzony był na Pradze na wiele sposobów. Uroczystości oficjalne przeplatały się z mniej oficjalnymi. W Katedrze pw. św. Michała Archanioła i św. Floriana Męczennika uroczystą mszę świętą odprawił Ordynariusz Diecezji Warszawsko-Praskiej, bp Romuald Kamiński.

Odbyła się również uroczysta sesja Rady Pragi Północ, a pod honorowym patronatem Prezydenta RP Andrzeja Dudy w praskiej katedrze koncertowała Orkiestra Symfoniczna Filharmonii Łódzkiej im. A. Rubinsteina.

Sporo też się działo na praskich uliczkach. Wielką atrakcją był Jarmark Praski. W lokalu Pyzy Flaki Gorące bito rekord w jedzeniu pyzy! Na to charakterystyczne dla dzielnicy danie skusiło tego dnia aż 375 mieszkańców. Stara Praga Kawiarnia gościła Kapelę Praską, a w samo południe Kazimierz Nitkiewicz z Warszawskiej Orkiestry Sentymentalnej zagrał na trąbce nieoficjalny hymn dzielnicy – „Chodź na Pragę”.

370 lat temu król Władysław IV zezwolił na założenie miasta Praga. Fakt ten potwierdza pochodzący z 1648 akt lokacyjny, który w cza-

sie tegorocznego świętowania urodzin był wystawiony w Muzeum Warszawskiej Pragi. Z okazji jubileuszu sporządzono trzy kopie aktu, które wręczał przewodniczący dzielnicowej rady Ryszard Kędzierski. Jedną, dla prezydenta Andrzeja Dudy otrzymał jego pełnomocnik Wojciech Nastula. Drugą, dla parlamentu, przekazano posłance Ewie Tomaszewskiej, która brała udział w święcie razem z posłem Jarosławem Krajewskim. Trzecią kopię, dla zarządu dzielnicy, otrzymał burmistrz Wojciech Ząbłocki.

rosa

REKLAMA

REKLAMA

STREFA SŁUCHU APARATY SŁUCHOWE

WYPOŻYCZ I PRZETESTUJ APARATY ZAUSZNE I WEWNĄTRZUSZNE ZA DARMO I BEZ KAUCJI

- **Przyjdź i sprawdź bezpłatnie, dlaczego słyszysz, ale nie możesz zrozumieć mowy?**
- **Programujemy większość aparatów słuchowych, również zakupionych w innych gabinetach**
- **Nie możesz do nas przyjść? Zadzwoń i zamów wizytę domową**
- **Atrakcyjne raty 0% - od 69 zł miesięcznie**

Przegląd i czyszczenie aparatu GRATIS

Diagnostyka: audiometria tonalna, audiometria mowy, tympanometria



Cezary Kozub

15 lat doświadczenia w protezowaniu słuchu, dyplom protetyka słuchu uzyskał na Politechnice Warszawskiej. Specjalista w dziedzinie terapii szumów usznych oraz doboru nowoczesnych aparatów słuchowych. Trudne przypadki niedosłuchu stanowią dla niego wyzwanie.



Anna Cierpicka-Switekowska

20 lat doświadczenia w protezowaniu słuchu, absolwentka Wydziału Akustyki Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza w Poznaniu. Specjalistka w dziedzinie protetyki słuchu. Profesjonalistka w zakresie dopasowania aparatów słuchowych u dzieci i osób dorosłych.



Marzena Surowiecka

12 lat doświadczenia w dziedzinie protetyki słuchu. Dyplom audioprotetyki uzyskała na Politechnice Warszawskiej. Komunikatywna, cierpliwa i w pełni kompetentna. Praca to jej pasja. Specjalistka zarówno w obsłudze dorosłych, jak i dzieci. Z powodzeniem realizuje najtrudniejsze zadania. Perfekcyjna we wszystkim co robi i ceniona przez najbardziej wymagających pacjentów.



Tomasz Staszewski

Protetyk słuchu z wieloletnim doświadczeniem w zawodzie. Dyplom potwierdzający kwalifikacje uzyskał kończąc Medyczną Szkołę Policealną w Warszawie. Posiada uprawnienia do pracy honorowane w całej Unii Europejskiej. Stale podnosi swoje kwalifikacje. Wyjątkowo cierpliwy i systematyczny młody człowiek. Empatia i wyrozumiałość to jego cechy, a dążenie do perfekcji to jego zaleta.



Specjaliści z wieloletnim doświadczeniem zapraszają do gabinetów Strefy Słuchu

ul. Poborzańska 37
(róg ul. Rembielińskiej, przystanek Poborzańska)
03-368 Warszawa
tel. 22 831 10 31,
tel. kom. 602 668 037

al. Solidarności 53
(wejście od Jagiellońskiej, przy Metrze Wileńska)
03-402 Warszawa
tel. 22 404 64 64

al. Jana Pawła II 32
(róg Elektoralnej, niedaleko Hali Mirowskiej)
00-141 Warszawa
tel. 22 400 11 66

ul. Chałubińskiego 8
(obok oddziału NFZ, przy sklepie rehabilitacyjnym)
00-613 Warszawa
tel. kom. 512 656 816

ul. Sapieżyńska 3
(Centrum Medyczne Bonifratorów, gab. nr 14)
02-215 Warszawa
tel. kom. 510 905 474

Kobiecym okiem Chrum, chrum

Chrumkavé oblátky to po słowacku chrupiące wafelki. Nie tylko wakacje, ale też ferie i wszelkie podróże skłaniają do zastanowienia, w czym jesteśmy podobni, a czym różnimy się od innych nacji.

Na przykład pies, w bardzo wielu językach, zwłaszcza słowiańskich, brzmi podobnie (pes, pas i różne odmiany sobaki), a w takim walijskim – ci. Zulus nazwie go inja, a Turek – köpek.

Jak szczekają psy? Po polsku – wiadomo: hau hau. Natomiast po katalońsku bub bub, po szwedzku voff voff, po irlandzku podobno amh amh.

Po chińsku pies szczeka 汪汪. Nie umiem tego przeczytać, ale to nie szkodzi. Pies też

nie umie. Nie potrafi także czytać w żadnym języku, a jednak bez problemu porozumiewa się z każdym psem – niemieckim, rosyjskim, czeskim czy bardziej egzotycznym.

Ludzie, nawet gdy nie znają swoich języków, także się dogadają. Amerykański psycholog Albertem Mehrabianem udowodnił, że każda wypowiedź to kombinacja trzech elementów, gdzie treść wypowiedzi zajmuje ledwie 7%, ton i brzmienie głosu – 38%, a tak zwana komunikacja niewerbalna to aż 55%. Czyli, jeśli na przykład słowem „nic ci nie zrobię” towarzyszy wrzask, wściekła mina i wygryzanie pięściami, to 7% z pozoru łagodnego przekazu słownego jest kłamstwem, czego dowodzi sprzeczna ze słowami gestykulacja, wyraz twarzy i ton głosu.

Z drugiej strony, nawet gdy nie radzimy sobie z 7% treści wypowiedzi, bo nie znamy języka rozmówcy, i tak się z nim dogadamy, zwłaszcza w podstawowych sprawach, „przy użyciu rąk”.



Ale bywa inaczej. W znanej placówce rehabilitacyjnej na eksponowanym miejscu wisi wielki banner z informacją: „LECZENIE ZAGRANICĄ”. Słyszałam o leczeniu dłońmi, różdżką, prądami, czarami, a nawet dźwiękiem, ale – leczyć zagranicą?! Niby jak?

Dopiero po chwili przychodzi refleksja, że chodzi o lecze-

nie poza granicami naszego kraju, czyli za granicą, a nie – zagranicą. Różnica z pozoru mała, ale istotna.

Warto zastanawiać się, co mówimy, ale też – co piszemy. Interpunkcja to też ważna sprawa. Na przykład: „Moja stara pila leży w piwnicy” oraz „Moja stara pila, leży w piwnicy”. Niby tylko mały przecinek, lecz sens zupełnie inny. Albo „Wypuścić. Nie wolno zabić” i „Wypuścić nie wolno. Zabić” czy „Jedźcie dzieci” i „Jedźcie, dzieci” oraz „Żyć nie umierać” i „Żyć nie. Umierać”.

Lepiej pisać śmiesznie – śmieszniej, niż ośmieszać pisząc, byle jak. Niechlujstwo językowe dowodzi sporych luk w wiedzy, a nierzadko i w kulturze osobistej. Warto z nimi walczyć.

zu

§ PRAWNIK RADZI

Czytelnicy pytają – radca prawny
Marcin Kluś odpowiada



Jestem w związku z małżeńskim i wraz z mężem posiadamy wspólny majątek. Czy są jakieś przepisy, z których jednoznacznie wynika, jakie czynności podjęte przez jednego z małżonków wymagają zgody drugiego małżonka?

Tak. O powyższym stanowi art. 37 Kodeksu rodzinnego i opiekuńczego. Zgodnie z tym przepisem, zgoda drugiego małżonka jest potrzebna do dokonania:

- 1) czynności prawnej (np. zawarcia umowy) prowadzącej do zbycia, obciążenia, odpłatnego nabycia nieruchomości lub użytkowania wieczystego, jak również prowadzącej do oddania nieruchomości do używania lub pobierania z niej pożytków;
- 2) czynności prawnej prowadzącej do zbycia, obciążenia, odpłatnego nabycia prawa rzeczowego, którego przedmiotem jest budynek lub lokal;
- 3) czynności prawnej prowadzącej do zbycia, obciążenia, odpłatnego nabycia i wydzierżawienia gospodarstwa rolnego lub przedsiębiorstwa;
- 4) darowizny z majątku wspólnego, z wyjątkiem drobnych darowizn zwyczajowo przyjętych.

Ważność umowy, która została zawarta przez jednego z małżonków bez wymaganej zgody drugiego, zależy od potwierdzenia umowy przez drugiego małżonka. Druga strona może wyznaczyć małżonkowi, którego zgoda jest wymagana, odpowiedni termin do potwierdzenia umowy; staje się wolna po bezskutecznym upływie wyznaczonego terminu.

Jednostronna czynność prawna (np. zrzeczenie się przez małżonka prawa użytkowania wieczystego gruntu) dokonana bez wymaganej zgody drugiego małżonka jest bezwzględnie nieważna już z chwilą jej dokonania. Późniejsze jej potwierdzenie przez tego małżonka nie wchodzi w rachubę.

A jakie będą skutki, gdy małżonek zaciągnie zobowiązanie bez zgody drugiego małżonka?

Odpowiedź na to pytanie zawarta jest w art. 41 § 2 Kodeksu rodzinnego i opiekuńczego. Z przepisu tego wynika, że wierzyciel może żądać zaspokojenia tego rodzaju wierzytelności tylko z osobistego majątku dłużnika oraz wynagrodzenia za pracę lub z dochodów uzyskanych przez dłużnika z innej działalności zarobkowej, jak również z korzyści uzyskanych przez dłużnika z jego praw, o których mowa w art. 33 pkt 9 w/w ustawy, tj. praw autorskich i praw pokrewnych, praw własności przemysłowej oraz innych praw twórcy.

O tym, co wchodzi w skład majątku osobistego małżonka (dłużnika) stanowi art. 33 Kodeksu rodzinnego i opiekuńczego. Są to m.in.:

- 1) przedmioty majątkowe nabyte przed powstaniem wspólności ustawowej;
- 2) przedmioty majątkowe nabyte przez dziedziczenie, zapis lub darowiznę, chyba że spadkodawca lub darczyńca inaczej postanowił (oprócz tzw. przedmiotów zwykłego urządzenia domowego służących do użytku obojga małżonków, chyba że spadkodawca lub darczyńca zastrzegł odmiennie);
- 3) przedmioty majątkowe służące wyłącznie do zaspokajania osobistych potrzeb jednego z małżonków (np. sprzęt sportowy lub sprzęt muzyczny);
- 4) przedmioty uzyskane z tytułu odszkodowania za uszkodzenie ciała lub wywołanie rozstroju zdrowia albo z tytułu zadośćuczynienia za doznaną krzywdę; nie dotyczy to jednak renty należnej poszkodowanemu małżonkowi z powodu całkowitej lub częściowej utraty zdolności do pracy zarobkowej albo z powodu zwiększenia się jego potrzeb lub zmniejszenia widoków powodzenia na przyszłość;
- 5) przedmioty majątkowe uzyskane z tytułu nagrody za osobiste osiągnięcia jednego z małżonków (chodzi tutaj o nagrody naukowe, artystyczne, literackie, techniczne lub nagrody uzyskane na konkursach).

Listy i maile można kierować na adres redakcji.

Go tam panie na Pradze...

Pjongczang

– Co pan tak międlł tę gazetę, panie Eustachy – zapytał Kazimierz Główna, emeryt, swojego kolegę, Eustachego Mordziaka, kupca bieliźnianego na bazarze Szembeka...
– Nie międlę, tylko przeglądam.
– Ale jakoś tak nerwowo.
– Złota szukam.
– No, to do Kanady powinien pan pojechać, nad rzekę Klon-dike. Jak świat światem poszukiwacze złota tam ciągnęli...
– Nie wie pan, co teraz na świecie jest najważniejsze?
– To, co zwykle: pokój, współpraca międzynarodowa, ochrona środowiska...
– To też, ale o olimpiadę się rozchodzi!
– A, o olimpiadę... O igrzyska znaczy?
– Olimpiada, igrzyska – co za różnica.
– A jednak. Olimpiada, to czas między igrzyskami, ot co.
– No, dobrze, panie Kaziu – jak zwal, tak zwal. Ogląda pan?
– Nie za bardzo, jeśli mam być szczery. Ja, to wie pan – starymody jestem: „Tylko Legia, ukochana Legia”...
– Znakiem tego, nic pan nie wie. Może to i dobrze, zdrowszy pan jesteś na nerwy.
– Z „Legunią”? Niekoniecznie.
– Takiej kaszany, to ja proszę pana nie pamiętam. Gdyby nie Stoch i jego koledzy wyszlibyśmy kompletnie na zero.
– E, ja słyszałem, że mamy dwa złote.
– Co pan mówi? Jakże dwa?
– A tak! Pan prezydent Duda przecież też dostał. Razem z honorowym obywatelstwem Seulu, znaczy się tej ich koreańskiej stolicy. Nawet sobie zażartował – że jeszcze igrzyska nie ruszyły, a Polak ma już złoty medal. Śmiał się potem z tego dowcipu z pięć minut.
– Bo on lubi żarty... Nie wiem tylko, czy z tego też by się tak śmiał:
Przychodzi Kamil Stoch do kiosku i mówi:
– Poproszę „Nowości”.

– 3 złote.
– Justyna, pożyczysz?
– I warto było taki kawał świata się wlec?
– Mówią, że jeśli chodzi o igrzyska, to sam udział się liczy. Ale powiem panu – bez medali liczy się znacznie mniej. A za to kosztuje niesamowicie. Jako kupiec liczyć umiem. Przecież każdy z tych naszych sportowców postrojony w piękne dresy, kurtki, czapki – wygląda wprost ślicznie. Sprzęt najwyższej klasy światowej... A jak przychodzi, co do czego, jak trzeba pokazać, co się umie, na co nas stać, to 30-te miejsce, 40-te, 50-te. Czarna rozpacz! A już białej gorączki dostałem, jak jakiś nasz saneczkarz, po czterech latach przygotowań, treningów, obozów, stanął na starcie i wtedy okazało się, że zapomniał maski na twarz.
– To takie ważne?
– To, panie Kaziu, jakby spodni zapomniał. Tor saneczkarski to lodowa rynna, jedzie się tam 100 i więcej kilometrów na godzinę. W tem Ping-pongu, czy jak mu tam, dodatkowo jeszcze w cholernym zimnie, bo u nich siarczyście mrozy teraz są. To co taki orzeł może widzieć, jak mu powietrze niczym tysiąc sztyletów tnie twarz? Na czym on się skupia – na tym swoim starcie, czy na tym, żeby przeżyć do mety?...
– Faktycznie sensu to wszystko nie ma. Ale gdyby było więcej medali, to takich rozmów by nie było. Ludzie cieszyliby się, że nasi wygrywają, albo przynajmniej nie są gorsi od innych. Duch w narodzie byłby lepszy, duma by nas rozpierała... Mimo wszystko, niech się pan uśmiechnie! Nie sami narciarze są na świecie. Patrz pan nasz młody kulomiot machnął rekord Polski onegdaj. 22 metry!
– Jak nie myśleć o narciarstwie, jak cały świat tym właśnie żyje, a nie jakimś kulomiotem, panie Kaziu!
– No, to może na luzie bardziej? Jak ta babcia góralka z dowcipu: ogląda transmisję biegu na 50 km. Chmara narciarzy, a ona kręci głową i pyta wnuczka:
– Po co oni tak biegną?
– Pirsy dostanie złoty medal babciu.
– To po co biegnie reszta?

Szaser

REKLAMA

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*

**SPRZEDAM
BEZPOŚREDNIO**
dom/segment 212 m²,
działka 240 m²
w Wyszkuwie,
ul. Miła 46.
Atrakcyjna cena
Tel. 660-697-365

**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
ZAPRASZAMY:
w godz. 700-1730, sob. 900-1300

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

**TADEX
OPONY**

Warszawa,
ul. Ostrobramska 38b
tel. 22 610 60 05
■ Montaż i wyważanie
RUN ON FLAT ■
■ Sezonowe przechowywanie
i sprzedaż opon ■
■ Prostowanie felg ■

**ZADBAJ O SWÓJ
SAMOCHÓD**

fala WSH SAMOOBSŁUGOWY Sklep Motoryzacyjny

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

WARSZAWA FALENICA
ul. Patriotów 71/73

P.P.H. „Kotwica”
Zapraszamy do sklepów firmowych
Oferujemy:

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

Do spożycia na miejscu i na wynos.
Wyroby garmażeryjne 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)

KOTWICA

CZARNA SUKIENKA

Wszyscy znają mickiewiczowską „Redutę Ordona”, ale jakże niewielu zna „Czarną sukienkę”. Jeden z najbardziej przejmujących wierszy napisał poeta i żołnierz – uczestnik Powstania Listopadowego Konstanty Gaszyński. To wiersz o... Olszynie Grochowskiej.

Oparte na opowiadaniu adiutanta dzieła Adama Mickiewicza powstało w 1832 roku w Dreźnie i sprawiło, że jego czytelnicy uwierzyli w bohaterską śmierć Juliana Ordona. Tymczasem tytułowy bohater przytłoczony

Belgii, a następnie do Francji, gdzie zmarł w 1866 roku.

Jego „Czarna sukienka” powstała w tym samym roku co wiersz Mickiewicza, czyli w 1832, ale w Paryżu. Treścią nawiązuje do bitwy o Olszynkę Grochowską. Poemat

społeczeństwo przywdziało żałobę po klęsce Powstania Styczniowego.

Panie nosiły czarne krynoliny, bo pod obszerną spódnicą można było swobodnie ukryć tajne dokumenty, odezwy i ulotki, a nawet broń. Polki pozbyły się wszelkich klejnotów, oddając je na potrzeby Rządu Narodowego. Zastąpiły złoto i brylanty odpowiadającą nastrojowi niepodległościowego zrywu skromną biżuterią patriotyczną.

Tym surowym rygorom podporządkowywano nawet dzieci. Chłopcom nakładano

powstańcze czamarki, szamerowane kożuszki i czapki obszyte barankiem. Małe dziewczynki nosiły krótkie, czarne krynolinki.

Przyczyną tego była właśnie „Czarna Sukienka”. Do popularyzacji wiersza posłużyło wykorzystanie go jako słów do pieśni nieznanego kompozytora, choć istnieje wersja melodii skomponowana

przez Władysława Żeleńskiego „Czarna sukienka op. 12 nr 1 (1863)”.

Tak jeden poemat związał ze sobą dwa powstania, a wszystko za sprawą wydarzeń pod Olszynką Grochowską.

**Małgorzata
Karolina Piekarska**

Czarna sukienka

*Schowaj, matko, suknie moje,
Perły, wieńce z róż,
Jasne szaty, świetne stroje,
Nie dla mnie to już.*

*Kiedys jam kwiaty, stroje lubiła,
Gdy nam nadziei wytryskał strój;
Lecz gdy do grobu Polska zstąpiła
Jeden mi tylko pozostał strój:
Czarna sukienka.*

*Narodowe nucąc śpiewki,
Widząc szczęścia świt,
Kiedym szyla chorągiewki
Dla ułańskich dził,*

*Wtenczas mnie kryła szata godowa,
Lecz gdy wśród boju zginął brat mój,
Kulą przeszyty na polach Grochowa,
Jeden mi tylko przystoi strój:
Czarna sukienka,*

*Gdy kochanek w sprawie bratniej
Mściwą niosąc broń,
Przy rozstaniu raz ostatni
Moją ścisnął dłoń,*

*Wtenczas, choć smutna, lubiłam stroje,
Lecz gdy się krwawy zakończył bój,
A on gdzieś poszedł w strony nieswoje,
Jeden mi tylko przystoi strój:
Czarna sukienka.*

*Gdy liść Igań, Wawru kwiaty
Dał nam zerwać łos,
Brałam perły, drogie szaty
I trefiłam włos;*

*Lecz gdy nas zdrady wrogom sprzedały,
Gdy zaległ Polskę najeźdźców rój,
Gdy w pętach jęczy naród nasz cały,
Jeden mi tylko przystoi strój:
Czarna sukienka.*

Konstanty Gaszyński
Paryż, 1832



Kamionkowskie Pola Elekcyjne – inscenizacja bitwy z 2007 roku.

OLSZYNKOWE BOJE

Przed nami 187. rocznica bitwy pod Olszynką Grochowską. W tym roku rekonstrukcja walk powraca na Kamionkowskie Błonia Elekcyjne.

Niewątpliwie najbardziej atrakcyjnym elementem obchodów rocznicy będzie rekonstrukcja historycznej bitwy, jaką polscy powstańcy stoczyli z Moskalami 25 lutego 1831 r. Przypomnijmy, że była to najkrwawsza z bitew Powstania Listopadowego. Po obydwu stronach, w bojach pod Olszynką, zginęło około 16 tysięcy walczących. Faktycznie bitwa pozostała nierozstrzygnięta, niemniej postrzegana jest jako taktyczny sukces Polaków.

W połowie pierwszej dekady XXI wieku na Kamionkowskich Błoniach Elekcyjnych, które potocznie były wtedy zwane Bulwarem Stanisława Augusta lub Parkiem OWS, odbyło się kilka rekonstrukcji bitwy. Szerokie przestrzenie Błoni (głównie od strony ul. Kinowej i Stanisława Augusta) umożliwiały dziesiątkom tysięcy widzów dogodną obserwację wojennych zmagania. W inscenizacjach brały udział liczne grupy rekonstrukcji historycznych z kraju i zagranicy.

W tym roku południowopraski Ratusz wraz z Centrum Promocji

Kultury Pragi Południe ponownie zaprasza mieszkańców Warszawy na widowiskową rekonstrukcję. Impreza odbędzie się w sobotę, 24 lutego, w godzinach 13.30-16.00.

Rocznicowe uroczystości odbędą się także przy Mogile Powstańczej pod Olszynką Grochowską. Tutaj, u zbiegu rembertowskich ulic Traczy i Szerokiej, w piątek 23 lutego od godz. 11.00, pamięć powstańców uhonorują władze Pragi Południe.

Dwa dni później, w niedzielę 25 lutego, w tym samym miejscu (od godz. 15.00) odbędą się uroczystości organizowane m.in. przez władze Rembertowa oraz stowarzyszenia Olszynka Grochowska i Krąg Pamięci Narodowej.

Tydzień później rocznicę bitwy uczczą także zuchy i harcerze Hufca ZHP Warszawa Praga-Południe, którzy od lat organizują w tym czasie Rajd Olszynki Grochowskiej. Głównym akcentem tegorocznego rajdu będzie uroczysty apel harcerzy na placu Szembeka (sobota, 3 marca, godz. 10.00). **Ada M**



Obraz Wojciecha Kossaka „Bitwa pod Olszynką Grochowską”, 1928

sławą popełnił samobójstwo w 1887 roku, a więc ponad pół wieku później. Mickiewicz nie brał udziału w powstaniu. Inaczej było z Konstantym Gaszyńskim, który jako niespełna 22-latek uczestniczył w Powstaniu Listopadowym, a po jego upadku wyemigrował najpierw do

został napisany w formie monologu młodej dziewczyny. Bohaterka „Czarnej sukienki” przywdziewa żałobę po bracie i kochanku poległych w powstaniu. Niektórzy historycy twierdzą, że to właśnie ta pieśń, opisująca klęskę Powstania Listopadowego sprawiła, że polskie

REKLAMA

REKLAMA



KONIEC WYPRZEDAŻY 2017

DNI OTWARTE

3-4 marca

Zapraszamy!



TOYOTA

ALWAYS A BETTER WAY



TOYOTA Radość Autoryzowany Dealer Toyota Motor Poland

ul. Patriotów 271, Warszawa, tel. 22 615 30 30, www.toyota-radosc.pl

 **Toyota z Radości**

Druh Stefan ROMANOWSKI

Trochę dziwnie się pisze o druhu Stefanie Romanowskim. Bo i jak na jednej stronie naszego czasopisma ująć sylwetkę człowieka, który nie jest żadną gwiazdą, żadnym celebrytą, a jednak znają go dziesiątki, jeśli nie setki tysięcy, warszawiaków...

Z tymi setkami tysięcy nie ma żadnej przesady. Już w 1977 roku, w harcerskim „Praskim Świerszczu” ówczesny podharcemistrz Michał Boni, tak pisał o druhu: „W ciągu dwudziestu lat zetknęło się z nim bezpośrednio lub pośrednio około 120 tysięcy młodych ludzi. Tyle bowiem osób przewinęło się przez drużyny i szczyepy harcerskie Pragi Południe od roku 1957 do dzisiaj...”.

Okazją zaś do dzisiejszego artykułu stały się 90. urodziny druha Romanowskiego, który nadal jest w świetnej kondycji. Gdy rozmawiamy przez telefon jego głos brzmi mocno i wyraźnie. Można odnieść wrażenie, że rozmówca ma nie więcej niż połowę rzeczywistych lat...

Wieczornica w CPK

W sobotę, 17 lutego (na dwa dni przed urodzinami Druha), środowiska harcerskie zorganizowały jubileuszową wieczornicę w Centrum Promocji Kultury Dzielnicy Praga-Południe.

– Trzeba zdać sobie sprawę z tego, że ze stułetniej historii ZHP aż 70 lat związane jest z druham Romanowskim... –

mówili na wieczornicy harcerscy działacze.

W CPK był m.in. harcerski krąg z prawie prawdziwym ogniskiem, wspólne śpiewanie piosenek i pieśni, wspominki, prezentacje i wiele ciepłych słów o Jubilacie.

Okupacyjne początki

Stefan Romanowski urodził się w Warszawie i poza krótkim epizodem spędził tu praktycznie całe życie („do Powstania Warszawskiego mieszkalem na Woli, w 1945 r. przeniosłem się na Szmulowinę, a teraz od połowy lat '50 mieszkam na Grochowie”).

Gdy go pytam o początki przygody z harcerstwem odpowiada krótkimi, wręcz żołnierskimi zwrotami: – Rok 1942. Szare Szeregi. „Zawiszacy”.

Rozmawiamy o czasach okupacji. – Tajne zbiórki mieliśmy raz w tygodniu – wspomina druh. – W „Zawiszakach” realizowaliśmy program typowo harcerski, a potem, w Szkolach Bojowych, już bardziej w kierunku wojskowym. W 1945 r. zorganizował międzyszkolną Praską Drużynę Harcerską, która działała przy bazylicy przy ul. Kawczyńskiej.

Obozowy Ocypel

Jego niewątpliwym dziełem jest ośrodek harcerski w Borach Tucholskich w Ocyplu. Choć podkreśla, że „to nie indywidualne dzieło – budowaliśmy go razem z kadrą instruktorską”.

Uśmiecha się z satysfakcją, gdy dodaje: – Budowaliśmy go w latach '70 bez żadnego dofinansowania. Wczyńcie społecznym. Nie dostaliśmy na ten cel od nikogo ani złotówki...

Ośrodek stoi do dziś i w każde wakacje gości setki południowopraskich zuchów („w latach osiemdziesiątych przebywało tam nawet 600 zuchów na koloniach zuchowych”).



Druh Stefan Romanowski w gronie harcerskich małżeństw Hufca ZHP Warszawa Praga-Południe im. Warszawskiej Dywizji Piechoty „Tadeusza Kościuszki”

Nic więc dziwnego, że z tak licznej harcerskiej braci wyrosło wielu ludzi życia publicznego („Michał Boni został europoseł, ministrem był śp. Paweł Wypych, w radzie Warszawy zasiada inny nasz wychowanek – Paweł Lech, Adam Czetwertyński też był radnym, oj, wielu by wymienić...”).

Hufiec Praga-Południe

W drugiej połowie lat '50 został zastępcą komendanta Hufca Grochów, a następnie szefem Hufca Saska Kępa. Na początku lat '60 obydwa wspomniane hufce, a także te z Anina, Wawra, Falenicy (i później Rembertowa) scalono w jeden organizm. Tak powstał Hufiec Warszawa Praga-Południe, którego komendantem został druh Stefan Romanowski.

Funkcję tę pełnił przez 22 lata („zrezygnowałem w 1983 r. bo trzeba było dać szansę młodszemu”). Ale nie zrezygnował z harcerstwa, w którym pełnił wiele zaszczytnych funkcji. Od trzydziestu lat jest

szefem Instruktorskiego Kręgu Pokoleń „Romanosy”.

Potrzebna siedziba

Czuć smutek w głosie druha, gdy rozmawiamy o siedzibie Hufca. Od 1990 r. mieści się ona w dawnym ośrodku PZO nad Wisłą przy Wale Miedzeszyńskim. Sytuacja prawna pobytu tam harcerzy nie jest uregulowana, a warunki uniemożliwiają użytkowanie nieruchomości choćby zimą. – Hufiec potrzebuje naprawdę sensowną siedzibę, aby w pełni móc prowadzić działalność na rzecz południowopraskiej młodzieży – druh potwierdza to, o czym od lat mówią inni członkowie kierowniczej kadry ZHP.

Harcerskie małżeństwa

Stefan Romanowski jest autorem opracowań dokumentujących historię ZHP na szeroko pojmowanej Pradze Południe. Właściwie to sam jest chodzącą historią, z której należy czerpać garściami. Ma przy tym znakomitą pamięć. Bez wahania wymienia choćby nazwiska pierwszych „harcerskich małżeństw” sprzed pół wieku („to było w urzędzie na Mycielskiego, a gratulacje nowożeńcom składał sam przewodniczący Rady Narodowej”). Takich harcerskich małżeństw, par skojarzonych w Hufcu Praga Południe, jest ponad osiemdziesiąt. Kilka z nich było na wspomnianym Jubileuszu druha w CPK. Razem z nim stanęli do pamiątkowego zdjęcia. Adam Rosiński

REKLAMA

REKLAMA

CAŁODOBOWA
LECZNICA
WETERYNARYJNA



CAŁODOBOWY OSTRY DYŻUR
INTERNISTYCZNY I CHIRURGICZNY

interna • chirurgia • ortopedia • fizjoterapia • anestezjologia
dermatologia • behawioryzm • stomatologia • kardiologia
hematologia • onkologia • położnictwo
neurologia • endoskopia • okulistyka
geriatria • homeopatia

Rtg • USG • echo serca • endoskopia
biopsja cienko i gruboigłowa

LABORATORIUM

WIZYTY DOMOWE

SZPITAL

STRZYŻENIE
I PIELĘGNACJA



ul. Trakt Lubelski 300b, 04 -667 Warszawa
tel. 22 424 09 58, 603 363 766
www.lecznicasfora.com

PROMOCJA!

CENTRUM NOWOCZESNEJ REHABILITACJI LECZNICZEJ

biomag®

ZAPRASZA

NA 5 DNI BEZPŁATNYCH

konsultacji i zabiegów rehabilitacji

W czym możemy pomóc?

- bóle kręgosłupa, rwa kulszowa
- bóle stawów, zwyrodnienia stawów
- choroby układu krążenia (żylaki, pajączki, zimne stopy)
- bezsenność, nerwice

- stany pooperacyjne, rekonwalescencja
- ciągłe zmęczenie, bóle głowy
- stany zapalne, niegojące lub źle gojące się rany
- regeneracja (sport, ciężka praca fizyczna)



NOWY GABINET!

ul. Garibaldi 4

przy Rondzie Wiatraczna

Teraz łatwy dojazd!

ZAPISY: 22 390 55 35



Istniejemy od ponad 3 lat. Mamy setki zadowolonych klientów. Przyjdź i skorzystaj z promocji. Sprawdź naszą skuteczność!

CO PO FSO?

Miasto startuje z pilotażowym projektem „Osiedla Warszawy”. Celem jest opracowanie pomysłów dla nowych wielofunkcyjnych osiedli, które zagwarantują wysoki standard. Modelowe rozwiązania zostaną wypracowane wspólnie przez Miasto, mieszkańców i inwestorów.

Brzmi nieźle? Inne zdanie mają mieszkańcy białoleckiego Żerania, bo to ich teren ma iść na „pierwszy ogień” w tym projekcie.

Miasto chce rozmawiać o Porcie Żerańskim i ogromnej działce, na której były zakłady FSO. To wskazuje na jedno – po zmianach w studium, te cenne rejony trafią w ręce deweloperów.

Polityka przestrzenna Warszawy reguluje wykorzystanie tego obszaru jako strefy przemysłowej, a nie mieszkaniowej.

– Jeszcze w 2011 roku radny Rady Warszawy z PO Lech Jaworski wzywał Zarząd Miasta, aby tereny po zakładach przeznaczyć na miejsca pracy, konkretnie tworząc park technologiczny. Opinia Zarządu była wtedy pozytywna. Także Ministerstwo Gospodarki starało się

znaleźć fabrykę kolejnego inwestora, a na komisji sejmowej odpowiedni urzędnik twierdził, że Miasto nie zamierza przeznaczać tak cennego dla gospodarki miejsca pod bloki. Teraz nagle ruszyła machina urzędnicza, która ma zmienić przeznaczenie tych terenów pod mieszkania. W sytuacji, gdy niecały kilometr dalej, już po stronie Białoleki, powstaje ich ponad 7 tysięcy. Komu to się opłaca? – zastanawia się Agnieszka Nowak, mieszkanka Żerania, która od długiego czasu bacznie przygląda się działaniom Miasta i deweloperów na Białolece.

Czy coś od tego czasu zmieniło się na prawym brzegu Wisły? Chyba tylko to, że Białoleka i Targówek mają dwa razy więcej mieszkańców. Wielu z nich do pracy jeździ często przez całe miasto.



Każdy, kto próbuje przebić się rano z Białoleki do tzw. „Mordoru” lub centrum wie, jak tragiczna jest sytuacja. Droga zajmuje czasem ponad 2 godziny. Ma to wiele negatywnych skutków dla środowiska oraz jest bardzo stresujące dla ludzi.

Ile czasu moglibyśmy spędzić z rodzinami, zamiast w korkach, gdyby nasze firmy były bliżej? O ile zmniejszyłyby się smog komunikacyjny? Płacimy swoim czasem i zdrowiem rodzaj podatku na rzecz miasta – opłatę, której nikt nam nie zwróci.

Po praskiej stronie nie ma ani jednego większego centrum biznesowego. A powinno ono powstać właśnie na Żeraniu. Strefa przemysłowa powinna taką pozostać.

– W dodatku powinien do niej prowadzić dobry transport publiczny, najlepiej szynowy, ponieważ jest najkorzystniejszy dla środowiska. A Miasto odłożyło na półkę kluczowe inwestycje dla Żerania w tym zakresie, takie jak tramwaj wzdłuż Modlińskiej, zdolny, według planów, przewieźć 5 tysięcy osób w godzinach szczytu, a 40 tysięcy na dobę. Hanna Gronkiewicz-Waltz obiecuje go od 2006 roku. Teraz na Żeraniu ma przybyć 10 tysięcy mieszkańców. Zapraszamy o poranku do autobusu 509 – na pewno się wszyscy zmieścimy... – mówi Agnieszka Nowak.

Kiedy tramwaj pojedzie wzdłuż Modlińskiej? Jeszcze trochę musimy poczekać nawet na najbardziej optymistyczny termin. Trwają prace koncepcyjne na odcinku Żerań FSO – ul. Konwaliowa/ ul. Płochocińska. Do 2020 r. dla inwestycji ma zostać pozyskana decyzja środowiskowa. Jeśli będą pieniądze budowa ruszy w 2023 roku.

Nina Miętus

WIATRAK NA WIATRAKU?

Pomysł postawienia wiatraka na rondzie Wiatraczna rozbudził w ostatnim czasie emocje nie tylko na Grochowie.



Wizualizacja „Mieszkaniec”

Z taką koncepcją wystąpił architekt Jakub Dyra. Odświeżył tym samym ideę, z którą kilkanaście lat temu w artykule „Wiatrak na Wiatraku” wyszła redakcja „Mieszkańca”. Jakub Dyra chce, aby wiatrak stał się dominantą, której w tej części miasta po prostu brakuje. Jak wyjaśnia architekt, kiedyś tę rolę w naszej kulturze spełniały kościoły, wieże ratusza, zamki.

– Mamy w Warszawie, niestety oczywiście dominantę, która wrosła w nasze miasto, lecz poszczególne rejony, dzielnice są bardzo ubogie w ten rodzaj architektury. Rozrastające się miasto nie docenia istoty takiego detalu krajobrazu. Zwieńczenie perspektywy ulicy, alei, placu powinna być perłą w zabudowie miejskiej. Z powodów głównie komunikacyjnych, acz przypadkowych, najbardziej charakterystycznym miejscem na Grochowie stał się plac Wiatraczna, lecz bez planowanej dominanty, która aż się prosi. Rolę dominant w mieście przejmują najczęściej budowle wysoko-

ściowe i tak się stało w tym miejscu. Nasz Grochów poprzez niską, charakterystyczną dla peryferii zabudowę, nigdy nie otrzymał dominanty z prawdziwego zdarzenia. Wyjątek stanowi tu plac Szembeka z jego kościołem – mówi 52-letni architekt, który na Grochowie mieszka „od zawsze”, więc to miejsce ma dla niego szczególne znaczenie.

Konkretnego projektu nie ma. Jest sama idea wiatraka w miejscu, które aż się prosi o wyjątkowe zagospodarowanie.

– Oprócz pełnienia tej funkcji, mógłby przejąć funkcje obecnego baraku pętli MZK i uwolnić nasze oczy od jego oglądania (przypomina on teraz miejski szalec) – mówi Jakub Dyra.

Jeżeli miasto udostępni teren, zaczną się konkretne rozmowy i działania. Pomyślowca nie chce finansować wiatraka z pieniędzy dzielnicowych czy miejskich, będzie szukał innych możliwości pozyskania środków.

KaSa

Wieści z Wawra

WAWERSKIE SZKOŁY ROSNĄ W OCZACH

Wawer inwestuje w oświatę. Szkoły Podstawowe nr 109 przy ul. Przygodnej i 128 przy ul. Kadetów zyskały nową przestrzeń do nauki dzięki nowoczesnej zabudowie modułowej. Pierwsza powiększyła się o 5 sal, sanitariaty, dwie szatnie i łącznik ze szkołą, druga o trzy sale i świetlicę, a Przedszkole nr 338 o dwie sale, szatnię i salę do leżakowania.

W uroczystościach otwarcia uczestniczyli uczniowie, rodzice, dyrektorzy placówek oświatowych i przedstawiciele wawerskiego samorządu, reprezentowanego przez burmistrza dzielnicy Wawer Łukasza Jeziorskiego, zastępcę burmi-

stra Leszka Baraniewskiego oraz radnych dzielnicy Michała Żebrowskiego, Małgorzatę Sołtysiak, Joannę Buczyńską, Przemysława Zaboklickiego i Łukasza Kubika.

Zarząd Dzielnicy podpisał także umowę na rozbudowę

Szkoły Podstawowej nr 124 w Falenicy przy ul. Bartoszyckiej. 500 dni ma wykonawca na przygotowanie dokumentacji projektowej, uzyskanie pozwolenia na budowę i wykonanie nowego skrzydła szkoły.

ZW



BUDOWA KULTUROTEKI PRZY UL. BŁĘKITNEJ NA FINISZU

Kulturoteki, nowoczesne centra kultury, powstają w Wawrze – w Falenicy, Radości i osiedlu Wawer. Będą to miejsca aktywności lokalnej i kulturalnej, zapewniające możliwość organizacji nowoczesnych zajęć, koncertów czy przedstawień. W tym roku planowane jest otwarcie obiektu przy ul. Solidnej i Błękitnej. Przeniosą tam swoje filie Biblioteka Publiczna w Dzielnicy Wawer m.st. Warszawy i Wawerskie Centrum Kultury.



Kulturoteka to miejsce, które zawiera w sobie zarówno definicję słowa biblioteka, jak i dom kultury. To wspólna przestrzeń aktywności kulturalnej pozwalająca dostarczyć mieszkańcom nową ofertę spędzania wolnego czasu. Przy stając na rogu ulic Błękitnej i Solidnej możemy podziwiać nowoczesną bryłę budynku o ciekawej kolorystycznie elewacji, przypominającej regały z książkami.

W nowym, trzykondygnacyjnym budynku, mieścić się

będzie wypożyczalnia Nr 26 Biblioteki Publicznej w Dzielnicy Wawer, miejsce dla siebie znajdą tu także wawerscy seniorzy, wolontariusze i harcerze. Organizowane będą różne aktywności kulturalne. – Wykorzystując nowoczesną przestrzeń przyszłej kulturoteki będziemy w stanie prowadzić zajęcia dodatkowe, które jak do tej pory w ogromnej mierze realizowane były wyłącznie w bibliotece przy ul. Trawiastej i filii Wawerskiego Centrum Kultury. Budynek pozwoli na aranżację przestrzeni w taki sposób, aby czytelnicy czuli się w nim bezpiecznie i przyjemnie – mówi burmistrz dzielnicy Wawer Łukasz Jeziorski.

W kulturotece o powierzchni 860 m kw. znajdzie się miejsce na wypożyczalnię

książek dla dzieci, młodzieży i dorosłych, studio nagrań audiobooków, salę młodzieżową, pracownię komputerową, pokój pracy cichej, a także salę wielofunkcyjną. Sala ta pomieści ok. 100 osób, będzie także pełnić rolę kina, sali koncertowej czy teatralnej. Obok budynku ko-

rzystać będzie można z czytelnipłenerowej, tworzonej na wzór tej z powodzeniem działającej w Miedzeszynie. Współpraca z Wawerskim Centrum Kultury otwiera możliwości wspólnej realizacji, koncertów, spektakli i wystaw.

ww

Uzyskaj dotację na

Sprawdź, jak to zrobić na www.zielona.com/warszawa lub zadzwoń pod nr 19115

#ODDYCHAJ WARSZAWO

19115

Wiecej informacji: www.zielona.com/warszawa

wymagana powierzchnia zadaniowego podwórka stałego na gazowy

do 7 tys. zł lub do 15 tys. zł

podłączenie budynku do najbliższej sieci ciepłowniczej

do 10 tys. zł lub do 20 tys. zł



ŚMIESZKANIEC

Wykładowca mówi do studentów:
– Ten, kto odpowie na moje następne pytanie, ma zaliczone zajęcia i może iść do domu.
W tym momencie ktoś trafia w niego papierową kulką.
– Kto to zrobił?
– Ja! – mówi jeden ze studentów. – Odpowiedziałem, dziękuję za zaliczenie, do widzenia.

Babcia mówi do dziadka:
– Henryku, ta dziewczyna, którą właśnie przyprowadziłeś, jest naprawdę sympatyczna, ale wysyłając cię po osiemnastkę, miałam na myśli śmietanę!

– Mamo, co to jest samotność – pyta córeczka.
– Wiesz, kochanie, samotność jest wtedy, gdy między poniedziałkiem a piątkiem twój telefon dzwoni tylko pięć razy, i za każdym razem jest to tylko alarm na budzenie.

Wesoły Romek



WARTO WIEDZIEĆ

Fryderyk Franciszek Chopin, żył 39 lat, zmarł w roku 1849. Nie wiadomo, czy urodził się 22 lutego czy 1 marca. Nie wiadomo, czy zmarł w Paryżu na gruźlicę, na którą go leczono, czy też – jak dowiedziano niemal 150 lat po jego śmierci – na mukowiscydozę, w XIX wieku nieznaną jeszcze jako odrębną jednostkę chorobową.

Wiadomo, że panicznie bał się nierzadkiego w tamtych czasach pochowania za życia, dlatego przed pogrzebem wycięto mu serce, które Ludwika, siostra Chopina, rok po pogrzebie przemyciła do Warszawy. Ciało spoczywa pod pięknym, białym nagrobkiem na paryskim cmentarzu Père-Lachaise. A serce w kościele św. Krzyża w Warszawie.

Podczas wojny, za wiedzą okupanta, przechowywano je w Milanówku. 17 X 1945 roku zostało przewiezione do Żelazowej Woli. Stamtąd, uroczyste, w asyście m.in. Bolesława Bieruta(!), do kościoła św. Krzyża, gdzie spoczywa z inskrypcją „GDZIE SKARB TWÓJ, TAM I SERCE TWOJE Św. Mateusz VI*21”.

Przed 4 laty, po kolejnym badaniu serca, lekarze oświadczyli, że przyczyną zgonu mogło być zapalenie osierdzia.

Ciekawska



RADY CIOTKI AGATY

Jak mieć więcej pieniędzy? Poprosić szefa o pożyczkę. Niestety, to działa bardzo rzadko. Ale jest wiele innych, sprawdzonych sposobów.

● **Przed wszystkim nie przepłacaj.** Na zakupy chodź zawsze po posiłku i listą zakupów, to uchroni cię przed „kupowaniem oczami”, a nie – rozumem. Korzystaj z promocji – dlaczego masz kupować ten sam olej w zwykłej cenie, skoro w promocji, w sąsiednim sklepie, kosztuje niemal 20% taniej? Nie rób wielkich zapasów jedzenia, wyrzucając potem nieświeże, wyrzucasz swoje własne pieniądze.

● **Oszczędzaj na wodzie** – ciekące splotki i krany to wyciekające twoje pieniądze.

● **Oszczędzaj na gazie** – jeśli potrawa ma się gotować według przepisu przez np. 20 minut, gotuj przez 15, wyłącz gaz i zostaw przykryty garnek na palniku. Ciepło zrobi swoje, a ty wydasz o ¼ mniej pieniędzy.

● **Odstoń grzejniki**, niech ciepło cyrkuluje swobodnie. Wyłączaj je, wychodząc z domu.

● **Sprawdź koszt i oprocentowanie konta.** Może czas na inną ofertę?

ZAJRZYJMY DO KUCHNI

Z MIELONEGO MIĘSA...

🔥 **KOTLETY MIELONE** – dowolne mięso mielone (pamiętaj, że wołowina jest zwykle twardawa i dość sucha), a najlepiej – mieszane wieprzowo-drobiowe, wyrób dokładnie z 2-3 łyżkami suszonej włoszczyzny (tej drobniusińskiej), bułką namoczoną w mleku i mocno odcisniętą, 1-2 jajkami, solą, pieprzem, łyżeczką mielonej kurkumy, łyżką siekanej natki (może być suszona), łyżką koncentratu pomidorowego, łyżką musztardy, łyżką gorącej wody. Gdy masa jest zwarta i gładka, formuj niewielkie kotleciki, otocz w tartej bułce i smaż na oleju po obu stronach, a potem niech dojdą układane warstwami w garnku o grubym dnie, pod przykryciem, na małym ogniu.



🔥 **PULPETY** – mielone mięso, najlepiej drobiowe, wyrób z jajkiem, bułką namoczoną i odcisniętą, pieprzem, solą, 1-2 łyżkami mąki, kilkoma łyżkami siekanego koperku. Gdy gotowe, formuj małe kulki, wielkości orzecha włoskiego i gotuj je bez pośpiechu przez około 20 minut we wrzącym bulionie (może być z kostki). Podawaj z sosem pieczarkowym, musztardowym czy pomidorowym. Pozostały wywar to świetna baza do pomidorowej czy cebulowej.

🔥 **ZAPIEKANKA Z MAKARONEM** – na patelni przesmaż do zrumienienia lekko posolone mielone mięso wymieszane ze sporą, siekaną cebulą i czosnkiem. Zdejmij, na tym samym tłuszczu podduś pieczarki w plasterkach z dużą ilością pieprzu, małą soli. W formie na dnie układaj surową cebulę w plasterkach, lekko osoloną, a na to cienkimi warstwami ugotowany makaron, mięso, pieczarki, i znowu makaron, mięso i pieczarki. Wszystko polej obficie sosem pomidorowym z mnóstwem ziół świeżych lub mrożonych, a wierzch posyp bardzo grubo tartym serem. Zapiekaj bez pośpiechu, do zrumienienia sera.

🔥 **ZAPIEKANKA Z ZIEMNIAKAMI** – do żaroodpornego naczynia, dobrze wysmarowanego tłuszczem, włóż na dno warstwę ziemniaków, na to mięso przygotowane jak wyżej, kiszoną, siekaną i odcisniętą kapustę doprawioną kminkiem i odrobiną oleju. Układaj wszystko warstwami, na wierzchu pozostawiając ziemniaki. Wszystko polej jasnym piwem i zapiekaj, najpierw przykryte, a potem nie, do zrumienienia ziemniaków.

Pyszna Józia

REKLAMA

REKLAMA

NIE ŁAM SIĘ... KIEDY SIĘ POŁAMIESZ



REHABILITACJA-KOBIELSKA

Zima to czas, kiedy najczęściej dochodzi do urazów wynikających z panującej pogody, a także z uprawiania charakterystycznych dla tej pory roku sportów – jazda na nartach, łyżwach czy snowbordzie. Najczęściej występujące w tym okresie urazy to m.in. złamania, skręcenia, zwichnięcia.

Pierwszym elementem po urazie powinno być zabezpieczenie ortopedyczne kończyny, czyli unieruchomienie, chłodzenie, a także wysokie jej ułożenie, zabezpieczające przed nadmiernym obrzękiem i krwiakiem. Następnym krokiem powinno być wczesne zastosowanie fizykoterapii, która pozwoli na szybsze wyleczenie skutków powstałego urazu.

Fizykoterapia przyspiesza powrót do zdrowia i sprawności.

Do najczęściej stosowanych zabiegów z zakresu fizykoterapii należą:

✓ **Pole magnetyczne**, które przyspiesza reakcje regeneracji tkanek, a w przypadku problemów ze wzrostem po złamaniach, zwłaszcza w okresie zimowym, kiedy mamy niedobory witaminy D – przyspiesza proces wzrostu tkanki kostnej. Dodatkową zaletą tego zabiegu jest możliwość jego zastosowania nawet przy opatrunku gipsowym.

✓ **Laser biostymulacyjny** – przyspiesza gojenie ran, działa przeciwzapalnie, zwiększa unaczynienie w uszkodzonej tkance.

✓ **Jonoforeza** – zabieg prądowy, za pomocą którego wprowadza się w głąb tkanek (w miejscu, gdzie doszło do urazu) lek o działaniu przeciwzapalnym i przeciwbólowym.

✓ **Krioterapia** – ma silne działanie przeciwbólowe, przekrwienne, poprawiające drenaż limfatyczny, a zatem przyspieszające wchłanianie się obrzeków.

✓ **Elektrostymulacja** – stosowana w przypadku zaniku masy mięśniowej, wynikającym z unieruchomienia kończyny. Stosuje się ją zwłaszcza w przypadku urazu więzadeł krzyżostawu kolanowego, do którego dochodzi najczęściej u osób jeżdżących na nartach.



✓ **Ultradźwięki** – poprzez pobudzenie procesów przemiany materii i hamowanie procesów zapalnych zmniejsza napięcie mięśniowe, co prowadzi do działania przeciwbólowego i przyspieszenia gojenia się tkanek. Stosowane przy przykurczach wynikających z długiego unieruchomienia w opatrunku gipsowym ma działanie rozluźniające. Wskazana także przy bliznach – powoduje ich rozmiękczenie, nie dopuszcza do organiczenia ruchomości, co ma często miejsce w przypadku dużych, twardych blizn pooperacyjnych.

Jak się zabezpieczyć na następny rok?

Jak widzimy fizykoterapia opiera się w ogólnym rozumieniu na działaniu przeciwbólowym i przeciwzapalnym, pozwalającym na szybsze wyleczenie skutków

urazu. Warto jednocześnie zaznaczyć, że sama fizykoterapia nie wystarczy. Jest ona elementem wspomagającym zwłaszcza w początkowej fazie urazu. Zawsze rehabilitacji pourazowej winna towarzyszyć kinezyterapia, która będzie jednocześnie profilaktyką na kolejny sezon zimowy.

Zespół fizjoterapeutów
Centrum Rehabilitacji Kobielska

Przychodnia
Rehabilitacji
Leczniczej

Tel. 22 370 20 63
609 042 009

www.rehabilitacja-kobielska.pl



DAM PRACĘ

■ Dochodzącą, kulturalną samotną emerytkę do jednej osoby z dobrym gotowaniem – Saska Kępa Tel. 22 870-02-39

■ Potrzebna pani – sprzątanie, zakupy. Tel. 22 673-36-04

■ **PRZYCHODNIA LEKARSKA ZATRUDNI NA ETAT PIELĘGNIARKĘ- RECEPCJONISTKĘ. TEL. 601-34-10-20**

■ Zatrudnimy osoby do sprzątnia w Galerii Szembeka. Telefon: 734-483-732.

FINANSE

■ POŻYCZKI Inkaso City do 2000 zł. Tel. 792-307-229

■ Pożyczki pozabankowe. Tel. 609-545-270

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

KUPIĘ

■ ! Przedmioty z likwidowanych mieszkań oraz znaczki, monety, książki, pocztówki i meble. Tel. 22 253-38-79, 601-235-118

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

■ Antyki, obrazy, srebra, platery, brązy, szable, bagnety, odznaczenia. Tel. 601-336-063

■ Meble, obrazy, znaczki, książki, monety, medale. Tel. 22 253-38-79, 601-235-118

■ Zamiast wyrzucić zadzwoni! Skupujemy wszystko! Saska Antykwarnia, al. Waszyngtona 42, tel. 504-672-555

MEDYCZNE

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

NAUKA

■ Angielski, niemiecki. Tel. 601-20-93-41

■ Chemia, fizyka, dojazd. Tel. 503-410-723

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

■ Niemiecki od podstaw do matury, język ekonomiczny i prawniczy, korespondencja handlowa. Tel. 698-19-48-48, 22 813-43-40

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

NIERUCHOMOŚCI – Zamienię

■ Mieszkanie 3 pok, apartamentowiec na DOM, PragaPld. (dopłata) Tel. 601-299-055

REKLAMA

PRACA

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

PRAWNE

■ Adwokat Kamila Osica-Miładowska, sprawy cywilne, lokalowe, rodzinne, spadkowe, administracyjne i inne. Al. Waszyngtona 146 lok. 212. Kancelaria została przeniesiona z Uniwersamu Grochów. Tel. 509-959-444, www.kancelariaosica.pl.

■ 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 – kontrole podatkowe i sprawdzające, porady, wszystkie podatki, spadki, darowizny, aukcje, nieujawnione dochody. 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

SPRZEDAM

■ Drzewo opałowe pocięte – worek 13 zł, kominkowe – 25 zł. Tel. 721-002-710

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

SZUKAM PRACY

■ Posprzątam dom. Tel. 516-306-805

TRANSPORT

■ 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 – samochód o wymiarach 3,9 dł./2,0 wys. – kontener, kraj, zagranica, konkurencyjne ceny. Tel. 502-904-764

USŁUGI

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

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

■ Anteny indywidualne, zbiorcze, monitoring, naprawa RTV. Najwyższa jakość usług. Ul. Igańska 32. Tel. 604-506-278, 22 813-60-33

■ 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

■ ELEKTRYCZNE. TEL. 504-618-888

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

■ GAZ, HYDRAULIKA. NAPRAWY, MONTAŻ, PRZERÓBK – 24 H. TANIO. TEL. 22 610-88-27, 604-798-744

■ 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., piec, 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 JPK OBSŁUGA 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. 501-441-898

■ PANELE, UKŁADANIE. TEL. 504-618-888

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

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

■ Rolety dzień-noc. Tel. 514-165-445

■ 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

■ Usługi hydrauliczne. Tel. 722-373-050

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

USŁUGI – Budowlane

■ AAA INSTALACJE HYDRAULICZNE, SANITARNE, PRZERÓBK, NAPRAWY TEL. 604-680-602

■ Remonty kompleksowo. Tel. 504-781-725

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

■ Zabudowa balkonów. Tel. 514-165-445

USŁUGI – Komputerowe

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

USŁUGI – Porządkowe

■ Pranie dywanów, mebli tapicerowanych, osobiście. Tel. 512-247-440

USŁUGI – Remontowe

■ Adaptacje, glazura, hydraulika, malowanie. Tel. 606-181-588

■ Glazura, hydraulika, malowanie. Tel. 518-562-380

■ MALOWANIE, TAPETOWANIE, GLAZURA. GŁOWACKI. TEL. 504-618-888

■ Malowanie, tapetowanie, panele. Tel. 22 615-76-97, 695-679-521

■ OKNA – NAPRAWY, DOSZCZELNIENIA. TEL. 787-793-700

■ Remonty kompleksowo i solidnie. Tel. 502-218-778, www.remonty4u.pl

■ Układanie, cyklinowanie, renowacja starych podłóg. Tel. 663-51-17-71

GOSPODARZ BUDYNKU – STAŁE ZATRUDNIENIE

Spółdzielnia Budowlano-Mieszkaniowa „Ateńska” z siedzibą w Warszawie przy ul. Arabskiej 9 poszukuje osoby, która podejmie pracę w charakterze gospodarza na terenie posesji przy ul. Afrykańskiej 12.

Osoby zainteresowane prosimy o składanie pisemnych ofert do dnia 05.03.2018 r.

w biurze Spółdzielni, pok. nr 9,

tel:22 671-81-98

lub przesłanie na adres e-mail:

biuro@sbm-atenska.pl

WYPOCZYNEK

■ Wypoczynek dla Seniorów w Krynicy Morskiej: WIELKANOC 10 DNI 30.03.2018-08.04.2018, cena 999 zł/os. KWIECIEŃ 14 DNI 09.04.2018-22.04.2018,

cena 1199 zł/os. MAJÓWKA 14 DNI 23.04.2018-06.05.2018, cena 1399 zł/os. MAJ 11 DNI 03.05.2018-13.05.2018 cena 950 zł/os. Informacje i zapisy: ul. Marszałkowska 81 lok. 25. Tel. (22) 834-95-29

JKP_VAT dla mikroprzedsiębiorców OD 1 STYCZNIA 2018 R. WSZYSCY PODATNICY VAT WYSYŁAJĄ JPK_VAT

Naczelnik Urzędu Skarbowego Warszawa-Wawer przypomina, iż od 2018 roku wszyscy przedsiębiorcy – również mikro – którzy rozliczają podatek VAT mają obowiązek prowadzenia elektronicznej ewidencji VAT (rejestr sprzedaży i zakupów VAT) i przysyłania jej jako Jednolity Plik Kontrolny (JKP_VAT).

JKP_VAT przesyła się wyłącznie w wersji elektronicznej, w określonym układzie i formacie, do 25. dnia miesiąca za miesiąc poprzedni, nawet w przypadku kwartalnego rozliczenia. Ministerstwo Finansów udostępnia bezpłatne i bezpieczne narzędzia do utworzenia i wysłania JPK_VAT. Do przesłania pliku potrzebny jest bezpłatny profil zaufany eG0 lub podpis kwalifikowany.

Na stronie www.jpk.mf.gov.pl można zapoznać się ze wszystkimi szczegółami. Ponadto zachęcamy do kontaktu z ekspertami JPK_VAT w Urzędzie Skarbowym Warszawa-Wawer – dane osób dostępne na stronie internetowej Urzędu.

Dla przybliżenia podatnikom tematyki Jednolitego Pliku Kontrolnego (JKP_VAT) informujemy, iż 24 lutego br. (sobota), w godzinach od 9.00 do 13.00 został wyznaczony dodatkowy termin dyżuru Urzędu Skarbowego Warszawa-Wawer, ul. Mycielskiego 21.

REKLAMA

ZAKŁAD POGRZEBOWY



Całodobowo KOMPLEKSOWE USŁUGI
Kredytowanie pogrzebu w zasiłku ZUS
KONKURENCYJNE CENY
ul. Rechiniewskiego 14 (kościół św. Patryka)
ul. Floriańska 6 - Filia
500 253 842; 502 832 474
www.lethe.warszawa.pl

ZAKŁAD POGRZEBOWY

„ABROS”
Usługi kompleksowe

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

ZAKŁADY POGRZEBOWE

WARSZAWA
WARSZAWA
WARSZAWA

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

Warszawa: ul. Grochowska 287
tel. (22) 659 80 90 (vis a vis USC)
Warszawa: Aleja Solidarności 147,
tel. (22) 620 24 18 (vis a vis USC)
Warszawa: Cmentarz Wólka Węglowa
sala C, tel. (22) 659 60 60

Dom Pogrzebowy „gójscy”
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 22 810 94 80
Nasza oferta w internecie
www.gojscy.pl; e-mail: info@gojscy.pl

posiadamy certyfikat
POLSKIEJ IZBY POGRZEBOWEJ

Marek Gójski
firmę prowadzi wspólnie z Hanną Gójską

MIESZKANIEC

CZASOPISMO
SPOŁECZNO-SAMORZĄDOWE

Redaguje zespół dziennikarzy przy współudziale mieszkańców. Redaktor naczelny: Barbara Morawska-Nowosielska. Sekretarz redakcji: Adam Rosiński. Zdjęcia: Leszek Pogorzelski. Redakcja: ul. Grenadierów 10, 04-062 Warszawa, tel./fax 22 813-43-83, e-mail: redakcja@mieszkaniac.pl, www.mieszkaniac.pl Wydawca: PWU VARIA ul. Grenadierów 10, 04-062 Warszawa, tel. 22 810-64-12. Materiałów niezamówionych nie zwracamy. Za treść ogłoszeń, listów i artykułów sponsorowanych (AS) Redakcja i Wydawca nie odpowiadają.

Nakład: 41 500 egz.
Kontrolowany przez Związek Kontroli Dystrybucji Prasy

Mariusz Madej zaprasza do BORAMEDu!

Po półrocznej ograniczonej dostępności dla pacjentów, spowodowanej zdobywaniem kolejnych obszarów wiedzy osteopatycznej i przymierzaniem się do doktoratu, pan Mariusz Madej obecnie jest już w pełni dostępny i zaprasza Państwa do BORAMEDu na bezpłatne konsultacje, poprzedzające ewentualną dalszą terapię, jeśli okaże się konieczna. Terminy – wyłącznie po uzgodnieniu z rejestracją!



Mariusz Madej

– Co u Pana słyhać dziś?
– Dzielę mój czas między BORAMED i pacjentów a prowadzenie, wspólnie z ortopedą-traumatologiem, zewnętrznymi kursów w obszarze terapii manualnej narządów ruchu w ortopedii i fizjoterapii. Moimi słuchaczami są zarówno fizjoterapeuci, jak też lekarze, głównie ortopedzi i radiolodzy. Chodzi o to, byśmy nawzajem poznali swoje podejście do pacjenta, możliwości trafnej diagnozy i skutecznego niesienia pomocy. Nie do wiary, jak wiele operacji jest zlecanych przez lekarzy pochopnie, zanim wyczerpano nieinwazyjne środki. Dzięki tym specjalistycznym kur-

som, które bardzo dobrze mi się prowadzi, my, fizjoterapeuci i lekarze, uczymy się ściślej współpracy dla dobra pacjenta. Zainteresowanie kursami jest ogromne, co mnie bardzo cieszy.

– Czy ma to wpływ również na Pana pracę z pacjentem?

– O, tak. Poznałem techniki działania chirurgów i choć to ja szkole, wzbogaciłem także moją wiedzę o inny punkt widzenia, inne, bo lekarskie doświadczenia. Warto rozmawiać, warto wymieniać doświadczenia i zawsze warto się rozwijać zawodowo.

– Teraz jest Pan znacznie bardziej dostępny w BORAMEDzie. Jakież ciekawe przy- padki?

– Tak, na przykład pacjentka po siedemdziesiątce, która przez pół roku była leczona w zasadzie bez diagnozy, cierpiała bardzo dotkliwie na ból w okolicy barku. W myśl zasady „szukajcie, a znajdziecie” zdecydowała się na bezpłatną konsultację u mnie, choć lekarze rozkładali ręce!

– Z jakim skutkiem?

– Świetnym! Postawiłem diagnozę (zerwany mięsień

nadgrzebienny), która okazała się trafna, potwierdziło ją USG, a szybko wdrożona indywidualna terapia zadziałała niemal natychmiast! Dostałem potem od niej wzruszające podziękowania.

– Z czym zwykle borykają się pacjenci?

– Młodszy przychodzi prze- ważnie z kontuzjami. Osoby starsze – kręgosłup, barki, stawy biodrowe. Człowiek przez tysiące lat przystosowy- wał się do pozycji pionowej i ten proces nie jest jeszcze zakończony, na co wskazuje budowa stawów biodrowych (większe obciążenia noszą w pozycji czworacznej, a nie w wyprostowanej) czy ogon na końcu kręgosłupa. Tym- czasem w ostatnich 50 latach człowiek „usiadł”. Brak ruchu, tryb siedzący, to zawsze będzie powodować problemy.

Pacjentka, o której wspomi- nał osteopata, pani Halina Füchsel z Żoliborza, do BORAMEDu wybrała się w zasadzie bez nadziei na to, że ktoś zdoła jej pomóc. Od pół roku cierpiała na

niezwykle silne bóle lewego bar- ku, które nie pozwalały jej spać w nocy i utrudniały normalne funkcjonowanie w dzień tym bardziej, że po przebyciu kilka lat temu mastektomii prawą rękę i bark ma też nie w pełni spraw- ne. Ani się ubrać, ani umyć...

– Co na to medycyna?

– Szukałam pomocy u pię- ciu różnych lekarzy – specjali- stów, odsyłana od jednego do drugiego, zrobiłam rtg barku, który wykazał zmiany związa- ne z wiekiem, lecz nie dające takich objawów jak moje! Prze- szłam trzy dwutygodniowe tur- nusy zaleconych zabiegów fi- zjoterapeutycznych w różnych warszawskich placówkach, lecz z ręką było coraz gorzej, a ból się nasilał. Wspierałam się środkami przeciwbólowymi, nie przespałam normalnie żad- nej nocy przez wiele miesięcy, bo wciąż budził mnie szarpący,



Halina Füchsel

dotkliwy ból, który nie chciał się uspokoić. Półroczny brak snu w moim wieku dodatkowo fatalnie wpływa na samopo- czucie.

– Nic nie pomogło?

– Liczyłam, że tym razem się uda, ale było coraz gorzej. Znajoma namówiła mnie do wizyty u słynnego osteopaty, pana Mariusza Madeja i do skorzystania z jednej ze zni- żek BORAMEDu dla osób po 60 r.z. Pojechałam, choć to dla mnie drugi koniec Warszawy. Przywiozłam całą dokumenta- cję medyczną. Po dokładnym wywiadzie, pan Madej prze- prowadził badanie i stwier- dził wbrew dotychczasowym opiniom specjalistów, że pro- blemem mojego barku nie jest zerwany jeden z mięśni, czego nikt dotychczas nie zauważył! Był zdziwiony, że nikt przed- tem tego nie zdiagnozował. Po- lecił pilne zrobienie USG, które pokaże stan tkanek miękkich, a nie, jak RTG, twarde.

– Co dało USG?

– Osteopata miał rację! Wreszcie była diagnoza i moż- na było zacząć leczenie z praw- dziwego zdarzenia! Dotych- czasowe masaże i gimnastyka tylko pogarszały mój stan.

Uwaga! Sprawdź swoje zdrowie! Fizjoterapeuta bezpłatnie Cię zbada i da konieczne wskazówki! Zgłoś się w dniach 23.02. – 07.03.2018, tel. 22 250 15 77.

Liczba miejsc ograniczona. Świadczeniodawca wskazuje fizjoterapeutów do konsultacji i decyduje o ilości miejsc.

Po kilku dosłownie dniach była zauważalna poprawa, a po ty- godniu, po raz pierwszy od pół roku przespałam całą noc. Jestem ogromnie wdzięczna panu Madejowi i pełna podzi- wu dla jego doświadczenia, a także wspaniałego podejścia do osoby starszej. Gdyby nie jego wiedza, nie wiem, jak żyłabym dalej... Dziś mówię wszystkim: warto korzystać z wiedzy osteopatycznej, która daje zupełnie nowe możliwości i zwraca nam zdrowie. AS2018

Boramed Centrum Medyczne
ul. Bora-Komorowskiego 21 lok. 307
(wejście w pasażu handlowym)
tel. 22 250 15 77
Boramed REHABILITACJA
ul. Fieldorfa 10 lok.315
(wejście w pasażu handlowym)
tel. 22 250 15 77
www.boramed.pl

REKLAMA

REKLAMA

CARIDENT
Gabinet Stomatologiczny
W-wa, ul. Stanisławowska 3
(naprzeciwko klubu „Orzeł”)
tel. 22 810-87-32
502 995 082
♦ Leczenie w znieczuleniu
♦ Protetyka – protezy, korony, mosty porcelanowe itd.
♦ Chirurgia stomatologiczna
♦ RTG na miejscu
Płatność kartą
poniedziałek, czwartek – 13⁰⁰-19⁰⁰
wtorek – 9³⁰-17⁰⁰; sobota – 9⁰⁰-13⁰⁰

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 przebyciu półpaścu,
• kończyn dolnych (owrzodzenia, polineuropatie np. w cukrzycy),
• w chorobach nowotworowych (w różnych stadiach choroby),
• w fibromyalgii • w schorzeniach neurologicznych (SM, po udarze mózgu),
• neuralgię 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

RADIO Warszawa
106,2 FM

Okulista - Szpital Grochowski
Poniedziałek 16⁰⁰- 18⁰⁰ Warszawa ul. Grenadierów 51/59
Środa 9⁰⁰ - 12⁰⁰
Poradnia okulistyczna dla dzieci i dorosłych
Poradnia zeza, ćwiczenia ortoptyczne
www.jaskra.org
koszt wizyty 100 zł zapisy: 500 - 523 - 499

Kompleksowe BADANIA SŁUCHU
25 lat tradycji Współpraca z NFZ
Ponad 450 lokalizacji w Polsce
Tysiące zadowolonych pacjentów
Zapraszamy do naszych gabinetów na **BEZPŁATNE BADANIA SŁUCHU**
SŁUCHMED
ul. Ostrołęcka 4, parter, gab. 16 ul. Sawinkowa 5A (d. Dąbrowszczaków) I p., gab. 26, Tel. (22) 392-05-67
Tel. (22) 498-74-80
ul. Szaserów 128, II p., gab. E 254 ul. J. Strusia 4/8, II p., gab. 211B
Tel. (22) 245-59-93 Tel. (22) 353-42-50

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 199 zł
„Trzy w Jednym” (dal, komputer, czytanie)
– 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

Vita Med
Przychodnia lekarska
LEKARZE BEZ KOLEJEK
PRZY CH PROMENADA
ul. Jana Nowaka Jeziorańskiego 6
NFZ
Narodowy Fundusz Zdrowia
JUŻ OTWARTE

Z MIASTA



W najbliższy weekend w liceum im. Władysława IV w Warszawie przy ulicy Jagiellońskiej 38 odbędzie się zbiórka dla zwierząt „Paka dla zwierzaka”. Organizatorzy proszą o przynoszenie przede wszystkim karm suchych i mokrych, ale także żwirków, legowisk, misek czy zabawek. Dary zostaną przekazane do lokalnych schronisk.

Zbiórka odbędzie się 24 lutego w godz. 9.30-16.00 i 25 lutego w godz. 10.30-15.00.

Dla osób, które nie będą mogły zjawić się w tych dniach, a także mieszkających poza Warszawą, uruchomiono dodatkowo internetową zbiórkę: pomagam.pl/pakadlazierzaka która przeznaczona zostanie w całości na dodatkowe zakupy.

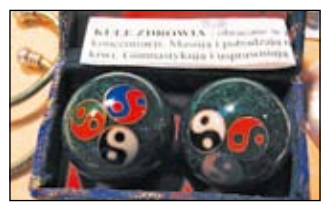
Akcja jest wspólną inicjatywą grupy „Pomoc nie od święta”, Samorządu Uczniowskiego VIII L.O. im. Władysława IV w Warszawie i Warszawskiej Ligi Speedcuberów.



Gra planszowa „Wojsko Polskie – misje zagraniczne” została wydana przez WIIS przy współpracy z Centrum Weterana Działów Poza Granicami Państwa oraz wydawnictwem Taktyka i Strategia. Ukazuje

ogrom zaangażowania polskich żołnierzy w misjach poza granicami RP oraz uświadamia grającym, jak istotny był wkład polskiego wojska w działania pokojowe w skali świata. Jest wykorzystywana w czasie zajęć prowadzonych w ramach projektu „Żywa historia – spotkanie z Weteranem”, podczas którego uczniowie klas licealnych zapoznają się z tematyką konfliktów zbrojnych na świecie i aktywnością polskich sił zbrojnych poza granicami kraju. Koncentracja i wiedza uczniów jest sprawdzana podczas prezentacji w krótkich konkursach, zaś gra stanowi formę nagrody dla tych, którzy wykażą się znajomością tematu oraz zaangażowaniem.

Więcej informacji o grze i projekcie, którego jest częścią – na naszej stronie mieszkaniac.pl



W dniach 16-17-18 marca 2018 w hali dolnej Warszawianki przy ul. Piaseczyńskiej 71 odbędą się Targi Medycyny Naturalnej, Kosmetyki, Kamieni i Jubilerstwa.

Będzie można skorzystać z porad radiestetów, bioenergoterapeutów, masażyści, kręgarzy, egzorcystów i wróżek. Ponadto będzie można kupić preparaty ziołowe, książki, zdrową żywność, różnego rodzaju minerały, naturalne kosmetyki itp. Do nabycia będą również lampy solne, materace gorczycowe, wahadełka, piramidki, minerały, amulety, biżuteria (pierścienie Atlantów). Podczas trwania targów odbędą się również bezpłatne wykłady oraz seanse bioenergoterapeutyczne.



16.02. br. w Instytucie „Pomnik-Centrum Zdrowia Dziecka” odbyła się konferencja podsumowująca 40-lecie Instytutu, z udziałem Ministra Zdrowia Łukasza Szumowskiego, Rzecznika Praw Dziecka Marka Michalaka, Rzecznika Praw Pacjenta Bartłomieja Chmielowca i innych znakomitych gości.

To w tym szpitalu po raz pierwszy wszczepiono dziecku sztuczną komorę serca (2012 r.), innemu przeszczepiono serce (2014 r.), innemu wątrobę (1990 r.). W sumie przeprowadzono tu ok. 1600 takich przeszczepów.

IPCZD leczy rocznie ok. 40 tys. dzieci w oddziałach stacjonarnych, 40 tys. w oddziałach dziennych, udziela 170 tys. porad ambulatoryjnych, wykonuje rocznie 12 tys. badań w znieczuleniu ogólnym i ok. 7 tys. dużych zabiegów operacyjnych.

Jakie są plany remontowe Zarządu Dróg Miejskich na najbliższe miesiące po prawej stronie Wisły.

✓ wymiana nawierzchni i podbudowy południowej jezdni ciągu ulic Czecha – Trakt Brzeski, na odcinku od ul. Kajki do ul. Raczkiewicza;

✓ wymiana nawierzchni, podbudowy i nowe krawężniki na wschodniej jezdni ul. Jagiellońskiej, na odcinku od ronda Starzyńskiego do ul. Platerówek; obecnie trwa tam budowa drogi dla rowerów i remont chodników; w tym roku zostanie też przebudowane oświetlenie tej drogi;

✓ nowa nawierzchnia i podbudowa jezdni na ul. Łukowskiej;

✓ frezowanie jezdni na ul. Międzyborskiej na odcinku od ul. Turbinowej do ul. Stanisława Augusta, na obu jezdniach ul. Wał Miedzeszyński, na odcinku od ul. Fieldorfa do ul. Afrykańskiej

✓ nową podbudowę i asfalt na jezdni, remont chodników na ul. Spalinowej.

Wszystkie ulice powinny zostać wyremontowane do końca września.



Budynek przy ul. Brackiej 25, kiedyś największy dom towarowy w Europie Środkowej, odzyskał swój pierwotny wygląd z czasów największego rozkwitu.

Wczesnomodernistyczny gmach został wzniesiony w latach 1913-14, na potrzeby powstałej pod koniec XIX wieku firmy „Bracia Jabłkowscy”, według projektu Karola Jankowskiego i Franciszka Lilpopa.

Elewacja budynku w wyniku powojennych remontów utraciła swój pierwotny charakter. Brunatno-ugrowa kolorystyka zniekształciła jego odbiór, a wtórne tynki zasłoniły fakturę historycznych wypraw. Na podstawie analizy przedwojennych fotografii ustalono, że elewacja była wykończona karbowaną strukturą przypominającą rodzaj tynku kamieniarskiego.

Konserwacji poddane zostały również sztukatorskie elementy dekoracyjne na fasadzie w postaci głów kobiecych, żabek oraz ślimaków.

ab, eg, kg, ZDM, um

WYDARZENIA KULTURALNE

wydarzenia bezpłatne



CENTRUM PROMOCJI KULTURY PRAGA-POŁUDNIE
ul. Podskarbińska 2, tel. 22 277-08-20
www.cpk.art.pl
www.facebook.com/klubgoclaw
sekretariat@cpk.art.pl

● **24.02. godz. 17.00** – Salon Literacki: „Jesienin w rozbitym zwierciadle”;
28.02. godz. 11.00 – Spektakl dla dzieci „W to mi graj” w wykonaniu Teatru „Itakzagramy”;
godz. 17.00 – Spotkania ze sztuką: „Estetyka polskiej fotografii dwudziestolecia międzywojennego, czyli Benedykt Jerzy Dorys fotograf przedwojennych gwiazd”;
godz. 19.00 – Klub Mola Książkowego; **7.03. godz. 17.00** – Spotkania ze Sztuką „Decydujący moment. Henri Cartier-Bresson i mistrzowie „fotografii życia”.



PROM KULTURY SASKA KĘPA
ul. Brukselska 23
tel. 22 277-08-03
www.promkultury.pl
www.facebook.com/PROMkultury
bilety@promkultury.pl

● **26.02. godz. 19.00** – Teresa Drozda przypomina... Jaromir Nohavica; **1.03.** – Kino Frankofońskie 2018: **godz. 18.00** – Włonia-Bruksela: „Paryż na bosaka”; **godz. 20.00** – Francja: „Dalida. Skazana na miłość”; **6.03. godz. 19.00** – Cały ten jazz! MEET! Robert Kubiszyn; **7.03. godz. 19.00** – Galeria Prom: wernisaż wystawy Agaty Otulskiej „Sztuka jest kobietą”, wystawa do 8 kwietnia.



KLUB KULTURY SENIORA
ul. Pawlikowskiego 2,
tel. 22 277-08-48
www.kkseniora.art.pl
www.facebook.com/klubkulturysejiora
kkseniora@cpk.art.pl

● **21.02. godz. 10.00** – Klub Kobiet Kreatywnych, materiały: 5 zł; **22.02. godz. 12.00** – „Nowogródzkie mateczniki. Szlacheckie zaścianki nad Niemnem, Łanią i Szczarą”; **23.02. godz. 10.00** – Szachy; **godz. 13.00** – „Bronisław Pawlik-życie i twórczość”; **godz. 17.00** – Warsztaty tanga argentyńskiego; **25.02. godz. 16.00** – Koncert muzyki romantycznej; **26.02. godz. 12.00** – „Kapelusze i inne nakrycia głowy”; **27.02. godz. 10.00** – Brydż; **28.02. godz. 13.00** – Wspomnienia o „Sławie Przybylskiej”; **1.03. godz. 12.00** – „Pierwszy lot balonem nad Warszawą”; **2.03. godz. 10.00** – Brydż; **godz. 11.00** – „Dobór okularów zdrowotnych i słonecznych do typów twarzy”; **4.03. godz. 16.00** – Recital Karola Stępkowskiego; **5.03. godz. 12.00** – DKF „Salvador Dali”; **6.03. godz. 10.00** – Brydż; **7.03. godz. 12.00** – Z wizytą na dachu świata-Tybet”.



DK „ŚWIT” W DZIELNICY TARGÓWEK
ul. Wysockiego 11,
tel. 22 811-01-05
www.dkswit.com.pl/
www.facebook.com/dkswit
swit@dkswit.com.pl

● **9.02. godz. 18.30** – „Giuseppe w Warszawie”; **10.02. godz. 18.30** – „Powrót do przyszłości”; **16.02. godz. 18.30** – „Pieczono gołąbki”; **23.02. godz. 18.30** – „Zbrodniarz, który ukradł zbrodnię”; **24-25.02. godz. 13.30** – Mistrzowie burleski amerykańskiej; **2.03. godz. 19.00** – „Krzyk”; **3.03. godz. 11.00** – Fizyka: Magia fizyki – fizyka zabawy; **5.03. godz. 11.00** – Profilaktyka zdrowia: Leczenie otyłości; **5.03. godz. 12.15** – Spotkanie z przedstawicielem Biura Bezpieczeństwa Dzielnica Targówek.

Na wszystkie wymienione imprezy jest wstęp wolny.

Więcej na www.mieszkaniac.pl/zaproszenia

OGŁOSZENIE PRASOWE

**ARTYKUŁY POŚCIELOWE,
PIŻAMY, OBRUSY, RĘCZNIKI.**

KOŁDRY I PODUSZKI

ul. Bora Komorowskiego 3 D,
Otwarte pn.-pt. godz. 10-19, sob. 9-13
Tel. 793-129-744

MARIO OKNA • ROLETY
OKNA PCV – rabat 40%
Szyba termoizolacyjna k=1,0
● Maty bambusowe ● Żaluzje ● Verticale
MONTAŻ GRATIS! RATY!
ul. Patriotów 237 tel. 22 615-40-40, tel. 730-630-630
e-mail: biuro@oknamaro.pl www.oknamaro.pl
Z tym KUPONEM rabat na rolety 10%

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

TOALETA – DROGI OBIEKT POŻĄDANIA!

Myślałem, że już niewiele jest w stanie mnie zaskoczyć w naszej dzielnicy, jeżeli chodzi o stan budynków komunalnych, czy też warunki zamieszkiwania i życia w mieszkańców. Ale to, co zobaczyłem ostatnio w reportażu telewizyjnym naprawdę mną wstrząsnęło.

Kamienica przy ulicy Chodakowskiej 33, centrum Kamionka, tuż obok modnego osiedla Soho Factory, nowej wielkiej restauracji Drukarnia, prywatnego uniwersytetu czy w końcu kilkaset metrów od Urzędu Dzielnicy. Kamienica ma trzy klatki, działają w niej dwa sklepy spożywcze, a mieszkańcy? Mieszkańcy po prostu nie mają toalet!!! O braku ogrzewania już nawet nie wspominam, bo to prawie standard w budynkach komunalnych w naszej dzielnicy.

Jeszcze do niedawna ludzie tam zamieszkujący swoje potrzeby musieli

załatwiać na zewnątrz budynku. Teraz większość własnym sumptem zrobiła sobie mniej lub bardziej użyteczną toaletę, a czasem i łazienkę i to wszystko w stolicy kraju należącego do Unii Europejskiej w XXI wieku.

Najciekawsze jest jednak to, co spotkało lokatorów, którzy na własny koszt zrobili sobie łazienki. Otóż dostali oni od administracji podwyżkę czynszu, ponieważ podniósł im się standard mieszkania. I przykładowo, za małą toaletę jedna z mieszkańek płaci dodatkowo 80 złotych miesięcznie. Wszystko to jest dokładnie pokazane i re-



lacionowane przez mieszkańców we wspomnianym przeze mnie reportażu.

Dowiedziałem się, że takich domów bez toalet na Pradze Południe jest więcej i nie mam na myśli tylko budynków przy ulicy Kobielskiej, u zbiegu z Podskarbińską, zbudowanych przed wojną z przeznaczeniem dla osób bezdomnych. Tam rzeczywiście toalety są na korytarzu, chociaż niektórzy zdecydowali się na zrobienie ich we własnych

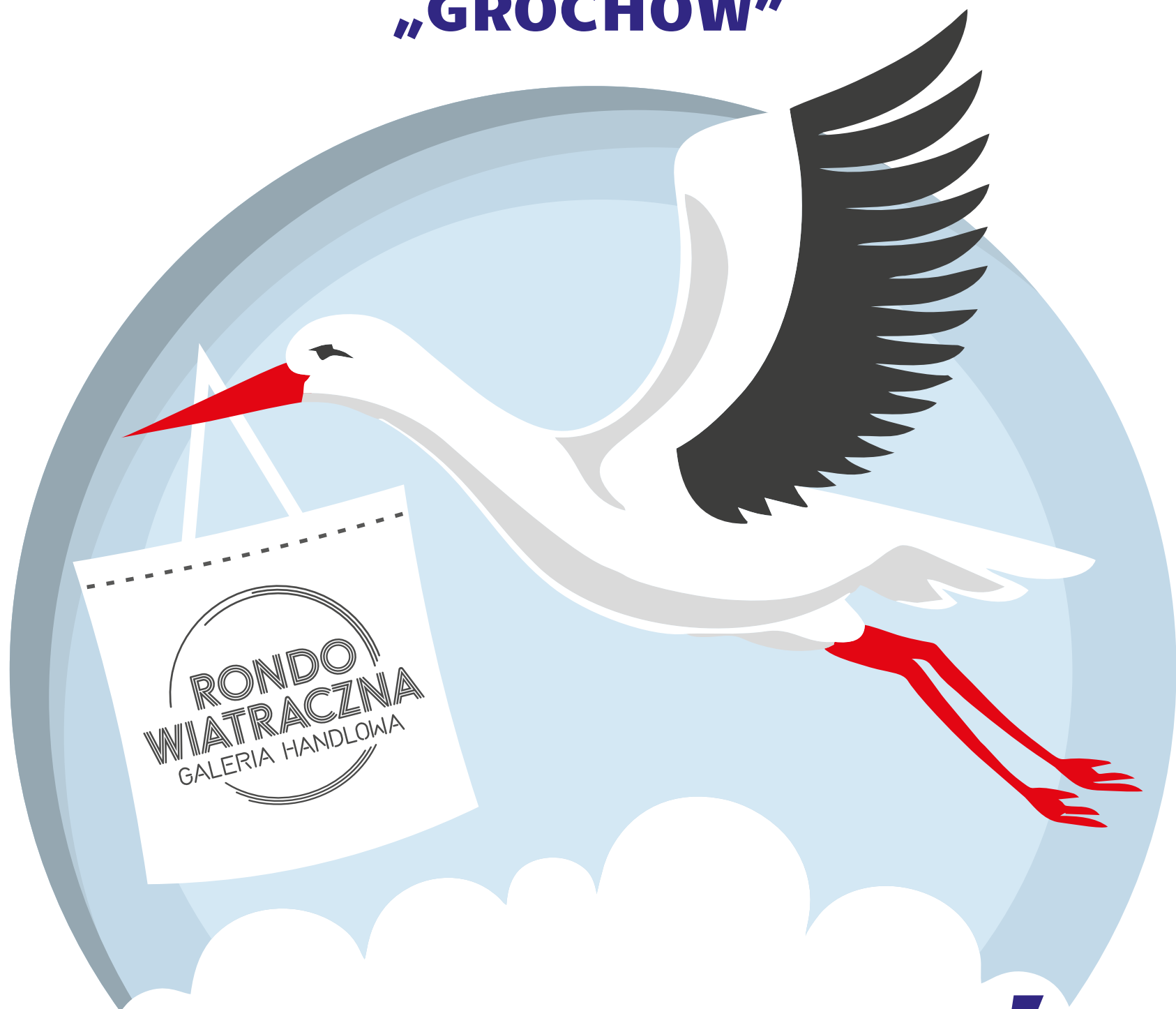
niewielkich mieszkaniach kosztem metrażu.

Jak poinformowali mnie mieszkańcy podobna sytuacja z toaletami występuje m.in. w budynkach przy Osowskiej 28 czy Zana 22.

W związku z tym wystąpiłem do burmistrza Pragi Południe z interpelacją, ile w naszej dzielnicy jest tego rodzaju budynków z lokalami bez toalety i kiedy Zakład Gospodarowania Nieruchomościami zamierza rozwiązać ten problem, czyli po prostu przeprowadzić tam remonty, a wiele budynków czeka na nie od 80 lat, tak jak wspomniana na wstępie kamienica przy ulicy Chodakowskiej. O odpowiedzi oczywiście Państwa poinformuję, a sprawy nie odpuszczę.

Marek Borkowski
radny Dzielnicy
Praga Południe

LECEĘ DO UNIVERSAMU „GROCHÓW”



WIELKI POWRÓT! PRZYLEĆ I TY!

OTWARCIE: 28.02.2018 r. godzina 13.00

KUPON 10 zł
dla pierwszych 500 Klientów

Aby wymienić **KUPON na bon 10 zł** prosimy **w dniu 28 lutego 2018 r.** zgłosić się do **Universamu** na parterze, do Punktu Obsługi Klienta. **Uwaga! Jeden kupon dla jednej osoby.** Bon do zrealizowania **przy zakupach za min. 100 zł** w „Universamie spożywczym” na parterze albo w „Universamie dla ciebie i domu” na I piętrze.


UF
UNIVERSAM
GROCHÓW