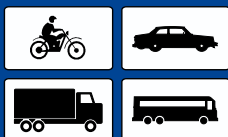


OKRĘGOWA STACJA KONTROLI POJAZDÓW
pon.-pt. 7³⁰-21⁰⁰; sob. 8⁰⁰-15⁰⁰
www.stacjakontrolipojazdow.pl
PEŁNY ZAKRES PRZEGLĄDÓW REJESTRACYJNYCH



WAŁ MIEDZESZYŃSKI
572
☎ **673-90-99**

STACJA KONTROLI POJAZDÓW
WESOŁA-ZIELONA
ul. Wspólna 49 obok Bomisu
tel. **773-97-29**
♦ badania rejestracyjne pojazdów do 3,5 t DMC i pojazdów z instalacją gazową
♦ regulacja zbieżności i geometria kół



Zapraszamy:
pon. - pt. w godz. 8⁰⁰-20⁰⁰
sobota w godz. 8⁰⁰-15⁰⁰

Wszystko w jednym miejscu
Todo
* upominki * dekoracje * elektronika,
* tania chemia zagraniczna,
* produkty dla zwierząt,
* szeroki wybór pudełek
* oraz 1001 drobiazgów.
Atrakcyjne ceny już od 1 zł
Rondo Wiatraczna (za Simply
ul. Kobielska 19 obok poczty)



ZASŁUŻONY DLA WARSZAWY

WARSZAWA

PRAGA

MIESZKANIEC

mieszkaniac.pl

Nr 13 (636) ROK XXV

WARSZAWA 2.07.2015 r.

ISSN 1231-7993

bezpłatny

Jak jest?

Ja nie wiem jak jest. Czytając dane statystyczne: jesteśmy jednym z najbardziej zapracowanych narodów w Europie. Potwierdza mi się to w praktyce. W Europie południowej na przykład otwierają swoje biznesy o 9.00 i pracują do 19.00. Ale z 2-3 godziną sjażdżają. U nas (w wielkich miastach) większość placówek też jest otwarta w tym samym czasie. Tyle, że bez sjażdżki. I z jednoznacznością obsługą.

Dalej czytamy: pracujemy dużo, ale nasza wydajność jest słaba, więc tak naprawdę produkujemy tyle samo, co krócej zatrudnieni w innych krajach. Tu mi się nie zgadza – jakim cudem? Pracujemy w fabrykach, w których wprowadzono zachodnie technologie. Ponieważ sprowadzono je niedawno: są nowoczesne. Pracują na okrągło. Ale wyjdźmy z fabryk: na Zachodzie w restauracji pracuje dwóch kelnerów. Poruszają się statecznie, nikt nie dziwi, że na posiłek trzeba czekać i godzinę. U nas też są dwie kelnerki, biegają między stolikami, a jeśli na kolację trzeba czekać dłużej niż kwadrans – awantura!

My gonimy Europę, oni nam w tym pomagają, bo stoją w miejscu. Tu znów mi się zgadza z oceną sytuacji. Drogi (te niedawno wybudowane) mamy na pewno lepsze niż Włosi, choć standardu np. austriackich (zwłaszcza tych „powiatowych”) jeszcze długo nie osiągniemy. Także przydrożne bary, zajazdy, hotele – tu już dogoniliśmy Europę.

I za chwilę znów mi się nie zgadza oglądany obraz ze statystycznymi danymi: spada bezrobocie, rosną przeciętne wynagrodzenia. A przecież jednocześnie stale rośnie strefa ubóstwa, powiększa się liczba osób wpisanych na listę stałych dłużników. Więc nie wiem, jak jest. Niby dobrze – a źle. Niby źle – a przecież nieźle. I jak tu głosować w wyborach?

Tomasz Szymański

PAMIĘTAJMY O OGRODACH...



fot. archiwum

CZYTAJ NA STR. 3

TYLE ZAJĘĆ W CAŁYM MIEŚCIE

Lato, lato, lato czeka... a wraz z latem czeka wiele ciekawych zajęć w ramach programu „Lato w mieście”. Tradycyjnie, jak co roku miasto przygotowało mnóstwo atrakcji dla dzieci, które pozostaną w stolicy. Z pewnością nie będą one narzekały na nudę.

CZYTAJ NA STR. 6



fot. archiwum

W NUMERZE:

CO SŁYCHAĆ W WARSZAWIE

Tyle zajęć w całym mieście str. 1, 6

Prokuratura lekkiem na całe zło? str. 3
Co to był za show! str. 3
Kobięcym okiem str. 4
Co tam Panie na Pradze str. 4
Koncertowo i filmowo
Artystyczne pożegnanie szkoły str. 7

KRONIKA POLICYJNA str. 2

PRAWNIK RADZI str. 4

Z PERSPEKTYWY IZBY WYŻSZEJ

Praski inny świat str. 4

Z MIASTA str. 5

ZAPROSZENIA DLA MIESZKAŃCÓW str. 5

PĘDZELKIEM MIESZKAŃCA str. 7

MIESZKANIEC NA LUZIE

Śmieszkaniec
Warto wiedzieć
Horoskop
Zajrzyjmy do kuchni! str. 8

OGŁOSZENIA DROBNE str. 9

PULS MEDYCZNY MIESZKAŃCA

Jaskra to nie wyrok str. 10

REKLAMA

OPTYK
-20%
NA OKULARY
WWW.MODNEOKULARY.PL
UL. ŁUKOWSKA 2b/18
WARSZAWA-WITOLIN
TELEFON **505-215-515**
PROMOCJI NIE ŁĄCZYMY

CHODENT
GABINET STOMATOLOGICZNY
ul. Osowska 33
NOWOCZESNY GABINET
KAMERA, MIKROSKOP
ULTRADŹWIEKI
RADIOWIZJOGRAFIA
tel. (22) 610 46 46
0 500 214 141
www.chodent.pl

ANTYKI
Kupno – Sprzedaż
Monety, medale
Obrazy, platery Srebro, złoto
UL. GROCHOWSKA 158 tel. 508-151-340

GABINET STOMATOLOGICZNY
Szwedzka 37
Tel. 818-07-91
czynne 9-20, sobota 9-14
■ bezbolesne leczenie
■ nowoczesna protezyka
■ ortodoncja
UWAGA!
♦ Promocyjna cena koron porcelanowych na metalu i cyrkonie

RABATY!
HILARY
672-77-77
Al. Waszyngtona 44
przy Międzynarodowej
• ELEGANCKIE LEKKIE OKULARY
• SOCZEWKI KONTAKTOWE
• LEKARZ OKULISTA, BADANIE WZROKU
• DUŻY WYBÓR OPRAW

Boramed
ul. Bora-Komorowskiego 21
lokal 307 (obok Rossmanna)
Warszawa - Gołdów
(3 km od skrzyżowania Marsa z Płowiecką)
Rejestracja telefoniczna:
(22) 250 15 77, (22) 671 77 00
Godziny przyjęć: pon. - pt. 7 - 21, sobota 8 - 13
www.boramed.pl

BADANIA USG dorośli i dzieci
Piersi Węzłów chłonnych
Tarczycy Stawów, więzadeł i mięśni
Jamy brzusznej
Stawów biodrowych u dzieci Dopplerowskie
Przeziemiączkowe u dzieci i wiele innych

STOMATOLOGIA
Stomatologia zachowawcza
Stomatologia dziecięca
Ortodoncja
Endodoncja
Protetyka
Implanty
Chirurgia szczękowa

SPECJALIŚCI
endokrynolog, pediatria, kardiolog, ortopeda, gastrolog, chirurg, dermatolog, laryngolog, internista, urolog, neurolog, diabetolog, hepatolog, hematolog, ortopeda i chirurg dziecięcy, reumatolog

GINEKOLOGIA
Kompleksowe prowadzenie ciąży
USG ciąży 2D/3D/4D
USG genetyczne
Test PAPP-A
ECHO serca płodu
Certyfikat Londyńskiej Fundacji Medycyny Płodowej FMF
Konsultacje ginekologiczne
USG ginekologiczne
Kolposkopia
Cytologia
Szczepienia przeciw wirusowi HPV
Test Harmony

BISTRO GOŁDÓW
• Zapraszamy na ZESTAWY LUNCHOWE od 13 zł
• Zadzwoń, zamów i odbierz
• Obiady dla firm
• Ceny imprez okolicznościowych do uzgodnienia, menu dostosowane do indywidualnych potrzeb Klienta
• Sala do 50 osób
ul. Abrahama 18 (wejście od Fieldorfa)
Tel. 691-967-070;
www.bistrogoclaw.pl
e-mail: bistro@bistrogoclaw.pl
ZNAJDŹ NAS NA facebook

magiczne indie
* ZIOŁA ajurwedyjskie
* KOSMETYKI naturalne
* KUCHNIA indyjska
IMPORTER
ul. SZASERÓW 98
czynne pon.- pt. 9.00-17.00
www.Magiczne-Indie.pl

LECZENIE KRĘGOSŁUPA
Jacek Twarowski
Fizjoterapeuta
Gabinet Zdrowie
ul. Garwolińska 7 lok. 79
04-348 Warszawa
tel. 22 610 06 73
kom. 602 375 462
www.twarowski.net

Prokuratura lekiem na całe zło?

Jedna z dwóch prokuratur okręgowych w Warszawie - Warszawa Praga - świętuje okrągły jubileusz. O mijających właśnie dziesięciu latach niełatwej działalności opowiada nam kierująca jednostką Prokurator Okręgowy Julita Turyk.



Prokuratura Okręgowa Warszawa Praga w Warszawie, bo tak brzmi jej oficjalna nazwa, mieści się w kilku połączonych budynkach, częściowo objętych nadzorem konserwatora zabytków. Podlegają jej Prokuratury Rejonowe na Pradze-Północ, Pradze-Południe, w Nowym Dworze Mazowieckim, Legionowie, Wołominie i Otwocku. Dziesięć lat temu Minister Sprawiedliwości zdecydował o podziale Prokuratury Okręgowej w Warszawie na dwie, by ułatwić zarządzanie i budżetowo, i terytorialnie. Pierwszym Prokuratorem Okręgowym, przed dziesięciu laty, był tu prok. Andrzej Sidor, drugim – prok. Dariusz Korneluk, a obecnym – prok. Julita Turyk.

Praska Prokuratura Okrę-

gowa zajęła połączone dziś, niemal stuletnie budynki - dawny hotel, budynek biurowy i mieszkalny. Konserwator zabytków nie wydał zgody na ocieplenie chłodnych murów, lecz wymieniono system grzewczy, okna, ocieplono dach i piwnice, oszczędzając znaczące oszczędności.

Obecnie jest wdrażany system digitalizacji akt postępowań przygotowawczych oraz tworzenia repozytoriów akt w jednostkach prokuratury. To projekt Prokuratury Generalnej, współfinansowany przez Unię Europejską, niezwykle trudny: system będzie wymagał wielu niezawodnych zabezpieczeń i musi spełnić bardzo wysokie wymagania.

Dziś tu, czyli w całym okręgu, pracuje 206 prokuratorów i 16 asesorów, 9 asystentów, ponad 180 urzędników i 52 innych pracowników. Zauważalna jest większa, niż przed podziałem, sterowalność zespołem, z finansami włącznie. Warto wspomnieć, że prokurator może być nagradzany jedynie „gołą” pensją, bez nagród czy premii, które przysługują innym pracownikom, na przykład personelowi biurowemu. Prokuratorzy nie mają

też emerytur: gdy przejdą w stan spoczynku, otrzymują tylko część wynagrodzenia. To niezbyt wysoka rekompensata za niełatwy charakter pracy i ogromne w nią zaangażowanie: są dyspozycyjni przez całą dobę, obarczani licznymi dyżurami. Tym bardziej, że w stanie spoczynku nie mogą pracować, z wyjątkiem pracy naukowej lub dydaktycznej.

Mimo, że ogromna większość urzędów i instytucji mieści się w lewobrzeżnej Warszawie, tu zgodnie z zapisem pozwalającym na przydzielanie spraw „poza właściwością” - trafia sporo postępowań takich, jak głośna afera podsłuchowa, choć wydarzyła się nie na tym terenie.

Należy pamiętać, że w tym okręgu znajduje się wymagający specjalnych działań Stadion Narodowy, a także obszary podlegające Prokuraturom Rejonowym w Wołominie czy Otwocku, kiedyś cieszące się niezbyt dobrą sławą.

- Dawna specyfika Pragi czy Wołomina już znika - mówi Prokurator Okręgowy Julita Turyk, szefująca tej placówce. - W tej chwili nie obserwujemy aż takich różnic, jak przed laty. Wy-

nika to w dużym stopniu z tego, że zmieniła się struktura przestępczości, z typowo kryminalnej na gospodarczą, która rozwija się w bardzo szybkim tempie. Przez trzydzieści lat mojej pracy prokuratorskiej na Pradze-Południe wielokrotnie obserwowałam powstające i znikające specyficzne enklawy, ale to się korzystnie zmienia. Obserwujemy natomiast ogromny wzrost przestępczości internetowej i gospodarczej; wszelkiego rodzaju oszustw, wyłudzeń, spraw związanych z bankowością... Wiele osób traktuje nas jak lek na wszystkie, ale to nie działa w taki sposób. Na przykład świadomość społeczna faktu, że prokurator nie odzyska pieniędzy, bo nie taka jest jego rola, jest słaba.

Skromny budżet jednostki pozwoli tylko na kameralne świętowanie dziesięciolecia w siedzibie Prokuratury Okręgowej Warszawa Praga w Warszawie. Około 40 osób, zatrudnionych tu nieprzerwanie od dziesięciu lat, będzie uhonorowanych unikalnymi, okolicznościowymi plaketami.

Szacownej Jubilatce, na ręce jej szefowej - Prokuratora Okręgowego Julity Turyk - składamy serdeczne życzenia sukcesów i satysfakcji z podejmowanych działań!

Elżbieta Golińska

KRONIKA POLICYJNA

Nie rozliczył się z firmą

Południowopraski policjanci przyjęli zawiadomienie o przywłaszczeniu mienia. Przedstawiciel firmy przewoźowej osób poinformował, że jeden z pracowników po kilku miesiącach współpracy przestał przychodzić do pracy, nie odbierał telefonów ani korespondencji. Nie rozliczył się również z powierzonych mu sprzętów. A chodziło o samochód (ten jednak firma sama odzyskała), tablet, telefon komórkowy, kluczyk do auta i dokumenty. Wartość strat została oceniona na około 800 złotych. Policjanci pojawili się w miejscu zamieszkania wskazanego 55-letniego Roberta W. Odnaleźli wszystkie rzeczy i zatrzymali mężczyznę.

Zasiłił konto 4 milionami złotych

Z kolei policjanci z wydziału do walki z przestępczością gospodarczą i korupcją zatrzymali 33-letniego Andrzeja M. Mężczyzna ten przywłaszczył sobie... 3 mln 770 tys. zł., przelewając je z konta jego właściciela. Po dokonaniu przelewu, zaczął się ukrywać, a pokrzywdzony starał się „poruszyć niebo i ziemię”, aby odzyskać pieniądze. Policjanci ustalili, gdzie poszukiwany może przebywać. Został zatrzymany. Okazało się, że przestępstwa dopuścił się w warunkach recydywy. Od kilku miesięcy powinien przebywać w zakładzie karnym, do którego nie powrócił po przerwie. Wobec podejrzanego zastosowano tymczasowy dwumiesięczny areszt.

Wyrwali torebkę

Policjanci z wydziału patrolowo-interwencyjnego zostali skierowani na jedną z ulic Grochowa, gdzie miała miejsce próba kradzieży torebki. Pokrzywdzonej oraz kilku obywatelom udało się ująć jednego z dwóch sprawców. Mundurowi zatrzymali wskazanego przez poszkodowaną 23-letniego Daniela S. Mężczyzna z pomocą współnika wyrwał torebkę kobiecie w momencie wsiadania do windy. Zawiadamiająca i świadkowie zdarzenia po pościgu ujęli jednego ze sprawców. Policjanci sprawnie ustalili tożsamość drugiego podejrzanego, Andrzeja K., który został zatrzymany.

Na „wnuczka i policjanta”

Pierwsze oszustwo miało miejsce pod koniec maja, kolejne kilka dni później metodą: „na wnuczka i policjanta”. W jednym przypadku łupem padło 20 tysięcy złotych, w drugim 30 tysięcy. Za każdym razem pokrzywdzeni dokonywali przelewów bankowych na wskazane konta. Kryminalni ustalili, kim jest podejrzany o dokonanie tych przestępstw – to 38-letni Sylwester. C. Został zarejestrowany jako poszukiwany. Wpadł w Legnicy. Sprawa ma tzw. charakter rozwojowy, ponieważ wiele wskazuje na to, że 38-latek może mieć na swoim koncie więcej podobnych przestępstw.

toms

OGŁOSZENIE

REKLAMA

STANOWISKO RADNYCH PO ORAZ RADNEJ SLD Z RADY DZIELNICY PRAGA-POŁUDNIE, DOTYCZĄCE OBRAŻLIWEGO WYSTĄPIENIA PANA MACIEJA WĄSIKA, RADNEGO PRAWA I SPRAWIEDLIWOŚCI SEJMIKU WOJEWÓDZTWA MAZOWIECKIEGO.

Zwracamy się do władz i członków Prawa i Sprawiedliwości, w tym także do radnych tej formacji w Radzie Dzielnicy Praga-Południe, o ukaranie Pana Macieja Wąsika, radnego Sejmiku Województwa Mazowieckiego, byłego zastępcy Szefa CBA w rządzie PiS i jednego z liderów tej partii, za wysoce obraźliwy wpis na Twitterze. Pan Maciej Wąsik napisał: „Bezczelne są te k... i zuchwałe” – Rada Dzielnicy Praga-Południe ze złamaniem procedur unieważnia głosowanie z niekorzystnym dla PO wynikiem.

Czy to „prawdziwy” popis sztuki polemicznej i ilustracja „wysokich” standardów moralnych Pana Macieja Wąsika? Czy będąc osobą publiczną i prominentnym członkiem partii aspirującej do rządzenia Polską, Pan Maciej Wąsik prezentuje nowe, obowiązujące w PiS zasady polemiki z politycznymi przeciwnikami? Od kiedy to różnica poglądów czy inna interpretacja procedur upoważnia liderów PiS do obraźliwych wystąpień i używania poniżającego słownictwa? Jak, Koleżanki i Koledzy z Klubu Radnych PiS naszej dzielnicy, mamy zareagować na to szokujące wystąpienie Waszego kolegi, Pana Macieja Wąsika? Czy taka forma polemiki ma również Wasze przyzwolenie?

Mimo trudnych relacji i wielu sporów między radnymi z PO i radnymi z PiS, dotychczas umieliśmy współpracować w sprawach ważnych dla dzielnicy i jej mieszkańców. To ohydne i bardzo obraźliwe w stosunku do nas radnych wystąpienie Pana Macieja Wąsika w znacznym stopniu demoluje tę współpracę. Jesteśmy głęboko dotknięci prostackim zachowaniem Pana Macieja Wąsika i oczekujemy stosownej reakcji Prawa i Sprawiedliwości oraz publicznego przeproszenia radnych z klubu PO oraz radnej reprezentującej SLD.

W imieniu Rady Dzielnicy stanowisko podpisali:

Marcin KLUŚ Przewodniczący Rady Dzielnicy Praga-Południe wraz z całym Prezydium Rady w składzie: **Bogdan Jeziorski** – Wiceprzewodniczący, **Karol Kowalczyk** – Wiceprzewodniczący, **Katarzyna Olszewska** – Wiceprzewodnicząca.

Bożena MANARCZYK Przewodnicząca Klubu Radnych Platformy Obywatelskiej w Radzie Dzielnicy Praga-Południe.

CUKRZYCA?

BEZPŁATNE BADANIA KONTROLNE

W ramach **Akcji Promocji Zdrowia** osobom po 40 roku życia, które leczą się na cukrzycę, Centrum Medyczne Synexus wykonuje **bezpłatne badania kontrolne**

- **Lipidogram** – pomiar cholesterolu, ocena ryzyka miażdżycy i choroby wieńcowej
- **Kreatynina** – ocena pracy nerek
- **Hemoglobina glikowana** – ocena kontroli cukrzycy
- **Glukoza** – ocena poziomu cukru
- **DODATKOWO Densytometria kości** – ocena ryzyka zachorowania na osteoporozę

Osoby chorujące na cukrzycę powinny regularnie wykonywać badania kontrolne. Poinformuj rodzinę, przyjaciół, sąsiadów.

- ✓ Wszystkie badania oraz konsultacje w naszej przychodni są bezpłatne
- ✓ Pacjenci otrzymują wyniki badań
- ✓ Pacjenci mogą wziąć udział w prowadzonych u nas programach klinicznych nowych leków i terapii



tel. 22 223 37 11

Warszawa
ul. Leszno 12
ul. Białobrzaska 40a



Centrum Medyczne Synexus
laureatem konkursu
Przyjaźni Seniorom

www.przebadajsie.pl

facebook.com/C.M.SynexusPolska



Patron akcji:
Polskie
Stowarzyszenie
Diabetyków

PAMIĘTAJMY O OGRODACH...

Niezwykle burzliwe były obrady XI sesji Rady Dzielnicy Praga-Południe m. st. Warszawy. Mieszkańców szczególnie zainteresowała kwestia terenu, na którym znajdują się rodzinne ogrody działkowe położone między Al. Waszyngtona, ul. Kinową, Al. Stanów Zjednoczonych i ul. Międzynarodową, nazywane „zielonymi płucami” tej dzielnicy.

Ze względu na liczne przybycie działkowców zmieniono ustalony wcześniej porządek sesji. Jako pierwszy temat poruszono kwestię wspomnianych wyżej działek. Na początku dyrektor Biura Gospodarki Nieruchomościami Marcin Bajko przedstawił aktualny status i stan prawny tego miejsca. Jak wiadomo, teren ten został objęty dekretem Bieruta. Spółka Nowe Dzielnice, która była przedwojennym właścicielem dużej części tego gruntu i mogłaby się ubiegać o jego zwrot, sprzedała roszczenia spółce Projekt S. Dyrektor Bajko wyjaśnił, że pod koniec maja tego roku prokuratura złożyła pozew o unieważnienie tej umowy. Sprawa w sądzie może toczyć się wiele lat i nie wiadomo, jakie będzie jej rozstrzygnięcie. Do tego czasu żadne decyzje odnośnie potencjalnego zwrotu nie mogą być podejmowane. Dyrektor BGN podkreślił, że planują ustanowienie użytkownika dla ogrodów działkowych, aby te grunty miały tytuł prawny i dzięki temu będą oni mogli występować jako strona w sprawach roszczeń. Potrzebny jest też plan zagospodarowania przestrzennego, aby

te działki pozostały terenami zielonymi.

– *Pomimo, że rada Pragi-Południe w dniu 17 czerwca 2014 roku przyjęła uchwałę, aby rada miasta rozpoczęła prace nad miejscowym planem zagospodarowania przestrzennego dla tego terenu, przez rok nic się*



nie wydarzyło – skomentował przed sesją radny Marek Borkowski z PiS-u.

Podczas obrad, które odbyły się 23 czerwca, wszyscy radni zgodnie postanowili wystosować stanowisko rady dzielnicy Praga-Południe w sprawie obszaru zajmowanego aktualnie przez rodzinne ogrody działkowe

położone na terenie między Al. Waszyngtona, ul. Kinową, Al. Stanów Zjednoczonych i ul. Międzynarodową. Rada dzielnicy zwraca się w nim ponownie do rady miasta oraz do prezydent stolicy o pilne przystąpienie do opracowywania miejscowego planu zagospo-

darowania przestrzennego rejonu ulicy Kinowej i tym samym realizację podjętej przez dzielnicową radę inicjatywy w tej sprawie.

Zgromadzeni działkowicze byli zadowoleni z takiego rozstrzygnięcia sprawy. Burmistrz Tomasz Kucharski stwierdził, że ważne jest to, żeby chronić tereny zie-

lone i podkreślił, iż równie istotne jest to, aby ogrody działkowe były otwarte dla wszystkich i tętniły życiem, pełniąc również rolę sportowe czy rekreacyjne. Zarówno burmistrz jak i mieszkańcy wspominali, że dobrze byłoby, gdyby powstał tam ogólnodostępny plac zabaw czy siłownia plenerowa.

Wiele emocji wzbudził jeden z kolejnych punktów obrad – głosowanie nad wyborem nowego wiceburmistrza. Choć zgodnie ze statutem dzielnica powinna mieć pięciu członków zarządu, to do tej pory było ich czterech. Burmistrz Tomasz Kucharski zgłosił kandydaturę Michała Wieremiejczyka. Wywołało to sprzeciw radnych PiS – głównie radnej Romualdy Wąsik, która podkreślała brak odpowiedniego wykształcenia i doświadczenia kandydata. Pierwsze głosowanie zakończyło się wynikiem 11 do 11, ale jedna z radnych PO złożyła wniosek o reasumpcję głosowania. Wtedy to radni PiS-u po kolei zaczęli opuszczać salę obrad. Radni PO kilkakrotnie prosili o kilkunastominutowe przerwy. W tym czasie na obrady rady dzielnicy dotarła jedna z radnych PO. Obecni na sali radni w liczbie trzynastu powołali Michała Wieremiejczyka na stanowisko wiceburmistrza.

(ak)

Co to był za show!

Klub Kultury Seniora przy Pawlikowskiego 2 różnych gościł już artystów, ale takich – to rzadkość. Na tych samych deskach, na których występowali Ewa Szykulska, Barbara Wrzesińska, Krzysztof Daukszewicz, czy Piotr Szczepanik, tym razem pojawiły się dzieci biorące udział w warsztatach teatralnych prowadzonych w Centrum Promocji Kultury dla Pragi-Południe przy ul. Podskarbińskiej.



Warsztaty, czyli zajęcia teatralne prowadzi znana aktorka, Jolanta Żółtowska. Lekcje ruchu scenicznego, dykcji, interpretacji tekstu zajęły dzieciakom cały rok. Zajęcia odbywały się w niedziele, co jest dodatkowym dowodem na ich zainteresowanie teatrem.

Aktor, nawet ten początkujący, nie żyje jednak bez publiczności – to dla niej spędza długie godziny na próbach, toczy heroiczne boje z rytmem wiersza, frazą prozy. W końcu jednak przychodzi dzień występu, moment, kiedy artysta staje przed publicznością. Na szczęście dla młodych adeptów sztuki teatralnej – sze-

ściu dziewczynek i jednego „rodzinka” – publiczność stanowili tym razem rodzice, dziadkowie i rodzeństwo. Trema była więc nieco mniejsza, ale była. – *Trema jest zawsze*, – powiedziała pani Żółtowska.

Na występ złożyły się wiersze Jana Brzechwy i Juliana Tuwima. Dzieci deklamowały, śpiewały, tańczyły, inscenizowały scenki aktorskie. Reporterowi „Mieszkańca” podobало się wszystko, zwłaszcza sympatyczne wykonanie wiersza Jana Brzechwy „Żuraw i czapla”, oraz deklamacje połączone z tańcem, oczywiście.

(mb)

REKLAMA

REKLAMA

Wybierz Wilgę! TWOJE MIEJSCE na Gocławiu

Sprawdź Wakacyjne Promocje

22 671 95 28
www.edinvest.pl

 **invest s.a.**



Karmić trzeba umieć!

Karmienie, to – ogólnie mówiąc – dostarczanie pożywienia. Każdy z nas karmi kilka razy dziennie sam siebie, często też najbliższych, starając się przygotowywać śniadania, obiady i kolacje, o niemodnych dziś kanapkach do pracy czy do szkoły nie wspomnę.

Statystyki biją na alarm! Ilość otyłych dzieci w Polsce rośnie bardzo gwałtownie, a liderem jest tu niewątpliwie Warszawa. Prawdę mówiąc, problem otyłości dorosłych, a także wynikających z niej chorób dietozależnych, jest równie palący. Dlatego chętnie słuchamy i czytamy o zdrowym żywieniu, o tym, co warto włączać do menu, a czego unikać. Słuchamy, czytamy, ale z wdrażaniem tych cennych zasad do codziennego jadłospisu... różnie bywa. Jednak niewątpliwą postępowaniem jest, jadamy o wiele, wiele zdrowiej, niż na przykład 10 czy 20 lat temu, zwracamy uwagę na tłuszcz, cukier, nadmierne solenie itp. Najnowsza piramida zdrowego żywienia pokazuje, że

najważniejszym elementem diety zawsze powinien być... ruch!

Nie da się ukryć, że spacerując „dla zdrowotności” widzi się czasem więcej, niż by się chciało.



Na popołudniowych spacerach omijam starannie pewną ulicę, gdzie „miłośniczka zwierząt” codziennie, po obiedzie, wynosi w formie ohydnej paczki resztki kartofli, sosu, rozgotowanej marchewki czy buraków i wy-

klada na chodniku, „dla kotków i ptaszków”. Powinna zostać ukarana mandatem za zanieczyszczanie chodnika – to raz. Te „resztki z pańskiego stołu” wyglądają obrzydliwie, jak – przepraszam za dosłowność – wymiociny. Dlatego omijam tę ulicę. Po drugie, „ludzkie” jedzenie, a zwłaszcza zawarta w nim sól, bardzo szkodzi i ptakom, i ko-

zimą, gdy naprawdę trudno im przetrwać w mieście. Ale teraz? Gdy fruwa mnóstwo owadów, gdy pod dostatkiem nasion i innych, ptasich smakołyków? To niepotrzebne, a stanowi udrękę dla sąsiadów „dobroczyńcy”, jak na małej uliczce koło Placu Szembeka, gdzie systematyczne pasienie resztkami surowego mięsa i chyba ryb (wyziewy zwalają z nóg) spowodowało inwazję nie tylko uroczych gołąbków, ale zwłaszcza rozrzeszczanych, agresywnych rybitw, które, nażarte, dają upust jełitom, solidnymi „ładunkami” obrzydliwie „ozdabiając” po sąsiedzku domy, samochody, ogrodzenia... Karmisz – myśl. Używaj misek, nie brudź chodnika i trawnika. Sprzątaj. Nie żyw szurów.

Jest jeszcze jeden rodzaj karmienia, ulubiony przez niektórych. To wszechobecne, niezniszczalne karmienie plotką. Największy apetyt na nią mają głupcy. Polkną, przetrawią i... podają dalej, do kolejnych ust. Ohyda. Ale mamy lipiec, mamy lato, mamy wakacje. Nie psujmy ich sobie.

zu

tom, i piskom. Podobnie jest z chlebem! Tego nie wolno im dawać. Poza tym pamiętajmy, że to niezawodny sposób na zwabienie szurów, niestety...

Rozumiem i bardzo cenię tych, którzy dokarmiają ptaki

ty. I to serdeczny, skoro od czasu do czasu zleca mu jakieś chaltury, żeby dorobił parę groszy do emerytury. U tego Nursultana otóż też jest demokracja, ale dla ludzi – to znaczy jego wybierają raz po raz. Taki prezydent, to ja rozumiem – ma czas pomyśleć, może coś zaplanować i dokończyć. A nie tak, jak ten nasz Komorowski, bidula. Ledwie się w Belwederze zadomowił, ledwo tam kapcie przydeptał, a tu już – Duda u drzwi. - A jaki kłopot z przeprowadzką?! Spamiętaj człowieku, gdzie, co poutykałeś. Sądny dzień, tym bardziej, że żona zawsze się do czegoś przyczepi, w najbardziej nieodpowiednim momencie coś sobie przypomni: - Kochanie, a gdzie ta kryształowa popielniczka, cośmy ją od mojej mamusi na rocznicę ślubu dostali? - No i drętwiejesz człowieku po calości, bo za chińskiego boga nie możesz przypomnieć sobie, gdzie to szkaradziejstwo splawiłeś. Kończy się zawsze tak samo: - Ja nic nie mogę mieć swojego, żadnej pamiętki po mamusi, bo mój małżonek ma to w nosie!... I płacz. - Panie Kazimierzu, ile ja już razy to słyszałem! Nie robi to na mnie żadnego wrażenia. I pan Komorowski się oswoi, o ile jeszcze się nie oswoił. - A z tą pamięcią, o której pan mówi, to dobry dowcip słyszałem: stare małżeństwo. On idzie do sklepu. Ona pomna, że on już więcej zapomina niż pamięta, kilkukrotnie przypomina mu: masz kupić tylko chleb i masło. Powtórz! - On na to z lekka obruszony: - No, przecież pamiętam, nie rób ze mnie wariata. - Wyszedł, po jakimś czasie wraca. Zamiast chleba przyniósł pastę do zębów. - Co to jest, zawołala żona? Co to jest?! - kipiała niczym gejzery na Islandii. - No, pasta do zębów. - Oczywiście, ja mogę sobie gadać do woli, a on i tak puszcza to wszystko mimo uszu. - Co znowu? - A szczoteczka gdzie?!

Szaser

Co tam panie na Pradze...

Pasta do zębów

- Witam, witam – Eustachy Mordziak, jak zwykle ucieszył się na widok kolegi, Kazimierza Główni.
- Cześć panie Eustachy! Co nowego na naszym Szembeku?
- Truskawki się kończą, pojawiły się czereśnie i pierwsze jagody, wyobraź pan sobie.
- E, te borówki amerykańskie? To przecież cały rok są.
- Żadne borówki amerykańskie, tylko nasze, polskie, najlepsze na świecie jagody.
- Co pan powie? Znakiem tego, panie Eustachy, zaraz grzyby będą, a jak grzyby, to już jesienią zapachnie.
- Nie tak szybko. Jeszcze się latem nacieszymy, spokojna głowa.
- Zimnym, jak zwykle...
- Otóż nieprawda. Kampanię wyborczą mamy, to ono z założenia będzie gorące. Zobaczysz pan, jak za lby się będą brali. Tacy platformersi, na przykład – już tyły podają.
- Oni tylko zaspani są.
- To obudzą się z ręką w nocniku, wspomnisz pan moje słowa.
- Może, kto wie? Ale jak oni sobie pomyślą, ile mają posad do stracenia, to takiego szwungu dostaną, że świat nie widział.
- Słysząc, że o nasze głosy mają walczyć na programy.
- Panie Eustachy, pan to czasem naiwny jest jak dziecko. Pan wiesz, jaka przyjemna robota jest w tym sejmie: nie za gorąco, nie za zimno, fotele wygodne, na głowę nie pada. Po co się stąd ruszać... O te fotele chodzi!
- Ale tak się nie da. Demokracja ma swoje prawa. Raz cię wybiorą, a drugi raz – spadasz z fotela.
- I z tym jest kłopot, niestety. Niejednemu się marzy, żeby dożyłotnio posłem być. Tak jak, dajmy na to, prezydent Kazachstanu. Nursułtan Nazarbajew on się nazywa. Kolega naszego prezydenta Kwaśniewskiego zresz-

Z perspektywy Izby Wyższej



PRASKI INNY ŚWIAT

17 czerwca byłem, jak wielu Prażan, w Teatrze Powszechnym na spotkaniu podsumowującym wielomiesięczne konsultacje w sprawie rewitalizacji wybranych fragmentów prawobrzeżnej Warszawy. „Mieszkaniec” w poprzednim numerze zdał relację z tego wydarzenia, ale i ja chciałbym się podzielić z Czytelnikami swoimi refleksjami.

Z głosów, które padły podczas spotkania wynika, że rewitalizacja budzi nie tylko wiele nadziei, ale też liczne obawy. Źródłem nadziei są inwestycje – głównie w poprawę warunków mieszkaniowych, ochronę środowiska, rozwój przedsiębiorczości, kulturę, turystykę i wypoczynek, na które miasto chce wydać do 2022 r. 1,4 mld zł, a nawet – jak zapowiedział wiceprezydent, Michał Olszewski, o 200-300 mln zł więcej, bo wciąż szuka się dodatkowych możliwości finansowych. Źródłem obaw są konsekwencje zmian. Mówi się, że podmiotem rewitalizacji ma być człowiek, a nowa infrastruktura – jedynie narzędziem. Ładnie brzmi, ale czy po rewitalizacji nie wzrosną dramatycznie czynsze? Czy Praga, Kamionek, inne miejsca nie utracą swego lokalnego kolorytu, który dla wielu mieszkańców też jest wartością? Czy przetrwa tu „inny świat”, nieznamy po lewej stronie Wisły, w którym sąsiedki zajmują się na zmianę swoimi dziećmi i gotują obiady dla kilku rodzin? Czy nie będzie coraz więcej ogrodzonych osiedli, zielonych i zadbanych, ale zamkniętych dla „obcych” podwórek? Czy coraz bogatsza oferta dla ludzi i rodzin z różnymi problemami nie spowoduje, że mieszkańcy, którzy nieźle sobie radzą, będą się coraz bardziej oddalać od tych, którzy tego nie potrafią? Co z kamienicami, które nie zostały objęte programem rewitalizacji, a też są w wiejskim stanie?

Jak widać, pieniądze i dobre intencje władz – szczególnie szacunek mam dla M. Olszewskiego za jego zaangażowanie w program rewitalizacji – to nie wszystko. Ważne, by mieszkańcy nie mieli poczucia, że ktoś chce ich uszczęśliwić na siłę. Tak jak stało się to parę miesięcy temu, kiedy na murach kamienic w okolicach Stalowej, Małej, Inżynierskiej, czy Bazaru Różyckiego pojawiły się wydruki obrazów wielkich mistrzów (akcja francuskiego happenera). Po dwóch dniach zostały zdrapane, bo nikt mieszkańców wcześniej nie zapytał, czy taki pomysł im się podoba. W sprawie rewitalizacji pytano, ale tak właściwie to nie wiadomo, do jakiej części mieszkańców te pytania i informacje dotarły.

Zatem wdrażanie programu będzie wymagało wielkiej delikatności i wyczucia. Wykwaterowani na czas remontów lokatorzy muszą mieć pewność, że wrócą do swoich mieszkań, że będzie ich na nie stać, że miasto się nimi zaopiekuje. Jest też kwestia poziomu edukacji, o co się wielokrotnie upominałem. Dzieci na Pradze czy Targówku nie są przecież głupsze od swoich rówieśników z innych dzielnic, a jednak tutejsze szkoły mają od lat wyniki wyraźnie gorsze, niż szkoły w pozostałych dzielnicach. Bez długofalowego planu wyrównywania poziomu edukacji szkolnej ludzie stąd będą uciekać i żaden program rewitalizacji ich nie zatrzyma. Zajmujące się dziećmi organizacje pozarządowe stale borykają się z problemami finansowymi. Ich rola w przeciwdziałaniu wykluczeniu społecznemu, a taki jest przecież jeden z głównych celów rewitalizacji, w niesieniu pomocy, zwłaszcza dzieciom, jest nadal nie do przecenienia.

Prezydent Olszewski przyznał, że dla zaspokojenia wszystkich potrzeb, pieniędzy musiałoby być trzy razy więcej. Dlatego uważam, że oprócz 7-letniego programu rewitalizacji powinien powstać jego drugi etap. Hanna Gronkiewicz-Waltz za 3,5 roku przestanie być prezydentem. Na następną kadencję, jak zapowiedziała, nie zamierza kandydować, ale następnej ekipie trudno byłoby się z takiego długofalowego planu – o ile byłby zaakceptowany przez mieszkańców – wycofać. Na koniec – jest zasadnicza różnica między tym, czy Praga pozostanie, czy też przeciwnie: stanie się „innym światem”.

Marek Borowski, Senator warszawsko-PRASKI

§ PRAWNIK RADZI

Czytelnicy pytają – radca prawny Marcin Kluś odpowiada.

Czy na terenie Warszawy obowiązują jakieś zasady dotyczące opieki nad zwierzętami domowymi i jakie obowiązki spoczywają na właścicielach takich zwierząt? W szczególności interesują mnie obowiązki właścicieli psów.

Powyższe kwestie obejmuje Regulamin utrzymania czystości i porządku na terenie miasta stołecznego Warszawy przyjęty przez Radę m. st. Warszawy uchwałą nr XLIX/1366/2013 z dnia 17 stycznia 2013 roku. Regulamin ten jest aktem prawa miejscowego i nakłada na osoby utrzymujące zwierzęta domowe obowiązki zarówno w zakresie ochrony przed zagrożeniem lub uciążliwością dla ludzi, jak i przed zanieczyszczeniem terenów przeznaczonych do wspólnego użytku.

Z obowiązków osób utrzymujących psy, mających na celu ochronę przed zagrożeniem lub uciążliwością dla ludzi, należy zwrócić uwagę przede wszystkim na to, że utrzymujący zwierzęta domowe zobowiązani są do dołożenia starań, by zwierzęta te były jak najmniej uciążliwe dla otoczenia i nie zakłócały spokoju domowego.

Na terenie nieruchomości prywatnej pies może przebywać na swobodzie o ile nieruchomość posiada ogrodzenie uniemożliwiające wydostanie się psa poza jej teren. Z kolei na terenach przeznaczonych do wspólnego użytku psy powinny być wyprowadzane na smyczy, a zwierzęta agresywne lub mogące stanowić zagrożenie dla otoczenia, również w kagańcach i pod opieką osób dorosłych, które zapewnią sprawowanie nad nimi kontroli. Dopuszcza się zwolnienie psa ze smyczy jedynie w miejscach mało uczęszczanych przez ludzi oraz na obszarach oznaczonych jako wybiegi dla psów, pod warunkiem zapewnienia przez właściciela lub opiekuna pełnej kontroli zachowania psa.

Powyższego nie stosuje się do psów asystujących i funkcjonariuszy Policji, Straży Miejskiej oraz służb ratowniczych korzystających z pracy psów służbowych, w trakcie wykonywania zadań służbowych.

Z w/w Regulaminu wynika również, że przy przewozie i przemieszczaniu zwierząt domowych, utrzymujący je zobowiązani są do stosowania środków ochrony, niezbędnych dla bezpieczeństwa ludzi i zwierząt oraz zachowania porządku publicznego i ochrony mienia. Zabrania się pozostawiania bez codziennego dozoru psów i innych zwierząt w obrębie nieruchomości niezamieszkaną.

Z kolei do obowiązków osób utrzymujących zwierzęta domowe, mające na celu ochronę przed zanieczyszczeniem terenów przeznaczonych do wspólnego użytku, należy zapewnienie by zwierzęta domowe nie zanieczyszczały tego rodzaju miejsc. W szczególności utrzymujący i wyprowadzający psy są zobowiązani do bezzwłocznego usuwania odchodów tych zwierząt. Odchody zwierząt należy umieszczać w oznakowanych pojemnikach, koszach lub pojemnikach na odpady „zmieszane”. Powyższe nie dotyczy właścicieli psów asystujących i funkcjonariuszy Policji, Straży Miejskiej oraz służb ratowniczych korzystających z pracy psów służbowych, w trakcie wykonywania zadań służbowych.

Na koniec warto zaznaczyć, że zgodnie z art. 77 Kodeksu wykroczeń, kto nie zachowuje zwykłych lub nakazanych środków ostrożności przy trzymaniu zwierzęcia podlega karze grzywny do 250 złotych albo karze nagany. Z kolei niesprzątanie odchodów po psie w miejscach przeznaczonych do wspólnego użytku może skutkować nałożeniem kary grzywny do 500 złotych albo kary nagany (art. 54 lub 145 Kodeksu wykroczeń).



Listy i maile można kierować na adres redakcji.....

Hurtownia Optyczna HURT-DETAL

Okulary tylko 49 zł

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

PROGRESYWNE TYLKO 299 zł
„Dwa w Jednym” (do dali i czytania)

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

Najniższe ceny na:

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

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

RADIO Warszawa 106,2 FM

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**

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

Z MIASTA

26 czerwca br. na Wydziale Architektury Politechniki Warszawskiej, odbyło się spotkanie „25 lat samorządności: co dalej, Warszavo?”, zorganizowane przez warszawskich samorządowców I kadencji (1990-1994) i działaczy Warszawskiego Porozumienia Komitetów Obywatelskich „Solidarność”, które w 1990 r. wygrało wybory samorządowe. Posłanie 96-letniego dr Stanisława Wyganowskiego do zebranych odczytał Olgierd Roman Dziekoński, w latach 1990-1994 pierwszy wiceprezydent stolicy, obecnie sekretarz stanu w Kancelarii Prezydenta RP.

Most Łazienkowski będzie przejezdny do 31 października br. – o to założył się Jacek Wojciechowicz, wiceprezydent Warszawy z Jarosławem Krajewskim, szefem radnych PiS-u. Zgodnie z umową, jeżeli budowniczy nie wyrobią się w tym terminie, wiceprezydent obiegnie pięć razy Pałac Kultury i Nauki. Jeżeli zdąży – kółka wokół PKiN będzie „kręcił” radny.

Władze Warszawy, zgodnie z postulatami mieszkańców, proponują zmiany ograniczające możliwość sprzedaży alkoholu na terenie m.st. Warszawy. Zmniejszenie liczby punktów sprzedaży i wydłużenie drogi m.in. od przedszkoli i szkół to część nowych zasad dla sprzedawców alkoholu w stolicy.

Zaczęły się wakacje i podczas nich autobusy, tramwaje i metro jeżdżą rzadziej. Niektóre linie zostały skasowane na czas wakacji – takie oszczędności wprowadzili miejscy urzędnicy. Zmieniły się rozkłady jazdy niektórych linii tramwajowych, autobusowych oraz metra. Linie tramwajowe 2, 7, 9, 11, 14, 15, 20, 22, 23, 25 i 28 w godzinach porannego szczytu kursują ze zmienionymi częstotliwościami. Linia 2 i linia 9, na przystanki podjeżdżają co 6 minut.



fot. archiwum

Pozostałe z wymienionych linii kursują co 12 minut. Zawieszono zostało kursowanie linii: 31, 37 i 41.

Od 1 lipca zwężona jest ul. Lucerna na odcinku od ul. Trakt Lubelski do ul. Mydlarskiej. W tym miejscu utrzymany jest ruch w obydwu kierunkach. MPWiK rozpoczęło budowę kanału, który połączy się z wybudowanym pod ulicą Zwolenką, Traktem Lubelskim, Kadetów i Zabielską kolektorem wawerskim. Jezdnia po północnej stronie zostanie tymczasowo poszerzona. Utrudnienia potrwają do połowy września. Szczegółowe informacje na stronie: www.ztm.waw.pl.

W 1920 roku w Tramwajach Miejskich utworzono Wydział Ruchu Autobusowego, a na warszawskie ulice wyjechały pierwsze autobusy marki Saurer. 29 czerwca br. minęła 95. rocznica uruchomienia pierwszej linii autobusowej, kursującej pomiędzy pl. Zamkowym a pl. Zbawiciela. Uruchomiono ją przy pomocy Stowa-



rzyszenia Samopomocy Społecznej a autobusy kursowały w asyście... wojska i policji. Na początku XX w. na autobusy zaopatrywano się dość sceptycznie, a priorytetem ówczesnych carskich władz były tramwaje. Sytuacja zmieniła się po odzyskaniu niepodległości i przejęciu Tramwajów przez władze miasta, a jednym z powodów zmiany polityki transportowej był tragiczny stan mocno wyeksploatowanego i rozkradzionego taboru tramwajowego. Dlatego w połowie 1919 roku w Austrii i Niemczech zamówiono 56 autobusów marki Saurer i Benz-Gaggenau.

Uczniowie ze szkół podstawowych, gimnazjalnych i ponadgimnazjalnych będą mogli podnieść swoją sprawność

fizyczną. „Program Prezydenta m.st. Warszawy – otwarte obiekty sportowe” to dodatkowe pięć godzin dziennie różnego rodzaju zajęć sportowych. Od 6 lipca do 30 października br. będzie on realizowany na boiskach „Syrenka” m.in.: na Pradze-Północ – Ogród Jordanowski ul. Namysłowska, w Rembertowie ul. Czwaraków, na Targówku – Park Bródnowski przy ul. Wyszogrodzkiej i w Wawrze ul. Staroego Doktora. Zajęcia odbywać się będą od poniedziałku do piątku w godz. 15.00-20.00, udział jest bezpłatny.

W trosce o bezpieczeństwo Zarząd Oczyszczania Miasta odśladnia znaki drogowe zasłonięte przez gałęzie drzew i krzewów, które utrudniają widoczność przy drogach, chodnikach i ścieżkach rowerowych. Adresy takich lokalizacji

można zgłaszać do Miejskiego Centrum Kontakt tel. 19115, przez portal www.warszawa19115.pl, mailem na adres: kontakt@um.warszawa.pl lub za pomocą aplikacji mobilnej Warszawa19115.



fot. ZOM

4 lipca po raz szósty rozpoczyna się cykl koncertów poświęconych twórczości Fryderyka Chopina „Chopin na Krakowskim Przedmieściu”. Muzyki klasycznej będzie można słuchać na scenach ustawionych przy kolumnie Zygmunta, na Scenie Letniej skweru Hoovera oraz przy pomniku B. Prusa na Krakowskim Przedmieściu. Początek koncertów o godzinie 16.00.

(ab) (onet) (um) (wm) (ZOM)

ZAPROSZENIA DLA MIESZKAŃCÓW

■ **Centrum Promocji Kultury dla Pragi-Południe ul. Podskarbińska 2 – 2.07. godz. 18.30.** Finałowy pokaz warsztatów wymiany technik teatralnych w ramach międzynarodowego projektu teatralno-edukacyjnego dla młodzieży „Brave Kids Warszawa”. Wstęp wolny; **4.07. godz. 11.00** – Spacer edukacyjny „Śladami patronów ulic Pragi-Południe”. Przewodnik warszawski Daniel Echaust przybliży postać gen. Piotra Szembeka, historię Parafii najczystszejgo Serca Maryi i opowie o sztuce sakralnej kościoła. Zbiórka przy Punkcie Informacji Kulturalnej (Plac Szembeka 1a). Udział bezpłatny. Zapisy: tel. (22) 277 08 04; **4.07.godz. 18.00** – Muszla Koncertowa w Parku Skaryszewskim im. I. J. Paderewskiego. Jubileusz 30-lecia pracy artystycznej Tomasza Bieleckiego – znakomitego bluesmana, wirtuoza harmonijki ustnej, współzałożyciela grupy „BLUES 66”. W koncercie udział wezmą przyjaciele oraz najzdolniejsi uczniowie Artysty. Wstęp wolny; **5.07. godz. 20.00** – „Przy świetle księżycy – w ogrodzie CPK”. Najpiękniejsze utwory operowe i operetkowe w mistrzowskich wykonaniach. Wstęp wolny; **8.07. godz. 18.30** – Klub Mola Książkowego – tematem spotkania będzie „Nieznosna lekkość bytu” Milana Kundery. Wstęp wolny; **8.07. godz. 21.45** – Muszla Koncertowa w Parku Skaryszewskim. Kino Plenerowe: „Nine” (dramat/musical), USA/Włochy 2009, reżyseria: Rob Marshall. Wstęp wolny; **11.07. godz. 18.00** – Muszla Koncertowa w Parku Skaryszewskim. Finał konkursu muzycznego „Kultura Romanu” Fundacji Diamentowy Głos. Wstęp wolny; **12.07. godz. 20.00** – „Przy świetle księżycy - w ogrodzie CPK”. Najpiękniejsze utwory operowe i operetkowe w mistrzowskich wykonaniach. Wstęp wolny; **18.07. godz. 18.00** – Muszla Koncertowa w Parku Skaryszewskim „Gwiazdy Błyszczą Wczoraj” koncert w wykonaniu Teresy Kramarskiej oraz gości Artystki. Wstęp wolny; **19.07. godz. 20.00** – „Przy świetle księżycy – w ogrodzie CPK”. Najpiękniejsze utwory operowe i operetkowe w mistrzowskich wykonaniach. Wstęp wolny; **22.07. godz. 21.45** – Muszla Koncertowa w Parku Skaryszewskim im. I. J. Paderewskiego. Kino Plenerowe: „Szalone Serce” (dramat/musical) USA 2009, reż. Scott Cooper. Wstęp wolny; **23.07. godz. 19.00** – Muszla Koncertowa w Parku Skaryszewskim im. I. J. Paderewskiego. Kabaret Filip z Konopi Filipa Borowskiego i Jego Goście. Wstęp wolny;

■ **Warszawa-Wesoła, teren przy Ochotniczej Straży Pożarnej ul. 1. Praskiego Pułku 31, Letnie kino Plenerowe – 03.07. godz. 21.30** – Mamma Mia czyli musical z muzyką grupy ABBA. Kinowy przebój, w którym grają Meryl Streep i Pierce Brosnan; **10.07. godz. 21.30** – Prawdziwe miasto – western braci Coen; **17.07. godz. 21.30** – Hotel Marigold – komedia o grupie seniorów z Wielkiej Brytanii, którzy wybierają się w podróż do Indii; Wstęp na seanse jest bezpłatny!

■ **Muzeum Warszawskiej Pragi ul. Targowa 50/52 - 3.07. godz. 10.00-12.00** – Między laboratorium a galerią – Wytwórnia szkła technicznego, laboratoryjnego oraz artystycznego Labmed. Wykonane na prawym brzegu. Rzemieślnicy. Warsztaty; **12.07. godz. 12.00-15.00** - Spacer „Znani i nieznani. Ludzie Pragi”. Poznaj swoją dzielnicę; **23.07. godz. 18.30-20.00** – Pora na dokument: „Spacerek staromiejski”. Pokaz filmowy;

■ **Skwer Hoovera – do 12.07. br.** – Wystawa plenerowa „Polityka w karykaturze. Prawdziwa cnota krytyk się nie boi”. Później do końca wakacji wystawę można oglądać w Muzeum Karykatury na ul. Koziej 11. Wstęp wolny;

■ **Amfiteatr na Bemowie – Koncerty piosenek Agnieszki Osieckiej – 2.07. godz. 19.00** – występ Kapeli Hanki Wójciak; **9.07. godz. 19.00** – recital Julii Rybakowskiej z zespołem Jacka Kity; **16.07. godz. 19.00** – recital Ewy Błaszczyk „Pozwól mi spróbować jeszcze raz”. Na koncerty wstęp wolny.

REKLAMA

REKLAMA

LITERATURA
KUCHNIA
MUZYKA
SZTUKA
TEATR



LIPIEC 2015

11-12 / 18-19 / 25-26

www.otwartazabkowska.pl - fb/OtwartaZabkowska

Zadanie zostało zrealizowane dzięki wsparciu finansowemu Miasta Stołecznego Warszawy

organizatorzy:



MIASTO
STOŁECZNE
WARSZAWA

teatr
powszechny
Teatr, który się wtrąca
Zygmunt Hubner

koneser
CENTRUM PRASIE

NADAYE
Fundacja Muzyki Nowej

hokus:pokus



TYLE ZAJĘĆ W CAŁYM MIEŚCIE



fot. archiwum

- Oferta jest różnorodna. Uczniowie będą mogli korzystać m.in. z zajęć edukacyjno-wychowawczych, rekreacyjnych i kulturalnych. Będą nie tylko wypoczywać, ale i dowiedzą się nowych rzeczy. Dla niektórych dzieci będzie to jedna z pierwszych okazji, aby zobaczyć to, czego do tej pory nie miały okazji widzieć. W ten sposób przekonają się, że edukacja może być po prostu wspinalą przygodą – podkreślił na konferencji prasowej prezentującej tegoroczny program „Lato w mieście” Włodzimierz Paszyński, wiceprezydent Warszawy.

Rzeczywiście, program ma tak bogatą i zróżnicowaną ofertę zajęć, że pozwala na rozwój różnych zainteresowań i uzdolnień uczniów. Każdy znajdzie coś dla siebie – zarówno dla ducha jak i ciała. Co ważne – będzie to nauka dla przyjemności, bez stopni, klasówek, za to przynosząca satysfakcję z poznawania.

W tym roku w stu trzydziestu czterech wakacyjnych placówkach edukacyjnych (WPE), zlokalizowanych głównie w szkołach podstawowych, przygotowano miejsca dla ponad czterestu tysięcy dzieci. – Do programu wfor-

edukacyjnych przystępuje niemal dwie trzecie szkół podstawowych w stolicy. To tak jakby rok szkolny trwał w nich pełne dwanaście miesięcy – stwierdził Mirosław Sielatycki, zastępca dyrektora stołecznego biura edukacji.

W WPE odbywać się będą m.in. zajęcia sportowe, rekreacyjne, edukacyjne, muzyczne, plastyczne, teatralne a także organizowane będą wycieczki, wyjscia do kina, teatru, muzeum czy spotkania z ciekawymi ludźmi. Będzie to też dobra okazja do bliższego poznania Warszawy. Uczniowie odwiedzą m.in. Centrum Nauki Kopernik, Muzeum

Narodowe, Łazienki Królewskie, Muzeum Historii Żydów Polskich, Muzeum Sztuki Nowoczesnej, Muzeum Fryderyka Chopina czy Dom Spotkań z Historią. Placówki zapewnią opiekę nad najmłodszymi, którzy będą przyprowadzani i odbierani przez opiekunów, przez pięć dni w tygodniu w godzinach 7-8 do 16-17. Uczestnictwo jest bezpłatne, podobnie jak w latach ubiegłych pobierana jest jedynie opłata za wyżywienie. Wynosi ona siedem złotych dziennie za dwa posiłki, w tym jeden ciepły. Uczniowie, którzy w ciągu roku szkolnego korzystają ze zwolnienia

na podstawie zaświadczenia ze swojej szkoły.

Nie zapomniano też o dzieciach niepełnosprawnych intelektualnie. W czasie wakacji będą one mogły korzystać z siedmiu placówek zorganizowanych w szkołach specjalnych. Biuro edukacji przygotowało miejsca dla blisko trzystu uczniów.

Wiele będzie się również działo w miejskich i dzielnicowych ośrodkach sportu i rekreacji. – Zajęcia będą odbywały się w ponad sześćdziesięciu obiektach – na boiskach i w halach sportowych oraz basenach, w tym czterech pływalniach odkrytych. W każdym z obiektów będą czekać nauczyciele wychowania fizycznego i trenerzy, którzy popro-

rodziny na Bemowo, gdzie odbędzie się sportowy piknik wieńczący „Lato w mieście” – powiedziała Dorota Ognicha, zastępca dyrektora stołecznego biura sportu i rekreacji.

W większości obiektów obowiązuje wcześniejsza rezerwacja miejsc dla grup. W przypadku uczestników indywidualnych warto przed udaniem się do placówki zadzwonić i sprawdzić dostępność obiektu w wybranym terminie. Jak co roku, stołeczny ratusz zorganizuje również przewóz dzieci niepełnosprawnych ruchowo, poruszających się na wózkach inwalidzkich. Przewidywane koszty realizacji programu „Lato w mieście” w tym roku wyniosą ponad siedem



fot. archiwum

z opłat za obiady na mocy decyzji OPS lub dyrektora szkoły, są zwolnieni z opłat za posiłki w wakacyjnych placówkach edukacyjnych

wadzą ćwiczenia. Zaplanowano także różnego rodzaju turnieje oraz zawody sportowe. Na zakończenie wakacji zapraszamy całe

milionów złotych. Więcej szczegółów o programie można znaleźć na stronie: www.lato.warszawa.pl

Anna Krzesińska

REKLAMA

REKLAMA

S.M. „Międzynarodowa” Warszawa ul. Międzynarodowa 44

ogłasza przetarg nieograniczony na:

1. wymianę wodomierzy ciepłej i zimnej wody w budynkach mieszkalnych.

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

MEBLE Z DREWNA

oferujemy: łóżka • materace • szafy • komody • biurka • witryny • stoły • krzesła
zestawy młodzieżowe • zabudowy...

5%
obowiązuje
rabat

Warszawa
ul. Płowiecka 25
(róg Świeckiej)
tel./fax 22 815 35 98

Czynne
pon.-pt. 10.00–18.00
sobota 10.00–14.00

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

MARIO 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%

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

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

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 LETNI!

MARS GIPS
ul. SZPACZA 2 tel./fax 22 812 77 36
(tuż przy ul. MARSA)
marsgips@op.pl www.marsgips.pl
☑ **MATERIAŁY**
BUDOWLANE I WYKOŃCZENIOWE
☑ **MIESZALNIA FARB**
RABATY!!! TRANSPORT!!!
KONKURENCYJNE CENY – PROMOCJE
BUDUJESZ ■ REMONTUJESZ ■ MALUJESZ

BIURO REKLAMY „MIESZKAŃCA”

04-062 Warszawa, ul. Grenadierów 10
e-mail: redakcja@mieszkaniec.pl

tel./fax 22 813-43-83, 22 810-64-12
www.mieszkaniec.pl

KONCERTOWO I FILMOWO

W wakacje wiele będzie działo się w ogrodzie Centrum Promocji Kultury dla Pragi-Południe przy ul. Podskarbińskiej 2 oraz w muszli koncertowej w Parku Skaryszewskim im. I. J. Paderewskiego.

Z uwagi na liczne prośby mieszkańców kontynuowane będą koncerty poświęcone muzyce klasycznej. W lecie zmieniają one swoją nazwę na „Przy świetle księżyca – w ogrodzie CPK”.

– Wszystko zaczęło się od cyklu „Podwieczorek z muzyką kameralną”, którego gospodynią jest wybitna sopranistka koloraturowa Grażyna Mądroch. Zapraszamy wszystkich mieszkańców – ogród jest specyficznym miejscem, bo niewiele jest w nim ławek, zachęcamy więc żeby przynosić koce, poduszki

czy krzeselka turystyczne, tak, aby każdy czuł się komfortowo – wyjaśnia dyrektor placówki Barbara Gebler-Wasiak.

Koncerty będą odbywać się w lipcu (5, 12, 19.) i sierpniu (9, 16, 22.) bez względu na aurę. Jeżeli pogoda nie dopisze, artyści i publika będą mogli bowiem przenieść się do sali widowiskowej. Początek o godzinie 20.00, wstęp wolny.

W dwa wakacyjne miesiące w muszli koncertowej w Parku Skaryszewskim, odbędą się pokazy kina plene-

rowego oraz cykl koncertów (repertuar w zaproszeniach dla mieszkańców str. 5). Natomiast przy popularnym „Akwarium” na Placu Szembeka 4 lipca o godz. 11.00 rozpocznie się spacer edukacyjny. Warszawski przewodnik Daniel Echaust przybliży postać generała Piotra Szembeka, historię parafii Najczystszego Serca Maryi i opowie o sztuce sakralnej kościoła. Udział jest darmowy, ale obowiązują zapisy pod numerem tel. (22) 277-08-04.

Ciekawie zapowiada się też finałowy pokaz warsztatów w ramach międzynarodowego projektu teatralno-edukacyjnego dla młodzieży „Brave Kids Warszawa”.

– Ponad pięćdziesiąt dzieciaków z siedemnastu krajów ćwiczy u nas w Centrum. Na zakończenie pokażą efekty swojej pracy – każde z nich zaprezentuje kulturę swojego kraju. Szczegółowo polecam każdemu obejrzenie tego niezwykle spektaklu – podkreśla Barbara Gebler-Wasiak. Pokaz odbędzie się w muszli koncertowej 2 lipca, początek o godz. 18.30. Wstęp wolny.

Anna Krzezińska



Pędzelkiem MIESZKAŃCA — Jacek Frankowski

Artystyczne pożegnanie szkoły

Zgodnie z wieloletnią tradycją, Prywatna Szkoła Podstawowa nr 114 na zakończenie roku przygotowała niezwykle wieczór artystyczny. W przedstawieniu i występach tanecznych oraz wokalnych wzięli udział oczywiście uczniowie tej placówki. Było familijnie, wzruszająco i wesoło ale też poważnie, wzniosłe i dostojnie.

Na początku na warsztat wzięto Mickiewiczowskie „Dziady”. Duże wrażenie zrobiła ascetycznie oświetlona scena Teatru Rampa, na której kolejno pojawiali się czwarto-, piąto- i szóstkłasiści. I było niczym w „Dziadach” części drugiej – „Ciemno wszędzie, głucho wszędzie, co to będzie, co to będzie?”, choć inspirowano się głównie częścią trzecią tego arcydzieła.

– Tytuł spektaklu brzmiał „Podglądamy Dziady” według dramatu Adama Mickiewicza. To rodzaj impresji, naszego

spojrzenia na „Dziady”. Wykorzystaliśmy jedynie krótkie fragmenty, tak, aby dzieci to „udźwignęły”. Pracując z uczniami czasami sięgam po klasykę polskiego dramatu, bo myślę, że ważne jest, aby dzieci poprzez scenę poczuły ducha danego dzieła. Takie emocje pozostają w ludziach na całe życie. Mam nadzieję, że dzisiejszy występ też pozostanie w ich pamięci i będą pamiętać „Dziady” sercem, a nie tylko głową – podkreślił reżyser spektaklu Tomasz Łysiak.

W Prywatnej Szkole Pod-



stawowej nr 114 uczy od samego początku i prowadzi zajęcia teatralne. – Myślę, że są one

ważne zarówno dla uczniów jak i dla mnie. Utrzymuję mnie w kontakcie z dziećmi, pielęgnuję pierwiastek duszy dziecięcej i prowokuję, żeby oderwać się od różnych życiowych spraw. Dla uczniów są to często zajęcia wykraczające

poza przygotowanie spektaklu teatralnego, łączące polską historię, kulturę i język – stwier-

dził pan Tomasz.

Po „Dziadach” przyszedł czas na „Zakazane piosenki”. Uczniowie z klas cztery-sześć pod kierunkiem Małgorzaty Scibisz zaprezentowali powstańcze przeboje. A niejednemu łezka zakręciła się w oku.

starsza pani.

Po tej patriotycznej i wzruszającej części przyszła pora na radosne wygłupy i pąsy na scenie. Na początek uczniowie klasy pierwszej zdecydowanie zaprotestowali przeciw dorosłości, wyśpiewując frazy piosenki „Nie urosnę” z musicalu „Piotruś Pan”. Następnie uczniowie klasy drugiej zaprezentowali swoje umiejętności taneczne.

Kolejnym punktem wieczoru było wręczenie wyróżnień specjalnych za najwyższe średnie i udziały w różnych konkursach i olimpiadach. Pożegnano też uczniów klasy szóstej.

Na zakończenie dyrektorka życzyła wesołych, zdrowych i pogodnych wakacji. Redakcja „Mieszkańca” dołącza się do tych życzeń.

AnKa

REKLAMA

Centrum Handlowe Szembeka

Nowopowstała galeria posiada 3 poziomy użytkowe + parking oraz 8 kondygnacyjny budynek biurowo-usługowy. Piętra galerii połączone są 8 ciągami schodów ruchomych oraz 7 windami.

Powierzchnia handlowa w nowej części wynosi:

Parking Podziemny - 220 miejsc parkingowych

Poziom 0 - 2100m² (powierzchni handlowej)

Poziom 1 - 1700m² (powierzchni handlowej)

Poziom 2 - 600m² (powierzchni handlowej)

Parking Naziemny - 200-250 miejsc parkingowych (II etap)



Trwa proces komercjalizacji

Przewidywany termin otwarcia:

IV kwartał 2015r

04-158 Warszawa, ul. Zamieniecka 90 | tel. +48 22 333 20 00

email: info@centrumszembeka.pl | www.centrumszembeka.pl





ŚMIESZKANIEC

W restauracji klient zwraca się do kelnera:
- Mam 20 zł. Co może mi Pan zaproponować?
- Jnną restaurację...

Rozzłoszczony gość krzyczy do kelnera:
- Czy myśli pan, że będę siedział tu głodny całą noc?
- Nie proszę pana. Zamykamy o dziewiątej.

- Czy wasi muzycy grają też na życzenie gości? - pyta kelnera gość.
- Oczywiście.
- To proszę dać im ten banknot i niech zagrają w domino.

- Co podać? - pyta kelner.
- Coś extra, cena obojętna.
- Kawior?
- A co to jest?
- To są jaja jesiotra.
- Dobra. Pan poda dwa na twardo.

- Kelner! - woła gość. - Czy macie dziłą kaczkę?
- Nie, ale dla pana możemy rozwścieczyć domową.

Wesoły Romek



WARTO WIEDZIEĆ

Mielone, to ten rodzaj mięsa, które od tysięcy lat znają na całym świecie. Tradycyjne - niezwykle drobno siekane, lub nowocześniejsze, rozdrobnione przez maszynkę do mielenia, jest znakomitą bazą do kreacji kulinarnych. Wieprzowina, baranina, drób, wołowina, dziczyzna czy ryba - solo lub w rozmaitych kombinacjach, starannie wyrobione z przyprawami, często też z surowym jajkiem i dodatkiem cebuli, czosnku, bułki, kaszy manny; w kształcie placuszka, wałeczka, prostokąta, kulek; gotowane, smażone, pieczone - to wciąż pocciwe mielone. Noszą różne nazwy: śląskie karbindadle na ciepło i zimno, małopolskie sznyce, klipsy i klipsiki, scotch eggs z ukrytym wewnątrz jajkiem, turecka Kofta czy też kefta, greckie keftedes, bułgarskie kebabczeta i kjufteta, bałkańskie cevapcici, to wszystko są wariacje z mięsa mielonego. Jadamy je też na wszystkich kontynentach nie tylko jako różne formy i odmiany kotletów, ale także w rozmaitych zapiekankach, czy jako farsz.

Ciekawska



RADY CIOTKI AGATY

Domowe sposoby na letnie kłopoty...

Ukąszenia os i innych owadów: pomoże przyłożony natychmiast plasterek świeżo przekrojonej cebuli albo pokruszona aspiryna, wymieszana z wodą na gęstą papkę i nałożona na ślad po ukąszeniu.

Czerwona, piekąca skóra po powrocie z plaży: okłady z chłodnego (nie zimnego!) kefiru, maślanki lub świeżej serwatki.

Poza miastem bez lodówki? Masło znakomicie się przechowa, jeśli zawiniemy je, zanim się rozpułynie, w liść świeżej, białej kapusty. Mięso surowe zachowa dobry wygląd i zapach, jeśli po posoleniu owiniemy je szczelnie w kapustę lub liście pokrzyw.

Jest gorąco, a przywiezione na piknik napoje są ciepłe? Butelka czy puszka z napojem, owinięta w mocno mokrą szmatkę (kilka warstw tkaniny) i położona na słońcu (polewamy wodą, by szmatka była stale mocno wilgotna) szybko się schłodzi. Nawiasem mówiąc, napoje, zwłaszcza wino, można ochłodzić wrzucając do kieliszka zamrożone winogrona. Tylko skąd je wziąć w plenerze?!

ZAJRZYJMY DO KUCHNI



SKARŻYCIE SIĘ, ŻE OSTATNIO DAJĘ PRZEPISY NA POTRAWY DELIKATNE, BEZ „KONKRETÓW”? PROSZĘ BARDZO. DZIŚ - WYŁĄCZNIE MIĘSO, MIĘSKO, MIĘSIWO!

KOTLETY (SCHAB LUB INDIK) mocno rozbić, dodać sól, pieprz, tarty parmezan, na to warstwa liści szpinaku podduszonych z gałąką muszkatołową i odrobiną czosnku. Rolować, spiąć wykłaczką, obsmażyć niemal bez tłuszczu, ułożyć jedną warstwą w garnku, podlać pół 1/2 szklanki wody, dusić 30 minut przykryte, obracając, na koniec podlać śmietaną, rozmieszaną z odrobiną mąki, zagotować.

MIELONE MIĘSO: 1/4 kg (np. indyk i szynka) starannie wyrobić z mieloną, słodką papryką (1 łyżka), jednym jajkiem, ząbkiem czosnku, solą, pieprzem i suszonymi ziołami (np. cząber, rozmaryn, szalwia). Masa musi być zwarta, ściśta. Gdy za rzadka, dodać nieco tartej bułki. Formować wałeczki jak parówki, ale długości około 5 cm, nadziewać każdy z nich wzdłuż na długi, drewniany patyczek do szaszłyków i opiekać na rumiano na grillu lub w piekarniku. Doskonała zakąska na gorąco i na zimno.

POŁĘDWICZKI WIEPRZOWE pokroić w poprzek na plasterki, delikatnie je rozbić, zamarynować w occie balsamicznym i oliwie, na około 1-2 godziny. W osobnym naczyniu zamarynować octem balsamicznym truskawki, przekrojone wzdłuż na pół. Następnie poledwiczkowe kotlety wyjąć, osączyć, obsmażyć krótko po obu stronach na oliwie, jednocześnie truskawki również obsmażyć na niewielkim ogniu, na oliwie, koniecznie skrapiając je lekko miodem. Podawać razem, podlewając wymieszanym sosem spod smażenia i kotlecików, i truskawek.

MIĘSO MIELONE przygotować jak na kotlety mielone lub według przepisu powyżej. Formować porcje w kształcie prostokątnych placków, na każdym ułożyć owiniętą w żółty ser, posmarowaną ketchupem parówkę i „zapakować” w mielone zawijając tak, by farsz był całkowicie schowany w środku a całość wyglądała jak grubawy krokiecik. Obsmażać starannie z każdej strony, jak zwykle mielone, panierując przedtem w bułce. Szczególnie ulubione przez dzieci!

NIETŁUSTE MIĘSO MIELONE przygotować jak na zwykłe kotlety (lub według przepisu powyżej), dodając jednak sporo aromatycznych ziół. Formować bardzo małe, płaskie kotleczki, panierując jedno z nich w ziarnach sezamu, inne w mielonych orzechach, jeszcze inne w tartej bułce wymieszanej pół na pół z tartym parmezanem. Usmażyć na oleju i podawać!

Pyszna Józia

H O R O S K O P

Baran 21.03-21.04

Dobre dni na załatwienie spraw zawodowych. Intuicja podpowie, jak masz dalej poprowadzić sprawę, na której pomyślnym zakończeniu bardzo ci zależy. Nie oszczędzaj się w sprawach sercowych. Teraz możesz odnieść efektowne zwycięstwo. Natomiast w sprawach urzędowych sporo wysiłku kosztuje pamiętanie o terminach i wypełnianie papierków. Tutaj musisz wykazać trochę cierpliwości, chociaż w twoim przypadku może być z tym trudno.

Byk 22.04-21.05

Szykują się zmiany na lepsze, sporo nowych znajomości i wynikające stąd konsekwencje będą pozytywnie wpływać na twoje samopoczucie. Postaraj się nie robić zadnych zaległości w sprawach zawodowych. Natomiast te, które się wydają być niedokończone znajdują swój pomyślny finał. A może warto zaszaleć i wybrać się gdzieś w miłym towarzystwie?

Bliźnięta 22.05-21.06

Wykaż się większą cierpliwością w sprawach dnia codziennego. Unikaj też niepotrzebnych kłótni, które chociaż oczyszczają atmosferę, bywają też końcem niejednej przyjaźni. Warto więc zastanowić się nad swoim postępowaniem i pomyśleć, jak działać dalej. Może cię czekać wizyta kogoś bliskiego, kto będzie potrzebował twojej porady. Jak zwykle uda ci się dyplomatycznie wybrnąć z trudnej sytuacji i pozostawić po sobie miłe wrażenie.

Rak 22.06-22.07

Teraz jest pomyślny czas, aby zawrzeć kilka interesujących znajomości. Postaraj się też, aby to, co zaplanowałeś nie odbiegało zbyt od rzeczywistości. Konsekwencja i dyplomacja to zalecane w najbliższym czasie sposoby postępowania. W sprawach sercowych postaraj się o więcej wyrozumiałości dla słabości partnera lub jego pasji, zachowaj też zdrowy dystans do spraw zawodowych.

Lew 23.07-23.08

Lato pozytywnie wpływa na twoje podejście do życia. Rozkoszuj się najmniejszą chwilą odpoczynku. A w pracy unikaj plotek. Czasem lepiej nic nie mówić niż powiedzieć o jedno słowo za dużo. Jeśli zaniebależ przyjaciół - to jest doskonała pora na spotkanie się z nimi. Zadbaj o swoją kondycję psychiczną. Zamiast podnosić sobie coraz wyżej poprzeczkę, pomyśl o relaksie i wyciszeniu.

Panna 24.08-23.09

Przyjazne dni, choć zapewne nie będziesz miał ochoty na żadne wyszukane rozrywki. Jeśli poczujesz się zmęczonym, poleń się bez wyrzutów sumienia. Drobne rodzinne konflikty są do załagodzenia. W swoim otoczeniu nie stosuj się do „dobrych rad” ludzi, których nie darzysz zaufaniem. Postaraj się więcej słuchać niż mówić, a dobrze na tym wyjdiesz.

Waga 24.09-23.10

Wszystkie zaległe sprawy ułożą się po twojej myśli. Teraz przyszedł czas na zasłużony odpoczynek. Dobrym pomysłem jest weekendowy wyjazd za miasto, który pomoże oderwać się od rzeczywistości i naładuje cię pozytywną energią. Uważaj tylko na drodze i nie przekraczaj prędkości. Podczas zakupów pilnuj portfela i nie szataj pieniądźmi. Oszczędność jeszcze nikomu nie zaszkodziła.

Skorpion 24.10-23.11

To nie będzie odpowiedni czas na podejmowanie decyzji zawodowych. Zrób sobie plan zajęć na najbliższy miesiąc, który może być pracowity, ale udany. Nie próbuj szczęścia w grach hazardowych, bo możesz tylko stracić. Ambitne plany, sprawy i wyzwania odtóż na inny termin. W sprawach prywatnych docień to, co masz i bardziej odpowiedzialnie traktuj swój związek.

Strzelec 24.11-22.12

Drogi Strzelcu, przygotuj się na zwiększony wysiłek fizyczny i psychiczny. Fizyczny może dotyczyć wzmocnionych porządków w sprawach domowych związanych np. z remontem mieszkania. Sprawy zawodowe wymagać będą umiaru i konsekwencji, choć twoja pozycja zawodowa jest korzystna, a w sprawach finansowych możesz liczyć na łut szczęścia.

Koziorożec 23.12-20.01

Warto łąpać wszelkie okazje i wykorzystywać je do końca. W najbliższych dniach tempo życia może być dosyć duże, ale jak zwykle poradzisz sobie. Zwróć większą uwagę na otoczenie, odwiedzaj przyjaciół lub zaprosz miłych sercu gości. Nie zmuszaj się do czegoś, na co nie masz specjalnej ochoty.

Wodnik 21.01-19.02

Romantyczne nastawienie do życia przyniesie ci miłą niespodziankę w postaci znajomości z sympatyczną osobą. Postaraj się wznieść się na wyżyny swoich możliwości nie tylko intelektualnych. Sprawy finansowe są w jak najlepszym porządku, a zawodowe godne pozazdroszczenia. Zdrowie wymaga większej dbałości, bo wymarzony urlop może się stać udręką.

Ryby 20.02-20.03

Ciągłe odkładanie wszystkiego na później, może okazać się bardzo zgubne w skutkach zwłaszcza dla ciebie. Możesz to odczuwać w sprawach zawodowych. Spiętrzenie ich ze sprawami prywatnymi może doprowadzić do niepotrzebnych zadrążeń. Postaraj się więc opanować swoje roztargnienie i opracuj właściwą strategię działania.

Merlin

Krzyżówka Mieszkańca Nr 13

Na Pacyfiku z Upolu	Miasto w Rosji nad Amurem	Kuzyn lasicy	Twórca dzieła	Sila	Drażek do ćwiczeń gimnast.	Część stołu	Imię książąt pol. Nie-zręczność	Neuryt
				Paryska uczelnia				
				Imię Gibsona	3			7
Dawniej przyjaciel		Ryba z wąsami			Pracuje na granicy			
		Głupiec, tuman					2	
						Pieszczota		
						Leszek, 1929-80, aktor		6
Niedolega, tetryk					Kij, pałka	Tatulek		
				1		Prawnik		
Polska ciężarówka				Kryty pomost stalowy			Stopień judo	
				Pakula			Perwersyjny markiz	
			9	Gobelin				
W bok lub o tyczce	Babilonia	12	Płaska ryba					
			Świętuje 22 I					
				4				
Ryszarda, aktorka teatralna i filmowa		Werset z Koranu	Ekspozycja					
			Kawa dla dzieci					Organizm znoszący duże wahania
				11	Zastąpił Gomulkę			
						5		
				Drażek gimnastyczny			Przodek krasuli	
				Miasto greckie			Oseka	
Bóg uzdrowiciel					Śpiewający Karel			
Atrybut marszałka						Odmiana gruszy		
Gruby koc		Bazar						
		Zadowolony pierwiastek				Budynki		Cechuje Cyklopa
			Cel Lewandowski			Do cedzenia ziół		
Piskliwe szczekanie						Wybieg dla koni wyciągowych	10	
Poeta węgierski, modernista			100				Wieżień karcetu w roli dozorczy	
						8		

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 12 utworzą końcowe hasło - przysłowie ludowe.

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

Rozwiązania należy przysyłać pod adresem redakcji w terminie 7 dni od daty ukazania się gazety. Rozwiązanie krzyżówki Nr 11/2015: „Co nagle to po diable”. Album książkowy wylosował p. Maciej Kowalczyk z Warszawy. Po odbiór zapraszamy do redakcji (z dowodem tożsamości) do 18 lipca br.

DAM PRACĘ

● Karmelarz/Operator maszyn formujących karmelki i lizaki z minimum 2-letnim doświadczeniem w pracy przy produkcji karmelków lub lizaków na stanowisku samodzielnego karmelarza lub operatora maszyn formujących karmel. CV prosimy kierować: rekrutacja@slodkieupominki.pl

FINANSE

● Elastyczna pożyczka do 25 000 zł. Tel. 663-271-508

KUPIĘ

● Płyty winylowe. Książki używane. Tel. 798-631-511

MEDYCZNE

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

NAUKA

● Matematyka, dojazd. Tel. 501-510-709
● Pomoc i nauka w obsłudze komputera, internetu i komórki. Osoby starsze - promocja! Student. Tel. 533-404-404

NIERUCHOMOŚCI/ do wynajęcia

● Komercyjny Wawer. Tel. 660-281-236
● Lokal usługowo-biurowy, 38m kw, witryna. Tel. 724-534-087

PRAWNE

● Doradca Podatkowy - porady, kłopoty z urzędem skarbowym, wszystkie podatki, spadki, darowizny, aukcje, nieujawnione dochody, audyty Wspólnot Mieszkaniowych. Warszawa Gocław. Tel. 22 672-34-34; 604-095-656; www.podatki-doradca.pl
● Kancelaria Adwokacka adw. Teresa Zdanowicz. Sprawy cywilne, karne, rodzinne, spadkowe. Wawer - Anin ul. Ukośna. Tel. 22 613-04-30; 603-807-481
● Kancelaria Prawna, szeroki zakres usług. Czynna codziennie oprócz wtorków. Ul. Grochowska 207 (Universam, antresola od strony pętli autobusowej) www.kancelariaosica.pl; Tel. 509-959-444, 22 810-00-61 w. 252

REKLAMA

ZAKŁAD POGRZEBOWY



Całodobowo KOMPLEKSOWE USŁUGI
Kredytowanie pogrzebu w zasięgu ZUS
KONKURENCYJNE CENY
ul. Rechiniewskiego (Gocław) - Biuro
ul. Floriańska 2 - Filia
500 253 842; 502 832 474
www.lethe.warszawa.pl

ZAKŁAD POGRZEBOWY

„ABROS”
Usługi kompleksowe

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

RÓŻNE

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

SPRZEDAM

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

TRANSPORT

● AAA wywóz gruzu, mebli, śmieci, gałęzi, itp., sprzątanie piwnic, wycinanie drzew, małe rozbiórki z załadunkiem. Tanio. Tel. 721-002-710
● Przeprowadzki 24h/7. Wywóz i utylizacja zbędnych mebli, przedmiotów z mieszkań i piwnic. Tel. 607-66-33-30
● Przeprowadzki w Warszawie. Cena do uzgodnienia. Tel. 721-109-114
● PRZEPROWADZKI. Tel. 722-990-444
● Transport - przeprowadzki - sam. o wymiarach -3,6 dł./2,0 wys. - kontener-winda, kraj, zagranica, konkurencyjne ceny. Tel. 502-904-764

TURYSTYKA

● MAZURY 7 DNI OD 540 ZŁ Z WYŻYWIENIEM, JEZIORO, LAS, KAMERALNIE. Tel. 89 621-17-80, WWW.SZCZEPANKOWO.PL

USŁUGI

● A A Tani Serwis Komputerowy 24h/7, Dojazd i Ekspertyza 0zł. Tel. 504-617-837
● AAAA Automatyczne pralki, zmywarki - krajowe, zachodnie. Naprawa. Tel. 609-105-940
● Anteny satelitarne, naziemne, nc+, Trwam, Polsat, tvn24, oraz dekoderzy telewizji naziemnej. Sprzedaż, montaż, naprawa. lemag-tvsat.waw.pl
Tel. 22 815-47-25; 501-123-566
● ANTENY, TELEWIZORY - NAPRAWA. Tel. 602-216-943
● Cyklinowanie 3x, lakierowanie, super tanio, układanie, reperacje. Tel. 662-745-557
● Cyklinowanie, lakierowanie - Jacek Szpakowski. Tel. 22 872-93-03; 502-920-316
● Cyklinowanie, lakierowanie. Tel. 510-727-201
● Cyklinowanie, układanie, lakierowanie, przekładanie parkietów - Jan Grzybowski. Tel. 22 810-70-88; 609-542-545
● Czyszczenie Karcerem dywanów, wykładzin, tapicerki. Tel. 694-825-760
● Dezynsekcja - skutecznie. Tel. 22 642-96-16
● Domofony, naprawa pralek, instalacje elektryczne. Tel. 601-93-68-05

Domowy hydraulik - 24h, awarie pieca, termy, kuchni, podłączenia, przeróbki, naprawy. Tel. 22 610-88-27; 604-798-744

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;
22 836-69-16; 608-054-093
Załatwianie formalności w domu Klienta
www.mpuk.waw.pl

Pożyczka ekspresowa
od 300zł do 6000zł
wystarczy dowód osobisty
gotówka w jeden dzień

EdenFinance
Wysza kultura pożyczania

Infolinia
801 404 733* 797 705 110*
*Koszt połączenia wg taryfy operatora.

**ARTYKUŁY POŚCIEŁOWE,
PIŻAMY, OBRUSY, RĘCZNIKI.**

RĘCZNIK PLAŻOWY -28 ZŁOTYCH

ul. Bora Komorowskiego 3 D,
Otwarte pn.-pt.godz.10-18,sob. 9-13

Szafy wewnętrzne
Szafki kuchenne, Garderoby, Pawlacze,
a.milczarek@falawsh.com.pl tel 519148070

PROMOCJA
od 650zł*

GRATIS

Dla naszych klientów
- montaż
- projekt zabudowy
- doradztwo
- wycena
- dojazd
- ponad 120 kolorów

Wys.180cm
szer. 80cm
głęb. 62cm

*Cena uzależniona od wyposażenia i użytych materiałów

● Elewacje, dachy - czyszczenie, malowanie. Obróbki blacharskie. Wycinka drzew. Tel. 504-250-013

● ELEKTRYCZNE. TEL. 504-618-888
● Hydrauliczne, gazowe, solidnie. Tel. 22-610-81-21, 607-773-106

● HYDRAULICZNE. TEL. 504-618-888
● HYDRAULIK. TEL. 502-031-257

● Hydraulika, ślusarstwo, pogotowie. Tel. 889-518-246
● Hydraulika, wod. kan.-gaz., piece, remonty, przeglądy gazowe, kominiarskie. Uprawnienia. Tel. 694-747-213

● Klimatyzacja, wentylacja, oddymianie-montaż, projektowanie, serwis 24 h, sprzedaż urządzeń, kompleksowa obsługa, doradztwo techniczne, szybkie terminy realizacji, gwarancja. Tel. 502-904-708

● LODÓWEK NAPRAWA. TEL. (22) 842-97-06; 602-272-464

● Lodówki, pralki, telewizory - naprawa. Tel. 694-825-760

● Malowanie, gładź. Tel. 518-646-543

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

Nieodpłatnie odbieram zużyty sprzęt agd, złom, makulaturę, stłuczkę. Sprzątanie piwnic i strychów. Wywóz mebli.

Tel. 22 499-20-62
● PANELE, UKŁADANIE. TEL. 504-618-888

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

● PRZEPROWADZKI. REMONTY MIESZKAŃ. Tel. 669-834-024

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

● Rolety, żaluzje, markizy, moskitiery. Tel. 508-608-790

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

● Tapicerskie. Tel. 22 612-53-88

● Toczenie, frezowanie, szlifowanie. Tel. 605-56-66-58

NAPRAWA

● Pralki automatyczne
- Ardo, Ariston, Candy, Indesit, Polar, Whirlpool itp.
● Zmywarki
● Maszyny do szycia
● Zmech. Sprzęt AGD
- Roboty kuchenne - Suszarki
- Żelazka - Czajniki elektryczne
- 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 Kiełkiego
Tel. 870 42 42
0-501 774 934

KLIMA
samochody różnych marek

AUTOWIS
ul. Karczeńska 18a
www.autowis.com.pl
8135175 6120466

SERWIS
samochody różnych marek

AUTOWIS
ul. Karczeńska 18a
www.autowis.com.pl
8135175 6120466

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

USŁUGI/budowlane

● Brukarstwo. Tel. 733-508-126

● Dachy, rynny, kominy. Wymiana, naprawa, montaż. Tel. 504 250 013

● Usługi: koparko-ladowarka - wykopy, niwelacje, wyburzenia, młot - kucie. Konkurencyjne stawki. Tel. 502-904-764

● Usługi: koparko-ladowarka - wykopy, niwelacje, wyburzenia, młot - kucie. Konkurencyjne stawki. Tel. 502-904-764

● Usługi: koparko-ladowarka - wykopy, niwelacje, wyburzenia, młot - kucie. Konkurencyjne stawki. Tel. 502-904-764

● Usługi: koparko-ladowarka - wykopy, niwelacje, wyburzenia, młot - kucie. Konkurencyjne stawki. Tel. 502-904-764

● Usługi: koparko-ladowarka - wykopy, niwelacje, wyburzenia, młot - kucie. Konkurencyjne stawki. Tel. 502-904-764

● Usługi: koparko-ladowarka - wykopy, niwelacje, wyburzenia, młot - kucie. Konkurencyjne stawki. Tel. 502-904-764

● Usługi: koparko-ladowarka - wykopy, niwelacje, wyburzenia, młot - kucie. Konkurencyjne stawki. Tel. 502-904-764

● Usługi: koparko-ladowarka - wykopy, niwelacje, wyburzenia, młot - kucie. Konkurencyjne stawki. Tel. 502-904-764

● Usługi: koparko-ladowarka - wykopy, niwelacje, wyburzenia, młot - kucie. Konkurencyjne stawki. Tel. 502-904-764

● Usługi: koparko-ladowarka - wykopy, niwelacje, wyburzenia, młot - kucie. Konkurencyjne stawki. Tel. 502-904-764

● Usługi: koparko-ladowarka - wykopy, niwelacje, wyburzenia, młot - kucie. Konkurencyjne stawki. Tel. 502-904-764

● Usługi: koparko-ladowarka - wykopy, niwelacje, wyburzenia, młot - kucie. Konkurencyjne stawki. Tel. 502-904-764

● Usługi: koparko-ladowarka - wykopy, niwelacje, wyburzenia, młot - kucie. Konkurencyjne stawki. Tel. 502-904-764

● Usługi: koparko-ladowarka - wykopy, niwelacje, wyburzenia, młot - kucie. Konkurencyjne stawki. Tel. 502-904-764

● Usługi: koparko-ladowarka - wykopy, niwelacje, wyburzenia, młot - kucie. Konkurencyjne stawki. Tel. 502-904-764

● Usługi: koparko-ladowarka - wykopy, niwelacje, wyburzenia, młot - kucie. Konkurencyjne stawki. Tel. 502-904-764

● Usługi: koparko-ladowarka - wykopy, niwelacje, wyburzenia, młot - kucie. Konkurencyjne stawki. Tel. 502-904-764

● Usługi: koparko-ladowarka - wykopy, niwelacje, wyburzenia, młot - kucie. Konkurencyjne stawki. Tel. 502-904-764

● Usługi: koparko-ladowarka - wykopy, niwelacje, wyburzenia, młot - kucie. Konkurencyjne stawki. Tel. 502-904-764

● Usługi: koparko-ladowarka - wykopy, niwelacje, wyburzenia, młot - kucie. Konkurencyjne stawki. Tel. 502-904-764

● Usługi: koparko-ladowarka - wykopy, niwelacje, wyburzenia, młot - kucie. Konkurencyjne stawki. Tel. 502-904-764

● Usługi: koparko-ladowarka - wykopy, niwelacje, wyburzenia, młot - kucie. Konkurencyjne stawki. Tel. 502-904-764

● TAPETOWANIE, MAŁOWANIE, GLAZURA. GŁOWACKI. TEL. 504-618-888

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

ZIELARSTWO

● Ziółko - Sklep Zielarsko-Medyczny ul. Komorska róg Jarościńskiej 48A. Zielarstwo - pełny asortyment, profesjonalne porady. Tel. 602-648-813

ZWIERZĘTA

● GABINET WETERYNARYJNY FREDEK, GOCLAW, UL. F. ZNANIECKIEGO 8. TEL. 22 672-07-75

CHCESZ MIEĆ ŁATWY DOSTĘP DO INFORMACJI ZE SWOJEJ DZIELNICY? Jest na to proste rozwiązanie!

Wejdź na naszą stronę internetową: www.mieszkaniac.pl
...co DWA TYGODNIE otrzymasz MIESZKAŃCA ON-LINE z NAJŚWIEŻSZYMI informacjami na swoją SKRZYNKĘ MAILOWĄ



REKLAMA

ZAKŁADY POGRZEBOWE

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

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

Dom Pogrzebowy
„Gójscy”
rok założenia 1987
POGOTOWIE POGRZEBOWE 24h
tel. 870-68-95
601 305 779; 601 99 59 59
Pełen zakres usług w kraju i zagranicą
Własna kaplica w Wawrze ul. Widoczna 6
Siedziba firmy: Warszawa Grochów
ul. Grenadierów 34 tel./fax 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

JASKRA TO NIE WYROK – ZRÓB BADANIE

Wzrok to jeden z ważniejszych zmysłów dla człowieka. Dobry stan wzroku zapewnia odpowiednią jakość i komfort życia. Jego pogorszenie może znacząco utrudniać pracę zawodową, a nawet powodować konieczność zmiany zawodu z powodu nie spełniania kryteriów okulistycznych.



W skrajnych przypadkach nawet codzienne czynności stają się trudne do wykonania i konieczna jest pomoc innych osób. Zazwyczaj przyczyną jest wada wzroku. Z takim problemem można poradzić sobie w prosty sposób – poprzez okulary do patrzenia w dal lub do czytania.

W gorszej sytuacji znajdują się osoby, u których skrycie rozwijają się choroby oczu. Schorzenia okulistyczne mogą początkowo przebiegać bezobjawowo, objawy mogą być słabo nasilone lub dotyczyć tylko jednego oka. Pacjent nawet nie uświadamia sobie, że podstępnie tra-

ci wzrok. Jeżeli coś zauważy, to często zbyt późno. Leczenie jest wówczas trudniejsze i mniej skuteczne. Warto więc odpowiednio wcześniej zadbać o swój wzrok poprzez badania profilaktyczne. Zarówno w chorobach oczu, jak też w chorobach ogólnych (cukrzyca, nadci-

śnienie tętnicze itp.) należy okresowo przeprowadzać badanie u okulisty. Podstawowe badanie okulistyczne obejmuje badanie ostrości wzroku, badanie przedniego odcinka oka, soczewki, dna oka oraz ciśnienia wewnątrzgałkowego.

Uzyskane wyniki pozwolą na szeroką ocenę pracy narządu wzroku. Jeżeli wykryte zostaną nieprawidłowości, to lekarz zaleci dalszą diagnostykę i leczenie. Najbardziej podstępny i skryty schorzeniem oczu jest jaskra. Jaskra może rozwijać się przez 20-30 lat nie dając pacjentom żadnych powodów do niepokoju. Pierwsze objawy mogą być związane z nieodwracalnym uszkodzeniem wzroku. Dodatkowo jaskra może towarzyszyć innym chorobom oczu lub chorobom ogólnym, i być przez nie ukrywana. Poza tym jaskra to nie jest jedna choroba. Jest to zespół różnych chorób oczu lub wynik złej budowy oczu. Zespół przebiega zwykle z podwyższonym ciśnieniem w oku, prowadzi do trwałego, nieodwracalnego uszkodzenia nerwu wzrokowego, stopniowej utraty wzroku, a w skrajnych przypadkach nawet do ślepoty. Z tych powodów zawsze warto sprawdzić oczy.

Szczególnie jest to wskazane gdy pojawiają się czynniki ryzyka takie jak: jaskra rozpoznana w rodzinie, cukrzyca, niskie ciśnienie tętnicze, nadciśnienie tętnicze, przebyte zawały serca, udary mózgu, migrena, podeszły wiek, wady wzroku (szczególnie krótkowzroczność). Badanie ciśnienia w gałce ocznej to jedno z podstawowych badań do rozpoznawania jaskry i kontrolowania skuteczności leczenia. Warto wykonywać regularne pomiary ze względu na różnorodność jaskry. Nawet prawidłowe wyniki nie zwalniają z czujności okulistycznej, ponieważ istnieje jaskra normalnego ciśnienia.

Pomocne w takich przypadkach są dane z wywiadu, najczęściej informacja o niskim ciśnieniu tętniczym, skłonności do marznienia, zimne dłonie czy stopy. Przy podejrzanych wynikach, powtarzających się w kolejnych pomiarach lekarz zleca badania rozszerzające diagnostykę jaskrową, może odpowiednio dobrać leczenie jaskry zależnie od jej rodzaju i stopnia zaawansowania. Jednakże, aby podjąć odpowiednią i skuteczną terapię należy najpierw dać sobie szansę na wczesne wykrycie jaskry poprzez profilaktykę

okulistyczną. Wychodząc na przeciw potrzebom społecznym i znając trudności w wykonaniu badań okulistycznych warto wykonać bezpłatny profilaktyczny pomiar ciśnienia w oczach. Pomiar jest nieinwazyjny, krótki, nie ma żadnego negatywnego wpływu na oko. Profilaktyka skierowana jest do wszystkich, do osób, które nigdy nie podejrzewały u siebie jaskry, jak też do osób z czynnikami ryzyka rozwoju jaskry lub osób już leczących się.

Nie ma żadnych ograniczeń w uczestnictwie w programie przeciwjaskrowym. Wynik pomiaru jest podawany w formie pisemnej i omawiany z lekarzem bezpośrednio po wykonaniu.

Miejsce akcji to Przychodnia Rejonowa przy ul. Kiekiego 24 gabinet 18. Badania wykonywane są w każdy wtorek w godzinach 10.00-17.00. Bliższe szczegóły pod numerem tel. 500-523-499; www.jaskra.org

Agnieszka Kujawa-Stosio
dr nauk med.
specjalista chorób oczu

REKLAMA



Gabinet

Stomatologiczno –

– Lekarski

Warszawa,

ul. Grenadierów 21

tel. 22 813-22-38

od poniedziałku do piątku

w godz. 10.00–20.00

♦ **STOMATOLOG**

od poniedziałku do piątku

10.00–19.00

Okulista - Szpital Grochowski

Warszawa ul. Grenadierów 51/59

Poradnia dla dzieci i dorosłych

czynny: Poniedziałek 16⁰⁰ – 18⁰⁰, Środa 9⁰⁰ – 12⁰⁰

zapisy tel.: 500-52-34-99

koszt wizyty 50 zł

Przychodnia Lekarska

Vita Med

Narodowy Fundusz Zdrowia

Zapisy do lekarzy

rodzinnych!

ul. Meissnera 7 (Gocław) tel. 673-35-00

CARIDENT

Gabinet

Stomatologiczny

W-wa, ul. Stanisławowska 3

(naprzeciwko klubu „Orzeł”)

tel. 810-87-32

♦ Leczenie w znieczuleniu

♦ Protetyka – protezy, korony, mosty porcelanowe itd.

♦ Chirurgia stomatologiczna

♦ Wybielanie

♦ RTG na miejscu

poniedziałek, czwartek – 13⁰⁰-19⁰⁰

wtorek – 9³⁰-17⁰⁰; sobota – 9⁰⁰-13⁰⁰

RATY!!!

RATALNIE.com.pl

LECZENIE BÓLU

gabinet lekarski

dr Dorota Siemińska-Puciato

specjalista anestezjolog

Zapraszam Pacjentów z bólami:

- kręgosłupa, stawów (barkowych, biodrowych, kolanowych, nadgarstków, drobnych stawów rąk)
- głowy,
- z reumatoidalnym zapaleniem stawów
- bólach po przebytym półpaścu,
- kończyn dolnych (owrzodzenia, polineuropatie np. w cukrzycy),
- w chorobach nowotworowych (w różnych stadiach choroby),
- w fibromyalgii
- w schorzeniach neurologicznych (SM, po udarze mózgu),
- neuralgią nerwu trójdzielnego
- oczekujących na leczenie operacyjne (ortopedyczne, neurochirurgiczne, chirurgiczne)
- jak też i po operacjach.

NIE MUSI BOLEĆ!

ul. Widok 10, Warszawa-Śródmieście

informacje i zapisy: tel. 730 266 030

SŁUCHMED

APARATY SŁUCHOWE

Ogólnopolski Program Usłyszeć Motyla

Zapraszamy na **bezpłatne** profilaktyczne badanie słuchu

Usłyszeć Motyla to ogólnopolski program profilaktyki słuchu pod patronatem Fundacji „Ogólnopolskie Porozumienie Uniwersytetów Trzeciego Wieku”

BEZPŁATNE badanie słuchu

INFOLINIA: 81 471 40 04

www.sluchmed.pl

nasi partnerzy:






wypełnij TEST

Dbajmy i chrońmy nasz słuch!

SPRAWDŹ SWÓJ SŁUCH

bo wszyscy regularnie badamy stan swoich zębów i sprawdzamy wzrok.

Potrzebuję wizyty u specjalisty, jeżeli:

☐ prosisz innych, aby mówili wolniej, wyraźniej i głośniejszy
 ☐ często prosisz innych o powtórzenie tego, co mówili
 ☐ masz problemy z określeniem, z której strony dobiega dźwięk
 ☐ masz trudności w rozmowie przez telefon
 ☐ podczas rozmów często spoglądasz na usta
 ☐ inni zwracają uwagę, że słuchasz telewizora i radia zbyt głośno
 ☐ ludzie zwracają uwagę, że mówisz zbyt głośno lub wręcz krzyczysz



Jeśli choć na jedno pytanie odpowiedź jest pozytywna, to jest to wskazanie do przeprowadzenia badania słuchu.

UL. CEGŁOWSKA 80 (SZPITAL BIELAŃSKI), TEL. 22 392 91 99, 668-138-979

UL. ŻEROMSKIEGO 33, TEL. 22 499 66 30, 668-139-021