

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

WAL MIEDZESZYŃSKI
572
673-90-99

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

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

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

- protezy elastyczne
- protezy tłoczone
- RTG
- leczenie w narkozie

UWAGA!
 Promocyjna cena
 koron porcelanowych
 na metalu i cyrkonie

WARSZAWA

MIESZKANIEC

mieszkaniac.pl

Nr 6 (704) ROK XXVIII

WYDANIE WIELKANOCNO-JUBILEUSZOWE 22.03.2018

ISSN 1231-7993

bezpłatny

Zmartwychwstał i żyje
 Jeszcze trochę czasu i Niedzielę Palmową rozpoczniemy Wielki Tydzień. Zabrzmi śpiew „Hosanna Synowi Dawidowemu! Błogosławiony, który idzie w imię Pańskie. O Królu izraelski! Hosanna na wysokości!”. Hymn do Chrystusa Króla rozpoczyna się słowami: „Chwała i cześć, o Królu Chryste, który odkupiłeś nas. Tobie śpiewał chłopiąt chór, pod Twoje stopy szaty słał. Hosanna na wysokości!”.

Wielki Czwartek – Ostatnia Wieczerza, w czasie której podniósł oczy ku niebu do Ciebie Boga, Ojca swojego wszechmogącego i dzięki Tobie składając, błogosławił, łamał i rozdawał swoim uczniom mówiąc: „Bierzcie i jedzcie z tego wszyscy: to jest bowiem Ciało moje, które za was będzie wydane”. Wziął przestawny kielich w swoje święte i czcigodne ręce: Bierzcie i pijcie z niego wszyscy: to jest bowiem kielich Krwi mojej nowego i wiecznego przymierza, która za was i za wielu będzie wylana na odpuszczenie grzechów.

Eucharystia – Skarb Kościoła. A oto odpowiedź człowieka: „Sław języku, tajemnicę Ciała i najdroższej Krwi, którą jako łask krynice, wylał w czasie ziemskich dni, Ten co Matkę miał Dziewicę, Król narodów, godzien czci”.

Za kilka godzin nie ma już Hosanna, brzmi ukrzyżuj Go.

Wiary, nadziei i miłości
życzy
„Mieszkaniac”

REKLAMA

REKLAMA

ROLETY
DZIEŃ-NOC I INNE
ZABUDOWY BALKONÓW
514 165 445
602 224 956
ABC DLA DOMU

WARSZAWSKA SPÓŁDZIELNIA MIESZKANIOWA
„GROCHÓW”
 dysponująca wieloletnim doświadczeniem i kadrą specjalistów
 oferuje Wspólnotom Mieszkaniowym
 usługi w zakresie zarządzania i administrowania nieruchomościami.
 Zainteresowanych prosimy o kontakt pod tel. 22 673-08-01
 lub wizytę w naszej siedzibie przy ul. Kobielskiej 1.

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

Vita Med
 Przychodnia lekarska
Lekarze
POZ
bez kolejek

manakia
 OFERUJE WSPÓLNOTOM
 MIESZKANIOWYM
 I DEWELOPEROM
 PROFESJONALNE I RZETELNE
 USŁUGI W ZARZĄDZANIU
 I ADMINISTROWANIU
 NIERUCHOMOŚCIAMI
 Firma posiada:
 • wieloletnie doświadczenie
 • profesjonalną kadrę
 specjalistów
 • konkurencyjne ceny
ZAPRASZAMY
DO WSPÓŁPRACY!
 Biuro: ul. Igańska 22,
 04-087 Warszawa
 ☎ 22 810 13 40, 501 742 485
 e-mail: biuro@manakia.pl
www.manakia.pl

BISTRO
GOŚCŁAW
 • Zapraszamy
 na ZESTAWY LUNCHOWE
 od 14 zł
 • Zadzwoń, zamów i odbierz
 • Obiady dla firm
 • Ceny imprez okolicznościowych
 do uzgodnienia, menu
 dostosowane do indywidualnych
 potrzeb Klienta
 • Sala do 50 osób
 ul. Abrahama 18
 (wejście od Fiedorfa)
 Tel. 691-967-070;
www.bistrogoclaw.pl
 e-mail: bistro@bistrogoclaw.pl
ZNAJDŹ NAS NA

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

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

Weź bezpiecznie
SZYBKĄ POŻYCZKĘ
do 2000 zł
tel. 792 307 229

KURTKI
PŁASZCZE
GARNITURY
KOSZULE
ODZIEŻ KOMUNIJNA

MAXIM
 MANS FASHION
SALON FIRMOWY
Z ODZIEŻĄ MĘSKĄ
 04-674 Warszawa
 ul. Zwolenńska 68
 (Budynek sali zabaw SMYKUŚ)
 CZYNNY 7 DNI W TYGODNIU
 W OFERCIE DUŻE ROZMIARY
www.maxim4men.pl

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

NFZ

Tematem dzisiejszego starcia jest kwestia zmiany czasu z zimowego na letni i odwrotnie. Zgodnie z obowiązującą od 2001 roku dyrektywą Unii Europejskiej dwa razy w roku dokonujemy przesunięcia zegarów. Wielu ludzi zastanawia się, czy to w ogóle ma jakiś sens...

W jednym narożniku Ringu Mieszkańca stanęła kierownik planetarium Niebo Kopernika dr Weronika Śliwa, zaś w drugim dyrektor warszawskiego ZOO dr Andrzej Kruszewicz.



SPRAWA NIE JEST OCZYWISTA

DR WERONIKA ŚLIWA
kierownik planetarium
Niebo Kopernika
Centrum Nauki Kopernik

Czy zmiana czasu na letni jest nam potrzebna i się opłaca? Głównym powodem tego działania jest oszczędność energii. Największą ilość prądu zużywamy wieczorem. Włączamy światło, drobny sprzęt gospodarstwa domowego, radio, telewizję, komputery. Dzięki przesunięciu czasu, mrok zapada o godzinę później i pozwala na zaoszczędzenie jednej godziny świecenia.

Badania tego, czy zmiana czasu znacząco zmniejsza zużycie energii, prowadzono w wielu krajach. W Stanach Zjednoczonych zanotowano zapotrzebowanie na energię mniejsze o 1% każdego dnia z letnim czasem. W Nowej Zelandii, w ciągu pierwszego tygodnia po wprowadzeniu zmiany czasu, całkowita obniżka zapotrzebowania na energię wyniosła 3,5%. Korzyść ta zmniejsza się tylko w okresie pomiędzy listopadem a lutym, kiedy od rana musimy włączać światło. Tak więc czas letni opła-

ca się wprowadzać tylko na część roku.

Inaczej jest w krajach zwrotnikowych – tam dzień i noc trwają w przybliżeniu po 12 godzin, niezależnie od pory roku. Mimo tego, że zmiana czasu nie jest potrzebna, część krajów tego regionu wprowadza ją, by zachować stałe przesunięcie czasowe w stosunku do państw strefy umiarkowanej.

Inne dostrzegane atuty zmiany czasu to „dłuższy dzień”. Jest widno, gdy wracamy z pracy, powodujemy mniej wypadków drogowych, nie narażamy się na napady i włamania, które o wiele łatwiej przeprowadzać „po ciemku”. Mamy też lepsze samopoczucie, mogąc dłużej oglądać słońce. Czy te korzyści przewyższają straty wywołane zmianami rozkładów jazdy, ogólnym zamieszaniem i koniecznością dostosowania się do innych pór działania? Odpowiedź na to pytanie nie jest oczywista.

GORYLA ŁAPIE ROZWOLNIENIE

DR ANDRZEJ KRUSZEWICZ
dyrektor Miejskiego
Ogrodu Zoologicznego
w Warszawie



Zwierzęta w zasadzie nie odczuwają zmiany czasu. Większość naszych pomieszczeń ma oświetlenie sztuczne włączone od godziny 7 do 19. Dostosowujemy się do zmiany czasu i przestawiamy wtedy oświetlenie, ale to już jest na tyle jasno, że właściwie dla zwierząt nie ma już żadnego znaczenia zmiana intensywności oświetlenia.

Oczywiście, zwiedzający przychodzą o godzinę wcześniej lub godzinę później, ale zwierzęta w zasadzie żyją naturalnym rytmem dnia i nocy. A te, które u nas są w pomieszczeniach zamkniętych, tzn. ryby, bezkręgowce, gady, płazy, są bardzo odporne na tego typu wahania. Najbardziej to odbierają ptaki, ale wszystkie nasze ptaki są w bezpośrednim kontakcie ze światłem zewnętrznym i to jest dla nich istotne, a nie to, że ludzie sobie przestawiają zegarki.

Natomiast przesuwają się także pory karmienia, ale i z tym sobie zwierzęta radzą, choć zdradzę, że u goryli zdarza się wtedy biegunka. Goryle są takie, że muszą mieć wszystko punktualnie. Dlatego pielęgniarze starają się jak najbardziej łagodnie przesunąć im czas posiłków, bo nagle przestawienie pory karmienia wprowadza nerwowość, a właśnie nerwowość może powodować biegunkę.

Zmiany czasu mogą zostać, jeśli fatycznie przynosi to jakieś wymierne oszczędności finansowe. Człowiek też jest zwierzęciem i zmiana czasu wprowadza pewne zaburzenia w funkcjonowaniu. Ale i tak nie mamy tak źle, bo Rosjanie poszli jeszcze dalej – tam jest aż 9 stref czasowych, ale na przykład pociągi w całej Rosji odjeżdżają według czasu moskiewskiego. I jak ktoś tego nie wie, to może na przykład 6 godzin czekać na dworcu na pociąg...

Przypomnijmy: W ten weekend zmieniamy czas na letni. Tymczasem, w lutym Parlament europejski wezwał do przeprowadzenia dogłębnej oceny skutków zmian czasu i, jeśli okaże się to konieczne, do zmiany przepisów. Blisko 2/3 europosłów uznało, że liczne badania nie potwierdzają pozytywów, które miały nieść zmiany czasu, ale potwierdzają negatywne skutki dla ludzkiego zdrowia.

KRONIKA POLICYJNA

Pobity drewnianą pałąką

Policjanci zostali wezwani przez lekarzy ze szpitala, gdzie trafił dotkliwie pobity mężczyzna. Do zdarzenia doszło w domu ofiary – współlokator pobił go drewnianą pałąką, łamiąc mu m.in. ręce. Napastnik chciał zemścić się na koledze za to, że ten źle potraktował jego dziewczynę.

Narkotykowa para

Dzielnicy wspólnie z policjantami CBŚP pojawili się w jednym z mieszkań Saskiej Kępy. Zastali kobietę i mężczyznę oraz znaleźli narkotyki. Amfetamina i marihuana była ukryta w pudełku po kremie, resztę funkcjonariusze znaleźli w torebce 24-letniej kobiety – łącznie 4 gramy. 34-latek miał prawie 10 gramów amfetaminy i prawie 2 marihuany. Para trafiła do policyjnych cel.

Wynosił i nie płacił

Funkcjonariusze zostali skierowani do galerii handlowej, gdzie pracownicy ochrony ujeli za linią kas mężczyznę, który wziął dwa tablety za tysiąc złotych i nie zapłacił za nie. Policjanci zatrzymali 47-letniego Igora F. Nie był to jego pierwszy tego typu czyn. Kilka dni wcześniej, w innym markecie, ten sam mężczyzna ukrał 4 telefony komórkowe o łącznej wartości 8 tysięcy złotych.

Chciał wyludzić kredyt

Policjanci pojawili się w placówce bankowej w mo-

mencie, gdy pewien 24-latek miał podpisywać umowę kredytową. Wcześniej przedstawił w banku fałszywe dokumenty świadczące o jego zatrudnieniu i zarobkach. Policjanci zatrzymali również jego szefa, który podpisał fałszywe dokumenty.

Wynosił szefowi paliwo

Do komisariatu w Wawrze zgłosił się właściciel firmy, któremu ukradziono z kontenera 2 tysiące litrów paliwa. Pokrzywdzony sam przeprowadził śledztwo i zasugerował policjantom, że winnym może być były pracownik, którego zwolnił w grudniu. Funkcjonariusze wykonali oględziny miejsca zdarzenia, które potwierdziły domniemania pokrzywdzonego. Sprawca został zatrzymany.

Okraład auta

O 2.00 w nocy jeden z mieszkańców Gocławia za telefonował pod numer alarmowy policji i zawiadomił, że widzi, jak ktoś się włamuje do samochodów. Na miejsce podjechał wóz patrolowy. Mundurowi podjęli obserwację i po chwili zauważyli podejrzanie zachowującego się mężczyznę, który za budynkiem, w foliowych workach, ukrywał swoje łupy – radia i inne drobiazgi z samochodów, a także kominiarkę, rękawiczki i śrubokręt. 42-letni Andrzej S. trafił do celi do policyjnej celi. Jest recydywistą, a na Gocławiu włamał się do pięciu pojazdów. policja.pl

REKLAMA

REKLAMA

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

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

GINEKOLOGIA

- Kompleksowe prowadzenie ciąży
- Konsultacje ginekologiczne

Certyfikat Londyńskiej Medycyny Płodowej FMF

BADANIA USG DOROŚLI I DZIECI

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

REHABILITACJA DOROŚLI, DZIECI, NIEMOWLĘTA

STOMATOLOGIA DOROŚLI I DZIECI

LEKARZE SPECJALIŚCI, LABORATORIUM

POŁUDNIE Z FIZJOTERAPEUTĄ AGNIESZKĄ KOPYT

Od 1 do 30 kwietnia 2018
Zaprasza na Terapię manualną leczenia bólu w promocyjnej cenie **50 zł**
Zaufaj jej wiedzy i doświadczeniu.

Ilość miejsc ograniczona. Zakres usług może ulec zmianie/promocje/rabaty nie sumują się. Świadczeniodawca wskazuje terminy terapii. Czas terapii 30 min.

PONIEDZIAŁKOWY PORANEK ZE STOMATOLOGIEM

Od 1 do 30 kwietnia 2018
Zapraszamy na piaskowanie z usunięciem kamienia w cenie **100 zł**

Ilość miejsc ograniczona. Zakres usług może ulec zmianie/promocje/rabaty nie sumują się.

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

Oferujemy:

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

Do spożycia na miejscu i na wynos.
Wyroby garmażeryjne na przyjęcia okolicznościowe.
W ofercie półprodukty dla restauracji i cateringu.

Nasze sklepy firmowe:

- ul. Marysińska 3a (róg ul. V Poprzecznej, Anin-Wawer)
- ul. Korkowa 96 (róg ul. Potockich, Marysin)

POŻYCZKA ekspresowa

wystarczy dowód osobisty
gotówka w jeden dzień
797-703-503
6000 zł
EdenFinance
Sprawdź nas!

KORTY TENISOWE
Ognisko TKKF „Olszyna Grochowska”
ul. Osowska 15, tel. 22 610-65-23
zaprasza
codziennie w godz. 7⁰⁰-22⁰⁰
■ nauka dla dzieci i dorosłych ■
■ challenge ■ turnieje
www.tenis-olszyna.pl
**PRZYJMujemy ZAPISY
NA ABONAMENTY
NA SEZON ZIMOWY!**

NAPRAWA

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

Serwis gwarancyjny firm
BRAVO - ADA, LIBELLA, MPM PRODUCT

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

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

TAPICER

- USŁUGI
- Narożniki wg. wymiarów klienta
- Materiały obiciowe

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

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

TELEFONY KOMÓRKOWE

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

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

KOLIBEREK
NAJLEPSZE KARMY DLA ZWIERZĄT

Polub nas na **tel. 731 224 464**
www.koliberek-karmy.pl

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

APARAT SŁUCHOWY – KTÓRY WYBRAĆ?

Jak wybrać najlepszy aparat słuchowy dla siebie? Na najczęściej zadawane pytania odpowiada Magdalena Wróblewska – dyplomowany protetyk słuchu Strefy Słuchu.

– Czy przed zakupem mogę wypożyczyć aparat słuchowy w celu przetestowania?

– Naszą ogromną zaletą jest wyposażenie pacjentów w aparaty testowe różnych producentów. Wiąże się z tym wiele korzyści oraz możliwości, takich jak:

- porównanie i wybranie dla siebie najbardziej komfortowego dźwięku bez ograniczania się do jednej firmy bądź rodziny aparatów słuchowych;
- wypożyczenie dowolnego modelu bez potrzeby wpłacania dużej kaucji;
- wypróbowanie aparatów w dowolnym środowisku: domu, pracy czy na spotkaniach rodzinnych;

• konfrontacja najnowszej technologii z aparatami słuchowymi noszonymi obecnie;

• bardziej przemyślany wybór i zakup rozwiązania dla siebie;

• rozwanie najczęstszych wątpliwości: jeden aparat czy dwa? tańszy czy droższy? wewnętrzny czy zewnętrzny? czy w ogóle aparat jest dla mnie?

– Czy powinienem nosić dwa aparaty słuchowe przy obustronnym niedosłuchu?

– Jeśli niedosłuch jest obustronny, to również aparatowanie powinno być obuuszne, gdyż zmniejsza to ryzyko depriwacji słuchowej ucha nie pobudzającego do pracy oraz poprawia zrozumienie mowy. Dwa aparaty słuchowe zapewniają także lepszą lokalizację źródła dźwię-

ku, co jest szczególnie istotne w ruchu ulicznym. Poruszając się po chodniku w pobliżu ścieżek rowerowych, przechodząc przez ulicę o wiele bezpieczniej jest gdy słyszymy obuusznie.

– A które aparaty Pani poleca? Zauszne czy wewnętrzne?

– Zależy dla kogo. Jeśli mamy do czynienia z uchem bardzo przylegającym o średnim i dosyć płaskim niedosłuchu, bez wycieków i o dość szerokim kanale słuchowym, najlepszym rozwiązaniem będzie aparat wewnętrzny. Obecnie są one w stanie łączyć się z telefonem, telewizorem czy aplikacją, za pomocą której można nimi sterować. Przypomnę także, że teraz również modele zauszne mogą



Dobór aparatu słuchowego to złożony proces, podczas którego wykwalifikowany protetyk słuchu przeprowadza badania i poznaje indywidualne oczekiwania pacjenta przede wszystkim co do wielkości i wyglądu aparatu, a także słyszenia i rozumienia mowy w różnych sytuacjach akustycznych. Przedstawia również dodatkowe możliwo-

wych i z jakich dodatkowych akcesoriów mogą korzystać użytkownicy?

– Bezprzewodowość w aparatach słuchowych pozwala na łączenie aparatów nie tylko między sobą dla lepszej jakości dźwięku w trudnych sytuacjach, ale również na skomunikowanie ich np. z telefonem, telewizorem, odtwarzaczem mp3, pilotami zdalnego sterowania oraz specjalnymi urządzeniami działającymi jak mikrofon bezprzewodowy. Dzięki tej funkcji mogą Państwo nie tylko sterować swoimi aparatami z poziomu smartfona, ale również usłyszeć rozmowę telefoniczną, ulubiony serial bądź muzykę, a nawet prowadzącego wykład na dużej sali.

– A co z szumami usznymi? Coraz więcej osób ich doświadcza. Co w sytuacji, gdy szum słyszany ciągle w głowie powoduje stres, problemy ze snem i nie pozwala normalnie funkcjonować?

ści – np. współpracy aparatów słuchowych z telefonem, telewizorem, itp. Wybór aparatów słuchowych jest ogromny. Nawet kiedy korzystamy z refundacji, ceny dobrych aparatów słuchowych renomowanych producentów zaczynają się od około 1000 zł. Koszt najbardziej zaawansowanych to wydatek nawet kilku tysięcy złotych.

– W naszej ofercie posiadamy również aparaty dedykowane osobom z szumami usznymi z dwójką strategią ich niwelowania, którą dobierzemy indywidualnie do Państwa potrzeb i subiektywnych odczuć. Możecie Państwo również przetestować taki model na miejscu w gabinecie bądź wypożyczyć na kilka dni i wypróbować go w domu.

– Czyli znowu najlepszym rozwiązaniem jest możliwość zabrania aparatu testowego do domu, a czy jest też możliwość wypróbowania aparatu wewnętrznego?

– W ofercie aparatów testowych posiadamy także modele wewnętrzne i zauszne o większym wzmocnieniu. Dlatego też bez względu na rodzaj, zaawansowanie niedosłuchu bądź typ ucha, możecie Państwo przymierzyć i przetestować urządzenia nawet najwyższej klasy, do czego zachęcamy.



STREFA SŁUCHU[®] APARATY SŁUCHOWE

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

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

Przegląd
i czyszczenie
aparatu
GRATIS

Diagnostyka:
audiometria
tonalna,
audiometria
mowy,
tympanometria



Cezary Kozub

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



Marzena Surowiecka

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



Anna Cierpicka-Switekowska

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



Tomasz Staszewski

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



**BEZPŁATNE TESTY
NA ZROZUMIENIE MOWY**
www.strefasluchu.pl

Specjaliści z wieloletnim doświadczeniem zapraszają do gabinetów Strefy Słuchu

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

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

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

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

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



Kobiecym okiem

O matko, znowu święta!

Jak co roku! A już od początku marca slychać jęki: znowu tyle roboty, kiedy ja zdązę, ile sprzątnięcia, wszystko na mojej głowie...

Czasem, zamiast marudzić i mieć przez cały miesiąc kwaśny humor oraz minę męczennicy (to fatalny wstęp do radosnych świąt), warto się skupić i zdecydować: albo naprawdę nie podoba mi się domowy „młyn” przedświąteczny, a potem obskakiwanie gości przez niedzielę i poniedziałek, albo narzekam z przyzwyczajenia. Mama rok w rok narzekała, babcia, wszystkie ciotki i większość koleżanek, więc ja też narzekam. Tradycja!

Jeśli rzeczywiście doskwiera ci ten chaos, zmień to. Gdy naprawdę cenisz domowe, wyjątkowe święta, przestań marudzić!

To tylko udręka i dla ciebie, i dla twojego otoczenia. Naprawdę nie warto. Od zawsze jest w twoim domu Wielkanoc, więc wreszcie zmień coś w swoim życiu: inaczej zaplanuj i zorganizuj porządkę oraz zakupy, podziel pracę między domowników. Może dzięki temu nie będzie tak ślicznie-perfekcyjnie jak zawsze, ale ominiesz pośpiech, nerwy, załatanie. Warto!

Jeśli te narzekania to nie marudzenie, lecz prawdziwa udręka, z którą od lat nie umiesz sobie poradzić, dołącz do ponad dwóch milionów Polaków, którzy wyjeżdżają na Wielkanoc! Kilka lat temu było ich ponad połowę mniej, ale wobec kuszącej oferty wyjazdowej, we wszystkich regionach Polski (i nie tylko) w cenach luksusowych lub zaskakująco niskich (bo dla organizatorów to martwy sezon i każdy grosz się przyda) coraz

więcej osób wyjeżdża! Samotnie, rodzinie, z psem i kotem, albo w gronie przyjaciół, warto znaleźć kilka wczesnowiosennych dni wypoczynku, wolności od



wszelkich obowiązków, a przy tym poznać malownicze, podlaskie, mazurskie czy podhalańskie zwyczaje wielkanocne.

Podróżujący zapewniają, że jeśli Wielkanoc poza Polską, to koniecznie w Grecji, gdzie obchodzą ją nadzwyczaj radośnie.

Ale i w Polsce jest bardzo ciekawie.

Górale kultywują chyba najwięcej świątecznych zwyczajów, w obrębie dwóch – trzech wsi można napotkać odmienne tradycje! Na przykład obrzęd „święcenia ducha” w Bukowinie Tatrzańskiej. Zebraną w lesie hubę rozżarza się ogniem przyniesionym z kościoła i modląc się, trzykrotnie obchodzi gospodarstwo, by zapewnić spokój i szczęście. Różnorodne, ciekawe są też tradycje stołu, święconek, potraw. Podlasie, to jeszcze inne świętowanie, na przykład w puszczańskich Białowieży czy w słynnym palmami Kadzidło.

Tego roku w pierwszy dzień świąt mamy prima aprilis. Oj, będzie się działo prze te dwa świąteczne dni!

Tu czy tam, wesolych Świąt Państwu życzę!

Co tam panie na Pradze...

Gumki na dobry początek

– Witam panie Eustachy. Markotny, czy mi się zdaje? – Kazimierz Główna od razu zauważył cienie na twarzy swego kolegi, kupca bieliźnianego z bazaru na placu Szembeka, Eustachego Mordziaka.

– Coraz trudniej na kawałek chleba zarobić, panie Kaziu, coraz trudniej. Gdzie nie spluniesz, to na nową galerię trafisz.

– Myślisz pan o Universamie?

– Faktycznie – Universam też tam jest. Ale teraz całość nazywa się „Galeria Rondo Wiatraczna”. I to normalna galeria jest – jak Promenada, Auchan, Tesco i reszta.

– Wiem, bo byłem. Przestronnie, czysto. Pamiętam stary Universam. To jednak inna epoka jest. Czy lepsza? Tamta, to moja młodość, ta zaś, to steryl-na produkcja taśmowa powierzchni handlowych, jak to mówią.

– Bo panie Kaziu te galerie są teraz jak samochody – wszystkie takie same.

– Za to otwarcie było niezwykle.

– Był pan?

– Ja nie, ale znam kogoś, kto był.

– No i, no i?

– Zaskakało go z wrażenia, powiem panu.

– Jak to?

– Jak by tu powiedzieć, żeby nikogo nie urazić?... Tradycja taka jest, żeby zaproszonym vipom na otwarcie jakiegoś gościńca przygotować – co by im się galeria i na przyszłość dobrze kojarzyła. Na piętrze nowej galerii jest olbrzymia siłownia. „Dżim” –

mówiąc z angielska. No i przy okazji inauguracyjnej fety między gośćmi chodziły cud-panienki reklamujące ten klub fitness i wręczały im... prezerwatywy.

– Co?

– Co pan słyszał. Ogólnie, to mnie to nie gorszy, znaczy w porządku jest, żeby dbać o bezpieczny seks. Tylko po takiej reklamie swojej córki na te „zajęcia” raczej bym nie puścił. Ogólnie miało być fajnie, a wyszło jak zawsze. Znacząco moim zdaniem. Tylko, że ja nie wiem, co bym mówił, gdybym ciągle miał i pociąg, i lokomotywę pod parą, a nie same wagony.

– Ja młodszy jestem, ale chyba bym nie wziął. Ze wstydu.

– A był pan?

– Na otwarcie nie, ale w ogóle byłem. Nie wytrzymałem.

– No i jak wrażenia?

– Imponująco wygląda część gastronomiczna. Kawiarnie, restauracje, cuda na kiju.

– Znakiem tego, jak jest dużo, to musi być tanio – konkurencja wymusza.

– A moim zdaniem przeciwnie. Zwykły człowiek musi tam iść z tłumaczem, a tłumacz to ze stół na godzinę bierze. Minimum.

– A po co tłumacz?

– Bo tam wszystko w obcych językach jest: donaty, muffiny, chai latte, strawberry extreme, mango delight, very wild berry, white chocolate mocha, sticky toffee cooler... A pan chcesz kawę z pączkiem... I bądź tu człowieku mądry i pisz wiersze.

– No, ale za to hostessy były polskie. I te... Jak im tam? ...

Szaser



REKLAMA

PANELE 200 WZORÓW, BARLINEK

www.podlogijozefow.pl

Drzwi POL-Skone, PORTA, DRE, ERKADO, VASCO

www.drzwijozefow.pl

TEMAR, Józefów, ul. Ziarnista 13 od ul. Granicznej

Tel. 600-813-785

S.M. „Międzynarodowa”

Warszawa ul. Międzynarodowa 44
ogłasza przetargi nieograniczone na:

1. Wymiana szyb zbrojonych w kolorze brąz wraz malowaniem balustrad balkonowych w budynkach Wandy 14, 16, Zwycięzców 34.
2. Wymiany wodomierzy ciepłej i zimnej wody (8337 szt.) w 31 budynkach wielorodzinnych, należących do zasobów mieszkaniowych SM „Międzynarodowa”.
3. Renowacja balustrad balkonowych (200 szt.) w budynku Międzynarodowa 64/66 A.

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

St. Patrick's
SCHOOL OF ENGLISH

Szkoła językowa dla dzieci i młodzieży

Gośćław:
ul. Meissnera 1/3
☎ 22 448 51 97

Śródmieście Nowa Filia:
ul. Nowogrodzka 56A
☎ 22 625 09 53

www.stpatricks.pl
St. Patrick's - szkoła językowa

MARO OKNA ♦ ROLETY
OKNA PCV – rabat 40%
Szyba termoizolacyjna k=1,0

● Maty bambusowe ● Żaluzje ● Verticale
MONTAŻ GRATIS! RATY!

ul. Patriotów 237 tel. 22 615-40-40, tel. 730-630-630
e-mail: biuro@oknamaro.pl www.oknamaro.pl

Z tym KUPONEM rabat na rolety 10%

ZADBAJ O SWÓJ SAMOCHÓD

fala WSH SAMOOSŁUGOWY Sklep Motoryzacyjny

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

WARSZAWA FALENICA
ul. Patriotów 71/73

ARTYKUŁY POŚCIELOWE, PIŻAMY, OBRUSY, RĘCZNIKI.

KOŁDRY I PODUSZKI

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

REKLAMA

Serdecznie zapraszam
wszystkich Mieszkańców Dzielnicy Praga-Południe
na

SPOTKANIE WIELKANOCNE NA PLACU SZEMBEKA

24 marca (sobota) godz. 12:00 – 15:00

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



- ☘ Poczęstunek wielkanocny
- ☘ Wspólne ozdabianie ogromnego jajka
- ☘ Konkursy z nagrodami
- ☘ Wspólne zdjęcia wielkanocne
- ☘ Lukrowanie baranków i króliczków
- ☘ Stworzenie własnej palmy wielkanocnej
- ☘ Malowanie pisanek
- ☘ Wyścigi wielkanocne
- ☘ ... oraz wiele innych animacji i atrakcji

Uroczysty Koncert Pasyjny
Orkiestry Sinfonia Varsovia na Kamionku
15.03 godz. 19:00, Sanktuarium Matki Bożej Zwycięskiej

Wielki Tydzień u chrześcijan
24.03 godz. 17:00, Centrum Promocji Kultury

Wieczór muzyczno-literacki
poświęcony pieśniom śpiewanym w Wielkim Poście
25.03 godz. 18:00, PROM Kultury Saska Kępa

Savoir Vivre - przyjmowanie gości w domu
26.03 godz. 12:00, Klub Kultury Seniora



DZIELNICA.pragapld
Grochów, Saska Kępa, Gocław, Kamionek



BREAK-DANCE U PREZYDENTA

Pod koniec roku pisaliśmy w „Mieszkańcu” o akcji Fundacji „Kresy w potrzebie – Polacy Polakom” i pomocy, jaką naszym rodakom niosą wolontariusze z Warszawy i okolic.

Tę akcję zapoczątkował kilka lat temu Michał Dworczyk (obecny szef Kancelarii Prezesa Rady Ministrów), który z harcerzami zbierał potrzebne naszym rodakom rzeczy i wozził z wolontariuszami na Wschód. Ale w skali kraju jest bardzo wielu ludzi, którym nie jest obojętna obecna sytuacja Polaków, mieszkających za wschodnią granicą.

W marcu w Pałacu Prezydenckim odbyło się podsumowanie roku Akcji Pomocy Polakom na Wschodzie. Andrzej Duda, Prezydent Rzeczypospolitej Polskiej, dziękował organizacjom i podmiotom wspierającym i niosącym pomoc.



– Dziękujemy wszystkim polskim nauczycielom, wszystkim organizatorom polskiego życia kulturalnego, wszystkim prowadzącym Polskie Domy. Dziękujemy z całego serca polskim księżom pracującym na tych terenach, którzy swoją posługą duszpasterską wzmacniają tego ducha, z jednej strony właśnie wiary, tradycji, polskiej kultury, ale przede wszystkim bardzo często także podtrzymują na duchu – mówił prezydent.

O tym, że warto i trzeba pomagać naszym rodakom przypominała także Pierwsza Dama Agata Kornhauser-Duda.



W części artystycznej spotkania nie zabrakło pieśni i tańców ludowych, a także nowoczesnego break-dance’u.

Przedstawiciele młodego pokolenia Polaków na Ukrainie, w Mołdawii i Rumunii opowiadali o losach swoich rodzin i aktualnej działalności pielęgnującej polskie korzenie.

Kancelaria Prezydenta RP zorganizowała w ubiegłym roku (a była to druga edycja akcji) sześć wyjazdów pomocowych, w których Polakom mieszkającym na obczyźnie dostarczono ponad 8 ton różnego rodzaju produktów. Prezydent podkreślił rolę, jaką w akcji pomocowej pełni Biuro ds. Kontaktów z Polonią i Polakami Za Granicą oraz minister Adam Kwiatkowski, który z ramienia Prezydenta koordynuje pracę tego biura.

– Nasi rodacy przede wszystkim są wzruszeni, bardzo wdzięczni i dumni z tego, że Polska o nich pamięta. Często są bardzo zaskoczeni pomocą, jaką im niesiemy – mówił „Mieszkańcowi” minister Adam Kwiatkowski, który uczestniczył w transportowaniu darów na Wschód. – To jest też sygnał dla tamtejszych władz lokalnych, że interesujemy się naszymi rodakami, którzy mogą na nas liczyć.

W tym roku Kancelaria Prezydenta kontynuuje Akcję Pomocy Polakom na Wschodzie.

Adam Rosiński

Dokończenie ze str. 1
Zmienny jest człowiek, tak było kiedyś, tak jest i dziś. Krwi Chrystusa, wszelkiej chwały i czci najgodniejsza wybaw nas. „Stała Matka Bolesciwa – obok krzyża ledwo żywa, gdy na krzyżu wisiał Syn. O jak smutna i strapiona Matka ta błogosławiona, której synem niebios Król. Jak płakała Matka miła, jak cierpiała, gdy patrzyła na Boskiego Syna ból”.

Miejsce Matki jest przy Dziecku. Ona była w Betlejem, gdy przyszedł na świat wśród zwierząt, jest obecna, gdy za-

wiś na krzyżu między łotrami
Nasza zaduma z przeżycia Wielkiego Czwartku i Wielkiego Piątku prowadzi nas do Wielkiej Soboty. Od rana podążają ludzie do kościoła niosąc w koszykach pokarmy do poświęcenia i nawiedzają Grób Pana. Idą też tacy, którym trudno w ciągu roku odwiedzić Dom Pana. Ale na tym nie koniec: „Nie zna śmierci Pan żywota, chociaż przeszedł przez jej wrota; rozerwła grobu pęta Ręka Święta Alleluja”.

Dla jednych to tylko baranek z chorągiewką, dla innych kur-

czak z bazią lub zajączek. Dla tych zaś co mają wiarę, nadzieję i miłość – Wielkanoc, Święto Zmartwychwstania Pańskiego. Z tej racji Pani Basi – Naczelnej Redaktor „Mieszkańca”, Kochanej Redakcji, Drogim i Szanownym Czytelnikom „Mieszkańca” składam serdeczne życzenia: błogosławieństwa Bożego, zdrowia, zdrowia, zdrowia.

Ksiądz Krzysztof Jackowski
Proboszcz Parafii Matki Bożej Królowej Polskich Męczenników

1 kwietnia 1991 roku wypadła w poniedziałek. W lany poniedziałek – muszę dodać. Tego dnia zrozumiałam, że moje życie diametralnie się zmieniło. Dowodem tej zmiany było to, że siedziałam w wynajętym na siedzibę redakcji pokoju i czekałam na przywiezienie pierwszego numeru „Mieszkańca”, zamiast świętować. Kiedy jednak przyjechały paczki ze świeżo wydrukowaną gazetą, kiedy poczułam zapach farby drukarskiej, zrozumiałam, że właśnie zaczyna się przygoda mojego życia.

Przy mnie był mężczyzna, który właśnie zrealizował marzenie swojego życia o wydawaniu praskiej gazety, za mną – rejestracja wydawnictwa, nerwowe kolegia redakcyjne, gdzie wyklócaliśmy się o nazwę gazety, przepisywanie testów na klekoczącej maszynie, skład u pana Krzysia, druk u pana Henia i telefon, że transport z gazetą przyjedzie w drugi dzień świąt...

Przedemną – księgowość, podatki, ZUS-y, tworzenie punktów kolportażowych i ból głowy, skąd na to wszystko wziąć pieniądze. Jedynym człowiekiem, który nie widział żadnych problemów tylko cel, jakim jest wydawanie niezależnej

gazety lokalnej, był redaktor naczelny „Mieszkańca” – Wiesław Nowosielski.

Ja widziałam problemy wszędzie, a największy – jak wsiądnę następnego dnia z Madzią do samochodu, żeby porozwozić gazetę. Otóż Magda miała co prawda nowego „malucha”, ale jej prawo jazdy było równie nowe – miało niecały tydzień...

„Jeden numer to i harce-rze zrobią” mówi przysłowie, przy kolejnych zabrakło przysłów, a zaczęła się ciężka praca.

Świat się zmieniał, zmieniała się scena polityczna, prezydenci, burmistrzowie, format gazety, zwiększał się nakład, zaczęliśmy powszechnie używać, komputerów, komórek. Założyliśmy portal internetowy, weszliśmy na FB i Instagram. Zmienił się też, po 25 latach, redaktor naczelny, chociaż do tej pory trudno nam się z tym pogodzić...

Nie zmieniło się tylko jedno. Nadal wydajemy niezależną gazetę dla rządzonych, a nie dla rządzących, bo to Wy jesteście dla nas najważniejsi drodzy Czytelnicy, mieszkańcy prawej, lepszey strony Wisły.

Barbara Nowosielska
Wydawca i Redaktor Naczelna

**URODZONY
1 KWIETNIA**

TYJĄ GAZETĄ
MIESZKANIEC
TWÓJ PRASKI PRZYJACIEL
RAZEM
27 LAT
URODZINY
1.04
1991
CZYTAJ
MIESZKANCA
MAMY
PONAD 120 TYSIĘCY
CZYTELNIKÓW

MIESZKANIEC
CZYTAJ MIESZKANCA
ZAWSZE BLISKO CIEBIE
MYŚL
GLOBALNIE
DZIAŁAJ
LOKALNIE
GAZETA
MIESZKANIEC
TWÓJ PRASKI
PRZYJACIEL
43 TYSIĄCE
NAKLADU
LAT

REKLAMA

*Cieptych, pełnych radości
Świąt Wielkiej Nocy,
dużo wiosennego słońca,
odpoczynku
w rodzinnym gronie,
a także wiele
pomyślności
w życiu zawodowym
i osobistym
życzą
Rada i Zarząd
Dzielnicy
Rembertów
m.st. Warszawy*

REKLAMA

REKLAMA

Pełnych spokoju i ciepła
Świąt Wielkanocnych,
spotkań w rodzinnym gronie,
aby Zmartwychwstały Chrystus
był źródłem pokoju i żywej nadziei.
Wesołego Alleluja!
życzą
Zarząd i Rada Dzielnicy Praga-Północ
m.st. Warszawy

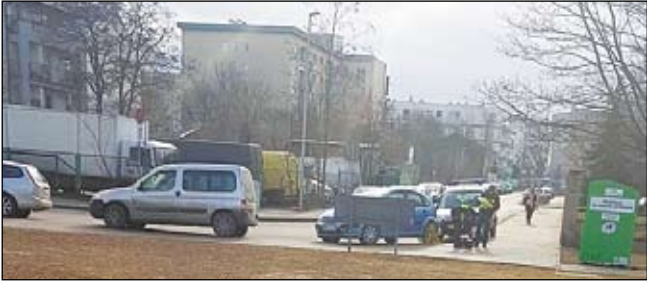
TRUDNY TEMAT – PARKOWANIE

Każda z naszych dzielnic ma ulice, które są liderami w zestawieniach dotyczących nieprawidłowego parkowania. W ostatnim czasie w całym mieście Straż Miejska intensywnie walczy z łamiącymi przepisy.

Sprawdziliśmy, w których miejscach prawobrzeżnej Warszawy mandaty za nieprawidłowe parkowanie wystawiane są najczęściej i zapytaliśmy funkcjonariuszy, czym kierują się zakładając blokady lub odholowując auta.

Straż Miejska ma narzędzia do walki z łamiącymi przepisy dot. parkowania. Przy drobnych wykroczeniach może skończyć się na

pouczeniu. Kolejną możliwością jest mandat, sprawa w sądzie. Przypominamy niefrasobliwym kierowcom,



że stawiając auto „na zakazie” musimy też liczyć się z jego zablokowaniem lub odholowaniem.

– Pojazd może być unieruchomiony przez zastosowanie urządzenia do blokowania kół w przypadku pozostawienia go w miejscu, gdzie jest to zabronione, lecz nie utrudnia ruchu lub nie zagraża bezpieczeństwu. Pojazd jest usuwany z drogi na koszt właściciela w przypadku pozostawienia go w miejscu, gdzie jest to zabronione i utrudnia ruch lub w inny sposób zagraża bezpieczeństwu – wyjaśnia Zespół Prasowy Straży Miejskiej.

Jeśli kierowcy nie ma przy samochodzie (a tak jest najczęściej), funkcjonariusz sporządza niezbędną dokumentację (w tym zdjęcia), a właściciel

Zastanawialiście się kiedyś, gdzie w waszej dzielnicy Straż Miejska musi interweniować najczęściej? W zestawieniu obejmującym zgłoszenia z tego roku dotyczące nieprawidłowego parkowania w pięciu dzielnicach prawobrzeżnej Warszawy niekwestionowanym liderem jest ul. Paryska na Pradze Południe. Oto liczby:

Białoleka: ul. Pasłęcka – 196 zgłoszeń, Aluzyjna – 189, Strumykowa – 151

Praga Południe: ul. Paryska – 709, Jana Nowaka – Jeziorańskiego – 409, Francuska – 332

Praga Północ: ul. Targowa – 223, Karola Darwina – 120, Jagiellońska – 108

Targówek: ul. Ludwika Kondratowicza – 285, Wacława Tokarza – 166, Łojewska – 160

Wawer: ul. Korkowa – 67, Aleja Dzieci Polskich – 51, Króla Macłusia – 31

pojazdu otrzymuje przesyłkę poleconą za zwrotnym potwierdzeniem odbioru: wezwanie wraz z oświadczeniami.

W ostatnim czasie Straż Miejska zwiększyła liczbę patroli, które zajmują się tylko nieprawidłowym parkowaniem. Funkcjonariusze typu-

ją także na bieżąco kolejne ulice, w obszarach uznanych za najbardziej uciążliwe dla mieszkańców oraz wskazujących przez warszawiaków jako istotne z punktu widzenia ograniczenia degradacji przestrzeni publicznej przez nieprawidłowo zaparkowane pojazdy. **KaSa**

TROPIĄ I PUBLIKUJĄ

Święte krowy warszawskie to grupa na portalu społecznościowym, założona niemal 5 lat temu, zrzesza ponad 10 tys. osób. Codziennie zamieszcza wiele budzących emocji postów i ożywione dyskusje.

W czym tkwi fenomen tej grupy? W pokazywaniu naszej codzienności, czyli parkujących wszędzie samochodów. Na chodnikach, pasach zieleni czy zwykajnie „na zakazie” na jezdni – wielu kierowców stawia auta gdzie popadnie.

Grupę założył Dariusz Nagórski, dokładnie 18 grudnia 2013. Dzisiaj już nikt nie pamięta, skąd wzięła się jej nazwa. Ma być wyrazem sprzeciwu dla postępującego zawłaszczania przestrzeni miejskiej przez samochody. Miejscem wzajemne-

go wspierania się osób, którym to przeszkadza.

– To, czemu służy, z czasem ewoluowało. Nie chodzi o to, by tylko wrzucać zdjęcia i filmy ze źle zaparkowanymi samochodami. Nawet nie tylko o to, by dopisywać, co się udało w danej sprawie zrobić, czyli np. gdzie zgłosić. Od dawna widzimy, że systematyczne działania w poszczególnych miejscach przynoszą efekty – mówi Tomek Główna, jeden z administratorów „Świąt krow warszawskich”. – Naj-

lepiej, gdy uda się skłonić zarządcę drogi do wprowadzenia zmian infrastrukturalnych. Wtedy, zamiast samochodów na chodnikach, stają najczęściej słupki blokujące, gdzieś donice lub inne tego typu obiekty albo wysepki na jezdni – np. przed przejściami dla pieszych.

Tomek podaje przykłady miejsc, które dzięki zgłoszeniom udało „ucywilizować”. Tak było chociażby na ul. Madalińskiego. Po dużej liczbie zgłoszeń i interwencji, z pisemnym poparciem od mieszkańców, lokalnych organizacji, a nawet władz, udało się wyeliminować nielegalne parkowanie bez fizycznych wygrodzeń. Okazało się, że kierowcy jednak mogą stać równolegle do krawężnika na jezdni, zgodnie z oznakowaniem, zamiast wjeżdżać po skosie na chodniki.

Liczba zdjęć pojawiających się na grupie jest porażająca. Nie widać na nich kierowców, tylko samochody. Te jednak mają widoczne rejestracje. Czy takie piętnowanie łamania przepisów jest dopuszczalne? Z publikacją tablic rejestracyjnych nie ma problemu, bo nikt tu nie prowadzi bazy numerów rejestracyjnych, nikt także nie ma możliwości połączenia jej z ewidencją pojazdów, gdzie są chronione dane osobowe.

– Nie ma więc potrzeby zasłaniania rejestracji, ale jeśli ktoś chce to zrobić, żeby np. uniknąć niepoważnych dyskusji o pochodzeniu kierowcy, to oczywiście może zamazać całe numery lub tylko kawałek wskazujący na dzielnicę albo inne miasto – podkreśla administrator grupy.

Ze zdjęciami kierowców trzeba uważać. – Każda osoba



zamieszczając zdjęcie w internecie sama odpowiada za to, co pokazuje. Administracja grupy stanowczo jednak odradza publikowanie czegośkolwiek, co mogłoby naruszyć prawną ochronę czyjegoś wizerunku. Niestety, to wszystko regularnie spotyka się z bardzo

krzywdzącymi komentarzami. Administracja próbuje się starać jak najszybciej kasować je z grupy – tłumaczy Tomek i dodaje, że mimo tego wciąż przybywa nowych osób, które w takim względnie chronionym miejscu popierają działania i się w nie angażują. **KS**

REKLAMA

REKLAMA

BĄDŹ PIĘKNA NA WIOSNĘ!

Wiosna, więc czas, kiedy każda z nas zaczyna przegląd szafy, kosmetyków i większą wagę przywiązywać do swojego wyglądu. To pora, kiedy nagle zauważamy w lustrze, że nasza skóra jest zmęczona po jesieni i zimie, a parę dodatkowych centymetrów w pasie raczej nie dodaje nam uroku. Do lata mamy jeszcze chwilę, więc drogie panie – do dzieła.

Od czego zacząć? Najlepiej od konsultacji ze specjalistą, który swoim okiem oceni, co najlepiej odświeży i poprawi nasz wygląd oraz (a może przede wszystkim) wpłynie na nasze samopoczucie.

Salon LaDoS przy ul. Berezyńskiej 26A ma dla was ofertę, jakiej nie znajdziecie w innych miejscach całej prawobrzeżnej Warszawy.

– Jesteśmy alternatywą dla medycyny estetycznej. Dzięki sprzętowi wysokiej jakości nasze zabiegi potrafią naprawdę czynić cuda. Cellulit, zwiótkzała skóra, obrzęki, zmarszczki, kilka „nadprogramowych” centymetrów – z tym wszystkim potrafimy sobie poradzić – mówi Agnieszka Grabowska, właścicielka salonu kosmetycznego na Saskiej Kępie.

Podkreśla też, że żadna z pań nie musi się znać ani na urządzeniach, ani na ich działaniu. Wszystko wyjaśnimy na miejscu.

– Jeśli mamy problem, z którym chcemy się rozprawić, wystarczy przyjść do nas na bezpłatną konsultację. Doradzimy, jakie zabiegi będą najlepsze i najszybciej przyniosą oczekiwane efekty – do-

daje i podkreśla, że istotne jest, aby zdać sobie sprawę z tego, że konkretne zmiany nie przychodzą natychmiast i nie możemy się nastawiać na to, że w cudowny sposób w ciągu miesiąca ubędzie nam 10 kilogramów czy pozbędziemy się od razu cellulitu i innych problemów. Najczęściej potrzebnych jest kilka zabiegów.

Przy odchudzaniu na pewno bardzo pomaga dieta, z którą też poradzimy sobie dzięki LaDoS. Sama właścicielka salonu jest specjalistką od diety Cambridge, a już niedługo w salonie będzie możliwość wizyty u psychodietetyka.

Co bardzo ważne, tutaj nie ma przypadkowych osób, które zajmują się urodą i estetyką naszego ciała. Wszystkie kosmetyczki mają 10-letnie doświadczenie, doskonale znają sprzęt, procedury i efekty, jakich możemy się dzięki nim spodziewać. Choć przeważnie klientkami



salonu są panie, nie brakuje też mężczyzn, dla których przygotowano specjalną ofertę.

LaDoS to szeroka gama zabiegów na ciało i twarz. W salonie stosowane są najskuteczniejsze technologie: Termolifting Zaffiro, Exilis, Eat Skin Shock, TriLipo Maximus, Infini i wiele innych. Są też specjalistyczne i relaksacyjne masaże, lifting dłoni, a także manicure i pedicure. Długo można wyliczać urządzenia i zabiegi, dzięki którym możemy zadbać o swoje ciało w tym miejscu. Najlepiej zadzwonić i umówić się na bezpłatną konsultację.

Nasza damska część redakcji jest pod wrażeniem tego miejsca i możliwości jakie daje. Dlatego chcemy i Wam dać szansę na wiosenną przemianę. Już wkrótce rozpoczniemy cykl „Wiosenne metamorfozy”, w którym będzie do wygrania wybrany zabieg w salonie LaDoS.

Codziennie nowe promocje na  **SaskaLados**

LaDoS ul. Berezyńska 26A (wejście od ul. Francuskiej 38)

 **530-693-204**

GABINET CZYNNY: poniedziałek-piątek 9.00-21.00 sobota 9.00-15.00

HEJ, HEJ, HEJ SOKOLA!

Ulica Sokola została przedłużona o odcinek, który łączy Targową z Zamoyskiego. Niestety, po nowej nawierzchni nie mkną jeszcze samochody...

– To nie jest normalna sytuacja – denerwują się kierowcy. – Ulica jest zbudowana. Nie trwają tam już żadne prace. A od dwóch miesięcy nie można tamtędy przejechać.

Północno-praskie skrzyżowanie ul. Sokolej i Zamoyskiego dawało się we znaki kierowcom już w ubiegłym roku.

– Praktycznie od końca wakacji, przez wiele tygodni, nie mogłam wjechać w Jagiellońską – mówi nam Beata, przedsiębiorca z sąsiedniej Pragi Południe. – A jeżdżę tędy do „skarbowki”. Musiałam nadrabiać drogi i kołować prawie do Dworca Wileńskiego...

Przebudowa skrzyżowania już dawno się zakończyła, ale nowy odcinek Sokolej wciąż nie jest udostępniony.

O wyjaśnienie tej sytuacji prosimy Małgorzatę Gajew-

ską, rzecznik prasową Zarządu Miejskich Inwestycji Drogowych. Okazuje się, że wydana dla tej inwestycji decyzja środowiskowa nakazuje budowę ekranu akustycznego po zachodniej stronie ulicy. Tego ekranu nie ma do tej pory.

– Od pewnego czasu prowadzimy rozmowy ze stołecznym biurem architektury, aby temu ekranowi nadać jakąś bardziej atrakcyjną formę – tłumaczy rzecznik ZMID.

– I biuro wytypowało ciekawą konstrukcję. To będzie taka pionowa ściana z gęsto przymocowanymi donicami, w których można posadzić różne rośliny i w ten sposób utworzyć interesującą kompozycję roślinną.

Ta kompozycja ma upiększyć widok kierowcom jadącym ul. Sokolą.

To nowe rozwiązanie wymaga czasu na przygotowanie

projektu i... nową decyzję środowiskową. Powszechnie wiadomo, że nigdy nikt nie jest w stanie określić, w jakim czasie można uzyskać decyzję środowiskową. Dlatego też ZMID postanowił, że najpierw jednak stanie wzdłuż Sokolej pierwotnie zakładany ekran akustyczny.

– To będzie konstrukcja stalowa, wypełniona ziemią i porośnięta pnączami – wyjaśnia Małgorzata Gajewska. – Gdybyśmy tego nie ustawili, to byśmy nie dostali pozwolenia na użytkowanie ulicy.

Urzednicy zakładają, że otwarcie Sokolej nastąpi jeszcze w kwietniu. Oczywiście z „pierwotnym” ekranem.

Nadal będą trwały prace nad ekranem „bardziej atrakcyjnym”. Jak ten drugi będzie gotowy, to pierwszy zostanie przetransportowany w inne miejsce. Ocenę zasadności takich działań pozostawiamy Czytelnikom...

Magda K.

WYSYPISKO NA BALKONIE

Przed kilkoma dniami jeden z balkonów budynku na Gocławiu znalazł się w wielu mediach i na portalach społecznościowych. Wszystko za sprawą niewiarygodnego śmietnika, jaki jeden ze spółdzielców zrobił z balkonu (i prawdopodobnie swojego lokalu).



– Piękny widok, prawda? – z przekąsem i bezradnością zagał reporter „Mieszkańca” jeden z lokatorów. – Oni już z pięć razy to sprząтали, ale sytuacja się powtarza...

„Oni”, czyli Spółdzielnia Mieszkaniowa „Gocław-Lotnisko”, bo niewiarygodnie zaśmiecony balkon znajduje się w budynku zasobu tej właśnie spółdzielni. Dokładnie przy ul. Rechniewskiego 12 – vis-a-vis kościoła pw. św. Patryka.

Widok jest naprawdę okropny. Śmierdzi. Mieszkańcy bloku obawiają się epidemii. Niestety, zgodnie z obowiązującym prawem niewiele można zrobić, aby zalegające śmieci uprzątnąć. Jak lokator nie chce, to

nie wpuści do mieszkania ani policji, ani straży miejskiej, ani służb sanitarnych.

Sąsiedzi od lat interweniują u władz spółdzielni. Władze spółdzielni też robią co mogą, ale je także obowiązuje długotrwała procedura. Uciążliwego lokatora nie można eksmitować.

– Spółdzielnia już kilkakrotnie była bliska uzyskania wyroku eksmisyjnego za zadłużenie lokalu – mówi Janusz Sienkiewicz, prezes SM „Gocław-Lotnisko”. – Ale za każdym razem zadłużenie zostawało spłacone.

Spółdzielcy przypuszczają, że lokator dotknięty jest „chorobą zbieractwa” i mówią, że na co dzień to miły i wykształcony człowiek. Prezes Sien-

kiewicz zadeklarował, że do końca miesiąca balkon zostanie uprzątnięty. Likwidacja balkonowego śmietnika ma się rozpocząć w najbliższy poniedziałek. Spółdzielnia uzyskała sądowe pozwolenie na wejście do zagraconego lokalu. Ponieważ z lokatorem nie ma kontaktu, to prawdopodobnie wejście nastąpi przez balkon. Tylko najpierw trzeba uprzątnąć balkon...

W akcji ma uczestniczyć policja, straż miejska i służby sanitarne. Nie wiadomo, czego można się spodziewać w mieszkaniu. Władze spółdzielni nie ukrywają, że cały czas mają wolę pozbycia się mieszkańca, który od ponad 15 lat gromadzi w lokalu różnego rodzaju śmieci. W tej chwili trwają przed sądem postępowania o wydanie nakazu zapłaty, gdyż lokator jest mocno zadłużony w spółdzielni.

– Uzbierała się tego pokaźna kwota wraz z odsetkami – mówi prezes Janusz Sienkiewicz. – Ale my już nie chcemy nawet tych odsetek. Niech tylko spłaci zaległość główną i najlepiej, aby nasze drogi się rozeszły.

Sprawę eksmisyjną będzie można założyć uciążliwemu mieszkańcowi dopiero wtedy, gdy nie wywiąże się z sądowego nakazu zapłaty.

rosa

REKLAMA

CENTRUM PODOLOGII KLINIKA ZDROWEJ STOPY



PRACOWNIA INDYWIDUALNA WKŁADEK ORTOPEDYCZNYCH

OD PONAD 8 LAT ZAJMUJEMY SIĘ BADANIEM I LECZENIEM STOPY. Odpowiednio dobrane wkładki ortopedyczne korygują ustawienie stóp, wady postawy, wspierają pracę kolan, bioder i kręgosłupa. Zmniejszają obciążenia oraz działają amortyzująco i przeciwbólowo. Niwelują bolesne odciski, modzele, przetarcia, przywracają odpowiednią równowagę poprawiając komfort długotrwałego stania oraz chodzenia. Działają korygująco w przypadku palców młoteczkowatych, palucha koślawego oraz ostrogi piętowej.

PODOLOGIA LECZNICZA

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

PODOLOGIA OTROPEDYCZNA

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

www.centrum.podologii.pl

WIZYTY DOMOWE I SZPITALNE SKLEP PODOLOGICZNY

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

SPÓŁDZIELNIA MIESZKANIOWA „OSTROBRAMSKA”

UL. TARNOWIECKA 7, 04-174 WARSZAWA,
TEL. 22 612-56-66, TEL./FAX 22 613-89-01

ogłasza przetarg nieograniczony na roboty:

**wymiana wodomierzy indywidualnych
w budynkach mieszkalnych**

Specyfikację istotnych warunków zamówienia

(w cenie 100 zł netto, 123 zł brutto)

można wykupić w siedzibie Spółdzielni,
pokój nr 5 – Dział Techniczny.

Informacji dodatkowych udziela

Andrzej Właszczuk (roboty)

Dział Techniczny, tel. 22 612-58-59

oraz Jacek Paż (procedura)

Dział Techniczny, tel. 22 612-58-59.

Warunkiem przystąpienia do przetargu jest wpłacenie
wadum w wysokości 14 100,00 zł.

Termin składania ofert do dnia

27.03.2018 r. godz. 9:30.

Termin otwarcia ofert

27.03.2018 r. godz. 10:00.

Spółdzielnia zastrzega prawo unieważnienia przetargu
na każdym etapie bez podania przyczyn i bez
odpowiedzialności za przygotowanie ofert.

Koniec ronda Ochódzkiego
„Zima się kończy, a drogowcy zakryli drzewa na Szaserów, żeby nie marzły...” – pisze Andrzej z Grochowa.

Sprawę dogłębnie wyjaśniamy na naszym portalu www.mieszkaniac.pl. To część zabezpieczeń drzew przed inwestycją budowy chodnika i ścieżek rowerowych w ciągu ul. Szaserów, Dwernickiego i Stanisławowskiej. Przy okazji dowiedzieliśmy się, że słynne, prowizoryczne „rondo prezesa Ochódzkiego” (bohatera filmu „Miś”) idzie do likwidacji. Po więcej informacji zapraszamy na nasz portal.



Winda nie do nieba...

„Od dwóch miesięcy nie działają windy nad Trasą Łazienkowską!” – denerwuje się Czytelnik z Pragi Południe, który korzystał z kładki nad rozwidleniem al. Stanów Zjednoczonych i Ostrobramskiej. Czytelnik mówi, że interweniował w dzielnicowym Ratuszu, ale nie odniosło to skutku.

Teraz radzi sobie tak, że wsiada w jakikolwiek autobus i jedzie do kładki na Saskiej Kępie, gdzie windy działają. Potem już łatwo – windą na kładkę, kładką przejście na drugą stronę, windą zjazd na poziom ulicy...

Smog i drony nad Wawrem

„W ostatnim Mieszkańcu burmistrz Łukasz Jezewski obiecał dowiedzieć się, kiedy w Wawrze stanie stacja pomiaru jakości powietrza.

Wiemy już kiedy?” – pyta w mailu „Matka z Miedzeszyna”.

Skontaktowaliśmy się w tej sprawie z burmistrzem. – *My ze szkołą przy Bajkowej użyliśmy teren i teraz ruch jest po stronie Wojewódzkiego Inspektoratu Ochrony Środowiska, bo to oni będą tę stację stawiali* – wyjaśnia Łukasz Jezewski. – *Z tego, co wiem, to procedura już jest w toku. Przy okazji dodam, że 14 marca podjęliśmy uchwałę o zakupie dwóch dronów, które będą latały nad Wawrem i monitorowały, co unosi się z kominów domostw...*

Dzika Białoleka

„Dziki znów się pojawiły na naszych ulicach. Córcia widziała je przy Mehoffera...” – niepokoi się Magdalena z Nowodworów.

O sprawie dzików pisaliśmy w „Mieszkańcu” kilkakrotnie. Ten problem dotyka nie tylko obrzeżnych dzielnic Warszawy. Lasy Państwowe dziki odławiają, ale jak widać w niezbyt zadowalającej dla mieszkańców skali.



Prawo i porządek na Grochowie

„Prawo i porządek” – tak swój list zatytułował Artur Gębarski. Czytelnika cieszą zmiany estetyki dzielnicy, ale prosi, aby uporządkować nielegalny handel przy rondzie Wiatraczna. „Wydaje się, że działania lokalnych strażników miejskich nie robią wrażenia na handlarzach. Reasumując, czy nie ma szansy na to, by Grochów uwolnić od patologii dzikiego handlu, chociaż w jego głównych miejscach?” – pyta Czytelnik.

Słupki jak bumerang...

Tematem słupków zajmowaliśmy się nie tak dawno. A tu kolejny sygnał od mieszkańca Pragi Południe: – *Przy Dobrowoja pomiędzy Siennicką a Modrzewiową postawiono słupki. Bez sensu. Niczego nie dają, a tylko zabrali miejsca postojowe...*

Niestety, takich przykładów na stołecznych ulicach jest więcej.

Warszawskie parkowania

„Urzednicy powinni bardziej rygorystycznie egzekwować wymóg odpowiedniej liczby miejsc parkingowych przy budowie nowych osiedli” – pisze Grzegorz z Białoleki. Czytelnik podnosi, że dzielnica się rozrasta intensywnie, przybywa samochodów, a liczba miejsc parkingowych i postojowych jest niewystarczająca. Proponuje nawet, aby przyjąć rozwiązanie, że jeśli ktoś kilka dni parkuje na ulicy w tym samym miejscu, to powinien płacić za miejsce. Takie rozwiązanie raczej się nie przyjmie.

Natomiast Ratusz Pragi Południe może interweniować w sprawie opisywanej przez Annę Rutkiewicz z Kamionka: „Na ulicy Rybnej przy Grochowskiej jest trawnik, który rozjeżdżają cały czas samochody. Samochody urządziły sobie tu dziki parking, a gmina mówi że nie ma pieniędzy na słupki, które mogłyby to zakończyć”. Jak widać jedni nie chcą słupków, a inni nie mogą się ich doczekać...



Rozjechany trawnik na ul. Rybnej

Marsa przed wyborami?

„Kiedy wreszcie zakończą się prace przy Marsa i Żołnierskiej?” – pyta Janusz z Rembertowa. Faktycznie, wiosenne jaskółki ćwierkają o możliwych opóźnieniach, ale wg ZMI-D-u (i zawartych umów) inwestycja powinna się zakończyć przed jesienią. Pamiętajmy, że mamy rok wyborów samorządowych, więc tym bardziej władzom zależy na terminowym zakończeniu prac.



„Ludzie i ludzie”

Tak Czytelniczka M.W. zatytułowała swój list. Niedawno zmarł jej mąż i musiała odwiedzić m.in. ZUS, bank i sąd. M.W. opisuje, że zarówno w banku, jak i ZUS-ie spotkała się z bardzo ciepłym i rzeczowym podejściem do niej i spraw, z którymi przyszła. Natomiast w sądzie – odburkiwanie i gehenna. „Państwowe instytucje, a tak różne podejście – widać wszystko zależy od pracujących tam ludzi...” – konkluduje M.W.

„Gorszy sort” na Egipskiej

Remont biblioteki na ul. Egipskiej bardzo krytykuje w liście Czytelniczka Katarzyna. „Remont części dla dorosłych, to kpina. Czy dyrekcja ma nas, dorosłych, za „gorszy sort”?” Czytelniczka pisze m.in., że w części dla dzieci są trzy nowe komputery, a dla dorosłych jeden stary. Ale dostało się także części dziecięcej – choćby za „brudne maskotki na półkach”. Biblioteka nie powinna zamieniać się w plac zabaw – podsumowuje pani Kasia. **Opr. ar**

REKLAMA

REKLAMA

MPWiK OBNIŻA KOSZT WODY. SM „OSTROBRAMSKA” TEŻ!

Woda to ostatnio „gorący” temat w Warszawie: MPWiK obniża cenę wody oraz opłaty za odprowadzanie ścieków. Nowa taryfa, korzystniejsza dla użytkowników, to zamiast 11,47 zł brutto – 9,85 zł brutto za 1 m³ bez podgrzewu.

Teraz czteroosobowa rodzina zaoszczędzi około 300 zł rocznie, a trzyosobowa – ponad 200 zł. Nowa taryfa ma obowiązywać przez trzy najbliższe lata, a potem? Zobaczymy.

Na szczęście nie jest to jedyny sposób oszczędzania na wysokich opłatach za wodę. Niezwykle groźnym generatorem kosztów są nie raz trudne do zlokalizowania, podziemne wycieki. Strata może iść nawet w setki tysięcy złotych.

Czyja to wina? W pewnym sensie niczyja. Stare rury, brak możliwości monitorowania przepływu wody między hydrofornią a budynkiem może prowadzić do skutków bolesnych dla kieszeni lokatorów. Kto za to płaci? Jeśli budynki spółdzielni lub wspólnoty są podłączone do własnych hydrofornii – oczywiście mieszkańcy w rozliczeniu opłat za wodę.

Awarie podziemnych sieci wodociągowych na trasach pomiędzy hydrofornią a budynkami mieszkalnymi skutkowały wielkimi rachunkami za wodę do MPWiK niż wynikało to ze wskazań liczników na budynkach i w lokalach.

W tym okresie wszystkie budynki były wyposażone w tzw. podliczniki, czyli wodomierze budynkowe. Wycieki powstawały między hydroforniami a tymi licznikami i były bardzo trudne do zlokalizowania, „bezobjawowe”: nie było zapadlin na powierzchni trawników, ulic, chodników. Ale każda awaria, która powstała na drodze pomiędzy hydrofornią a budynkiem, obciążała finansowo spółdzielnię (czyli – mieszkańców), która musiała na własny koszt szybko naprawić sieć wodociagową i zapłacić za powstałe w tej sytuacji straty wody.

Dlatego właśnie, jako jedna z pierwszych w Warszawie, południowoparska Spółdzielnia Mieszkaniowa Ostrobramska podjęła odważną decyzję o odłączeniu swoich 23 budynków od hydrofornii i przyłączeniu ich bezpośrednio do sieci MPWiK. Rada Nadzorcza i Zarząd przeprosiły wnikliwą analizę strat, której wyniki stanowiły mocny argument. Nie można było dłużej tego tolerować. Podjęto decyzję o wyeliminowaniu czynnika najwyższego ryzyka, czyli „spółdzielczej” podziemnej sieci

wodociagowej na odcinku od hydrofornii do budynków. Efekty były natychmiastowe: po przyłączeniu każdego budynku bezpośrednio do sieci MPWiK, które w tej sytuacji przejęło całkowitą odpowiedzialność za instalację aż do miejsca wprowadzenia jej do budynku oraz ponosi całkowity koszt ewentualnych napraw i awarii.

Nadal jednak zdarza się, że odczyt na liczniku ogólnym dla całego budynku i suma odczytów wszystkich liczników w poszczególnych mieszkaniach, nie zgadzają się. Wycieków brak, a różnica jest. Jak to możliwe? Tym bardziej, że tak zwana woda gospodarcza, używana do podlewania trawników czy mycia klatek schodowych, posiada odrębne opomiarowanie, uwzględniane w rozrachunku.

To proste: woda kosztuje, więc zdarzają się cwaniacy, którzy manipulując wodomierzami, zaniżali prawidłowy odczyt liczników w swoich mieszkaniach. Za to, co zużyli „nielegalnie”, płacili nieświadomie pozostali lokatorzy, w rozliczeniu całego budynku. Teraz „Ostrobramska” położy temu kres.

Stąd kolejna decyzja Rady Nadzorczej i Zarządu SM Ostrobramska: wymiana starych wodomierzy na nowe, radiowe. System radiowy pozwala odczytać dane ze wszystkich wodomierzy w danym budynku spółdzielni jednocześnie, bez konieczności wchodzenia do mieszkań i spisywania każdego odczytu z osobna, bez absorbowania mieszkańców. Z biegiem lat łazienki uległy licznym przebudowom, zabudowom i dostęp do wodomierzy bywa nielatywny dla przeprowadzającego odczyt. Teraz to się zmienia.

Liczniki z odczytem radiowym pozwalają na dokładny bilans wody we wszystkich lokalach, dokonywany w tej samej godzinie i minucie. To zapobiega pomyłkom, nie zmusza do wizyty pracownika spółdzielni w mieszkaniu. Nowe urządzenia wykrywają też podstawowe, niekorzystne dla użytkownika nieprawidłowości w instalacji, w tym tzw. przepływ wsteczny, wyciek lub przekroczenie przepływu maksymalnego, nawet blokowanie liczników czy manipulowanie przy nich przez osoby nieuczciwe, by „zmniejszyć” koszt zużytej wody (np. magnesy zakłócające pracę wodomierza). Każde uszkodzenie lub próba demontażu modułu radiowego na wodomierzu powoduje, że

moduł natychmiast wysła do spółdzielni informację o manipulowaniu, wraz z godziną i datą, co będzie skutkowało bardzo dotkliwymi sankcjami dla „spryciarzy”.

Co to znaczy dla mieszkańców tej spółdzielni? Jesz-

cze dokładniejsze, uczciwe rozliczanie kosztów zużytej wody, bez kłopotliwego czekania w domu na odczyt. To także oszczędność – narazie przestajemy płacić za innych!

Andrzej Sokolnicki

MIESZKAŁEŚ LUB MIESZKASZ W OS. OSTROBRAMSKA? A MOŻE PO PROSTU JE ZNASZ? PODZIEL SIĘ WSPOMNIENIAMI, ZDJĘCIAMI, PAMIĄTKAMI. SZCZEGÓŁY – PONIŻEJ

40 lat Osiedla Ostrobramska!

Warto o tym pamiętać, bo tu mieszkamy, tu wielu z nas dorastało, tu ma swój dom.



Prosimy udostępnić nam do skopiowania zdjęcia z czterdziestu lat naszego Osiedla. Nie ważne, czy są z roku 1978, czy z lat późniejszych. Wyślij na adres email: ostrobramska1978@gmail.com lub wypożycz do zeskanowania w SM „Ostrobramska” do dnia 30 kwietnia 2018 roku.

Pozwól nam nagrać swoje wspomnienia i wydrukować je, z podaniem Twojego nazwiska lub incognito. By umówić się na spotkanie w sprawie nagrania skontaktuj się telefonicznie - numer 22/ 879 98 43 lub 578 492 885.

Nasz adres SM „Ostrobramska” ul. Tarnowiecka 7, 04-174 Warszawa, z dopiskiem **JUBILEUSZ**.



www.facebook.com/smostrobramska

POMÓŻ NAM ZORGANIZOWAĆ JUBILEUSZOWĄ WYSTAWĘ!



Karolina TOMCZYK

Pełnoetatowa mama i żona, a do tego artystyczna dusza, która swoją pasję właśnie przeradza w pomysł na życie. Poznajcie mieszkankę Białoleki – Karolinę Tomczyk.



Na Białolekę przeprowadziła się 5 lat temu i nie był to przypadkowy wybór. Ona pochodzi z Bemowa, jej mąż z Bielan. Dzielnica po drugiej stronie Wisły zachwyciła się od dawna i w końcu udało im się osiąść tu na stałe.

– Tylko tutaj jest tak zielono, spokojnie. Od zawsze wiedzieliśmy, że właśnie w sercu zielonej Białoleki będzie nasz raj na ziemi. Kocham to miejsce za spokój i spacerować wzdłuż Wisły. Naprawdę niewiele chciałabym tu zmienić. Jak już – to komunikację i dojazd do metra Młociny.

A najlepiej, gdyby podziemna kolejka dojeżdżała do naszej dzielnicy – tłumaczy Karolina i podkreśla, że nie ma czasu na nudę w tej spokojnej okolicy. Codzienne rozrywki ma zagwarantowane. Dostarczają ich ukończani mężczyźni: 12-letni Aron i pięć lat młodszy Alan.

– Nasze dzieci to diabył taśmańskie – śmieje się Karolina.

– Obaj są pełni energii i wszędzie jest ich pełno.

Obaj pomagają mamie w realizacji marzeń i pasji, a jest nią rękodzieło. Od kilku lat spod jej rąk wychodzą prawdziwe cuda – unikatowe kartki okolicznościowe, opakowania na prezenty i inne gadżety.

Zaczęło się zupełnie przez przypadek. Kiedy wybierali się na urodziny babci, chciała kupić ładną kartkę z życzeniami. Przemierzyła wiele wystaw i półek, nie znalazła nic, co byłoby naprawdę wyjątkowe. Nie pozostało nic innego, jak samej zrobić urodzinową pamiątkę, która zachwyciła wszystkich. Potem jej mama poprosiła o zrobienie kartki na chrzest, dalej byli znajomi i tak to się zaczęło.

– Kiedy na ślubie młodzi podziękowali mi za kartkę wykonaną specjalnie dla nich, zaczęłam zastanawiać się nad tym, że przecież mogę ze swojego ulubionego zajęcia zrobić sposób na życie. Szybko jednak realia sprawdziły mnie na ziemi. Marzenia o pracowni skorygowała rzeczywistość. Okazało się, że wszystko bardzo dużo kosztuje – opowiada Karolina.

Nie zraziła się początkiem. I było warto. Dzisiaj Karolina prowadzi startup w „inkubatorach przedsiębiorczości”. Rusza ze sklepem internetowym www.nanalima.pl KaSa



VETURILO NIE DLA KAŻDEGO

W Wawrze pojawi się pierwsza i jedyna stacja Veturilo. Rembertów i Wesoła na razie stacji nie mają. Tamtejsi mieszkańcy raczej nie mają też co liczyć na rozbudowany system miejskiego roweru.



– Nowa stacja Veturilo zostanie uruchomiona na przełomie marca i kwietnia na stacji benzynowej PKN ORLEN przy ul. Wydawniczej w Wawrze. To jedna z 11 stacji Veturilo, które w tym roku zostaną uruchomione dzięki współpracy Nextbike Polska S.A. z Koncermem – mówi Marek Pogorzelski, rzecznik prasowy Nextbike Polska S.A.

W ramach bezpłatnych pierwszych minut każdego wypożyczenia można z niej bez problemu dojechać zarówno do stacji Rechniewskiego - Nowaka-Jeziorańskiego, jak i stacji Pętla Gocławek.

Jedną stacją na całą dzielnicę to jednak zdecydowanie zbyt mało. Jak dowiedział się „Mieszkaniec” zarząd Dzielnicy Wawer wyrażał chęć rozszerzenia Veturilo.

– Niestety, miasto wybrało inną koncepcję, która nie obejmuje Wawra, Wesołej i Rembertowa. Mamy nadzieję, że w przyszłości Veturilo będzie obecne w Wawrze w ramach miejskiej koncepcji, czego oczekuje wielu mieszkańców – podkreśla rzecznik Wawra Konrad Rajca.

Zapotrzebowanie na stację Veturilo w Rembertowie po-

twierdza przedstawił tamtejszego urzędu. Dzielnica wystąpiła do Zarządu Dróg Miejskich z pismem o dodatkowe stacje Veturilo w latach 2018-2020 informując, że jest zainteresowana możliwością rozbudowy systemu z własnych środków poprzez uruchomienie dodatkowych dwóch stacji nie objętych w wariancie III Koncepcji funkcjonowania Warszawskiego Roweru Publicznego Veturilo po 2016.

– Wskazaliśmy dwie lokalizacje stacji: ul. Marsa przy stacji PKP Rembertów oraz al. gen. A. Chruściela „Montera” przy rondzie gen. A.E. Fieldorfa „Nila”.

Jak usłyszeliśmy w ZDM, na podstawie wyników konsultacji społecznych przeprowadzonych jesienią 2015 r. powstała „Koncepcja funkcjonowania Warszawskiego Roweru Publicznego Veturilo po 2016”, która określa lokalizacje wypożyczalni funkcjonujących w latach 2017-2020 (więcej www.rowery.um.warszawa.pl). Ze względu na ograniczone środki finansowe przyjęto II wariant rozwoju, zakładający powięk-

szenie systemu do 300 wypożyczalni – nowe stacje zostały zlokalizowane przede wszystkim w centrum i jego okolicy.

– Dzielnice Rembertów i Wesoła znajdują się poza obszarem funkcjonowania systemu ze względu na niską gęstość zabudowy i miejsc pracy. System jest przeznaczony dla obszarów o znacznie większej liczbie mieszkańców i celów podróży – zatem zalecanym rozwiązaniem byłoby uruchomienie osobnego systemu do obsługi tej relacji na wzór dzielnicy Ursynów, gdzie generatorem ruchu jest metro. Pojedyncze stacje na ich obszarach nie będą miały uzasadnienia – stwierdza Karolina Gałęcka, rzecznik prasowy Zarządu Dróg Miejskich.

Jak wyjaśnia rzecznik ZDM, stacje w dzielnicy Wawer przewidziane są w III wariancie rozwoju systemu, zaś w przypadku Rembertowa trwają konsultacje dotyczące możliwości postawienia stacji na jej terenie.

Anna Krzesińska

REKLAMA

NARZYNKI GWINTOWNIKI

MM 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

TADEX OPONY

Warszawa,
ul. Ostrobramska 38b
tel. 22 610 60 05

- Montaż i wyważanie
- RUN ON FLAT
- Sezonowe przechowywanie i sprzedaż opon
- Prostownie felg

SBM GRENADIERÓW

ogłasza konkurs ofert na sprzątanie budynku przy ul. Łukowskiej 31 wraz z terenem.

Kontakt – pokój nr 18 w siedzibie Spółdzielni. Tel. (22) 514-04-58

Zastrzegamy sobie prawo odstąpienia od konkursu bez podania przyczyn.

Termin przyjmowania ofert do 29 marca br.

Zakład Usług Tapicerskich i Stolarskich

d. „REDEM” ul. Walecznych 76
tel./fax (22) 617-23-33, tel. 693-377-081
e-mail: redem@redem.pl

WYKONUJE:

- ✓ renowację stolarki i 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. 7:00-17:30, sob. 9:00-13:00

MEBLE Z DREWNA

oferujemy:

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



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

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

*Na wszystkie meble standardowe znajdujące się na stronie internetowej.

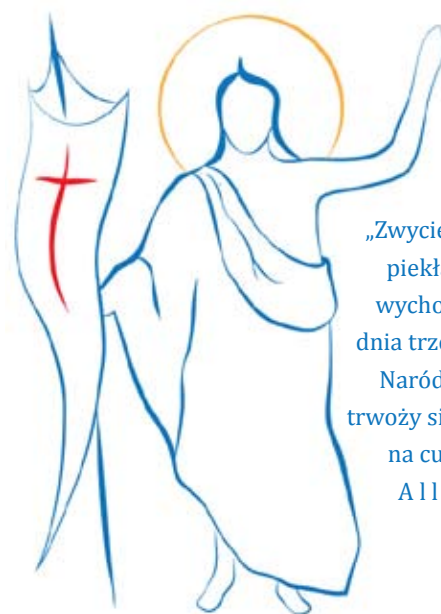
www.meblesosnowe.eu | e-mail: meble@meblesosnowe.eu

**5%
OBOWIĄZUJE
RABAT***

Z okazji nadchodzących
Świąt Wielkanocnych
wielu radosnych chwil,
serdecznych spotkań rodzinnych
oraz
wszelkiej pomyślności
życzą

Rada i Zarząd Dzielnicy Wawer
m.st. Warszawy

Radosnego Alleluja!



„Zwycięzca śmierci,
piekła i szatana
wychodzi z grobu
dnia trzeciego z rana.
Naród niewierny
trwoży się, przestrasza
na cud Jonasza.
Alleluja!”

Dariusz Lasocki
Radny Dzielnicy Praga Południe
m.st. Warszawy

WIELKA NOC, WIELKA MOC

Palmowa Niedziela otwiera tydzień najważniejszych, bo duchowych przygotowań do święta Zmartwychwstania Pańskiego. To czas rozmyślań, pokuty, głębokiego i bardzo szczerego zastanawiania się nad samym sobą.



Wszelkie porządki, prania, sprzątanie i przystrajanie domu na Wielkanoc należy zakończyć do wtorku. W Wielki Czwartek, rozpoczynający Triduum Paschalne (trwa od wieczornej mszy w Wielki Czwartek do nieszporów w Niedzielę Zmartwychwstania), milkną kościelne dzwony.

Wieczorna Msza Wieczerzy Pańskiej, upamiętniająca Ostatnią Wieczerzę Chrystusa z Jego uczniami, kończy post i otwiera Triduum Paschalne. To podczas tej wieczerzy Jezus ustanowił sakrament Eucharystii oraz Kapłaństwa (Ewangelia wg św. Jana, 22 w. 14-20). Na znak równości obmył stopy swoim uczniom podobnie, jak dziś czyni to kapłan, obmywając stopy dwunastu mężczyznom. Po mszy trwa adoracja krzyża. Nocą, na znak żałoby, jako symbol odarcia Chrystusa z szat, zdejmowane są z ołtarza mszał, krzyż, świece i obrusy.

W Wielki Piątek obowiązuje bardzo ścisły post, a w kościele prawosławnym tego dnia zaleca się nawet całkowite powstrzymanie się od wszelkich pokarmów. Nie odprawia się mszy świętej, wieczorem wierni biorą udział w Liturgii Męki Pańskiej i uroczystej procesji – Drodze Krzyżowej, której czternaście stacji symbolizuje drogę Jezusa od skazania na śmierć do złożenia do grobu.

Nadchodzi Wielka Sobota, ostatni dzień Triduum Paschalnego, podczas którego wszyscy chrześcijanie najintensywniej przygotowują się do święta Zmartwychwstania Pańskiego. W kościołach trwa adoracja spoczywającego w grobie Chrystusa: czuwają ministranci, strażacy, harcerze, parafianie, pogrążeni w żałobie po śmierci Jezusa.

Wielka Sobota, to również dzień święcenia pokarmów. Na dużym, specjalnie przygotowanym i przybranym stole, stawiamy koszyczki ze święconką, w której nie powinno zabraknąć jaja (pisanki lub obranego) – symbolu zwycięstwa życia nad śmiercią; kawałka kielbasy lub piętki szynki (to symbole dostatku), chleba – symbolu ciała zmartwychwstałego Chrystusa, soli – symbolu prostoty życia i kawałka surowego korzenia chrzanu, na znak pamięci o goryczy, której zaznał Zmartwychwstały. Do tego koniecznie baranek, kurczaczki, bukszan, mała palenka i co się tam komu podoba, w granicach rozsądku. Po krótkiej modlitwie, kapłan święci je kropidłem.

Nawet z dziećmi warto rozmawiać (stosownie do ich wieku, oczywiście) o istocie tych świąt, o najważniejszym przekazie radości i nadziei, ale chodzi też o to, by „folklorystyczny” aspekt Wielkanocy nie przysłonił nam istoty tych niezwykłych dni.

Niech będzie kolorowo, barwnie, a nawet plastikowo i brokatowo, jeśli ktoś lubi. Lecz warto pamiętać, że to tylko współczesny, często komercyjny dodatek do wielkanocnej „święteczności”.

Przeżywszy głęboko i prawdziwie Wielki Post, Triduum Paschalne, Wielką Niedzielę i Poniedziałek, ze śmigusem-dyngusem, tradycyjnymi zabawami, w tym roku jeszcze weselszymi, bo to 1 kwietnia, wchodzimy w nowy, wiosenny czas mądrzejsi dzięki wiedzy o samych sobie, lepsi, pogodniejsi.

Alleluja!

Katarzyna Jasiek



ROMUALD KAMIŃSKI
BISKUP
WARSZAWSKO-PRASKI

Zmartwychwstanie Pańskie A.D. 2018

Chrystus zmartwychwstał!
Zmartwychwstał prawdziwie!
Alleluja!

Przeżywając misterium Wielkiego Tygodnia i Paschy Chrystusa dotykamy najistotniejszych tajemnic także naszego życia doczesnego i wiecznego, odkrywamy najgłębszy sens i cel nadziei, którą każdy z nas pielęgnuje w swym sercu.

Słowa aniołów skierowane do niewiast: *Nie ma Go tu, bo zmartwychwstał, jak powiedział ...* (Mt 28,6) są od dwóch tysięcy lat dla każdego człowieka źródłem wiary, że nadprzyrodzona miłość wlane w nasze serca przez Zmartwychwstałego Pana może przeniknąć, przemienić ludzką codzienność i uczynić nas świadkami największej radości: niebo jest naszym domem, świętość jest naszą drogą.

Życząc wszystkim **Czytelnikom „Mieszkańca”** szczególnej obfitości Bożej łaski, radości z przeżywania Świąt w gronie rodziny i przyjaciół, na czas Wielkiej Nocy z serca błogosławie



+ R. Kamiński

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

REKLAMA

REKLAMA



Drodzy Sąsiedzi!

*Zdrowych i Błogosławionych Świąt Wielkiej Nocy,
aby Zmartwychwstały Jezus Chrystus zawsze mieszkał w naszych sercach.
Aby zwycięstwo dobra nad złem i życia nad śmiercią, będące przesłaniem
nadchodzących Świąt, stało się źródłem radości i nadziei.
Niech to będzie czas dający wytchnienie od codziennych obowiązków
i niech przyniesie wiele radości ze spotkań z najbliższymi.*

*Małgorzata Wypych
Poseł na Sejm RP*



PREDOM

ul. Kinowa 19A
(róg Waszyngtona)
tel. 22 810 14 83
www.predom.pl



Najnowsza kolekcja dywanów i chodników "Agnelli",
Serwisy porcelanowe Ćmielów i Chodzież! Szeroki wybór akcesoriów na świąteczny stół.

Wszystkim naszym Klientom życzymy zdrowych, spokojnych i pogodnych Świąt Wielkanocnych!

• SPRZĘT AGD i RTV • KUCHNIE GAZOWO-ELEKTRYCZNE • OŚWIETLENIE • DYWANY • MASZYNY DO SZYCIA • PIECE AKUMULACYJNE • KOMINKI • MEBLE •

SPRZEDAŻ RATALNA

O CZYM PISAŁA PRASA WARSZAWSKA 180 LAT TEMU

W XIX wieku jedynym źródłem wiedzy o tym, co działo się w mieście była prasa.

To z niej wiadomo, że w Wielkanoc handlowano i to nieruchomościami, gdyż grudiowy numer Gazety Warszawskiej informował o sprzedaży, która miała mieć miejsce właśnie w Wielkanoc 1821 roku i robił to tak:

„Dobra, Wulka Czyńska, Zagózdzie i Buyna Góra zwane, o 1 i ½ mili od Warszawy na trakcie Karczewskim, w Powiecie Warszawskim, Województwie Mazowieckim leżące, w gruntach żynich, łakach i pastwiskach Nadwiślańskich bardzo obfitych, z lasem na potrzebę wystarczającym, z zabudowaniem jak najlepszym, są z wolnej ręki do sprzedania. Ktoby życzył sobie powziąć o tej sprzedaży obszerniejszą wiadomość, zechce się udać do Dziedzica mieszkającego w rzeczonych dobrach, lub też do W. Feliksa Jasińskiego Patrona Trybunału I Instancji Województwa Mazowieckiego w Warszawie w Ryнку Starego Miasta pod Nrem 53, zawsze przed godziną 10 ranną. Ta sprzedaż ma mieć miejsce na Wielkanoc r. 1821, a to dla košby siana, która się przed S. Janem uskuteczni”.

Zajmowano się reklamą wszystkiego, jak np. mąki do pieczenia. Informowano też o dostawach towarów do sklepów, co było ważne, bo na Wielkanoc mieszkańcy Warszawy chcieli być odświętnie ubrani. Dlatego ta sama Gazeta Warszawska w 1835 roku donosiła, że „do handlu sukna i płócienek przy ulicy Miodowej pod Numerem 402, nadszedł świeży transport kamizelek gotowych i w sztukach w najnowszym guście, krakuszek atlasowych i kołnierzyków płóciennych, półkoszulek, mankietów i rękawiczek jedwabnych. Gdy na Wielkanoc natłok kupujących zwykle bardzo jest wielki, uprasza się przeto Szanowną Publiczność, aby z obstarunkami pospieszała, gdyż mimo najlepszej chęci handlu, później żądaniom jej zadość nie będzie mógł uczynić. W tymże handlu dostać można po cenach najumiarkowanych, żurnalów w pojedynczych egzemplarzach, jak i sztywnych półtrkawków”.

W Wielkanoc również się bawiono. Na placu Ujazdowskim ustawiano karuzelę, a Gazeta Warszawska w 1836 informowała, że z okazji Wielkanocy na placu Kasińskich wystawiono „amfiteatr akrobatyczny, który przeznaczony jest na zabawy ludu, a widowiska dawane w nim bywają

A. GLINOJECKA.
Właścicielka Składu Mąki i wszelkich produktów szpizarnianych, na Nowym Świecie Nr 1318, w domu pp. Kuhnke, wprost ulicy 5-to Krzyżkiej, na wzniesieniu 4-ro schodów.
Ma honor zawiadomić, iż pragnąc zadość uczynić zaufaniu, jakim ją Szanowna Publiczność raczy zaszczycać, jak lat zeszłych, tak i tego roku przysposobiła się w Młak wyborowe, właściwie do wypieku Wielkanocnego przeznaczone, szczególniejszą pieknością i wydajnością Młak Cesarzsko-Banacka zaleca się. Kaszy perłowe, łamane g yczan, jaglane, jako i grochy szablste, szparagowe i okragle; powidła, miody z czystej patoki lipcowej z ogrodów Botanicznego i Willanowskiego, grzyby, masła i sery. Wszystko w najlepszych gatunkach, przy rzetelnej miarze i wadze jest dobrane. 1229—(76)

w niektóre dni świąteczne”. Redakcja gazety znalazła ów amfiteatr „zapełnionym przez lubowników tego rodzaju przedstawień”.

Donoszono też o egzaminach w warszawskich szkołach, które zdawane były na Wielkanoc, a także o udzielanych w okresie Wielkiejnocy konfirmacjach w kościele ewangelicko-augsburskim.

Ponadto prasa pełna była opisów wielkanocnych zwyczajów za granicą lub na dalekich wsiach spoza mazowieckiego regionu. Cóż... dla ówczesnych mieszkańców stolicy zarówno wieś śląska, kaszubska czy wielkopolska były tak samo egzotyczne jak zagranica.

Oprac. Małgorzata Karolina Piekarska



WIELKANOCNE

Święta Wielkanocne kojarzą się z wiosną, święconym jajkiem, palmami i barankiem. Wiele symboli wielkanocnych ma swoje wielowiekowe korzenie.

Palma

Uroczyście święcone w Niedzielę Palmową kolorowe palmy miały – według dawnych wierzeń – zapewnić zdrowie, bogactwo i szczęście. Najprostsze palmy robiono z gałązek wierzby obsypanej baziami, którym dodatkowo przypisywano cudowne właściwości.

W Polsce, na Litwie, Ukrainie i w Niemczech do tradycji należało uderzanie poświęconą w kościele palmą, celem zapewnienia dziewczętom urody, a chłopcom – odwagi i siły. Szczególne właściwości miała mieć poświęcona palma, przyniesiona z kościoła do domu. Gospodarz obchodził całe domostwo, uderzając nią każdy węgiel, by uchronić tym

samym dom od złych mocy. Dawniej wierzono, że pokłnięcie bazi z wielkanocnej palmy będzie chroniło przed chorobami gardła, urokami, zakusami szatana.

Palma, którą umieszczano za świętym obrazem, służyła dawniej domownikom przez cały rok. Postawiona koło komina – chroniła przed piorunem, podłożona pod pierwszą skibę wiosennej orki – zapewniała obfite plony, umieszczona w ulu – gwarantowała dużo miodu. Była też lekiem dla chorych lub niedomagających zwierząt domowych.

Pisanki, kraszanki, malowanki

Najstarsze kraszanki polskie, odkryte w Ostrówku na Opolszczyźnie, pochodzą z X wieku. Dziś, uważane za symbol zmartwychwstania, należą do podstawowego symbolu wielkanocnego. Powszechnym jest obecnie zwyczaj barwienia i ozdabiania jajek, a także obdarowywania nimi bliskich.

Nazwy jaj wielkanocnych pochodzą od sposobu ich barwienia. „Kraszanki” (od wyrazu „krasa” – czerwień, uroda) malowane były na czerwono,



REKLAMA

REKLAMA

DIAGNOSTYKA CAŁEGO ORGANIZMU

Szybka ocena niedoboru witamin, minerałów, hormonów, aminokwasów, enzymów, poziomu cukru i cholesterolu, obecności metali ciężkich oraz prawidłowego działania narządów strategicznych: trzustka, wątroba, nerki, śledziona, mózg, układ krążenia etc.

Z tą gazetą tylko 190 zł

Urządzenie dokonuje analizy 49 obszarów w organizmie - wyniki mają ok. 80 stron A4 i zawierają również zalecenia.

Szczegóły diagnozy opisane przez dr n. med. inż. lekarza neurologa i przykład wyniku na stronie www.zdrowotnadieta.pl/diagnostyka

Najnowsza technologia w diagnostyce PROFILAKTYKA SZANSĄ NA ŻYCIE

Polecane również przy objawach trudnych do zdiagnozowania.



ZdrowotnaDieta.pl
DIETETYCZNE LECZENIE

W ofercie również: badania genetyczne, nietolerancje pokarmowe, stan tętnic i inne. Konsultacje: lekarzy, dietetyków, fizjoterapeutów, psychologów oraz terapie.

Zapisy 22 225 56 95

Centrum Dietoterapii i Dietetyki - Gabinet:
ul. Korkowa 24a, Warszawa
(przy PKP Gocławek)
Dojazd każdą SKM w kierunku Otwocka.

**Z okazji Świąt Wielkanocnych
życzę wszystkim Mieszkańcom
Pragi Południe nadziei, uśmiechu i wiary
na dziś i na jutro oraz samych słonecznych
dni spędzonych w gronie najbliższych,
pełnych pokoju i zgody.**

Bogdan Jeziorski
radny dzielnicy Praga-Południe



Dom Opieki Leśna Góra

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

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



ZWYCZAJE



„malowanki” to jaja o innych kolorach, malowane przy użyciu ziół, traw czy kory. Zielone otrzymywano poprzez gotowanie w wywarze z listków jemioli lub młodego żyta, fioletowe – z płatków ciemnej malwy, brązowe lub żółte – z łupin cebuli.

„Skrobanka” to nazwa kraszanki lub malowanki, na której wyskrobano dekoracyjny wzór, „pisanka” – malowanki, na której przed zabarwieniem w kolorowym wywarze, pisano wzory woskiem, a „naklejanka” – malowanki upiękkszanej naklejanymi wzorkami z zasuszonych listków, płatków kwiatów lub papieru.

Przygotowanie odpowiedniej ilości kraszanek,

malowanek i pisanek odbywało się w Wielkim Tygodniu. Popularną zabawą wielkanocną (znaną już w czasach Piastów) były tzw. „wybitki”. Każdy z uczestników „wybitek” uderzał trzymanym w dłoni barwionym jajkiem w jajko przeciwnika. Zwyciężał ten, którego jajko nie zostało zbitę.

Wielkanocne śniadanie

Świąteczne śniadanie rozpoczynano od „święconego” – darów poświęconych przez kapłana w Wielką Sobotę. Zaczynano oczywiście od jajka, życząc sobie wzajemnie zdrowia i pomyślności. A potem? Z niecierpliwością czekali na moment, kiedy po czterdziestodniowym poście będzie można zasiąść za stołem.

Jedzono i pito w nadziei, a w zależności od zamożności domu, serwowano rozmaite potrawy. Na wielkanocnym stole

nie mogło zabraknąć bigosu i kielbasy. W XVII i XVIII w. w domach szlacheckich na stół podawano dwanaście, a w magnackich – dwadzieścia cztery rodzaje kielbas. Honorowe miejsce zajmowało pieczone prosię z jajkiem w ryjku, otoczone mięsiami i wędlinami.

Wśród ciast wielkanocnych królowały baby z szafranem, mazurki, (które podobno przywędrowały do Polski z Turcji) oraz serniki, zwane dawniej przekładaniami. W czasach królowej Bony, na stołach wielkanocnych zaczęto podawać torty. Do ciast wielkanocnych należały również kołaczki, obertuchy (rodzaj słodkiego pieczywa) i jajeczniki (rodzaj biszkoptów).

Oprócz nadmiaru jadła, nie mogło zabraknąć napitków. Pito więc, wznosząc toasty i śpiewając.

Baranek i bazie

Centralne miejsce na świątecznym stole zajmował wielkanocny baranek ustawiony wśród zielonej rzeżuchy. Wyrabiano go z cukru, pieczono z ciasta, a nawet rzeźbiono z masła. Zwyczaj dekorowania stołu barankiem, zwanym dawniej agnuskiem (od łac. *agnus* – jagnię) wprowadził w XIV w. papież Urban V. W Polsce upowszechnił się dopiero

za czasów Zygmunta III Wazy.

Wierzono, że bazie to rodzaj talizmanu chroniącego domowników przed pożarem, powodzią i nagłą śmiercią od uderzenia pioruna.

Śmigus-dyngus

Zwyczaj niespodziewanego polania wodą, wrzucenia do stawu lub pokropienia pachnidłem, czyli dyngusa, upowszechnił się w Polsce w XIV w. Nazwa „dyngus” pochodzi z języka niemieckiego (prawdopodobnie od słowa *dingus* – wykupienie w czasie wojny jako obrotu przed rabunkiem obcych żołnierzy). Dawniej powszechny był zwyczaj „chodzenia po dyngusie”, polegający na wymuszaniu wykupienia się darami (jajkami, ciastem lub pieniędzmi) od polania wodą.

„Śmigus”, łączony z zwyczajem z „dyngusem” polegał na „śmiganiu” palmą lub kijem oraz polewaniu wodą tych, których zastało w łóżku. Na Mazowszu śmigusem nazywano wzajemne polewanie się wodą, natomiast dyngusem – chodzenie od domu do domu, śpiewanie przyspiewek i zbieranie datków.

(opr. MP)

Korzystano z książki Marii Ziolkowskiej „Szczodry wieczór, szczodry dzień”.

„SZEŚĆDZIESIĄTKA” EMERYTÓW

W połowie marca w południowopraskim Centrum Promocji Kultury emeryci świętowali okrągły jubileusz. I nie był to jubileusz pojedynczego emeryta, ale całego związku...

Polski Związek Emerytów, Rencistów i Inwalidów liczy sobie 60 lat. I ten właśnie jubileusz był celebrowany przez Oddział Rejonowy Warszawa-Praga w Centrum Promocji Kultury. Imprezę honorowym patronatem objął burmistrz Pragi Południe Tomasz Kucharski.

W sali widowiskowej CPK najpierw przypomniano historię i cele Związku. O wszechstronnej działalności związkowców wiele mówiła multimedialna prezentacja, w której wykorzystano zdjęcia z różnego rodzaju imprez. PZERII działa na rzecz poprawy jakości życia osób starszych i niepełnosprawnych, a także przeciwdziała ich samotności i wykluczeniu. Oddział Praga, który się rozrasta (niedawno dołączyli do niego niepełnosprawni ze Związku Głuchych) ma od ubiegłego roku nowoczesną siedzibę przy ul. Paca 39. Za ten właśnie lokal związkowcy dziękowali władzom Pragi Południe.

Kilkorgu aktywnym członkom związku, a także kilku osobom wspierającym wręczono honorowe odznaczenia. Wspólnie z emerytami świętowali i słuchali urodzinowego koncertu m.in. radni Warszawy – Dorota Lutomińska i Paweł Lech oraz grupa dzielnicowych samorządowców.



Obecna była też Elżbieta Ostrowska – przewodnicząca Zarządu Głównego PZERII, a także Janusz Czyż – szef okręgowego oddziału związku. Samorządowcy, wiceprzewodniczący Rady Pragi Południe – Bogdan Jeziorski i radny Ryszard Kalkhoff, na ręce szefowej Oddziału Praga Teresy Bugajskiej-Nyc przekazali w prezencie dwie pamiątkowe grafiki (na zdjęciu).

– Szanowni Seniorzy – mówił burmistrz Tomasz Kucharski, który przybył do CPK z zastępcą Michałem Wieremiejczykkiem. – *Cieszę się, że możemy czasami was wspomóc, choćby właśnie lokalem, ale ta pomoc byłaby niczym, gdyby nie aktywność pani prezes Teresy i państwa aktywność. Dziękuję, że jesteście tak bardzo aktywni.*

Burmistrz zapowiedział też, że w przyszłym miesiącu przy Paca zostanie otwarty pierwszy w Warszawie „Skwer Seniora”. **Ada M.**

REKLAMA

CAŁODOBOWA
LECZNICA
WETERYNARYJNA

24h

CAŁODOBOWY OSTRY DYŻUR
INTERNISTYCZNY I CHIRURGICZNY

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

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

LABORATORIUM
WIZYTY DOMOWE
SZPITAL
STRZYŻENIE
I PIELĘGNACJA

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

PROMOCJA!

CENTRUM NOWOCZESNEJ REHABILITACJI LECZNICZEJ

ZAPRASZA
NA 5 DNI zabiegów rehabilitacji
i konsultacji ZA JEDYNE 50 ZŁ

Każdy zabieg trwa aż 50 minut.
Indywidualnie dobrane programy.

W czym możemy pomóc?

- bóle kręgosłupa, rwa kulszowa
- bóle stawów, zwyrodnienia stawów
- choroby układu krążenia (żylaki, pajączki, zimne stopy)
- bezsenność, nerwice
- stany pooperacyjne, rekonwalescencja
- ciągłe zmęczenie, bóle głowy
- stany zapalne, niegojące lub źle gojące się rany
- regeneracja (sport, ciężka praca fizyczna)

NOWY GABINET!
ul. Garibaldi 4
przy Rondzie Wiatraczna
Teraz łatwy dojazd!
ZAPISY: 22 390 55 35

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

REKLAMA

Pełnych spokoju i ciepła
Świąt Wielkanocnych,
spotkań w rodzinnym gronie,
aby Zmartwychwstały Chrystus
był źródłem pokoju i żywej nadziei.
Wesołego Alleluja!
życzą

Zarząd Dzielnicy Wojciech Zabłocki, Zbigniew Cierniak,
Radni Dzielnicy: Ryszard Wędrzierski, Teresa Mioduszenko, Grażyna Szymonczak, Katarzyna
Jasińska, Edyta Sosnowska, Robert Kozanecki, Wojciech Nautala, Sebastian Wędrzierski
oraz Poseł na Sejm RP Paweł Ujałkowski



Niech w ten wyjątkowy czas
Świąt Wielkanocnych
zagości w Państwa domach
radość, miłość i prawdziwie
rodzinna atmosfera,
a Zmartwychwstały Chrystus
napełnia serca nadzieją
i pokojem.

Radosnego Alleluja życzą

Radni
Prawa i Sprawiedliwości
z Pragi Południe



Centrum Handlowe Szembeka
życzy wszystkim klientom
zdrowych i wesołych świąt



WWW.CENTRUMSZEMBEKA.PL

Dzieci nie obchodzi polityka i gospodarka!

**Chore dziecko chce
wrócić do zdrowia.
Do domu,
do mamy.**

**Prosimy o 1%
Twojego podatku
KRS 0000135261**



FUNDACJA
TOWARZYSTWO PRZYJACIÓŁ
CENTRUM ZDROWIA DZIECKA

Z MIASTA



W marcu w klubie Mała Warszawa na Pradze Północ odbyła się gala IX edycji Ogólnopolskiej Kampanii Społecznej „Piękna, bo Zdrowa”. Jej inicjatorem jest Ogólnopolska Organizacja Kwiat Kobiecości, która zwraca uwagę na problem chorób ginekologicznych kobiet. W trakcie uroczystości wręczono statuetki oraz podziękowania firmom, instytucjom oraz mediom zaangażowanym we wdrażanie głównej idei kampanii, jaką jest zwiększenie świadomości kobiet na temat profilaktycznych badań ginekologicznych.

W ramach akcji Kwiat Kobiecości przekazała 5 tysięcy zaproszeń na bezpłatne badanie cytologiczne oraz kupony uprawniające do 30% zniżki na konsultację ginekologiczną. Więcej www.kwiatkobiecosci.pl

REKLAMA

Coraz bliżej terminu rocznego rozliczenia podatku PIT. Pomoc w wypełnianiu deklaracji i odpisaniu 1% na cele charytatywne można uzyskać m.in. w biurze poselskim poseł Małgorzaty Wypych, które mieści się przy al. Waszyngtona 30/36. – *To kolejny rok, gdy pomagamy mieszkańcom. Nasza akcja cieszy się bardzo dużym zainteresowaniem* – mówi „Mieszkańcowi” parlamentarzystka. – *Zapraszamy wszystkich chętnych we wtorki i czwartki pomiędzy godzinami 11-13. Na wizytę w biurze lepiej wcześniej umówić telefonicznie* (tel. 22 870-12-86).



Adrenalina w Lany Poniedziałek! Już 2 kwietnia przy PGE Narodowym rusza

czwarta edycja toru gokartowego. Prócz gokartów spalinyowych uruchomiony zostanie specjalny tor z gokartami elektrycznymi, dostosowanymi do możliwości dzieci. W dniu otwarcia sezonu przewidziano dodatkowe atrakcje – darmowe, indywidualne szkolenia z Mistrzem Polski i Wieczorny Wyścig Kartingowy. Szczegóły można znaleźć na stronie www.pgenarodowy.pl



Na Placu Piłsudskiego trwa budowa Pomnika Ofiar Tragedii Smoleńskiej 2010 roku. Pomnik, wg projektu Jerzego Kaliny, będzie dosyć prosty w formie – ma mieć trójkątny kształt i przypominać statecznik samolotu. Na frontowej ścianie znajdują się nazwiska 96 ofiar katastrofy. Odsłonięcie pomnika

planowane jest na 10 kwietnia, w ósmą rocznicę tragedii.



Mundial bez Warszawy? W przyszłym roku odbędą się w Polsce Mistrzostwa Świata w Piłce Nożnej do lat 20. Decyzję FIFA ogłosił 19 marca prezes PZPN Zbigniew Boniek. Wiadomo, że miastami-gospodarzami mają być Łódź, Lublin, Lubin, Tychy, Bydgoszcz i Gdynia. Aż dziwne, że na chwilę obecną brakuje wśród tych miast Warszawy. Możliwe jest rozszerzenie puli miast-gospodarzy do 12. I takiemu rozwiązaniu kibicujemy, bo w czasie EURO 2012 Warszawa pokazała, że zasługuje na światowej rangi imprezy.

ab, ar

REKLAMA

WYDARZENIA KULTURALNE

wydarzenia bezpłatne



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

● **23.03. godz. 19.00** – Praski Blues; **24.03. godz. 17.00** – Salon literacki: „Wielki Tydzień u chrześcijan – historiografia, tradycje i zwyczaje”; **24.03. godz. 12.00-15.00** – Wielkanoc na Placu Szembeka; **25.03. godz. 18.00** – Piosenki z tekstami Grażyny Orlńskiej: „Chanderka”, poetycka opowieść o potrzebie miłości i przemijaniu; **28.03. godz. 19.00** – Klub Mola Książkowego; **4.04. godz. 16.00** – Konsultacje literackie dla piszących; **godz. 17.00** – Spotkania ze Sztuką: „Treść zaklęta w formie, zaproszenie do Galerii Wzornictwa Polskiego MNW”; **6.04-9.04** – VI Międzynarodowy Konkurs Pedagogów Muzycznych; **10.04. godz. 18.00** – Spotkanie ze znanymi fotografami; **11.04. godz. 17.00** – Spotkania ze Sztuką: „Paleta uczuć i symboli. Vincent van Gogh”.



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

● **22.03** – KINO FRANKOFOŃSKIE 2018; **godz. 18.00** – Szwajcaria: „Czas Anny”; **godz. 20.00** – Luksemburg: „Tama”; **25.03. godz. 18.00** – Wieczór muzyczno-literacki „O śpiewie wielkopostnym”; **26.03. godz. 19.00** – Nieturyści: Oman na rowerze z bambusa; **28.03. godz. 19.00** – Teatr Twojej Wyobraźni: „De profundis”; **3.04. godz. 19.00** – Cały ten jazz! MEET! Mateusz Gawęda; **7.04. godz. 19.00** – Spotkanie z Jerzym Maksymiukiem i Ewą Piasecką-Maksymiuk; **9.04. godz. 19.00** – Nieturyści: Piotr Milewski – Japonia jego „druga ojczyzna”; **10.04. godz. 19.00** – Benefis Jerzego Dudusia Matuszkiewicza „...jak jeden dzień”; **11.04. godz. 19.00** – Wernisaż wystawy „Spiska 16”, wystawa otwarta do 6 maja



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

● **22.03. godz. 12.00** – Kresy dalekie bliskie: „Polacy z Małego Wiednia. Casus Kochanowskiego z Czerniowiec”; **23.03. godz. 13.00** – Historia Teatru: „Barbara Ludwiżanka i Władysław Hańcza-życie i twórczość”; **25.03. godz. 16.00** – Recital Ewy Lorskij; **26.03. godz. 12.00** – Savoir vivre: „Elegancki stół i nakrycia”; **28.03. godz. 13.00** – Ludzie estrady: Rena Rolska i Jej „Złoty pierścione”; **29.03. godz. 12.00** – Zaczynij pisać – warsztaty literackie; **8.04. godz. 16.00** – „Recital pieśni operowych i musicalowych”; **9.04. godz. 12.00** – Dyskusyjny Klub Filmowy: „Pola Negri”; **w każdy wtorek i piątek od 10.00 do 12.00** – brydż

DOM KULTURY „ZACISZE” w Dzielnicy Targówek m.st. Warszawy
ul. Błokowa 1
tel. 22 679 84 69, 22 743 87 10
www.zacisze.waw.pl
www.facebook.com/dkzacisze/
sekretariat@zacisze.waw.pl

● **22.03. godz. 14.30** – Warsztaty teatralne; **26.03. godz. 13.30** – Główka pracuje – spotkania z planszówkami; **27.03. godz. 9.40** – Mama Fit – zajęcia dla mam z dziećmi (0-2 lata); **27.03. godz. 18.40** – Kabaret dla sąsiadów i nie tylko... warsztaty kabaretowe; **29.03. godz. 14.30** – Warsztaty teatralne.

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

● **7.04. godz. 10.00** – Otwarte warsztaty perkusyjne dla dzieci w wieku szkolnym; **8.04. godz. 16.00** – Przedstawienie dla dzieci „Bezpieczny świat”, wejściówki od 3.04 od godz. 16.00; **12-13.04** – Klub 1. Warszawskiej Brygady Pancernej „Kościuszkowca”, Pl. Wojska Polskiego 129, III Przegląd Młodych Talentów „Artystyczna Wesoła”: prezentacje artystyczne, sceniczne i estradowe. **Filia POGODNA, ul. Jana Pawła II 25**
23.03. godz. 11.00 – Spotkanie „Microbirth – poród i karmienie w skali mikro”; **25.03. godz. 16.00** – Przedstawienie dla dzieci „Bajeczna Księżka”; **28.03. godz. 20.00** – Teraz Impro! Otwarta Próba Pogodnej Grupy Teatralnej; **7.04. godz. 18.00** – „Dorobek artystyczny”, wernisaż wystawy ceramiczno-rysunkowej Katarzyny Pataara i jej 9-letniego syna Kajetana. Wystawa potrwa do 28 kwietnia.

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



ne@punkt
www.facebook.com/specagd



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

ZAPRASZAMY! OD 21 MARCA DO 3 KWIECZNIA 2018



4K ULTRA HD
SMART TV | HDR

ZWROT 100 PLN

A KLASA ENERG.
webOS 3.5
TRUMOTION 100Hz
PANEL IPS
x3 HDMI
ACTIVE HDR

LG 2499

Szczegóły promocji u Sprzedawcy.

ŚWIĄTECZNA OFERTA



Robot planetarny KENWOOD KM288
MOC 900 W
6 PRĘDKOŚCI
POJEMNOŚĆ MISY 4,3 l
MIESZANIE PLANETARNE

KENWOOD 699



Pralka LG FH206TDN2
SLIM 44 CM GŁĘBOKOŚCI
CICHY, EKONOMICZNY I TRWAŁY SILNIK INWERTEROWY DIRECT DRIVE
NIZSZE KOSZTY EKSPLOATACJI ORAZ ZUŻYCIE ENERGII

A+++ KLASA ENERG.
7 kg WSAD
1200 OBR./min
LG 1499



Odkurzacz workowy MANTA VCL102 B
B KLASA ENERGETYCZNA
G KLASA DETEKTORA PARO
D NAPIĘCIE KLASA SPECYFICZNOŚCI
CICHY PRACA 89 DB
EKONOMICZNY
MOC 1000 W

MANTA 119

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





FINANSE

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

■ Pożyczki pozabankowe.
Tel. 609-545-270

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

KUPIĘ

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

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

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

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

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

MEDYCZNE

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

NAUKA

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

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

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

PRACA

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

PRAWNE

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

■ Adwokat Wojciech Lipka przyjmuje już w Kancelarii Adwokackiej na Grochowie przy ul. Grenadierów 12. Sprawy karne, cywilne, rodzinne, spadkowe (umowy, odszkodowania, rozwody, alimenty, nieruchomości, inne).
Tel. 500-175-857

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

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

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

■ Szafki kuchenne używane w dobrym stanie.
Tel. 788-545-207

TRANSPORT

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

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

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

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

■ Wywóz gruzu, mebli, krzaków, liści, sprzątanie piwnic itp. Tel. 789-166-542

USŁUGI

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

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

■ Anteny satelitarne, naziemne, nc+, Trwam, Polsat, tvn24 oraz dekodery telewizji naziemnej. Sprzedaż, montaż, naprawa. Tel. 22 815-47-25, 501-123-566, lemag-tvsat.waw.pl

■ **ANTENY, TELEWIZORY – NAPRAWA. TEL. 602-216-943**

■ Cyklinowanie, lakierowanie – Jacek Szpakowski. Tel. 22 872-93-03, 502-920-316

■ Cyklinowanie, układanie, lakierowanie, przekładanie parkietów – Jan Grzybowski. Tel. 22 810-70-88, 609-542-545

■ **Czyszczenie Karcherem dywanów, wykładzin, tapicerki. Tel. 694-825-760**

■ Dezynsekcja – skutecznie. Tel. 22 642-96-16

■ **Domofony, naprawa pralek, instalacje elektryczne. Tel. 601-93-68-05**

■ **ELEKTRYCZNE. TEL. 504-618-888**

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

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

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

■ **HYDRAULICZNE. TEL. 504-618-888**

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



ZAGINĄŁ KOT, ZGUBIŁEŚ PSA

portal „Mieszkańca”
ZA DARMO info o tym da!*

www.mieszkaniac.pl
www.facebook.com/gazetamieszkaniac

* ilość informacji ograniczona; osoby zainteresowane prosimy o kontakt telefoniczny 22 810-64-12

■ **HYDRAULIK. TEL. 502-031-257**

■ Hydrauliczka, 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**

■ **KSIĘGOWOŚĆ JPK OBSŁUGA FIRM. TEL. 606-763-006**

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

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

■ Lodówki. Tel. 604-910-643. Pralki. Tel. 601-361-830

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

■ **Ocieplanie domów. Tel. 501-441-898**

■ **PANELE, UKŁADANIE. TEL. 504-618-888**

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

■ **Pranie dywanów. Tel. 664-676-664**

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

■ **Rolety dzień-noc. Tel. 514-165-445**

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

■ **STOLARZ – SZAFY, ZABUDOWY, GARDEROBY I PAWLACZE. TEL. 602-126-214**

■ **Tapicerskie. Tel. 22 612-53-88**

■ **Usługi hydrauliczne. Tel. 722-373-050**

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

USŁUGI – Budowlane

■ Budowa domków na gotowo, murowanie, przeróbki, przebudowy, glazurnicze, podłogi, malowanie. Tel. 509-199-927

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

■ **Zabudowa balkonów. Tel. 514-165-445**

USŁUGI – Komputerowe

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

USŁUGI – Porządkowe

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

USŁUGI – Remontowe

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

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

■ **Malowanie, panele, wykładziny. Tel. 601-20-33-13**

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

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

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

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

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

■ **Wykończenia Remonty Adaptacje. Tel. 501-955-735**

CHCESZ MIEĆ ŁATWY DOSTĘP DO INFORMACJI?

Jest na to proste rozwiązanie! Wejdź na naszą stronę internetową: ...zapisz się do newslettera... ➔ ...co DWA TYGODNIE otrzymasz

MIESZKAŃCA ON-LINE

www.mieszkaniac.pl

z NAJŚWIEŻSZYMI informacjami na swoją SKRZYNKĘ MAILOWĄ

REKLAMA

ZAKŁAD POGRZEBOWY

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

ZAKŁAD POGRZEBOWY

„ABROS”

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

ZAKŁADY POGRZEBOWE

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

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

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

posiadamy certyfikat
POLSKIEJ IZBY POGRZEBOWEJ

Marek Gójski
firmę prowadzi wspólnie z Hanną Gójską

MIESZKANIEC
CZASOPISMO
SPOŁECZNO-SAMORZĄDOWE

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

NAKLAD KONTROLOWANY
ZWIĄZEK KONTROLI
DYSTRYBUCJI PRASY

Nakład:
43 000 egz.
Kontrolowany przez
Związek Kontroli
Dystrybucji Prasy.



Dwugłos dla dobra pacjenta

ORTOPEDA VERSUS OSTEOPATA

Dziś o tym, co najlepsze dla pacjenta rozmawiamy z ortopedą Witoldem Sikorskim i osteopatą Mariuszem Madejem. Do którego się zwracać, czy w trosce o dobro pacjenta są konkurentami czy sprzymierzeńcami?

Witold Sikorski to chirurg urazowy, ortopeda, zajmujący się również USG ortopedycznym. W BORAMEDzie można go zastać w środy. Wykładowca akademicki, pracuje też w III Oddziale Urazowym I Kliniki Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego. Jest lekarzem cenionym przez pacjentów, zaangażowanym w swoje działania. Od dziesięciu lat zajmuje się przede wszystkim chirurgią urazową dorosłych.

Mariusz Madej, osteopata znany ze swojej skuteczności i wyjątkowego podejścia do pacjentów, zwłaszcza osób starszych. Poza osteopatią skończył wiele wyspecjalizowanych kursów, współpracuje z fizjoterapeutami i ortopedami. Czy są dla siebie nawzajem konkurencją czy też wsparciem?

Porozmawiamy.

– Zaczniemy od kwestii kluczowej: **czym dla każdego z panów jest dobro pacjenta?**

– Bardzo trudno odpowiedzieć na to pytanie – mówi dr Witold Sikorski. – Chodzi o to, by trafić w oczekiwania pacjenta, respektować je, wiedzieć, czego oczekuje i co możemy mu w miarę naszych możliwości zaproponować.

– Myślę tak samo. Dla mnie ważny jest cel, jaki stawia mi pacjent – dodaje Mariusz Madej.

W czym osteopata czy fizjoterapeuta może być pomocny lekarzowi, a osteopacie – lekarz? To ważne dla wielu pacjentów, którzy czasem nie wiedzą, gdzie się udać ze swoim problemem zdrowotnym, na przykład bólem kolana. Czy iść najpierw do ortopedy, który zleci badania, być może będzie od razu chciał operować, czy też skorzystać z możliwości, jakie daje fizjoterapia, a zwłaszcza – osteopatia z jej holistycznym podejściem do pacjenta? Z drugiej jednak strony, czy terapeuta



Osteopata i ortopeda Mariusz Madej i Witold Sikorski równie dobrze jak ortopeda rozpoznają problem?

Współpraca jest jak najbardziej wskazana. Choć wizyta u fizjoterapeuty nie wymaga skierowania od ortopedy, rzetelny osteopata zawsze podczas wywiadu badania i stawiania diagnozy sprawdzi wyniki badań, jakie ma pacjent. W przypadku niejasności czy wątpliwości, zanim rozpocznie terapię, powinien natychmiast skierować pacjenta do lekarza specjalisty celem wykonania dodatkowych badań i konsultacji.

Z drugiej strony, ortopedzi też chętnie współpracują z fizjoterapeutami: przygotowanie do operacji, rehabilitacja po niej, utrzymanie dobrej kondycji pacjenta przez dłuższy czas –

to konieczne uzupełnienie działań lekarza. Poważny problem tkwi w tym, że np. pacjenci w szpitalach mają do dyspozycji fizjoterapię w bardzo ograniczonym zakresie, a zatem o ograniczonej skuteczności. Nie powinno tak być.

– Jaką rolę w Pana pracy odgrywają fizjoterapeuci, osteopaci? – pytamy dr.

Sikorskiego.

– Zajmuję się głównie chirurgią urazową. Moja praca to dokładne rozpoznanie i zaproponowanie leczenia. Fizjoterapia jest bardziej działaniem wykonawczym. Trzeba sobie zdawać sprawę, że są takie schorzenia, które wykluczają wszelkie działania fizjoterapeutyczne czy fizykoterapeutyczne. Z drugiej strony, jest wiele sytuacji, nie tylko pooperacyjnych, gdzie fizjoterapia jest jak najbardziej wskazana, a bez niej pacjent nie odzyska sprawności!

– Jak często zgłaszają się do Pana pacjenci kierowani przez lekarza, w porównaniu z tymi, którzy sami zdecydowali się na wizytę? – pytam pana Madeja.

– To bardzo się zmienia! Do niedawna mniej więcej pół na pół, ale obecnie znacznie więcej osób przychodzi bez skierowania. Natomiast w początkach mojej pracy 90% pacjentów kierował lekarz! Jeśli kogoś skierował ortopeda to warto, by po terapii pokazał mu się na kontrolę. Zdarza się, że mimo wstępnej diagnozy lekarskiej, odnajduję inną przyczynę dolegliwości, wtedy zawsze kieruję pacjenta na dodatkowe badania, niekiedy takie, których nie zalecił przedtem lekarz.

– Nie widzę konfliktu między ortopedami i fizjoterapeutami, przeciwnie! Potrzebna jest ścisła współpraca – dodaje dr Sikorski. – Oczywiście, jest grupa osób, którym nie potrafimy pomóc. Nie zawsze wyleczymy z problemu ortopedycznego pacjenta, który ma jednocześnie kilka chorób, bo to problem interdyscyplinarny, wymaga współpracy kilku specjalistów.

– Obszar wiedzy lekarza jest inny, niż nasz – mówi Mariusz Madej. – Każdy z nas ma swoje mocne strony. Bez rywalizacji, bo nie o nią tu chodzi, tylko o dobro pacjentów. Współpraca, o której wspominał pan doktor, jest bardzo ważna dla najlepszych skutków leczenia naszych – często wspólnych – pacjentów.

– Jeśli pojawia się problem, najlepiej zacząć od wizyty u le-

Uwaga! Sprawdź swoje zdrowie! Fizjoterapeuta bezpłatnie Cię zbada i da konieczne wskazówki! Zgłoś się w dniach 22.03. – 12.04.2018, tel. 22 250 15 77.

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

karza, żeby dokładnie go zdiagnozować – uzupełnia doktor.

Okazuje się, że **najkorzystniejsza dla pacjenta jest dobra współpraca ortopedy i fizjoterapeuty, łącząca dwa obszary wiedzy, wzajemnie się uzupełniające. To gwarancja i wszechstronność, dobrej diagnozy, i jak najpełniejszego powrotu do zdrowia. W BORAMEDzie każdy pacjent może z tego skorzystać!**

AS2018

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

REKLAMA

REKLAMA

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

LECZENIE BÓLU
gabinet lekarski
dr Dorota Siemińska-Puciato
specjalista anestezjolog
Zapraszam Pacjentów z bólami:
• kręgosłupa, stawów (barkowych, biodrowych, kolanowych, nadgarstków, drobnych stawów rąk) • głowy,
• z reumatoidalnym zapaleniem stawów • bólach po przebytych
• pólpaści,
• kończyn dolnych (owrzodzenia, polineuropatie np. w cukrzycy),
• w chorobach nowotworowych (w różnych stadiach choroby),
• w fibromyalgii • w schorzeniach neurologicznych (SM, po udarze mózgu),
• neuralgię nerwu trójdzielnego • oczekujących na leczenie operacyjne (ortopedyczne, neurochirurgiczne, chirurgiczne)
• jak też i po operacjach.
NIE MUSI BOLEĆ!
ul. Widok 10, Warszawa-Śródmieście
informacje i zapisy: tel. 730 266 030

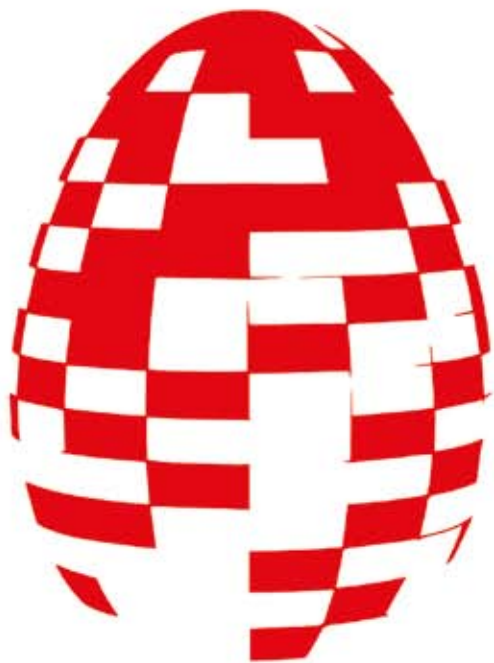
RADIO Warszawa
106,2 FM

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

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

Hurtownia Optyczna HURT-DETAL
Okulary tylko 49 zł
Oprawa + szkła + robocizna
(sph. od -4.0 do +4.0 dpr.)
Warszawa, ul. Majdańska 7
Tel. 22 612 00 03
PROGRESYWNE TYLKO 199 zł
„Trzy w Jednym” (dal, komputer, czytanie)
– 2 soczewki progresywne
Sfera -5 do +6
Dodatek do blizy 1-3
Najniższe ceny na:
• soczewki z antyrefleksem
• soczewki do pracy biurowej
• soczewki fotochromowe
TRANSITIONS
Pracujemy pon.-pt. 9-19
sobota od 9 do 13

Vita Med
Przychodnia lekarska
NFZ
LEKARZE BEZ KOLEJEK
NOWA PLACOWKA
Vita Med
ul. Jana Nowaka Jeziorańskiego 6
OBOK CH PROMENADA



Wielkanoc
niech będzie dla Państwa
czasem spokoju

Życzy Jakub Opara, Prezes Zarządu Spółki PL.2012+,
Operatora PGE Narodowego wraz z pracownikami

2018 rok na PGE Narodowym

Jay Z & Beyoncé

2018 PZM Warsaw
FIM Speedway
Grand Prix of Poland

Ed Sheeran

Mecze Reprezentacji
Polski w piłce nożnej

The Rolling Stones

Boxing Night 14
„Narodowa Gala Boksu”

Finał Pucharu Polski

www.pgenarodowy.pl

Wieści z Wawra

ŚCIANKA WSPINACZKOWA OTWARTA!

Ucieszą się wawerscy fani wspinaczki. W Falenicy powstała „Wspinarnia Wawer”.

Uroczyste otwarcie odbyło się 17 marca w Szkole Podstawowej nr 76 przy ul. Poezji 5. W ramach otwarcia odbyły się pokazy technik wspinaczkowych, spotkania ze specjalistami oraz gry i zabawy dla dzieci.

Planowane godziny otwarcia ścianki:

dni powszednie: poniedziałek-piątek 16.00-22.00, **weekendy:** sobota 11.00-22.00, niedziela 11.00-20.00; **szkolenia dla początkujących:** wtorek, godz. 18.00, czwartek 19.00, sobota 16.00.

W harmonogramie zabraknie dni, podczas których hala jest wynajęta na inne imprezy sportowe.

Planowane ceny wejść:

w tygodniu 20 zł, w weekend 25 zł, szkolenie 30 zł, wypożyczenie uprząży 5 zł, wypożyczenie karabinka z przyrządem asekuracyjnym 5 zł, komplet zamiast 10 zł będzie kosztował 8 zł. Czas wejścia nieograniczony.

Szczegółowe informacje:

nr tel. 607 164 969
lub 691 604 919



MAZOWSZE *W. A. Mozart* REQUIEM

Katarzyna Miąsik - sopran
Anna Łukawska - mezzosopran
Andrei Baravik - tenor
Karol Skwara - bas

Soliści, Chór i Orkiestra
PZLPiT „Mazowsze” im. T. Sygietyńskiego

Dyrygent

Jacek Boniecki

Mirostaw Ziomek - przygotowanie chóru

24 marca 2018 r., godz. 19.00

Parafia p.w. Wniebowzięcia NMP Warszawa-Zerzeń

Zaprasza Zarząd Dzielnicy Wawer m.st. Warszawy
i Jacek Boniecki, dyrektor PZLPiT „Mazowsze”

WSTĘP WOLNY



Festiwal Kultury Japońskiej

w programie:
turniej aikido
pokazy kendo
pokazy sumo
kaligrafia japońska
ceremonia parzenia herbaty
degustacja sushi
origami, go, shogi
Warsztaty dla rodziców:
„Ruchowe usprawnianie dzieci w domu”
i „Wpływ aikido na rozwój dzieci”

14 kwietnia 2018, godz. 11:00-17:30

Szkoła Podstawowa nr 138 ul. Polaryskiego 2, Warszawa-Miedzylesie

Wstęp wolny

Partner:



**WAWERSKIE
CENTRUM KULTURY**
FALA WAWERSKA STREFA KULTURY

**ALTER
WAWER**

Koncert wielkopostny
Stwórco łaskawy

**Grażyna Auguścik
&
Maria Pomianowska Ensemble**



25 marca 2018, godz. 18.00

Zęgańska 1a tel. 22 443 70 73 www.wck-wawer.pl

bilet 10 zł.

Osiedle ISKRA VI, III etap
ul. Jugosłowiańska 17
Warszawa, Praga Południe (Gocław)



*Ciepłych i pełnych radości
Świąt Wielkanocnych
życzą
Zarząd i Pracownicy*

EDinvest s.A.

22 671 95 28 www.edinvest.pl