

OKRĘGOWA STACJA KONTROLI POJAZDÓW

pon.-pt. 7⁰⁰-21⁰⁰; 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. - pi. w godz. 8⁰⁰-20⁰⁰
sobota w godz. 8⁰⁰-15⁰⁰

K77 KORKOWA
STACJA KONTROLI POJAZDÓW
do 3,5 t DMC
ul. Korkowa 77 (przy rondzie)
Zapraszamy
pon.-pt. 7-20
sobota 8-16
22 613-13-00
www.stacjastacja.pl



ZASŁUŻONY DLA WARSZAWY

www.mieszkaniec.pl | facebook.com/gazetamieszkaniec

MIESZKANIEC

Nr 22 (720) | ISSN 1231-7993 | Nakład: 43 000 egz.

22.11.2018

Gazeta bezpłatna, ukazuje się od 1991 r.

Taki świat

To niebywale, jak szybko przesuwają się granice tolerancji. Nie tej dobrej. Ja jeszcze pamiętam czasy, gdy na meczu największą obelgą rzuconą przez kibica w stronę sędziego był „kalosz”. Bywałem wyrzucany do drugiego pokoju, bo ktoś z dorosłych chciał opowiedzieć dowcip, gdzie padało słowo dupa. – Jak ty mówisz?! Potrafiła krzyknąć nauczycielka, gdy na przerwie usłyszała „cholera”.

Oswoił się z potokami przekleństw. Przyjmujemy za oczywistą polityczną korupcję. Oswoił się, że do mieszkania przychodzi domokrądzca, podszywa się pod istniejącą znaną firmę, np. dostarczającą energię elektryczną czy sygnał telefoniczny, i naciąga nas na podpisanie „przedłużenia” umowy. Później okazuje się, że podpisaliśmy nie z tymi. Każdy to widzi, każdy o tym słyszał i (niemal) każdy mówi: takie czasy.

„House of Cards” w polskim wydaniu jest tak samo przesyjny jak w amerykańskim. Ale w to gra ledwie kilka procent obywateli. Pozostali są biernymi obserwatorami, ale uważają, że nic tu po nas. Tak musi być, bo w tę stronę poszedł świat, od tego jest państwo, by się tym zajęło.

Kiedyś (nawnie) wierzyłem, że osiągniemy granicę. Nastąpi przesilenie. Że będziemy mieli dość oszustwa i oszustów, chamów, że się skrzyknemy i dobro zwycięży.

Teraz obawiam się, że nic z tego nie będzie, taki świat, takie czasy...

Tomasz Szymański



GROŹNE CHODNIKI NA WIATRAKU

CZYTAJ NA STR. 11



ALARM DLA WARSZAWY?

Przed kilkoma dniami na całym Mazowszu przeprowadzone zostały ćwiczenia Dowództwa Operacyjnego Rodzajów Sił Zbrojnych pod kryptonimem RENE-GADE-SAREX 18/II. Brzmi bardzo tajemniczo, ale to nic innego jak treningowe alarmy. Gdzie pójść, co zrobić, by ratować życie swoje i bliskich? Niestety, okazuje się, że odpowiedzi konkretnych nie ma... Czytaj na str. 15

W NUMERZE:

CO SŁYCHAĆ W WARSZAWIE

Nowe rady, nowe władze	str. 2
Nie będzie „odlotów” na Samolotowej	str. 4
Spacerkiem po Wesołej	str. 8
Wigilijna Pomoc Sąsiedzka!	str. 9
Pożar przy Kobielskiej	str. 9
SPEED kontra nielegalne wyścigi	str. 9
Wszystkie śmieci nasze są...	str. 9
Święte krowy na Białostockiej?	str. 11
„Dzikie świnię” na Tarchominie	str. 15
Dużo dzwonów na S8	str. 15

KRONIKA POLICYJNA

str. 2

ZAŁKI HISTORII

Powstanie Listopadowe w oczach potomnych

str. 3

Z MIASTA

str. 6

KOBIECYM OKIEM

str. 7

PRAWNIK RADZI

str. 7

MIESZKANIEC

Marek Poznański

str. 10

MIESZKANIEC NA LUZIE

str. 16

PULS MEDYCZNY

str. 18

REKLAMA

BISTRO GOCLAW

- Zapraszamy na ZESTAWY LUNCHEW 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

WARSZAWSKA SPÓŁDZIELNIA MIESZKANIOWA „GROCHÓW”

disponująca wieloletnim doświadczeniem i kadrą specjalistów oferuje Wspólnotom Mieszkaniowym usługi w zakresie zarządzania i administrowania nieruchomościami.

Zainteresowanych prosimy o kontakt pod tel. 22 673-08-01 lub wizytę w naszej siedzibie przy ul. Kobielskiej 1.

ANTYKI

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

UL. GROCHOWSKA 158 tel. 508-151-340

Bezpieczna pożyczka

EKSPRESOWA

Bez zaciągania dodatkowych kosztów

Pożyczamy nawet do 5000 zł
Gotówka w 1 dzień
Wystarczy dowód

SPRAWDŹ NAS!

797-705-110*

*Koszt połączenia wg taryfy operatora

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

Vita Med
Przychodnia lekarska

Lekarze POZ bez kolejek

ul. Jeziorańskiego 6
tel. 22 266 88 90
www.vita-med.pl

NPZ

HILARY
RABATY!

Al. Waszyngtona 44
przy Międzynarodowej

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

GABINET STOMATOLOGICZNO-PROTETYCZNY
Szwedzka 37
Tel. 22 818 07 91
czynne 9-20

- protezy elastyczne
- implanty
- RTG
- leczenie w narkozie

UWAGA!
Promocyjna cena koron porcelanowych na metalu i cyrkonie

TARGI MEDYCZYNY NATURALNEJ
KOSMETYKI • KAMIENIE JUBILERSTWO

7-8-9 grudnia

piątek: 11.00-19.00
sobota: 10.00-19.00
niedziela: 10.00-17.00

WARSZAWIANKA HALA DOLNA
ul. PIASECZYŃSKA 71
tel. 664 73 87 87
www.kameleon.targi.pl

LECZENIE KRĘGOSŁUPA

Gabinet Rehabilitacji, ul. Garwolińska 7 lok.79, Warszawa
tel. 22 610 06 73, kom. 602 375 462

www.twarowski.net

KOLIBEREK
NAJLEPSZE KARMY DLA ZWIERZĄT

Polub nas na **tel. 731 224 464**

www.koliberek-karmy.pl

Zapraszamy: pon.-pt. 11⁰⁰-20⁰⁰, sob. 9⁰⁰-14⁰⁰
ul. PŁOWIECKA 27 (róg Świeckiej)

NOWE RADY, NOWE WŁADZE

Na skutek postanowienia Komisarza Wyborczego ruszyły wybory prezydentów rad poszczególnych dzielnic.

Komisarz Ryszard Wagner wydał postanowienie 7 listopada i wyznaczył jednocześnie terminy pierwszych sesji rad dzielnic kadencji 2018-2023. Na tych posiedzeniach nowo wybrani radni złożą ślubowania oraz (w większości rad) wybierali prezydium i tworzyli komisje.

Praga-Południe była pierwszą z warszawskich dzielnic, w której obradowała nowa rada (9 listopada). W radzie znaleźli się rajcy tylko dwóch klubów – Koalicji Obywatelskiej oraz Prawa i Sprawiedliwości. Obrady rozpoczęła radna seniora – Mirosława Terlecka (PiS), która zresztą chwilę później została wybrana wiceprzewodniczącą rady. Resztę prezydium stanowią radni KO – przewodniczącym wybrano ponownie Marcina Klusia, a wiceprzewodniczącymi zostali Bogdan Jezierski i Karol Kowalczyk.

Tego samego dnia odbyło się też pierwsze posiedzenie rady drugiej prawobrzeżnej dzielnicy – **Wesołej**. Tutaj także przewodniczącą z poprzedniej kadencji zachował swoje stanowisko – radą Wesołej będzie kierował Marcin Jędrzejewski. Jego zastępcami zostali: Małgorzata Zeremba (PiS) i Leszek Winiarski z Komitetu Tak Wesoła 2018. Wesoła zadziałała wyjątkowo sprawnie, bo już kilka dni później odbyła się kolejna sesja, na której wybrano nowego burmistrza. Edwarda Kłosa

na tym stanowisku zastąpił były wiceburmistrz Marian Mahor.

Sesje pozostałych rad dzielnic prawobrzeżnej Warszawy odbyły się 13 i 14 listopada. Szefem radnych **Białoleki** został Piotr Jaworski (KO), który w przeszłości piastował stanowisko burmistrza tej dzielnicy. Wiceprzewodniczącą rady Białoleki wybrana została Mariola Olszewska ze Stowarzyszenia Razem dla Białoleki. Radny senior Białoleki, Piotr Smoczyński (KO), zaproponował żartobliwie utworzenie nowego klubu w radzie dzielnicy – Klubu Piotrów. Okazało się, że takie imię nosi aż pięciu rajców. – *A w imieniny proponuję zwołać uroczystą sesję i doprosimy jeszcze Pawła Tyburca – żartował radny senior.*

Na **Pradze Północ**, dzielnicy w której do tej pory rządził PiS, doszło do poważnego przegrupowania sił. Przewodniczącym rady dzielnicy został wieloletni samorządowiec Ireneusz Tondera (SLD Lewica Razem). Jego zastępcami wybrano Elżbietę Kowalską-Kobus (KO) oraz Jacka Wachowicza ze Stowarzyszenia Kocham Pragę.

Bardzo powoli trwają rozmowy koalicyjne w **Rembertowie**, gdzie mandaty radnych uzyskali kandydaci aż z pięciu komitetów. W pierwszej części inauguracyjnej

sesji nie udało się dogadać i nie wybrano prezydium. Sesja została przerwana do 21 XI, gdy ten numer „Mieszkańca” będzie już w drukarni.

Sprawnie wybory prezydium przeprowadzono za to w **Wawrze**. Tutejszą radą dzielnicy będzie kierował Michał Żebrowski (KO), zaś wiceprzewodniczącymi rady zostali: Joanna Buczyńska (KO), Włodzisław Zalewski (PiS) oraz Rafał Czerwonka ze Stowarzyszenia Razem dla Wawra.

Wiceprzewodniczącą Joana Mroczek (KO) jest jedyną radną nowej kadencji **Targówka**, która była w prezydium poprzedniej kadencji. W tej dzielnicy doszło do znacznych personalnych zmian. Szefem rajców Targówka został Krzysztof Miszewski (KO), a jego zastępcami, prócz wspomnianego Joanny Mroczek, jeszcze Grzegorz Golec (PiS) i Jacek Duczman z Komitetu Mieszkańcy Bródna-Targówka-Zacisza.

Pełne składy nowych zarządów dzielnic będziemy mogli podać w pierwszym grudniowym numerze „Mieszkańca”.

Zaś jeśli chodzi o władze innych organów samorządowych, to nie ma już żadnych zagadek odnośnie Mazowsza. Mimo że do sejmiku województwa wyборы wygrał PiS, to koalicja dotychczas rządząca na Mazowszu (PO + PSL) wzbogacona o radnych Nowoczesnej zdołała zbudować

większość i utrzymać władzę w regionie. Przewaga liczebna nad PiS jest jednak bardzo nieduża, co może w którymś momencie doprowadzić do zmiany władzy w czasie kadencji.

Na posiedzeniu **Sejmiku Mazowsza** (19 listopada) wybrano jego prezydium. Przewodniczącym ponownie został Ludwik Rakowski z PO, a jego zastępcami Tomasz Kucharski (PO), Mirosław Orliński (PSL) oraz Marcin Podśędek (.N). Marszałkiem województwa ponownie wybrano Adama Struzika (PSL), którego zastępcą będzie Wiesław Raboszuk (PSL) i Rafał Rajkowski (PO). W zarządzie Mazowsza znaleźli się także Elżbieta Lanc (PO) i Janina Orzelowska (PSL).

W dniu wydania tego numeru „Mieszkańca”, w czwartek (22 listopada), odbędzie się posiedzenie **radę Warszawy**, na którym zostanie zaprzysiężony nowy prezydent stolicy – Rafał Trzaskowski. Ważą się losy zastępców prezydenta. Nieoficjalnie w tym gronie znajdzie się wcześniej deklarowany Paweł Rąbiej (.N) oraz dwójka wiceprezydentów z minionej kadencji PO – Michał Olszewski i Renata Kaznowska. Możliwe, że czwartym zastępcą zostanie dotychczasowa szefowa miejskich rajców Ewa Malinowska-Grupińska. – *Współpracowników ogłosimy w piątek – we wtorek poinformował „Mieszkańca” prezydent Rafał Trzaskowski.*

Adam Rosiński

KRONIKA POLICYJNA

Nowy zastępca komendanta

Od 1 listopada KRP VII – Praga Płd., Rembertów, Wawer, Wesoła – ma nowego zastępcę komendanta. Jest nim nadkom. Wojciech Zozula. W policji służy od 2002 r., przez cały czas związany jest z pionem kryminalnym. Najdłużej pracował w śródmiejskiej komendzie, gdzie doszedł do stanowiska Naczelnika Wydziału do Walki z Przestępczością Przeciwno Życiu i Zdrowiu. W latach 2014-2017 był Zastępcą Komendanta Rejonowego Policji na Żoliborzu.

Kradl akumulatory

Przed 4 rano policjanci usłyszeli w radiostacjach komunikat, że na jednej z południowopraskich ulic do samochodów włamuje się mężczyzna. Funkcjonariusze zatrzymali 48-letniego Dariusza J. oraz zabezpieczyli narzędzia, które służyły do dokonywania przestępstw. Zanim został zatrzymany, zdążył włamać się do 3 aut i ukraść z nich akumulatory.

Pobity i okradziony

Do komendy przy ulicy Grenadierów wpłynęło zawiadomienie o roboju. Poszkodowany przyznał, że był pijany, gdy wracając do domu został pobity przez młodego człowieka, który odebrał mu portfel z pieniędzmi. Policjanci wytypowali sprawcę i podejrzanie padło

na 20-letniego Damiana B., który został zatrzymany nieopodal miejsca zdarzenia. Prokurator przedstawił 20-latkowi zarzut roboju.

Włamanie do piwnic

Południowopraski policjanci z wydziału patrolowo-interwencyjnego zostali wezwani do jednego z bloków, gdzie doszło do włamań do kilku piwnic. Zginęło... właściwie wszystko. Policjanci zatrzymali 33-letniego Tomasza R., odzyskali i zabezpieczyli „fanty”: odkurzacz, namioty, łyżwy, fotele, zabawki, choinki, artykuły papiernicze, sprzęt turystyczny, a także alkohole. 33-latek trafił do policyjnej celi. Tomasz R. jednak nie działał sam. Pomógł mu 33-letni Piotr Ż. Obu sprawcom grozi do 10 lat pozbawienia wolności.

Trójka „rowerzystów”

Policja podejrzewa, że 28-letni Rafał N., 26-letni Kamil M. i 28-letnia Marta M. kradli rowery. Mężczyźni byli też poszukiwani, bo nie stawili się do aresztu śledczego, gdzie mają do odbycia kary pozbawienia wolności. Zabawa w kotka i myszkę trochę trwała, w końcu jednak policjanci zatrzymali całą ukrywającą się trójkę w jednym z mieszkań. Materiał dowodowy pozwolił przedstawić zatrzymanym łącznie 8 zarzutów. policja.pl

REKLAMA



Centrum Zdrowia REWITAL

Centrum Nowoczesnej Rehabilitacji zaprasza na promocyjne zabiegi:

- terapia manualna, masaż leczniczy
- terapie fizykalne (laseroterapia, ultradźwięki, elektroterapia)
- terapia ZPPM (zmiennym pulsacyjnym polem magnetycznym)
- oraz diagnostyka układu krążenia w kierunku zwężenia tętnic obwodowych ABI.



ZABIEGI ORAZ BADANIA WYKONYWANE SĄ PROFESJONALNYMI URZĄDZENIAMI MEDYCZNYMI. ATRAKCYJNE PAKIETY ZABIEGÓW.

Wskazania:
Ból kręgosłupa rwa kulszowa, bóle stawów, zwyrodnienia, reumatyzm, bóle mięśniowe, zaburzenia układu krążenia, niedokrwienie kończyn, owrzodzenia podudzi, nadciśnienie, RZS, ZZSK, stany zapalne, rekonwalescencja. Atutem Centrum jest przyjazna atmosfera, profesjonalizm i indywidualne podejście do każdego pacjenta.

ul. Garibaldi 4 przy Rondzie Wiatraczna
☎ 22 390 55 35, www.rewital.pl




2 MIESZKANIEC

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
• Przeziemiączkowe • Węzłów chłonnych • Dopplerowskie • i inne

REHABILITACJA DOROŚLI, DZIECI, NIEMOWLĘTA

STOMATOLOGIA DOROŚLI I DZIECI

LEKARZE SPECJALIŚCI, LABORATORIUM

REHABILITACJA



PAKIET 3 MASAŻY
USPRAWNIAJĄCYCH CZĘŚCIOWYCH
30 MIN.

OFERTA od 19.11.2018 do 28.02.2019

STOMATOLOGIA



PAKIETY:

- PIASKOWANIE I SCALLING
- WYBIELANIE
- PIASKOWANIE I SCALLING

OFERTA od 19.11.2018 do 28.02.2019

możliwość wykupienia bonu подарunkowego



Ilość miejsc ograniczona. Zakres usług może ulec zmianie.

POWSTANIE LISTOPADOWE W OCZACH POTOMNYCH

Dla wielu z nas Powstanie Listopadowe jest abstrakcją. Znamy je z historii, ale nie mamy do niego stosunku osobistego, bo często nie wiemy, co wtedy robili nasi przodkowie. W końcu od nocy listopadowej mija właśnie 188 lat. Tymczasem w listopadzie 1930 roku Warszawa niemal żyła Powstaniem Listopadowym obchodząc jego stulecie niemniej hucznie niż my ostatnio rocznicę odzyskania niepodległości. Cóż... były to pierwsze obchody okrągłej i ważnej rocznicy w wolnej Polsce.

Na długo przed uroczystymi obchodami Prezydent Warszawy zwrócił się do wszystkich obywateli stolicy z gorącym apelem, aby zechcieli w dniach 29 i 30 listopada przybrać swe domy sztandarami, jak pisała prasa, „celem uświetnienia obchodu setnej rocznicy wiekopomnego, bohaterskiego wysiłku narodu w dniach listopadowych 1830 roku”.

Same uroczystości stulecia wybuchu Powstania Listopadowego rozpoczęły się 29 listopada 1930 roku o godzinie 9 rano uroczystym nabożeństwem w katedrze św. Jana. Pół godziny później odbyło się nabożeństwo w kościele Ewangelicko-Augsburskim przy placu Małachowskiego.

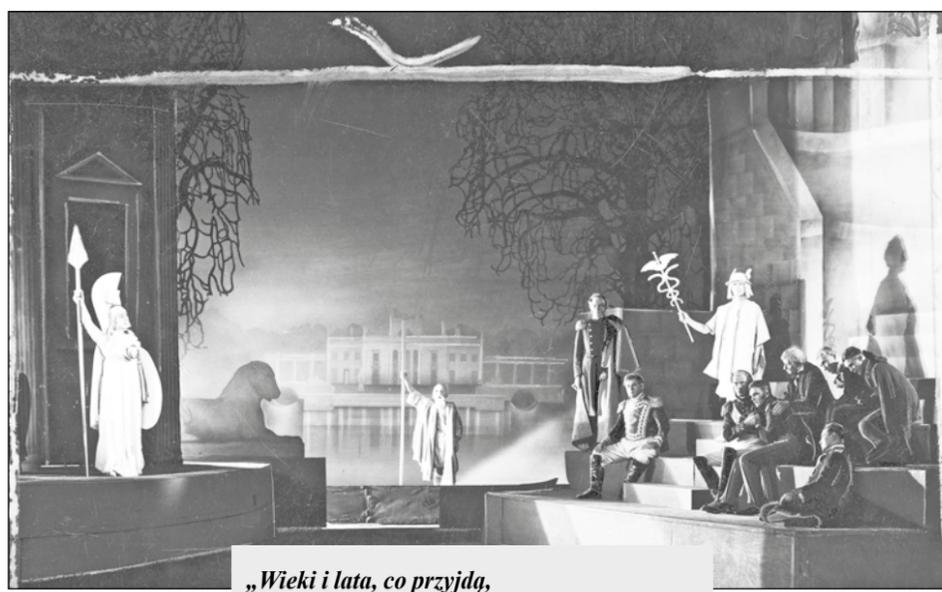
Tuż po nabożeństwach na Placu Zamkowym, w obecności Prezydenta Ignacego Mościckiego, odbyła się defilada szkół podchorążych, których

uznano za spadkobierców tradycji z 1830 roku. O godzinie 11:30 zaciągnięto historyczną wartę w Belwederze, a w dawnej szkole podchorążych w Łazienkach odsłonięto pamiątkową tablicę. Potem wszyscy uczestnicy uroczystości pomaszzerowali szlakiem Piotra Wysockiego na Plac Krasińskich. Pochód szedł ulicami: Myśliwiecką, Górnośląską, Piękną, Nowym Światem, Krakowskim Przedmieściem, Trębacką, Marszałka Focha, pl. Teatralnym, Bielańską i Nalewkami, by na skwerku przy ogrodzie Krasińskich niedaleko Arsenалу odsłonić pamiątkowy głaz.

Nie był to jednak koniec. Oto chwilę później kolejną tablicę odsłonięto na ulicy Zakroczymskiej w dawnych koszarach Sapieżyńskich. Jakby tego było mało o 18:00 w gmachu Politechniki Warszawskiej odbyła się uroczysta akademii,

a wieczorem w różnych częściach miasta zorganizowano odczyty, koncerty okolicznościowe i przedstawienia teatralne. O 19:00 w Łazienkach uroczystym apelem uczczono pamięć wszystkich poległych podchorążych w r. 1830. Przed historyczną kordegardą w Łazienkach ustawiły się zresztą całe bataliony szkół podchorążych, wśród których jeden pluton odziany był w historyczne mundury z 1830 roku. Miejsce uroczystości oświetlały setki pochodni, olbrzymie reflektory i wielkie ognisko.

Po zdaniu raportu przez pułkownika Ludwika Bociańskiego, który był dowódcą Szkoły Podchorążych Piechoty w Ostrowi Mazowieckiej-Komorowie, generałowi Janowi Karolowi Wróblewskiemu, który był dowódcą Okręgu Korpusu Nr I, nastąpiło odczytanie listy podchorążych poległych



„Wieki i lata, co przyjdą,
żyć będą ziaren tych treścią.
(...)”

**Pokoleniom ostawię czynny,
po ojcach wielkich – wielkie wskrzeszę syny –
kiedyś – będziecie wolni”**

**S. Wyspiański, Noc listopadowa,
scena VIII, w.182-190**

na polu chwały. Tuż po apelu orkiestra wojskowa odegrała marsz żałobny. Uroczystość zakończyła modlitwa odmówiona przez podchorążych za poległych towarzyszy broni. O 20:00 rozległ się capstrzyk orkiestr garnizonu warszawskiego.

Następnego dnia o 9:30 odbyło się nabożeństwo w kościółku na Woli oraz poświęcenie kamienia węgielnego pod pomnik

generała Sowińskiego. O godz. 11:30 została ściągnięta warta w Belwederze, a o godz. 12:00 nastąpił wyjazd na uroczystości do Warki, gdzie urodził się i został pochowany Piotr Wysocki. W obchodach zorganizowanych przez miejscowy komitet, uczestniczyli dostojnicy państwowi oraz delegacje województw i organizacji społecznych.

W obchodach rocznicowych brali udział artyści. Teatry wystawiały „Noc listopadową”, „Spisek koronacyjny” i „Warszawiankę”. A w „Morskim oku” pokazano rewię zimową „Złote szaleństwo” zatytułowaną „Wizja z roku 1830”, która jak pisała prasa „przedstawia niezmiernie postacie ulanów polskich w marszu i pojedynku wojennym” i była poprzedzona „piękną

recytacją” w wykonaniu Aleksandra Żabczyńskiego, do którego wtedy wzdychały niemal wszystkie warszawianki.

O rocznicy rozpisywała się prasa.

Socjalistyczny „Robotnik” nazywał listopadowy zryw rewolucją. „Polska zbrojna” poświęciła tematyce powstańczej ponad połowę swojego wydania z 28 listopada 1930 roku, bo aż 10 z 16 stron. Analizowano hasła i programy w czasach Powstania Listopadowego, polską politykę zagraniczną stworzonego wówczas rządu.

Niemal wszystkie gazety szczegółowo opisywały przebieg nocy listopadowej i reszty wydarzeń z 1830 roku.

Publikowano też wiersze ku czci powstańców, gdyż był to zryw narodowowyzwoleńczy, który przez sto lat kształtował tożsamość narodową Polaków i krzewił w nich ducha patriotyzmu.

**Oprac. Małgorzata
Karolina Piekarska**



Warta w mundurach historycznych wkracza do Belwederu.



Pluton podchorążych wraz z orkiestrą Wojska Polskiego opuszcza dziedziniec Belwederu po oddaniu hołdu marszałkowi Józefowi Piłsudskiemu.

DZIĘKUJEMY ZA ZAUFANIE!

RADNI PRAGI-POLUDNIE



KAROL KOWALCZYK



MARCIN KLUŚ



MICHAŁ SULIBORSKI

WSPÓLNIE BĘDZIEMY DZIAŁAĆ NA RZECZ NASZEJ DZIELNICY

REPRYWATYZACJA NA PRADZE POŁUDNIE...

To już nie polityka. Tu już nie ma koloru partyjnej walki. Tu chodzi o przyzwoitość, o sens słowa urzędnik, prezydent czy burmistrz. O to, czy nadal jest ono synonimem słowa służba, poświęcenie, praca dla wszystkich, bez wyjątku i rozgraniczania na to, ile zarabiają i gdzie mieszkają. W Warszawie reprivatyzacja się nie udała – zbyt wiele niejasności, niedopuszczalnych powiązań, aresztowań prawników i byłych urzędników.

Nie można abstrahować od tego, kto jest i przez lata był prezydentem Warszawy i jednocześnie przełożonym dyrektorów i naczelników w stołecznym ratuszu. Wielu mówi i pisze, że to nagonka, polowanie, że sąd kapturowy. Ale, czy nie warto zadać pytania, gdzie było państwo, miasto czy dzielnica przez te ostatnie 10 lat, kiedy „proceder” reprivatyzacji miał się dobrze. Warto zapytać, czy miało, bądź też nie miało, swoistego parasola ochronnego. Bo jak inaczej można nazwać ten impozybilizm czy wręcz zaniechania. Jak to możliwe, że przez tyle lat nikt nie słyszał głosów mieszkańców, którzy bardzo często samotnie tułali się po urzędach dzielnicy czy budynkach ratusza oraz sądach wieczystoksięgowych i drżącymi rękami spisywali na skrawkach papieru historie zamieszkiwanych przez nich kamienic. Jak to możliwe, że nierzadko słyszeli od urzędników czy lokalnych polityków, że nic się nie da zrobić, że trzeba wziąć kredyt i przeprowadzić się do innego budynku. Jak to możliwe, że takie słowa kierowane były także do 70- czy 80-latków, zmę-



czonych życiem i ciągłym szarpaniem się z machiną urzędniczą.

Jak to możliwe, jak to możliwe...?

Pisząc ten felieton spoglądam na kilkanaście kartek papieru, na których w niekończących się tabelach wpisano ponad 800 południowopraskich nieruchomości, które albo już zostały oddane, albo czekają na eksmisję lokatorów. Począwszy od Adampolskiej poprzez Stanisława Augusta i Skaryszewską, a skończywszy na Zamienieckiej. Lista strachu, bólu, lęz, niepewności. Lista hańby dwumilionowego miasta, które pozostawiło najślabszych na pastwę losu, na zastraszanie przez „odzyskiwaczy kamienic”, na astronomiczne czynsze, odcinanie prądu czy wody.

Jak to możliwe, jak to możliwe...?

Dariusz Lasocki
radny m.st. Warszawy

NIE BĘDZIE „ODLOTÓW” NA SAMOLOTOWEJ

Mieszkańcy Gocławia stanowczo deklarują, że nie chcą, aby na ich osiedlu przebywali narkomani ani bezdomni. Władze dzielnicy zapewniają, że nie ma i nigdy nie było takich planów. Jak zostanie zagospodarowany duży budynek przy Samolotowej?

Dokładnie rok temu, na telefonicznym dyżurze w „Mieszkańcu”, burmistrz Pragi Południe, Tomasz Kucharski, otrzymał od jednego z naszych Czytelników pytanie o plany Dzielnicy w stosunku do budynku przy ul. Samolotowej 2. W części tej nieruchomości funkcjonował wcześniej osiedlowy sklep.

Na naszych łamach burmistrz odpowiedział, że „o lokal wystąpił Ośrodek Pomocy Społecznej Dzielnicy Praga-Południe. Planowane jest powstanie jadalni obsługującej mieszkańców naszej dzielnicy. Jadalnia ma oferować tanie, zdrowe posiłki, z których będzie można skorzystać na miejscu i w domach osób potrzebujących takiego wsparcia. W tym miejscu planowane jest też utworzenie i prowadzenie spółdzielni socjalnej”.

Przez miniony rok w zasadzie niewiele działo się z tymi planami. Poza tym, że w wakacje zwolniona została kolejna powierzchnia budynku zajmowana do tej pory przez aptekę. Burza na Gocławiu wybuchła, gdy jesienią ktoś zaczął rozpływać wśród mieszkańców wiadomość, że przy Samolotowej może znaleźć się jadalnia dla bezdomnych, a nawet punkt dla narkomanów.

– To całkowicie nieprawdziwe informacje. Nie ma i nigdy nie było takich planów! – podkreśla wiceburmistrz Piotr Żbikowski. – Natomiast prawdą jest, że jako Dzielnica mamy

pomysł, aby tam funkcjonowała spółdzielnia socjalna.

Wiceburmistrz wyjaśnia, że w tym budynku mogliby pracować bezrobotni, którzy by przygotowali posiłki rozprowadzane wśród mieszkańców Pragi Południe w ramach programów realizowanych przez dzielnicowy Ośrodek Pomocy Społecznej. Spółdzielnia socjalna będzie działała pod egidą OPS.

Na początku listopada odbyło się krótkie spotkanie władz Pragi Południe i OPS z tutejszymi mieszkańcami, ale zarówno w opinii radnego, jak i wiceburmistrza, atmosfera była tak gorąca, że niczego nie wyjaśniono.

Kolejne spotkanie w sprawie zagospodarowania powierzchni użytkowych przy ul. Samolotowej 2 planowane jest wstępnie na koniec listopada. – Zorganizujemy je na



– Zaalarmowali mnie mieszkańcy – mówi Dariusz Lasocki, samorządowiec z Gocławia, który został wybrany radnym Warszawy. – Podkreślali, że są niedoinformowani odnośnie aktualnych planów Dzielnicy w odniesieniu do tego budynku użytkowego. Z docierających do mnie sugestii wynika, że mieszkańcy nie chcą tutaj działalności OPS-u, ale chętnie widzieliby żłobek, świetlicę integracyjną, sklep lub punkt rehabilitacyjny, bo w okolicy mieszka sporo starszych osób...

miejsu, przy Samolotowej – deklaruje wiceburmistrz Żbikowski.

I o ile forma zagospodarowania powierzchni po dawnym sklepie wydaje się jeszcze do dopracowania, o tyle prawie pewne jest przeznaczenie powierzchni po aptece. – To pomieszczenie chcemy oddać południowopraskiemu Hufcowi ZHP, który ma duże problemy lokalowe – mówi „Mieszkańcowi” rzecznik dzielnicy Andrzej Opala.

rosa

REKLAMA

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

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!**

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

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)

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 póżpascu,
● 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

Metal-Market
HURT DETAL
NARZĘDZIA, art. METALOWE
ul. Mińska 38
tel. 813 99 55
www.metal-market.pl
własny parking P
NARZĘDZIA ŚRUBY ZAMKI LINKI

**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

– 2 soczewki progresywne
Sfera -5 do +6
Dodatek do bliży 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

WOLFROCK
hodowla owczarków staroniemieckich
zarejestrowana w PFK
www.staroniemiecki.pl
Przyjmujemy rezerwacje
na szczenięta na 2019 rok.
+ 48 785 359 774
wolfrockkennel@gmail.com

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

**ZADBAJ O SWÓJ
SAMOCHÓD**
fala WSH SAMOOSŁUGOWY Sklep Motoryzacyjny
-Filtry
-Oleje
-Myjnia
-Wulkanizacja
-Szyby samochodowe
-Naprawa Pojazdów
WARSZAWA FALENICA
ul. Patriotów 71/73

APARAT SŁUCHOWY ZA 69 ZŁOTYCH?

W ostatnim czasie Polskę zalewa fala reklam zachęcających do zakupu tanich „aparatów słuchowych”. Można je kupić przez internet, zamówić telefonicznie, kupić na bazarze, a co gorsze, jedna z dużych sieci protetycznych proponuje je w swoich gabinetach. Oczywiście jest to chwyt marketingowy, aby zwabić do siebie nieświadomego pacjenta.

– Te urządzenia z prawdziwym aparatem słuchowym nie mają nic wspólnego – mówi dyplomowany protetyk słuchu Anna Cierpicka-Świtkowska z gabinetu Strefy Słuchu w Warszawie.

Plastikowa obudowa imituje aparat słuchowy, jednak w środku zawiera prymitywny wzmacniacz dźwięków, który, zamiast rehabilitować słuch, prowadzi do jego pogorszenia. Urządzenia te nie podlegają żadnym regulacjom prawnym, nie występują pod żadną marką, nie spełniają wymogów bezpieczeństwa zapisanych w Dyrektywie 2001/95/EC. Dyrektywa ta zawiera informacje m.in. dotyczące wymogów bezpieczeństwa związanych z maksymalnym poziomem natężenia dźwięku, który dociera do naszych uszu oraz maksymalnym czasem, którego nie powinniśmy przekraczać, by nie narażać się na uszkodzenia słuchu. Np. przy użytkowaniu odtwarzaczy muzycznych maksymalny czas słuchania to ok. 40 godzin tygodniowo, ale dla poziomu dźwięku nieprzekraczającego 80 dB (A).

Niebezpieczne wzmacniacze słuchu

Analiza kilku wzmacniaczy słuchu przedstawiona przez ECAT (European Committee for Audiology and Technology) wykazała przekrocze-

nie bezpiecznego poziomu głośności dźwięku wychodzącego ze wzmacniacza słuchu nawet o 50% w stosunku do normy. Bez żadnej kontroli do naszego ucha mogą docierać dźwięki, których poziom sięga (według standardu pomiaru ANSI S3.22) nawet do 136.1 dB SPL! Poziom takiego dźwięku jest porównywalny z hałasem, który generuje startujący samolot. Przy użyciu wzmacniacza słuchu taki głośny dźwięk może docierać do naszych uszu bez żadnego ostrzeżenia. A częste narażenie się na taki hałas stanowi zagrożenie dla słuchu i może powodować trwałe, głębokie niedosłuch. Eksperti przestrzegają, że to dla słuchu jest bardzo niebezpieczne.

– Prawdziwy aparat słuchowy to urządzenie medyczne, które musi spełniać wiele standardów, a jego producent musi posiadać certyfikat jakości ISO 13485 – wyjaśnia Anna Cierpicka-Świtkowska.

Norma ISO 13485 (International Organization for Standardization) ma na celu utrzymanie wysokiej jakości produktu, eliminację ryzyka zagrożenia zdrowia w trakcie użytkowania aparatu oraz sprostanie wymogom prawnym i oczekiwaniom pacjenta. Narząd słuchu to niezwykle skomplikowany zmysł. Ubytek słuchu u każdego pacjenta jest inny i nie ma

jednego rozwiązania, które byłoby dobre dla wszystkich. Dlatego aparat słuchowy musi być indywidualnie dopasowany.

Mam niedosłuch – co zrobić?

Przede wszystkim udać się do gabinetu, w którym pracuje protetyk słuchu, laryngolog lub audiolog w celu przeprowadzenia badania słuchu. Po zdiagnozowaniu słuchu

i stwierdzeniu braku możliwości leczenia na drodze farmakologicznej lub operacyjnej protetyk słuchu zaproponuje odpowiedni aparat słuchowy. Dzisiejsze aparaty słuchowe to prawdziwe cuda technologiczne. Doświadczony protetyk słuchu zaproponuje rozwiązania zapewniające dobre słyszenie oraz rozumienie mowy. W gabinecie aparat słuchowy zostanie komputerowo dopasowany do ubytku, słuchu. Czasami potrzeba kilku wizyt i wiele godzin pracy protetyka, aby pacjent osiągnął całkowity komfort. Pacjent pozostaje pod opieką protetyka przez okres 5 lat. Jest to konieczne, aby pogarsza-

jący się słuch był stale zabezpieczony. Dobrze dobrany aparat słuchowy gwarantuje właściwą stymulację kory słuchowej przez co gwarantuje normalne funkcjonowanie.

– Radzimy unikać gabinetów, które proponują aparaty tylko jednego producenta – mówi Cezary Kozub, dyplomowany protetyk Strefy Słuchu. – Pacjent w takim gabinecie nie ma niestety szansy na porównanie jakości urządzeń.

Wybierajmy świadomie – dobry aparat słuchowy służy wiele lat, a wsparcie i wiedza protetyka słuchu jest gwarancją satysfakcji pacjenta.



Anna Cierpicka-Świtkowska
dyplomowany audioprotetyk
23 lata doświadczenia



Cezary Kozub
dyplomowany audioprotetyk
16 lat doświadczenia

Wypróbuj
przed
zakupem

STREFA SŁUCHU

APARATY SŁUCHOWE

WIELKI TEST APARATÓW SŁUCHOWYCH

Przygotowaliśmy dla Państwa do testowania największą ilość aparatów słuchowych renomowanych producentów w wersjach demo

Porównaj topowe modele klasy business z tańszymi aparatami w klasie ekonomicznej

BEZPŁATNIE I BEZ KAUCJI

MODELE ZAUSZNE I WEWNĄTRZUSZNE

Spraw sobie radość słyszenia na Święta

www.strefasluchu.pl

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 Elektoralej,
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
Bonifratrów,
gab. nr 14)
02-215 Warszawa
tel. kom. 510 905 474



Rondo Wiatraczna wzbogaciło się o nowy, niepodległościowy mural. Powstał on na wschodniej elewacji kamienicy przy ul. Grochowskiej 215, na której przed laty wisiała przestrzenna instalacja – wielkie jajo, które było reklamą zakładów POLDROB. Autorem muralu jest Tytus Brzozowski. Malowidło przedstawia kilka ważnych dla Pragi Południe budowli – most Poniatowskiego, kościół na pl. Szembeka, stadion PGE Narodowy. U podstawy dzieła widać tramwaj nr 24 – pierwszej linii na Grochów. Na muralu, który powstał z okazji 100-lecia odzyskania niepodległości, znajduje się także marszałek Józef Piłsudski oraz uniesieni dzięki biało-czerwonym parasolom (czyt. uniesieni radością wolności) warszawia-

cy. Z okazji odsłonięcia dzieła władze Pragi Południe rozdały mieszkańcom 100 parasoli w narodowych barwach. Mural powstał m.in. dzięki finansowemu wsparciu kupców z Grochowa, „Społem” WSS Praga-Południe oraz CH Szembeka.



Maska i taniec – to wiodące motywy wystawy pt. RAW prezentowanej w Centrum Promocji Kultury Dzielnicy Praga-Południe (ul. Podskarbińska 2). To debiutancka wystawa utalentowanej Moniki Kozak, absolwentki Wydziału Grafiki Warszawskiej ASP. Artystka korzysta z różnych środków wyrazu, zaś przedstawione w CPK prace zostały stworzone różnymi technikami i w różnych formatach. Wernisaż, który od-

był się 17 listopada, przyciągnął wielu miłośników sztuki. – *Maska znana niemal we wszystkich kulturach pierwotnych służy do ukrycia tego, co codzienne, aby móc wyeksponować coś odmiennego* – uważa artystka. Kuratorem wystawy, która trwa do 23 listopada, jest Marcin Kozoszko.

– *To prawdopodobnie ostatnie moje „oficjalne otwarcie” jako prezydent...* – mówiła we wtorek, 19 listopada, Hanna Gronkiewicz-Waltz. Okazją do tego stwierdzenia była uroczystość zakończenia modernizacji i wyposażenia Pawilonu V Szpitala Grochowskiego im. dr. med. Rafała Masztaka. – *Przez dwanaście lat Pani Prezydent nasz szpital został do-*



finansowany olbrzymią kwotą 90 mln złotych – podsumował prezes zarządu szpitala Witold Bromboszcz.

Uroczystość zgromadziła wielu gości i pracowników szpitala. Wśród gości „z zewnątrz” znaleźli się m.in.: wybitny chirurg prof. Wiesław Tarnowski, szef miejskiego biura polityki zdrowotnej Paweł Chęciński, wiceburmistrz Pragi Południe Jarosław Karcz, komendant KRP Warszawa VII mł. insp. Marcin Mielczarek oraz radne Miasta Maria Łukaszewicz i Dorota Lutomska. Pawilon V jest kolejnym zmodernizowanym pawilonem szpitala. Na parterze znajdzie miejsce przychodnia specjalistyczna, na pierwszym piętrze Oddział Chirurgii Onkologicznej (z odcinkiem pooperacyjnym), wyżej druga część Oddziału Terapii i Rehabilitacji Neurologicznej, a na nowo wybudowanym trzecim piętrze znajdzie się chemioterapia.

ar

WYDARZENIA KULTURALNE

wydarzenia bezpłatne

OBCHODY 188. ROCZNICY WYBUCHU POWSTANIA LISTOPADOWEGO

24.11. godz. 11.15 – ceremonia składania wieńców i przemówienia pod Pomnikiem Poległych w Bitwie pod Olszynką Grochowską (u zbiegu ulic Szerokiej i Traczy); organizator UD Praga-Południe; **godz. 12.00** – start Biegu Olszynki Grochowskiej na 5 km i na 10 km
25.11. **godz. 12.30** **Aleja Chwały (ul. Traczy)** – odegranie „Warszawianki” i przemarsz pod Pomnik Bitwy pod Olszynką Grochowską; **godz. 12.50-14.15** – uroczystości pod pomnikiem, organizator UD Rembertów



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

● 23-24.11. – Jesienna edycja Festiwalu „Wszystkie Mazurki Świata”, szczegóły na www.festivalmazurki.pl; **25.11. godz. 13.00** – Spektakl dla dzieci „Pędrak Wyrzutek”; **godz. 17.00** – Spotkanie warszawskiego fanklubu Star Wars „Centerpoint”; **godz. 17.00** – Salon literacki: „Aleksander Solżenicyń – 100-lecie urodzin”; **28.11. godz. 17.00** – Spotkania ze sztuką: „Mitologia, magia i rytuały w sztuce starożytnych cywilizacji”; **godz. 19.00** – Klub Mola Książkowego; **30.11. godz. 11.00** – „Opowieść dla Króla” – spektakl dla dzieci, zaproszenia w CPK; **godz. 19.00** – Praski Blues: Magda Piskorzycz i Jędrzej Kubiak; **1.12. godz. 18.00** – Wieczór poezji i muzyki „Trzy przyjaciółki”: Grażyna Szalkowska GraSza przeczyta swoje wiersze, a jej dwie przyjaciółki: Grażyna Dobrowolska – Zabłocka i Elżbieta Domińczak będą grały na fortepianie i na pile; **4.12. godz. 18.00** – Okiem fotografa: Karolina Polkowska. O fotografii kulinarnej; **5.12. godz. 17.00** – Spotkania ze sztuką: „Antyczne motywy w sztuce zdobniczej późniejszych epok”.

REKLAMA

REKLAMA

Fundusze Europejskie
Infrastruktura i Środowisko

Unia Europejska
Fundusz Spójności

Największe inwestycje Projektu „Zaopatrzenie w wodę i oczyszczanie ścieków w Warszawie – Fazy V i VI”.

1. Modernizacja kolektora Burakowskiego

2. Budowa zbiornika retencyjnego ścieków

3. Montaż instalacji fotowoltaicznych na terenie obiektów Spółki

4. Budowa kolektora C-Bis na obszarze miast Piastów i Pruszków

5. Budowa kolektorów retencyjnych: Wiślanego, Lindego Bis, Mokotowskiego Bis

6. Wykonanie i wdrożenie Centralnego systemu sterowania siecią kanalizacyjną

7. Modernizacja i rozbudowa Zakładu Północnego

Districts: Bielogóra, Bielany, Targówek, Rembertów, Wesoła, Wawer, Ursynów, Wilanów, Ursus, Włochy, Mokotów, Ochota, Praga Południe, Praga Północ, Żoliborz, Bemowo, Wola, Śródmieście, Piastów, Pruszków, Ursus, Włochy, Wilanów, Ursynów.

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

● 22.11. **godz. 12.00** – Kresy dalekie i bliskie: „Dowborczycy. Opowieść o 1 Korpusie Polskim w Rosji”; **25.11. godz. 16.00** – Recital Jerzego Filara „Listopady liści”; **26.11. godz. 9.00** – Szkolenie „Promocja zdrowia i aktywnego starzenia się” dla osób po 60. roku życia; **30.11. godz. 12.00** – Porady ogrodnicze: możesz przynieść ze sobą chorą roślinę, uszkodzone kwiaty, liście czy fragmenty pędów; **2.12. godz. 16.00** – „Romanse rosyjskie” recital Macieja Kłocińskiego; **3.12. godz. 12.00** – Dyskusyjny Klub Filmowy: „Święta w PRL-u, lata 70 – te”; **godz. 17.00** – „Polskie hymny” koncert uczniów Szkoły Muzycznej nr 3; **5.12. godz. 12.00** – Podróże w nieznaną: „Chiny południowe – wodospady, malownicze góry i skalne miasta”.

KLUB KULTURY „GOCLAW”
ul. Abrahama 10,
tel. 22 277-08-10
www.klubgoclaw.pl
www.facebook.com/cpkpp
biuro@klubgoclaw.pl

● 26.11. **godz. 18.30** – Pomysł na podróż: „Malediwy” prelekcja z pokazem zdjęć; **3.12. godz. 18.00** – „Goclaw – dekady uchwycone w kadrze” – finał wystawy zdjęć przedstawiających Osiedle Goclaw, zmieniające się na przestrzeni lat; **3.12. godz. 18.30** – Pomysł na podróż: „Nordkapp – w drodze na daleką północ”.

OŚRODEK KULTURY w Dzielnicy Wesoła m.st. Warszawy
Starzyńskiego 21
tel. 22 773-61-88, 22 773-55-99
www.domykultury.waw.pl
www.facebook.com/okwesola/
wesolakultura@domkulturywesola.net

● 24.11. **godz. 17.00** – „Kuba” pokaz slajdów i opowieści z podróży Michała Szulima; **1.12. godz. 19.00** – Koncert w wykonaniu Teatru Muzycznego Niebieskie Migdały „Jest taki dzień”; **2.12. godz. 16.00** – Przedstawienie mikolajkowe dla dzieci „Gdzie jest Mikołaj?” w wykonaniu Teatru Tup Tup.

OŚRODEK DZIAŁAŃ TWÓRCZYCH „POGODNA” – WESOŁA
25.11. **godz. 16.00** – „Magiczne andrzejki” – zabawa andrzejkowa dla dzieci w wieku 5-8 lat. **27.11. godz. 20.00** – TERAZ IMPRO! Otwarta Próba Pogodnej Grupy Teatralnej; **1.12. godz. 11.00** – Historia sztuki dla dzieci: „Obrazy słońcem malowane – o sztuce witrażu”, warsztaty plastyczne dla dzieci w wieku 4-7 lat wraz z opiekunami; **godz. 18.00** – „Kaktusy, kukurydza i kakao” – pokaz slajdów, opowieści o Ameryce Środkowej i promocja powieści Jana Szymańskiego „Książki, przez które zginiesz”.

DOM KULTURY „PRAGA”
ul. B.Sawinkowa 2 (d. Dąbrowszczaków),
tel. 22 618 41 51
www.dkpraga.pl
www.facebook.com/tupraga
sekretariat@dkpraga.pl

● 22.11. **godz. 18.00** – Maraton podróżniczy: „Wokół Kalkuty i Filipin”; **23.11. godz. 18.00** – Spektakl „Wiech na 105”; **24.11. godz. 12.00-13.00** – SOBOTA w DOMU COOL...TURY – Pokaz naukowy dla dzieci: Czy na plac zabaw wchodzi się za darmo? zapisy www.dkpraga.pl; **25.11. godz. 18.00** – Koncert operetkowy „Solo i w duecie”;

Na wszystkie wymienione imprezy jest wstęp wolny. Więcej na www.mieszkaniec.pl/zaproszenia

W jesiennym nastroju

Jesień – pora, gdy ciągle skracający się dzień i coraz mniejsza ilość naturalnego światła, jaką otrzymuje nasz organizm, sprzyja nastrojom nostalgicznym, melancholijnym, depresyjnym. Kipiąca w nas energia gorącego lata powróci dopiero za kilka miesięcy.

Zwykle staramy się radzić sobie sami z tak znacznym obniżeniem nastroju. Nadal brak powszechnej akceptacji wizyty u psychologa czy psychiatry. Nawet, gdy chodzi o tak poważną, niebezpieczną chorobę jak depresja.

W aktualnych badaniach CBOS aż 91% Polaków deklaruje, że ich zdaniem depresja to choroba taka, jak inne i że przecież można ją leczyć (nauka w tym względzie poszła daleko naprzód!), ale jednocześnie aż

3/4 z nas jest zdania, że depresja to wstydliwa przypadłość, do której lepiej nie się przyznawać. Sprzeczność? Niekoniecznie. Teoretycznie wiem i rozumiem, ale praktycznie – jeśli dotyka kogoś znajomego, to... wolę zamknąć oczy.

Wiele osób nie umie się zachować, gdy ktoś bliski przyzna, że ma depresję. Rady typu „weź się w garść” albo „będzie lepiej” w niczym nie pomogą, wręcz przeciwnie.

Pomijając aspekty medyczne uważamy, że najgroźniejszą przyczyną powstania depresji jest stres (68% ankietowanych).

Do tego ponad połowa wskazuje destrukcyjne działanie szybkiego tempa życia, a także permanentnego braku czasu dla siebie – trudno się z tym nie zgodzić, bo jeśli w codziennej gonitwie nie znajdujemy czasu na to, by się zastanowić nad sobą, by uporzą-

kować myśli, sami siebie pchamy w przepaść. Tak nie wolno!

Podobnie postrzegane są inne przyczyny depresji: nadmiar obowiązków, przeciążenie pracą,



a co za tym nieuchronnie idzie – samotność, niewystarczające, powierzchowne kontakty z ludźmi lub ich brak. Dlaczego? Bo sami sobie nie zostawiamy na to czasu, bo wypełniamy nasz dzień i nasze myśli mnóstwem innych spraw,

nie zawsze istotnych. Człowiek jest istotą społeczną, żyjemy w gromadzie, czy to się nam podoba, czy nie i odgrózenie się murem zajętości i obowiązków od rodziców, małżonka, dzieci czy dotychczasowych przyjaciół, to podcinanie gałęzi, na której siedzimy. Nie poprawi ani nie usprawiedliwi tego w żadnym stopniu argument, że „muszę ciężko pracować, żebyście mieli wszystko”. Wystarczy spytać dzieci lub najbliższą rodzinę, czy wolą gapić się w telewizor wielkości stołu bilardowego, czy posiedzieć i pogadać z rodzicami albo wspólnie obejrzeć film?

Jesień, to dobry czas na refleksje i zmiany. Warto go wykorzystać i zrobić coś dla siebie. Nie rewolucję we własnym życiu, bo to się nie udaje, ale przemyślane, łagodne zmiany. Byle konsekwentnie i nie wszystko naraz. Powodzenia! **ŻU**

taką propozycję dostał. Nie do odrzucenia! Jak zapłaci wskazanemu koledze 40 baniek, to będzie robił te swoje interesy, jak od tej pory. A jak nie... No, cóż...

– Panie Kaziu, ale to jeszcze nie wiadomo, co i jak... Dopiero o tym napisali. Teraz będą wyjaśniać, poczekajmy. To poważne sprawy są, chodzi o instytucję zaufania państwowego, a nie o jakiś stragan, za przeproszeniem.

– No, właśnie. Jak w takiej instytucji takie numery odchodzą, to gdzie my żyjemy, szaraczki?! Tu, panie, jak paragono nie wystawię, to zaraz z kibla, z kąta, zza śmietnika, nie wiedzieć skąd, kontroler wyskakuje i łup człowieka po kieszeni. A tam – w tej świątyni finansów państwowych, miliony latają po pokoju w te i wewte, jak jakieś ptaki kolorowe. Zasady kapcanieją w naszej ojczyźnie ukochanej, panie Kaziu, kapcanieją.

– Wiesz pan, był swego czasu taki dziennikarz, krytyk, pisarz, ale wesoly i bardzo bystry. Kisielewski się nazywał. Stefan. Władza nie za bardzo go lubiła, za szczerą wzajemnością, zresztą. On kiedyś przyszedł do lekarza i lekarz go się pyta:

– Panie Stefanie, dlaczego pan pije?

– Bo życie jest trudne.

– A po wódce lżejsze?

– Nie, ale wymagania się zmniejszają.

– No, fakt. Ale, do czego to nas doprowadzi? Czasem, panie Kaziu, myślę sobie, że może i dobrze by było, żeby przyszedł jakiś kierownik albo prezes i wziął to wszystko – o, tak!...

Pan Eustachy pokazał panu Kazimierzowi pięść zaciśniętą tak mocno, że aż kostki białe były.

– Wie pan, przekonany nie jestem. Jak tak patrzę po rynku prezesów, to mi się taka pogawędka przypomina:

– Tato, kto to jest właściwie ten cały prezes? – pyta brzdąc pod wrażeniem jakichś „Wiadomości” czy innych „Faktów”.

– To synku taki gość, który rozwiązuje wszystkie problemy w naszym kraju, choć bez niego właściwie tych problemów byśmy nie mieli. **Szaser**

Co tam panie na Pradze...

Rozmowy na lekkiej bańce

– Witam, panie Eustachy. Jak zdrowie, jeśli mogę...

W momencie, kiedy wypowiadał te słowa, pan Kazimierz Główny, emeryt, stały bywalec bazaru na placu Szembeka zauważył, że jego kolega, kupiec tutejszy – Eustachy Mordziak, troszkę zmęczony jest. W sensie – na lekkiej bańce był. Na pierwszy rzut oka nie było widać, czy pan Eustachy zaczyna, czy może powoli wychodzi z wirażu, ale sam fakt spożycia nie ulegał wątpliwości. Pan Kazimierz za długo żył na Grochowie, żeby mylić się w takich kwestiach...

– Co to ja chciałem... Widzę, że właściwie jest już nieźle – powiedział, żeby coś powiedzieć.

– Wszystko jest względne, panie Kaziu. „Nieźle” też jest względne. Pod względem zdrowotnym – i owszem, już dobrze. – A pod innym względem?

– To już różnie, niestety. Powiem tak – co się polepszy, to się popieprzy...

– Nie bardzo rozumiem...

– No, weź pan ten mój handel. Człowiek zasuwa dzień w dzień, cały rok czeka, żeby święta były, bo nie ma lepszego handlu niż na Boże Narodzenie...

– Handluje pan przecież, aż miło – wszedł mu w słowo pan Kazimierz.

– Niby tak, ale ogólnie jest nie ten, tego...

– Panie Eustachy, jak Boga kocham, marudny pan jesteś. Jako emeryt powiem panu, że chciałbym, żeby tak jak panu co chwilę jakaś dyszka, dwie, do kieszeni mi wpadała.

– No, ale kiedy ja z tych dyszek 40 milionów zbieram? Ze sto razy musiałbym żyć chyba...

– Jakie 40 milionów? Panie Eustachy? Może pan by do domu poszedł?...

– Nie słyszał pan – 40 baniek! Tyle się ludziom płaci w poważnych firmach. Znaczy ten pan, co to hetmańskie nazwisko nosi,

§ PRAWNIK RADZI

**Czytelnicy pytają
advokat Wojciech Lipka odpowiada**



Chciałbym własnoręcznie sporządzić testament, jakie warunki musi spełniać taki testament by był ważny?

Jedynym sposobem na rozporządzenie majątkiem na wypadek śmierci jest sporządzenie testamentu, które musi odbyć się w odpowiedniej formie. W przypadku niedochowania formy wskazanej przepisami Kodeksu cywilnego testament jest nieważny i wówczas dochodzi do dziedziczenia na podstawie ustawy. Dla ustalenia, czy testament sporządzony został zgodnie z prawem, decydujące znaczenie ma stan prawny z daty czynności i ewentualne późniejsze zmiany przepisów nie wpływające na ważność testamentu.

Należy podkreślić, że testament, to oświadczenie woli wyłącznie jednego spadkodawcy, dlatego wyklucza się sporządzanie tzw. testamentów wspólnych np. małżonków. Testament można w każdym czasie zmienić lub odwołać.

Podstawową formą testamentu jest testament własnoręczny tzw. holograficzny (art. 949 k.c.), który musi być spisany:

1. własnoręcznie przez testatora, który potrafi czytać i pisać,
2. w języku znanym testatorowi.

Ponadto testament musi być podpisany i opatrzony datą. Nie wymaga dla swej ważności obecności świadków.

Pismo testatora powinno wykazywać indywidualne jego cechy, które umożliwią zidentyfikowanie autora. Dlatego też użycie np. maszyny do pisania lub drukarki komputerowej lub spisanie spadkodawcy przez inną osobę powoduje nieważność testamentu. Jak wskazał Sąd Najwyższy, nie czyni zadość wymogom formalnym dokument zatytułowany „testament”, obejmujący spisane na maszynie oświadczenie o ofiarowaniu na wypadek śmierci określonego majątku, z zamieszczonym poniżej potwierdzeniem własnoręczności podpisu ofiarodawcy. Jeżeli spadkodawca, np. z powodu kalektwa nie może spisać ostatniej woli ręcznie, to może posłużyć się protezą czy nawet nogą i wówczas przyjmuje się, że tak sporządzone pismo odpowiada zawartemu w ustawie wymoganiu spisania woli przez testatora pismem ręcznym. Testator może również spisać testament posługując się znanym systemem stenograficznym. Wyklucza się sporządzenie testamentu przez osoby niewiedome za pomocą pisma brajla.

Zwyczaj testament sporządzany jest na kartce, który stanowi odrębny dokument, ale przyjmuje się, że może stanowić część innej czynności prawnej lub innego dokumentu (np. jako część listu spadkodawcy skierowanego do spadkobiercy lub innej osoby).

Materiał, na jakim zostało utrwalone pismo spadkodawcy, czy też narzędzie, jakie zostało do tego użyte, nie wpływa na ważność testamentu.

Podpis spadkodawcy w zasadzie powinien składać się z imienia i nazwiska. Przyjmuje się, że inicjały czy parafa nie stanowią prawidłowego podpisu. Możliwe jest złożenie podpisu składającego się wyłącznie z nazwiska, które nie musi być napisane w pełnym brzmieniu (np. jeden człon nazwiska dwuczłonowego). Dopuszcza się podpisanie także pseudonimem, o ile jest ono stale używane przez testatora.

Pomimo iż ustawa nie wskazuje, w jakim miejscu testamentu powinien znajdować się podpis spadkodawcy, to przyjmuje się, że nie może znajdować się na początku testamentu, w tekście lub na marginesie pisma i powinien on być pod rygorem nieważności złożony pod pismem zawierającym rozrządzenia na wypadek śmierci, a w razie zamieszczenia podpisu w innym miejscu testament jest ważny jedynie wówczas, gdy związek podpisu z treścią rozrządzenia jest oczywisty. Należy podkreślić, że rozrządzenia, które testator dopisał poniżej podpisu są nieważne i w takim przypadku mogą zostać uznane za nowy testament, o ile zostały opatrzone osobnym podpisem. W przypadku, kiedy testament zawarty jest w liście spadkodawcy, wystarczy umieszczenie podpisu pod całym listem.

Przyjmuje się, że w niektórych sytuacjach brak daty nie wpływa na jego ważność, o ile nie wywołuje wątpliwości co do:

1. zdolności spadkodawcy do sporządzenia testamentu,
2. treści testamentu,
3. wzajemnego stosunku kilku testamentów (art. 949 § 2 k.c.).

Na koniec należy podkreślić, że w zasadzie testamentem własnoręcznym można dokonać wszelkich rozporządzeń, jednakże w sytuacji, gdy testament zawiera zapis windykacyjny, to wówczas konieczne jest by został spisany w formie aktu notarialnego.

Listy i maile można kierować na adres redakcji.

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

**OBWIESZCZENIE
WOJEWODY MAZOWIECKIEGO**

Na podstawie art. 9q ust. 2 i 2a ustawy z dnia 28 marca 2003 r. o transporcie kolejowym (Dz. U. z 2017 r., poz. 2117 ze zm.) – dalej jako utk, oraz w związku z art. 72 ust. 6 ustawy z dnia 3 października 2008 r. o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko (Dz. U. z 2017 r., poz. 1405 ze zm.) – dalej jako uoos, informuję, że na wniosek inwestora PKP Polskie Linie Kolejowe S.A., ul. Targowa 74, 03-734 Warszawa, została wydana przez Wojewodę Mazowieckiego, w dniu 26 października 2018 r., decyzja Nr 41/II/2018 o ustaleniu lokalizacji linii kolejowej dla inwestycji pn.:

Budowa i przebudowa infrastruktury kolejowej linii E20 na odcinku Warszawa – Mińsk Mazowiecki, etap I, odcinek II Targówek – Michałów – Warszawa Wschodnia Towarowa (WWT), w ramach projektu pn.: „Poprawa przepustowości linii kolejowej E20 na odcinku Warszawa – Mińsk Mazowiecki (etap I)” wchodzącego w zakres przedsięwzięcia pn.: „Modernizacja i rozbudowa Warszawskiego Węzła Kolejowego” dotyczącego projektu cząstkowego nr 3 „zwiększenie przepustowości linii obwodowej” w zakresie przebudowy, rozbudowy i budowy:

- linii kolejowej nr 9 Warszawa Wschodnia Osobowa – Gdańsk Główny w km 6,572 – 8,422,
- linii kolejowej nr 502 Warszawa Michałów – Warszawa Wschodnia Towarowa w km 0,096 – 1,366,
- linii kolejowej nr 501 Warszawa Jagiellonka – Warszawa Targówek w km 1,154 – 1,641”.

Przedmiotowej decyzji nadano rygor natychmiastowej wykonalności.

Decyzja określa linie rozgraniczające teren dla przedmiotowego przedsięwzięcia, na podstawie 9q ust. 1 pkt 1 utk, obejmujące nieruchomości w Mieście Stołecznym Warszawie wskazane poniżej:

w jednostce ewidencyjnej **Dzielnicy Praga Północ:**

- w obrębie ewidencyjnym 4-14-01 działki ewidencyjne nr 62/2 i nr 2/1
- w obrębie ewidencyjnym 4-13-02 działkę ewidencyjną nr 2,
- w obrębie ewidencyjnym 4-11-25 działkę ewidencyjną nr 1/3,
- w obrębie ewidencyjnym 4-13-03 działki ewidencyjne: nr 14/1 i nr 14/2,

w jednostce ewidencyjnej **Dzielnicy Praga Południe**

- w obrębie ewidencyjnym 3-02-03 działkę ewidencyjną nr 1/10.

Decyzja nie określa ograniczenia w korzystaniu z nieruchomości, na podstawie 9q ust. 1 pkt 6 utk, „w celu zapewnienia prawa do wejścia na teren nieruchomości dla prowadzenia inwestycji kolejowej (budowy metra), w tym dokonania związanej z nią budowy lub przebudowy układu drogowego lub urządzeń wodnych, lub założenia i przeprowadzenia na nich ciągów drenażowych przewodów i urządzeń służących do przesyłania płynów, pary, gazów i energii elektrycznej oraz urządzeń łączności i sygnalizacji, a także innych podziemnych i naziemnych lub nadziemnych obiektów i urządzeń niezbędnych do korzystania z tych przewodów i urządzeń, a także prac związanych z konserwacją, utrzymaniem lub usuwaniem awarii”.

Decyzja wskazuje do nieodpłatnego zajęcia na czas realizacji inwestycji, ze względu na konieczność przejścia przez tereny dróg publicznych, na podstawie art. 9ya ust 1 utk, następujące nieruchomości w Mieście Stołecznym Warszawie:

w jednostce ewidencyjnej **Dzielnicy Praga Północ:**

- w obrębie ewidencyjnym 4-14-01 działki ewidencyjne: nr 1/2, nr 1/1 i nr 39,
- w obrębie ewidencyjnym 4-13-03 działkę ewidencyjną nr 12/2.

PKP Polskie Linie Kolejowe S.A. nabywają, z mocy prawa z dniem w którym niniejsza decyzja stanie się ostateczna prawo użytkowania wieczystego niżej wymienionych nieruchomości, zgodnie z przepisami art. 9s ust. 3b utk, ponieważ realizacja planowanej inwestycji wymaga uregulowania stanu prawnego nieruchomości w Mieście Stołecznym Warszawie:

w jednostce ewidencyjnej **Dzielnicy Praga Północ:**

- w obrębie ewidencyjnym 4-14-01 działki ewidencyjnej nr 62/2, oraz
- w obrębie ewidencyjnym 4-13-02 działki ewidencyjnej nr 2.

Zgodnie z art. 9q ust. 3 utk, który mówi, że „w zawiadomieniu o wydaniu decyzji o ustaleniu lokalizacji linii kolejowej zamieszcza się informację o miejscu, w którym strony mogą się zapoznać z treścią decyzji” i zgodnie z art. 72 ust. 6 uoos który mówi, iż „organ właściwy do wydania decyzji, (...) dotyczących przedsięwzięć mogących znacząco oddziaływać na środowisko, podaje do publicznej wiadomości informację o wydanej decyzji i o możliwościach zapoznania się z jej treścią oraz z dokumentacją sprawy”, oraz w związku z art. 10 § 1 ustawy z dnia 14 czerwca 1960 r. Kodeks postępowania administracyjnego (Dz. U. z 2017 r., poz. 1257) – dalej jako k.p.a., który mówi że „organy administracji publicznej obowiązane są zapewnić stronom czynny udział w każdym stadium postępowania” informuję, że z treścią decyzji oraz z dokumentacją sprawy strony mogą się zapoznać w Wydziale Infrastruktury Mazowieckiego Urzędu Wojewódzkiego, pokój 601, pl. Bankowy 3/5, 00-950 Warszawa.

Zgodnie z art. 9q ust 2 i 2a utk wojewoda doręcza decyzję o ustaleniu lokalizacji linii kolejowej wnioskodawcy oraz wysłał zawiadomienie o jej wydaniu właścicielom lub użytkownikom wieczystym nieruchomości objętych wnioskiem o wydanie tej decyzji na adres wskazany w katastrze nieruchomości. Pozostałe strony zawiadomienia w drodze obwieszczeń w urzędzie wojewódzkim i urzędach dzielnic właściwych ze względu na przebieg linii kolejowej, na stronach internetowych tych dzielnic oraz urzędu wojewódzkiego, a także w prasie lokalnej. Doręczenie zawiadomienia na adres w katastrze nieruchomości jest skuteczne. W przypadku nieruchomości o nieregulowanym stanie prawnym, lub w sytuacji gdy właściciel lub użytkownik wieczysty nie żyją, a ich spadkobiercy nie wykazali prawa do spadku, zawiadomienia o wydaniu decyzji o ustaleniu lokalizacji linii kolejowej dokonuje się w drodze obwieszczenia w urzędzie wojewódzkim i urzędach dzielnic właściwych ze względu na przebieg linii kolejowej, w Biuletynie Informacji Publicznej na stronach podmiotowych tych dzielnic i urzędu wojewódzkiego, a także w prasie lokalnej.

Od przedmiotowej decyzji przysługuje stronie odwołanie do Ministra Inwestycji i Rozwoju, za pośrednictwem organu wydającego decyzję, w terminie 14 od dnia doręczenia decyzji lub zawiadomienia o jej wydaniu.

Zawiadomienie zgodnie z art. 49 § 2 k.p.a. uważa się za dokonane po upływie 14 dni, od dnia w którym nastąpiło publiczne obwieszczenie, inne publiczne ogłoszenie lub udostępnienie pisma w Biuletynie Informacji Publicznej. Przedmiotowe obwieszczenie zostało opublikowane w dniu 22 listopada 2018 r.

WI-II.747.2.12.2018.BG1

SPACERKIEM PO WESOŁEJ

Wesoła to najmłodsza z osiemnastu dzielnic Warszawy – włączona w jej terytorium pod koniec 2002 r. Przez wielu ludzi do tej pory jest uważana za oddzielne miasto położone poza Warszawą. Dzielnica jest niewielka, zajmuje powierzchnię ok. 23 km kw., z czego znaczny jej obszar to lasy. Nie oznacza to jednak, że nie ma tu nic ciekawego. Prowadzi nas Marek Grabowski.

Wesoła składa się z kilku osiedli: Zielona-Grzybowa, Wesoła-Centrum, Plac Wojska Polskiego, Wola Grzybowska, Groszówka, Stara Miłosna. Ciekawym i zabawnym jest fakt, że mieszkańcy dzielnicy różnią się to co na północ od Traktu Brzeskiego – to w ich nomenklaturze jest Wesoła i na południe od Traktu Brzeskiego, czyli osiedle Stara Miłosna, pojmowana jako oddzielny byt administracyjny, jakby była odrębną dzielnicą.

Nazwa osiedla Zielona wywodzi się od nazwy zajazdu funkcjonującego przy tym szlaku. Na końcu ulicy Brata Alberta znajduje się pętla autobusowa, szkoła i las. Wejdzmy w las i na górkę, która zaczyna się już zaraz przy skraju lasu. Na jej szczycie znajduje się pomnik upamiętniający pierwsze i jedyne jawne wobec

okupanta ćwiczenia **Polskiej Organizacji Wojskowej** 1, które odbyły się tu 29 kwietnia 1917 r. Pomnik nazywany jest **pomnikiem POW lub Glazem Piłsudskiego**, ponieważ Józef Piłsudski uczestniczył w tym wydarzeniu.

Kolejny cel naszej podróży, do którego doprowadzi nas przedłużenie (przez las) ulicy Wspólnej to **osiedle Wesoła Centrum** – przystanek PKP Warszawa Wesoła. To pozostałość po ważnym szlaku komunikacyjnym, czyli drodze żelaznej, po której 18 września 1867 r., przejechał pierwszy pociąg relacji Warszawa-Terespol. Była to tzw. Kolej Terespolska. Wokół stacji powstało osiedle, które w 1918 r. przyjęło nazwę **Wesoła**.

Za torami znajduje się kilka obiektów, które mogą nas zainteresować. Prawie cały teren od zachodu to teren wojskowy – znajdują się tam różne poligony, w tym poligon czołgowy oraz strzelnica jednostki wojskowej GROM. Na tym terenie powstało też **Labora-**

torium Badań Napędów Lotniczych – jedno z największych i najnowocześniejszych tego typu laboratoriów na świecie. Po części ten poligon to także



rezerwat przyrody Bagno Jacka, po którym spacer przypomina przechadzkę po dzikich ostępach Warmii i Mazur.

Dalej na wschód znajduje się **osiedle Plac Wojska Polskiego**. Jest o tyle ciekawe, że zostało wydzielone z istniejącej tu jednostki wojskowej.

Do osiedla przylega jednostka wojskowa, na terenie której stacjonuje **1 Warszawska Brygada Pancerna im. gen. Tadeusza Kościuszki**. Do I wojny światowej cały ten obszar był terenem wojskowym. Były tu koszary wojsk rosyjskich. W czerwcu 1946 r. do koszar przeniesiono Szkołę Oficerów Informacji.

Poruszając się ulicą Raczkiewicza, dawniej 1 Praskiego

Pułku, dojedziemy do ronda, przy którym stoi Urząd Dzielnicy. Skręćmy w lewo w kierunku parkingu, wjeżdżamy pod górę na mały parking przy opuszczonym ciekawym architektonicznie budynku. Mieścił się tu Szpital Rehabilitacji Neurologicznej (oddział szpitala MSWiA) zamknięty na stałe w 2014 r. Budynek jednak pamięta czasy lat 30. ubiegłego wieku 2.

Co prawda oficjalna droga kończy się na parking, jednak

Później linia schronów była stopniowo modernizowana na potrzeby kolejnych starców w 1920 r. i podczas II wojny światowej.

Wróćmy do ronda przy Urzędzie Dzielnicy. Skręćmy w lewo, kontynuując podróż ul. Raczkiewicza.

Na wysokości hotelu Villa Park, tak jakby na jego zapleczu, rozciąga się okazały teren do ujeżdżania koni – hipodrom. Jest to teren należący do **Stowarzyszenia Szwadron Jazdy RP**.

Nasza droga jest dość górzysta – większość dzielnicy położona jest na terenie wydumowym, co było wykorzystane dla usytuowania na tym terenie... lotniska! **Lotnisko szybowcowe** 3 powstało tu na początku lat 30. XX w.

Dojechaliśmy do dużego skrzyżowania z ul. Trakt Brzeski. Tu przebiegał duży szlak warunkujący rozwój tej okolicy, tzw. szosa brzeska, powstała z inicjatywy Stanisława Staszica w latach 1820-1823, jako nowoczesna brukowana droga wiodąca z Warszawy do Brześcia

Przejeżdżamy skrzyżowanie kierując się na ul. Borkowską 1, gdzie na niedużym wzniesieniu znajduje się piękny **zabyt-**

my przejdźmy się kawalek dalej wzdłuż ogrodzenia szpitala. Po kilkunastu metrach natrafimy na ciekawy obiekt – **wysadzony schron Regelbau R514**. Jest on elementem tzw. Brückenkopf Warschau, czyli Przedmościa Warszawy linii umocnień powstałych w 1915 r. na odcinku Ostrów-Beniaminów-Struga-Zielonka-Rembertów-Stara Miłosna-Majdan-Wiązowna-Józefów, która miała być punktem oporu przed spodziewaną ofensywą wojsk rosyj-



kowy drewniany kościół 4 Parafii Najświętszego Serca Pana Jezusa. Parafię erygował kard. Aleksander Kakowski dnia 16 grudnia 1936 r. Pierwszy kościół spłonął w 1944 r. Nowe powojenne władze nie zgadzały się na budowę nowego kościoła, dlatego w latach 1948-1950 rozebrano i pieczołowicie przywieziono w częściach, a następnie poskładano na nowo, kościół powstał w 1913 roku w parafii Rokitno koło Błonia. „Nowy-stary” kościół poświęcił abp Stefan Wyszyński 6 sierpnia 1950 r.

Udajmy się dalej ul. Jana Pawła II – okala ona całe osiedle Stara Miłosna i prowadzi z powrotem do Traktu Brzeskiego. My jednak, docierając do ul. Fabrycznej, skręćmy w lewo w kierunku lasu. Lasy graniczą z całym osiedlem Stara Miłosna od jego południowej strony.

Kiedy ulica się skończy podążajmy wytrwale prosto w las. Poza fotogenicznymi bagnami i trzęsawiskami, licznymi zwierzętami, można tu się natknąć np. na **grób nieznanego żołnierza z 1944 r!**

Opr. Klara Bartuszek



Zdroj: MAC



Zdroj: MAC

REKLAMA



REHABILITACJA-KOBIELSKA

Przychodnia Rehabilitacji Leczniczej

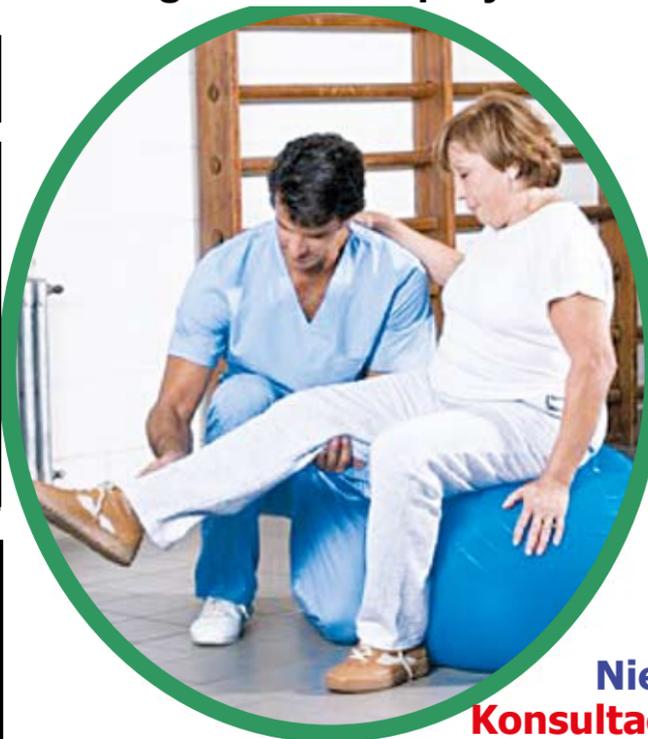
ul. Kobielska 17 Praga-Południe przy rondzie Wiatraczna

SPEC. KONSULTACJA LEKARSKA	
ORTOPEDA TRAUMATOLOG	120,-

FIZYKOTERAPIA	
ŚWIATŁOLECZNICTWO SOLLUX	8,-
LASEROTERAPIA	12,-
ELEKTROTHERAPIA	
ULTRADŹWIĘKI	
MAGNETOTERAPIA	
KRIOTERAPIA MIEJSCOWA	
FONOFORZA	20,-
ELEKTROSTYMULACJA	

MASAŻ 30 minut	
LECZNICZY	50,-
ANTYCELULITOWY	50,-
LIMFATYCZNY - BOA	50,-
LIMFATYCZNY - RĘCZNY	55,-
POWIĘZIOWY	60,-

KINEZYTERAPIA 30 minut	
ĆWICZENIA INDYWIDUALNE	50,-
TERAPIA MANUALNA	60,-
DZIECI - KOREKCJA WAD POSTAWY	60,-



Leczymy :

- ✦ bóle i zapalenia stawów
- ✦ ostrogi piętowe
- ✦ stany po operacjach i urazach
- ✦ obrzęki limfatyczne
- ✦ stany po udarach i porażeniach
- ✦ dyskopatie
- ✦ napięcie i przykurcze mięśni

**Nie masz skierowania?
Nie wiesz jaki zabieg wybrać?**

Konsultacja Fizjoterapeuty z terapią wstępną - w cenie 40,- za 30 min.

W PAKIECIE – TANIEJ !

FIZYKOTERAPIA 10 zabiegów	110,-
FIZYKOTERAPIA 20 zabiegów	200,-
MASAŻ LECZNICZY / ĆWICZENIA IND. 10 zabiegów	420,-
TERAPIA MANUALNA / KOREKCJA WAD POSTAWY 10 zab.	500,-

☎ **22 370 20 63 / 609 042 009**

Szczegóły: www.rehabilitacja-kobielska.pl

WIGILIJNA POMOC SĄSIEDZKA!



23 listopada br. po raz czwarty startuje Wigilijna Pomoc Sąsiedzka. To akcja, w której może wziąć udział każdy, kto chce wesprzeć dzieci z domów dziecka i osoby potrzebujące wsparcia, szczególnie teraz, przed Bożym Narodzeniem.

Jak pomóc? Wystarczy w wyznaczonych sklepach, w trakcie zaplanowanych zbiórek (do 2 grudnia), kupić choćby jeden produkt i włożyć go do oznakowanych koszy. Szczegółowa lista miejsc zbiórek i potrzebnych produktów na Facebooku: Wigilijna Pomoc Sąsiedzka. ab

POŻAR PRZY KOBIELSKIEJ

13 listopada br. wybuchł pożar w budynku przy Kobielskiej 88/92. To stara kamienica po rewitalizacji w 2009 r.



Do pożaru doszło ok. godz. 23 w mieszkaniu na II piętrze. Zdaniem strażaków przyczyną było rozszczelnienie butli gazowej. Na miejscu pojawiło się pięć jednostek straży pożarnej i kilka karet pogotowia.

Przybyli również: zastępca burmistrza Michał Wieremiejczyk, inspektor nadzoru budowlanego, straż miejska, policja, urzędnicy odpowiedzialni w dzielnicy za zarządzanie kryzysowe, pracownicy Zakładu Gospodarowania Nieruchomościami i Ośrodka Pomocy Społecznej dla dzielnicy Praga-Połu-

dnie oraz firma sprzątająca ulice (posprzątały potłuczone szkło z chodników i ulicy).

Pożar się rozprzestrzenił, dlatego niezbędna była ewakuacja mieszkańców. W sumie pomocy udzielono 32 osobom. Niektórzy zostali pokaleczeni szkłem, podtruci dymem. Część trafiła do szpitala na Szaserów, część na Grenadierów. Najciężej poszkodowana mieszkanka spalonego mieszkania wciąż przebywa w szpitalu.

Co dalej? Na miejscu pracowała komisja ZGN. Inspektorzy nadzoru budowlanego, sanitarnego i elektrycznego ocenili stan budynku. Wstępnie nie stwierdzono naruszenia konstrukcji budynku. Lokal spalony przeznaczony jest do generalnego remontu, zalane poniżej również muszą zostać odnowione.

Podsumowując – trzy mieszkania nie nadają się w tej chwili do zamieszkania. KaSa

SPEED KONTRA NIELEGALNE WYŚCIGI

Kilkadziesiąt samochodów z różnych miejsc Mazowsza raz w tygodniu zjeżdża się na parking Auchan przy Modlińskiej. WNR (Warsaw Night Racing) to regularne spotkania amatorów szybkiej jazdy, którzy z terenu parkingu wyruszają na ulice miasta.



To jedno z miejsc, o których wiedzą wszyscy, a sposobów na ukrócenie tych niebezpiecznych zabaw wciąż nie ma. Policja często przyjeżdża, ale jedyne, co może zrobić, to sprawdzić dokumenty i stan techniczny aut. Wyeliminować te, które na drogi wyjeżdżać nie powinny...

Po śmiertelnym wypadku w Jeleniej Górze, w którym zginęły dwie osoby potrącone na przejściu dla pieszych właśnie podczas nocnego „wyścigu”, stołeczna policja zamie-

rza rozprawić się z amatorami szybkiej jazdy.

Do tej pory tak naprawdę niewiele udało się zrobić. Przeprowadzono rutynowe kontrole prędkości, stanu technicznego pojazdów, badania kierowców na zawartość alkoholu i środków działających podobnie do alkoholu.

– Mając na względzie ciągłą potrzebę podnoszenia stanu bezpieczeństwa na drogach (...), Komendant Stołeczny Policji powołał zespół pod

nazwą „SPEED” – informuje Komenda Stołeczna Policji. Rzecznik prasowy, mł. asp. Antoni Rzeczkowski wyjaśnia też, że w skład tego zespołu wchodzi m.in. policjanci Wydziału Ruchu Drogowego Komendy Stołecznej Policji, policjanci Wydziału Kryminalnego KSP i Wydziału do walki z Cyberprzestępczością KSP.

KS

WSZYSTKIE ŚMIECI NASZE SĄ...

Czy dla mieszkańców zrozumiał jest temat segregowania odpadów. Okazuje się, że nie...

Oto fragment listu: „Mieszkam na ul. Grochowskiej (przy ul. Wiatracznej) w budynku, który ma ponad 100 lokatorów. Niemal codziennie przyjeżdża tu śmieciarka i rozpoczyna najpierw „polykanie” zwykłych śmieci (tzw. odpadki), potem plastiki i papiery, potem szkła i na koniec gabaryty – wersalki, stoły, kredensy itp. Budujące jest to, że nie „polyka” pralki i kuchenek – zostają w śmietniku. Nie przypuszczałem, że wersalki dadzą się zmielić (wraz ze sprężynami) w tym pojeździe, a jednak... pomyliłem się” – czytelnik zastanawia się,

czy jeśli wszystkie śmieci pakowane są do jednego samochodu, to „zabawa” w segregowanie ma sens...

Poprosiliśmy Lekaro – ta firma jest odpowiedzialna na wywóz śmieci na Pradze Południe – o wyjaśnienie poruszanych kwestii przez mieszkańca. Niestety, przez miesiąc, mimo kilku próśb, nasze maile pozostały bez odpowiedzi.

To jednak problemy dnia dzisiejszego. Od nowego roku będzie jeszcze trudniej. Śmieci będziemy segregować na aż pięć kategorii: papier (pojemnik niebieski), tworzywa sztuczne (żółty), szkło (zielony), odpady biodegradowalne (brązowy) oraz odpady niesegregowane (pojemnik czarny). Tyle na razie wiadomo, ale nikt nie wie, ile zapłacimy za



odbiór odpadów po nowym roku (kwota będzie tak jak teraz zależna od liczby domowników, a nie ilości odpadów). Prawdopodobnie czekają nas podwyżki.

Patrząc na inne miasta, w których cena wzrośnie nawet o 100 proc. (!) trzeba mieć nadzieję, że w Warszawie tak drastycznej podwyżki nie będzie.

A my mamy nadzieję, że to co segregujemy nie będzie trafiać do jednego „wora”!...

Nina Miętus

REKLAMA

REKLAMA



PRAWO I SPRAWIEDLIWOŚĆ

dziękuje za każdy głos oddany na naszych kandydatów do Rady Dzielnicy Praga Południe

Z naszych list zostały wybrane następujące osoby na Radnych:

Mirostawa Terlecka, Romualda Wąsik, Ewa Szydłowska, Marek Borkowski, Sławomir Kalinowski, Wiesław Janusz Lewandowski, Paweł Szabłowski, Damian Paczkowski, Krzysztof Wysocki, Paweł Zalewski.

Radni dziękując za okazane zaufanie deklarują, że podobnie jak w poprzedniej kadencji będą działać zawsze w interesie Mieszkańców naszej Dzielnicy.

Dziękuję za oddane na mnie głosy.

Czuję się zaszczycony, że uzyskałem drugi wynik (2306 głosów) na Grochowie Północnym.

Dzięki temu będę mógł pełnić piątą kadencję funkcję Radnego Dzielnicy Praga Południe. Zapewniam Państwa, że zawsze możecie na mnie liczyć.

Sławomir Piotr Kalinowski



„Człowiek tyle jest wart, ile może pomóc innym”
prof. Julian Aleksandrowicz

Dziękuję bardzo za okazane zaufanie.

Dzięki Państwa życzliwości

zdołałam 11,4% głosów

Mieszkańców Saskiej Kępy,

co było drugim wynikiem na naszym osiedlu.

Będę służyć Państwu już piątą kadencję

jako Radna Dzielnicy

Praga Południe.

Mirostawa Terlecka

„JEDEN ZA WSZYSTKICH...”

Rozmowa z Markiem Poznańskim, trenerem szermierki, byłym szkoleniowcem kadry narodowej florecistów, współtwórcą i prezesem stołecznego Polskiego Klubu Szermierczego, tegorocznym laureatem Nagrody m.st. Warszawy



– Panie Marku, urodził się Pan w Rembertowie, mieszka w wawerskiej Radości, a młodzież i dzieci trenuje na Pradze Południe – związał Pan życie z prawobrzeżną Warszawą?

– Miałem krótki epizod z mieszkaniem po lewej stronie Wisły, ale tu jest najlepiej, najfajniej i tak jakoś swojsko. Zdecydowanie wolę tę część miasta, o której ja zawsze będę myślał, że jak kiedyś, jest jedną wielką Pragę.

– Szermierką zainteresował się Pan już jako nastolatek – jak do tego doszło?

– Miałem około trzynastu lat. Kolega wypatrył, że Legia robi nabór do sekcji szermierki i się zgłosiłem. Kolega potem zrezygnował, a ja zostałem.

– Mogę w ciemno strzelać, że impulsem do podjęcia nauki fechtunku były książki i filmy – Sienkiewicz, Dumas...? Przecież każdy młody chłopak chciał być d'Artagnan'em lub Wolodyjowskim...

– Oczywiście, przede wszystkim Trylogia i „Trzej muszkietierowie”. To były książki, które polykałem, przezywałem i pod ich wpływem chciałem iść na szermierkę. Zresztą pierwsze potyczki szermiercze miałem już na obozie

harcerskim w Bieszczadach. To był obóz organizowany przez Akademię Obrony Narodowej i mieliśmy karabinki z bagnietami, ochraniacze, maski i toczyliśmy walki na bagnety.

– Malo kto dziś wie, że to była normalna konkurencja sportowa...

– Tak, były w walce na bagnety rozgrywane zawody krajowe i międzynarodowe. Ta militarna dyscyplina zanikła jakieś 60-70 lat temu. Były używane w niej specjalne karabinki z krótką lufą i mechanizmem sprężynowym. Bagnet oczywiście był zabezpieczony gumową kulą. Mam w klubie takie dwa karabinki – udało mi się jakiś czas temu kupić je na targu staroci na Kole.

– Z Legią związał się Pan na długie lata...

– To prawda. Trenowałem dużo i sumiennie i już byłem dobrym zawodnikiem – walczyłem w pierwszej drużynie fioletowej Legii, a to była ścisła czołówka krajowa. Ale potem przyszły zawirowania okresu dojrzewania, bunt młodzieńczy i wziąłem rozbrat z szermierką. Wróciłem na Legię po maturze. Uciekły mi dwa lata treningów i stwierdziłem, że już tego nie nadrobię. Wtedy postanowiłem, że będę trenerem. Zosta-

łem w klubie instruktorem, a jednocześnie studiowałem na AWF-ie.

– Trzeba zaznaczyć, że trenował Pan z dużymi sukcesami. Weźmy choćby nieżyjącego już Bogusława Zycha, który był Pana wychowankiem, czy Piotra Kiełpikowskiego, który teraz jest trenerem w PKSzerm...

– No tak, obydwaj zostali drużynowymi Mistrzami Świata. Boguś zdobył też brązowy medal Igrzysk Olimpijskich, zaś Piotrek drużynowo we florecie olimpijskie srebro i brąz. O innych ich medalach, tytułach i sukcesach nie wspomnę...

– Z Legią rozstał się Pan w 1989 r., po Igrzyskach Olimpijskich w Seulu...

– Tak, w Seulu nie zdobyliśmy żadnego medalu, ale to była konsekwencja tego, że nie wystartowaliśmy wcześniej w Los Angeles, gdzie mieliśmy szansę osiągnąć naprawdę wiele. W roku olimpijskim praktycznie wygraliśmy wszelkie turnieje – indywidualnie i drużynowo. I pamiętam jak dziś ten moment, gdy byliśmy na obozie w Niemczech i nagle otoczyła nas gromada dziennikarzy, którzy prosili o komentarz w sprawie decyzji, która

właśnie zapadła – chodziło o to, że nie jedziemy na Igrzyska Olimpijskie do Los Angeles...

– Przypomnijmy, że to była decyzja polityczna – ZSRR i część krajów naszego bloku zbojkotowało igrzyska w Stanach. Jak tę krzywdzącą decyzję przyjęliście i dlaczego miała ona wpływ na wyniki w Seulu?

– To było zaskoczenie, szok i tragedia... Przecież byliśmy najlepsi! I być może cztery lata później było tak, że trochę chciałem dać rekompensatę tym zawodnikom, którzy nie pojechali na igrzyska w 1984 r. i wziąłem ich do Seulu. A trzeba było jednak dokonać zmian w kadrcze, „wpuścić” młodszymi...

– Starali się Pana pozyskać inne kraje. Przez lata chodzili za Panem Włosi i mimo że ich zawodnicy stanowili czołówkę światową, to odmówił Pan trenowania kadry Italii. Niemniej po zakończeniu pracy w Legii wyjechał Pan do Egiptu...

– Przez dwa lata szkoliłem dzieci i dorosłych zawodników w Kairze i Aleksandrii. Piękna przygoda, ciekawe doświadczenie, ale nie dawało mi to satysfakcji. Problemem była

jednak inna kultura i bariera językowa.

– Po powrocie do ojczyzny założył Pan w Warszawie Polski Klub Szermierczy – jak do tego doszło?

– (Śmiech) Takim przyczynkiem był pokaz „czterech dinozaurów”, który zrobiliśmy na Pikniku Olimpijskim na Agrykoli. Wystąpili tam nietrenujący szermierki – Ryszard Mikliński (polityk, wiceprezydent Warszawy), Tomasz Tomaszewski (aktor, komentator tenisa, syn słynnego Bohdana), Krzysztof Czeszejko-Sochacki (prawnik) oraz jedyny szermierz – Marian Sypniewski, mistrz świata i dwukrotny medalista olimpijski we florecie. Pokaz dinozaurów cieszył się tak dużym zainteresowaniem, że trochę jak w „Ziemi obiecanej” stwierdziliśmy: ja nie mam nic, ty nie masz nic, więc razem mamy tyle, aby założyć klub szermierczy...

– I 15 lat temu powstał klub, w którym z sukcesami trenujecie dzieci i młodzież...

– W kategorii dzieci, to w zasadzie zdominowaliśmy Polskę. Oj, szermierze i działacze innych klubów nie są zadowoleni, gdy widzą nas na zawodach... (Śmiech). Zaś na poziomie kadetów stanowimy ścisłą czołówkę krajową. Na niedawnym Turnieju Niepodległości mieliśmy trzech zawodników w finale! Teraz chcemy

zaatakować kategorię juniorów i myślę, że już w przyszłym roku będziemy się w niej bardzo mocno liczyć.

– W obecnej siedzibie, przy Zespole Szkół w al. Stanów Zjednoczonych 24, macie znakomite warunki do szkolenia. Jak wygląda dzień dzisiejszy PKSzerm?

– Tak, warunki mamy świetne i dzięki władzom samorządowym mamy też profesjonalnie wyposażoną halę. W klubie trenuje ponad 70 zawodników w wieku od 6 do 20 lat. Zarówno chłopców, jak i dziewcząt. Organizujemy też cykl zajęć „Dorosły aktywny”.

– Ostatni organizowany przez Was turniej był na 100-lecie odzyskania Niepodległości – szermierka mogłaby być taką narodową dyscypliną, która wyrasta z tradycji polskiego oręża. Próbuje Pan wskrzesić tę ideę...

– No tak, bo też nie kształtuje tak mocno patriotyzmu jak historia. „Mieszkaniec” jest z nami od pierwszej edycji turnieju, „Wspólnie przywróćmy blask Polskiej Szermierki” i powiem Panu, że w tym roku, jak widziałem na Torwarze, jak kilkuset młodych szermierzy śpiewa hymn narodowy i niektórym kręci się łza w oku, to czułem, że uczymy tych młodych ludzi nie tylko patriotyzmu, ale także aspiracji do tego, abyśmy byli najlepsi na świecie...

Rozmawiał Adam Rosiński

DLA NIEPODLEGŁEJ

Na warszawskim Torwarze odbył się turniej „Wspólnie przywróćmy blask Polskiej Szermierki”.

W dwudniowej rywalizacji (10-11 listopada) wzięło udział ponad trzystu zawodników z Polski, Litwy, Białorusi, Szwecji i Wenezueli. Głównym organizatorem turnieju był stołeczny Polski Klub Szermierczy. Chłopięce drużyny PKSzerm w szpadzie zdobyły pierwsze miejsce w kadetach oraz drugie w kategorii dzieci. W rywalizacji indywidualnej w szpadzie chłopców w pierwszej szóstce znalazło się aż czterech zawodników PKSzerm: zwyciężył Marcin Siwek, trzecie miejsce zajął Aleksander Ziajowski, za którym uplasowali się Tadeusz Wąsik i Filip Krochmalski. W szpadzie kadetów wygrał Janek Socha, trzeci był Antoni Socha, a piąty Jakub Cieślak. Świetnie spisały się także szpadzistki PKSzerm – ósme miejsce w szpadzie dzieci zajął Kalina Lipow, a Cecylia Cieślak zwyciężyła w drużynie mieszanej kadetów w szpadzie dziewcząt.



Patronat Medialny
MIESZKANIEC

REKLAMA

centrum szembeka

ul. Zamieniecka 80

Szyciokawiarńia

DRESÓWKA.PL
WARSZAWA

CORE FITNESS
NAJNOWOCZEŚNIEJSZY KLUB FITNESS

147 Break
SNOOKER & BILLIARD

Największy klub bilardowy
(22) 400 30 22
www.147break.waw.pl

Zajęcia sportowe dla dzieci, młodzieży i dorosłych!
UKS NIEDŹWIADEK
CH SZEMBEKA
Zamieniecka 80 lok 145/201
1 piętro

Polub Nas na facebook

Hala Spożywcza - Delikatesy włoskie, azjatyckie

GROŹNE CHODNIKI NA WIATRAKU

Słupki z ul. Męcińskiej gościły już na łamach „Mieszkańca”. Ostrzegaliśmy, że ich zainstalowanie jest niebezpieczne, ale nikt nie przypuszczał wtedy, jak bardzo mogą być groźne...

Przy straganach i pawilonach handlowych na ul. Męcińskiej chodnik jest bardzo wąski. Prawie rok temu ustawiono na nim kilkadziesiąt słupków, które przechodniom i klientom bazarów bardzo ograniczają możliwość korzystania z chodnika. Słupki ustawiono legalnie. Jak tłumaczył nam ówczesny rzecznik południowoprańskiego Ratusza, Jerzy Gierszewski, „takie usytuowanie słupków wynika z zaleceń, które otrzymał Dantex zgodnie z organizacją ruchu w tamtym rejonie”. Przypomnijmy, że Dantex budował Galerię Rondo Wiatraczna.

Przewidywaliśmy, że słupki będą stanowiły zagrożenie dla niewidomych i niedowidzących, a także prowokowały do tego, aby mieszkańcy chodzili ulicą zamiast chodnikiem. Pierwszy poważny wypadek był tylko kwestią czasu.

Ale życie czasami pisze swoje scenariusze i okazuje się, że jest jeszcze gorzej, gdy... słupków nie ma, a są jedynie po nich pozostałości. Otóż część słupków została bardzo niedbale wycięta. Z chodników wystają teraz żelazne kilkucentymetrowe kikuty po słupkach, które uniemożliwiają wjazd na chodnik wzdłuż dwóch pierzei Galerii Rondo Wiatraczna.

– Panie, o te kikuty, to każdego dnia potyka się kilka, kilkanaście osób... – mówi nam jedna z handlarek targowiska przy Męcińskiej.

W listopadzie potknęła się też Anna, mieszkanka Grochowa, która tak wydarzenie



relacjonuje naszej redakcji: – *Runęłam na chodnik, rozbiłam sobie twarz i zламаłam nos...* Zakrwawioną kobietą zajęli się przechodnie, kupcy, a także ochroniarze z pobliskich sklepów. Pani Ania trafiła do szpitala. – *Pozakładali mi szwy, nastawili nos, ale jestem bardzo obolała. Bardzo dziękuję wszystkim, którzy się mną zaopiekowali po tym tragicznym upadku* – mówiła „Mieszkańcowi” dzień po zdarzeniu i pokazywała niebezpieczne miejsca przy Męcińskiej,



Igańskiej i Stockiej. Poszkodowana mieszkanka zapowiada, że będzie starała się o odszkodowanie.

– *Zadośćuczynienia i odszkodowania za szkodę poniesioną w związku ze zdarzeniem spowodowanym złym stanem nawierzchni drogi, w tym chodnika, można żądać od zarządcy drogi lub bezpośrednio od ubezpieczyciela, u którego*

zarządca ma wykupioną polisę – wyjaśnia adwokat Wojciech Lipka.

Niemniej, z wypowiedzi mecenasu wynika, że jeśli słupki zostały usunięte nie przez zarządcę, ale przez osoby trzecie, to może skomplikować sprawę. Chodzi o to, że zarządca, który standardowo dba o chodnik, musi mieć czas na zlikwidowanie zagrożenia (czyt. kikutów po słupkach).

Zaraz po opisywanym wydarzeniu skontaktowaliśmy się z Urzędem Dzielnicy Praga-Południe, w którego zarządzie jest ul. Męcińska. Okazuje się, że słupki nie zostały wycięte na polecenie Ratusza.

– *Nie wiem, kto zdewastował słupki. Przygotuję zawiadomienie o popełnieniu przestępstwa polegającego na dewastacji. Myślę, że bez trudu winni zostaną odnalezieni, ponieważ łatwo ustalić komu to służy* –

deklaruje Andrzej Wójcik, naczelnik dzielnicowego wydziału infrastruktury. Przed wydaniem „Mieszkańca” ponownie kontaktujemy się z urzędem. – *Zawiadomienie zostało złożone* – mówi rzecznik Andrzej Opala. – *Teraz czekamy na działanie policji.*

rosa

ŚWIĘTE KROWY NA BIAŁOSTOCKIEJ?



Patrząc na to zdjęcie nie ma wątpliwości – kierowcy bywają kompletnie bezmyślni. Dla swojej wygody zostawiają samochody „gdzie popadnie” nie zastanawiając się, jak bardzo utrudniają życie innym.

Ofiarą takiego „mistrza parkowania” padła pani na wózku inwalidzkim. Nie spodziewała się, że droga do domu okaże się prawdziwym torem przeszkód. Niestety, jak opowiadają mieszkańcy, na ul. Białostockiej, bo o niej mowa, takich „kwiatków” jest bardzo dużo.

Potwierdzają to liczby. Od początku roku (do 22 października) straż miejska otrzymała 742 zgłoszenia dotyczące nieprawidłowości w ruchu drogowym na ul. Białostockiej.

– *W tym samym okresie strażnicy miejscy podjęli tu 1542 interwencje związane ze wspomnianymi nieprawidłowościami. W ich wyniku 91 kierowców ukarano mandataми karnymi, 87 pouczone, na koszt właścicieli usunięto 51 pojazdów, skierowano 5 wniosków o ukaranie do sądów. Wszczęto również 590 czynności zmierzających do ukarania kierowców pod ich nieobecność* – informuje Wydział Prasowy Straży Miejskiej.

KS

REKLAMA

Projekt współfinansuje m.st. Warszawa

Zapraszamy do korzystania z działań skierowanych do dzieci i młodzieży w wieku 6-18 lat oraz ich rodzin w ramach Lokalnego Systemu Wsparcia w Dzielnicy Praga-Południe

nie z lekaj zapisz się już dziś!

PARTNERSTWO DLA DZIECI Praga-Południe 3.0

Stowarzyszenie „Wspólne Podwórko”

Specjalistyczne wsparcie dzieci, młodzieży i rodzin poprzez konsultacje psychologów, pedagogów, zajęcia socjoterapeutyczne, reedukacyjne, logopedyczne, terapii ręki, warsztaty umiejętności wychowawczych, warsztaty umiejętności społecznych, prawnych oraz profilaktycznych, jak również zajęcia metodą EMDR oraz mnemotechnik.

792 222 626

stowarzyszenie@wspolnepodworko.org.pl

Towarzystwo Przyjaciół Dzieci Praga Południe

W celu zagospodarowania czasu wolnego dzieci i młodzieży realizowane są zajęcia muzyczne, plastyczne, teatralne, wokalne, fotograficzne, kulinarne, cyrkowe, sportowe, warsztaty z robotyki warsztaty z edukacji finansowej, kurs języka angielskiego oraz innowacyjne warsztaty z chemii, biologii i fizyki.

500 700 620, s.nowak@tpdpraga.org

Stowarzyszenie Centrum Wspierania Aktywności Lokalnej CAL

W ramach współpracy ze społecznością lokalną realizowane są działania streetworkerskie, działania animacyjne, Akademia Projektów Społecznych, Podwórka tematyczne, Mini-Mini Granty, Młodzieżowa Lokalna Szkoła Reportażu oraz Asysta rodzinna.

797 295 116, biuro@cal.org.pl

Towarzystwo Rozwijania Aktywności Dzieci „Szansa” – Warszawa – Ochota
W oparciu o ścisłą współpracę ze szkołami oraz instytucjami realizowane są działania z zakresu mediacji, przyjaznej szkoły, wolontariatu oraz seminariów dla profesjonalistów. Przez cały rok szkolny realizowana jest pomoc w nauce, przerwy animacyjne oraz kurs przygotowujący do egzaminu ósmoklasisty.

507 191 134, szansa@02.pl

WSZYSTKIE DZIAŁANIA SĄ BEZPŁATNE

Oferta obowiązuje do 31.12.2020



IDEALNE MIEJSCE NA TWOJE PRZYJĘCIE?

SPRAWDŹ OFERTĘ OKOLICZNOŚCIOWĄ RESTAURACJI NOVA W HOTELU FELIX!

■ IMIENINY ■ ROCZNICE ■ CHRZCINY
■ URODZINY ■ KONSOLACJE ■ WESELA

I WSZYSTKIE INNE UROCZYSTOŚCI RODZINNE!

Hotel Felix ul. Omulewska 24, 04-128 Warszawa | www.bwfelix.pl

Michał Kurek | Specjalista ds. Organizacji Imprez

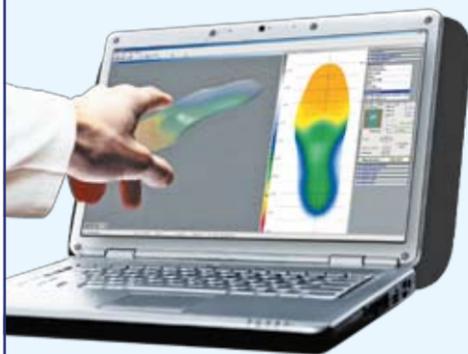
+48 22 210 77 52 | +48 696 478 698 | m.kurek@bwfelix.pl

TRADYCJA I NOWOCZESNOŚĆ

– CZYLI WARSZAWSKIE ZAKŁADY ORTOPEDYCZNE IM. WACŁAWA OMIOTKA

Jak to wszystko się zaczęło?

Rok 1935, przedwojenna Warszawa – Grochów. Szewc Wacław Omiotek zakłada firmę produkującą obuwie sportowe. W tamtych czasach był to pomysł równie szalony, co nowatorski. Nowoczesne materiały sprowadzane z Europy Zachodniej sprawiały, że buty opuszczające zakład mistrza Omiotka były wyjątkowo elastyczne i wygodne, doskonale spełniały swoją funkcję jako obuwie sportowe. Następnie firma zaczęła produkować obuwie ortopedyczne, które dla wielu klientów było zbawieniem, gdyż umożliwiało im ono normalne funkcjonowanie



i codzienne aktywności stały się dużo łatwiejsze. Firma rozwijała się, zatrudniała kolejnych pracowników, kształciła czeladników w zawodach takich, jak szewc, cholewkarz czy obuwnik. Niestety, wybuch wojny znacznie spowolnił działalność firmy, a wraz z jej trwaniem Praga była coraz bardziej odseparowana od lewobrzeżnej Warszawy. W pewnym momencie, działalność firmy trzeba było zawiesić.

W 1942 roku na świat przychodzi aktualny prezes firmy p. Jerzy Wacław Omiotek. Prawdopodobnie najbardziej doświadczony technik ortopedyczny w Polsce, Starszy Cechu Rzemiosł Skórzanych im. Jana Kilińskiego, kilkunastokrotnie uhonorowany najwyższymi państwowymi odznaczeniami za działalność na rzecz rzemiosła polskiego i pomoc osobom z niepełnosprawnością. Do dziś kontynuuje dzieło zapoczątkowane przez swojego ojca i wie, że ta działalność będzie kontynuowana, bo ma swojego następcę – wnuka Krzysztofa.

Protezy elektryczne, komputerowe badanie stóp, drewniane kopyta i gwoździe...

Dzisiaj Zakłady Ortopedyczne im. Wacława Omiotka to prężnie funkcjonująca firma. Produkuje indywidualny sprzęt ortopedyczny najwyższej jakości. Czerpie pełnymi garściami z najnowszych nowinek, współpracuje z zachodnimi ośrodkami i szpitalami. Cały wykonywany sprzęt, począwszy od wkładek ortopedycznych przez gorsety, a skończywszy na protezach kończyn dolnych, to produkty indywidualne, wykonane z należytym im pietyzmem, dokładnością i szczególną uwagą zwróconą na potrzeby pacjenta. Firma ma podpisaną umowę z Narodowym Funduszem Zdrowia (NFZ), współpracuje z fundacjami, ciągle edukuje pracowników na Zachodzie, wykorzystuje najnowsze światowe technologie i używa najwyższej jakości materiałów krajowych i zagranicznych. Technologie, o których nawet nie śniło się założycielowi – to codzienność.

Jednak nikt w firmie nie zapomina o tradycji, która niewątpliwie zobowiązuje. Doświadczenie przekazywane z pokolenia na pokolenie najlepiej widoczne jest przy produkcji indywidualnego obuwia ortopedycznego. Tutaj niewiele się zmieniło – dalej centymetr, drewniane kopyta, nóż czy zwykły młotek to podstawowe narzędzia, a wprawne oko, fachowa ręka i kilka tysięcy wykonanych butów na koncie to gwarancja jakości i wygody.

Wkładki ortopedyczne mogą być doskonałe?

Statystyki mówią, że 70% – 80% Polaków boryka się z jakąś dysfunkcją stóp. Problem jest na tyle poważny, że dotyka czasem nawet dzieci w wieku przedszkolnym czy też wczesnoszkolnym. Biorąc pod uwagę fakt, iż stopy składają się z 26 kości, są fundamentem naszego ciała, wykonują kilka tysięcy ruchów dziennie, podpierają ciężar ciała i muszą wystarczyć na całe życie – warto o nie zadbać. Co do tego nie ma najmniejszych wątpliwości! Dlatego też, wychodząc naprzeciw oczekiwaniom pacjentów, jeden z najnowocześniejszych systemów do produkcji indywidualnych wkładek ortopedycznych znajduje się w zakładzie przy Kajki 28 i jest dostępny dla wszystkich pacjentów.

Technologia CAD/CAM to doskonała metoda produkcji i pomiaru. Cały proces oparty jest o komputerowe badanie stóp i diagnozę dyplomowanego fizjoterapeuty. Wykonywane są trzy różne pomiary, na podstawie których komputerowo projektowane są wkładki w systemie



CAD (Computer Assisted Designing – projektowanie wspomagane komputerowo) – w pełni trójwymiarowe, dopasowane do potrzeb i funkcji pacjenta.

Taki projekt trafia do maszyny, która z wysoką precyzją i dokładnością odwzoruje go w jednym z kilkudziesięciu dostępnych materiałów. Możemy wybierać spośród materiałów miękkich, twardych, wielowarstwowych i jednolitych. Taki półprodukt trzeba już tylko wykończyć, czyli pokryć specjalnym materiałem i dopasować wkładki do obuwia. Efekt powinien być natychmiastowy – pojawia się uczucie lekkości i odciążenia, wyższa stabilność, ale przede wszystkim zapobiega się pogłębianiu wad stóp i postawy. Dzięki wkładkom wiele osób zaczęło normalnie funkcjonować, a ich uczestnictwo w aktywnościach życia codziennego znacznie się poprawiło.

Aby umówić wizytę, niezbędny jest o kontakt pod jeden z numerów telefonu: 22-812-09-24, 22-812-15-15 www.zow-warszawa.com.pl ul. Michała Kajki 28, Warszawa-Anin



**Zakłady Ortopedyczne
im. Wacława Omiotka**
ul. Kajki 28 | 04-634 Warszawa Anin

Tel. 22 812 09 24, 22 812 15 15
Tel./fax: 22 619 94 25

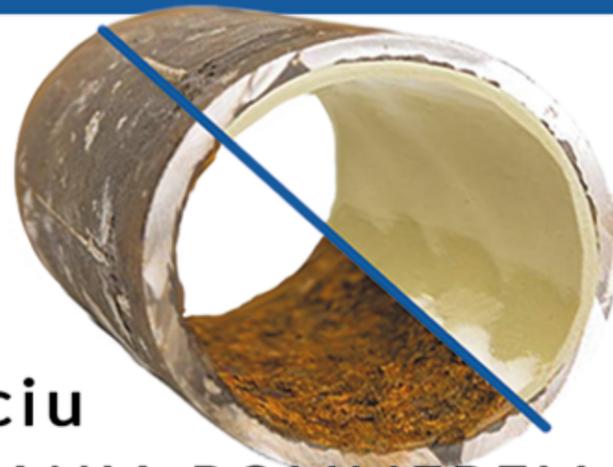
Godziny otwarcia: pn-pt 8:00-16:00
www.zow-warszawa.com.pl

BEZINWAZYJNA NAPRAWA I RENOWACJA RUR KANALIZACYJNYCH I ODPŁYWOWYCH

koniec z problemem wymiany rur i pionów kanalizacyjnych

koniec z kuciem ścian i remontami

Renowacja kanalizacji przy użyciu NAJNOWSZEJ METODY NATRYSKIWANIA POLIMEREM



WEWNĄTRZ STAREJ RURY TWORZYMY NOWĄ ZA POMOCĄ NATRYSKIWANEGO POLIMERU

NIEZALEŻNIE OD STANU ZUŻYCIA RURY

BEZ REMONTÓW
BEZ KUCIA
BEZ PYŁU

CZYSTO:
PRACE PROWADZONE
WEWNĄTRZ RURY

BŁYSKAWICZNA
REALIZACJA
1 PION - 8 godz.*

* - SZACOWANY CZAS

HYDRO AXO
25 LAT TRWAŁOŚCI

EKOLOGICZNY SKANDYNAWSKI CERTYFIKAT VTT

www.hydroaxo.pl
email: biuro@hydroaxo.pl

tel. 537 195 195
607 147 001

 **invest s.a.**

Już wkrótce
NOWE INWESTYCJE!

GOCŁAW
TWOJE NOWE MIEJSCE DO ŻYCIA!

Biuro sprzedaży:

ul. Bora Komorowskiego 35 lok. 218, Warszawa

22 671 95 28 • **www.edinvest.pl**

ZAPYTAJ
O KORZYSTNE



neopunkt

www.facebook.com/specagd



SZEROKA OFERTA PRODUKTÓW **RTV AGD IT GSM MULTIMEDIA** W REWELACYJNIE NISKICH CENACH
DOSTĘPNA W SKLEPIE W **WARSZAWIE FALENICY PRZY UL. BYSTRZYCKIEJ 55** ORAZ NA www.neopunkt.pl

ZAPRASZAMY OD 21 LISTOPADA DO 4 GRUDNIA 2018

TELEWIZOR **SAMSUNG**
UE50NU7092



50"

4K ULTRA HD

SMART TV · HDR

SAMSUNG

1999,-

CONTRAST ENHANCER	AUTO MOTION PLUS	PUR COLOR	SMART TV TIZEN
UHD DIMMING	HDR 10+	1300 PQI	x2 HDMI

A KLASA ENERG.

SMARTFON
HUAWEI
P20 LITE



POWERBANK
za **1 zł**
Surowy i Sprasowany

5,8"
FULL HD+

DUAL SIM

- 8-RDZENIOWY PROCESOR
- PRZÓD 16 MPiX
TYŁ 16+2 MPiX
- ANDROID 8.0 OREO

4 GB RAM

64 GB pamięci

Czytnik linii papilarnych

NFC - płać smartfonem

Funkcja rozpoznawania twarzy

1249,-
cenę za 1 sztukę

PREZENTUJEMY SETKI HITÓW CENOWYCH

PRALKA BEKO
SWRE 6512BWW2



SYSTEM AUTOMATYCZNEJ KONTROLI
ZUŻYCIA WODY

PROGRAM KRÓTKI 14 min

BLOKADA PRZED DZIEĆMI

WSAD 6 kg

1000 OBR./min

A+++
KLASA ENERG.

899,-

EKSPRES CIŚNIENIOWY DELONGHI
ETAM 29.660.SB



PODWÓJNY THERMOBLOK

FUNKCJA ZAPAMIĘTYWANIA

WYJMOWANA JEDNOSTKA ZAPARZANIA

2099,-

ODKURZACZ ELECTROLUX
ECE33EB



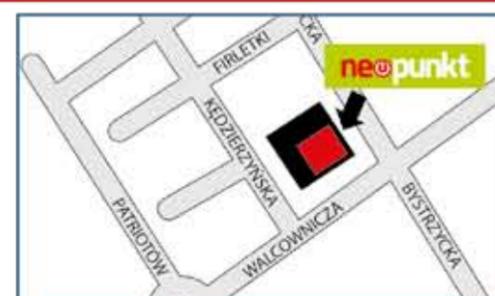
ZASIĘG PRACY 10 m

SZCZOTKA DO PARKIETÓW

A
KLASA ENERG.

299,-

DORA AGD RTV
WARSZAWA FALENICA (C. H. FALA)
UL. BYSTRZYCKA 55, TEL. 22 815 32 84



ALARM DLA WARSZAWY?

Dokończenie ze str. 1

Kilka dni temu syreny zawyły w całym województwie. Trwający trzy minuty modułowy sygnał, który miał ostrzegać przed zagrożeniem z powietrza, wzbudził niepokój wielu mieszkańców, którzy zaczęli zastanawiać się nad tym, co dalej, gdy kolejny alarm okaże się realnym zagrożeniem? Gdzie pójść? Co zrobić, by ratować życie swoje i bliskich? Niestety, okazuje się, że to w zasadzie pytania retoryczne. Odpowiedzi konkretnej na nie ma...

Zapytaliśmy Biuro Bezpieczeństwa i Zarządzania Kryzysowego Miasta o to, co ma zrobić matka z dzieckiem, która w czasie spaceru w parku usłyszy alarm ostrzegający przed np. atakiem lotniczym.

Magdalena Łań z Wydziału Prasowego odesłała nas do poradnika „Bezpieczna Warszawa”. Tam czytamy m.in.: „Kierowcy prowadzący pojazd w chwili ogłoszenia alarmu powinni go zatrzymać w takim miejscu, aby nie blokował ciągów komunikacyjnych. Po ogłoszeniu alarmu należy zastosować się do poleceń i zaleceń przekazywanych w komunikatach. Gdy usłyszysz trzminutowe modulowane wycie syren, nie wolno wpadać w panikę. Włącz radio lub telewizor, które poinformują Cię, przed jakim zagrożeniem ostrzegani są ludzie i co należy w tej sytuacji zrobić. Jeśli wystąpi potrzeba ewakuacji z miejsca zamieszkania, powinno się wyłączyć w domach urządzenia elektryczne i gazowe, zamknąć okna i zabezpieczyć mieszkanie. Udaj się do bez-



pieczonego miejsca, schowaj się za trwałymi osłonami”.

I tu dochodzimy do sedna sprawy: jest potrzeba ewakuacji i mamy udać się do „bezpiecznego miejsca”. Problem w tym, że wciąż nie wiadomo, jakie to „bezpieczne miejsce” i gdzie takowego szukać, bo schronów w Warszawie nie ma.

Mało tego, jak wyjaśnia nam Delegatura BBiZK na Białoleńcu, obecnie w Polsce nie ma jednoznacznych przepisów prawa odnośnie budowy ochronnych.

Uchwała Rady Ministrów z 2014 r. w sprawie przyjęcia Programu Ratownictwa i Ochrony Ludności na lata 2014-2020 zakłada, bardzo ogólnikowe informacje, bez konkretnych dotyczących miejsc bezpiecznych w sytuacji zagrożenia.

– Nowe przepisy powinny uregulować kwestię zapewnienia schronienia dla ludności i zabezpieczenia mienia w sytuacji zagrożenia, w tym zasady wykorzystywania budowli i obiektów oraz pozyskania środków transportu potrzebnych do ewakuacji – czytamy w informacji białoleńskiej delegatury BBiZK.

Klara Bartuszek

„DZIKIE ŚWINIE” NA TARCHOMINIE

Tarchomińskie Dzikie Świnie – nazwa tak intrygująca, że sprawdziliśmy co się za nią kryje.

To grupa pasjonatów gry w darta. Celem tej gry jest trafienie lotkami w tarczę zawieszoną na ścianie. Przez lata wiele się zmieniło, ale dziś określenie „dart” kojarzone jest głównie ze standaryzowaną grą, mającą określoną tarczę i ustalone zasady.

Jak podkreślają członkowie Tarchomińskich Dzikich Świń, to gra mocno indywidualna, ale dla wszystkich. Sprzęt nie jest drogi, dlatego gra przyciąga coraz to nowych zawodników. Nie potrzeba trenerów, każdy może szlifować swoje umiejętności w własnym zakresie.

Drużyna TDŚ powstała jesienią ubiegłego roku, gdy kilku kolegów z tarchomińskich piaskownic postanowiło „sformalizować” swoją pasję, której poświęcali coraz więcej wolnego czasu. Podczas gościnnych występów na turniejach organizowanych przez zaprzyjaźnione kluby darterskie stwierdzili, że chcą zorganizować coś takiego na ukochanej Białoleńcu.

– Do pomysłu na nazwę drużyny zainspirowało nas nasze osiedle (skąd wszyscy pochodzimy) oraz najbardziej popularne dzikie zwierzęta żyjące w okolicy – dziki. Pragniemy spopularyzować dart jako świetną rozrywkę dla każdego bez względu na wiek, płeć oraz wagę czy umiejętności – mówią gracze.



Zaczął się od 6 zawodników, dziś grupa liczy ich 10. Dzięki temu mogą rywalizować z innymi drużynami na terenie całej Warszawy (bliskie są też plany zawodów ogólnopolskich). Liga ruszyła i trwa. Co miesiąc organizowany jest jeden turniej. Zwycięzca ligi nastąpi w czerwcu przyszłego roku.

Na turniej Tarchomińskich Dzikich Świń zgłosić się może każdy, niezależnie od tego, czy wcześniej brał udział w rozgrywkach. Michał Ziembowicz wspomina o marzeniu TDŚ: – Chcielibyśmy znaleźć lokal. Miejsce, które będzie przeznaczone w głównej mierze do darta. Takie, w którym maszyny nie będą jedynie dodatkiem do istniejącego baru, ale jego główną atrakcją. **KS**

DUŻO DZWONÓW NA S8

Z przerażeniem obserwujemy to, co się dzieje na najbardziej obleganej przez kierowców trasie w Warszawie – S8. Niemal codziennie dochodzi tu do kolizji i wypadków. Dlaczego tak się dzieje?

Na pewno wpływ na to ma liczba samochodów. Według pomiarów prowadzonych przez Zarząd Dróg Miejskich, most Grota-Roweckiego jest najbardziej uczęszczaną przeprawą w mieście. W 2017 roku urzędzenia pomiarowe odnotowały niemal 62 mln pojazdów (w tym samym czasie na moście

Łazienkowskim ponad 40 mln, a na Skłodowskiej-Curie poniżej 20 mln).

Liczby robią wrażenie, ale nie trzeba zaglądać do statystyk, żeby zobaczyć problemy. Korki na łączącej Marki, Targówek i Białoleńkę z drugą stroną Wisły przeprawie nikogo już nie zaskakują. Na portalu społeczno-

ściowym powstał nawet fanpage poświęcony tej trasie. „Czy był dzwon na S8?” – to tutaj kierowcy informują się nawzajem o drogowych utrudnieniach. Kolizje i wypadki często na kilka godzin niemal zupełnie paraliżują ruch.



W ubiegłym roku Komenda Sołeczna Policji na warszawskim odcinku trasy S8 odnotowała 1413 zdarzeń. Wynika z tego, że do kolizji i wypadków dochodziło tu średnio trzy razy na dzień!

Dane policji obejmują poszczególne odcinki trasy: Toruńska 7 wypadków, 286 kolizji, 9 rannych, Al. Armii Krajowej – 9, 249, 11, Al. Prymasa Tysiąclecia – 16, 639, 19, Obrońców Grodna – 4, 168, 4, trasa S8 – 71 kolizji. Dane dotyczą terenu Warszawy, a biorąc pod uwagę, że chociażby węzeł Konotopa, który częściowo już do naszego miasta nie należy, to te liczby są dużo większe... Co jest przyczyną większości zdarzeń? Niestety

zdaniem policji nieuwaga i brawura kierowców.

Marek Śliwiński, który jako fotoreporter Warszawskiej Grupy Luka&Maro wielokrotnie był na miejscu wypadków na trasie S8, też nie ma wątpliwości – to kierowcy swoją bezmyślnością doprowadzają do zdarzeń. Trudno w tym wszystkim doszukiwać się mankamentów w samej drodze, choć są miejsca, gdzie zmiany by się przydały.

Jak podkreśla, S8 stała się najniebezpieczniejszą drogą w Warszawie. – Auta najczęściej zderzają się w okolicach Żoliborza, Bródna, na łuku Alei Prymasa Tysiąclecia, przy węźle Konotopa i Mory. Najczęstsze przyczyny zderzeń na S8 to: parzenie w smartphona lub brak skupienia za kierownicą, nieprawidłowa zmiana pasa, niedostosowanie prędkości do warunków ruchu, zbyt mała odległość między pojazdami, jak również ogromna liczba ciężarówek. Główne jezdnie na S8 powinny mieć zawsze po trzy pasy ruchu. Na niektórych odcinkach niestety mają tylko dwa – mówi Marek Śliwiński. **KaSa**

REKLAMA

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, www.redom.pl

WYKONUJE:

- ✓ renowację tapicerek i stolarki mebli stylowych i współczesnych
- ✓ 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. 8⁰⁰-17³⁰, sob. 9⁰⁰-13⁰⁰

OGŁOSZENIE

Spółdzielnia Mieszkaniowa „Przyczółek Grochowski” z siedzibą w Warszawie przy ul. Ostrzyckiej 2/4 informuje, że posiada do wynajęcia:

- ▶ lokal użytkowy o pow. użytkowej 114,5 m² usytuowany w pawilonie handlowym przy ul. Ostrzyckiej 2/4 w Warszawie.

Wejście bezpośrednio z ulicy.

Informacje w biurze Spółdzielni pok. 6 lub pod nr 22 810 40 73.

Możliwość obejrzenia lokalu po wcześniejszym uzgodnieniu telefonicznym.

ul. Zwycięzców 35
Gabinet 518 553 887
www.akademia-aie.pl
pon – pt 9.00 - 21.00
sob 8.00 - 18.00

Akademia A+E

WYKONUJEMY PIELĘGNACJĘ I DIAGNOSTYKĘ KOŃCZYNY DOLNEJ

ZABIEGI

- Przeprowadzanie podstawowego zabiegu podologicznego
- Pedicure specjalistyczny (lecniczy)
- Opieka nad pacjentami dyspanseryjnymi (cukrzyca, niewydolność krążenia, RZS, itp.)
- Usuwanie zmian hyperkeratotycznych typu: odcisk, modzeł, nagniotek
- Pielęgnacja pękających pięt
- Rekonstrukcja paznokci fragmentarycznych po leczeniu lub urazie mechanicznym
- Korekta wrastających paznokci
- Indywidualne opracowanie planów pielęgnacyjnych
- Dobór materiałów odciążeniowych

ZNIŻKI DLA EMERYTÓW W PONIEDZIAŁKI I ŚRODY W GODZ. 9.00 - 14.00

ZAPRASZAMY! Zespół Akademii AiE

TWOJA NOWA MASZYNA DO SZYCIA

Największy w Polsce salon domowych maszyn do szycia zaprasza na kursy szycia, przegląd Twojej maszyny, zakupy dzianin w Centrum Handlowym Szembeka na I p. w Wytwórni Śliczności.

Z tym ogłoszeniem otrzymujesz 10% upustu na zakup w sklepie stacjonarnym.

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.-pi. godz. 9-17
sobota godz. 9-13

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



FINANSE

■ Chwilówki, Pożyczki, Kredyty, na dowód. Tel. 577-668-566

■ Kredyty i ubezpieczenia dla firm i osób prywatnych. Tel. 576-059-300

■ Pożyczki do 2000 zł! Nawet dla osób z komornikiem. 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

■ Antyki, obrazy, meble, książki, pocztówki, szable, bagnety, odznaczenia. Tel. 601-336-063

■ Kupię książki, winyle. Dojazd do klienta. Tel. 798-631-511

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

■ Stare motocykle, części, silniki, kosze, ramy, koła. Tel. 601-709-388

MEDYCZNE

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

NAUKA

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

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

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

NIERUCHOMOŚCI – Kupię

■ Kupię garaż w okolicy Biedronki na Międzynarodowej. Tel. 507-071-947

NIERUCHOMOŚCI – Sprzedam

■ Działkę budowlaną 2371 m kw. k. Mińska Maz. Tel. 501-974-439

■ Garaż – hipoteczny ul. Samochodowa – Mokotów, 30 tys. zł. Tel. 806-956-001

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

SPORT

■ Narty używane sprzedaż, kupno, wymiana, dziecięce. Tel. 602-231-318

SPRZEDAM

■ Drzewo kominkowe w workach 105 cm x 65 cm; cena 22 zł. Tel. 721-002-710

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

TRANSPORT

■ AAA wywóz gruzu, mebli, śmieci, gałęzi, itp., sprzątanie piwnic, wycinanie drzew, małe rozbiórki z załadunkiem. Tanio. Tel. 721-002-710

■ Przeprowadzki 24h/7. Wywóz i utylizacja zbędnych mebli, przedmiotów z mieszkań i piwnic. Tel. 607-66-33-30

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

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

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.

Nasz sklep firmowy:

■ ul. Marysińska 3a
(róg ul. V Poprzecznej, Anin-Wawer)



■ Wywóz mebli, gruzu, krzaków, zbędnych rzeczy, sprzątanie piwnic. Tel. 789-166-542

USŁUGI

■ 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 INSTALACJE NOWE, WYMIANA – UPRAWNIENIA. 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, PRZERÓBKI – 24 H. TANIO. TEL. 22 610-88-27, 604-798-744

■ HYDRAULICZNE INSTALACJE, REMONTY. TEL. 504-618-888

■ Hydrauliczne, gazowe, solidnie. Tel. 22 610-81-21, 607-773-106

■ Hydrauliczno-gazowe. Tel. 505-65-85-23

■ HYDRAULIK. TEL. 502-031-257

■ Hydrauliczna, 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

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

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



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



■ Meble na wymiar, kuchnie, szafy, zabudowy. Tel. 665-475-755

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

■ ROZLICZENIA FINANSOWE DLA FIRM. TEL. 606-763-006

■ 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

USŁUGI – Budowlane

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

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, panele, wykładziny. Tel. 601-20-33-13

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

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

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

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

■ REMONTY KOMPLEKSOWO. GŁOWACKI. TEL. 504-618-888

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

REKLAMA

REKLAMA

ZAKŁAD POGRZEBOWY



Całodobowo KOMPLEKSOWE USŁUGI
Kredytowanie pogrzebu w zasięgu ZUS
KONKURENCYJNE CENY
ul. Rechniewskiego 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: 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

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 Gójscy
firmę prowadzi wspólnie z Hanną Gójską

MIESZKANIEC
CZASOPISMO
SPOŁECZNO-SAMORZĄDOWE

Gazeta mieszkańców Pragi Południe, Pragi Północ, Wawra, Rembertowa, Wesołej, Białołęki, Targówka.
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@mieszkaniec.pl, www.mieszkaniec.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: 43 000 egz.
Kontrolowany przez Związek Kontroli Dystrybucji Prasy

TERAPIA MANUALNA, CZYLI CO?



BORAMED
PROFESSIONAL CARE

Terapie manualne to grupa terapii rehabilitacyjnych, które wykonuje ręcznie fizjoterapeuta.

Niektóre źródła podają, że powstały ponad sto lat temu w USA, lecz trudno się z tym zgodzić. W swojej pierwotnej, uproszczonej formie ten sposób niesienia pomocy chorym był „od zawsze” praktykowany m.in. przez ludowych medyków na całym niemal świecie. Zebrane przez nich doświadczenia stanowią podstawy dzisiejszej terapii manualnej, dalece już odbiegającej od tej pierwotnej.

Na czym polegają różnice? Przede wszystkim, terapia manualna pomaga w dysfunkcjach narządów ruchu: **leczy migreny, niesie ulgę w wielu zaburzeniach prawidłowego funkcjonowania niektórych narządów wewnętrznych, wspiera walkę ze stresem.**

Współczesne terapie manualne nie skupiają się tylko na działaniach rehabilitacyjnych. Wizyta zaczyna się zawsze od diagnozy. W tym celu przeprowadza się wnikliwe badanie palpacyjne,

analizuje dostarczoną przez pacjenta dokumentację medyczną, a w razie wątpliwości zleca dokładniejsze badania, np. USG w celu precyzyjnego rozpoznania powodów zaburzeń. **Dopiero po pełnej analizie przypadku fizjoterapeuta może dobrać odpowiednie techniki, najlepsze dla pacjenta.**

Inaczej mówiąc, **terapia manualna umiejętnie i ostrożnie wykorzystuje naturalne możliwości naszego ciała, mobilizując niektóre obszary, bądź niwelując przeszkody do prawidłowego funkcjonowania.** Takie działanie powoduje, że terapia uderza nie w objawy bólowe, lecz w ich przyczynę – bez jej usunięcia ból może powrócić, a leczenie z pewnością nie będzie tak skuteczne.

Co mogą leczyć terapie manualne? Często spotykane bóle różnych odcinków kręgosłupa czy barków, kolan, stóp, łokci, rozmaite choroby układu ruchu, także ograniczenia zakresu ru-



Andrzej Jędrzejewski

chu, zwichnięcia, problemy z napięciem mięśniowym, drętwienia kończyn, rwę kulszową i ramienną. To nie wszystko! Migreny, zaburzenia równowagi, choroby narządów wewnętrznych, dających objawy bólowe w układzie kostno-stawowym; stany pooperacyjne czy przygotowania do wielu operacji chirurgicznych.

– Mówiąc o technikach manualnych, **nie zapominać o osteopatii, cenionej i przez terapeutów, i przez pacjentów.** To przede wszystkim znacznie precyzyjniejsze możliwości diagnostyczne, ponieważ każdy osteopata

traktuje pacjenta całościowo, holistycznie, nie skupiając się tylko na przykład na bolącym barku. Może przyczyna tkwi w narządach wewnętrznych, a może w zapomnianej już kontuzji sprzed lat, która pozornie minęła bez śladu – mówi **osteopata Andrzej Jędrzejewski.** – Szukamy problemu, ale też działamy miejscowo. Śmiało mogę powiedzieć, że **osteopatia jest skuteczna w niemal stu procentach przypadków.** Te nieliczne, gdzie niekoniecznie następuje trwała poprawa, to najczęściej przypadki, wymagające interwencji chirurgicznej, lub zaawansowane wady wrodzone. **Wszystko może nam przysporzyć problemów: kontuzje, upadki, ale też niewłaściwa postawa, typowa dla większości zawodowych kierowców czy pracowników biurowych, których stanowisko pracy niewiele ma wspólnego z ergonomią.** Czasem wystarczy źle dźwignąć torbę z zakupami. Warto zwracać się do nas po pomoc, bo nawet 2-3 spotkania dają już wyraźną ulgę.

Czy leczenie boli? Nawet, jeśli początkowo pojawia się dyskomfort, to ważny fizjoterapeuta pilnuje, by nie przysparzać niepotrzebnego bólu, reagując na każdą uwagę, zgłaszaną przez pacjenta. Warto jednak zdecydować się na mniejszy ból, niż cierpieć tak, jak dotychczas.

Te metody są ważne szczególnie dla pacjentów ortopedycznych, reumatologicznych, neurologicznych a także poddawanych rehabilitacji.

Czy jest to uniwersalny sposób leczenia, który pomaga każdemu? Nie. Przeciwskazania, o których należy poinformować terapeutę przed rozpoczęciem leczenia, to m.in. osteoporoza, ciąża, żyłaki, problemy z krzepiwością krwi, rozmaite choroby nowotworowe. **Nie musi to dyskwalifikować pacjenta, ale jest cenną informacją dodatkową dla terapeuty.**

Terapie manualne, bezpieczne dla organizmu są nieocenioną pomocą w likwidacji bólu i powrocie do poprzedniej sprawności.

AS2018

Uwaga! Sprawdź swoje zdrowie! Fizjoterapeuta bezpłatnie Cię zbada i da konieczne wskazówki! Zgłoś się w dniach 22.11 – 6.12.2018, tel. 22 250 15 77. Liczba miejsc ograniczona. Świadczeniodawca wskazuje fizjoterapeutów do konsultacji i decyduje o ilości miejsc.

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

W RADIO
Warszawa
106,2 FM

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

SUPER PROMOCJA:
Korona pełnoceramiczna
1500 zł 1000 zł

- nowoczesny sprzęt
- kompleksowa obsługa

Twój Nowy Uśmiech stomatologia
ul. Wiatraczna 27/U1
tel. 534 88 00 15

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

CENTRUM PODOLOGII – KLINIKA ZDROWEJ STOPY



PODOLOGIA LECZNICZA

- Pedicure podologiczny
- Paznokcie wrastające
- Grzybica paznokci
- Odciski, modzele,
- Pękające pięty,
- Rekonstrukcja płytki paznokciowej
- Brodawki wirusowe
- Trudno gojące się rany

PODOLOGIA OTROPEDYCZNA

- Diagnostyka stóp i postawy
- Ćwiczenia relaksacyjne i rehabilitacyjne
- Terapia manualna, fizjoterapia
- Pracownia indywidualnych wkładek ortopedycznych
- Halluksy, ostrogi piętowe, palce młoteczkowate

SPRZEDAŻ

- Obuwia zdrowotnego
- Preparatów leczniczych
- Apteka i sklep podologiczny

www.centrum.podologii.pl

PRACOWNIA INDYWIDUALNA WKŁADEK ORTOPEDYCZNYCH

Od ponad 8 lat zajmujemy się badaniem i leczeniem stopy. Odpowiednio dobrane wkładki ortopedyczne korygują ustawienie stóp, wady postawy, wspierają pracę kolan, bioder i kręgosłupa. Zmniejszają obciążenia oraz działają amortyzująco i przeciwbólowo. Niwelują bolesne odciski, modzele, przetarcia, przywracają odpowiednią równowagę, poprawiając komfort długotrwałego stania oraz chodzenia. Działają korygująco w przypadku palców młoteczkowatych, palucha koślawego oraz ostrogi piętowej. Chcąc zapewnić Państwu najwyższy standard chodzenia, pracujemy innowacyjnymi metodami, na najnowocześniejszych materiałach oraz na najwyższej jakości spręcie renomowanej francuskiej firmy Podiatech Sidas Medical – czołowego lidera ortotyki na świecie. Doskonała jakość materiałów, specjalistyczny sprzęt połączony z naszą wiedzą i umiejętnościami sprawiają, że wkładki Sidas przynoszą doskonałe efekty korygująco-lecznicze, jak i profilaktyczne połączone jednocześnie z najwyższym komfortem chodzenia. W naszej pracowni wykonujemy indywidualne wkładki ortopedyczne dla: osób aktywnych, sportowców, seniorów, młodzieży i dzieci, osób dorosłych, diabetyków, osób z dysfunkcją.

WIZYTY DOMOWE I SZPITALNE

ul. Słowicza 1, 22 846 07 01 • ul. Kobielska 19, 22 610 47 90 • al. KEN 51, U13, 22 11 55 262

Wyjątkowy prezent pod choinkę!

T-SHIRTY w promocyjnej cenie
49 zł
 + kalendarz GRATIS*

* Cena kalendarza bez t-shirta - 9,90 zł

ŚWIĄTECZNE STOISKO:

od 1 grudnia zapraszamy
 do świątecznego stoiska
 w holu głównym CH Szembeka,
 ul. Zamieniecka 48

SKLEP STACJONARNY:

ul. Grenadierów 10
 04-062 Warszawa
 pn - pt 10:00-16:00
 pragaunited

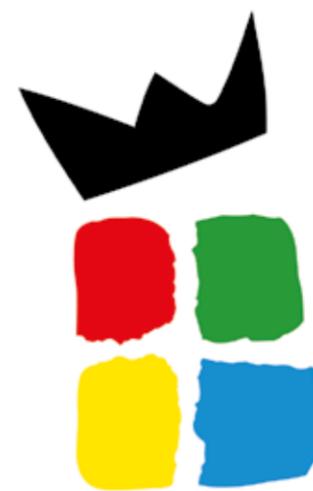


rozmiary od S do XXXL

SKLEP INTERNETOWY: www.pragaunited.pl

ŚWIĘTY MIKOŁAJ SPRYTNY

WSZYSTKO MA
NA ŚWIĘTA



**KING CROSS
PRAGA**

**90 SKLEPÓW
i Auchan**

WARSZAWA JUBILERSKA

1-24 grudnia
Świąteczne Jarmarki

1, 2, 8 grudnia
wizyta Św. Mikołaja

Codziennie - tysiące pomysłów
na prezenty!