

OKRĘGOWA STACJA KONTROLI POJAZDÓW

pon.-pt. 7³⁰-21⁰⁰; sob. 8⁰⁰-15⁰⁰

www.stacjakontrolipojazdow.pl

PEŁNY ZAKRES PRZEGLĄDÓW REJESTRACYJNYCH



WAŁ MIEDZESZYŃSKI

572

673-90-99

STACJA KONTROLI POJAZDÓW

WESOŁA-ZIELONA

ul. Wspólna 49 obok Bomisu

tel. 773-97-29

♦ badania rejestracyjne pojazdów do 3,5 t DMC i pojazdów z instalacją gazową
♦ regulacja zbieżności i geometria kółZapraszamy:
pon. - pt. w godz. 8⁰⁰-20⁰⁰
sobota w godz. 8⁰⁰-16⁰⁰

DENTAMEDICA

✓ ortodoncja

✓ protetyka

✓ implanty

✓ stomatologia

✓ chirurgia

✓ RTG

GOCŁAW ul. Abrahama 2

tel. 22 671-31-32; 22 673-89-01

www.dentamedica.pl



REMBERTÓW

WESOŁA

WAWER

PRAGA

Internet: www.mieszkaniec.pl
MIESZKANIEC

Nr 1 (574) ROK XXII

10.01.2013 r.

ISSN 1231-7993

bezpłatny

Śmieci
w głowie

Rewolucje w naszym życiu zdarzają się stosunkowo rzadko, a te zadekretowane ustawami - chwalić Boga - jeszcze rzadziej. W tym roku nadchodzi zmiana, do której jesteśmy słabo przygotowani, a nie zdajemy sobie sprawy jak będzie trudna do przeprowadzenia. To zmiana wywołana ustawą śmieciową.

Idea jest szczytna: tak naprawdę chodzi o to, by każdego obciążyć tym, co na pewno wytwarza: odpadki. A jak usługa będzie opłacona, to nie będzie powodu, by pozbywać się śmieci nielegalnie i do miejsc, które cierpią: do lasów, rzek, dawnych wyrobisk.

Ustawa wchodzi w życie 1 lipca. Do tego czasu Rada Warszawy powinna ustalić metodę, jak będą obciążani mieszkańcy: opłaty będą liczone albo od gospodarstwa domowego (bez względu na to ile osób je tworzy), albo będą zależne od metrażu mieszkania z pewną modyfikacją, aby w przypadku dużych mieszkań opłaty nie poszybowały zbyt wysoko.

Ustawa powinna nas zmusić do segregowania śmieci. Za posortowane zapłaci się mniej. Ale do tychczas sortuje odpadki tylko co 7 warszawiak. W wielkich blokowiskach, do kubła wyrzuca się reklamówkę całodziennego śmieciowego urobku mieszkańca: jak to segregować? Trzeba będzie mieć 4 kubły w domu?

No i jeszcze jest wątek ekonomiczny. Teraz śmieci w naszej aglomeracji wywozi ponad setka firm i firemek. Ponieważ umowy będą podpisywać zarządcy naszych lokali, to siłą rzeczy sprawi, że odbędzie się... selekcja. Zostanie kilka, kilkanaście najsilniejszych. Czyli szlag trafi bodziec konkurencyjny... I tak oto nadchodzi czas rewolucji, a my jesteśmy niemal zupełnie do niej nieprzygotowani. Także mentalnie.

Tomasz Szymański

DOKARMIAĆ, ALE MĄDRZE!

czytaj na str. 3

W NUMERZE:

• Kronika policyjna str. 2

• Pożegnanie komendanta str. 2



• Z miasta str. 4

• Felietony str. 5

• Jak minął rok? str. 6

• Wigilijne spotkania str. 7

• MIESZKANIEC na luzie str. 8

• Gdy grypa puka do drzwi... str. 10

• Dzielnicowo na sportowo str. 11



REKLAMA

CHODENT
GABINET STOMATOLOGICZNY

NOWOCZESNY GABINET
MIKROSKOP, KAMERA, ULTRADZWIĘKI, RADIOWIZJOGRAFIA
PRZEGLĄDY I KONSULTACJE BEZPŁATNE

ul. Osowska 33 Czynne od 9-20
tel. (22) 610 46 46 Sobota od 10-15
0 500 214 141 REJESTRACJA ONLINE

www.chodent.pl

NAJLEPSZA NAJKORZYSTNIEJSZA
Opieka Lekarzy Wszystkich Specjalności

medif internista, chirurg, neurolog, laryngolog,
kardiolog, okulista, ginekolog, endokrynolog,
pulmonolog, ortopeda i inni

w wielu placówkach medycznych na Pradze Południe
także dla osób starszych i z potrzebami zdrowotnymi

SZYBKO, TANIO, WYGODNIE
Tel. 790 60 60 40 Umów się na wizytę do lekarza www.medif.pl

SUPER PROMOCJA

BISTRO
GOCŁAW

- Obiady domowe już od 12 zł
- Dieta 1200 kcal
- KINDERBALE z atrakcjami
- Imprezy okolicznościowe, catering (imieniny, chrzciny, stypy, wesela)
- Ceny do uzgodnienia, menu dostosowane do indywidualnych potrzeb Klienta
- Sala do 50 osób

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

OKNOPLAST
KRAKÓW

OKNA z Krakowa
RABAT do 38%*
* przy 100% wpłacie

Biuro Handlowe:
UNIPLAST P.H.U.
ul. Ostrobramska 73
tel. (22) 613 50 33,
(22) 870 27 17
e-mail: uniplast@oknoplast.com.pl

OSIEDLE RODZIEWICZÓWNY
Róg Dębińskiej i Rodziewiczówny
mieszkania od 43 do 84m²
www.novum-developer.pl
tel. 22 350 70 70

Biuro Sprzedaży Mieszkań
ul. Jubilerska 10
(Budynek Super Expressu)

Inne lokalizacje
Novum Management:
Białoteka, Młociny, Otwock

novum
WIELKI WYBÓR

STARDENT
STOMATOLOGIA

Pełny zakres leczenia
Ortodoncja • Implanty • Rentgen

tel. 22 671 02 40 ul. Gen. Abrahama 6
Gocław www.stardent.com.pl

GABINET STOMATOLOGICZNY
Szwedzka 37
Tel. 818-07-91

- bezbolesne leczenie
- nowoczesna protetyka
- ortodoncja

UWAGA!
• Promocyjna cena koron porcelanowych na metalu i cyrkonie
czynne 9-20, sobota 9-14

CECHOWY OPTYK
W WARSZAWIE

OPTYK
ul. Siennicka 3
tel. 810-28-18

POLECA:

- pełen asortyment szkieł (do komputera, dla kierowców)
- duży wybór opraw
- realizacja recept
- wszelkie naprawy okularów
- szybka i profesjonalna obsługa

pon.-pt. w godz. 11.00-18.00

WYŁĄCZNIE LITE DREWNO
ŁÓŻECZKA ■ ŁÓŻKA

I WSZYSTKIE INNE MEBLE
oraz NAPRAWA I RENOWACJA
MEBLI DREWNIANYCH

ul. Krypska 19 (na tyłach Uniwersamu) tel. 502 221 045, 514 074 404
www.meble-wierzbowski.pl e-mail: meble@meble-wierzbowski.pl

Pożegnanie komendanta

4 stycznia br. był ostatnim dniem pracy w Policji dla komendanta VI Komendy Rejonowej Policji inspektora Sławomira Sosnowskiego.

Tego dnia został uroczystie pożegnany przez m.in. parlamentarzystów RP; posłankę Alicję Dąbrowską i senatora Marka Borowskiego, Komendanta Stołecznego Policji nadinsp. Mirosława Schosslera i I zastępcę insp. Michała Domaradzkiego, szefów Prokuratury Apelacyjnej, Okręgowej i Rejonowej, przedstawicieli władz samorządowych dzielnicy Pragi Północ. Uroczystość zaszczycił również ks. biskup pomocniczy diecezji warszawsko-praskiej Marek Solarczyk oraz przedstawiciele duchowieństwa.



Insp. Sławomir Sosnowski serdecznie podziękował wszystkim policjantom i pracownikom za lata wspólnej pracy.

Komendant odszedł na emeryturę po przeszło 24 latach służby, w tym po 5 latach kierowania północnoprawską komendą. (bm)

KRONIKA POLICYJNA

Areszt za znęcanie się

Policjanci z Pragi Południe zatrzymali 29-letniego mężczyznę, który wielokrotnie znieważał, groził pozbawieniem życia, a także używał przemocy wobec „swojej kobiety”. W końcu zagroził, że ją... spali. Policjanci dowiedzieli się o tym, gdy udali się na interwencję dotyczącą kłótni pomiędzy członkami rodziny. Piotr O. został zatrzymany. Okazało się także, że dzień wcześniej 29-latek również był zatrzymany w związku z podejrzeniem znęcania się nad osobą najbliższą. Tym razem prokurator przedstawił mężczyźnie zarzut znęcania się i wystąpił do sądu z wnioskiem o zastosowanie wobec Piotra O. aresztu. Sąd przychylił się do wniosku i aresztował 29-latka na trzy miesiące.

Ukrył się w łazience

Południowoprasy policjanci z wydziału kryminalnego otrzymali z sądu dwa listy gończe. Udali się do mieszkania, gdzie - jak sądzili, mógł przebywać jeden z poszukiwanych. I faktycznie po dość natręczywych stukaniach, drzwi otworzył poszukiwany 52-latek, który powiedział policjantom, że jest sam. Funkcjonariusze nie uwierzyli mężczyźnie i sprawdzili mieszkanie. W łazience zastali drugiego poszukiwanego 29-latka. Mężczyźni zostali zatrzymani i trafili do wskazanego przez sąd zakładu karnego.

Rozbój widmo

Kryminalni z Grenadierów otrzymali zawiadomienie o rozbój dokonany w listopadzie na terenie Pragi Południe. Z treści zawiadomienia wynikało, że do mężczyzny który wysiadł z autobusu na przystanku w okolicy Stadionu Narodowego podszedł młody chłopiec prosząc o papierosa. Gdy ten odmówił, podeszło do niego dwóch innych mężczyzn, którzy zaciągnęli pokrzywdzonego w zarośla i tam dokonali na nim rozbój. Pokrzywdzonemu skradziono telefon komórkowy i pieniądze w kwocie 450 złotych. W wyniku czynności operacyjnych, po kilku tygodniach kryminalni ustalili, że żadnego rozbójcu nie było. W rozmowie z policjantami, zgłaszający przestępstwo mężczyzna powiedział, że

wymyślił tę historię z obawy przed członkami rodziny, ponieważ bał się ich reakcji na wiadomość o tym, że zgubił pieniądze.

Zatrzymany za kradzież 2 telefonów

Południowoprasy patrolowcy otrzymali zgłoszenie o ujęciu przez pracowników ochrony sprawcy kradzieży dwóch telefonów komórkowych. Moment kradzieży został zauważony przez ochronę sklepu na kamerach monitoringu. Funkcjonariusze wylegitymowali mężczyznę, który okazał się być obywatelem Gruzji. Pokrzywdzony oszacował straty na sumę ponad 600 złotych. 30-latek został zatrzymany.

Zadzwoił, że w sądzie jest bomba

We wrześniu ub. roku pewien mężczyzna zadzwonił do sądu z groźbą wysadzenia budynku. Przeprowadzona została ewakuacja, a wszystkie pomieszczenia sądu dokładnie sprawdzili policyjni pirotechnicy. Sprawca dzwonił z budki telefonicznej, sprawa wyglądała na dość trudną do rozwiązania. A jednak udało się. Czynności operacyjne doprowadziły do ustalenia podejrzanego, Wojciecha J., który został zatrzymany.

Areszt dla podejrzanego o zabójstwo

W poprzednim wydaniu „Mieszkańca” opisałyśmy przebieg tragicznych zdarzeń w siedzibie wydawnictwa Magnum przy ulicy Grochowskiej. Prezes tego wydawnictwa najpierw zdetonował ładunek wybuchowy w wyniku czego ranne zostały trzy osoby (w tym sprawca), a następnie zadał wiele ran nożem swojemu zastępcy Krzysztofowi Zalewskiemu. W wyniku tych obrażeń Krzysztof Zalewski zmarł. Sprawca Cezary S. trafił do szpitala, jego rany powychwytowe były na tyle ciężkie, że dopiero po kilku dniach można mu było przedstawić zarzut popełnienia zabójstwa. Na specjalnej sesji w szpitalu sąd zdecydował o aresztowaniu podejrzanego, który nie przyznał się do winy.

toms
REKLAMA

ŚWIĄTECZNA POCZTA



Serdecznie dziękujemy naszym Czytelnikom i Przyjaciołom za przesłane świąteczno-noworoczne życzenia. Cieszymy się, że w dobie wirtualnej rzeczywistości nie zanikła tradycja pisanie kartek świątecznych. Redakcja

REKLAMA

Połącz raty i odbierz gotówkę

db Kredyt Gotówkowy

Masz wiele kredytów? Możesz wiele zyskać.

Połącz je wszystkie w jeden kredyt konsolidacyjny Deutsche Bank.

Szybko i bez zbędnych formalności możesz dostać aż do 150 000 zł, oprocentowanie już od 9,5%* i okres kredytowania aż do 84 miesięcy.

A do tego odbierz jeszcze dodatkową gotówkę na co tylko zechcesz.

Zapraszamy do Oddziału!

Warszawa, ul. Ostrobramska 86

tel. 22 516 95 06

Passion to Perform

*Oprocentowanie 9,5% dostępne jest dla Klientów, którzy wnioskuje o kredyt w kwocie min. 80 000 PLN oraz spełniają co najmniej jeden z następujących warunków: posiadają kredyt hipoteczny w Deutsche Bank PBC S.A., posiadają kredyt gotówkowy w Deutsche Bank PBC S.A., posiadają aktywa w Deutsche Bank PBC S.A. w wysokości min. 30 000 PLN, mają wpływ na rachunek prowadzony w Deutsche Bank PBC S.A. w wysokości min. 3 000 PLN miesięcznie, wnioskując o kredyt, przystępując do jednego z oferowanych przez Deutsche Bank PBC S.A. produktów inwestycyjnych oraz zależy od wyniku oceny ryzyka kredytowego. RRSO dla kredytu w kwocie 80 000 PLN zawartego na okres 60 miesięcy, oprocentowanego 9,5% i z prowizją 4%, wynosi 11,79%. Informacja oparta na reprezentatywnym przykładzie: całkowita kwota kredytu 60 000 PLN, okres kredytowania 60 miesięcy, miesięczne raty równe w wysokości 1 361,16 PLN, roczne oprocentowanie nominalne 12%, prowizja za udzielenie kredytu 2% od kwoty kredytu. Przy przyjęciu wyżej wymienionych parametrów RRSO wynosi 13,06%. Całkowita kwota do zapłaty, stanowiąca sumę całkowitej kwoty kredytu oraz całkowitego kosztu kredytu wynosi 81 669,41 PLN. Powyższa kalkulacja została dokonana na dzień 18.09.2012 r. Niniejsza treść nie stanowi oferty w rozumieniu art. 66 Kodeksu Cywilnego. Ma charakter wyłącznie informacyjny. Udzielenie kredytu uzależnione jest od uprzedniej pozytywnej oceny ryzyka kredytowego konsumenta. Deutsche Bank PBC S.A., al. Armii Ludowej 26, 00-609 Warszawa.

DEHNEL SPORT

- NARTY
- ROWERY
- SERWIS!!!

W-wa ul. Ateńska 19
tel. 22 616-15-05;
691-616-515

TAPICER

- * USŁUGI
- * Narożniki wg. wymiarów klienta
- * Materiały obiciowe

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

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

NAPRAWA

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

Serwis gwarancyjny firm
BRAVO - ADA, LIBELLA,
MPM PRODUCT

SZYBKO SOLIDNIE GWARANCJA

Zapraszamy: pon.-pt. godz. 9-17
sobota godz. 9-13

PRAL-MASZ

WARSZAWA - GROCHÓW
ul. Kobielska 75
róg Kiełkiewicza

Tel. 870 42 42
0-501 774 934

FRANCZYZA!!!

Otwórz w swoim mieście pizzerię MAXIPIZZA!
Informacje: biuro@maxipizza.pl

www.maxipizza.pl

zamów z rabatem ON-LINE

Warszawa, ul. Fieldorfa 41
(C.H. TESCO Gocław, Food Court)

ZAPRASZAMY
poniedziałek - czwartek 9.00 - 13.00
piątek - sobota 9.00 - 14.00
niedziela 10.00 - 12.00

Warszawa - dowóz gratis!

22 671 71 71

PROMOCJE!

PONIEDZIAŁKI, WTORKI, ŚRODY

2 ZA 1 DRUGA PIZZA GRATIS!

do dużej (ok. 45 cm) pizzy mała Margherita z 3 składnikami, do małej (ok. 30 cm) dowolna mała pizza. Wzrost w lokalu i w dostawie.

15% RABATU NA WSZYSTKIE PIZZE

LUB 1 L PEPSI GRATIS

Ważne codziennie w lokalu i w dostawie.

CODZIENNIE W LOKALU I W DOSTAWIE

Duża (ok. 45 cm) **MARGHERITA** + trzy dowolne składniki za 25,92 zł

Mała (ok. 30 cm) **MARGHERITA** + trzy dowolne składniki za 19,46 zł

OD PONIEDZIAŁKU DO PIĄTKU W LOKALU I W DOSTAWIE

60% RABATU NA DRUGĄ PIZZĘ.

Druga pizza nie może być droższa od pierwszej.

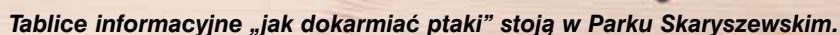
Promocje nie łączą się ze sobą. Minimalna wartość zamówienia z dostawą - 16,00 zł. Dostawa ma przy sobie 20,00 zł. Dostawa gratis w ograniczonej strefie. Czas dostawy uzależniony od ilości zamówień. Ustawa nie jest ofertą w rozumieniu Art. 66 Kodeksu Cywilnego.

2 MIESZKANIEC

DOKARMIĄĆ, ALE MĄDRZE!



Akcje uświadamiania, jak mądrze dokarmiać ptactwo podejmują organizacje działające w obszarze ekologii i ornitologii. Jedną z takich organizacji jest Stołeczne Towarzystwo Ochrony Ptaków, które m.in. poprzedniej zimy w Parku Skaryszewskim uświadamiało stołecznych dziennikarzy, jak prawidłowo dokarmiać. – *Przed wszystkim nie należy dokarmiać ptaków przed nastaniem mrozów i śniegów* – podkreślała Dorota Zielińska, prezes STOP-u. Na internetowej stronie STOP (www.stop.eko.org.pl) można znaleźć wiele pożytecznych informacji i wskazówek. Począwszy od budowy najprostszego karmnika do prawidłowego ptasiego menu. Dla popularnych w naszych dzielnicach kaczek i łabędzi najlepszym pokarmem są



pożywienie i wówczas warto je dokarmiać. Należy jednak pamiętać, że dokarmianie ptaków to nie wyrzucanie resztek obiadowych na trawnik! Bardzo złym pożywieniem jest także chleb, który zawiera sól i inne substancje szkodliwe dla ptaków, poza tym bardzo szybko pleśnieje. Wyrzucanie całych bochenków i kromek - co niestety często ma miejsce - służy tylko szczerom, nie ptakom. (ar)

REKLAMA

REKLAMA

**Zapraszamy: ul. Marsa 130, tel. 22 611 90 41,
Al. Stanów Zjednoczonych 40, tel. 22 870 07 00
ul. Jana Nowaka Jeziorańskiego 9 tel. 22 379 72 91**

Rembertów jest po Pradze Południe kolejną dzielnicą, w której nieobsadzony jest fotel z-cy burmistrza. Z funkcji tej zrezygnował Robert Kuś. Tydzień temu w czasie sesji Rady Dzielnicy Rembertów radni przyjęli rezygnację Roberta Kusia z funkcji zastępcy burmistrza. Jeszcze na tej samej sesji grupa radnych podjęła próbę uzupełnienia składu Zarządu. Kandydatem na wiceburmistrza był Józef Melak. W głosowaniu na tę kandydaturę wzięło udział 19 radnych. Józefa Melaka poparło 7 samorządowców. 11 rajców było przeciw, a jeden się wstrzymał.

✂ ✂ ✂

Dzielnica Praga Północ ma nowego wiceburmistrza. 7 grudnia ub. roku stanowisko to objęła Edyta Federowicz, dotychczas pełniąca funkcję dyrektora dzielnicowego biu-



ra finansowania oświaty dla Pragi Północ. Edyta Federowicz z wykształcenia jest ekonomistą, od lat związana jest z działalnością samorządową.

✂ ✂ ✂

Prezydent Warszawy Hanna Gronkiewicz-Waltz powołała pełnomocnika ds. Programu Rozwoju Kultury. Realizację Programu będzie koordynował Marcin Jasiński, naczelnik wydziału współpracy z organizacjami pozarządowymi działającymi w obszarze kultury, współtwórca tego dokumentu.

✂ ✂ ✂

W czwartek, 3 stycznia br. w siedzibie MON Tomasz Siemoniak spotkał się ze studentami Akademii Obrony



Narodowej (AON) - jednej z najlepszych uczelni wojskowych w kraju. - *Liczę, że kie-*



runki studiów będą zgodne z przyszłą pracą absolwentów AON - powiedział minister obrony narodowej. Szef resortu obrony mówił o potrzebie dopasowania programu nauczania tak, aby był on efektywny i zaowocował już podczas pierwszego kontaktu studentów AON z pracodawcami na rynku pracy. W spotkaniu uczestniczył także gen. dyw. Bogusław Pacek - rektor - komendant Akademii Obrony Narodowej.

✂ ✂ ✂

Z początkiem 2013 r., wymeldowanie i zameldowanie w nowym miejscu zamieszkania jest łatwiejsze dla obywatela. Wystarczy jedna wizyta w jednym urzędzie. Przy zameldowaniu nie będzie już potrzebna książeczka wojskowa. Zniesiono także kary za niedopełnienie obowiązku meldunkowego. Wydłużono termin na zgłoszenie meldunku (z 4 dni do 30 dni) Ponadto ustanowiony przez obywatela pełnomocnik będzie mógł go zameldować i wymeldować. Od 17 stycznia br. paszport będzie można odebrać u dowolnego wojewody na terenie kraju, bez względu na miejsce zameldowania.

✂ ✂ ✂

Kampinoski Park Narodowy organizuje wycieczki dla turystów indywidualnych. Będą one się odbywa-

ły w co drugi weekend każdego miesiąca. Trasy i miejsca startu będą zróżnicowane w zależności od tematu i pory roku. Przewodnikami wycieczek będą pracownicy parku - naukowcy, pracownicy służb merytorycznych i terenowych. Pierwsza wyprawa rozpocznie się już 12 stycznia br. o godzinie 10.00 na trasie Opaleń - Góra Ojca - Przedłuże - Michałowka - Opaleń. Długość trasy wynosi około 8 km. Tematem wycieczki będzie zima w Puszczy Kampinoskiej.

✂ ✂ ✂

Kupcy z Dworca Centralnego przykuli się łańcuchami do biurka w sekretariacie prezydent Warszawy Hanny Gronkiewicz-Waltz, wieczorem 7 stycznia br. Wcześniej w ratuszu odbyły się rozmowy między kupcami i spółką, która zarządza lokalami w przejściach podziemnych, zakończone niestety fia-



skiem. Kupcy nie opuścili lokalu przez całą noc. Spór dotyczy punktów handlowych znajdujących się w podziemiach stołecznego dworca. Spółka, która wynajęła podziemia od Miasta i nimi zarządza, chciała podnieść opłaty czynszowe. Kupcy ostro zaprotestowali. W miarę narastającego konfliktu, spółka zablokowała dostęp do pawilonów.

✂ ✂ ✂

Po ponad 50-ciu latach pracy, tramwaje typu 13N

popularnie zwane „parówkami” przestały kursować po stołecznych torach. W sobotę 5 stycznia uroczyście pożegnano tramwaje w zajezdni „Żoliborz”, skąd kilka ostatnich wycofanych z ruchu składów typu 13N wyruszyło w swoją ostatnią podróż po Warszawie. Tramwaje tego typu kursowały po stolicy



od początku lat 60. ubiegłego wieku i cieszyły się dużą sympatią. Były to pierwsze wagony szybkie osiągnące prędkość do 70 km/h. Siedem z nich ma przetrwać i co jakiś czas kursować jako tramwaje historyczne.

✂ ✂ ✂

W niedzielę 13 stycznia po raz kolejny zagra Wielka Orkiestra Świątecznej Pomocy. W tym roku zbierane będą pieniądze niezbędne do ratowania życia dzieci i zapewnienia godnej opieki medycznej seniorom. W Zespole Szkół Prywatnych przy Wale Miedzeszyńskim 141 „granie” WOŚP rozpocznie się o godz. 15.00. W programie przewidziano m.in. koncert zespołu „Kasa Chorych”, jasełka, musical „Kot w butach”, występ cheerleaderek, pokaz Ju-Jitsu. Zorganizowany będzie również kiermasz z domowymi produktami i przetworami, bar sałatkowy, kiermasz prac uczniowskich, malowanie buziek i wiele innych atrakcji.

✂ ✂ ✂

W niedzielę 13 stycznia o godz. 19.30 (po Mszy św. o godz. 18.30) w Kościele Miłosierdzia Bożego przy ul. Ateńskiej 12 odbędzie się Koncert Kolędowy w wykonaniu Chóru Epifania. Wstęp jest wolny.

(ab) (ar) (onet)

ZAPROSZENIA DLA MIESZKAŃCÓW

■ **Centrum Promocji Kultury dla Pragi Południe ul. Podskarbińska 2 - 16, 23.01. godz. 18.00 - 20.00** - Integracyjne Warsztaty Teatralne Klubu Myszk Norki. Zajęcia dla dzieci w wieku 7-14 lat. Zgłoszenia na adres: e.letyta@dzieciom.pl lub tel. 22 890 20 77; **12.01. godz. 18.00** - „Pomagamy Kacprowi” - koncert charytatywny z którego dochód przeznaczony będzie na leczenie ciężko chorego chłopca, wstęp wolny; **14.01. godz. 18.00** - „Wizerunki współczesnej Japonii”, wstęp wolny; **15.01. godz. 18.00** - „Ogrody” - wieczór poetycki Beaty Polkowskiej, wstęp wolny; **16.01. godz. 17.00** - Spotkania ze sztuką - wykład pt. „Freud, Hockney i inni... Czy w sztuce współczesnej potrzebny jest portret?”, wstęp wolny; **17.01. godz. 18.00** - „Chleb po warszawsku” i „Ostańce” - spotkanie z Magdaleną Stopą i Federico Caponim, wstęp wolny; **19.01. godz. 18.00** - Koncert „Po drugiej stronie lustra - Tribute to Closterkeller”. Sprzedaż biletów w CPK od 7.01. - 20 zł, w dzień koncertu - 25 zł; **20.01. godz. 15.00** - „Pinokio” spektakl dla dzieci, wstęp 5 zł; **23.01. godz. 17.00** - Wykład pt. „Romantyzm. Realizm. Impresjonizm. Symbolizm. Pejzaż w malarstwie europejskim XIX wieku”, wstęp wolny; **24.01. godz. 19.00** - Kabaret *Filip z Konopi Filipa Borowskiego i Jego Goście*, wstęp 10 zł; **25.01. godz. 19.00** - Karnawałowa bitwa taneczna w wykonaniu tancerek tańców orientalnych, wstęp 5 zł;

■ **Klub Kultury Saska Kępa ul. Brukselska 23 - 10.01. godz. 19.30** - Kino Kultowe. „Hair”, bilety 5 zł; **12.01. godz. 13.00** - Spektakl „Bez śladów czyli rytuał przejścia”. Po spektaklu spotkanie z aktorką Weroniką Nockowską, wstęp wolny; **13.01. godz. 18.00** - 21. Finał Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy, „Afrocuba De Aca” - widowisko muzyczno-taneczne, wstęp wolny; **14.01. godz. 19.30** - „Poznajmy się”. Gość: Ela Dębska - aktorka i balladystka. Wstęp wolny; **14.01. godz. 19.00** - „Afrocuba De Aca” - widowisko taneczno-muzyczne, bilety 20 zł; **16.01. godz. 18.00 - 21.00** - Karnawał na Saskiej Kępie; **17.01. godz. 19.30** - Pokazy filmów ze Studia Munka, bilety 5 zł; **18.01. godz. 19.00** - Wieczór z cyklu „Śladami Mistrzów... Wielkie Postacie na Saskiej Kępie”. „Spóźniony słowik” - Inauguracja Roku Witolda Lutosławskiego na Saskiej Kępie, wstęp wolny; **20.01. godz. 18.00** - Koncert „Niedziela z muzyką klasyczną”, wstęp wolny; **21.01. godz. 19.00** - „Poznajmy się”, gość: Joanna Wolfram, wstęp wolny; **21.01. i 22.01. godz. 19.30** - „Nizyński” - monodram, wstęp 20 zł; **23.01. godz. 18.00-21.00** - Karnawał na Saskiej Kępie, wstęp 5 zł;

■ **Klub Kultury Gocław - Filia CPK ul. Abrahama 10 - 13.01. godz. 15.30 i 16.45** - Spektakl dla dzieci „Wilki i zając w mieście”. Wstęp 5 zł.; **14.01. godz. 18.30** - „Zima” Finisaż wystawy malarstwa artystów związanych z WRSTK. Wstęp wolny; **14.01. godz. 19.00** - „Zimowe inspiracje”. Wstęp wolny; **20.01. godz. 15.30-17.00** - Turniej Tańca Towarzyskiego o Puchar KK Gocław. Hala Sportowa SP nr 173, ul. Trakt Brzeski 18, Wesola. Wstęp wolny; **21.01. godz. 19.00** - „Z muzyką klasyczną przez wieki i kraje”. Wstęp 5 zł;

■ **Klub Kultury „Anin” ul. V Poprzeczna 13 - 12.01. godz. 12.00** - wernisaż wystawy uczestników warsztatów plastycznych Uniwersytetu Trzeciego Wieku. Wystawa czynna do 27.01.br.

■ **Ośrodek Kultury w Dzielnicy Wesola, ul. Starzyńskiego 21 - 12.01. godz. 17.00** - Spotkanie poświęcone Mirze Zimińskiej - Sygietyńskiej i Zespołowi Pieśni i Tańca „Mazowsze” oraz Jarosławowi Sępowskemu; **13.01. godz. 16.00** - Tajemnicza pani. Przedstawienie dla dzieci; **19.01. godz. 19.00** - Koncert Rockowy zespołu After Crowing The Acheron; **20.01. godz. 17.00** - Tajlandia i Kambodża - Azja w pigułce.

■ **Dom Spotkań z Historią ul. Karowa 20 - 13.01. godz. 16.00** - „Kino, kawa i Warszawa” - PKF: *Witajcie w stolicy; Koty to dranie*, reż. Henryk Bielski; **16.01. godz. 18.00** - „Opowieści z Kresów” - Tam szum Prutu... Od Delatyna do Worochty; **22.01. godz. 18.00** - Powrót do Żmudzi - polskie ziemiaństwo na Litwie.

REKLAMA

Spółdzielnia Budowlano-Mieszkaniowa „Grenadierów” z siedzibą w Warszawie przy al. Stanów Zjednoczonych 40 ogłasza **KONKURS OFERT** na wybór wykonawcy do wykonania instalacji telewizji przemysłowej wraz z lokalną rejestracją i podłączeniem do zdalnego centrum nadzoru w budynkach mieszkalnych przy ulicy Grenadierów 9 i 13. Oferty należy składać w sekretariacie biura spółdzielni **w terminie 14 dni** od daty ukazania się ogłoszenia.

Wszelkich informacji w tej sprawie udziela dział eksploatacji, nr tel. 22 810-44-12 w godzinach 8.00-10.00 (we wtorki, środy i piątki) i w godzinach 11.00-12.00 (w poniedziałki i czwartki).

FERIE ZIMOWE 2013

MIŁO I AKTYWNIE
SPĘDZONY CZAS
w GÓRACH?

TAK i TYLKO
w OSW „HAJDUCZEK”
w KRYNICY- ZDRÓJ

UWAGA PROMOCJA!!!

NOCLEG Z PEŁNYM
WYŻYWIENIEM

JUŻ od 88zł od osoby

SERDECZNIE
ZAPRASZAMY :)



KRYNICA- ZDRÓJ
ul. Pułaskiego 64
tel. 18-471-54-08
tel. 18-471-20-48
www.hajduczek.com.pl



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

Zakład Usług Tapicerskich i Stolarskich
d. „REDOM” ul. Walecznych 76,
tel./fax 617-23-33 e-mail: redom@redom.pl
WYKONUJE:
✓ renowację stolarki mebli nowoczesnych i stylowych
✓ renowację tapicerki mebli nowoczesnych i stylowych
✓ nowe meble na wymiar (wersalki, tapczany, fotele, narożniki, stelaże itd.)
✓ zabudowy z płyt meblowych i meble uzupełniające
✓ posiadamy wybór tkanin i transport
Zapraszamy: w godz. 700-1800, sob. 900-1400

REKLAMA

Szanowni Państwo, Drodzy Mieszkańcy Naszej Dzielnicy

Uprzejmie informuję, że bieżący rok będzie kolejnym w którym porządkować będziemy ruch na ulicach naszej dzielnicy. Planujemy przeznaczyć kolejne ulice do wprowadzenia ruchu jednokierunkowego, spodziewając się poprawy przejezdności i ułatwień w parkowaniu pojazdów. Informując o tym, liczę na aktywny udział Państwa w tym procesie i będę bardzo zobowiązany za wszystkie uwagi i propozycje w typowaniu ulic, które Państwa zdaniem mogłyby być uwzględnione w tych zmianach. Jednocześnie liczę na ocenę naszych dotychczasowych działań w tym względzie. Państwa propozycje i ewentualne uwagi prosimy wysyłać na adres wir@pragapld.waw.pl, osobą która udzieli Państwu informacji telefonicznie bądź też osobiście jest pracownik Wydziału Infrastruktury Pan Andrzej Książek tel: (22) 338 03 97, Urząd Dzielnicy Praga-Południe ul. Grochowska 274, pokój 397.

Serdecznie pozdrawiam

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

Taki czas!

Taki mamy czas: niby pośepny, zimowy, mroźno szary, ale z drugiej strony - niepowtarzalnie piękny, świątecznie - noworoczny, karnawałowy, barwny, pelen miłych spotkań, niespodzianek, prezentów i wszelkich przyjemności.

Sypią się bale, imprezy, przyjęcia. Czas wesołości, dobrych życzeń, zabawy, dzielenia się nie tylko opłatkiem!

Dzielenia się? Czy para żyjąca razem wiele lat naprawdę dzieliła życie czy tylko... żyła obok siebie? Bo ci na fotografii od ćwierćwiecza dzielą życie - tak, jak dzielą ten rocznicowy tort, posypany płatkami róż. Nie zawsze „jedzą sobie z dzióbków”. Może i tak było z tym tortem: jedno chciało zacząć bardziej z prawa, drugie z lewa; jedno myślało, że ukroją kawałek większy, drugie - że mniejszy. Ale zrozumieli się bez słów i wszystko wyszło pięknie.

Dzielić się ze sobą nawzajem tym, o czym decydujemy miesz-



kając pod jednym dachem, można różnie: ty wybierasz meble do pokoju a ja do kuchni. Albo - klócimy się do upadłego o każdy drobiazg bo najważniej-

sze, kto pokona „przeciwnika” i czyje będzie na wierzchu. Lub - jedna strona zawsze ustępuje, zwykle najpierw z miłości a potem dla świętego spokoju. Brrr.

Dzielimy się też rezygnując z czegoś, by podarować to potrzebującemu. Takim dzieleniem się była świetna przedświąteczna inicjatywa „Szlachetna Paczka”. Pomoc otrzymało ponad 55.000 osób żyjących w niezawinionej biedzie - osób starszych, samotnych, rodzin dotkniętych chorobą lub niepełnosprawnością, samotnych rodziców i rodzin wielodzietnych. W akcję włączył się Prezydent, znani olimpijczycy, marszałkowie i burmistrzowie, kabareciarze, mnóstwo zwykłych, porządných osób.

Takie dzielenie się wzbogaca i obdarowanych, i obdarowujących. Buduje poczucie bliskości z ludźmi. Oducza egoizmu, który gwałtownie się kończy, gdy to ja znajdę się w potrzebie. Bo samochód utknął w zaspie, bo zgubił się pies albo przewracam się na śliskim chodniku. Czego zresztą nikomu nie życzę! Ale tak bywa...

Wśród Państwa noworocznych myśli i refleksji niech znajdzie się i taka: co ja, właśnie ja, mogę zrobić dla innych? Czy to zrobię? **żu**

Co tam panie na Pradze...

Po balu

Eustachy Mordziak nie miał żadnych problemów z wypatrzeniem swojego kolegi, Kazimierza Główni. I to z dużej odległości. Po świętach bazar na pl. Szembeka pusty był bowiem tak samo jak poświęteczny portfel.

- Cicho tu u pana, panie Eustachy, ludzi mało...
- Fakt. Ludzie niby się kręcą, ale jakby ich nie było.
- A jeszcze kilka dni temu kolejka do wjazdu do tutejszego garażu zaczynała się na Grochowskiej. Między straganami zaś chodziło się jak po w Pekinie.
- Był pan w Pekinie?
- Kolega był, to mówił... Rzeczywiście – ruchu nie ma.
- A za co ma być? Ludzie się wyprztykali, to teraz każdy złotówkę na wszystkie strony ogląda. Na dodatek Miasto podniosło ceny biletów, podatki, opłaty, kto na to wszystko zarobi? Tym bardziej, że o robotę trudno. A bez kasy ludzie na bazar nie przyjdą, bo po co?

- Znakiem tego, panie Eustachy, nadszedł czas oszczędzania. Może przez to będziemy zdrowiej żyli. Nie ma tego złego, co by na dobre nie wyszło. Wiesz pan, gdzie ostatnio nie pójde, to tylko o dietach rozmawiają.

- Tak, tak... A to kielki, a to owsianka z cynamonem, czy inne wynalazki. Jedna znajoma dała mi przepis na bardzo zdrową pastę, co to na różne członki dobrze działa.

- No, no...
- Bierze się trochę chudego sera, dolewa trochę lnianego oleju, układa na masę, dosypuje pietruszki, dolewa jogurtu, znów się układa i jak już się zrobi krem, to ten krem można jeść podobno łyżkami.

- Dlaczego podobno?

- Bo jak ta znajoma ten przepis mi podawała, to w oczach miała takie coś, jakby pieczony boczek, albo karkóweczka. W każdym razie mówiła co innego, a myślała o czym innym. Takie diety, to nie dla nas, panie Kaziu. U nas się nie przyj-
mą.

- Dlaczego, ludzie naprawdę są zdrowsi, jak odżywiają się racjonalnie.

- Ale jak wszyscy zaczną się odchudzać, to co bazar wtedy zrobi z tymi schabami, z tymi antrykotami, szpondrami, z wołowym, poledwiczkami wieprzowymi, szyneczkami?

- Gdy ludzie gołe są, to w różne cuda zaczynają wierzyć. W kielki na przykład, czy inną soczewicę... Tym bardziej, że chodzą słuchy, żeby ci, którzy ciągle przychodzą do pracy, mimo, że właściciele już nie wypłacają im pensji, sami zaczęli właścicielom płacić... Za to, że mogą przychodzić do pracy.

- Żarty się pana, panie Kaziu, trzymają...

- Ale nie powiesz mi pan, że oszczędnością i pracą ludzie się nie bogacą.

- Ja nawet znam takiego, co się tak dorobił. Jednego roku, kiedy jeszcze takiej bryndzy nie było, wybraliśmy się z Krysią w góry. Mieliliśmy naprawdę dobre i ładne rowery, pedalowaliśmy więc sobie spokojniutko, żeby z cudnych okoliczności przyrody nie uronić nic a nic. Mijamy siedzącego przed szalasem baczę, a on nas pyta: - Skąd macie panocki taki piękne rowery? - Nie pilo się, nie paliło, oszczędzało, to się kupiło, zażartowałem i pojechaliśmy w swoją stronę. Po kilku godzinach wracamy, a tu przed szalasem stoi nowiutki mercedes. - Baco, skąd macie taki piękny samochód? - Butelki sprzedałem...

Znakiem tego, panie Kaziu, można, trzeba tylko chcieć.

Szaser

Z perspektywy Izby Wyższej



Najważniejsze wydarzenie 2012

Pod tym hasłem redakcja TVN24 zorganizowała w Internecie plebiscyt dla internautów. Należało uszeregować według rangi 10 wydarzeń – oddzielnie w Polsce, oddzielnie na świecie – zaproponowanych przez dziennikarzy. O wszystkich było gło-

śno, ale ich ciężar gatunkowy był różny.

Wziąłem udział w tej zabawie stawiając w przypadku Polski na pierwszym miejscu reformę emerytalną, która wydłuży wiek przechodzenia na emeryturę do 67 roku życia i dotyczy poza obecnymi emerytami wszystkich Polaków. Dalej – Euro 2012, gdyż po raz pierwszy Polska zorganizowała tak ogromną imprezę i odniosła w tym sukces. Następnie wojnę o ACTA, która pokazała siłę młodych Polaków, internautów. Ich protest zmobilizował innych, poruszył całą Europę i ostatecznie sprawił, że umowa ograniczająca wolność w Internecie nie weszła w życie. Na czwartym miejscu umieściłem aferę Amber Gold, która chociaż miała ograniczony zasięg i nie dotknęła znacznej liczby Polaków, to ujawniła jak słabo nadzorowana jest działalność parbanków i jaką to może grozić katastrofą. Na kolejnych – zmiany w PZPN (Zbigniew Boniek zastąpił Grzegorza Latę na stanowisku prezesa), gdyż piłką nożną interesują się w Polsce miliony obywateli oraz w PSL (Waldemara Pawlaka zastąpił Janusz Piechociński). Potem katastrofę kolejową pod Szczekocinami, kolejne ekshumacje ofiar katastrofy pod Smoleńskiem, doniesienia na temat trotylu na wraku tupolewa oraz historię Madzi z Sosnowca. Te ostatnie wydarzenia to albo sensacje bez znaczenia dla przyszłości Polski, albo – jak w przypadku historii Madzi – jednostkowa tragedia, na której żerują tabloidy.

A jak głosowali Polacy? Okazuje się, że na odwrót. Najwięcej osób za najważniejsze wydarzenie roku uznało tragedię Madzi z Sosnowca, na drugim miejscu znalazły się ekshumacje ofiar Smoleńska, tuż za - trotyl na wraku tupolewa, a reforma emerytalna i Euro 2012 zamknęły listę. I to właśnie, ta lista sporządzona przez internautów jest moim zdaniem najważniejszym zdarzeniem minionego roku. Pokazuje bowiem, do jakiego stopnia mediom udaje się wmówić różne rzeczy społeczeństwu. Dowodzi, że Polacy zaczynają tracić rozeznanie w tym, co istotne, że poddają się praniu mózgu w telewizji, Internecie i w pismach tabloidalnych.

Najważniejsze wydarzenia na świecie wytypowane zostały przez internautów z większym poczuciem miary i wagi spraw, ale i tu zwyciężyła sensacja – skok ze stratosfery, ponieważ ma on jednak także znaczenie naukowe, ten wybór mniej razi. Dla mnie najważniejsze były wybory w USA, bo to kto stoi na czele tej największej światowej potęgi decyduje o kierunku, w jakim zmierza nasza planeta. Na drugim i trzecim miejscu umieściłem wydarzenia naukowe: wysłanie łazika Curiosity na Marsa oraz odkrycie przez CERN „boskiej cząstki”, bo wszak ludzkość rozwija się dzięki nauce. Dzięki pracy Curiosity mamy dowiedzieć się, czy na Marsie istniało kiedyś życie, a potwierdzenie istnienia „boskiej cząstki” przybliży nas do zrozumienia tego jak powstał wszechświat. Dla internautów były to wydarzenia mniejszej wagi (odpowiednio 4., 5. i 6. pozycja).

Podsumowując wyniki tego plebiscytu chciałoby się zakrzyknąć: nauka, nauka i jeszcze raz nauka... Także jako odtrutka na to, czym ogłupiają nas niektóre media.

Marek Borowski
Senator warszawsko-PRASKI

REKLAMA

CARIDENT

Gabinet
Stomatologiczny

W-wa, ul. Stanisławowska 3
(naprzeciwko klubu „Orzeł”)

tel. 810-87-32,
610-50-31

- ♦ Leczenie w znieczuleniu
- ♦ Protetyka – protezy, korony, mosty porcelanowe itd.
- ♦ Chirurgia stomatologiczna
- ♦ Wybielanie
- ♦ RTG na miejscu

poniedziałek, czwartek – 13⁰⁰-19⁰⁰
wtorek – 9³⁰-17⁰⁰; sobota – 9⁰⁰-13⁰⁰
RATY!!!



SZKOŁA
DLA ASYSTENTEK
I HIGIENISTEK
STOMATOLOGICZNYCH

04-026 Warszawa
al. Stanów Zjednoczonych 51
tel. 22 517 77 40, 602 232 879
www.elita.waw.pl

gabinet okulistyczny
focus

Zapewniamy profesjonalny dobór szkieł okularowych, diagnostykę i opiekę dla pacjentów z zaćmą, jaskrą, zwyrodnieniem plamki związanym z wiekiem, cukrzycą oraz innymi chorobami siatkówki. Wykonujemy USG gałki ocznej i pole widzenia.

Pracujemy od poniedziałku do piątku.

Wizyty po uprzedniej rejestracji telefonicznej tel. 661-888-444
Warszawa ul. Łukowska 1 lok. 12

REKLAMA

KANCELARIA-PRAGA.PL

ZAPRASZA W ŚRODY I CZWARTKI NA

DARMOWE PORADY PRAWNE!!!

CELEM UMÓWIENIA SIĘ NA WIZYTĘ PROSIMY DZWONIĆ OD 9.00 DO 17.00 POD NR TELEFONÓW:

22 4037703 oraz 693 445 280

KANCELARIA ZASTRZEGA SOBIE PRAWO DO ODMOWY UDZIELANIA PORAD PRAWNYCH W SPRAWACH,
W KTÓRYCH SIĘ NIE SPECJALIZUJE. KANCELARIA MIEŚCI SIĘ W WARSZAWIE PRZY UL. TERESPOLSKIEJ 4 LOK. 351.



JAK MINĄŁ ROK?



Marek Borowski
– senator warszawsko-PRASKI

Politycznie był to dla mnie rok bardzo emocjonujący i pracowity. Alfred Hitchcock twierdził, że dobry kryminalista powinien zaczynać się od trzęsienia ziemi, a potem napięcie powinno... narastać! Tak właśnie działo się w 2012 roku. Zaczęło się od masowych demonstracji w sprawie ACTA, a potem było coraz gorzej: podwyższenie wieku emerytalnego, Amber Gold i na koniec trotyl na wraku.

We wszystkich tych debatach brałem czynny udział, zarówno wypowiadając się w Senacie, jak i pisząc artykuły, co wymagało sporo pracy i przygotowań. Czasami jednak miałem wrażenie, że racjonalne argumenty to groch, rzucany o ścianę i nachodziły mnie myśli pesymistyczne. Na szczęście była i jest jeszcze Praga. Tu w ciągu pierwszego roku mojego „senatorowania” poznałem tylu wspaniałych społeczników, którzy swój czas i umiejętności poświęcają swojej dzielnicy, sąsiadom, po prostu innym ludziom, oczekującym pomocnej dłoni – że współpracując z nimi szybko odzyskiwałem optymizm i wiarę w sens uprawiania zawodu polityka. Chciałbym im wszystkim podziękować, a mieszkańcom Pragi życzyć, aby wokół nich takich ludzi i takich inicjatyw było w 2013 roku jak najwięcej.

Tyle politycznie. A rodzinie? No cóż, w 2012 r. moje wnuki stały się jeszcze mądrzejsze i wymagające. Strach pomyśleć, co będzie w 2013r., więc już od dziś zabieram się do pracy nad sobą!

nym, zaś, uchylając rąbka rodzinnej tajemnicy, zdradzę, że spodziewamy się powiększenia naszej rodziny...



Ewa Łagodzka – dyrektor SZPZLO Warszawa Praga Południe

To był rok bardzo trudny, ale i owocny dla całego, liczącego ponad pięćset pracowników Zespołu. Działo się wiele! Przeprowadzono remont w dwóch przychodniach: przy ul. Abrahama 16 (poradnia dla dzieci, rejestracja ogólna oraz hole) ze środków finansowych uzyskanych z Urzędu m.st. Warszawy oraz kompleksowy remont ZLO przy ul. Ateńskiej 4 przy współpracy z „SBM Ateńska”.

Kolejnym przedsięwzięciem było uczestnictwo w zabezpieczeniu medycznym EURO 2012, głównie w ZLO przy ul. Abrahama 16 i Grochowskiej 339, które pełniły dyżury podczas trwania rozgrywek. W roku 2012 nasz Zespół został uhonorowany nagrodą w postaci statuetki i dyplomu w konkursie „Rzetelni w ochronie zdrowia”.

Wraz z końcem roku zakończono informatyzację Zespołu w ramach projektu współfinansowanego ze środków unijnych. To system innowacyjny, który ułatwia obsługę pacjentów na poziomie rejestracji jak i w gabinetach lekarskich. Potwierdzeniem zaangażowania i kompetencji pracowników było otrzymanie w końcu roku rekomendacji do utrzymania Certyfikatu Jakości ISO, z czego jestem dumna. Korzystając z okazji pragnę podziękować pracownikom za zaangażowanie w realizacji tych przedsięwzięć, a pacjentom za zaufanie, okazane naszemu Zespołowi.



Gen. dyw. dr hab. Bogusław Pacek – rektor, komendant Akademii Obrony Narodowej

Rok 2012 obfitował w moim życiu w wiele ważnych wydarzeń. Najważniejszym z nich, którego się wcześniej nie spodziewałem było objęcie przeze mnie stanowiska rektora AON. To dla mnie wyzwanie nie tylko w 2012 roku. Zaczęłem dość ostro. Od siebie. Każdego dnia początek pracy o 6.30, a finał? Lepiej nie mówić. Wiele nowych spraw i problemów. Poza tymi wewnętrznymi, dotyczącymi uczelni, także te na styku mieszkańców i władz Rembertowa. A więc po pierwsze: infrastruktura. W wir walki rzucili się pracownicy pionu Kancelarza, by przygotować prace na rok następny. Jeszcze w grudniu udało się ukończyć kapitalny remont jednego z budynków. Taki remont to jak budowa od podstaw. Zmiany w infrastrukturze w 2013 roku będą istotne, ale to niespodzianka. Ruszyły Wszechnica Bezpieczeństwa i Wszechnica Obronności. Byli w AON prezydenci Lech Wałęsa i Aleksander Kwaśniewski oraz wielu szefów sztabów, generałów. W wielu tych spotkaniach uczestniczyli nasi sąsiedzi, mieszkańcy Rembertowa. Przed nami wiele

zmian, które nastąpią w roku 2013. Współpracujemy z władzami dzielnicy. Pani burmistrz Agnieszka Kądejka jest stałym naszym gościem. Studenci w swojej gazecie „Rembridge” zapowiedzieli, że w 2013 Rembertów będzie „chodził AON-em”, więc niech tak będzie. Ku radości uczelni i mieszkańców Rembertowa.



Łukasz Rumowski – wiceprzewodniczący Rady Nadzorczej SM Gocław Lotnisko

Spółdzielnia Mieszkaniowa Gocław-Lotnisko, obchodząca w ubiegłym roku 30-lecie swojego istnienia, zamknęła 2011 rok wypracowując znaczną nadwyżkę. 2012 rok będzie zapewne również pomyślny. Jesteśmy spółdzielnią ciągle inwestującą, ostatnio wybudowaliśmy budynek mieszkalny wraz powierzchniami użytkowymi o łącznym metrażu ponad 8 tysięcy metrów kwadratowych, w 2013 roku planujemy aż dwie inwestycje, jedną o powierzchni 10 tysięcy metrów kwadratowych przy ulicy Jana Nowaka-Jeziorańskiego, drugą - dwukrotnie większą u zbiegu ulic Fieldorfa i Jugosłowiańskiej.

W ten sposób wykorzystujemy tereny inwestycyjne, które posiadamy, a zyskami jakie uzyskujemy z tych inwestycji, dofinansowujemy działalność statutową spółdzielni - inaczej mówiąc zmniejszamy obciążenia, jakie musieliby ponosić spółdzielcy z tytułu np. opłat remontowych czy termomodernizacyjnych. Pozyskujemy nowych spółdzielców, a nowe inwestycje, z silnie rozwiniętą powierzchnią handlową i usługową, poprawiają komfort życia mieszkańców całego osiedla. W minionym roku wyraźnie poprawiliśmy ściągłość opłat czynszowych, zwłaszcza zaległości krótkoterminowych, z tym jednak, że staramy się podchodzić bardzo elastycznie do problemów finansowych spółdzielców. Nie stosujemy jednego tylko rozwiązania, ale staramy się wypracować najlepsze metody, pozwalające dłużnikom wykaraskać się ze zobowiązań finansowych.



Mirosław Szyber – prezes Centrum Handlowego „Szembeka”

Poprzedni rok minął mi niezwykle pracowicie i intensywnie. Pochłonęły mnie przygotowania do nowej inwestycji – zabudowy części pierzei ul. Zamienieckiej. Powstanie tu nowoczesny obiekt o charakterze handlowo-usługowym. Już niedługo mieszkańcy poznają wizualizację obiektu, a Praga Południe będzie mogła się nim pochwalić. Efekt będzie tym lepszy, że sąsiadując z odnowionym przez samorząd placem Szembeka, całkowicie zmienimy wizerunek tej części dzielnicy i podniesiemy jej standard.

Całkowite zaangażowanie w tę inwestycję praktycznie pozbawiło mnie życia prywatnego w ubiegłym roku, ale tak to już jest, że czasami trzeba coś poświęcić aby zrealizować coś innego. Tę zależność zrozumiałem już dawno, jeszcze, gdy działałem w samorządzie. A i ciągle drzemie we mnie taka trochę społeczna nuta. Cieszę się, że udaje mi się zrealizować plany, które wiele lat temu poczyniłem i że prócz osobistej satysfakcji nowa inwestycja Centrum Handlowego „Szembeka” przy ul. Zamienieckiej będzie służyła mieszkańcom. (ar) (t)

REKLAMA

REKLAMA



P R O M O C J E G A Z E T K O W E

od 10.01. do 23.01.2013 r.

Osełka łowicka 200g
Masło ekstra łowickie 200g
Ser plastry 150g Łowicz
Płatki owsiane na mleku 200g

Ser plastry 150g Serenada
Łaciaste mleko 2%, 3,2% 1l
Piątka serek wiejski light,
ze szczypiorkiem 150g

Serek homogenizowany 150g
Twarożek domowy 150g
Śmietana domowa 350g
Śmietana jogurtowa 350g

Pierogi z serem 400g
Pierogi z mięsem 400g
Szynka góralska 1kg
Kielbasa swojska
pilźnieńska 1kg

Kielbasa bursztynowa 1kg
Szynka Bankietowa 1kg
Kurczak gotowany 1kg

Parówki z Szynki 1kg
Parówki Delikatesowe 1kg
Kabanosy Francuskie 360g
opakowanie

Zapraszamy do **SDH „UNIVERSAM”** ul. Grochowska 207 i do placówek „Społem” na terenie dzielnic: Praga Południe, Targówek, Wawer, Rembertów, Wesoła oraz w Sulejówku

WIGILIJNE SPOTKANIA...

...W „MIESZKAŃCU”



19 grudnia ubiegłego roku, na tradycyjnym spotkaniu wigilijnym zorganizowanym przez redakcję i wydawcę „Mieszkańca” spotkali się wybrani z praskich okręgów wyborczych parlamentarzysty, samorządowcy z naszych dzielnic, byli przedstawiciele prokuratury i policji, menedżerowie, „Zacni Mieszkańcy”, biznesmeni i artyści.

Obecni więc byli m.in. posłanki i posłowie: Alicja Dąbrowska, Ligia Krajewska, Adam Kwiątkowski, Marcin Kierwiński, Marcin Święcicki, był senator, mający stałą rubrykę w „Mieszkańcu” Marek Borowski. Władze samorządowe reprezentowali m.in. Sebastian Wierzbicki, zastępca przewodniczącego Rady Miasta Warszawy, burmistrzowie praskich dzielnic: Tomasz Kucharski, Agnieszka Kądeja, Adam Grzegorzółka, przewodniczący Rady Dzielnicy Praga Południe Marcin Kluś.

Ks. prałat Krzysztof Jackowski proboszcz u Matki Bożej Królowej Polskich Męczenników przypomniał wagę świat Bożego Narodze-

nia w naszej kulturze, życzył wszystkim spokoju i miłości.

Burmistrz Pragi Południe Tomasz Kucharski, dziękując „Mieszkańcowi” za organizację tradycyjnych imprez integracyjnych, (które uznał za trudne do przecenienia), przypomniał o najważniejszych wydarzeniach mijającego roku: o EURO 2012, którego jedną z najważniejszych aren był Stadion Narodowy. Przypomniał przygotowania do tego wydarzenia i raz jeszcze ocenił, że zdaliśmy świetnie - także jako dzielnica - egzamin z organizacji tej imprezy. Wstępnie poinformował, że w 2013 roku Warszawa gościć będzie delegatów światowej konferencji klimatycznej, a część obrad odbywać się będzie w obiektach Stadionu Narodowego.

Spotkanie trwało blisko trzy godziny i szybko przerodziło się w integrujące spotkanie towarzyskie, podczas którego dzieląc się opłatkami składano sobie życzenia i omawiano plany na najbliższy rok.

(t)

...W URZĘDZIE



Życzenia miłości i chwil spędzonych z rodziną – takie świąteczne i noworoczne przesłanie popłynęło 18 grudnia ubiegłego roku od władz Pragi Południe w czasie „wigilijnego spotkania” w dzielnicowym Ratuszu.

Na zaproszenie burmistrza Tomasza Kucharskiego i przewodniczącego rady Marcina Kłusa w sali konferencyjnej urzędu zgromadziło się blisko 200 osób związanych z Pragą Południe. Wśród zgromadzonych byli m.in. urzędnicy, samorządowcy, przedstawiciele służb mundurowych, kultury, oświaty, służby zdrowia, a także (wyjątkowo licznie) spółdzielni mieszkaniowych. Gośćmi świąteczno-noworocznego spotkania, o którego duchowy wymiar zadbał ks. abp. Henryk Hoser, byli także nasi parlamentarzyści – posłanka Alicja Dąbrowska i senator Marek Borowski. Nie zabrakło również Adama Grzegorzółki, burmistrza Białołęki, który jeszcze do niedawna (od wielu lat) pełnił na Pradze Południe funkcję wiceburmistrza.

Spotkanie było okazją do złożenia przez burmistrza Tomasza Kucharskiego jubileuszowych życzeń abp. Henrykowi Hoserowi, który niedawno obchodził 70. rocznicę urodzin. Ordynariusz Diecezji Warszawsko-Praskiej przyjął też życzenia od kombatanów działających na Pradze Południe. Nietypowym akcentem spotkania było wręczenie przez wiceprezes Towarzystwa Przyjaciół Warszawy, Marzenę Marię Grochowską, honorowych odznak TPW. Wyróżnieni w ten sposób zostali wspomniany burmistrz Tomasz Kucharski oraz Feliks Waśkiewicz.

O świątecznym charakterze spotkania przypominały kolędy w wykonaniu renomowanego Kwartetu RAMPA. Bożonarodzeniowym, silnym akcentem, było także przekazanie władzom dzielnicy przez harcerzy z ZHP „Betlejemskiego Światła Pokoju”. Na koniec wszyscy podzieliли się opłatkami i przez długi czas składali sobie indywidualne życzenia. Oby, dla dobra uczestników i Pragi Południe, choć część z nich się spełniła w 2013 roku...

ar

REKLAMA



**KOMPLETNE OKULARY
KOREKCYJNE**

OD 45zł

W tym badanie wzroku.

Zapisy pod nr tel. 22 871 14 05

04-036 Warszawa Al. Stanów Zjednoczonych 72

REKLAMA



NOWA
apтека

INFORMACJA DLA PACJENTA

APTEKA NOWA
UL. ŁUKOWSKA 16
już
OTWARTA!

Godziny otwarcia:
pon. - pt.: 8:00 - 20:00
sobota: 8:00 - 14:00
tel. (22) 612 37 17



**SKRAJEŃSKIE
PODRÓŻE KULINARNE**

Karnawał w restauracji „na skrajnej”

KIERUNEK: **WŁOCHY**

**SPECJAŁY KUCHNI WŁOSKIEJ
W KAŻDY CZWARTEK
ŚWIEŻE MULE I MAKARONY
TANECZNE PIĄTKI
LIVE COOKING**

**RESTAURACJA
na skrajnej**

Restauracja „na skrajnej”
Żąbki, Skrajna 1A

tel. 22 781 70 29
kom. 519 064 128

www.naskrajnej.pl

MIESZKANIEC

na luzie



ŚMIESZKANIEC

W nowo otwartej klinice lekarz czeka w gabinecie na pierwszego pacjenta. Nagle pukanie do drzwi. Lekarz szybko podnosi słuchawkę telefonu głośno wołając „Proszę!” mówi do słuchawki:

- Niestety, panie ministrze, dziś nie mogę pana przyjąć. Wie pan, jak jestem oblegany, właśnie dzwonił z gabinetu premiera...

- Podnosi wzrok na przybysza i pyta:
- Co panu dolega?
 - W zasadzie nic, przyszedłem podłączyć telefon...

☺ ☺ ☺

Pukanie do drzwi. Pani domu otwiera, za progiem stoi skromny żebrak.

- W czym mogę panu pomóc?
- Chodzi mi tylko o kawałek chleba, jeden kawałek chleba...
- Świetnie! Zaraz zapakuję panu wielki kawał świętecznego tortu!
- Nie, nie! Proszę tylko o kawałek chleba!

Pani domu jednak wręcza żebrakowi kawał tortu. Żebrak dziękuje, a odchodząc mamrocze:

- No ciekawe jak przeszczę przez to denaturat?!

Wesoły Romek

• • • • •



Warto wiedzieć

Miło jest kupować, warto pamiętać, jak to robić. Nie bez powodu handlowcy tworzą specjalne działy marketingu, których celem jest nas oczarować i doprowadzić do niezłego drenazu kieszeni. Ołto kilka prostych rad.

Jeśli nie robisz zakupów na tydzień, tylko wpadasz po kilka drobniaków, nigdy nie korzystaj z wózka! Jeśli wkładasz produkty do koszyka, o wiele prędzej opamiętasz się, że przesadzasz z ilością zakupów, nie zawsze potrzebnych. Gdy umieszczasz je w wózku, ta kontrola nie działa. Ważna sprawa: lista zakupów. Konkretna. Ułożona wedle kolejności artykułów na półkach tak, żeby nie miało się po sklepie i unikać pokus.

Inny sposób: na zwykłe zakupy nie bierz karty ani portfela, tylko określoną sumę. Chleb, coś do chleba, mleko, woszczynna? Weź 20 złotych, wystarczy z nadkładkiem. Uważaj na promocje. Czasami tzw. „poprzednia cena” nigdy nie istniała, więc i „obniżka” jest fikcją. Chcesz kupić taniej? Sprawdź gazetki promocyjne! Ten sam telewizor czy ten sam olej lub mąka w różnych sklepach kosztują rozmaicie. Nie przepłacaj!

Ciekawska



Rady ciotki Agaty

...i po świętach! Ale za to - u progu karnawału.

Jak zadbać o poświęconą linię? Nie wierzyć w diety - cud. Pożegnać się (choćby na jakiś czas) z tłuszczami - w wędlinach i mięsie, na chlebie, w potrawach. Wątroba będzie wdzięczna! Pilnować, by połowę każdego posiłku (od śniadania do kolacji) stanowiły warzywa: surowe, na parze, duszone, byle nietłuste. Jadać małe (MAŁE!) posiłki pięć razy dziennie. Zrezygnować z coli i soków owocowych kupnych - zawierają oszałamiającą ilość cukru! Stodczyce jadać tylko w weekend. No i pamiętać: im wolniej chudniesz, tym bardziej oddalasz efekt jojo.

Alkohol? W karnawale pijamy go częściej, niż zwykle. By było sympatycznie, nie mieszać gatunków. Przed pójściem spać (a najlepiej jeszcze podczas konsumpcji) pić bardzo dużo zwykłej wody, której organizm zużywa mnóstwo podczas trawienia procentów dając efekt kaca... Porządne nawilżenie organizmu znacznie ogranicza, a często likwiduje te nie mile skutki!

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

ZAJRZYJMY DO KUCHNI

Dzisiaj, kuchnia specjalnie dla zapracowanych. Żeby było szybko, prosto i smacznie. Proszę bardzo: naleśniki.



✓ **Do wysokiego naczynia wlej 1,5 szklanki maślan-ki i wbij jedno jajko, całe, surowe.** Wsyp sól. Ciut, czyli dwa razy tyle, ile zmieści się między dwa palce. Wsyp szklankę zwykłej mąki pszennej (nie krupczatki i nie tortowej). Miksuj, co chwilę jeszcze dodając po dwie łyżki mąki (nie czubate). To, co miksujesz, ma stać się gęste jak śmietana, ale nie taka, co to „łyżkę włożyć a sama stoi”, raczej coś między żelem do kąpieli a ketchupem. Gdy gotowe, sprawdź czy ciasto jest leciutśko słonawe i wlej dwie łyżki oliwy. Miksuj jeszcze 30 sekund, przykryj i odstaw na godzinę. Patelnię teflonową lub ceramiczną póki zimna posmaruj oliwą (posmaruj, nie - polej) i postaw na gazie. Średnim, nie za małym. Gdy trzymając dłoń nad patelnią (ale nie na niej) poczujesz ciepło, wlej na środek trochę ciasta. Trudno powiedzieć, ile - chodzi o to, ma to być kleks o średnicy mniej więcej grejpfruta. Należy go szybko rozprowadzić cienką warstwą po patelni, na przykład rozsmarowując ku brzegom wypukłą stroną mokrej łyżki, zwłaszcza drewnianej. Po chwili ciasto się „zetrze”, zmatowieje na powierzchni. Przy pomocy szerokiej łopaty przewróć naleśnik na drugą stronę (kiedyś nauczysz się go podrzucać patelnią!). Jeśli jest przypalony, trzeba zmniejszyć gaz. Jeśli całkiem blady - zrobiaś to za wcześniej. Nie przejmuj się. Mówią, że pierwszy naleśnik z każdej partii jest na straty. Trzeba działać metodą prób i błędów jeśli chodzi o czas smażenia i temperaturę. Ale szansa na porażkę jest znikoma.

Z czym podawać? Polane syropem klonowym i już. Posmarowane ciepłym masłem orzechowym i powidłami. Z owocami i bitą śmietaną lub jogurtem. Z paskiem żółtego, wyrazistego sera i paskiem dobrego pasztetu (oba cienkie), wówczas po zawinięciu lekko podpiec na patelni. Z serkiem waniliowym i np. płatkami migdałów i rodzynkami: wymieszać i smarować. Z siekanymi pieczarkami, podsuszonymi z cebulką, solą i pieprzem. Z żurawiną do mięs (choćby ze siołką) i stopioną czekoladą. Plus około miliona innych pomysłów. Gotowanie jest fajne!

Pyszna Józia

H O R O S K O P

♈ BARAN 21.03-21.04

Decyzje zawodowe, jakie teraz możesz podjąć, mogą się okazać strzałem w dziesiątkę. Na początku roku spróbujesz zarobić większą gotówkę. Jeśli jesteś z kimś związany Twoje życie może nabrać rumieńców. Na zdrowie nie powinienes narzekać, pamiętaj jednak o większej dawce ruchu i odpowiedniej diecie, gdyż po świętach Twój organizm może potrzebować oczyszczenia i zregenerowania.

♉ BYK 22.04-21.05

Z większą energią spróbujesz zabrać się do realizacji projektów zawodowych, w sprawach sercowych może zacząć się dla Ciebie czas podsumowania i rozmyślenia o wzajemnych relacjach z partnerem. Codziennosci i ciągła pogoda za uciekającym czasem może osłabić uczucie, jednak spróbuj zastanowić się nad tym, jaki smak życiu nadaje często radość ukryta w drobniakach, wspólnych chwilach spędzonych we dwoje lub niedzielnych spacerach.

♊ BLIŹNIĘTA 22.05-21.06

W najbliższym czasie możesz spróbować pokonować zmieniające zasady w Twoim związku spokojnie działać w sprawach osobistych, jednak nie powinienes za wszelką cenę starać się wychodzić na prowadzenie. Twoja druga połowa może mieć Ci to za złe. Może spróbujesz swoją uwagę skupić na sprawach zawodowych, ale zanim zdecydujesz się na realizację nowego planu, dopracuj szczegóły. Twoje kontakty z najbliższym otoczeniem powinny się ułożyć całkiem sympatycznie. Bądź ostrożny jeżdżąc samochodem, niech nic i nikt nie rozprasza Twojej uwagi.

♋ RAK 22.06-22.07

Nowy rok może się dla Ciebie zacząć całkiem interesująco. W połowie stycznia niewykluczony przypływ dobrej energii i nowych sił vitalnych. Wspaniale możesz sobie poradzić z praktyczną i materialną stroną życia. Bez wysiłku powinienes połączyć sprawy domowe i zawodowe, a przy tym udać Ci się powinno podejmowanie decyzji, które wcześniej wydawały się za trudne. Nie lekceważ swojej intuicji, zwłaszcza, gdy stajesz przed ważnym wyborem.

♌ LEW 23.07-23.08

Może Twoim noworocznym postanowieniem powinna być nauka języka obcego, zrzucenie nadwagi lub uprawianie jakiegoś sportu? Powinienes cieszyć się całkiem dobrą formą. Już pod koniec miesiąca może Ci się trafić okazja do korzystnego zainwestowania w jakieś przedsięwzięcie, ale nie oczekuj natychmiastowych zysków. Postaraj się uzbroić w cierpliwość, bo może pojawić się kolejna możliwość i szansa na odniesienie sukcesu.

♍ PANNA 24.08-23.09

W najbliższym czasie możesz zacząć próbować realizować swoje plany w sposób mało rozważny, daj sobie jednak trochę czasu, bo nie powinienes wszystkiego rzucać na jedną szalę. Spróbuj nie dać się namówić na żadne ryzykowne posunięcia zawodowe lub inne inwestycje tzw. dobrym znajomym. Może warto wszystko dokładnie przemyśleć i zaplanować, bo potem możesz mieć kłopoty z osiągnięciem celu.

♎ WAGA 24.09-23.10

Na początku roku możesz mieć więcej pracy. Może spróbujesz powoli i systematycznie zabrać się do swoich zajęć. Jeżeli uda Ci się połączyć zmysł praktyczny z intuicją, to Twoje pomysły mają szansę na realizację. Ważne jest, abyś zadbał o swoje relacje z otoczeniem, a wtedy wiele spraw wyda się być łatwiejszymi, a nowo poznane osoby mogą Ci pomóc w dojściu do celu.

♏ SKORPION 24.10-23.11

Możesz całkiem udanie zacząć ten rok narzucając sobie dyscyplinę i stawiając na kreatywność. Możliwa ciekawa podróż, która pozwoli Ci na poznanie nowych fascynujących miejsc i ludzi. W sprawach uczuciowych mogą Cię czekać małe zawirowania, na prostą możesz wyjść wiosną. Pamiętaj, że w miłości nie zawsze wszystko idzie po naszej myśli i może nie być łatwo zawiadnąć czymś sercem...

♐ STRZELEC 24.11-22.12

Spróbuj wrzucić na luz i nie staraj się być perfekcjonistą na siłę, bo możesz zapłacić za to wysoką cenę. Chcąc sprostać wysokim oczekiwaniom wobec siebie, możesz stracić energię i zdrowie. Nie wszystko może Ci się udać zapiąć na ostatni guzik, ale to nie znaczy, że Twoja praca może pójść na marne. Spróbuj do niej nabrać większego dystansu. Nie zapomnij o swoim organizmie dbając o niego w najprostszym sposobie - jedząc więcej owoców i warzyw, chodząc na spacer... najlepiej w miłym towarzystwie.

♑ KOZIOROŻEC 23.12-20.01

Początek roku może być trochę trudny, aby jakoś przez to przebrnąć powinienes ustalić sobie jakiś harmonogram zajęć. Chwilowo możesz odczuwać zniechęcenie i może Ci zabraknąć fantazji, a życie wyda się szare i pobawione sensu. Ale warto temu zaradzić i szukać towarzystwa osób optymistycznie patrzących na świat. Na razie spróbuj ustawić sobie niżej poprzeczkę i nie oczekuj zbyt wiele od świata i ludzi. Spróbuj cieszyć się zwykłymi, codziennymi sprawami.

♒ WODNIK 21.01-19.02

Na początku miesiąca postaraj się nie podejmować poważnych decyzji sam. Te, które mogą rzutować na Twoje dalsze losy mogą wymagać pomocy kogoś doświadczonego, komu będziesz mógł zaufać. W innych kwestiach możesz liczyć na uśmiech losu i swoją przewidywalność. Unikaj konfliktowych sytuacji i nie daj się wciągnąć w personalne rozgrywki. W pracy i w uczuciach sporo miejsca na inwencje i ciekawe pomysły.

♓ RYBY 20.02-20.03

Poczujesz przypływ adrenaliny, a w Twojej głowie mogą się kłębić nowe pomysły. Również życie będzie Ci pisało niebanalne scenariusze. W poszukiwaniu czegoś nowego będziesz szukał inspiracji w najmniej oczekiwanych miejscach. Więc może warto pomyśleć o zmianie pracy, aby dalej realizować swoje plany. W uczuciach może być różnie, ale tutaj wiele zależeć będzie od Ciebie. Nie czekaj na inwencję drugiej strony, sam zrób coś radośnie szalonego...

Merlin

Krzyżówka Mieszkańca Nr 1

Substancja w bombach zapalających	Nadliczbowy egzemplarz druku	Polny skowronek	Talon	Złote lub leśne	Wzory postępowania	Rządy cara Nad Wartą	Czarna owca
			Grecki bóg, wiatr póln. Ze stolicą w Prisztinie		3		
Imię Sadata	Stocznioły warsztat Teatr w Paryżu		Gryzoń hodowany na futro			2	
Plak słabo jeszcze latający	11			Na pedale roweru Dragoni			6
			Mównica na Forum Romanum Na przesłach				
Gatunek herbaty				Stalowy jacht oceaniczny	Ziemny nasyp Auto na złomowisku	1	
Biłmo			12				
		Na czele województwa					
Podwawelski powtór	Paragon albo talon na towar	Kij, łaska Za odniesienie zguby				Stolica Bośni i Hercegowiny	5
Japoński wachlarz składany	Grecka litera	Braz lub mosiądz	Weranda			Dawny piec hutniczy	
Przytoczone słowa			Szosa strategiczna				4
			A z krzykiem Kraj i rzeka w Afryce		7	Podstawa risotta Parobek dworski	
Lamówka na epolecie	14		Wada obiektywów		W niej lustro		
Piwo-warskie naczynie	Nie liryk Tam odszedł kochaś	8		Matka - Ziemia			Namiestnik węgierski w Chorwacji
		Żyd o katoliku			Lanta-nowiec		13
Rower dla dwojga				Doza	9		
Stolica Malediwów			Idylliczna kraina		Angielskie imię żeńskie		

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 14 utworzą końcowe hasło - powiedzenie.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----

Rozwiązania należy przysyłać pod adresem redakcji w terminie 7 dni od daty ukazania się gazety. Rozwiązanie krzyżówki Nr 23/2012: „Kto milczy zezwala”. Zestaw upominków wylosowała p. Urszula Orzechowska z ul. Białowieskiej. Po odbiór zapraszamy (z dowodem tożsamości) do redakcji do 18 stycznia br.

ADMINISTROWANIE

Zarządzie/Zarządco Wspólnoty Mieszkaniowej zdo-
bądź certyfikat rzetelności!
Kancelaria prawnoprawo-
zarządca przeprowadza audyty fi-
nansowe Wspólnot Miesz-
kaniowych, dając ocenę praw-
dowości gospodarki nie-
ruchomością wspólną.
Kontakt tel. 694-222-733
arcanum.kancelaria@gmail.com

FINANSE

• Zeznania roczne doradca
podatkowy
zeznaniarocznepit@gmail.com
Tel. 601-208-555

KUPIĘ

• AAA, Antyki wszelkie za
gotówkę oraz znaczki, mo-
nety, medale.
Tel. 516-400-434
• Monety, banknoty, odzna-
czenia. Antykwarat ul. An-
dersa 18. Tel. 22 831-36-48
• Znaczki, monety, bankno-
ty, pocztówki, książki, srebro,
meble, obrazy i inne przed-
mioty. Tel. 22 610-33-84;
601-235-118

SPRZEDAM

• Odkurzacze Rainbow – no-
we, używane – serwis, kon-
serwacja, akcesoria.
Tel. 606-742-822;
www.odkurzaczewodne.eu

MEDYCZNE

• Alkoholowo-narkotykowe
odtrucie, Esperal.
Tel. 22 671-15-79, 22 613-98-37
• Masaże - lecznicze, od-
chudzające/gabinet/dojazd.
Tel. 501-050-044

REKLAMA

ZAKŁAD POGRZEBOWY

„ABROS”
Usługi kompleksowe

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

CAŁODOBOWO

ZAKŁAD POGRZEBOWY „GENITA” Kurowscy
Służymy pomocą przez całą dobę
Warszawa ul. Korkowa 167
tel.: 22 613-24-42
Całodobowo 602-398-417
Warszawa al. Komandosów 34
tel.: 22 612-86-32
Całodobowo 604-216-738
www.genita.pl

NAUKA

• Angielski, niemiecki.
Tel. 601-20-93-41
• Angielski Gocław - kursy
grupowe/indywidualne.
Tel. 508-66-44-20
• CHEMIA.TEL.503-410-723
• Fizyka, matematyka. Matu-
ry, studenci. Dojeżdżam. Dr.
Tel. 607-690-614
• Fizyka, matematyka – do-
jazd. Tel. 603-581-282;
22 615-81-50
• Liceum zaoczne i szkoły
policealne. Tel. 22 517-77-40;
602 232 879
• Matematyka, dojazd.
Tel. 501-510-709
• Nederlandzki/holenderski.
Tel. 508-66-44-20

NIERUCHOMOŚCI/mam do wynajęcia

• Kawalerka na Płowieckiej.
Tel. 660-281-236

NIERUCHOMOŚCI/sprzedam

• Okazja: pilnie sprzedam
nowoczesne mieszkanie 58
m kw. z balkonem, dwoma
garażami i piwnicą na strze-
żonym niskim Osiedlu Szko-
ły Orłat 1 na Gocławku.
Tel. 601-225-111
• Tanio budynek warsztato-
wy w Falenicy ca 320 m kw.
Pilne! Tel. 606-260-514

DAM PRACĘ

• Szlifierz – wałki, otwory.
Falenica. Tel. 605-386-852
• Zatrudnię elektryka na kon-
serwacje. Tel. 604-608-872

SZUKAM PRACY

• Energiczna emerytka jako
pomoc domowa.
Tel. 517-685-957, 22 813-09-36
• Sprzątam w domu i po re-
moncie. Tel. 511-210-315

PRAWNE

• Doradca Podatkowy – po-
rady, kłopoty z urzędem skar-
bowym, wszystkie podatki,
spadki, darowizny, aukcje, nie-
ujawnione dochody. Warszawa
Gocław. Tel. 22 672-34-34;
604-095-656
www.podatki-doradca.pl

REKLAMA

USŁUGI POGRZEBOWE

Miejskie Przedsiębiorstwo
Usług Komunalnych Sp. z o.o.
■ ul. Grochowska 156
tel. 22 610-48-74; 22 610-49-11
■ ul. Floriańska 12
tel. 22 619-19-56; 22 619-36-19
■ całodobowo – tel. 195 88
(połączenie bezpłatne);
22 836-69-16; 608-054-093
Załatwianie formalności w domu Klienta
www.mpuk.waw.pl

• Pomoc w pisaniu podań i
pism urzędowych. Grochów.
Tel. 501-544-122
• Kancelaria Prawna, szero-
ki zakres usług. Czynna co-
dziennie oprócz wtorków. Ul.
Grochowska 207 (Universam,
antresola od strony pętli auto-
busowej)
www.kancelariaosica.pl;
Tel. 509-959-444,
22 810-00-61 w. 252

• Kancelaria Adwokac-
ka adw. Teresa Zdanowicz.
Sprawy: cywilne, karne, ro-
dzinne, spadkowe. Wawer -
Anin ul. Ukośna.
Tel. 22 613-04-30; 603-807-481

UROCZYSTOŚCI

• Filmowanie, wesela, komu-
nie, limuzyna, tanio.
Tel. 602-275-303

USŁUGI

• AAAA Automatyczne
pralki, zmywarki - krajowe,
zachodnie. Naprawa.
Tel. 22 612-95-23,
0609 105 940

• ANTENY - CYFRA+, Pol-
sat, N-ka oraz satelity bez
opłat, 900 programów, w tym
20 polskich (TRWAM, TVP1,
TVP2 i TVN), anteny, deko-
dery do TV cyfrowej, naziem-
nej. Sprzedaż, montaż, napra-
wa, gwarancja!
www.lemag-tvsat.waw.pl
Tel. 22 815-47-25;
501-123-566

• Anteny indywidualne,
zbiorniki, monitoring, napra-
wa RTV. Najwyższa jakość
usług ul. Igańska 32.
Tel. 604-506-278; 22 813-60-33
• ANTENY, TELEWIZO-
RY – NAPRAWA.
TEL. 22 818-07-17

• Cyklinowanie, lakierowa-
nie – 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, tapi-
cerki. Tel. 694-825-760
• DEZYNSEKCJA, skutecz-
nie. Tel. 22 642-96-16
• Domofony, instalacje elek-
tryczne, pralki.
Tel. 601-936-805

• ELEKTRYCZNE. GŁO-
WACKI. TEL. 504-618-888
• Futra – kożuchy, odzież
skórzana – usługi miarowe,
przeróbki, wszelkie naprawy.
Ul. Zamieniecka 63.
Tel. 22 610-23-05

Gaz, hydraulika – 24 h, awa-
rie pieca, termy, kuchni,
podłączenia, przeróbki, na-
prawy.
Tel. 610-88-27; 604-798-744

• GEODEZJA.
TEL. 609-240-602
• GLAZURNICZE, HY-
DRAULICZNE.
TEL. 504-618-888

• Hydrauliczne, gazowe – so-
lidnie. Tel. 22 610-81-21;
607-773-106

• Hydraulika, wod. kan-
gaz, piece, remonty, prze-
glądy gazowe, kominiarskie.
Tel. 696-321-228

• Lodówki. Tel. 604-910-
643; Pralki. Tel. 601-361-830
• Lodówki, pralki, telewizo-
ry – naprawa.
Tel. 694-825-760

• Malowanie, gładź gipsowa.
Tel. 510-711-163

• Malowanie, tapetowanie,
gładź. Tel. 22 810-90-22
• NAPRAWA TELEWIZO-
RÓW – DOJAZD.
Tel. 602-216-943

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

• PANELE, PODŁOGI.
TEL. 504-618-888

• Pralki, lodówki - naprawa.
Tel. 502-562-444;
603-047-616

• Remonty kompleksowo.
www.remonty4u.pl
Tel. 502-218-778

• Serwis lodówek, chłodnic-
two. Tel. 602-275-303
• STOLARZ WYKO-
NA SOLIDNIE – SZAFY,
KUCHNIE, PAWLACZE,
ZABUDOWY I NAPRAWY.
TEL. 602-126-214

STOLARSTWO
MEBLOWE
PEŁEN ZAKRES.
TEL. 22 773-15-13;
504-824-568

• Tapicerskie.
Tel. 22 612-53-88
• TAPETOWANIE, MA-
LOWANIE.
TEL. 504-618-888

Termowizja
Badanie domu.
Tel. 660-473-628

• Żaluzje, verticale, rolety -
naprawy, pranie verticali.
Tel. 22 610-54-19
• Rolety antywłamaniowe i
naprawy. Tel. 602-228-874
• Rolety, żaluzje, verticale,
rolety antywłamaniowe – pro-
dukcja, naprawa.
Tel. 602-228-874

USŁUGI/budowlane

• Ślusarstwo, balustrady,
zamki, kraty, drzwi, ogrodze-
nia. Tel. 608-331-200
• Wycinka drzew, czyszcze-
nie rynien, drabinki przeciw-
śniegowe. Tel. 504-250-013

USŁUGI/komputerowe

• AAAA Tani Serwis Kom-
puterowy 18 zł/h, 24 H. Do-
jazd 0 zł. Tel. 503-432-422
• Serwis. Tanio.
Tel. 602-849-614

USŁUGI/porządkowe

• Odbiór i wywóz śniegu.
Tel. 696-008-728

USŁUGI/remontowe

• Cyklinowanie.
Tel. 721-649-745
• Gładź, malowanie, panele.
Tel. 609-982-675
• Malowanie, tapetowanie,
panele. Tel. 22 615-76-97;
695-679-521
• Usługi hydrauliczne, malo-
wanie, panele podłogowe.
Tel. 504-250-013

USŁUGI/transportowe

• AAA Wywóz mebli, gru-
zu, sprzątanie piwnic, stry-
chów, wycinka drzew, małe
rozbiórki. Tel. 22 224-22-63;
888-651-163

• Mały transport.
Tel. 608-331-200

ZWIERZĘTA

• Utylizacja zwierząt.
Tel. 535-719-881

CHCESZ MIEĆ ŁATWY DOSTĘP DO INFORMACJI ZE SWOJEJ DZIELNICY?

Jest na to proste rozwiązanie!

Co DWA TYGODNIE

otrzymasz MIESZKANIE ON-LINE
z NAJŚWIEŻSZYMI informacjami
na swoją SKRZYNKĘ MAILOWĄ!!



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



ZIELARSTWO

• ZIÓŁKO Sklep Zielarsko-
-Medyczny C.H. Szembeka
róg Gdeckiej i Komorskiej,
paw. 53 D. Zielarstwo – peł-
ny asortyment, profesjonalne
porady.

Tel. 602-648-813

REKLAMA

TWÓJ CZAS JEST DLA NAS BEZCENNY!
NADAJ DROBNE PRZEZ INTERNET  **Kliknij www.mieszkaniac.pl**

MIESZKANIEC
CZASOPISMO
SPOŁECZNO-SAMORZĄDOWE

Redaguje zespół dziennikarzy przy współudziale mieszkańców. Redaktor naczelny: Wiesław Nowosielski. Zdjęcia: Leszek Pogorzelski. Redakcja: ul. Grenadierów 10, 04-062 Warszawa, tel./fax 22 813-43-83, e-mail: redakcja@mieszkaniac.pl Internet: www.mieszkaniac.pl Wydawca: P.W.U. „VARIA”, ul. Grenadierów 10, 04-062 Warszawa, tel. 22 810-64-12. Przygot. do druku: MAWA Press tel. 22 870-71-35. Druk: „ODDI”. Materiałów nie zamówionych nie zwracamy. Za treść ogłoszeń, listów i artykułów sponsorowanych (AS) Redakcja i Wydawca nie odpowiadają.



Nakład:
40 000 egz.
Kontrolowany przez
Związek Kontroli
Dystrybucji Prasy.

Gdy grypa puka do drzwi...

W ostatnich dniach odnotowano znaczny wzrost zachorowań na grypę. Dodatkowo temperatury, zmienna pogoda oraz nieodpowiedni ubiór są sprzymierzcami tej groźnej choroby.

Grypa szybko się rozprzestrzenia, nietrudno więc się nią zarazić. Następuje to zarówno drogą kropelkową jak i poprzez kontakty pośrednie np. na dłoniach czy naczyniach.

Wirus jest rozprzestrzeniany także po ustąpieniu objawów chorobowych, mniej więcej do jednego tygodnia. Grypa, oprócz tego, że atakuje drogi oddechowe, powoduje dodatkowo ogromne osłabienie ciągnące się czasem całymi tygodniami. Czujemy się źle, jesteśmy rozbici i słabi. To z pewnością choroba, „która zwala każdego z nóg”. Jeśli dojdą do tego jeszcze powikłania czyli np. zapalenie płuc, może to stanowić zagrożenie dla życia.

Na grypę nie wymyślono jeszcze żadnego skutecznego i szybko działającego leku. Część z nas ratuje się jak może korzystając z porad babć, sięgając po medycynę naturalną. Używamy bakteriobójczego czosnku, pijemy syrop z cebuli, herbatkę z miodem, cytryną lub z sokiem z malin. Dla zwiększenia od-

porności zażywamy witaminę C, wapno, rutinoskorbin. Na rynku dostępne są także wszelkiego rodzaju środki łagodzące objawy grypy takie jak: bóle, wysoka temperatura, kaszel, katar, których nota bene nadużywamy. Podczas choroby należy obowiązkowo leżeć w łóżku. Niestety wiele osób nie stosuje się do tej zasady, nie chcąc brać zwolnienia lekarskiego ze względu na pracę.

Jest to poważny błąd, który popełniają pracodawcy pozwalając na to, by osoby chore zarażały swoich kolegów. W niektórych krajach wprowadzono zasadę obowiązkowego noszenia maseczek ochronnych przez osoby przeziębione.

Aby zminimalizować ryzyko zachorowania powinniśmy przede wszystkim wystrzegać się miejsc publicznych czy dużych skupisk ludzi. Należy bardzo często myć ręce, wietrzyć pomieszczenia, zażywać ruchu na świeżym powietrzu, odpowiednio się ubierać, w tym głównie nie dopuszczać do przegrzania ciała. Bardzo

ważna jest pełnowartościowa dieta.

Poważnym czynnikiem wpływającym na osłabienie układu odpornościowego jest stres, zmęczenie i zła kondycja psychiczna. Nieprawdą jest, że „atakowana” antybiotykiem grypa mija szybciej i mniej nieprzyjemnie. Przeciwnie, tego rodzaju lek, podany nie w porę, może skomplikować przebieg choroby i znacznie osłabić pacjenta ponieważ grypa nie jest chorobą bakteryjną, lecz wirusową, więc antybiotyk jest skuteczny nie – jako lek na grypę – lecz w przypadku powikłań pogrypowych.

Inną, bardzo ważną formą zapobiegania zachorowaniom oraz powikłaniom pogrypowym jest szczepienie. Ocenia się, że szczepionka jest skuteczna w 70-90%. Jednak nie wszyscy mogą z niej skorzystać. **Decyzja o tym czy przyjmujemy szczepienie musi być zawsze poprzedzona wizytą i konsultacją u lekarza, gdyż istnieje wiele przeciwwskazań do jej zastosowania.** Szczepienie powoduje, że stajemy się odporni na wirusa grypy tylko przez pewien czas. Jeśli jednak nie przekonuje nas ta forma zapobiegania grypie, boimy się szczepień i ich skutków, moż-

na spróbować stymulacji odporności organizmu poprzez stosowanie takich środków jak: witamina C 1000, witamina E, selen, cynk chelatowy, beta-karoten czy mleczko pszczele.

Zupełnie inaczej ma się sprawa z anginą, którą wywołują bakterie. Pozostawmy zatem lekarzom i diagnozę, i terapię. Zaufajmy ich wiedzy i doświadczeniu, nie wymuszajmy recept na antybiotyki, licząc, że dzięki temu szybko staniamiy na nogi.

Dlatego zanim zachorujemy, a nie ma przeciwwskazań, warto się zaszczepić, tym bardziej, że jak podaje Canadian Medical Association Journal, dr Niroshan Siriwardena z University of Lincoln wraz z zespołem, analizując dane blisko 20 tys. pacjentów po czterdziestce (takich, którzy mieli już zawał) i porównując je z danymi grupy kontrolnej liczącej ponad 60 tys. osób odkrył dodatkowe, korzystne dla zdrowia działanie szczepionek przeciw grypie.

Okazuje się, że szczepionka ma znakomite działanie uboczne - chroni przed powstawaniem skrzepów krwi. To dobra wiadomość zwłaszcza dla osób powyżej 65. ro-



ku życia, z grupy podwyższonego ryzyka (problemy z ciśnieniem, cukrzyca, występowanie chorób serca w bliskiej rodzinie), ponieważ stwierdzono zmniejszenie ryzyka zawału w roku zastosowania szczepionki średnio o 19%, przy czym odnotowano wyższą skuteczność szczepień wrześniowo-listopadowych w

porównaniu z grudniowymi i późniejszymi.

Szczepionka nie chroni przed zawałem, lecz zwiększa szansę na uniknięcie go. Warto z tej szansy korzystać! Pamiętajmy też o zdrowej profilaktyce. Unikając grypy, unikasz być może kłopotów kardiologicznych.

(ad) (eg)

REKLAMA

Boramed ul. Bora-Komorowskiego 21 lokal 307 (obok Rossmanna) Warszawa - Praga Południe

22 250 15 77
www.boramed.pl
pon. - pt. 8 - 20, sobota 9 - 13

BADANIA USG		SPECJALIŚCI	
Piersi	Węzłów chłonnych	Ginekolog	Endokrynolog
Tarczycy	Stawów, więzadeł i mięśni	Internista	Urolog
Jamy brzusznej		Pediatra	Ortopeda
Stawów biodrowych u dzieci	Dopplerowskie	Neonatolog	Chirurg
Przeziębienia u dzieci	i wiele innych	Dermatolog	

Dysponujemy najnowocześniejszym aparatem USG Voluson E6. Pozwala on uzyskać płynne, przestrzenne obrazy diagnostyczne o niespotykanej dokładności

GINEKOLOGIA		STOMATOLOGIA	
Prowadzenie ciąży	ECHO serca płodu	Stomatologia zachowawcza i estetyczna	Endodoncja
Konsultacje gin.	Kolposkopia	Ortodoncja	Protetyka
USG ciąży 2D/3D/4D	Cytologia		Implantologia
USG ginekologiczne	Szczepienia przeciw wirusowi HPV		Chirurgia szczękowa
USG genetyczne			
Test PAPP-A			

ANALIZY LEKARSKIE
Badania krwi, moczu oraz posiewów w pełnym zakresie

Allianz INTER Vision PZU Medica COMPENSA wifoniz standard iudera

REKLAMA

CENTRUM MEDYCZNE VITA - MEDICA ul. Kłopotowskiego 22 ■ pon.-pt. 800-1800 tel. 22 698 51 38 ■ www.vita-medica.pl

STOMATOLOGIA
■ Implanty od 1490 zł ■ Ortodoncja ■ Endodoncja ■ Protetyka
■ Stomatologia zachowawcza i estetyczna

POZ
■ Lekarze rodzinni ■ Szczepienia ochronne ■ Bilanse zdrowia

SPECJALIŚCI
■ Dermatologia ■ Diabetologia ■ Dietetyka ■ Endokrynologia
■ Ginekologia ■ Kardiologia ■ Laryngologia ■ Medycyna pracy ■ Medycyna podróży
■ Neurologia ■ Okulistyka ■ Ortopedia ■ Urologia

DIAGNOSTYKA
■ Laboratorium analityczne ■ USG ■ EKG spoczynkowe, wysiłkowe
■ Holter EKG, RR ■ Echo serca

NFZ Allianz PZU Medica SIGNAL IDUNA

ZADBAJ O SWÓJ SŁUCH

Słabo słyszysz? Masz trudności z rozumieniem mowy? A może ktoś z bliskich ma kłopoty ze słuchem? Przeczytaj, w jaki sposób zasięgnąć pomocy!

Szacuje się, że około 10 procent populacji nie dosłyszy. Oznacza to, że słuch około 200 tys. warszawiaków nie jest prawidłowy, choć z pewnością nie każdy zdaje sobie z tego sprawę.

Trudno jest zdefiniować takie pojęcie jak „normalne słyszenie”. Istnieje znaczna różnica między zdolnością słyszenia

u noworodka i nastolatka. Tak samo jak występują różnice u ludzi dwudziesto-, czterdziesto i sześćdziesięcioletnich. Jak wiele innych rzeczy słuch zmienia się na przestrzeni życia, ale zmiany zazwyczaj występują tak wolno, że na początku wcale ich nie zauważamy. Dopiero, gdy słuch zaczyna wpływać na nasz sposób po-

rozumiewania się z innymi osobami, zaczynamy się zastanawiać, co się dzieje.

Skutecznym rozwiązaniem otwierającym drzwi do świata dźwięków, które wydawały się beczkami, może okazać się aparat słuchowy. Współczesne aparaty to bardzo zaawansowane i zminiaturyzowane urządzenia, potrafiące dostosować się do ubytku pacjenta. Wybór konkretnego modelu aparatu w znacznej mierze zależy od rodzaju ubytku słuchu,

ale także od osobistych preferencji pacjenta i jego trybu życia. W każdym przypadku specjalista audioprotetyk zaproponuje najlepsze rozwiązanie i pomoże dokonać najlepszego wyboru.

- W ostatnich latach obserwujemy zwiększone zainteresowanie pacjentów naszymi usługami. Nasze nowoczesne, miniatury aparatu słuchowego nie jest już krępujące jak 10 czy 20 lat temu, a jako najczęstsze przyczyny dyskomfortu pacjenci wskazują trudności w komunikowaniu się z rodziną i znajomymi. Nowoczesne technologie nie omięły aparatów słuchowych,

które wyposażone są w bardzo szybkie procesory potrafiące czynić z dźwiękiem prawdziwe cuda – mówi Izabela Marczyk, dyplomowany audioprotetyk z firmy Fonikon, która specjalizuje się w niesieniu pomocy osobom niedosłyszącym.

Aparat słuchowy może przynieść wielką, pozytywną i natychmiastową różnicę. Bardzo ważnym czynnikiem jest indywidualne zaangażowanie pacjenta w proces noszenia aparatu. Im więcej informacji może on dostarczyć o swoich odczuciach i potrzebach, tym lepsze będą rezultaty.

AS 2013

Zapraszamy wszystkie zainteresowane osoby na bezpłatne badanie słuchu i konsultację protetyka słuchu. Osobom niepełnosprawnym proponujemy wizyty domowe. Z uwagi na duże zainteresowanie naszymi usługami, prosimy o telefoniczne umawianie wizyt.

FONIKON
APARATY SŁUCHOWE

ul. Ostrołęcka 4
tel. 22 498-74-80

ul. Br. Czecha 39
tel. 22 353-42-50

ul. Dąbrowszczaków 5A
tel. 22 392-05-67
Przychodnia specjalistyczna



MŁODE SZPADY

W grudniu odbyła się kolejna edycja turnieju szermierczego „O Puchar Dzielnicy Praga Południe” im. Eugeniusza Śniegowskiego.

Dla młodych szermierzy finał zawodów (14 grudnia) był jednocześnie zakończeniem i podsumowaniem sezonu w tej widowiskowej dyscyplinie. Turniej tradycyjnie już odbył się w specjalistycznej hali przy Zespole Szkół nr 37 im. Agnieszki Osieckiej przy al. Stanów Zjednoczonych 24. Tutaj ma siedzibę ma i prowadzi zajęcia Polski Klub Szermierczy.

W IX edycji turnieju, w kategorii dzieci, najlepiej władali szpadą: Zofia Kowalik z Akademii Szermierki Warszawa i Kinga Kowalewska z UKS Go-



claw 75. W kategorii chłopców wszystkie finałowe miejsca zajęli szermierze gospodarzy (PKSzerm Warszawa). W ostatecznej walce Jan Socha pokonał Macieja Fabczaka. Gospodarze całkowicie zdominowali także chłopięce finały młodzików. Tutaj, po bardzo widowiskowej walce, Bartłomiej Zbierada wygrał z Michałem Sokołowskim. W tej kategorii najlepszą szpadzistką okazała

się Natalia Heronimek z Warszawianki, która w finałowych starciach pokonała Julię Czyżak z UKS Gocław 75.

Sympatycznym akcentem imprezy były symboliczne nagrody, jakie prezes PKSzerm, Marek Poznański, wręczył samorządowcom wspierającym klub i rozwój stołecznej szermierki – radnemu Warszawy Adamowi Cieciorze i radnej dzielnicy Mirosławie Terleckiej. **ar**

GROCHOWSKI SZLEM

Henryk Goryszewski z Grochowa okazał się najlepszym brydżystą największego stołecznego turnieju brydża sportowego.

Przez cały ubiegły rok ponad dwustu miłośników brydża spotykało się w Centrum Promocji Kultury Dzielnicy Praga Południe przy ul. Podskarbińskiej 2. Tutaj właśnie odbywała się czwarta już edycja Turnieju w Brydżu Sportowym „O Puchar Burmistrza Dzielnicy Praga Południe”. – To największa taka impreza w Warszawie – podsumowała Wanda Buszkowska, która w parze z Januszem Wronką tworzą motor napędowy brydżowych spotkań w CPK. W ogólnej punktacji zwyciężył wspomniany arcymistrz Henryk Goryszewski, który wyprzedził Jana Chodo-

rowskiego i Sylwestra Młynarczyka.

Zwycięzca przyznał się „Mieszkańcowi”, że w czasie rocznego cyklu rozgrywek opu-

ścił tylko dwa spotkania. Nagrody w turnieju wręczał Tomasz Kucharski, burmistrz Pragi Południe, który zapewnił swoje wsparcie i patronat dla tegorocznego turnieju. Brydżści spotykają się w CPK nawet kilka razy w tygodniu. **rosa**



Sprintem, czyli trzy pytania do...

Marceliny Lech – łyżwiarki figurowej w parach sportowych, Mistrzyni Polski Seniorów 2012, zawodniczki Kadry Polski Juniorów i MKS Axel Toruń.

- Gratuluję ostatniego zwycięstwa, czyli zdobycia w grudniu, w parze z Jakubem Tycem, pierwszego miejsca w Mistrzostwach Polski w Cieszyźnie. Który z dotychczasowych sukcesów ceni Pani sobie najbardziej?

- Chyba najbardziej cieszył mnie występ na Warsaw Cup 2012 (impreza odbyła się w listopa-



Marcelina (w środku) po zwycięstwie w eliminacjach do Ogólnopolskiej Olimpiady Młodości Janów 2011.

dzie w Hali Torwar – przyp.ar). Zdobyliśmy wtedy minimum kwalifikacyjne do Mistrzostw Europy i Mistrzostw Świata Juniorów w 2013 roku.

Mam nadzieję, że na któreś z tych imprez będziemy reprezentowali barwy Polski, ale to zależy teraz Polskiego Związku Łyżwiarstwa Figurowego.

- Przygodę z łyżwami zaczynała Pani jako mała dziewczynka, a pierwsze starty w zawodach były indywidualne. Teraz, w parach sportowych, mimo, że wiekowo jeszcze kwalifikuje się do juniorów, to już udaje się wygrywać z seniorami. Dlaczego wybrała Pani taniec w parach?

- Szczerze mówiąc pary sportowe zawsze mi się podobały i wydaje mi się, że jeżeli dobrać się dobrzy partnerzy, to w parach łatwiej jest osiągnąć sukces zarówno w Polsce, jak i na świecie. Jest mniejsza konkurencja zarówno ze względu na ilość występujących, jak i poziom. Ale to nie znaczy, że jest łatwo. Największą trudnością jest dobranie odpowiedniego partnera. Przy dwóch osobach zwiększa się też na przykład ryzyko niewzięcia udziału w zawodach ze względu na kontuzję. Nam na razie udało się tego uniknąć.

- Urodziła się Pani na Grochowie, potem mieszkała na Gocławiu i w Wawrze. We wrześniu ubiegłego roku opuściła Pani rodzinę i przeniósła się do Torunia. To poważna zmiana, jak na szesnastolatkę, i z tego co wiem, to zmiana podyktowana właśnie rozwojem kariery sportowej...?

- Tak, ponieważ w Toruniu są najbardziej znani w Polsce trenerzy do par – Dorota i Mariusz Siudek, którzy jeszcze nie tak dawno sami zdobywali medale na Mistrzostwach Świata i Europy. Wiedziałam, że jeśli zacznę trenować pary, to będę chciała i musiała wyjechać do Torunia, bo tylko tutaj jest sens i szansa na osiągnięcie prawdziwego sportowego sukcesu. Taki wyjazd oczywiście łączy się z mniejszą kontrolą rodziców (śmiech), ale też z dodatkowymi obowiązkami. Na przykład sama muszę załatwiać wszystkie sprawy ze szkołą, sama sobie wszystko prasować, sama muszę chodzić na treningi, które zaczynają się o 5.30. Pomagają mi trenerzy.

Rozmawiał **Adam Rosiński**

REKLAMA

TELEFONY KOMÓRKOWE

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

www.krasphone.pl
• CH Szembeka
ul. Zamieniecka 90 paw. 311,
czynne pn.-pt. 9-18, sob. 9-14
tel. 333-23-11; 0501 51 66 60
e-mail: sklep@krasphone.pl

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!**

Hurtownia Optyczna HURT-DETAL
Okulary tylko 49 zł
Oprawka + szkła + robocizna
(sfera -4 do +6)
Warszawa, ul. Majdańska 7
Tel. 22 612 00 03
**PROGRESYWNE
TYLKO 299 zł**
„Dwa w Jednym” (do dali i czytania)
- 2 soczewki progresywne
Sfera -5 do +6
Dodatek do blizy 1-3
Najniższe ceny na:
● soczewki z antyrefleksem
● soczewki do pracy biurowej
● soczewki fotochromowe
TRANSITIONS
**Pracujemy pon.-pt. 9-19
sobota od 9 do 13**

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

OKNA • ROLETY
OKNA PCV – rabat 40%
Szyba termoizolacyjna k=1,0
● Maty bambusowe ● Żaluzje ● Verticale
MONTAŻ GRATIS! RATY!
ul. Patriotów 237 tel. 615-40-40, tel. 698 684 133
e-mail: biuro@oknamaro.pl www.oknamaro.pl
Z tym KUPONEM rabat na rolety 10%

Szanowni mieszkańcy Pragi Południe,
w Nowym 2013 Roku składam Państwu najserdeczniejsze życzenia noworoczne oraz zapraszam na dyżury radnego, które będę pełnić w Biurze Poselsko-Senatorskim przy ul. Grochowskiej 302 w każdy pierwszy wtorek miesiąca w godz. 17.00-19.00.
Bogdan Jeziorski
Radny Dzielnicy Praga-Południe

TRYBÓŃ PPI

Biuro sprzedaży:
ul. Serocka 27 lok. 1;
04-333 Warszawa
Kontakt: 22 509 65 03;
22 509 65 65
Biuro sprzedaży czynne:
pon.-pt. 8-17; sob. 9-13
www.trybonppi.pl

CERDENT
Gabinet Stomatologiczno – Lekarski
Warszawa,
ul. Grenadierów 21
tel. 813-22-38
od poniedziałku do piątku w godz. 10.00-20.00
♦ Stomatolog od poniedziałku do piątku 10.00 - 19.00
♦ Ginekolog od poniedziałku do piątku 16.00-19.00
♦ USG prenatalne 3D 4D pon., środa, czwartek, piątek 16.00-18.00
♦ Urolog wtorek 14.00-16.00

GABINET ZDROWIE
REHABILITACJA DLA DZIECI I DOROSŁYCH
Rok założenia 1996
Jacek Twarowski
Fizjoterapeuta
Gabinet Zdrowie
ul. Garwolińska 7 lok. 79
04-348 Warszawa
tel. 22 610 06 73
kom. 602 375 462
www.twarowski.net

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