

OKRĘGOWA STACJA KONTROLI POJAZDÓW
 pon.-pt. 7⁰⁰-21⁰⁰; sob. 8⁰⁰-15⁰⁰
www.stajakontrolipojazdow.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

K 77 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



www.mieszkaniac.pl | facebook.com/gazetamieszkaniac

MIESZKANIEC

Nr 24 (722) | ISSN 1231-7993 | Nakład: 43 000 egz.

WYDANIE ŚWIĄTECZNO-NOWOROCZNE GRUDZIEŃ 2018

Gazeta bezpłatna, ukazuje się od 1991 r.

MATKA NADZIEI

„Czekam na Ciebie Jezu mój mały, ciche błagania ku niebu słę, Twojego przyjścia czeka świat cały, sercem gorącym przyzywam Cię”. Tak brzmią słowa pieśni, która rozbrzmiewa z ust ludzi i z serca w adwentowym czasie.

„Oto nadchodzi nasz zbawca, aby panować nad nami, Mocą swej wielkiej ofiary, On zgładzi grzechy całej ziemi”. Wśród wielu oczekujących w narodzie wybranym na spełnienie obietnicy Boga jest dziewczyna z Nazaret, nie tylko niezwykle urody i pobożności, ale również wybrana przez Boga i wolna od grzechu pierworodnego jako jedyna na świecie. Gdy wypełniły się dni, posłany został do miasta Nazaret, do Dziewicy poślubionej Józefowi z rodu Dawida – Archanioł Gabriel. Pozdrowił Maryję: bądź pozdrowiona, łaski pełna, Pan z Tobą. Błogosławiona jesteś między niewiastami. Oto poczniesz i porodzisz syna, któremu dasz imię Jezus. Odpowiedź Maryi brzmiała: oto ja Służebnica Pańska, niech mi się stanie według słowa Twego. Została napełniona wielką nadzieją, która będzie towarzyszyła Jej aż do końca dni. Z tą nadzieją, będzie wędrowała do krewnej Elżbiety.

Gdy cesarz wydał nakaz spisu ludności udała się wraz z Józefem do Betlejem – Miasta Chleba. Nie straciła tej nadziei, gdy poszukiwali miejsca w gospodzie, Ciąg dalszy na str. 2

RADOSNYCH ŚWIĄT

WARSZAWO!

REKLAMA

REKLAMA


WARSZAWSKA SPÓŁDZIELNIA MIESZKANIOWA
„GROCHÓW”
 dysponująca 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, platery ∞ Srebro, złoto ∞
UL. GROCHOWSKA 158 tel. 508-151-340

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

Bezpieczna pożyczka EKSPRESOWA
 POŻYCZMY NAWET DO 5000 ZŁ
 GOTÓWKĄ W 1 DZIEŃ
 WYSTARCZY DOWÓD
797-705-110
*Koszt pożyczki wg taryfy oprocentowania


Spraw sobie i swoim najbliższym niepowtarzalny Prezent Gwiazdkowy.
Nowa kolekcja złotej i srebrnej biżuterii.
Duży wybór brylantów po promocyjnych cenach. Niepowtarzalne wzornictwo.
Zapraszamy na duże promocje do 50% do sklepu
„EWA GOLD”
 przeniesionego z Uniwersamu do Galerii Grochów (Auchan) na ul. Kobielską 23 I piętro na wprost schodów.
ZAPRASZAMY!

BISTRO GOCŁAW
 • Zorganizuj firmową Wigilię w naszym lokalu
 • Zamów potrawy świąteczne
 • Zapraszamy na ZESTAWY LUNCHOWE od 16 zł oraz obiady dla firm
 • 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 


Vita Med
 Przychodnia lekarska
Lekarze POZ bez kolejek
 ul. Jeziorańskiego 6
 tel. 22 266 88 90
www.vita-med.pl
NFZ

 **Centrum Kredytowe**
 urokredyt
U NAS
 • Obniżysz ratę
 • Sfinansujesz potrzeby Twojej firmy
 • Otrzymasz kredyt bez zaświadczeń
 • Otrzymasz szybką gotówkę bez BIK
Nie masz zdolności kredytowej - pomożemy w każdej sytuacji !!!
 ul. Targowa 35
 Warszawa
 tel. 730 050 051

LECZENIE KRĘGOSŁUPA

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

ciąg dalszy ze str. 1

a miejsca tego nie było dla niej i dla nienarodzonego jeszcze dziecka. Święta Rodzina udała się do stajenki i tam przyszedł na świat Mesjasz – Syn Boży, Pan całego wszechświata.

Rozbrzmiewa kolęda: cicha noc, święta noc, pokój niesie ludziom wszem. Dla pasterzy to nie była cicha noc, bo pojawiło się na niebie mnóstwo aniołów, którzy

oznajmili im o narodzeniu Bożej Dzieciny. Wzięli swoje dary i udali się by Dzieciątku złożyć pokłon.

Ta noc też nie była spokojna dla trzech Mędrców ze wschodu, których nazywamy królami. Ukazała im się gwiazda na niebie, która oznaczała, że narodził się Król Wszechświata, czas było wyruszyć w drogę, by ofiarować swoje dary i jako mędrcy złożyć Dzieciątku hołd i pokłon.

Maryja będzie towarzyszyła Jezusowi podczas Jego nauce, Drogi Krzyżowej oraz Męki i Śmierci na Krzyżu. Matka Nadziei.

Wróćmy jeszcze do czasów sprzed narodzin Jezusa. Zapowiada prorok Izajas: „Z kimże byście mogli Mnie porównać, tak, żeby Mi dorównał? – mówi Święty. On to daje siły zmęczonemu i pomnaża siły omdlałego,

ci co zaufali Panu odzyskują siły, otrzymują skrzydła jak orły, biegną bez zmęczenia, bez znużenia idą”.

Takie życzenia Bożonarodzeniowe przesympatycznej redakcji Mieszkańca, wszystkim Czytelnikom, a także i sobie, składa:

Proboszcz u Matki Bożej Królowej Polskich Męczenników ks. Krzysztof Jackowski

ODETCHNĄĆ PRZY KOPCIUCHACH...

Trwa walka o likwidację kotłów i pieców węglowych. Tzw. kopciuchów jest jeszcze wiele, ale ich liczba systematycznie się zmniejsza.



Fot. Straż Miejska m.st. Warszawy

Kopciuchy mają wpływ na życie mieszkańców stolicy. Palenie w nich wpływa na powstawanie smogu, a także zwiększa możliwość pożaru czy zanieczyszczenia, które bywa często śmiertelne w skutkach. Szczególnie groźny jest okres zimowy, gdy te piece są mocniej eksploatowane.

Od sześciu lat mieszkańcy mogą starać się o miejskie dotacje na inwestycje służące ochronie środowiska. Początki działania systemu dotacji były skromne – w 2013 r. zrealizowano 342 takich inwestycji, a rok póź-

niej 417. Ale już w 2017 r. liczba ta gwałtownie się podniosła aż do blisko półtora tysiąca!

– Tegoroczne wnioski nadal są opracowywane i uzupełniane, a dotacje wypłacane są po zrealizowaniu inwestycji i przedstawieniu rozliczenia – informuje „Mieszkańca” Dominika Wiśniewska ze stołecznego Ratusza. – Informację taką będziemy dysponować w okolicach stycznia 2019 roku.

Na modernizację kotłowni można otrzymać dopłaty. Dzięki nim w ubiegłym roku zmoderni-

zowano kotłownie w ponad 650 lokalach, a 500 gospodarstw skorzystało z podłączenia do miejskiej sieci ciepłowniczej. Te zmiany kosztowały Ratusz ponad 2,2 mln zł. Za cztery miesiące będzie nowy nabór wniosków na likwidację kopciuchów. Warto się do tego przygotować już dziś.

Standardowo na modernizację kopciuchów można uzyskać do 75% dofinansowania, ale od tego roku działa pilotażowy program „Zielone wsparcie do 100%” i jest możliwe całkowite pokrycie kosztów. Program przeznaczony jest dla osób o niskich dochodach, których nie stać na partycypowanie w takiej inwestycji.

Rośnie świadomość konieczności pozbycia się starych i szkodliwych urządzeń grzewczych. Coraz bardziej jesteśmy zainteresowani jakością powietrza, którym oddychamy. To dlatego władze Wawra doprowadziły do zainstalowania w dzielnicy stacji pomiaru jakości powietrza. W Rembertowie, na ostatniej sesji rady dzielnicy, rajcy deklarowali, że chcą, aby takie stacje

stały w każdym rembertowskim osiedlu. Zintensyfikowanie walki ze smogiem zapowiedział nowy prezydent stolicy Rafał Trzaskowski.

– W sezonie grzewczym przypominamy mieszkańcom, by korzystali z ekologicznych paliw, rozważnie zużywali energię i nie palili śmieci – podkreśla Dominika Wiśniewska.

Pilnowaniem, aby szczególnie ta ostatnia kwestia była przestrzegana, zajmuje się stołeczna Straż Miejska. – Mamy pięć „smogowozów”, czyli mobilnych laboratoriów, a nasi funkcjonariusze są wyposażeni w czujniki oraz kamery i mogą zlokalizować miejsca tzw. niskiej emisji, gdzie palone są zabronione substancje – mówi st. insp. Sławomir Smyk, rzecznik stołecznej Straży Miejskiej.

Jeśli strażnicy zauważą oznaki niedozwolonego spalania, to mogą wejść nawet na prywatną posesję. A od ubiegłego miesiąca także wystawić mandat karny.

Trochę głębiej będziemy mogli odetchnąć dopiero po 2022 r. Do tego czasu, w świetle przepisów, Warszawa i Mazowsze mają pozbyć się najgorszych kopciuchów. **ar**

KRONIKA POLICYJNA

Przecinał opony

Pod numer 112 zatelefonowali mieszkańcy, którzy zauważyli, jak mężczyzna przecina opony w zaparkowanych samochodach. Potem wsiadł na motocykl i odjechał. Skierowani na miejsce zdarzenia policjanci zaczęli patrolować okolicę i wkrótce zatrzymali podejrzanego na motocyklu. 34-letni Kamil P. był... nietrzeźwy i miał czynny zakaz prowadzenia pojazdów mechanicznych za jazdę po pijanemu. Wyjaśnił policjantom, że przecinał opony, bo samochody były źle zaparkowane.

Wpadł złodziej paliwa

Policjanci z Wesołej prowadzili sprawę kradzieży paliwa na stacjach benzynowych w marcu br. Dość szybko ustalili, kto może być domniemanym sprawcą, jednak 26-letni Maciej S. ukrywał się i nigdzie nie pozostawał na dłużej. Został zarejestrowany w policyjnym systemie jako poszukiwany. Wpadł w Markach podczas legitymowania. Za kradzież paliwa grozi mu do 5 lat pozbawienia wolności

Poranił konkubenta mamy

Syn pewnej kobiety zaatakował jej konkubenta nożem. Pierwszy raz zranił go wieczorem. Ranny udał się na opatrunek do szpitala, ale kiedy wrócił, napastnik ponowił atak, po czym oddalił się z domu. Policjanci wezwani

na miejsce zdarzenia przeszukali okolicę i zatrzymali 27-letniego Daniela K. Był pod wpływem alkoholu, badanie wykazało ponad 1,6 promila we krwi.

16-letni oszust „na policjanta”

Zastanawiacie się państwo, kto kradnie metodą „na policjanta”? Ostatnio zatrzymano... 16-latkę, który w ten sposób wyłudził ponad 550 tys. zł, w tym biżuterię i zegarki o wartości około 350 tys. Młodzieniec ukrywał się przed organami ścigania, był poszukiwany, powinien znajdować się w Młodzieżowym Ośrodku Wychowawczym. Kryminalni odnaleźli go u jego dziewczyny – na widok policjantów uciekł na dach budynku.

Odjechał nieswoim samochodem

W Wawrze właściciel toyoty yaris odszedł na chwilę od swojego samochodu, w którym zostawił włączony silnik i ku swojemu zaskoczeniu zobaczył, że ktoś tym autem odjeżdża. Niedaleko jednak, bo sprawca zahaczył o fforda. Został ujęty przez właściciela toyoty. 30-letni Wojciech K. trafił w ręce policjantów. Badanie wykazało ponad 1,8 promila alkoholu w organizmie. Mówił, że poczuł się zmęczony i chciał szybko wrócić do domu.

policja.pl

REKLAMA

REKLAMA

Centrum Zdrowia
REWITAL

Nowoczesne Centrum Rehabilitacji Leczniczej

Promocyjne pakiety zabiegów nowoczesną metodą ZPPM (pulsacyjne pole magnetyczne)

PROMOCJA tylko dla czytelników „Mieszkańca” zabiegi od 12 zł!

Główne wskazania do terapii:

- bóle przewlekłe kręgosłupa i stawów
- zaburzenia pracy układu krążenia (nadciśnienie, zimne stopy, skurcze, puchnące nogi, żylaki, pajęczki)
- bóle ostre i podostre nieznanego pochodzenia
- bóle reumatyczne, RZS, ŁZS, ZSKK
- polineuropatie, bezsenność, stres

Diagnostyka układu krążenia w kierunku zwężenia tętnic obwodowych (badanie kostka ramię) medycznym certyfikowanym urządzeniem MESI
DLA CZYTELNIKÓW MIESZKAŃCA PROMOCYJNA CENA 39 ZŁ.

TYLKO TERAZ
do każdego pakietu terapii ZPPM – diagnostyka układu krążenia + konsultacja ze specjalistą GRATIS!

Zadzwoń, chętnie odpowiemy na wszystkie pytania

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

Sprawdź stan Twojego układu krążenia. Wykryj nieprawidłowości!
Sprawdź czy jesteś w grupie podwyższonego ryzyka udaru mózgu, zawału lub niedokrwienia kończyn dolnych.

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
- Przeciemiążkowe • 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.

JAK MINĄŁ ROK WARSZAWO?



Marek Borowski
Senator RP

Mijający rok to przede wszystkim rok wyborów samorządowych, w których wspierałem kilkoro kandydatów. Wszyscy oni – ku mojej satysfakcji – zdobyli mandaty. Warszawiacy wykazali się przy tym dbałością o państwową kiesę i wybory zakończyli w pierwszej turze.

Poza tym dla mnie jako senatora praskiego był to jak zwykle rok wyťažonej pracy na rzecz mieszkańców Prawego Brzegu. Z większych spraw wymienię skuteczną interwencję w sprawie przerwania nieznosnych dla mieszkańców Kamionka hałaśliwych wyścigów samochodowych na stadionowych błoniach oraz „uratowanie” przed likwidacją ważnego dla mieszkańców Grochowa z okolic Dwernickiego i Mycielskiego sklepu warzywno-owocowego (tu chciałbym także podziękować wiceprezydentowi Michałowi Olszewskiemu).

Wiele satysfakcji – ze względu na liczny udział słuchaczy – przynosiły mi także wykłady o konstytucji i finansach państwa, jakie prowadziłem dla szkół i Uniwersytetów III-go wieku.



Dariusz Dziekanowski
Radny m.st. Warszawy

W tym roku nastąpiła u mnie istotna zmiana – w wyniku wyborów samorządowych zamieniłem mandat radnego Mazowsza na radnego Warszawy. Zostałem szefem miejskiej komisji sportu. To nowe wyzwanie. Tu jest większa odpowiedzialność i duże środki na sport, rekreację i turystykę. Będę się starał, żeby warszawski sport był bardziej widoczny, a na tym skorzystają wszyscy mieszkańcy.

Cały czas jestem przewodniczącym Klubu Wybitnego Reprezentanta przy PZPN i piłka nożna jest moją pasją, a to był rok Mundialu w Rosji. Mieliliśmy wielkie nadzieje, ale niestety niespełnione... Ale za to mieliśmy wielkie sukcesy indywidualne – choćby Roberta Lewandowskiego, który przekroczył liczbę 100 reprezentacyjnych spotkań.

W środowisku patrzymy z zazdrością na Ligę Mistrzów i Ligę Europy. I oczekujemy, że nasza Legia będzie grała jak CSK Moskwa, Viktoria Pilzno czy choćby Young Boys Berno. Liczymy, że „Young Boys” Legia wystąpi z takim powodzeniem, jak ten szwajcarski zespół...



Mł. insp. Marcin Mielczarek
Komendant Rejonowy Policji Warszawa VII

Kiedy rok temu udzielałem „Mieszkańcowi” wywiadu mówiłem, że jestem w KRP VII zaledwie 5,5 miesiąca i nie czuję się uprawniony do rocznych podsumowań. Dziś mam za sobą pełen rok służby w Komendzie obejmującej Pragę Południe, Wawer, Rembertów i Wesołą. Przez ostatnie 12 miesięcy kierowałem tą jednostką i mogę ze spokojem sumienia powiedzieć, że to był dobry czas. Pracowity, wymagający, ale efektywny.

Zabezpieczaliśmy m.in. 24 imprezy masowe, a wśród nich koncerty Eda Shirana, Rolling Stones czy Marsz Niepodległości. Wszystkie przebiegły bez zastrzeżeń, otrzymaliśmy mnóstwo słów uznania i byliśmy doceniani przez przełożonych. To kolejny rok, w którym spadła liczba prawie wszystkich najdotkliwszych dla mieszkańców przestępstw. Wśród mieszkańców rośnie poczucie bezpieczeństwa. Dobre wyniki służby są zasługą pracujących w naszej komendzie funkcjonariuszy. I z dumą mogę powiedzieć, że w mijającym roku wykonali oni bardzo dużo bardzo dobrej pracy.



Teresa Mioduszevska
Radna Dzielnicy Praga-Północ

To był bardzo pracowity rok. Cieszę się, że mieszkańcy docenili moją dotychczasową działalność i w wyborach samorządowych udało mi się podwoić poprzedni wynik. Teraz przygotowałam cztery i pół tysiąca kartek z podziękowaniami i życzeniami świątecznymi, które trafią do mieszkańców Pragi Północ. W ten sposób zaznaczę końcówkę tego roku, bo w poprzednim, jako śnieżynka, odwiedziłam wszystkie 18 dzielnicowych przedszkoli.

Właśnie kończę akcję Paczka dla Kresowianka, w czasie której udało się zebrać ponad sto kartonów darów – produktów sypkich, oleju, przyborów szkolnych i mnóstwo, mnóstwo czekolady. Dzięki uprzejmości dyrektor podstawówki przy ul. Sierakowskiego, pani Joanny Stelmaszczyk, mieliśmy je gdzie zdeponować. Te dary pochodzą z Pragi Północ, Pragi Południe i Targówka. Zaś dzięki Stowarzyszeniu Łagierników Żołnierzy Armii Krajowej te paczki trafią do naszych rodaków na Ukrainę i Litwę jeszcze przed Świętami Bożego Narodzenia.



Bogusław Różycki
Prezes „Społem” WSS Praga-Południe

Szczególnie absorbujący był dla nas początek tego roku, gdyż byliśmy pochłonięci otwarciem Uniwersamu „Grochów” w nowym budynku Galerii Rondo Wiatraczna. Na szczęście wszystko poszło dobrze. Teraz, gdy sklep już funkcjonuje kilka ładnych miesięcy, powiem tak: jest lepiej niż w starym Uniwersamie, ale jeszcze nie do końca jesteśmy zadowoleni. Czekamy aż wprowadzą się wszyscy nowi lokatorzy i liczymy, że wtedy będzie jeszcze lepiej.

Był to też rok, który generował wyjątkowe, bardzo duże braki kadrowe. To było dla nas dużym wyzwaniem. Musieliśmy zamknąć cztery sklepy i przenieść personel do lepszych sklepów, aby zapewnić funkcjonowanie tym placówkom. Aby rozwiązać ten problem skorystaliśmy także z zatrudnienia pracowników z Ukrainy. Finansowo dla naszej spółdzielni to rok, w którym wychodzimy mniej więcej, jak to się mówi, „na zero”. Bo były duże koszty z uruchamianiem Uniwersamu, zatrudnieniem ludzi i szkoleniami.



Agnieszka Nowak
Dyrektor Galerii Północnej

Mijający rok był ważnym sprawdzianem dla Galerii Północnej i myślę, że zdaliśmy go celująco. Centrum na stałe wpisało się w krajobraz Białołęki i mocno zaznaczyło swoją obecność na warszawskiej mapie obiektów handlowych. Dowodem na to jest rosnąca liczba gości, których przyciąga m.in. kompleksowa oferta i dostępność unikalnych marek. W ostatnim roku w Galerii Północnej otwartych zostało kilkanaście nowych lokali, w tym salony popularnych sieci z elektroniką Media Expert i x-kom, podpisana została także umowa z firmą Mango. Ofertę znanych, sieciowych marek uzupełniły sklepy butikowe m.in. salon z włoską odzieżą Kocca i butik Saffiano, oferujący luksusowe torebki znanych projektantów. Przez ostatni rok Galeria Północna dała się również poznać jako wyjątkowe miejsce do relaksu i animator lokalnej społeczności. Do współpracy szybko przekonali się nie tylko okoliczni mieszkańcy, ale też lokalne organizacje m.in. Białołęcki Ośrodek Kultury, a nasz ogród na dachu stał się popularną lokalizacją licznych bezpłatnych wydarzeń, takich jak najwyżej położona strefa kibica, kino plenerowe czy silent disco.



Małgorzata Stachurska-Turos
Dyrektor Szpitala Dziecięcego im. prof. dr. med. Jana Bogdanowicza

W tym roku urodził mi się pierwszy wnuczek! Mam już trzy wnuczki, ale chłopiec jest pierwszy i jestem prawdziwą młodą babcią. Zresztą przez lata czułam się ciocią, mamą, a potem babcią wszystkich naszych małych pacjentów szpitala przy Niekłańskiej.

Jeśli chodzi o szpital, to to był dobry rok. Nowe zasady poprawiły nam płynność bieżącą. Polepsza się cały czas nasza infrastruktura. Zakończyliśmy poważną modernizację Oddziału Ortopedii i przybyła nam dermatologia dziecięca. Staramy się pozyskać fundusze na przychodnię dermatologiczną.

Jesteśmy ciągle na placu budowy, bo szpital z 1959 r. potrzebuje stale liftingu. Idziemy też w nowoczesność – już mamy panele słoneczne i nie jest nam obca fotowoltaika. Zbudowaliśmy nowy plac zabaw, otworzyliśmy kącik zasad ruchu drogowego. Wielkim sukcesem naszego zespołu był pierwszy przypadek w Polsce, bodajże trzydziesty na świecie, odtworzenia twarzoczaszki u dziecka.



Małgorzata Wypych
Posel RP

To kolejny rok, w którym staram się dzielić czas pomiędzy rodzinę, potrzeby wyborców i działalność poselską. Cieszy, że moje biuro poselskie na Saskiej Kępie, w którym w tym roku odbyło się kilkaset konsultacji prawnych, jest chętnie odwiedzane. Mieszkańcy licznie zwracają się o pomoc w różnych sprawach.

W tym roku zmarł ostatni ułan Rzeczypospolitej – por. Stefan Mustafa Abramowicz. Miałam zaszczyt uczestniczyć w jego pogrzebie w Manchesterze, gdyż w Sejmie pracuję w Komisji Łączności z Polakami za Granicą. Odwiedzałam też rodaków na Białorusi, Ukrainie i w Kazachstanie. Dużo pracy wkładałam w rozwiązywanie problemów niepełnosprawnych, gdyż przewodniczę parlamentarnemu zespołowi ds. osób z niepełnosprawnością narządu wzroku.

Jeżeli chodzi o życie prywatne, to cieszę się, że od kilku lat udaje mi się część wakacji spędzić z moimi dziećmi. Nieubłagane nadchodzi czas, gdy będę im mniej potrzebna i dlatego ważna jest każda minuta z nimi spędzona.

REKLAMA

REKLAMA

*Rodzinnych Świąt
Bożego Narodzenia wypełnionych
miłością i spokojem
oraz szczęśliwego Nowego Roku 2019
niosącego nadzieję, optymizm i radość
życzy
Bogdan Jeziorski,
Radny Dzielnicy Praga-Południe*



*Chciałbym również podziękować za okazane mi zaufanie
w wyborach samorządowych 2018 i deklaruję dalszą pracę
na rzecz Mieszkańców naszej dzielnicy.*

KTO NAMI RZĄDZI?



Zarząd BIAŁOŁĘKI – od lewej wiceburmistrzowie Jan Mackiewicz, Anna Majchrzak i Izabela Ziątek oraz burmistrz Grzegorz Kuca.



Zarząd PRAGI POŁUDNIE – od lewej wiceburmistrzowie Adam Cieciura i Izabela Szostak-Smith, burmistrz Tomasz Kucharski i wiceburmistrz Jarosław Karcz.



Zarząd PRAGI PÓŁNOC – od lewej wiceburmistrz Dariusz Wolke, burmistrz Ilona Soja-Kozłowska i wiceburmistrz Dariusz Kacprzak.

W pierwszym tygodniu grudnia zakończyły się wybory zarządów dzielnic, czyli burmistrzów i ich zastępców. Przypomnijmy, że takiego wyboru dokonuje rada każdej z dzielnic. Relacje z sesji dzielnic zamieszczaliśmy na bieżąco na naszym portalu www.mieszkaniec.pl i są one tam dostępne.

W dzisiejszym „Mieszkańcu” prezentujemy nowe dzielnicowe władze wykonawcze, zaś zainteresowanych pogłębieniem wiedzy „kto nami rządzi” zachęcamy do zerknięcia na biogramy członków zarządów, które znajdują się na portalu danej dzielnicy. Publikujemy zdjęcia nowych zarządów i dorzucamy garstkę ciekawostek:

- Najszybciej burmistrza wybrała Wesoła.
- Najkrócej nad składem zarządu debatowała Praga-Północ, najdłużej zaś Praga-Południe.

Zgodnie z obietnicą przedstawiamy nowe składy zarządów dzielnic prawobrzeżnej Warszawy. Część z władających naszymi lokalnymi ojczyznami dobrze jest znać Czytelnikom „Mieszkańca”...

• Wawerscy radni PiS, którzy są w opozycji, pokazali wyjątkową klasę – nie głosowali przeciw kandydatom, tylko wstrzymali się od głosu.

• Dwoma dzielnicami (Rembertowem i Pragą Północ) będą kierowały kobiety. Przedstawicielka płci pięknej pierwszy raz w historii została wybrana do Zarządu Pragi Południe.

• Na dotychczasowych stanowiskach pozostali burmistrzowie Targówka i Pragi Południe.

• Na Białolece i na Pradze Południe zostało na razie po jednym wolnym etacie wiceburmistrza.

• Rembertów jest jedyną dzielnicą, w której zarządzie nie ma przedstawiciela Platformy Obywatelskiej ani Nowoczesnej.

• Na Pradze Północ, dzielnicy, w której najlepszy wynik zdobyło Prawo i Sprawiedliwość, nie ma w zarządzie żadnego członka tej partii.

Adam Rosiński



Zarząd WESOŁEJ – od lewej zastępcza burmistrza Aleksandra Paradowska, burmistrz Marian Mahor i zastępcza burmistrza Krzysztof Kacprzak.



Zarząd WAWRA – od lewej wiceburmistrz Jacek Wiśnicki, burmistrz Norbert Szczepański i wiceburmistrz Leszek Baraniewski.



Zarząd TARGÓWKI – od lewej wiceburmistrzowie Paweł Michalec i Małgorzata Kwiatkowska, burmistrz Sławomir Antonik oraz pozostali zastępcy Bartosz Szajkowski i Grzegorz Gadecki.

REKLAMA



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)



RADIO
Warszawa
106,2 FM

Z okazji Świąt Bożego Narodzenia, Radni i Członkowie Prawa i Sprawiedliwości z Pragi Południe, życzą mieszkańcom zdrowia, pogody ducha, nie słabnącej nadziei, czasu na odpoczynek i refleksje, nabrania dystansu do tego, co wokół, a przede wszystkim wzajemnego szacunku, życzliwości i miłości najbliższych.

Wesołych Świąt!

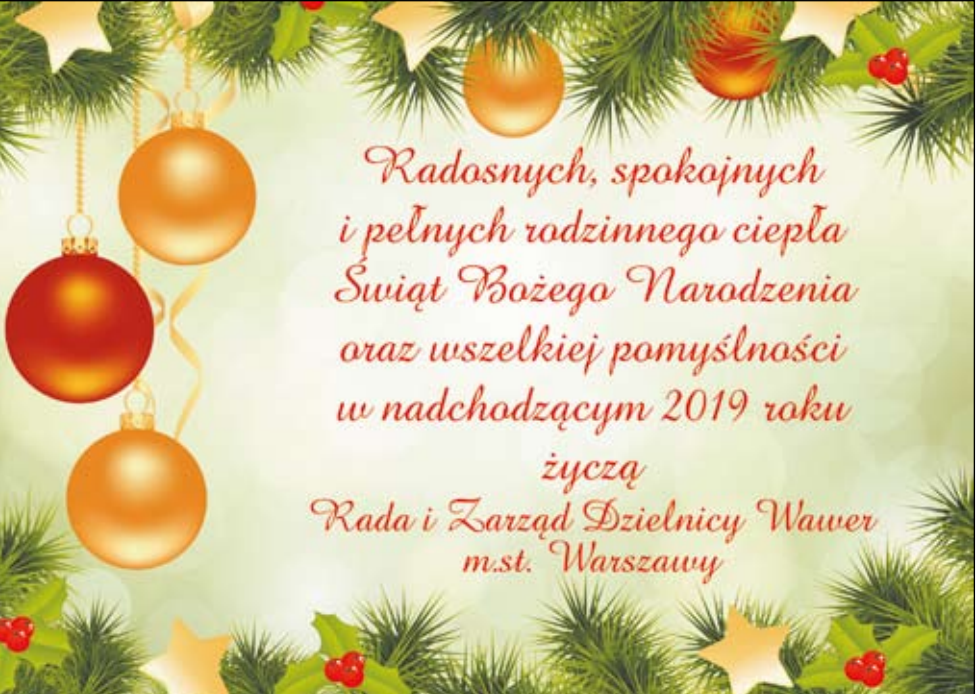




**Czytelnikom Mieszkańca
najlepsze życzenia świąteczne
oraz
noworoczne**

składa
Marek Borowski
Senator Praski





*Radosnych, spokojnych
i pełnych rodzinnego ciepła
Świąt Bożego Narodzenia
oraz wszelkiej pomyślności
w nadchodzącym 2019 roku*

życzą
Rada i Zarząd Dzielnicy Wawer
m.st. Warszawy

Z MIASTA



Od 29 lat Betlejemskie Świątello Pokoju dociera do wielu miejsc i instytucji w Polsce. Dzieje się tak za sprawą skautów, harcerzy z ZHP, którzy każdego roku odbierają na granicy od kolegów ze Słowacji, pochodzący z Betlejem ogień i rozprowadzają go po całym kraju. Symbol pokoju trafia m.in. do urzędów, biur, miejskich i dzielnicowych ratuszów. W dniu wydania tego „Mieszkańca” harcerze przynoszą światło do Pałacu Prezydenckiego. Odbiera je prezydent Andrzej Duda, który zawsze podkreśla rolę, jaką w tej akcji odgrywają skauci.

Dobiega końca rok, w którym świętowaliśmy wyjątkową

rocznicę – 100-lecie odzyskania przez Polskę niepodległości. W ostatnich miesiącach mieliśmy wiele wydarzeń i imprez związanych z jubileuszem. Jedną z nich był Międzyszkolny Konkurs Pieśni Patriotycznej „Z pieśnią ku wolności”, który odbył się kilka dni temu w ZS nr 5 im. Stefana Kisielewskiego. W konkursie, który podkreślał rolę pieśni w historii narodu, brała udział warszawska młodzież szkół podstawowych i ponadgimnazjalnych. Wykonania były na bardzo wysokim poziomie. Nagrodzono laureatów zarówno w kategoriach



wiekowych, jak i z podziałem na solistów i zespoły. Organizatorzy konkursu zapowiadają jego kolejne edycje.



Kolumbijska kultura często gości na Pradze Południe. Barwne i energetyczne grupy taneczne z tego kraju biorą udział m.in. w Święcie Saskiej Kępy i występują przy dzielnicowym Centrum Promocji Kultury. Ambasada Republiki Kolumbii stara się też integrować środowiska latynoamerykańskie. W ostatnim czasie, w CPK Praga-Południe, zorganizowała dla dzieci mikołajki oraz spektakl (na zdjęciu) In Movil Periferia, grupy specjalizującej się w tańcu współczesnym. Gości przed spektaklem witał ambasador Kolumbii Javier Dario Higuera Angel wraz z rodziną. Widzowie byli zachwyceni pokazem i umiejętnościami grupy, która wystąpiła w ramach europejskiego tournée.

Powitanie 2019 roku odbędzie się na placu Bankowym. Na sylwestrowej scenie wystąpią takie gwiazdy, jak Bajm, Edyta Górniak, Agnieszka Chylińska, Andrzej Piaseczny, zespół IRA, Wilki, Anna Wyszko, Natalia Nykiel, Sarsa, Sound'n'Grace, Blue Cafe, Izabela Trojanowska, Małgorzata Ostrowska, Ania Karwan i inni.



Imprezę poprowadzą prezenterzy TVN: Magda Molek, Marcin Prokop, Filip Chajzer, Gabi Drzewiecka i Agustin Egurrola. Zabawie nie będą towarzyszyć pokazy fajerwerków. Organizatorzy przygotowali inne zaskakujące atrakcje o północy.

Impreza na placu Bankowym rozpocznie się o godzinie 19.00.

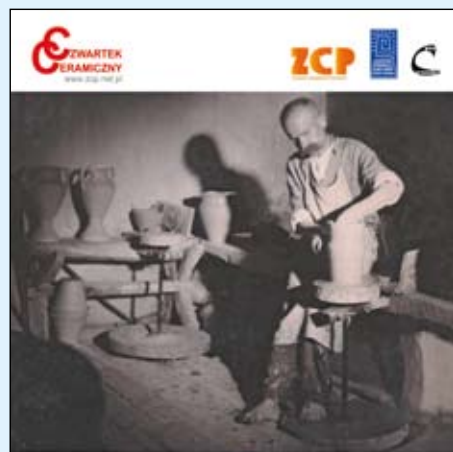
WYDARZENIA KULTURALNE

wydarzenia bezpłatne



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

19.12. godz. 17.00 – Spotkanie ze sztuką: „Boże Narodzenie w sztuce”; godz. 19.00 – Klub Mola Książkowego; 20.12. godz. 19.00 – Czwartek Ceramiczny: Łukasz Babuła. Siedem wieków garncarstwa ilżeckiego; 21.12. godz. 18.30 – Koncert Świąteczny Fundacji Szkoła Rocka; 22.12. godz. 11.30 – Koncert zespołu The Orchestrose „W świecie instrumentów dętych”; godz. 17.00 – Salon Literacki: „Mundury wojskowe i ubiory warstw elitarnych, a stroje ludowe, zapożyczenia, inspiracje i podobieństwa”; godz. 19.00 – Widowisko z okazji 100-lecia niepodległości Polski „Kocham Cię Polsko” w wykonaniu uczestników projektu „Partnerstwo dla dzieci Pragi-Południe 3.0”; 28.12. godz. 19.00 – PRASKI BLUES.



Łukasz Babuła

SIEDEM WIEKÓW
GARNCARSTWA ILŻECKIEGO

20 grudnia 2018 roku, godz. 19.00
Galeria CPK, Warszawa ul. Podskarbińska 2
http://czwartekceramiczny.blogspot.com

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

REKLAMA

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 ■

P.P.H. „Kotwica”

Zapraszamy do sklepów firmowych

Oferujemy:

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

Do spożycia na miejscu i na wynos.

Wyroby garmażeryjne na przyjęcia okolicznościowe.

W ofercie półprodukty dla restauracji i cateringu.

Nasz sklep firmowy:

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



**ZADBAJ O SWÓJ
SAMOCHÓD**
fala WSH SAMOOSŁUGOWY Sklep Motoryzacyjny



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

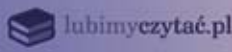
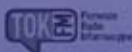


WARSZAWA FALENICA
ul. Patriotów 71/73

12 Nagroda Literacka m.st. Warszawy



Zgłoś
najlepszą polską książkę
2018 roku!
kulturalna.warszawa.pl



REKLAMA

Wszystkiego najlepszego!

Boże Narodzenie, Nowy Rok – dla wielu to najpiękniejszy czas w roku. Jest barwnie, radośnie, wszędzie roziskrzona światelka, stroiki, choinki. Trudno, może być i bez śniegu, chociaż Święta z białym puchem to te wymarzone, jak z filmu, jak z bajki...

A do tego świąteczne spotkania, podczas których wszyscy są eleganccy, wyglądają inaczej, niż każdego dnia. Do tego prezenty, prezenty, prezenty...

Najpierw jednak – życzenia. Z opłatkiem czy bez, powinny być wyjątkowe, specjalne. Nie zawsze to się udaje, bo też nie zawsze chce się nam postarać. „Wszystkiego najlepszego”, „Zdrowia, szczęścia, pomyślności” – niektórym nie chce się wysilać i od lat każdemu powtarzają to samo. Czyli – niby wszystko, a tak na-

prawdę puste słowa, oklepane i każdemu z nas znane aż nazbyt dobrze. Chyba na nikim nie robią dziś wrażenia.

Ważna sprawa – składamy życzenia tak, jak sami chcielibyśmy je usłyszeć. Pomyślane specjalnie dla tej osoby. Zamiast „spełnienia marzeń” warto zastanowić się, o czym ten ktoś marzy, co jest dla niego ważne, zaczynamy tęsknić, czego mu w życiu brak. A potem wystarczą delikatnie, taktownie i serdecznie ubrać to w słowa. Przynajmniej próbujemy! Efekty będą natychmiastowe. Bo takie życzenia, to prawdziwy prezent!

A czego życzy sobie każdy z nas? Różnie to bywa. Większość chce być w szczęśliwym związku,

wśród przyjaznych osób, zyskać stabilizację finansową, mieć jak najmniej kłopotów, zmartwień. No i żeby nie chorować – tego sobie życzą zwykle ci, którzy nie jedno przecierpieli w życiu. Pr-



gniemy powodzenia, sukcesów, awansów. Wygranej w totka.

Często zapominamy o tym, co najważniejsze – o bezpieczeństwie. Gdy go brak, nie cieszy się nic.

O nasze bezpieczeństwo podczas Świąt i Sylwestra (oby uda-

nego!) będzie dbać Straż Miejska, policjanci, strażacy, którzy tego dnia będą musieli być na służbie, zamiast siedzieć przy choince z rodziną, z dziećmi. Pracownicy szpitali i pogotowia. To ci, którzy rok w rok bardziej myślą o nas, niż o swoich bliskich. Cóż, taka służba. Warto pamiętać i o nich.

Nie przestaną pracować stacje benzynowe, elektrownie, radio i telewizja. Ich pracownikom też należy się ciepła myśl.

I wreszcie – ci, którzy są członkami naszej społeczności. Tej najmniejszej, czyli rodziny, ale też na przykład sąsiedzkiej. Pamiętajmy, że Wigilia to dzień wybaczenia sobie nawzajem urazów, przykrości, konfliktów, pretensji.

Gdybyśmy każdego roku traktowali to poważnie, wybaczyli z serca, szczerze, świat stawałby się coraz lepszy. Chyba naprawdę warto?!

§ PRAWNIK RADZI

Czytelnicy pytają – radca prawny
Marcin Kluś odpowiada



Czy od pozwu w sprawie pracowniczej sąd pobiera jakąś opłatę, jeżeli tak, to w jakiej wysokości?

1. o roszczenie ze stosunku pracy lub z nim związane;
2. o ustalenie istnienia stosunku pracy, jeżeli łączący strony stosunek prawny, wbrew zawartej między nimi umowie, ma cechy stosunku pracy;
3. o roszczenia z innych stosunków prawnych, do których z mocy odrębnych przepisów stosuje się przepisy prawa pracy;
4. o odszkodowania dochodzone od zakładu pracy na podstawie przepisów o świadczeniach z tytułu wypadków przy pracy i chorób zawodowych.

Odpowiedź na zadane pytanie zależy od charakteru żądania i wysokości roszczenia. Zgodnie z art. 35 ust. 1 Ustawy o kosztach sądowych w sprawach cywilnych z dnia 28 lipca 2005 roku, w sprawach z zakresu prawa pracy pobiera się opłatę podstawową w kwocie 30,00 złotych wyłącznie od apelacji, zażalenia, skargi kasacyjnej i skargi o stwierdzenie niezgodności z prawem prawomocnego orzeczenia.

Jednakże w sprawach, w których wartość przedmiotu sporu przewyższa kwotę 50.000,00 złotych, pobiera się od wszystkich podlegających opłacie pism procesowych opłatę stosunkową. Opłata stosunkowa wynosi 5% wartości przedmiotu sporu lub przedmiotu zaskarżenia, jednak nie mniej niż 30 złotych i nie więcej niż 100 000 złotych (art. 13 ust. 1 Ustawy o kosztach sądowych w sprawach cywilnych z dnia 28 lipca 2005 roku).

Zatem, jeżeli roszczenie w sprawie pracowniczej jest mniejsze niż 50.000,00 złotych, pozew nie podlega opłacie. W takiej sprawie obowiązywała będzie opłata podstawowa w kwocie 30,00 złotych, ale tylko od ewentualnej apelacji, zażalenia, skargi kasacyjnej skargi o stwierdzenie niezgodności z prawem prawomocnego orzeczenia. W przypadku roszczenia powyżej 50.000,00 złotych, pobiera się opłatę stosunkową (5% wartości przedmiotu sporu) od wszystkich podlegających opłacie pism procesowych, w tym także od pozwu.

Wyjątkiem od powyższego są sprawy dotyczące dochodzenia zwrotu należności powstałych w wyniku realizacji przepisów z zakresu ochrony roszczeń pracowniczych w razie niewypłacalności pracodawcy. W takich sprawach nie pobiera się opłaty stosunkowej nawet w sprawach, w których wartość przedmiotu sporu przewyższa kwotę 50.000,00 złotych (art. 35 ust. 1a w/w Ustawy).

Ile wynosi opłata sądowa od odwołania do decyzji ZUS?

Zgodnie z art. 36 Ustawy o kosztach sądowych w sprawach cywilnych z dnia 28 lipca 2005 roku, w sprawach z zakresu ubezpieczeń społecznych i w sprawach odwołań rozpoznawanych przez sąd pracy i ubezpieczeń społecznych pobiera się opłatę podstawową w kwocie 30 złotych wyłącznie od apelacji, zażalenia, skargi kasacyjnej i skargi o stwierdzenie niezgodności z prawem prawomocnego orzeczenia. Z powyższego wynika, że odwołanie od decyzji ZUS nie podlega opłacie sądowej, a opłacie podstawowej w kwocie 30,00 złotych podlegają tylko w/w środki zaskarżenia.

Listy i maile można kierować na adres redakcji.

Co tam panie na Pradze...

Obyśmy zdrowi byli

Jingle bells, jingle bells, Jingle all the way, Oh! What fun it is to ride...

Dzwonią dzwonki, dzwonią dzwonki, dzwonią przez całą drogę. Oh, co za przyjemność tak jechać...

– Panie Eustachy, ja nie wiedziałem, że ma pan taki przyjemny głos...

Kazimierz Główka, bazarowy bywalec, witał się z kupcem tuższym – Eustachym Mordziakiem, jak zwykle niebanalnie.

– A, tak sobie podśpiewuję... Zresztą trudno tego nie robić, jak cały dzień zewsząd na pana spływają te i podobne dźwięki. A co do głosu – moja Kryśka też tak mówi: – Ładnie śpiewasz Eustachy, mówi, ale pod warunkiem, że dziabnięty nie jesteś – dodaje zgryźliwie.

– No, tak. Kobiety mają na ogół ograniczony poziom akceptacji dla naszych słabości. Zalety też mają, owszem.

– O żonach mówimy?

– O żonach i tak w ogóle...

– Wreszcie bazar wygląda, jak z pańskich marzeń, co, panie Eustachy? Przejszć trudno.

– Faktycznie, kręci się. No, ale jak pan dobrze wie, mamy tak dosłownie parę razy w roku. Strach pomyśleć, co będzie po pierwszym styczniu?

– A co ma być? Drugi stycznia, trzeci – i tak dalej...

– Wszyscy wokół kraczą, że drożyzna nadchodzi.

– Co pan takie rzeczy opowiada, panie Eustachy? Jaka drożyzna. Przecież i pan prezes, i pan premier uroczystie zapewnili, że żadnych podwyżek nie będzie.

– Panie Kaziu, ja za długo w handlu robię, żebym na takie plevy dawał się nabierać.

– Jakie plevy? Jakie plevy? Premier z trybuny sejmowej zapowiedział, że podwyżek cen prądu nie będzie. A jak prąd nie zdrożeje, to nic nie zdrożeje.

– Szanowny panie Kazimierzu... No, nie wiem, co powiedzieć na takie coś. Premier z trybuny mówi jedno, a życie toczy się swoim torem. Jeśli tramwaje dostają nowe cenniki i wszystkie inne służby, to kto za to na końcu będzie płacił? Niektóre samorządy muszą szykować na prąd nawet 70 proc. więcej niż do tej pory. Czytałem na przykład, że radni z Łodzi nawet do pana Morawieckiego w tej sprawie napisali, że im wychodzi 53 proc. więcej i jak nic droższe będą bilety tramwajowe i autobusowe, teatralne, kinowe, wejściówki do muzeów, na baseny itp., itd.

– Święta za progiem, a pan takie czarnowidztwo uprawia, panie Eustachy. Dobrze będzie, przekona się pan! Ja tam panu premierowi wierzę. Słupki wzrostu gospodarczego pną się w górę i nie wiedzą, gdzie się zatrzymać, optymizm w narodzie tryska...

– Co racja, to racja. Zresztą to po naszym bazarze widać – stragany aż się uginają, mięsa, wędlin – ile kto chce...

– A na dole, garażach, co się dzieje?! Toyoty, mercedesy, fordys, ople, jeepy, BMW – i wszystko w ruchu. Wie, wewte, z prądem, pod prąd. Kocioł z balią, mówię panu. A rozindyczone to towarzystwo, rozgorączkowane... Każdy na prawie, każdy ma rację...

– Ja panu powiem – jak człowiek całe życie syrenką jeździł, wartburgiem czy innym fiacikiem, to mu się teraz zdaje, że król życia jest. Siedzi za kierką takiej limuzyny, przed oczami ma licznik...

– Po co mu licznik w garażu? Tam się człowiek ledwo toczy.

– Licznik, który mu raty kredytu do końca odlicza.

– A ten. To rzeczywiście można być nerwowym... Ale za to potem do domciu – samochód na parking, a pan przed telewizorem. Pilot do ręki, jakieś szkielko na stół i powolutku człowiek się odstrasuje.

– A propos – czy pan wie, jaki jest obecnie najpopularniejszy toast?

– Poszły konie?

– Nie, piñces plus!

Szaser

REKLAMA

MEBLE Z DREWNA

oferujemy:

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



Warszawa, ul. Płowiecka 25
(róg Świeckiej)

tel./fax 22 815 35 98

Czynne: pon. – pt.: 10.00 – 18.00

sobota: 10.00 – 14.00

*Na wszystkie meble standardowe znajdujące się na stronie internetowej.

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

5%
OBOWIĄZUJE
RABAT*



REHABILITACJA-KOBIELSKA

Przychodnia Rehabilitacji Leczniczej

ul. Kobielska 17 Praga-Południe przy rondzie Wiatraczna

SPEC. KONSULTACJA LEKARSKA	
ORTOPEDA TRAUMATOLOG	120,-

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

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

REKLAMA



*Recom
Pewu*

Prowadzi swój sklep Żabka
od 2 lat.



daje przykład

JAK PROWADZIĆ BIZNES Z PASJĄ

12 000 + 3000 zł
miesięcznie przez pierwsze pół roku
podstawowego przychodu

Zadzwoń: 800 207 208

Napisz: franczyza@zabka.pl

Oferta ograniczona czasowo. Dotyczy franczyzobiorców, którzy rozpoczną współpracę z Żabka Polska sp. z o.o. od 01.10.2018 do 28.02.2019. Wskazana kwota przychodu obowiązuje przez pierwsze 6 miesięcy współpracy i jest uzależniona od spełnienia określonych warunków.

Szczegółowe warunki oferty na: www.franczyza.zabka.pl



JUŻ DZIŚ
WYNAJMIJ
ŁOŻĘ VIP
NA 2019

PGE
NARODOWY

www.pgenarodowy.pl



Radosnych Świąt Bożego Narodzenia
oraz pozytywnej energii w Nowym Roku!
Wielu spotkań na PGE Narodowym.

Alicja Wipke
prezes operatora PGE Narodowego

2019

Polska – Łotwa, mecz eliminacyjny do ME 2020 24.03

Finał Pucharu Polski 2019 02.05

2019 PZM Warsaw FIM Speedway Grand Prix of Poland 18.05

Polska – Izrael, mecz eliminacyjny do ME 2020 10.06

Phil Collins: Not Dead Yet: Live 2019 26.06

Bon Jovi: This House Is Not For Sale Tour 12.07

P!NK Beautiful Trauma World Tour 2019 20.07

Metallica WorldWired Tour 21.08

Polska – Austria, mecz eliminacyjny do ME 2020 09.09

Roztańczony PGE Narodowy 2019 21.09

Polska – Macedonia, mecz eliminacyjny do ME 2020 13.10

Polska – Słowenia, mecz eliminacyjny do ME 2020 19.11

SZPITAL – MOJE DZIECKO

Rozmowa z Jarosławem Rosłonem, lekarzem specjalistą chorób wewnętrznych, dyrektorem Międzyzleskiego Szpitala Specjalistycznego w Warszawie, prezesem Związku Pracodawców Podmiotów Leczniczych Samorządu Województwa Mazowieckiego

– Panie Dyrektorze, kieruje Pan szpitalem w Międzyzlesiu od 2002 r., ale związany jest Pan z tą placówką znacznie dłużej, prawda?

– O tak. Jestem z tym szpitalem związany od ponad 33 lat. Trafiłem tu na staż zaraz po skończeniu Warszawskiej Akademii Medycznej.

– Czyli był to Pana pierwszy szpital i przez tak długi czas zapewne poznał go Pan dokładnie...

– Pierwszy. Po stażu trafiłem do Oddziału Kardiologii, gdzie pracuję do dzisiaj. Niezależnie od tego przeszedłem tu wszystkie szczeble kariery – poprzez zastępcę do spraw lecznictwa aż do dyrektora, którym jestem od 16 lat.

– To kawał czasu. Końcówka roku sprzyja podsumowaniom, jakie refleksje Panu się nasuwają?

– Zawsze myślałem, że ten czas przeszedł był czasem bardzo trudnym, ale teraz mam wrażenie, że każdy kolejny rok jest coraz cięższy. Wynika to m.in. z tego, że mamy coraz mniej chętnych do pracy w zawodzie...

– Zapewne jest to kwestia niewysokich zarobków...?

– Kwestia finansowa, owszem też, ale przede wszystkim

kim chodzi o stopień trudności w uzyskaniu zawodu. I to nie tylko lekarza, ale także pielęgniarki czy innych zawodów medycznych. A przy tym wszystkim dochodzi jeszcze kwestia olbrzymiej odpowiedzialności. Ta odpowiedzialność kiedyś była inna. Teraz jest znacznie poważniejsza, bardziej rygorystyczna i podlega jej praktycznie każdy pracownik medyczny.

– No tak, właściwie można odpowiadać za wszystko, a jednocześnie świadomość tej odpowiedzialności znacznie wzrosła wśród pacjentów...

– Do tego dochodzi jeszcze straszna biurokratyzacja. Praktycznie w działalności medycznej nie można zrobić żadnego ruchu nieudokumentowanego odpowiednim sposobem postępowania.

– Ale to jest chyba dobre? – z punktu widzenia pacjenta pytam...

– Prawdopodobnie i dobre, i słuszne, ale dopóki wszystkie tego typu czynności musi wykonywać personel, który ma leczyć, a nie personel pomocniczy, to u lekarzy i pielęgniarek budzi zniechęcenie i frustrację.

– No tak, ale są też sytuacje, które cieszą i napawają dumą, na przykład kończyć

budowę Szpitalnego Oddziału Ratunkowego, chyba jedyne go w rejonie Wawra i okolicznych miejscowości. To wielka sprawa dla mieszkańców i pacjentów!

– SOR będziemy otwierać prawdopodobnie na przełomie lutego i marca. Faktycznie, do tej pory najbliższy taki oddział był w szpitalu na Szaserów. To bardzo daleko nie tylko dla mieszkańców Wawra, ale rejonu całej linii otwockiej. Przyznam się, że odkąd jestem dyrektorem szpitala w Międzyzlesiu, to budowa SOR-u była najtrudniejszą inwestycją.

– Domyślam się, że SOR nie był budowany ze środków własnych szpitala. Ile kosztuje taka inwestycja?

– Środki własne to około procenta. Mamy ten oddział dzięki finansowaniu przez organ założycielski, czyli Samorząd Województwa Mazowieckiego, za co jesteśmy bardzo wdzięczni. A budowa takiego oddziału od podstaw to poważny koszt – kilkunastu milionów złotych.

– Takie udane inwestycje podnoszą na duchu...

– Mogę powiedzieć, że moja dusza się raduje, gdy widzę, jak szpital się rozwija. Bo on jest takim moim dzieckiem, o które dbam. Staram się, żeby był co-

raz bardziej nowoczesny i miał coraz wyższą jakość usług i coraz szerszy profil działalności.

– I trzeba przyznać, że się udaje...

– Dziękuję, to cieszy. A w ostatnim czasie szpital, w coraz szerszym zakresie zajmuje się dydaktyką dla studentów Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego. Posiadamy już dwie kliniki WUM – chorób wewnętrznych i kardiologii oraz ortopedii i rehabilitacji. Te kliniki rozwijają się bardzo prężnie, mamy bardzo duże grono studentów, którzy u nas się kształcą. Poza tym mamy też zespół dydaktyczny w Oddziale Chirurgii Ogólnej, Naczyniowej i Onkologicznej i cały czas rozszerzamy działalność.

– A powiedzmy szczerze, że stolica nie jest łatwym polem branży medycznej...

– Warszawa jest ośrodkiem, w którym nie można być średniakiem. Cały czas patrzymy na pozycjonowanie szpitala i dążymy do poprawy jakości, a wręcz do doskonałości. A nie można tego realizować bez dydaktyki, bez kształcenia młodych ludzi. Dzięki temu sami też się ciągle doksztalcamy.

– Pewnie byśmy nie rozmawiali tyle o Pana dyktowaniu i samym szpitalu, gdyby kilkadziesiąt lat temu nie zdecydował Pan, że zostanie lekarzem... Kiedy podjął Pan taką decyzję?



– W drugiej klasie liceum. Chodziłem do szkoły, której już nie ma na mapie Warszawy – Liceum Ogólnokształcące Św. Augustyna...

– Świetna PAX-owska szkoła.

– Tak, był w niej bardzo wysoki poziom nauczania, a warunki znakomite. Indywidualne klasy, indywidualne szatnie, basen, korty... Chodziłem do klasy humanistycznej, ale już od drugiej klasy profilowałem się na studia w Warszawskiej Akademii Medycznej.

– To już jako nastolatek musiał Pan być bardzo dojrzałym i odpowiedzialnym człowiekiem. Panie Dyrektorze, życie zawodowe związał Pan z Wawrem, ale mieszka Pan na Gocławiu. Przy zapewne absorbującym dyktowaniu szpitalu znajduje Pan czas na jakiś relaks i odpoczynek?

– Przez wiele lat wydawało mi się, że jestem tak zapracowanym człowiekiem, że nie mam czasu na pewne rzeczy. Aż wreszcie w tym roku dojrzałem do decyzji o posiadaniu psa. Okazało się, że mogę z nim się bawić, chodzić na spacer, wychowywać go. Sprawia mi to olbrzymią radość, no i jest takim elementem, dzięki któremu się od stresuję i pozbywam tzw. złych emocji, jakie siłą rzeczy człowiek nieraz przenosi z pracy do domu.

– Cóż to za terapeutyczny pupilek?

– To duża rasa – mastiff tybetański. Szczeniaczek Amos ma jedenaście miesięcy i dopiero waży 56 kilogramów (śmiech). I tak razem sobie spacerujemy w rejonie Mostu Siekierskiego...

Rozmawiał Adam Rosiński

REKLAMA

REKLAMA



AKADEMIA EXPERTÓW URODY
KATEWOODS

Centrum Szkoleniowe, ul. Jagiellońska 32/30
03-793 Warszawa

NAJLEPSZE PROFESJONALNE SZKOLENIA

z kosmetyki makijażu permanentnego, stylizacji rzęs i paznokci. Otrzymasz dyplom potwierdzający Twoje nowe umiejętności w języku polskim i angielskim.

Jesteś osobą bezrobotną lub posiadasz gabinet kosmetyczny i chcesz rozszerzyć swoją działalność? Współpracujemy z Urzędem Pracy oraz Krajowym Funduszem Szkoleniowym w ramach refundacji szkoleń. Twoje szkolenie również może być rozłożone na raty. **Sprawdź naszą ofertę www.akademiaexpertowurody.pl lub zadzwoń 506 583 739. Przy zapisie w grudniu rabat 30%!**

BRAK POMYSŁU NA ŚWIĄTECZNY PREZENT?

W Akademii wykonasz profesjonalne zabiegi kosmetyczne, podologiczne oraz makijażu permanentnego w cenach niższych do **60%** niż w salonie kosmetycznym. Pracujemy na profesjonalnych markach kosmetycznych. Tutaj kupisz Karty Prezentowe dla swoich najbliższych!



ZOSTAŃ modelką w Akademii Expertów Urody zabiegi do 70% taniej

NOWOŚĆ! PODOLOGIA W AKADEMII

Zabiegi podologiczne

50% RABATU dla nowych klientów: pedicure podologiczny, usuwanie wrastających paznokci, pękające pięty, odciski.




Polskie Stowarzyszenie Diabetyków Zarząd Województwa Mazowieckiego zaprasza osoby chore na cukrzycę lub w stanie przedcukrzycowym w wieku powyżej 55 lat do udziału w Zadaniu „Akademia współpracy” współfinansowanym ze środków otrzymanych od Narodowego Instytutu Wolności – Centrum Rozwoju Społeczeństwa Obywatelskiego w ramach Programu Fundusz Inicjatyw Obywatelskich na 2014-2020.

Zajęcia dwudniowe realizowane w Warszawie:

I dzień

- wykład diabetologa „Masz 55+ znasz nowości terapii cukrzycy typu 2, możesz żyć pełnią życia”;
- zajęcia z pielęgniarką „Profilaktyka chorób cywilizacyjnych”;
- obiad z zastosowaniem zasad zdrowego żywienia dla osób starszych;
- wykład dietetyka „Dieta osób w podeszłym wieku – zdrowy model życia”;
- zajęcia z rehabilitantem „Wysiłek fizyczny – jesteś sprawny do późnej starości”.

II dzień

- wykład „Prawne aspekty profilaktyki zdrowotnej i promocji zdrowia”;
- warsztat „Praktyczne aspekty tworzenia programów profilaktyki zdrowotnej i promocji zdrowia”;
- obiad z zastosowaniem zasad zdrowego żywienia dla osób starszych;
- warsztaty z ekspertem „Planowanie partycypacyjne (techniki i narzędzia diagnozy, zasady projektowania rozwiązań, metody wypracowywania rozwiązań, dobre praktyki)”;
- wykład polityka społecznego „Od Filantropii do pomocniczości – rola organizacji pozarządowych w kształtowaniu polityki zdrowotnej na poziomie lokalnym w perspektywie lat 1918-2018.”

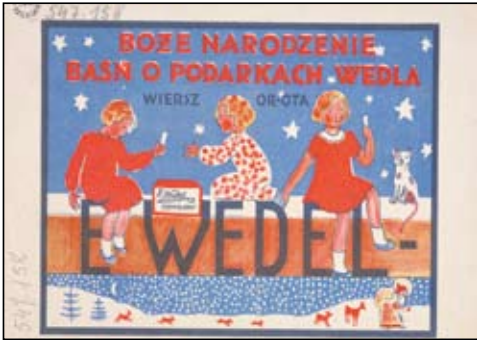
Uczestnicy zajęć otrzymają **pakiet materiałów dydaktycznych**.

Chętnych prosimy o kontakt:

Kontakt z Biurem Zadania:

- Polskie Stowarzyszenie Diabetyków Zarząd Województwa Mazowieckiego
- ul. Poznańska 38 m. 50, 00-689 Warszawa
- tel./fax. (022) 628 84 11, e-mail: diabetycy.psd@gmail.com

oraz Centrum Edukacyjno-Zaopatrzeniowe, ul. Nowogrodzka 40, 00-681 Warszawa tel. (22) 628 60 62



GWIAZDKA W CZASACH FILANTROPÓW I... PIERWSZYCH REKLAM

W roku 1887 „Kurjer Warszawski” ogłosił konkurs na wynalezienie nazwy zabawy urządanej corocznie przed świętami Bożego Narodzenia na rzecz Warszawskiego Towarzystwa Dobroczynności.

Wybór padł na słowo Gwiazdka, które zaproponował były prezydent miasta Łomży, p. Antoni Zagrzejewski tłumacząc, że wszakże to cudowna „gwiazdka” niezwykłym swym blaskiem zaświeciła ongi nad ubogim żłobkiem w Betlejem i odtąd po wsze wieki gwiazdka jest symbolem jednej z najpoważniejszych naszych uroczystości, jest zwiastunem chrześcijaństwa!

Ponadto, jak stwierdził w swoim liście wysłanym do stołecznego magistratu „Gwiazdka” w znaczeniu przenośnem oznacza dar, upominek lub niespodziankę, corocznie, w dniu owej uroczystości, przeznaczaną równie dostatnim,

chciwym wrażeń, uciech, zabaw lub rozkoszy, jak i tym biedakom, dla złagodzenia niedoli których i otarcia łez składacie ofiary. Afisz głoszący „Gwiazdkę”, to jest zabawę z celem dobroczynnym, nie wymagałby szczegółowych programów, bo już samo miano oznacza przyjemną niespodziankę.

Pomysł prezydenta Łomży przyjęto w redakcji z aplauzem, zaś przynależną mu nagrodę za wygranie konkursu przekazano zgodnie z wolą zwycięzcy konkursu Łomżyńskiemu Towarzystwu Dobroczynności.

Gwiazdki dla ubogich urządano corocznie w Resursie Obywatelskiej. Odbływały się tam

kiermasze, loterie, a także wydawano posiłki dla biedoty. Co roku wydawano też publikację, z której dochód przeznaczano na cele statutowe Warszawskiego Towarzystwa Dobroczynności – głównego organizatora Gwiazdki. W 1891 roku jedną trzecią takiej przeszło stustronicowej publikacji zajmowały teksty literackie i ilustracje, pozostała część stanowiły reklamy towarów sprzedawanych na kiermaszu w resursie i w sklepach, a także reklamy różnych warszawskich zakładów wytwórczych i usługowych. Tu między innymi reklamował swe platery Fragnet, a popularny fotograf Jan Mieczkowski usługi fotograficzne. Nie brakowało listy dam – filantropki, które sprzedawały towary na gwiazdkowym bazarze. Tego typu Gwiazdki towarzyszyły warszawiakom aż do wybuchu I wojny światowej...

W dwudziestoleciu międzywojennym wróciły okazyjne wydawnictwa z reklamami, a fabryka Wedla wydała nawet kolorowaną z napisanym specjalnie na ich zamówienie przez Artura Oppmana wierszykiem sławiącym wedlowskie słodczyce, bez których żadna gwiazdka obejść się nie mogła. I tak było aż do wybuchu wojny.

Po II wojnie światowej zwyczaj nie powrócił, bo niemal wszystko upaństwowiono, a choć wiadano, że „reklama dźwignią handlu” uznano jednak, że takie wydawnictwa okazyjne są niepotrzebne. Zwłaszcza, że Boże Narodzenie to święto religijne, a w świeckim państwie aż taka celebrowanie mu się nie należy.

Małgorzata Karolina Piekarska



REKLAMA

Z okazji nadchodzących Świąt Bożego Narodzenia
i Nowego 2019 Roku
wszystkim Mieszkańcom Rembertowa życzymy
zdrowia, spokoju, radości,
wszelkiej pomysłności w życiu osobistym, sukcesów w pracy zawodowej
oraz spełnienia wszystkich marzeń.

Rada i Zarząd Dzielnicy Rembertów m.st. Warszawy

GRUDZIEŃ OD „A” DO „Ż”

ADAM I EWA – solenizanci, którzy przeważnie nie mają czasu, aby obchodzić swoje imieniny.

CHOINKA PRAWDZIWA – odświętnie pachnie lasem; w wielu budzi wyrzut sumienia, że wycięto ją dla kilkunastodniowej uciechy w domu. Gdy jest źle traktowana, lubi gubić igły i przewracać się z pełnym „oprzążowaniem”. Musi być oświetlona, by Święty Mikołaj wiedział, gdzie zostawić prezenty.

CHOINKA SZTUCZNA – prezentuje się znakomicie, niczym amerykańska aktorka po liftingu, choć w choince jest chyba więcej plastiku. Choć jest ekologiczna, nie pachnie tak pięknie żywica i lasem...

GWIAZDKA – pierwsza jest najważniejsza, wyznacza początek wieczery; zatem w naszym klimacie wieczerać się powinno chyba niedługo po szesnastej?! To także symbol nadziei i optymistycznej wiary w przyszłość, oczywiście – lepszą!

GWIAZDOR – niektórzy panowie przebrani za Mikołaja, gdy ich ktoś tak nazwie, puchną z dumy, że to ukłon w kierunku ich talentów aktorskich. Nic z tego! Po prostu – poznaniacy tak nazywają Mikołaja...

INDYK – jest tym dla Amerykanów w ich Święto Dziękczynienia, czym dla nas karp w Wigilię, a w większości polskich piekarników czuje się jak Polak w maluchu: ciasno, duszno i wyjść się nie da...

JEMIOŁA – konieczna u sufitu, by móc bezkarnie się pod nią całować. Nawet pruderyjne matrony nie karcily świątecznych „jemiółowych” całusów.

KARP – jest dla Polaka na Wigilię tym, czym dla Amerykanina indyk na Święto Dziękczynienia. W przeciwieństwie do indyka potrafi stanąć ością w gardle, ale za to wymaga kilkunastokrotnie krótszego czasu przygotowania!

KLUSKI Z MAKIEM – wprawiają w osłupienie cudzoziemców, którzy widząc całe rodziny zjadające się tym przysmakiem gorszą się, że „w Polsce od święta daje się dzieciom narkotyki”, mając na myśli pochodzące z maku opium. Skoro tak, to znam sporą grupę „uzależnionych” od makowca...

KOLEDNICY – rodzaj świątecznych akwizytorów, oferujących nam „wokół akustyczny”, czyli bez wspomagania elektronicznego (szalenie modny wśród artystów) w zamian za ofiarowanie im kwoty (nie śmiem powiedzieć: niewielkiej kwoty). Z zapalem

śpiewają kolędy, choć pytani, nie zawsze pamiętają „Ojcie Nasz”...

KOMINIARZ – inny rodzaj świątecznego akwizytora, chętnie odwiedza nowoczesne, wysokie bloki nie dlatego, że ma tam mnóstwo zaprzyjaźnionych klientów, lecz by zgarnąć więcej grosików za „kalendarze na szczęście”. Niewątpliwie obrót, jaki na tym ma, jest niemałym szczęściem: czysty, szybki pieniądz zarobiony w suchych, ciepłych warunkach.

KRAKANIE – specjalność żon, zwłaszcza tych, które nie puszczają męża na śledzika z kolegami, „bo się znowu spijesz!”. Gdy potem mąż chwiejnym krokiem wraca do domu, już od progu mówi z wyrzutem rozeźlonej małżonki: „No i co?! Krakęłaś, krakałaś i wy-kra-ka-łaś!!!”.

ŁAZANKI – jeśli z makiem, to kolejny dowód na gorące rozpasanie obyczajów polskich, skrywane pod płaszczykiem tradycji; szczegóły – patrz hasło „kluski z makiem”.

ŁAŃCUCHY – uroczyste te, które lepia z pasków papieru małe rączki dzieci, wzruszające zaś te zwane łańcuchami dobrej woli, dzięki którym pożywienie i prezenty trafiają na wigilijne stoły nawet najuboższych domów.

MIKOŁAJ – dwoi się i troi, by na czas donieść wszystkie prezenty, nawet tym niezbyt grzecznym czy od dawna do-



rośłym dzieciom. Niejeden szef dałby wiele, żeby odkryć, jak to się robi: być naraz w tylu miejscach i jeszcze mieć w sobie tyle pogody ducha!

NAKRYCIE – w polskich domach, wyrosłych w tradycji zaborów, dramatycznych wywózek na Sybir i niespodziewanych powrotów, na wigilijnym stole zawsze stawiano jedno dodatkowe nakrycie „dla gościa z podróży”, „dla wędrowca” czy po to, by pamiętać o tych, którzy są bardzo daleko, choć sercem tak boleśnie blisko.

OPLATEK – nieodzowny przy składaniu życzeń; sprzyja wybaczeniu starych urazów, zapominaniu krzywd, dawaniu sobie i bliskim nowej szansy na miłość i harmonię, na to, by zasiać do wigilijnego stołu z czystym sercem.

PASTERKA – niepowtarzalna nocna msza, najpiękniejsza



– w pogodną, mroźną noc w ośnieżonym górskim kościółku pod niebem granatowym i wygwieżdżonym, gdy śnieg skrzypi pod nogami, a górale z siarczystą radością wyśpiewują Małenkiemu! **PASTOWANIE** – kiedyś nieodzowny element porządków przedświątecznych; dziś większości parkietów się nie pastuje, lecz wyciera na mokro, bo są lakierowane. Może ktoś sentymentalny wymyśli wigilijne świece o zapomnianym zapachu świeżej pasty do podłogi?

PREZENTY – bez nich ani rusz. Złazłby się w tym szczególnym okresie należy serdecznie pomyśleć o naszych bliskich. Pomysł, jak sprawić miłą niespodziankę, liczy się znacznie bardziej niż wyłożone wysokie kwoty.

SIANKO – powinno się znaleźć pod wigilijnym obrusem, ma wiele symbolicznych znaczeń i jedno praktyczne zastosowanie – pozwala powrócić, jaki nas czeka rok: długi czy krótki, obfitujący w kwiat lub kłosek, a może suchy...

ŚLEDZIE – z rangi knajpianej zakąski do byle wody awansują tego szczególnego dnia do roli nieodzownego

elementu polskiej tradycji wigilijnej. Lubią się kuszać wylegiwać na półmisku w towarzystwie cebulki, pod pierzynką białej śmietany lub w pikantnym towarzystwie grzybów w occie.

WIGILIA – naprawdę piękny i ważny element polskiego roku, polskiej tradycji. Nieobchodzona w większości krajów, dla nas jest czymś wyjątkowym i bardzo, bardzo ważnym. Boże Narodzenie bez Wigilii?! Nie do pomyślenia!

ZUPA – wigilijnych, tradycyjnych zup tyle, ile krain geograficznych w obecnej i dawnej Polsce: rybna z lanymi kluseczkami, migdałowa, czerwony barszcz, czysta grzybowa... Skoro jest, należy jej spróbować, podobnie jak wszystkich pozostałych potraw z wigilijnego stołu.

ZWIERZĘTA – z tymi lepiej ostrożnie! W noc wigilijną mają dar mówienia ludzkim głosem, lecz czy to, co mają nam do powiedzenia jest na pewno tym, co chcielibyśmy usłyszeć?

Może dlatego właśnie nie jada się ich podczas wigilijnej kolacji...

ŻYCZENIA – dużym i małym, smutnym i roześmianym, grubym i chudym, starym i młodym, słowem:

WSZYSTKIM SERDECZNIE ŻYCZYMY PRAWDZIWIE WESOŁYCH ŚWIAT BOŻEGO NARODZENIA – REDAKCJA „MIESZKAŃCA”!



REKLAMA

Polski sklep **PREDOM** zaprasza

- Sprzęt AGD, RTV, piece akumulacyjne • Pełny zakres usług: dostawa do domu, wniesienie, instalacja pralek, przekładanie drzwi w lodówkach, odbiór zużytego sprzętu
- Pełny asortyment dywanów i chodników AGNELLA oraz wykładzin
- Meble, akcesoria oraz dekoracje. Studio mebli kuchennych • Stoisko odzieżowe "CORA"

Warszawa, ul. Kinowa 19A tel. 22 810 14 83

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

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. 8:00-17:30, sob. 9:00-13:00



*Drodzy Sąsiedzi,
Wesołych Świąt Bożego Narodzenia,
pokoju ducha, wiary w Boga i w Ludzi.
Niech czas Świąt Bożego Narodzenia
będzie pełen atmosfery radości,
wytchnienia i zatrzymania od codziennego pędu.
Niechaj małej Jezus błogosławi
w każdym dniu Nowego Roku.*

*Małgorzata Wypych
Poseł na Sejm RP*



JEST TAKI DOM...

Na to podwórko traficie bez dokładnego adresu i nawigacji. Wystarczy w okolicy ulicy Majorki zapytać o dom rozświetlony świątecznymi dekoracjami. Wszyscy bez wahania (i bezbłędnie) kierują do pana Krzysztofa Szczepańskiego. To tutaj po zmroku odnajdujemy się w świątecznej bajce.



Już od wejścia witają nas girlandy lampek, rozświetlone choinki wycięte ze styropianu. Każda najmniejsza rzecz w tym szczególnym, świątecznym czasie stała się ozdobą. Nawet mała drabinka okazała się doskonałym „wieszakiem” do lampek. Przed samym domem jest jeszcze bardziej magicznie. Udekorowany filar budynku, a za nim... na ławce przed samym wejściem czeka na nas Mikołaj! Siedzi rozparty dzielnie dzierżąc swój worek. Obok oczywiście choinka, a dookoła stroiki i światełka. Na elewacji budynku i drzwiach garażu są laserowe iluminacje. Nie mogło zabraknąć też szopki.

Twórca tych magicznych klimatów ma 65 lat. Kiedy zaczął ozdabiać swoje podwórko?

– Od zawsze. Budowałem ten dom własnymi rękoma i już od pierwszych naszych świąt tutaj

dookoła były ozdoby – mówi pan Krzysztof i dodaje, że teraz to nic, ale jeszcze parę lat temu świąteczne światełka były dosłownie wszędzie, nawet na dachu.

Okazuje się, że dekoracje na tej posesji są kilka razy w roku. Na Wielkanoc na podwórku stały jajęce i kolorowe wielkie jaja. Inne ozdoby są na Walentynki, a jeszcze inne np. na Halloween. Dla dzieciaków z całej okolicy to świetna atrakcja.

– Wszyscy mieliśmy świetną zabawę w Halloween. Poza tradycyjnymi już dyniami i ozdobami związanymi z tym dniem, zamontowałem głośnik. Jak dzieciaki podchodziły bliżej domu, to wydobywały się z niego różne dźwięki. Śmiechu było co niemiara – opowiada pan Krzysztof, który od zawsze jest bardzo uzdolniony manualnie. Kiedyś próbował dostać się do

szkoły plastycznej, było jednak aż 7 osób na jedno miejsce. Nie wyszło. Został... elektrykiem. Ale swojej pasji do „twórczego dłubania” nigdy nie porzucił.

– Tata potrafi zrobić cuda. Spod jego rąk wychodziły śliczne dziergane poduszki, szyl ubrania, potrafi zrobić wszystko. Dbą o detale szykując i planując dekoracje na każdą okazję – mówi córka, Monika, która od kilku lat przejęła od taty świąteczne strojenie wewnątrz domu. – Nasze dzieci nie są już małe, ale dzięki temu wszystkiemu co robi tata, wciąż kultywujemy tradycję. Upiękniliśmy już pierniczki, później będziemy je dekorować i rozdawać sąsiadom.

Przygotowania do bożonarodzeniowego wystroju rozpoczęły się tuż po 1 listopada. Zrealizowanie samego pomysłu (a ten po prostu rodzi się w głowie) jest czasochłonne. Samych lampek jest 3 tysiące (wcześniej z dachem było 5 tysięcy). Wszystko musi być gotowe na 6 grudnia – przecież Mikołaj musi odnaleźć dom, żeby trafić z prezentami.

Krzysztof Szczepański mieszkał na Woli, na Bródnie, a kilkanaście lat temu przeprowadził się na Białołękę. Od tamtej pory to jest jego miejsce na ziemi. – Wspaniali ludzie, cisza, spokój. Co bym tu zmienił? Nic, wszystko jest idealnie – mówi z uśmiechem. **Klara Bartuszek**



ROMUALD KAMIŃSKI
BISKUP
WARSZAWSKO-PRASKI

Ktoś miłowany tu przyjdzie
– dobre obejmą nas ręce
I będą nasze uśmiechy
srebrnym błękitem dziecięce.

Jan Piłchowski
Błękitna kolęda

Zbliża się jedyny wieczór roku, oczekiwany niezmiennie z nadzieją, radością, wewnętrznym drżeniem – wieczór Wigilijny.

Zakorzeniony od pokoleń w polskiej tradycji, pełen życzliwości i miłości, łamiący międzyludzkie bariery i kruszący kamienie niezgody.

Wieczór, w który wdzięcznym sercem pochylamy się nad tajemnicą Bożej miłości, wcielonej i objawionej w Dzieciątku, spoczywającym w betlejemskim żłóbku.

Oto Ten, który był, który JEST, Chrystus, ten sam na zawsze, na wieki – przychodzi z darem pokoju, łaską wewnętrzną wolności, światłem i mocą. W Nim Trójca Święta obdarza nas swoją pełnią – byśmy innym wzajem dawali siebie, ogrzali się w ciepłe ludzkiej dobroci, połamali się sercem, rozpalili światło nadziei.

Wszystkim Czytelnikom **Mieszkaniec** życzę, by tegoroczne Święta Bożego Narodzenia odnowiły i umocniły rodzinne więzi, napęliły serca otuchą, wniosły do domów pokój i dobro.

Zrodzona z modlitwy osobista, duchowa więź z Chrystusem niech trwa w nas każdego dnia i – jak mówi tegoroczny program duszpasterski – poddaje otaczającą nas rzeczywistość mocy Bożego Ducha.

Wszystkim z serca błogosławie



+ R. Kamiński

+ Romuald Kamiński
Biskup Warszawsko-Praski

Floriańska 2A, 03-707 Warszawa, tel. biuro 22 518 15 00

REKLAMA

REKLAMA



**Święta Bożego Narodzenia
to czas niezwykły i magiczny.**

**To również wyjątkowa okazja do podzielenia się
radością oraz złożenia Państwu życzeń
zdrowia, spokoju i szczęścia.**

**Życzę, by nadchodzące święta były pełne
rodzinnego ciepła, radości i wzajemnej miłości.
Podarujmy sobie obecność przy wigilijnym stole,
ciepłe serdeczne rozmowy, wzajemny szacunek.**

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

Drodzy Mieszkańcy!

**Życzymy Państwu,
aby nadchodzące święta
Bożego Narodzenia stały się dla wszystkich
okazją do pojednania przy
wigilijnym stole i byśmy wspólnie
odczuwali radość,
a niepowtarzalny nastrój
świątecznego wypoczynku
w rodzinnym gronie pozwolił
zapomnieć o codziennych troskach.
Życzymy także, by światło pierwszej
gwiazdki promieniało szczęściem
i rodzinną miłością,
a święta były cudownie ciepłe
i pełne nadziei na lepsze jutro.**

**Życzymy Państwu,
byście przy świątecznym stole
poczuili jedność z otaczającym światem,
odnaleźli wiarę we wzajemną życzliwość
i optymizm na nadchodzące dni.**

**Życzymy też Państwu
szampańskiej zabawy w sylwestra,
a w nadchodzącym Nowym Roku 2019
samyh dobrych wieści, mądrych wyborów
życiowych, zdrowia, spełnienia marzeń.**

**Rada i Zarząd
Dzielnicy Praga-Południe
m.st. Warszawy**

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 zwlekaj zapisz się już dziś!

WESOŁYCH ŚWIĄT

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

Rada i Zarząd Dzielnicy Praga-Północ m.st. Warszawy
zapraszają na

Praską Żywą Szopkę
23 grudnia 2018 r. (niedziela)
w godz. 12:00 – 15:00
Katedra Św. Michała Archanioła i Św. Floriana Męczennika

W programie:
12:00
Poświęcenie Praskiej Żywej Szopki
12:30
Uroczysta Msza św.
13:30
Wspólne kolędowanie
Upominki dla najmłodszych

Organizator:

Współorganizatorzy:

Partnerzy:

Patroni medialni:

Droży Mieszkańcy

*Święta Bożego Narodzenia
to wyjątkowy czas,
aby życzyć Państwu wszelkiej pomyślności,
radości i pokoju.*

*Niechaj nadchodzący Rok
przyniesie Państwu wiele sukcesów,
sprzyja realizacji planów,
zamierzeń i spełnienia marzeń,
zarówno tych w życiu publicznym,
jak i rodzinnym.*

Burmistrz
Dzielnicy Praga-Północ
m.st. Warszawy
Ilona Soja-Kozłowska

Zastępca Burmistrza
Dzielnicy Praga-Północ
m.st. Warszawy
Dariusz Kacprzak

Przewodniczący Rady
Dzielnicy Praga-Północ
m.st. Warszawy
Ireneusz Tondera

Zastępca Burmistrza
Dzielnicy Praga-Północ
m.st. Warszawy
Dariusz Wolke

SZEMBEK MIAŁ URODZINY

Mowa oczywiście o gen. Piotrze Szembeku, bohaterze walk Powstania Listopadowego. 14 grudnia minęła 240. rocznica jego urodzin.



Obchody rocznicy rozegrały się w dwóch miejscach – w kościele pw. Najczystszego Serca Maryi przy pl. Szembeka oraz w podstawówce przy Boremlowskiej, której patronem jest generał. W uroczystej mszy świętej, celebrowanej przez bp. Romualda Kamiń-

skiego, ordynariusza Diecezji Warszawsko-Praskiej, uczestniczyli uczniowie SP nr 374 oraz zaproszeni goście.

Po mszy, w rytmie marsza wygrywanego na bębnie, uczniowie grupowo przeszli do swojej szkoły (na zdjęciu), gdzie odbywały się dalsze rocznicowe uroczystości. W gościnnych progach placówki przybyłych witała dyrektor Lilla Fota-Giedz. Przemówieniami, referatami, tradycyjnymi polskimi tańcami, prezentacją multimedialną oraz piosenkami i spektaklem teatralnym uczczono pamięć bohaterskiego generała, który walczył m.in. pod Olszynką Grochowską oraz Wawrem.

ar

CHOINKA NA GROCHOWIE

W sercu Grochowa ponownie rozbłysła duża choinka. Praga-Południe ma swoje dzielnicowe, świąteczne drzewko.

Patronat Medialny
MIESZKANIEC

Śmiało można powiedzieć, że przedświąteczne rozświetlanie choinki na placu Szembeka, przez wielu zwanym sercem Grochowa, stało się południowopraską tradycją. W tym miejscu, od sześciu lat, dzielnicowy Ratusz i Centrum Promocji Kultury Pragi Południe organizują bożonarodzeniowy kiermasz oraz uroczyste „odpalenie” choinki.

Na to wydarzenie przyjeżdżają mieszkańcy z całej dzielnicy. – *Jestem tu pierwszy raz i powiem, że to duża atrakcja dla dzieci, a przy okazji można spotkać znajomych* – mówi „Mieszkańcowi” Agnieszka z Kamionka, która na plac Szembeka przyjechała z synem Bartkiem. Bratowa pani Agnieszki, również Agnieszka, ale z Grochowa, na rozświetlenie choinki przyszła z ośmioletnią córką Zuzią. Zuzia dumnie prezentuje naszyj-

nik, który zrobiła na jednym z kiermaszowych stoisk. – *To naszyjnik dla cioci Kasi, która z wujkiem Andrzejem przyjeżdża dzisiaj z Łodzi...* – dziewczynka dokładnie tłumaczy historię powstania zrobionej przez siebie biżuterii...

Własnoręczne wytwarzanie biżuterii, która może być oryginalnym prezentem gwiazdkowym, cieszyło się olbrzymim zainteresowaniem. – *Przez cały czas mamy w naszym stoisku tłum ludzi...* – mówi koordynatorka z Fundacji Zwalczyć Nudę. Fundacja nie po raz pierwszy aktywnie uczestniczy w świątecznym spotkaniu na pl. Szembeka. Jej Akademia Elfów Świętego Mikołaja zapewniła dobrą zabawę dzieciom i całym rodzinom.

Odwiedzamy kolejne oblegane stoisko świątecznego kiermaszu. – *U nas dzieci samodzielnie dekorują pierniki*

i bombki. Oczywiście później te ozdobione rzeczy mogą zabrać do domu – mówi Sebastian z Przedsiębiorstwa Organizacji Turystyki Rekreacji i Sportu, które przygotowało tę atrakcję.

W czasie świątecznego spotkania przeprowadzono konkursy i quizy. Nagrodami w nich były m.in. choinki. Wśród młodszych mieszkańców uwijał się Sylwester Nowak, wieloletni szef oddziału Towarzystwa Przyjaciół Dzieci, który w tym roku pierwszy raz został radnym dzielnicy.

Na scenie ustawionej przy ul. Grochowskiej, z koncertem kolęd polskich i zagranicznych, wystąpił zespół The Spell. Z tej samej sceny burmistrz Pragi Południe, Tomasz Kucharski, rozpoczął odliczanie „odpalenia” choinki. Wysokie na kilka metrów drzewko rozbłysło setkami światełek. Spotkanie



na placu Szembeka było dobrą okazją dla burmistrza i jego zastępcy Jarosława Karcza do przedstawienia mieszkańcom nowej wiceburmistrz dzielnicy Izabeli Szostak-Smith.

Wreszcie przyszła pora na życzenia od władz Pragi Południe. Na scenie, prócz wspomnianych członków zarządu dzielnicy, zgromadziło się kilkoro radnych (m.in. Irena Bartosińska, Katarzyna Olszewska, Michał Wieremiejczyk, Małgorzata Rynkiewicz). W kierunku widowni popłynęło „Wesołych Świąt”!

Magda K.



REKLAMA

REKLAMA



centrum **szembeka**

ul. Zamieniecka 80



Życzymy naszym klientom
zdrowych i rodzinnych
Świąt Bożego Narodzenia

Świąteczne zakupy?

Wszystko na miejscu!



MIESZKANIEC 13

FALENICKIE BOJE

Przez dwa dni młodzi piłkarze z Mazowsza walczyli na boisku hali sportowej przy ul. Poezji 5. W drugim tygodniu grudnia odbył się tam Turniej Bitwy Falenickiej 1939 r.



W sobotę (8 grudnia) na sportowym obiekcie przy Szkole Podstawowej nr 76 im. 13 Dywizji Piechoty Strzelców Kresowych rywalizowały drużyny roczników 2007/2008. Mecze były zacięte i emocjonujące, a bramek padało wiele. Ostatecznie najlepszym zespołem okazał się UKS Żagle Warszawa. Drugą lokatę zajął MKS Piast Piastów, a trzecią stołeczna Delta.

Następnego dnia grali jeszcze młodszy piłkarze – roczniki 2011/2012. Widać było, że mając świetny doping kibiców (głównie rodziców piłkarzy) zawodnicy wkładają w grę całe swoje serduszka. W tej kategorii wiekowej zwyciężył Olimp Ciechanów przed WS Wesola i Delatą Warszawa. Zabrakło miejsca na podium dla drużyn organizatora turnieju – Towarzystwa Sportowego Falenica. Najle-



sze miejsce (piąte) gospodarze zajęli w niedzielę. Paweł Syga, trener i działacz klubu, taki wynik tłumaczył kontuzjami bramkarzy, ale „Mieszkaniec”, który był patronem medialnym turnieju, uważa, że ze względu na falenicką gościnność gospodarze dali wygrać innym...

Sportowej rywalizacji towarzyszyły różne atrakcje. Był m.in. kącik historyczny, w którym Piotr Bieliński ze Stowarzyszenia Bitwa Falenicka 19 IX 1939 opowiadał o bohaterach tamtych walk.

Uchonorowano młode falenickie talenty – Jasia Wojnowicza i Antka Narolskiego. Ten drugi miał więcej powodów do dumy, gdyż jego tata Marcin, prezes TS Falenica, zwyciężył w konkursie trafień z połowy boiska w poprzeczkę bramki.

Turniej był bardzo udany, a środowisko TS Falenica już zaprasza młode drużyny na kolejne organizowane przez siebie wydarzenia – styczeniowy Turniej Falenica Cup im. Bartłomieja Urbanowicza. **rosa**

ZIMOWE ATRAKCJE W MIEŚCIE

Już za kilka dni długo wyczekiwane święta Bożego Narodzenia. Niestety, wszystko wskazuje na to, że pod znakiem zapytania wciąż stoi zimowa aura, która dodaje niepowtarzalnego klimatu tym dniom.

Mamy nadzieję, że mimo wszystko, nawet bez mrozu i śniegu wolne dni spędzicie na świeżym powietrzu. Atrakcji w mieście nie brakuje. W poprzednim „Mieszkańcu” pisaliśmy o kolejnej edycji Zimowego Narodowego, która trwa do 19 lutego. Na PGE Narodowym są m.in. lodowiska, górkę lodową, curling, zajęcia dla najmłodszych czy dyskoteki na łyżwach. Jest w czym wybierać.

W stolicy są też lodowiska miejskie, na których zarówno mali, jak i ci starsi znajdą ciekawe zajęcia. Przy piruetach i wywrotkach (tych na pewno

nie zabraknie) można wesoło i aktywnie spędzić czas.

W Warszawie działa szesnaście miejskich lodowisk. Sprawdzamy, gdzie poślizgnąć się po prawej stronie Wisły.

Bezpłatnie swoich sił na łyżwach możecie spróbować w Wesołej przy ul. Armii Krajowej 72 oraz na Pradze Południe (ZS 37, Aleja Stanów Zjednoczonych 24).

Płatne lodowiska są: na Targówku (OSiR Targówek, ul. Łabiszyńska 20) na Białołęce (BOS, ul. Strumykowa 21) oraz w Wawrze na terenie OSiR przy ul. V Poprzecznej 22.



Gdyby jednak łyżwy nie były waszą pasją i wolicie poszusować na nartach lub pojeździć na sankach, Miasto ma dla was wiele atrakcji na Szczęśliwiczach. Co prawda to druga strona miasta, ale naprawdę warto się wybrać do tego zmodernizowanego ośrodka. Całoroczny Stok Narciarski „Szczęśliwice” to 9500 m kw. nawierzchni stoku zjazdowego, który jest czynny niezależnie od pogody, nawet przy plusowych temperaturach. Na szczyt stoku wjeżdżają dwa wyciągi: talerzowy oraz krzesłkowy. Dodatkowo na „Szczęśliwiczach” działa rekreacyjna kolejka grawitacyjna dla saneczkarzy. **KS**



REKLAMA

REKLAMA

19115

ZAPRASZAMY NA TURNUSY USPRAWNIAJĄCO-REKREACYJNE DO OŚRODKA „LEŚNA GÓRA” W KAMIENICZKU

Jesteśmy wpisani do rejestru ośrodków uprawnionych do przyjmowania grup turnusowych osób niepełnosprawnych:

- z chorobami układu kostno-stawowego
- z upośledzeniem umysłowym
- z chorobą psychiczną
- z padaczką
- ze schorzeniami układu krążenia

WCZASY REFUNDOWANE

Ceny już od 1400 zł w cenie pobytu, 2 zabiegi fizykalne, całodienne wyżywienie. Rehabilitacja ustalana indywidualnie dla każdego pacjenta.

kontakt@domopiekilesnagora.pl
☎ 606 976 031 lub 660 697 365
Kamieńczyk k/Wyszkowa, ul. Warszawska 18
www.domopiekilesnagora.pl

NARZYNKI GWINTOWNIKI

Metal-Market
HURT DETAL

NARZĘDZIA, art. METALOWE

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

własny parking

NARZĘDZIA ŚRUBY ZAMKI LINKI

Hurtownia Optyczna HURT-DETAL

Okulary tylko 49 zł

Oprawa + szkła + robocizna (sph. od -4.0 do +4.0 dpr.)
Warszawa, ul. Majdańska 7
Tel. 22 612 00 03

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

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

Najniższe ceny na:

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

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

NAPRAWA

- Pralki automatyczne
- Ardo, Ariston, Candy, Indesit, Polair, Whirlpool itp.
- Zmywarki
- Maszyny do szycia
- Zmech. Sprzęt AGD
- Roboty kuchenne - Suszarki
- Żelazka - Czajniki
- Odkurzacze elektryczne

Serwis gwarancyjny firm BRAVO - ADA, LIBELLA, MPM PRODUCT

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

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

„ŁĄCZNOŚĆ” W DUBLINIE

Uczniowie Technikum Łączności im. prof. Janusza Groszkowskiego z Zespołu Szkół Nr 37 im. Agnieszki Osieckiej w roku 2018 odbyli 4-tygodniowe staże zawodowe w Dublinie. Wyjazd został zorganizowany w ramach grantu przyznanego w ubiegłym roku na realizację projektu „Zagraniczne praktyki szansą na lepszy start” z Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój na zasadach programu Erasmus+ z sektora Kształcenie i szkolenia zawodowe – „Ponadnarodowa mobilność uczniów i absolwentów oraz kadry kształcenia zawodowego” finansowanego z Europejskiego Funduszu Społecznego. Irlandzkim partnerem Zespołu Szkół Nr 37 był Infinity English College.

30 praktykantów rekrutowano z trzech profili zawodowych – technik informatyk, technik teleinformatyk i technik telekomunikacji. Staż odbywał się od 9.07. do 3.08.2018 r. w punktach serwisu sprzętu informatycznego i teleinformatycznego oraz w działach IT różnych firm w Dublinie. Uczniowie poznawali europejski rynek pracy, najnowsze technologie i trendy dynamicznie rozwijającego się rynku szeroko pojętej branży informatycznej. Pracując w funkcjonujących na dublińskim rynku firmach, poszerzali umiejętności zawodowe oraz doskonalili język angielski, zwłaszcza słownictwo branżowe. Partner irlandzki zorganizował polskiej młodzieży praktyki w swoim dziale IT oraz w takich firmach jak Symantec, Expertech Computers, Lawless Brothers, Tech Village, Laztech, Computer Repair Centre, Harolds Cross, Dorset, Swan.

Infinity English College, raz w tygodniu, aranżował uczestnikom projektu spotkania, na których mieli okazję wymienić się doświadczeniami i opiniami z odbywających się staży. W weekendy odbywały się kulturalne wycieczki po cie-

kawych zakątkach Irlandii. Młodzież zwiedziła Bray, dawny port rybacki w Howth, Galway i Klify Moheru oraz zespół średniowiecznych budowli sakralno-obronnych Rock of Cashel.

W czasie realizacji zadań mobilności uczniowie zakwaterowani byli u irlandzkich rodzin. Codzienne kontakty z gospodarzami sprzyjały poznawaniu zwyczajów i realiów życia obywateli Irlandii, uczyły tolerancji wobec odmienności kulturowej oraz sprawności i zręczności komunikowania się w języku angielskim. Przebywanie z dala od domu sprzyjało kształtowaniu odpowiedzialności i samokontroli. Wzmocnienie tych cech z pewnością w przyszłości pozwoli naszej młodzieży szerzej otworzyć się na nowe kontakty i współpracę międzynarodową.

Uczniowie Technikum Łączności pozytywnie ocenili wizytę w Dublinie zarówno pod względem zawodowym, jak i kulturowym. Z uznaniem i szacunkiem również wspominają opiekunów z ramienia organizacji partnerskiej.

Koordinator projektu – Joanna Koza



Uczestnicy projektu na stanowiskach pracy w dublińskich firmach.



Młodzież w trakcie wycieczki – Rock of Cashel.



Uczniowie na Klifach Moheru.



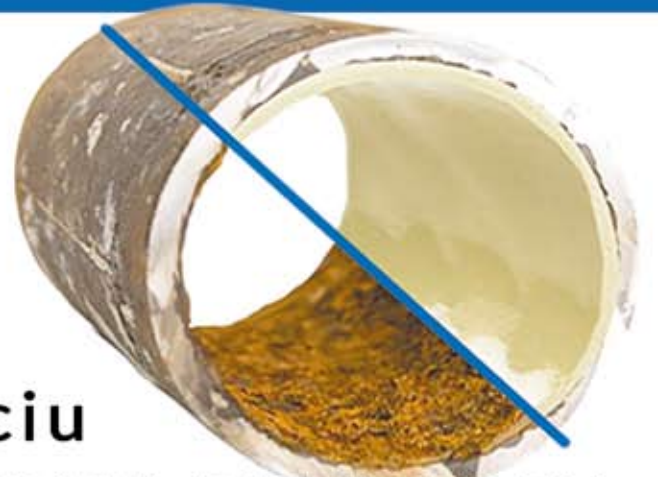
Ostatnie chwile w Irlandii – pamiątkowe zdjęcie przed powrotem do Polski.

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 TWORZYMYSY 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

25 LAT TRWAŁOŚCI
HYDRO AXO

EKOLOGICZNY

SKANDYNAWSKI CERTYFIKAT VTT

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

tel. 537 195 195
607 147 001

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



**RADY
CIOTKI
AGATY**

kierunku. Ona krzyczy:
– Nie gap się na mnie!
Patrz na drogę!!! Chcesz
mnie zabić???

– Po prostu cofam – odpow
wiada chłopak.

Noc. W domu profesora
dzwoni telefon:
– Dobry wieczór, panie pro-
fesorze. Czy pan śpi?
– Oczywiście, przecież jest
druga w nocy!
– No właśnie. A my nadal
musimy zakuwać do egza-
minu!

Świeżo upieczony kierowca wziął dziewczynę na przejażdżkę, pod warunkiem że ona usiadzie z tyłu, by go nie rozpraszać. W pewnej chwili on odwraca się w jej

Mąka pszenna ma ściśle określone typy, oznaczone na opakowaniu. I tak typ 450 (zawartość w mące substancji mineralnych to 0,45%) to mąka najjaśniejsza, do leciutkich biszkoptów i tortów. Typ 500 i 550 przyda się do ciast drożdżowych, francuskich, pączków, faworków, pizzy, ale też do naleśników, zup i sosów, ale już krupczatka 550 raczej do ciast kruchych i parzonych. Typ 650 najlepiej sprawdzi się w ciastach ciemnych i piernikach, a 750 i więcej – do wypieku chleba. Oczywiście, nie są to reguły, których nie wolno złamać – każda pani domu ma swoje niepowtarzalne sekrety: czasem to zmieszanie dwóch rodzajów mąki sprawia, że w tym domu ciasta są niepowtarzalne! Odradzam jednak samodzielne eksperymentowanie podczas wypieków świątecznych, gdy wszystko musi wypaść idealnie.

Wesoły Romek



Praga, której nazwa pochodzi ponoć od czasownika prażyć, gdyż powstała na terenie po wypalonym lesie, to dawna wieś, odnotowana w 1580 roku jako część powiatu warszawskiego. W 1648 roku nadano jej prawa miejskie – z tego okresu pochodzi jeden z nielicznych tu zabytków: kaplica Matki. Ulica Ratuszowa pokazuje, gdzie stał ratusz Pragi.

Wł. Bryl, *Przewodnik Geograficzny Królestwa Polskiego i Innych Krajów*, wydany w 1880 roku, „Praga, z przedmieściami Nowa Praga, Nowolizna, Targówek, Grochów, obecnie dzielnica Warszawy, dawniej miasteczko, leży na prawym brzegu Wisły, naprzeciw Warszawy, w wąskiej dolinie nadrzecznej. (...) Posiada kościół parafialny, cerkiew, synagogę, gimnazjum, szpital, ochronę dla dzieci, bibliotekę bezpłatną, dwa dworce, urząd pocztowy, targowiska, przystanek kolei, przegrodę Wisły” i nie tylko.

Praga to nie tylko...
Praga to nas...

Ciekawska

H O R O S K O P

Grudniowe dni miewają też swoje uroki, ale wczesne wstawanie nie nastraja cię zbyt optymistycznie. Chandra, która towarzyszy ci od kilku dni szybko przemienie. Możliwe, że w najbliższym czasie spotka cię kilka niespodzianek i to miłych. Najmilszą może być podwyżka w pracy i spotkanie z sympatyczną, ale dawno niewidzianą osobą.

Drogi Byku! możesz teraz trochę odpocząć. Melancholijne nastawienie do wielu spraw pozwoli ci zastanowić się nad swoim postępowaniem. Dojdiesz do zaskakujących wniosków. Istnieją duże szanse na pomnożenie dochodów, ale nie szarżuj z wydatkami. Temperamentowi i fantazji pozwól się wyszczać na spotkaniach towarzyskich, których zapewne pod koniec miesiąca nie zabraknie.

Lubisz częste zmiany. I to nie tylko w sferze zawodowej, ale i towarzyskiej. Ale powinieneś pomyśleć o zmianie swojego postępowania wobec kolegów z pracy. Nieraz przekraczasz pewną granicę, która może być początkiem niepotrzebnego konfliktu. Postaraj się nie zapominać o swoich przedsięwziętych obowiązkach domowych, twoi najbliżsi liczą na pomoc.

W ciągu kilku ostatnich dni spotkało cię wiele niespodzianek. W pracy poczułeś się doceniany, a brak finansów nie narzekasz i ogólna aprobata otoczenia dopełnia całości. Ale, uważaj na to, co mówisz – pewne sądy zachowaj tylko dla siebie. Mogą z tego wyniknąć niepotrzebne komplikacje. W życiu osobistym staraj się zachować dobre układy z partnerem.

Od pewnego czasu dobre samopoczucie cię nie opuszcza, a najbliższe dni pozwolą ci odpuścić od nawału obowiązków. Najgorsze już za tobą. Docenij uroki codzienności i korzystaj z nielicznych wolnych chwil. Najlepiej wypadnie ci to w towarzystwie sympatycznych osób, którym nie brakuje poczucia humoru i optymistycznego nastawienia do świata.

Przez kilka najbliższych dni czeka cię wspaniała zabawa. Chwile odpoczynku i pełnego relaksu, które nadejdą wykorzystaj, ile się da. Postaraj się tylko poprawić kondycję, bo padniesz ze zmęczenia gdzieś po drodze i trzeba cię będzie nieść. Będziesz mieć zapewniony dobry nastrój, świetne samopoczucie, nie mówiąc już o ciekawym towarzystwie.

Nie martw się rzeczami, które w końcu same znajdą rozwiązanie. Troszeczkę powinienes odpocząć. Wybierz się z najbliższymi na ciekawą wycieczkę. Odpocznij od nawału codziennych obowiązków. Pod koniec miesiąca niespodziewany przyływ gotówki sprawi, że twoje święta naberą niepowtarzalnego uroku... Na razie pomyśl o przedświątecznych zakupach.

Miałeś kilka dni wspaniałego odpoczynku. Teraz pora zabrać się do pracy. Dobry nastrój cię nie opuszcza, szczęście też... Korzystaj z uroków życia, nie unikaj towarzystwa, które bardzo lubisz. Ktoś interesujący ma ochotę cię poznać i spotkać się z tobą. Wykaż wiele cierpliwości i taktu, co w twoim przypadku będzie, niestety trudne.

Drogi Strzelcu! Zastanów się, czy warto zachowywać pozory wobec najbliższych? Postaraj się jednak zmienić swoje życie. Od ciebie zależy, czy następne dni będzie można zaliczyć do udanych. Teraz w okresie twoich urodzin możesz przekonać się, jakie zmiany szykują się w twoim życiu. Nie podejmuj jednak zbyt pochopnie decyzji, dużo będzie zależać od twojej intuicji.

Cały czas narzekasz, że nie masz czasu. Wreszcie powinieneś pomyśleć o jakiejś zmianie w twoim życiu. Wyjdź naprzeciw ciekawej znajomości, która może poprawić twój nastrój i może być początkiem ciekawego związku. W pozostałych sprawach postaraj się zachować umiar i swoje obowiązki traktuj odpowiedzialnie.

Optymizm, który cię ogarnął sprzyja dokonywaniu rzeczy niemożliwych. Twoja brawura i perfekcja sprawiają, że uda ci się wiele spraw. Niekoniecznie musisz rzucać się od razu na głęboką wodę, ale najbliższy weekend poświęć miłej osobie... Cieszysz się już na przedświąteczne zakupy i porządki, a twoje poczucie humoru udzieli się najbliższym.

Dużo mówisz, ale nic nie robisz w tym kierunku, aby pewne sprawy przybrały inny obrót. Wykaż się większą odwagą cywilną i konsekwencją w działaniu. Jeżeli to zrobisz – sukces finansowy murowany, nie mówiąc o towarzyskim. Twój urok osobisty odegra tu niemалą rolę.

MERLIN

Śledzie, śledzie!
Kiedy, jak nie teraz?



ŚLEDZIE CYTRYNOWE:

weż tyle śledzi z beczki, ile cytryn. Śledzie namocz na kilka godzin w zimnej wodzie, a następnie na godzinę w mleku. Jeśli korzystasz z matjasów, pominię ten etap. Opłucz, pokrój na kawałki. Cytryny starannie umyj. Nie obieraj. Połowę pokrój w cieniutkie plasterki, z drugą połową wkładaj warstwami śledzie, potem znowu śledzie tak, by na wierzchu były cytryny, zamknij słoiki i wstaw na kilka dni do lodówki. Możesz posmakać oliwą lub olejem lnianym.

🔥 ŚLEDZIE Z CYTRYNĄ: przygotuj śledzie jak wyżej, następnie pokrój w poprzek w paseczki. Cebulę pokrój w cienkie półplasterki, podobnie cytrynę (ze skórą) i aromatycznym jabłkiem. W misce wymieszaj wszystkie składniki, dodając świeżo mielony czarny pieprz, liść laurowy i ziele angielskie oraz olej (nie za dużo). Układaj w słoikach, podawaj po kilku godzinach (do 2 dni).

🔥 ŚLEDZIE POD PIERZYNKĄ: matjasy osącz, pokrój na niewielkie kawałki. Ułóż na półmisku, Na to ułóż cieniutkie plasterki cebulki dymki (żadnej innej!), 1/2-3/4 startego na grubej tarce jabłka i cząstki mandarynek. Całość przykryj grubą warstwą domowo ubitej śmietany (bez cukru, ze szczyptą soli i łyżeczką soku cytrynowego), a wierzch posyp fantazyjnie siekanym szczypiorkiem z dymki.

ŚLEDZIE PIERNIKOWE: cebulę pokrój w cienkie piórka, zeszklij na złoto na maśle z pieprzem i solą. Gdy jest leciutko złota, dodaj ciut octu balsamicznego lub jabłkowego rozmieszanego z łyżką miodu, podsmaż mieszając, na małym ogniu, 2 minuty, wystudź. Pierniki dobrej jakości (bez nadzienia i bez czekolady) utrzyj lub zmiksuj na proszek, dodaj 1-2 łyżeczki przyprawy do pierników, łyżkę miodu, łyżeczkę musztardy, łyżeczkę (nie łyżkę) przecieru pomidorowego, sok cytrynowy, sól, pieprz i tyle oliwy, by powstał sos. W słoikach ułóż warstwami śledzie, cebulę, sos, liść laurowy i ziele angielskie tak, by sos był na wierzchu. Zamknij, odstaw na kilka dni, niech dojrzeją.

Pyszna Józia

Krzyżówka Mieszkańca nr 24

Produkcja metalu		Skład towarów		Płak z rzędu mew-siewek	Kompozytor „Krainy uśmiechu”		Plan, projekt	Kłoda	Rosatti, aktorka Pozostałość z przeszłości		Potocznie, zgoda, przymierz
▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
►					Niezmierzona dal	►			...		
Trwale rozděcie żyty	10	Nabyty na czoło Wzywały na wojnę	►			1/100 korony	►		8		
Kształt twarzy					Statek powietrzny Jedna z hor						
►						Drzeworyt, litografia Karczoch	►		1		
Incydent, wydarzenie	Kpiarz	►							... Ir Sen		
	Królowa z Wieliczki	▼			6		Krażek dla strzelca		Tatarak		
►				Karlówka palma	►						
						7					
Lubi zadymy		Rzuca się na mózg	►	Pospolity chwast Kładziono w łazience	►		Miasto z Szombierkami		Pomocnik chemika		Duet
►											
				Grządka kwiatowa	Powtórka na planie filmowym	►				Stan w Meksyku	▼
Harap, bałog											
Zrzęda	►					Długa, nudna przemowa	4				
►					Hen, daleko Pośrednik	▼			Afrykaner	►	
	3								Przestępca ośmiornica	▼	
Dopływ Mozeli	Rzeka w Rabce Część „Chłopów”	►				Jedna w sercu Zalegają w archiwum	►				
Pożyczka pod nieruchomości		... Paschalska 40 funtów	►	11				Widmo, zjaw			... Hanks
►											
Zachodzą u niego zmiany genów	►							Loteryjna premia		5	
Samara											
				Przepływa przez Lizbonę	►		9	Hazardowa gra losowa			
								Cząstka materii	►		

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 11 utworzą końcowe hasło – przysłowie ludowe.

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

Rozwiązanie należy przysyłać pod adresem redakcji w terminie 7 dni od daty ukazania się gazety. Do wygrania książka „Domowe smaki”.

Rozwiązanie krzyżówki nr 22/2018 – „Bigosu narobić”. Album „Perty Mazowsza” wylosowała p. Krystyna Daszkiewicz. Po odbiór zapraszamy do redakcji (z dowodem tożsamości) w dniach 18-21 grudnia br. lub 8-11 stycznia 2019 r.



FINANSE

■ Chwilówki bez BIK.
Pożyczki na święta.
Tel. 577-668-566

■ Pożyczki do 2000 zł!
Nawet dla osób
z komornikiem.
Tel. 792-307-229

■ 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

■ Pielęgniarskie usługi
w domu pacjenta.
Pełny zakres.
Tel. 607-989-121

NAUKA

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

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

■ Korepetycje język niemiecki
– doświadczony nauczyciel.
Tel. 791-898-493

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

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

NIERUCHOMOŚCI – Mam do
do wynajęcia

■ Wynajmę dom-bliźniak
z garażem – Grochów.
Tel. 601-937-457

NIERUCHOMOŚCI – Sprzedam

■ Lub wynajmę pawilon
handlowy 15 m kw., bazar
Universam Grochów.
Tel. 512-732-436

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,
rozwoły, alimenty,
nieruchomości, inne).
Tel. 500-175-857

■ Doradca Podatkowy
– kontrole podatkowe
i sprawdzające, porady,
wszystkie podatki, spadki,
darowizny, aukcje,
nieujawnione dochody.
Tel. 22 672-34-34,
604-095-656,
www.podatki-doradca.pl

■ Kancelaria Adwokacka
adw. Teresa Zdanowicz.
Sprawy cywilne, karne,
rodzinne, spadkowe, rozwody.
Wawer-Anin ul. Ukośna.
Tel. 22 613-04-30,
603-807-481

SPRZEDAM

■ Drewno kominkowe.
Tel. 609-805-821

■ 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

■ Palety drewniane 120x80
10 zł. Tel. 609-805-821

■ Polietylen przemiał 500 kg,
młynek do tworzyw.
Tel. 510-384-005

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 dł./2,0 wys. – kontener,
kraj, zagranica, konkurencyjne
ceny. Tel. 502-904-764

USŁUGI

■ AAAA Anteny telewizyjne
montaż, ustawianie,
naprawy.
Tel. 883-997-800

■ AAAA Automatyczne pralki,
zmywarki – krajowe, zachod-
nie. 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,
PRZERÓBKİ – 24 H.
TANIO. TEL. 22 610-88-27,
604-798-744

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

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

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

■ HYDRAULIK.
TEL. 502-031-257

■ Hydraulik.
Tel. 601-948-528

■ Hydraulika, wod. kan.-gaz.,
piece, remonty, przegląd
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

■ Lodówki. Tel. 604-910-643

■ 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-ładowarką
– 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.
Tel. 664-676-664

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,
remonty. Tel. 501-028-073,
22 566-17-16

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

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

■ Remonty. Tel. 880-302-903

■ 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

MIESZKANIEC

BIURO REKLAMY

04-062 Warszawa, ul. Grenadierów 10

e-mail: redakcja@mieszkaniiec.pl

tel. 22 813-43-83, 22 810-64-12

www.mieszkaniiec.pl

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.lethewarszawa.pl

ZAKŁAD POGRZEBOWY

„ABROS”
Usługi kompleksowe

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

CAŁODOBOWO

ZAKŁADY POGRZEBOWE



PEŁNY ZAKRES USŁUG NA TERENIE
WARSZAWY I OKOLIC

(24h) 22 779 23 39, 500 33 99 33 www.exitus.com.pl

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

Dom Pogrzebowy
„GÓJSEY”
rok założenia 1987
POGOTOWIE POGRZEBOWE 24h
tel. 870-68-95
601 305 779; 601 99 59 59
Pełen zakres usług w kraju i zagranicą
Własna kaplica w Wawrze ul. Widoczna 6
Siedziba firmy: Warszawa Grochów
ul. Grenadierów 34 tel/fax 22 810 94 80
Nasza oferta w internecie
www.gojscy.pl; e-mail: info@gojscy.pl

posiadamy certyfikat

POLSKIEJ IZBY POGRZEBOWEJ



Marek Gójski

firmę prowadzi wspólnie z Hanną Gójską

MIESZKANIEC

CZASOPISMO

SPOŁECZNO-SAMORZĄDOWE

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. 22 813-43-83,

e-mail: redakcja@mieszkaniiec.pl, www.mieszkaniiec.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.



OSTEOPATIA – O CO CHODZI?

Po pierwsze, osteopatia to nie osteoporoza! Choć nazwa składa się z dwóch greckich słów **osteon** (kość) i **pathos** (cierpienie), co można interpretować jako „cierpienie kości”, lecz to bardzo spłyca pojęcie osteopatii, która zajmuje się układem kostnym, mięśniami, podwójkami i innymi obszarami potencjalnych cierpień człowieka.

Zarówno nazwę, jak i terapię, a raczej tę grupę terapii, opracował blisko 150 lat temu Amerykanin, Andrew Taylor Still określając ją jako **rodzaj ulepszenia medycyny konwencjonalnej**. Choć w XIX wieku różniła się ona znacznie od współczesnej, a osteopatia szybko zdobywała zwolenników, jej powodzenie, oparte na sukcesach, do dziś cieszy się rosnącym powodzeniem pacjentów.

Jest to metoda, w której wywiad z pacjentem, testy i badanie manualne wykorzystywane są do stawiania diagnozy i leczenia chorych. **Najważniejsze w osteopatii jest traktowanie ludzkiego ciała jako całości**, akceptowanie i odnajdywanie zależności pomiędzy ciałem, umysłem oraz

psychiką bez względu na to, czy chodzi o pacjenta zdrowego czy o chorego. Każdy osteopata wie i rozumie, że **nasze ciało posiada potężne (choć jeszcze nie do końca zbadane) własne mechanizmy samoleczenia i autoregulacji**.

Rolą osteopaty jest, by w tym pomóc. Dlatego tak bardzo ważną jest diagnoza – wiele razy pisaliśmy o tym, że **migrena może mieć źródło w dysfunkcji np. kości ogonowej albo bólu barku – w chorobie wątroby**. Podobnych przykładów jest bardzo wiele. Zaskakują one laika, ale dla osteopaty to nic nowego.

Dr Still był przeciwny nadużywaniu leków (już w XIX wieku!) i to było impulsem do jego prac nad osteopatią. Dziś nadal

chętnie łykamy tabletki, używamy maści wierząc, że one za nas rozwiążą problem. Dr Still dowiódł, że większość naszych chorób jest powodowanych przez niefizjologiczne uciski, jakie wywierają uszkodzone tkanki i kości, a także przez zaburzenia krążenia płynów ustrojowych, m.in. krwi, limfy, płynów międzykomórkowych. Jeśli uda się zdefiniować miejsce przeciążeń i usunąć powód, organizm sam wraca do normy.

Osteopatia w Europie pojawiła się tuż przed I wojną światową, zaś pierwsze szkolenie w Polsce rozpoczęto w XXI wieku. W 2005 r. powstało Towarzystwo Osteopatów Polskich.

Co leczą osteopaci? Bardzo często zespoły bólowe układu kostno-stawowego i kręgosłupa (w tym rwy, dyskopatie, zmiany degeneracyjne dużych stawów), ale też schorzenia układu krążenia i układu oddechowego, ginekologicznego, urologicznego, i rozmaite schorzenia gastroenterologiczne. Do tego różnego pochodzenia migreny, zespoły psychosomatyczne, lękowe, depresje. Pomaga w leczeniu wad postawy, stanów pourazowych, pooperacyjnych, a nawet w zespołach bólowych kobiet w ciąży i szeroko rozu-



Andrzej Jędrzejewski

mianej profilaktyce okolooprodowej. Obejmuje też swoimi działaniami dzieci, już od wieku noworodkowego (osteopatia pediatryczna).

– To prawda, czasem pacjenci myślą osteopatię z osteoporozą – tłumaczy osteopata Andrzej Jędrzejewski z BORAMEDU. – Ale to są zupełnie odrębne pojęcia! Czasem jednak trzeba wyjaśnić, że osteopatia nie ma nic wspólnego z chorobą kości, jaką jest osteoporoza. Współcześnie stosowane terapie manualne, a jest ich wiele, są w znacznym stopniu oparte na osteopatii. Impulsem dla dra Stilla był przypadek – pewnego dnia pomógł kobiecie z kilkorgiem dzieci nieść najmłodsze z nich, które źle się czuło. Lekarz mimowolnie zauważył problematyczny obszar, który delikatnie rozmasował i dolegliwość ustąpiła! To go upewniło, że jego badania

idą w dobrym kierunku. Dziś też osteopata musi mieć wrażliwe dłonie, by podczas badania pacjenta wyczuć napięcia, nawet te ukryte i nieoczywiste, a następnie umiejętnie je usunąć.

– Jak wygląda wizyta? – Podobnie jak u fizjoterapeuty. My jednak kładziemy nacisk na znalezienie przyczyny dolegliwości, by zgodnie z wiedzą osteopatyczną zmobilizować organizm do powrotu do zdrowia. Zawsze bierzemy pod uwagę wiek i pleć pacjenta, choroby przebyte i współistniejące, urazy, historię leczenia. Prosimy, by pacjenci mieli ze sobą wyniki ostatnich badań. Ale ostatnich, to nie znaczy sprzed roku – co najwyżej sprzed kilku tygodni. Wyniki badań nie starsze, niż sprzed miesiąca – podkreśla osteopata.

– To nie jest żadna szarlataneria – śmieje się Andrzej Jędrzejewski – choć stosowane przez nas techniki, na przykład nasłuchowe, początkowo mogą zaskoczyć. Ale stosujemy je, ponieważ pomagają! Osteopatia jest niezwykle skuteczna, dowodzi tego jej ogromny rozwój zwłaszcza w ostatnich latach. Gdyby nie zadowolenie pacjentów, dowodzące skuteczności pracy osteopatów, byłoby przeciwnie. Trzeba być otwartym na zmiany. Niedawno czytałem książkę pewnego ortopedy, który dowiódł, że na przykład przy zwichnięciach czy skręceniach nie należy wkładać nogi w gips, lecz natychmiast (im szybciej, tym lepiej) skorzystać z fizjoterapii, która szybko „naprawi” szkodę. To naprawdę działa... AS2018



BORAMED
PROFESSIONAL CARE

Uwaga!

Sprawdź swoje zdrowie!
Bezpłatne konsultacje
do Pana Andrzeja
Jędrzejewskiego w dniach
6.12–18.12.2018,
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



*** Zdjęcie voucheru nie upoważnia do jego realizacji.

Voucher można zakupić wyłącznie w przychodni Boramed przy ulicy Bora-Komorowskiego 21 lok. 307 lub Boramed przy ul. Fieldorfa 10 lok. 315.

REKLAMA

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

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

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

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

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 sprzęcie 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

WYBIERZ SWÓJ PREZENT

DZIANINY
KURSY SZYCIA
MASZYNY DO SZYCIA
10% TANIEJ!

Sklep z maszynami
 na I p. CH Szembeka
 Zamieniecka 80

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 przebytych pólpaściu,
- kończyn dolnych (owrzodzenia, polineuropatie np. w cukrzycy),
- w chorobach nowotworowych (w różnych stadiach choroby),
- w fibromyalgii
- w schorzeniach neurologicznych (SM, po udarze mózgu),
- neuralgią nerwu trójdzielnego
- oczekujących na leczenie operacyjne (ortopedyczne, neurochirurgiczne, chirurgiczne)
- jak też i po operacjach.

NIE MUSI BOLEĆ!

ul. Widok 10, Warszawa-Śródmieście

informacje i zapisy: tel. 730 266 030

T&A MEDICA
 OKULISTYKA

Wszczepiamy soczewki wewnątrzgałkowe
 AcrySof usuwające zaćmę,
 korygujące wzrok oraz astygmatyzm.

ZABIEGI
USUNIĘCIA ZAĆMY
 (BEZ KOLEJKI)

- USG gałek ocznych
- Wizyty okulistyczne
- Drobne zabiegi chirurgii oka

- Kapsułotomia laserowa (leczenie zaćmy wtórnej)

► Soczewka AcrySof IQ – do dali + filtry UV i światła niebieskiego – do jazdy samochodem bez okularów

► Soczewka AcrySof IQ CLAREON – soczewka jednoogniskowa **NOWOŚĆ!** o niepowtarzalnej przejrzystości, z filtrem światła niebieskiego oraz filtrem UV, zapewnia widzenie do dali, idealnie zaprojektowana chroni przed PCO (zaćmą wtórną, zmętnieniem torebki tylnej soczewki).

► Soczewka AcrySof IQ Toric – do dali, korygująca astygmatyzm + filtry UV i światła niebieskiego.

► Soczewka AcrySof IQ ReSTOR – do bliży, odległości pośredniej (80 cm) i dali – pozwala to całkowicie nie nosić okularów + filtry UV i światła niebieskiego.

► Soczewka AcrySof IQ PanOptix – do bliży, odległości pośredniej (60 cm) i dali – pozwala to całkowicie nie nosić okularów + filtry UV i światła niebieskiego.

► Soczewka AcrySof IQ ReSTOR Toric – do bliży, odległości pośredniej (80 cm) i dali – pozwala to całkowicie nie nosić okularów + korygują astygmatyzm + filtry UV i światła niebieskiego.

► Soczewka AcrySof IQ PanOptix Toric – do bliży, odległości pośredniej (60 cm) i dali – pozwala to całkowicie nie nosić okularów + korygująca astygmatyzm + filtry UV i światła niebieskiego.

☎ 518 05 56 56

☎ 22 693 04 37

✉ info@ta-medica.pl

📍 Józefów koło Warszawy
ul. Piłsudskiego 120A

🌐 www.ta-medica.pl

Wyjątkowy prezent pod choinkę!

T-SHIRTY

w promocyjnej cenie

49 zł

+ kalendarz GRATIS*

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



rozmiary od S do XXXL

SKLEPY STACJONARNE:

Sklep z obuwiem, Pawilon LATAWIEC
 Al. Stanów Zjednoczonych 26a
 czynny poniedziałek - piątek 11:00-19:00,
 sobota 10:00-14:00

ul. Grenadierów 10, 04-062 Warszawa
 czynny poniedziałek - piątek 10:00-16:00
 f pragaunited

SKLEP INTERNETOWY: www.pragaunited.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

Smartfon SAMSUNG Galaxy A7

- Czytnik linii papilarnych
- Wyświetlacz Infinity Display
- 4 GB RAM
- 64 GB pamięci
- Bateria 3300 mAh

6,0"
FHD+
SUPER AMOLED
DUAL SIM

SAMSUNG

1498,-

Telewizor SAMSUNG UE55NU7452

55"

4K ULTRA HD
SMART TV · HDR

SAMSUNG

2699,-

Smartwatch XIAOMI Amazfit Bip Czarny

- Ekran 1,28"
- Wodoszczelność IP68
- Do 45 dni pracy na baterii
- Powiadomienia o połączeniach, wiadomościach SMS, e-mail
- Czujniki: akcelerometr, barometr, czujnik tętna, żyroskop



299,-

Świąteczne MEGA OKAZJE

OD 19 DO 31 GRUDNIA 2018

Prostownica SHINE THERAPY REMINGTON S8500

- 9 ustawień temperatury w zakresie 150-230°C
- Płytki ceramiczne z marokańskim olejkiem arganowym
- Szybkie nagrzewanie - 15 s

REMINGTON

129,-

Golarka PHILIPS ONE BLADE PRO QP6510/20

- Do użytku na mokro i na sucho
- Zasilanie kumulatorowe
- 12 ustawień długości

PRZYCINA, NADAJE
KSZTAŁT I GOLI

PHILIPS

219,-

Ekspres ciśnieniowy KRUPS EA8908

- Żarnowy młynek stalowy
- Thermoblock
- 11 rodzajów napojów

KRUPS

3099,-

DORA AGD RTV

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

