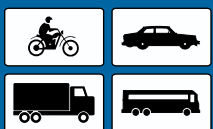


OKRĘGOWA STACJA KONTROLI POJAZDÓW
pon.-pt. 7³⁰-21⁰⁰; sob. 8⁰⁰-15⁰⁰
www.stacjakontrolipojazdow.pl
PEŁNY ZAKRES PRZEGLĄDÓW REJESTRACYJNYCH



WAŁ MIEDZESZYŃSKI
572
☎ **673-90-99**

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



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

GABINET
STOMATOLOGICZNO-PROTETYCZNY
Szwedzka 37
Tel. 22 818 07 91
czynne 9-20
■ protezy elastyczne
■ implanty
■ RTG
■ leczenie w narkozie
UWAGA!
Promocyjna cena
koron porcelanowych
na metalu i cyrkonie



www.mieszkaniec.pl | facebook.com/gazetamieszkaniec

MIESZKANIEC

Nr 10 (732) | ISSN 1231-7993 | Nakład: 43 000 egz.

23.05.2019

Gazeta bezpłatna, ukazuje się od 1991 r.

TO JEST NIENORMALNE!

To nie jest normalne, gdy piętnastoletni chłopak podczas przerwy szkolnej dźga nożem swojego kolegę – równolatka, goni za nim po korytarzu, zadaje mu kolejne ciosy, w końcu śmiertelne. To nie jest normalne, że wszystko wskazuje na to, że sprawca (w szkole!) mógł być pod wpływem narkotyków, a tym zbrodni i wymierzonej „kary” były – ponoć – nierozliczone pieniądze.

Jest to nienormalne z kilku powodów. 15-letni zabójca, w swym krótkim przecięt życia, najwyraźniej zdążył prześiąknąć atmosferą gangsterki i przyjął reguły gry mafijnej. Kiedy mógł się z tym zetknąć? Jak miał 10 lat? No bo przecież nie wcześniej? I nikt tego nie zauważył? Źródła mówią, że zdążył dwa razy już stanąć przed sądem, który potraktował go bardzo pobłażliwie, nawet nie przydzielając kuratora.

Funkcjonował więc w gimnazjum młody gangster, który miał już kontakt z narkotykami, ściągając za nie pieniądze, sam z nich korzystał i sam wymierzał swoją sprawiedliwość. Nie było alarmów, zostały zlekceważone?

Nienormalna sytuacja doprowadziła do tragicznego, dramatycznego, nienormalnego jej zakończenia. A ja zachodzę w głowę, dlaczego nie przecięto tego wcześniej, ratując życie być może dwóch osób? Ofiary i napastnika, bo jego życie też już jest zaprzepaszczone.

Tomasz Szymański



CZYTAJ NA STR. 2



Fot. archiwum

ŚWIĘTO SASKIEJ KĘPY

W najbliższą sobotę, 25 maja, Saska Kępa znów świętuje! Zapraszamy na koncerty i występy, do straganów handlowych i gastronomicznych. Gwiazdą wieczoru będzie KAYAH, a przed nią wystąpi Stanisław Soyka. Tegoroczne święto upływa pod hasłem „Jak dobrze mieć sąsiada”. Zapraszamy do zabawy!

WIĘCEJ NA STR. 7

W NUMERZE:

CO SŁYCHAĆ W WARSZAWIE

Kochana Mamo, życzę Ci...	str. 3
Zostaw ptaka!	str. 5
Zielona fala na Modlińskiej?	str. 5
Farma iluzji	str. 6
Miód z Ratusza	str. 7
Florian pokropił	str. 8
Wielka frajda na małym rowerze	str. 8
Dzielnice w sieci...	str. 11
Program „Ciepło dla Pragi”	str. 13

Metro się rodzi, Kondratowicz umiera?	str. 14
---------------------------------------	---------

KRONIKA POLICYJNA	str. 2
KOBIECYM OKIEM	str. 4
CO TAM PANIE NA PRADZE	str. 4
PRAWNIK RADZI	str. 4
MIESZKANIEC	str. 10

Izabela Dembińska	
TO WARTO PRZECZYTAĆ	str. 11
Andrzej Appel „Uciszenie burzy”	

Z MIASTA	str. 12
WYDARZENIA KULTURALNE	str. 12
MIESZKANIEC NA LUZIE	str. 16
OGŁOSZENIA DROBNE	str. 17

REKLAMA

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

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

BISTRO GOŚCŁAW
Zapraszamy na ZESTAWY LUNCHOWE od 16 zł
Zadzwoń, zamów i odbierz
Obiady dla firm
Ceny imprez okolicznościowych do uzgodnienia, menu dostosowane do indywidualnych potrzeb Klienta
Sala do 50 osób
ul. Abrahama 18 (wejście od Fieldorfa)
Tel. 691-967-070;
www.bistrogoclaw.pl
e-mail: bistro@bistrogoclaw.pl
ZNAJDŹ NAS NA

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

NIE WYRZUCAJ-ZADZWOŃ
ANTYKWARIAT
mieszkania, piwnice, strychy
• dokumenty odznaczenia •
• szkło PRL porcelana •
• fotografie banknoty •
• monety antyki •
Al. Waszyngtona 42
504 672 555, 22 252 96 91

LECZENIE KRĘGOSŁUPA
Poradnia Rehabilitacyjna
ul. Garwolińska 7 lok. 79, Warszawa
tel. 22 610 06 73, kom. 602 375 462
www.rwakulszowa.waw.pl

„GROCHÓW”
WARSZAWSKA SPÓŁDZIELNIA MIESZKANIOWA
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.

STRACH

W szkole na Marysinie Wawerskim doszło do tragedii. Uczeń zaatakował nożem drugiego ucznia. Tym zdarzeniem przez kilka dni żyła cała Polska.

Długo w redakcji „Mieszkańca” wahaliśmy się, czy i ewentualnie jak pisać o tej tragedii. Nie możemy jednak nie napisać o tym, co się stało na naszym terenie i o czym mówi cała Polska. Śmierci dziecka i traumy środowiska nie da się zawrzeć w notce kroniki policyjnej. Rozdmuchiwanie zaś sensacyjności tej tragedii nie służy przede wszystkim tym, których dotknęła.

Przypomnijmy, że do tragedii doszło 10 maja w szkole na Marysinie Wawerskim. Gimnazjalista Kuba został zaatakowany przez innego ucznia Emila B. W wyniku ran kłutych, mimo reanimacji, Kuba zmarł. Emila zatrzymano i przebywa w szpitalu dla nieletnich. Będzie badana jego poczytalność. Możliwe, że mimo młodego wieku, za swój czyn odpowie jak dorosły.

Tego rodzaju tragedia zdarzyła się w Polsce bodajże pierwszy raz. Do tej pory o zabójstwach w szkołach wiedzieliśmy jedynie z mediów i była to głównie domena Stanów Zjednoczonych. Dlatego też nie dziwi, że wszyscy u nas byli w szoku, że tu, na „własnym podwórku” uczeń



mógł doprowadzić do śmierci ucznia. Dziwi natomiast nietypowe i niepotrzebne zachowanie dziennikarzy, którzy, według relacji uczniów, zmuszali ich do wypowiedzi. Tym bardziej, że po takiej tragedii dawka strachu, jaką może przyjąć młody człowiek i tak została przekroczona.

– Dziecko do dziś ma przed oczami obraz całej szkoły we krwi, bo ten ranny Kuba uciekał... – mówi nam rodzina dziecka z klasy, w której doszło do tragedii. Rodzice innych dzieci przyznają, że boją się zarówno oni, jak i ich pociechy: – Najbardziej, że jak Emila wypuszczą, to może im zrobić coś takiego samego. A jego można się przestraszyć, bo ten chłopak ma 190 cm wzrostu i waży

grubo ponad 100 kilogramów... Od innej rodziny związanej z uczniem tej klasy następnego dnia po tragedii usłyszeliśmy, że w sprawę zamieszane są jeszcze dwie osoby oraz trzecia, która przebywa w odosobnieniu i zleciła zabójstwo. Brzmiało to nieprawdopodobnie. Jednak, gdy 14 maja aresztowano kolejne dwie osoby wątpliwości zaczęły narastać. Tym bardziej, że prokuratura jest bardzo oszczędna w informowaniu o szczegółach działań. Na razie mówi się o rozliczeniach finansowych między ofiarą a sprawcą. W tle są narkotyki.

Przeciętny człowiek nie zdaje sobie sprawy, jak liczna jest grupa osób, które w związku z tą tragedią potrzebują tera-

peutycznego wsparcia. To cała szkolna społeczność – uczniowie, nauczyciele, dyrekcja – znajomi z podwórka, sąsiedzi – oni wszyscy pozostawali w relacjach zarówno z ofiarą, jak i sprawcą. Przed terapeutami ogromna praca i wyzwanie. Pomoc można uzyskać m.in. w Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej przy ul. Żegańskiej lub na dyżurach psychologów w Klubie Kultury Marysin. Do szkoły weszli interwenci kryzysowi – specjalnie wyszkoleni psycholodzy.

Pewną formą terapii był marsz milczenia przeciwko przemocy, w którym kilka dni po tragedii poszli mieszkańcy Wawra, młodzież i dorośli, władze dzielnicy. Przy tej okazji mogli poczuć, że stanowią lokalną jedność i nabrać nadziei, że do podobnej tragedii już nie dojdzie. A czy można jej było zapobiec? Nigdy, nawet w szkołach, nie jesteśmy w stanie wszystkiego przewidzieć i zapewnić 100 proc. bezpieczeństwa. Jeśli przy zaawansowanych systemach ochrony, mimo wszystko, udaje się zamachowcom wnieść broń chociażby na pokład samolotu, to wiadomo, że zrobić to samo na terenie szkoły będzie dużo łatwiej. I to nie tylko tej szkoły na Marysinie. Każdej.

Redakcja

KRONIKA POLICYJNA

BIESIADA W PRZEBIERALNI
29-letnia Monika W. i 35-letni Mariusz K. zabrali z półek sklepowych hipermarketu odzież, alkohol, a „na zagrychę” artykuły spożywcze i udali się do przymierzalni sklepu. Tam zrobili sobie imprezkę. Jedli, pili, awanturowali się, poplamili ubrania, porozrywali opakowania, poodrywali metki. Ochrona wezwała policjantów. Zniszczenia oszacowano na kwotę ponad 700 złotych. Sprawcy usłyszeli zarzuty.

FALSZYWY NAPAD
Policjanci zostali zaalarmowani przez kobietę, która znalazła swojego sąsiada leżącego w mieszkaniu związanego, zakneblowanego i – jak się wydawało – pobitego. Zażądała do niego, bo usłyszała wołania o pomoc. Ofiarą był 50-latek, który zeznał policjantom, że do mieszkania przyszedł jakiś mężczyzna, który przedstawił się jako pracownik ochrony. Kiedy otworzył im drzwi zaatakowali go, pobili związali, zakneblowali i okradli. Zdaniem pokrzywdzonego z sejfów i z zamrażalnika zginęła gotówka w łącznej kwocie około 150 tysięcy złotych. Pieniądze należały do jego przyjaciela, u którego pracuje i od którego wynajmuje to mieszkanie. Pokrzywdzony został przekazany pod opiekę pogotowia ratunkowego.

Okazało się jednak, że to 50-latek sfingował napad, a pieniądze po prostu chciał sobie przywłaszczyć.

„NA POLICJANTA”
Do komendy zgłosił się starszy mężczyzna z pytaniem, czy policjanci prowadzą jakąś akcję, bo został poproszony o przekazanie 60 tys. zł jako depozyt. Dyżurny jednostki uznał, że może tu chodzić o próbę wyludzenia metodą „na policjanta” i zawiadomił pion kryminalistyczny. Tam przygotowano zasadzkę na telefonującego. W momencie przekazywania pieniędzy zatrzymali 38-letniego Łukasza J.

STRZELAŁ Z KUSZY W KIERUNKU PRZEDSZKOLA
38-letni Jacek P. kupił sobie kuszę (ale nie ma na nią pozwolenia), wyszedł na balkon i ćwiczył, strzelając w kierunku placu zabaw pobliskiego przedszkola... Dzieci w tym czasie nie było. Bełty znalazła dyrektorka placówki, która zawiadomiła policjantów. Zatrzymani odpowie za wykroczenie z ustawy o broni i amunicji oraz za narażenie na bezpośrednie niebezpieczeństwo utraty życia albo ciężkiego uszczerbku na zdrowiu. Decyzją sądu podejrzany został tymczasowo aresztowany.

policja.pl

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
- Przeciemiążkowe • Węzłów chłonnych • Dopplerowskie • i inne

REHABILITACJA DOROŚLI, DZIECI, NIEMOWLĘTA

STOMATOLOGIA DOROŚLI I DZIECI

LEKARZE SPECJALIŚCI, LABORATORIUM

REHABILITACJA

PAKIET **10 MASAŻY**
LECZNICZYCH 30min.
30% rabatu
OFERTA od 01.04 do 31.05.2019

STOMATOLOGIA PAKIET
PIASKOWANIE I SCALING
OFERTA od 01.04 do 31.05.2019

BEZPŁATNE KONSULTACJE Z FIZJOTERAPEUTĄ
w dn. 01.04-31.05.2019
*Świadczeniodawca wskazuje fizjoterapeutów do konsultacji i decyduje o ilości miejsc
Ilość miejsc ograniczona. Zakres usług może ulec zmianie.

ul. Zamieniecka 80

Twoje Codzienne Zakupy

KOCHANA MAMO, ŻYCZĘ CI...



Mamy kochają dzieci, a dzieci kochają mamy. Oczywiście, prawda? Czasem warto posłuchać najmłodszych, co sądzą na ten temat, tym bardziej, że już za kilka dni wielkie święto mam, a niewiele później ich pociech. O tym za co kochają swoje rodzicielki, czym je denerwują i co robią w domu, by pomóc opowiedzieli nam trzecioklasiści ze Szkoły Podstawowej 312 na Gocławiu.

Wizyta w szkole przy ul. Umińskiego 12 utwierdziła nas w przekonaniu, że czasami warto się zatrzymać i posłuchać dzieci, co myślą na proste tylko pozornie tematy. Inaczej patrzą na świat niż dorośli, dostrze-

gają rzeczy, które nam umykają w codziennych pędzie.

Pierwsze pytanie, które zadaliśmy uczniom było łatwe: za co kocham moją mamę. Najpierw padały proste odpowiedzi, najczęściej: „za wszystko”.

Chwilę później zrobiło się już poważnie.

– Kocham moją mamę za to, że mnie urodziła, przecież inaczej by mnie nie było. A do tego jeszcze tata, przecież on też jest potrzebny, żeby było dziecko. Poza

BŁAŻEJ: miłego życia
ALINA: spokoju, miłości
ROBERTO: niepołamanych kości
KACPER: dużo szczęścia
MAREK: najlepszych wakacji na całym świecie
ANAND: szczęścia
JULEK: pomyslności, dużo gości
NADIA: miłości i radości
RAFAŁ: zdrowia i wesołości
DOMINIKA: dużo spełnionych marzeń
Lena: dużo szczęścia i radości
FILIP: więcej wolnego czasu i szczęścia
MALENIA: dużo czasu wolnego
LILA: zdrowia i pomyslności
MAJA: zdrowia, szczęścia
JAGODA: zdrowia i przyjemności
MARTA: żeby dzieci były grzeczne i obiady wychodziły
TOMEK: szczęśliwego życia
MACIEK: szczęścia i dużo miłości
POLA: szczęścia w miłości
DAWID: wszystkiego najlepszego
ERYK: zdrowia, szczęścia i piękności
MAJA Z.: dużo piękności i pieniędzy
MARIA: zdrowia i szczęścia
BARTOSZ: dużo zdrowia i spełnionych marzeń

tym zmieniała mi pieluchy, a to fajne nie jest – rozważaniom nie było końca. Dzieciaki stawiają na miłość, troskę (najczęściej mamy martwią się o zdrowie i bezpieczeństwo) i to, że mama ciągle pomaga. Codziennie.

Mama jest piękna, piecze bardzo dobre ciasta. Kiedy padło to stwierdzenie, rozgorzała dyskusja, kto lepiej radzi sobie w kuchni – na równi z mamą jest babcia, a do tego wśród tatusiów znajdziemy mistrzów spaghetti czy zupy curry z krewetkami.

Mamę można też kochać za pyszne kulki z ziemniaków i noce, które bywają straszne.

– Ja czasem mam koszmary i boję się strasznie. Nie mogę nawet ruszyć się wtedy z łóżka. Wołam mamę, bierze mnie do siebie do łóżka i dalej jest już dobrze – opisują trzecioklasiści i podkreślają, że kiedy jest im źle, to właśnie najczęściej w ramionach rodzicielki znajdują ukojenie. No, czasem też babci lub taty.

W tej wielkiej miłości nie brakuje zgrzytów. Dzieciaki doskonale zdają sobie sprawę z tego, kiedy i czym denerwują swoich rodziców. Dziewczynki najczęściej mówią o bałaganie w ubraniach i długim ich mierzeniu na chwilę przed wyjściem do szkoły, a chłopcy na

pierwszym miejscu stawiają krzyki i kłótnie z rodzeństwem.

– Moja mama się denerwuje, jak nie chcę się dzielić z siostrą – mówi jeden z uczniów.

– Bo ty się nigdy nie dzielisz – komentuje koleżanka, która szybko dostaje odpowiedź. – Co poradzić? Taki jestem!

Czy chcieliby, by w przyszłości ich dzieci zachowywały się tak jak one? Szybka odpowiedź: tak! Po chwili namysłu: chyba jednak nie... chociaż „jakby moja córka mnie denerwowała tak jak ja mamę, to wtedy bym ją rozumiała, bo teraz właśnie taka jestem”.

Okazuje się, że wszystkie dzieci pomagają w domach. Co prawda te wypowiedzi dla pewności powinni zweryfikować rodzice, ale w oczach dzieci, robią co mogą by pomóc i... pomagają!

Są bardzo chętne do wynoszenia śmieci, opróżniania zmywarek i zmywania, a nawet zdarza się czyszczenie łazienek czy mycie okien! Kolejną pomocą jest zabawa z młodszym rodzeństwem czy... podawanie kawy mamie, gdy jest zmęczona.

Czego życzą swoim mamom? Przede wszystkim więcej wolnego czasu...

Nina Miętus

REKLAMA

MATERIAŁ KKW KOALICJA EUROPEJSKA PO PSL SLD „N ZIELONI

Andrzej Halicki

2 na liście



TWÓJ WYBÓR

Przed nami wybory do Europarlamentu. Jedni interesują się nimi, starają się poznać kandydatów, ich dokonania, relacje między wcześniejszymi deklaracjami a ich realizacją. Inni uważają, że „kolejny pchają się do żłobu” i deklarują, że nic ich to nie obchodzi.

Nie wiem, kto pójdzie do urn wyborczych w najbliższą niedzielę, a kto nie. W sumie, najważniejsze nie „kto” pójdzie, lecz czy zgłoszycie rozważnie i świadomie. Parlament Europejski jest co prawda daleko stąd, ale ma istotny wpływ na wiele naszych codziennych spraw.

Każdy z nas, nie tylko w życiu, lecz wielokrotnie w ciągu dnia dokonuje

wyborów, od których czasem nie zależy nic, a czasem wręcz przeciwnie. Nie ma znaczenia, czy wybierzesz wodę gazowaną, czy niegazowaną, ale może mieć znaczenie to, czy zdecydujesz się na wodę, czy na colę lub słodki sok.

Jedna ze znanych aktorek często opowiadała taką oto historię o wyborach: siedzę przy stole, a przede mną stoi z jednej strony ryba, z drugiej kotlet. Co wybrać? Dawno nie jadłam ryby, ale z drugiej strony uwielbiam kotlety. Jednak ryba jest bardzo zdrowa, lecz ten kotlet tak pachnie... i tak dalej, i tak dalej. Nie ważne, co wybiorę. Zawsze mam tak, że jeśli zjem rybę, z żalem patrzę na kotleta, a jeśli wybiorę kotleta – ślinka cieknie mi do ryby.

Wniosek prosty – jeśli chcesz, zastanów się przed wyborem, lecz gdy go już dokonasz, szanuj swoją decyzję. Najgorsze, co możesz zrobić, to powtarzać błęd aktorki. Dotyczy to każdego wyboru, bez względu na jego rangę: samochodu, nowych spodni, ślubu z Małgosią, podczas gdy Edyta ciągle siedzi w głowie...

Jest jeszcze inny aspekt tego samego problemu. Wychodzisz z domu, na chodniku leżą śmieci: puste opakowanie po jakimś batoniku, puszka po napoju, niedopałek. Co wówczas robi wiele osób? Oczywiście wiesz, że psy na dozorcy, że leń, że nie sprząta. Niezwykle idą na skargę do administracji lub zarządcy budynku.

Czy to dobry pomysł? Niekoniecznie. A może gospodarz świetnie wypeł-

nia swoje obowiązki, oczyścić chodnik i śmietnik, a teraz myje klatki schodowe, jednak nie ma wpływu na to, kto i w jaki sposób z tego chodnika korzysta. Nie jest w stanie i nie musi przecież upilnować i pouczać każdego fletucha, który tamtędy przechodzi: bezstresowej młodzieży, rozgadanych mamusiek z wózkami, czy „zmęczonego” przechodnia po paru piwach.

Rozwaga, tego nam potrzeba najbardziej w wyborach arcyważnych i tych powszechnych, codziennych. Rozwaga, czyli odpowiedzialność wobec siebie i innych za podejmowane decyzje, czyli szacunek do własnego zdania, czyli przemyślana konsekwencja w działaniu.

Tego sobie i Państwu życzę. **żu**

Co tam panie na Pradze...

ŻABA W ŁÓŻKU

Na bazarze nie działa się nic szczególnego. Trochę emerytów kręciło się między stoiskami – młodzież z rzadka.

Kazimierz Główna kupiwszy co nieco, zawiązał do swojego stałego bazarowego portu, czyli do straganu pana Eustachego Mordziaka kupca bieliznianego.

– Witam, panie Eustachy. Można?

– Cześć, panie Kaziu. Jasne, niech pan siada. Jak to mówią: „Niech pan pomaga i nie przeszkadza”.

– Co to jest panie Eustachy, że ludzie mają w sobie taki dar, że jak coś powiedzą, to innym od razu wpada w ucho.

– Bo ja wiem?... Jak ktoś jest ważny, to byle co powie i po nim powtarzają.

– Że niby wyrocznia taka?

– Tak jakby.

– „Nie przeszkadzać, tylko pomagać” – przecież to, między nami mówiąc (pan Kazio nie wiedzieć czemu rozejrzał się na boki) głupota jest. „Pomagaj, tylko nie przeszkadzaj”, to szewc do czeladnika mówił, jak mu kazał wosk rozgrzewać albo szpilki i szpilarek w jednym miejscu porządnie położyć.

– Zaraz głupota? Prezes głupot nie mówi.

– Jak nie mówi, jak nie mówi? Każdy mówi. Znaczący – każdemu się zdarza.

– Na przykład? Niech mi pan poda jakiś jeden przykład...

– Na przykład, że Beata walczyła w Brukseli o Polskę jak Iwica.

– A nie walczyła?

– Panie Eustachy, ja sklerozę mam, nie zapieram się, ale nie aż taką. Po pierwsze nie o Polskę tylko z Tuskiem. Na dodatek o tego, no... No wie pan – tego faceta, który najpierw do PO się przyssał, a jak go ta ręka karmić przestała, to PiS-owską pocałował i teraz za Jarkiem w ogień by poszedł. No i przerzuciła ta „Iwica” koncertowo – 27 do jednego, bo tylko ona za nim głosowała! Przypnę pan, że takiego manta to nawet nasza Legia nie dostała, choć tylek jej właśnie skopali i z „mistrzem” musiała się pożegnać.

– Oj, pan, panie Kaziu, to taki pamiętliwy jest. W polityce różnie bywa. A co prezes ludziom pomógł, to pomógł. Kasę im dał, że niektórzy dawno takiej na oczy nie widzieli. Dla emerytów, na dzieci wszystkie, nawet na krowy i świnię. A teraz, o – na niepełnosprawnych.

– Powiem panu, że ja bym te wybory przesunął troszkę. O jakiś miesiąc, ale niestety – już po ptokach...

– A po co?

– No, bo taką prawidłowość zauważyłem: im bliżej było wyborów, tym im więcej za uszami wygrzebywali. A to jakieś mieszkania na „stupy”, a to tatusia, który komuś za coś nie zapłacił, a to ich radny nożem policjanta w plecy dźgnął, a to znowu wieże jakieś – ze srebra czy coś... Chłopa bronili się i w odwet co i rusz rzucali w stronę publiki 500+. Żeby czym innym się zajął. Co chwilę na co innego.

– To źle?

– To bardzo dobrze, tylko ludzie doświadczeni, jak my nie przymierzając, dobrze wiemy, że to się na ogół szybko kończy.

– No, i?

– No i jakby tak wybory przesunąć o miesiąc, dajmy na to, i jeszcze trochę jarkowych podbechtac, to może i inni załapałby się na jakieś 500+. Fizykoterapeuci czekają, urzędnicy sądowi też płaczą, że mają mało...

– Oj, pan, panie Kaziu to jak ten niewierny Tomasz. Nic się panu nie podoba.

– Ja nie jestem niedowiarek, tylko sceptyk. Nie raz się już naciąłem. I panu radzę dystans zachować, żeby nie było, jak w tym dowcipie:

Facet opowiada koledze: Jadę pewnego razu w nocy i nagle widzę na drodze żabę. Zabrałem ją ze sobą. W domu położyłem się spać, a żabę położyłem obok. Rano budzę się, patrzę, a obok mnie leży piękna blondynka. Uwierzysz?

– Uwierzę.

– A żona nie wierzy!

Szaser

§ PRAWNIK RADZI



Czytelnicy pytają – radca prawny Marcin Kluś odpowiada

Zwracam się z prośbą co robić z sąsiadem, który ma 2 psy czekające bez przerwy i trzyma je na balkonie w pobliżu moich okien. Na pukanie sąsiad nie odpowiada, bo albo go nie ma w domu albo nie chce otworzyć drzwi. Trudno jest wytrzymać w naszym mieszkaniu przy głośnym szczekaniu tych psów nawet po kilka godzin dziennie.

W opisaną przez Panią sytuację należy wziąć pod uwagę zapisy Ustawy z dnia 13 września 1996 roku o utrzymaniu czystości i porządku w gminach. Zgodnie z art. 1 pkt. 1, ustawa ta określa m.in. zadania gminy oraz obowiązki właścicieli nieruchomości, dotyczące utrzymania czystości i porządku. Art. 4 pkt. 1 w/w ustawy stanowi, że regulamin utrzymania czystości i porządku na terenie gminy uchwała Rada Gminy. Regulamin ten jest aktem prawa miejscowego.

W Warszawie, w myśl w/w ustawy, obowiązuje Regulaminu utrzymania czystości i porządku na terenie m.st. Warszawy przyjęty uchwałą Rady m.st. Warszawy nr LXI/1631/2018 z dnia 8 lutego 2018 roku. Zgodnie z § 26 pkt. 2 w/w regulaminu, utrzymujący zwierzęta domowe są zobowiązani do dołożenia starań, by zwierzęta te były jak najmniej uciążliwe dla otoczenia i nie zakłócały spokoju domowego. Jednocześnie, zgodnie z art. 10 pkt. 2a Ustawy z dnia 13 września 1996 roku o utrzymaniu czystości i porządku w gminach, kto nie wykonuje obowiązków określonych w regulaminie w powyższym zakresie podlega karze grzywny. Grzywnę wymierza się w wysokości od 20,00 do 5.000,00 złotych.

Wskazane przepisy nie są jedynymi, które mogą znaleźć zastosowanie w Pani sprawie. W rachubę wchodzi także niektóre przepisy kodeksu wykroczeń, w tym m.in. art. 51, zgodnie z którym, kto krzykiem, hałasem, alarmem lub innym wybrzykiem zakłóca spokój, porządek publiczny, spoczynek nocny albo wywołuje zgorszenie w miejscu publicznym, podlega karze aresztu, ograniczenia wolności albo grzywny.

Do odpowiedzialności za czyn z w/w przepisu może być pociągnięta osoba, w której dyspozycji pozostaje także źródło niepokoju zakłócające spokój, porządek publiczny lub spoczynek nocny, której zachowanie jest bierne, czyli równoznaczne z jego utrzymywaniem, np. właśnie brak reakcji właściciela czy też posiadacza psa na jego szczekanie czy uporczywe wycie pojawiające się bez żadnych szczególnych powodów.

Mając powyższe na uwadze, należy wskazać, że jeśli polubowne załatwienie sprawy nie jest możliwe, należy powiadomić właściwe służby, w celu zmobilizowania właściciela psów do przestrzegania w/w zasad w oparciu o wskazane przepisy.

Niezależnie od powyższego, zastosowanie może znaleźć również art. 144 kodeksu cywilnego, który stanowi, że właściciel nieruchomości powinien przy wykonywaniu swego prawa powstrzymać się od działań, które by zakłócały korzystanie z nieruchomości sąsiednich ponad przeciętną miarę, wynikającą ze społeczno-gospodarczego przeznaczenia nieruchomości i stosunków miejscowych. W oparciu o ten przepis można domagać się od sąsiada (inicjując w sądzie postępowanie cywilne) zaniechania w/w zakłóceń.

Zasadność powództwa w tym zakresie będzie jednak uzależniona od spełnienia przesłanek zawartych w tym przepisie (np. ustalenia czy zakłócanie korzystania z nieruchomości sąsiednich było ponad przeciętną miarę), co będzie przedmiotem oceny sądu w konkretnej sprawie.

Listy i maile można kierować na adres redakcji.

REKLAMA

MEBLE Z DREWNA

oferujemy:

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



Warszawa, ul. Płowiecka 25
(róg Świeckiej)

tel./fax 22 815 35 98

Czynne: pon. – pt.: 10.00 – 18.00

sobota: 10.00 – 14.00

*Na wszystkie meble standardowe znajdujące się na stronie internetowej.

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

5%
OBOWIĄZUJE
RABAT*

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



**Gabinet
Stomatologiczno-
-Lekarski**

**Warszawa,
ul. Grenadierów 21
tel. 22 813-22-38**

od poniedziałku do piątku
w godz. 10.00–20.00

♦ **STOMATOLOG**

od poniedziałku do piątku

10.00–19.00

Sprzedam
Twoją nieruchomość

**PolecanyAgent
przem.ostrzyzek**

**Zadzwoń, jeśli sprzedajesz
dom lub mieszkanie**

794 421 100

**Przemysław Ostrzyżek
agent nieruchomości
Prawobrzeżna Warszawa**



ZOSTAW PTAKA!

Straż Miejska coraz częściej odbiera zgłoszenia o młodych ptakach, które wypadły z gniazd. Mieszkańcy starają się je ratować, a okazuje się, że w większości przypadków nie powinni tego robić.

Chodzi o młode ptaki, które dopiero uczą się latać. Mieszkańcom wydaje się, że wypadły z gniazda, tymczasem one, pod czujnym okiem rodziców, właśnie uczą się życia. Zabierając je z miejsca, w którym je znajdujemy – robimy im wielką krzywdę. Jak tłumaczą strażnicy, właśnie w maju i czerwcu jest najwięcej zgłoszeń dotyczących podlotów, które „wypadły z gniazda”.

– To nieporozumienie. Ptaki w tym czasie uczą się życia, poznają najbliższe otoczenie i zabieranie ich z miejsc, w których się znajdują, przerywa naturalny cykl i często uniemożliwia młodym start w ptasią dorosłość. Wczesne opuszczenie gniazda przez podloty to element szkoły przetrwania. Im szybciej ptaki opuszczają gniazdo, tym mają większe szanse nauczyć się pod okiem rodziców prawidłowego rozpoznawania zagrożeń i właściwego na nie reagowania. Może się wydawać, że podloty są

młodego ptaka albo zanim sami zdecydujemy się, by takiemu maluchowi „pomóc”, zastanówmy się, czy interwencja ludzi rzeczywiście jest konieczna – mówią strażnicy z Ekopatrolu.



Kiedy zatem należy interweniować? Przede wszystkim jeśli widać, że ptak ma widoczne obrażenia albo jest w niebezpiecznym miejscu (delikatnie można przenieść go troszkę dalej) lub jeśli spadło całe gniazdo.

Interwencji dotyczących ptaków jest bardzo dużo. Tylko w tym roku Ekopatrol odnotował już niemal 1,5 tys. zdarzeń. **KS**



ZIELONA FALA NA MODLIŃSKIEJ?

W mieszkańców wstąpiła nadzieja – planowana jest zmiana ustawień sygnalizacji na skrzyżowaniach z ul. Modlińską.

Wszyscy ci, którzy choć raz jechali ulicą Modlińską wiedzą, że wymaga to wielkiej cierpliwości. Bywa, że każde skrzyżowanie z ulicą podporządkowaną oznacza odstanie dobrych kilku minut na czerwonym świetle. O tzw. zielonej fali tutaj można tylko pomarzyć. Problem jest i to olbrzymi, bo Modlińska to wylotówka dla podróżujących na przykład na Mazury.

Radna z Białoleki, Lucyna Wnuszewska, zwróciła uwagę na ten problem w swojej interpelacji. Jej zdaniem korki tworzą się na skrzyżowaniach z ulicami: Kowalczyka, Elektronową, Ekspresową i al. płk. Kuklińskiego.

W odpowiedzi na jej pytania, Zarząd Dróg Miejskich informuje, że planowane są zmiany. Jeśli wszystko pójdzie zgodnie z planem, do końca przyszłego roku sy-

gnalizacja w tych miejscach zostanie włączona do Zintegrowanego Systemu Zarządzania Ruchem.

– Zarząd Dróg Miejskich planuje zakończenie prac projektowych w tym roku, a wprowadzenie zmian do końca 2020 r. Wtedy to światła na skrzyżowaniach będą dostosowane do pełnej akomodacji, tj. uzależnienia wyświetlonych sygnałów od natężenia ruchu w danej relacji – mówi Lucyna Wnuszewska i dodaje, że to rozwiązanie choć trochę poprawi płynność ruchu na ul. Modlińskiej, a na to czekają mieszkańcy.

Kierowcy sceptycznie podchodzą do tej informacji. Podkreślają, że sytuacja uległaby zmianie, gdyby zmieniono sygnalizację na wszystkich skrzyżowaniach aż do ul. Mehoffera.

– Duży problem jest przy Mehofferze w kierunku Legionowa, ruch

blokowany jest przez długi lewoskręt w stronę miasta, zupełnie niepotrzebny po południu – komentuje na naszym FB Annie, a inny internauta podkreśla, że wiadukty rozwiązałyby problem, ale to plany na daleką przyszłość.

– Ja przy okazji zwróciłbym uwagę na zjazd z Mostu Północnego na Tarchomin przy ul. Myśliborskiej. W tej chwili ze środkowego i lewego pasa można skręcić w lewo, natomiast z prawego pasa można jechać prosto i w prawo. Powoduje to, że wszystkie samochody, które chcą skręcić w prawo na zielone światło, muszą czekać na zielone światło, gdy chociaż jeden samochód jedzie prosto – pisze Adam.

Pomysłów na poprawę sytuacji na Modlińskiej jest sporo, jednak żaden z nich definitywnie nie rozwiąże problemu. Mamy nadzieję, że zmiana ustawień światła na czterech skrzyżowaniach choć trochę odkorkuje główną arterię Białoleki.

Klara Bartuszek

REKLAMA

REKLAMA

STREFA SŁUCHU APARATY SŁUCHOWE

- PROFESJONALIZM
- WYKSZTAŁCENIE
- DOŚWIADCZENIE
- PASJA



Anna Cierpicka-Świtkowska
Dyplomowany audioprotetyk,
23 lata doświadczenia



Cezary Kozub
Dyplomowany audioprotetyk,
16 lat doświadczenia

Poznaj wszystkich audioprotetyków na www.strefasluchu.pl

NOWOCZESNE APARATY SŁUCHOWE

- nowy sposób ładowania (bez baterii, kabli i wtyczek)
- naturalne brzmienie własnego głosu
- łatwe zrozumienie mowy nawet w głośnym otoczeniu
- możliwość regulacji za pomocą smartfona lub pilota
- rozmowy telefoniczne bez użycia rąk
- dźwięk z telewizora bezpośrednio w aparatach
- terapia szumów usznych metodą TRT



Wiedza i Technologia – tylko takie połączenie zapewni Ci najlepsze ZROZUMIENIE MOWY

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
tel. kom. 505 383 187

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

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

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

Farma Iluzji – miejsce, w którym znajdziecie zarówno zabawę, jak i edukację. Dwa w jednym, a do tego jeszcze mnóstwo radości dla małych i dużych.



To miejsce nie tylko dla dzieci w różnym wieku, ale też dorosłych. Tutaj nie grozi nuda, a decydując się na odwiedzinę w parku edukacji i rozrywki musimy zarezerwować kilka godzin wolnego czasu.

Atrakcji jest mnóstwo. Na sześciu hektarach położonych tuż obok lasu znajdziemy wszystko to, co dzieciaki lubią najbardziej.

Dla najmłodszych przygotowano specjalną Strefę Malucha. Mogą też popływać na wesołych kaczuszkach albo przejechać się kolejkami: Dragon i Wild West. Wśród uwielbianych przez nieco starszych gości jest wznoszące ich na dobre kilka metrów

drzewo spadania i karuzela tzw. łańcuchowa.

Nie zapomniano też o piratach. Oni towarzyszą dzieciakom w kilku miejscach, są m.in. na pirackim statku. Na Farmie są również ukochane przez dzieci dmuchańce. Aż



trzy duże place zabaw, po których można skakać, przewracać się czy zjeżdżać. Natomiast większe dzieci chętnie próbują swoich sił strzelając z łuku czy chodząc po linach.

Tyle o placach zabaw, bo nie sposób je wszystkie wymienić. Największa frajda jest z iluzji, a tych mamy w Mościskach aż 18. Największą i najbardziej znaną jest Chata Tajemnic, czyli dom nazywany przez dzieciaki krzywym. Konstrukcja jest z jednej strony ode-

salon w tym domu jest nie lada wyzwaniem. Wariują zmysły i błędnik, wiele osób po prostu się tam przewraca. Salwy śmiechu wywołuje też stolik, na którym znajdziemy jedzenie i patelnię. To w nią dzieciaki wkładają głowy, a dzięki iluzji optycznej nie widać reszty ich ciała, jedynie głowę na patelni.

W Farmie Iluzji czekają nas też przygody. Wielkie wrażenie robi m.in. rezerwat smoków, ale największe grobowiec faraona. Do tego miejsca maluchy nie wejdą, bo jest

FARMA ILUZJI

PARK EDUKACJI I ROZRYWKI

rwana od podłoża. Z zewnątrz wygląda niesamowicie, jednak najlepsze znajdziemy w środku. Okazuje się, że przejście przez

zbyt strasznie. W towarzystwie przewodnika spacerujemy po ciemnych „podziemiach”, towarzyszy nam jedynie latarka i pochodnie na ścianach. W drodze napotykamy złodzieja, z którego został jedynie szkielet odziany w białą szatę, a dalej trumnę Faraona. Zaniepokojony hałasem władca Egiptu wychodzi z niej zobaczyć, co się dzieje...

W parku nie powinniśmy też ominąć Kopalni – to jedyna taka atrakcja na Mazowszu i unikat na skalę kraju. Po wejściu do budynku znajdziemy pokój,



w którym przygotowywali się do pracy górnicy. Odtworzono tu dekoracje z 1966 roku: meble, gazety, a nawet oryginalne papierosy „Sporty”. Główną atrakcją Kopalni jest winda, którą zjedziemy do podziemia. Towarzyszą nam autentyczne mechaniczne odgłosy zjazdu, osiągamy głębokość powyżej 300 metrów pod ziemią. Efekt iluzji jest tu rzeczywiście imponujący. Na koniec spotykamy ducha strażnika.

To nie koniec niesamowitych wrażeń. Znajdziemy je też m.in. w obrotowym domku, który kręci się wokół własnej osi. Goście wchodzą do środka i... tego nie zdradzimy, podobnie jak innych atrakcji w Farmie Iluzji. Sami musicie to zobaczyć. Planując wyjazd na cały dzień (bilety nie mają ograniczeń czasowych), warto pomy-

1 czerwca, z okazji Dnia Dziecka, Farma Iluzji ogłosi **KONKURS** na Facebook-u gazety „Mieszkaniec”, w którym do wygrania będzie rodzinny bilet do parku. Więcej szczegółów już wkrótce na stronie www.mieszkaniec.pl.

śleć o czymś na grilla, bo można go zrobić samemu w specjalnej strefie grillowania. Czeką nie tylko sam sprzęt, ale też węgiel. Wystarczy zatem rozpaść i gotowe! Gdybyście jednak nie byli fanami pieczonej kiełbaski, inne pyszności kupicie na miejscu w barze.

Co warto jeszcze dodać o Farmie Iluzji? Droga do niej jest oznakowana, a na wszystkich gości czeka olbrzymi parking. Całą resztę musicie zobaczyć sami!

AS

www.farmailuzji.pl
f/farmailuzji

REKLAMA

Zapraszamy do wielospecjalistycznej prywatnej przychodni na Gocławiu.

Strefa Pacjenta to miejsce, które powstało z potrzeby zaoferowania dzieciom i dorosłym holistycznej opieki medycznej na najwyższym poziomie.

W naszym zespole pracują lekarze wielu specjalności m.in. pediatrzy, interniści, neurologi, chirurdzy, alergolog, nefrolog, dermatolog, chirurg naczyń, onkolog, ale także psychoterapeuci, dietetycy i fizjoterapeuci.

Wykonujemy szczepienia, badania USG, biopsje, szybkie testy diagnostyczne.

Oferujemy też bardzo szeroki wachlarz badań laboratoryjnych.

NASZ ADRES:

Strefa Pacjenta

ul. Bora-Komorowskiego 37, Warszawa

507 414 428 lub 507 414 232

@repcja@strefapacjenta.com.pl

www.strefapacjenta.com.pl

Serdecznie zapraszamy!

Przed przychodnią znajdują się oznaczone miejsca parkingowe dla pacjentów.

strefa pacjenta

Sanatorium Uzdrowskie ZGODA

Ciesz się zdrowiem długie lata!

Turnus rehabilitacyjny 14 nocy

- w sezonie 1848 zł za osobę w pokoju 2-os. z łazienką
- poza sezonem 1666 zł za osobę w pokoju 2-os. z łazienką

Turnus rehabilitacyjny 7 nocy

- w sezonie 994 zł za osobę w pokoju 2-os. z łazienką
- poza sezonem 917 zł za osobę w pokoju 2-os. z łazienką

W cenie turnusów: zakwaterowanie, pełne wyżywienie, konsultacja lekarska, 4 zabiegi lecznicze dziennie i kuracja pitna.

Z tym ogłoszeniem **5% RABATU** na tygodniowe i dwutygodniowe turnusy rehabilitacyjne w 2019 roku.

Informacje i rezerwacje: ☎ 18 471 20 76 lub ☎ 18 471 63 73

www.sanatoriumzgoda.pl

• ul. Piłsudskiego 42 • 33-380 Krynica Zdrój



Hotel Arkadia

wesela • chrzciny • komunie • przyjęcia



• przyjęcia duże i małe

☎ 22-678-50-55 imprezy@hotelarkadia.pl

MIÓD Z RATUSZA

Aż 30 tysięcy pszczoł zamieszkało na dachu Urzędu Dzielnicy Białołęka. Miód, który wytworzą, będą mogli skosztować wszyscy mieszkańcy dzielnicy.

Dwie pszczele rodziny, które zamieszkały przy ul. Modlińskiej, to roje rasy kraińskiej linii Hinderhofer AGT z matkami hodowanymi z 2018 roku. Owady zamieszkały w dwóch drewnianych ulach.

Na Białołęce pszczoły mają bardzo urozmaicone menu,

pszczeli. Pszczoły miodne zapylają ponad 70 proc. roślin pożytkowych – wyjaśnia Urząd Dzielnicy Białołęka.

Warto wiedzieć, że aż 1/3 produktów spożywczych powstaje właśnie przy współudziale pszczoł, a ich obecność na roślinach owadopylnych zwiększa plony od kilku do nawet 90 proc.



Fot. UD Białołęka

w nim m.in.: spadź ze starych dębów na Kępie Tarchomińskiej, nawłocznik Wisły, lipy oraz drzewa owocowe w Rodzinnych Ogródkach Działkowych i okolicznych posesjach.

– Pszczoła miodna jest jedynym owadem na świecie, który wytwarza pokarm dla człowieka. Najpopularniejszym produktem pszczelim jest miód, ale od pszczoł pozyskuje się również pyłek kwiatowy, pierzę, propolis, wosk, mleczko pszczele i jad

Miodem, który wytworzą pszczoły na dachu Ratusza, pod koniec lata będą częstowani mieszkańcy.

Miód, bez względu na „miejsce pracy” owadów, to jeden z najzdrowszych, a jednocześnie najczystszych produktów spożywczych. Pszczoły zbierają nektar tylko z czystych kwiatów, dodatkowo rodzina pszczela działa jak naturalny i wyjątkowy system filtrujący. **KS**

ŚWIĘTO SASKIEJ KĘPY

Kayah i Soyka głównymi gwiazdami zbliżającego się Święta Saskiej Kępy. W najbliższą sobotę mieszkańców czeka kolejna edycja tej corocznej imprezy.



Fot. archiwum

Szczegóły wydarzenia przedstawili na specjalnej konferencji prasowej przedstawiciele organizatorów imprezy. – To już po raz czternasty spotkamy się na Saskiej Kępie – mówił burmistrz Pragi Południe Tomasz Kucharski. – Jak zwykle w tle będzie Agnieszka Osiecka...

Hasłem tegorocznej edycji święta jest „Jak dobrze mieć sąsiada” – tytuł jednego z utworów autorstwa najbardziej znanej mieszkanki Saskiej Kępy.

Impreza rozpocznie się o godzinie 14 paradą, która ruszy z ronda Wolframa ul. Paryską i Francuską. Nowością będzie to, że tym razem przemarsz nastąpi praktycznie na całej

długości głównego sasko-kępskiego ciągu ulic i zakończy się dopiero przy rondzie Waszyngtona. – Na tym odcinku, prawie 1600 m, zaplanowaliśmy trzy sceny – mówiła Maria Juszyk, dyrektor tutejszego Promu Kultury. – Sceny te będą przy Promie, przy ul. Obrońców i rondzie Waszyngtona. To oczywiście główny obszar działań kulturalno-artystycznych. Wspomnieć trzeba chociażby o „Jordanku” przy ul. Nobla, w którym specjalny program dla najmłodszych będzie realizowany w godz. 10–14.

Kto wystąpi na tegorocznym Święcie Saskiej Kępy? Jak wspomnieliśmy gwiazdą wie-

czoru będzie Kayah. Koncert artystki rozpocznie się o godz. 20. Półtorej godziny wcześniej ze swoim repertuarem wystąpi mieszkaniec Saskiej Kępy – Stanisław Soyka. W programie święta (szczegóły na naszym portalu www.mieszkaniec.pl) znalazły się m.in. koncerty Katarzyny Zak, Bogdan Hołownia Trio czy chóru Alla Polacca. Nie zabraknie też muzyki fado, gypsy-jazzu, swingu czy dixlandowej. Będzie występ Teatru N.O.R.A oraz musical „Zakończaj się w mojej Warszawie”.

Pamiętać trzeba, że Święto Saskiej Kępy wiąże się też z utrudnieniami w ruchu. – Już w piątek wieczorem zostanie wyłączony z użytkowania cały ciąg od ronda Wolframa do ronda Waszyngtona – zapowiada Mirosław Salach, dyrek-



Fot. Piotr Parębski

tor Centrum Promocji Kultury Dzielnicy Praga-Południe. – Przywrócenie ruchu nastąpi w niedzielę około godziny 12.

Aby uniknąć komunikacyjnych trudności najlepiej na Święto Saskiej Kępy przybyć komunikacją miejską. **ar**



Fot. archiwum

REKLAMA

REKLAMA

ZARZĄD DZIELNICY PRAGA-PÓŁUDNIE M.ST. WARSZAWY
oraz PROM KULTURY SASKA KĘPA I CENTRUM PROMOCJI KULTURY
SERDECZNIE ZAPRASZAJĄ na:

Święto Saskiej Kępy

25 maja 2019

14:00 BARWNA PARADA
RUSZA SPÓD PROMU

KONCERTY GWIAZD NA 3 SCENACH, m.in.:

18:30 STANISŁAW SOYKA
20:00 KAYAH

Organizatorzy:

Patronat medialny:

SASKA.EDACJA

DZIELNICA.pracownik

WIELKA FRAJDA NA MAŁYM ROWERZE

Veturilko, czyli rowerki dla najmłodszych, są dostępne tylko w trzech miejscach na prawym brzegu Wisły. W wielu dzielnicach wciąż ich nie ma.

Rowerki Veturilko dostępne są w sześciu lokalizacjach w Warszawie. W naszych (prawobrzeżnych dzielnicach) znajdziemy je tylko w trzech miejscach: w parkach Bródnowskim i Praskim oraz przy PGE Narodowym (od strony ronda Waszyngtona).

W całej Warszawie dostępnych jest 60 rowerków w dwóch rozmiarach. Mniejsze są dla dzieci od 4. roku życia, a większe od 6 lat.

– Stacje Veturilko zostały rozmieszczone w miejscach, w któ-

rych najmłodszy bezpiecznie pod okiem opiekunów mogą rozpocząć swoją przygodę na dwóch kołach. Nie tylko nauczyć się jazdy na dwukółowym rowerze, ale również poznać ideę współdzielenia środka transportu, jakim jest rower – mówi Marek Pogorzelski, rzecznik prasowy Nextbike Polska.

Veturilko cieszy się bardzo dużą popularnością – tylko w zeszłym sezonie rowerki wypożyczono ponad 14 tysięcy razy. Wypożyczenie odbywa się na tych samych zasadach, co



w przypadku standardowych rowerów Veturilo. Obowiązuje przy tym ten sam cennik, zakładający bezpłatne pierwsze 20 minut każdego wypożyczenia. Za pomocą jednego konta Nextbike można wypożyczyć w tym samym czasie do 4 rowerów. Opiekunowie mogą więc korzystając ze swego konta wypożyczyć rowery dla siebie

i dzieci. Niestety, chociaż zainteresowanie rowerami wciąż rośnie, tych dla najmłodszych jest zdecydowanie za mało.

Może Czytelnicy „Mieszkańca” podpowiedzą, gdzie takie rowery powinny się pojawić? Czekamy na listy i maile, a sugestie prześlemy Zarządowi Dróg Miejskich.

Klara Bartuszek

FLORIAN POKROPIŁ

Patron najbardziej praskiego jarmarku trochę postraszył przybyłych na imprezę mieszkańców. Postraszył padającym deszczem, a jak wiadomo kapryśna pogoda może zniszczyć nawet najlepiej przygotowaną imprezę plenerową.

O sikawicę z nieba trudno mieć pretensję do świętego Floriana, bo w końcu jest nie tylko patronem Jarmarku Floriańskiego, ale także strażaków. Choć zał trochę najmłodszych uczestników imprezy, która odbyła się w ubiegłą niedzielę na Pradze Północ. Dlatego zał, że złane wodą „dmuchańce” musiały jakiś czas odczekać, żeby wyschnąć i żeby rozrado-

lider Robert Motyka poprowadził Jarmark Floriański.

Po Kabarecie Księdza Proboszcza przyszedł czas na Kapelę Praską, która jak zwykle lokalnym repertuarem zrobiła furorę. Warszawsko-praskie piosenki publiczność śpiewała wraz z artystami.

Interakcja z widzami była też przy kolejnym występie – Stowarzyszenia Format Zero



wane dzieci mogły się na nich wyskakać. Ale, jak napisaliśmy, Florian tylko postraszył, bo do słownie w chwili oficjalnego rozpoczęcia imprezy deszcz przestał padać i do jej końca pogoda nie spłatała już figla.

Już na samym wstępie wszystkich w dobry humor wprowadził ksiądz Bogusław Kowalski, proboszcz tutejszej Katedry pw. Św. Michała Archanioła i Św. Floriana Męczennika. Duchowny wystąpił na scenie w roli stand-up’era. Proboszcz wymyślił dla żon (cudzych oczywiście) nowy sposób na sprawdzenie, czy małżonkowie nie wracają do domu pod wpływem: – *Teraz nie kaźcie im drogie panie wymawiać słowa „Gibraltar”, tylko „Paranienormalni” – to też trudne...* Ksiądz nawiązał do nazwy kabaretu, którego

i Akademii Tanga. Nad Floriańską zabrzmiąły przedwojenne szlagiery, a potem była nauka tanga. Tańczono przed sceną, na bruku i chodnikach.

Drugą część dnia wypełniła dawka poczucia humoru. Stało się tak dzięki występom renomowanych kabaretów – Chatelet i Paranienormalni. Wieczór należał do Urszuli. Artystka rozpoczęła koncert przebojem „Dla Ciebie” i zaśpiewała wszystkie swoje hity. Zresztą ku zadowoleniu publiczności.

W międzyczasie na scenie odbywały się konkursy z nagrodami, a także ceremonia wręczenia „Florianów 2019” – nagród za wkład w rozwój kultury i tożsamości Pragi Północ.

Ada M

Obszerna fotorelacja z imprezy na www.mieszkaniec.pl



FLORIANY 2019

Tegoroczne statuetki wręczali samorządowcy: burmistrz dzielnicy Ilona Soja-Kozłowska, przewodniczący rady Pragi Północ Ireneusz Tondera, jego zastępca Jacek Wachowicz oraz radna Warszawy Gabriela Szustek. Pierwszym „Florianem” wyróżniono Jerzego Adamka – najdłużej pracującego, ponad 60 lat, na Pradze Północ złotnika i jubilera. Drugą statuetkę odebrał Piotr Strzyckiński w imieniu Towarzystwa

Przyjaciół Pragi (jednego z najprężniej działających praskich stowarzyszeń), a trzecia trafiła do Galerii Szuflada, rodzinnej pracowni państwa Elżbiety i Artura Zawadzkich, która była pierwszym tego typu obiektem na Pradze Północ. Organizatorem Jarmarku Floriańskiego był Urząd Dzielnicy Praga-Północ. Imprezę honorowym patronatem objął ks. bp Romuald Kamiński, Ordynariusz Diecezji Warszawsko-Praskiej.

REKLAMA

REKLAMA

WARSZAWIANKA
ROKU 2019



KIM JEST
WARSZAWIANKA
ROKU?

Zgłoś swoją kandydatkę
w terminie od 14 maja do 16 czerwca na stronie:
www.um.warszawa.pl/warszawiankaroku

PATRONAT HONOROWY:



RZECZNIK PRAW OBYWATELSKICH

PARTNERZY:



PATRONI MEDIALNI:

chillizet



risk

OCEANIC



by Insomnia

URODA

VIVA!

polki.pl

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



serdecznie zapraszają na
Dzielnicowy



Dzień Dziecka

2 czerwca (niedziela) Park nad Bałatonem

11:00-17:00

ATRAKCJE DLA CAŁEJ RODZINY!

Zawody sportowe dla dzieci z UKS Niedźwiadek

Pokazy gimnastyki artystycznej GWKS Ajsedora

Pokazy żeglarstwa z BT Kliwer

Zdrowy Catering
od Towarzystwa Przyjaciół Dzieci

Nauka Karate z Mazowieckim Klubem Karate
Tradycyjnego AKA Warszawa

Konkurs Młodych Talentów Wokalnych

Maraton gier z programowaniem,
warsztat ciekawej matematyki,
kreatywne zabawy plastyczne z Matplaneta

Wizyta Alpak z Zielonych Traw

Dmuchańce i fotobudka

Koncert Gwiazdy

Anna Dereszowska
Bajki i Dobranocki



Organizatorzy:



Współorganizatorzy:



Patroni medialni:



DZIELNICA.pragapl
Grochów, Śaska Kępa, Gocław, Kamionek

Rozmowa z Izabelą Dembińską – mamą dwójki dzieci, położną w Szpitalu Praskim, wykładowcą szkoły rodzenia, autorką książki „Ćwicz z położną”.

– Trudno mi to opisać, ale czuję, że funkcjonuje w społeczeństwie stereotyp położnej i jestem przekonany, że Pani go całkowicie burzy...

– Dlaczego Pan tak myśli?

– Widzę młodą, ładną, zadbaną kobietę, z pasją, bardzo przedsiębiorczą i aktywną na płaszczyźnie zawodowej zarówno w realu, jak i w Internecie...

– Kiedyś na konferencji dla położnych przytoczono wyniki badań, opinie ludzi, jak wygląda położna. Okazuje się, że jest to starsza pani, grubsza, w trwałej ondulacji i musi tylko wykonywać polecenia lekarzy. Często też ludzie nie widzą różnicy pomiędzy położną a pielęgniarką. Nie postrzegają nas jako niezależne specjalistki, ale jako personel pomocniczy...

– Czyli miałam trochę racji. A jak to się stało, że wybrała Pani tę profesję?

– Studiowałam psychologię i okazało się, że te studia nie są tym, co sobie wyobrażałam przed ich rozpoczęciem. Dużo statystyki, wiele testów – zupeł-

nie coś, czego nie chciałam robić. Gdy byłam na piątym roku i urodziłam córkę, to stwierdziłam, że jednak wybiorę położnictwo i będę pomagała innym mamom.

– Wyczytałam, że pomogła Pani kilku tysiącom mam...

– To prawda. Ale bardziej niż w samym rodzeniu, bo przyjmę tylko ok. 100 porodów, pomagałam w przygotowaniu do porodu. I do tej pory cały czas się tym zajmuję – w przygotowaniu do porodu głowy i ciała.

– Córkę urodziła Pani jako studentka psychologii, a kilka lat później syna już jako położna. Czy z tego powodu te dwa porody różniły się w jakiś sposób?

– Obydwa przyjmowała moja mama, też położna. I powiem szczerze, że rodzić jako nie położna było mi łatwiej.

– Bo nie znała Pani zagrożeń, jakie mogą spotkać rodzącą...?

– Chyba tak. Tym bardziej, że pierwsza moja praca była na patologii ciąży. To kontakty tylko z kobietami obciążonymi różnymi chorobami i widziałam

z jakimi powikłaniami można się spotkać. I, mimo że nie należałam do tej populacji kobiet chorych jako ciężarna, to w głowie to wszystko zostaje i pracuje... Dlatego też kładę mocny nacisk, aby nie opowiadać traumatycznych historii z innych porodów. Tym bardziej, że przekaz porodu w naszym kraju jest dość martyrologiczny – kobiety są kształtowane w postawie, że to jest coś ciężkiego, trudnego i bolesnego.

– Założyła Pani firmę, w której prowadzi Pani treningi, warsztaty dla kobiet w ciąży i okresie połogu...

– Tak, do własnej działalności namówił mnie mąż. Ale też na podjęcie tej decyzji miała wpływ moja natura. Szpital jest jednak takim miejscem hierarchicznym, w którym nie da się być całkowicie niezależnym, a ja lubię pracę samodzielną. Ale też pracuję w Szpitalu Praskim, w którym odpowiadam za szkołę rodzenia. Tak, jak zmienia się Praga, tak też zmienił się Szpital Praski.

Mamy piękny, bardzo kameralny oddział położniczy, dwie sale porodowe, zindywidualizowaną opiekę. Szpital jest nastawiony na wspieranie porodu aktywnego.

– A jak Pani pracuje z przyszłymi matkami?

– Przede wszystkim staram się im uświadomić, że urodzenie dziecka zależy tylko i wyłącznie od nich, a nie od położnych. My jesteśmy tylko dodatkiem, który

czuwa nad bezpieczeństwem porodu. I że to, co kobiety czują przy porodzie, nie jest rzeczą, której należy się bać. Bo to jest trochę tak, upraszczając, że kobiety nie boją się używać ciała do seksu, ale boją się ciała rodzącego. A przecież to takie samo fizjologiczne zachowanie. Kobiety ćwiczą w okresie ciąży, ale tego efektu nie widać czasami później na sali porodowej. Chcę, aby ćwiczenia z okresu ciąży miały przełożenie na poród. Bardzo dużym problemem jest na przykład wydawanie dźwięków przez kobiety...

– Wstydzą się?

– Wstydzą. A poród jest takim zjawiskiem, że trzeba sobie pozwolić na odpuszczenie tych wszystkich zachowań, a wejść w instynkty. Myślę, że to, co robię przynosi pożytek i też mam taki feedback od kobiet, że do tej pory tego brakowało.

– Dla kogo napisała Pani książkę „Ćwicz z położną”?

– Dla kobiet i na potrzeby kobiet. Panie, które uczęszczały do prowadzonej przeze mnie szkoły rodzenia mówiły: weź to spisz na blogu lub w książce. Dałam się przekonać i stanęło na książce.

– Okazją do naszej rozmowy jest zbliżający się Dzień Matki. Macie jakiś rodzinny rytuał związany z tym świętem? Budzi się Pani rano i...?

– Nie, nie mamy jakichś specjalnych rytuałów. Uważamy, że takie święta jak Dzień Matki, Dzień Kobiety czy Walentynki powinny być każdego dnia. Córka ma już 12 lat i na pewno jakoś ten dzień będziemy celebrować, a młodszy synek zapewne przyjdzie do mamusi z laurką...

– Na co w kontaktach z dziećmi zwraca Pani największą uwagę?

– Na bycie z nimi tu i teraz. Na jakość spędzonego z dziećmi czasu, a nie na ilość.

– A co by Pani radziła, tak ogólnie, innym matkom, innym kobietom?

– Po pierwsze, żeby nie starały się być matkami idealnymi, ale po prostu dobrymi. Po drugie, żeby mówiły jasno i konkretnie o swoich potrzebach. Przede wszystkim mężczyznom, swoim partnerom. Mam wrażenie, że komunikacja w związkach, niestety, nieco kuleje. A jak to mówią: szczęśliwa mama, to szczęśliwe dzieci...

Rozmawiał Adam Rosiński

REKLAMA

EDinvest s.A.

Osiedle ORLIK
ul. Rogalskiego

Nowa inwestycja na Gocławiu!

**Mieszkania na miarę
Twoich potrzeb**

SPRZEDAŻ » 22 671 95 28 • www.edinvest.pl

- MIESZKANIE 11



Jak powstrzymać zmiany klimatu w mieście? Czym są ogrody deszczowe i czy warto zakładać ogródki społeczno-ściowe? Odpowiedzi na pytania poznają uczestnicy warsztatów „Spotkania z klimatem”. Najbliższe spotkania odbędą się: 26 maja o godz. 11 w OSiR przy ul. Siennickiej 40 oraz 31 maja o godz. 17 w SP 312, ul. Umińskiego 1.

Jest przetarg na wykonanie studium technicznego III linii metra. Pierwszy odcinek nowej linii połączy Stadion Narodowy z Gocławiem. Na stacji Stadion Narodowy jest dodatkowy peron, który umożliwi kontynuację trasy dalej, w kierunku Gocławia. Właśnie ten fragment trasy ma zostać objęty analizą.

Warszawie przybywa nowy mural. W ten sposób na Gocławiu uhonorowana zostaje nasza najmłodsza złota medalistka Igrzysk Olimpijskich – Kamila Skolimowska. Mural powstał na elewacji SP nr 312 przy ul. Umińskiego 12. Jego prezentacja odbędzie się 27 maja o godz. 9.00. Temu wydarzeniu będzie



nieżyjącej Mistrzyni – Tomasz Majewski, Robert Korzeniowski, Andrzej Supron i Jacek Wszola.

Już 8 czerwca odbędą się Dni Białoleki 2019. Gwiazdami będą Kamil Bednarek i Sound'n'Grace. Zaplanowano wiele atrakcji. Będzie m.in. fe-

stawał kolorów, finał Miss Polonia, Targ Śniadaniowy oraz teatr i zmagania sportowe.



Niemal 2,5 tysiąca par butów trafi do potrzebujących na Białolekę. Wkrótce zostaną one rozdane m.in. fundacjom czy osobom bezdomnym. Buty zostały zarekwirowane przez Służbę Celną i przekazane potrzebującym. W akcję włączyła się też fejsbukowa Białolecka Pomoc Sąsiedzka. **UD Pr.Pld, ks, ar**

REKLAMA

REKLAMA

Już od 15 lat Europa zmienia Warszawę!



BULWARY WIŚLANE

Warszawskie brzegi Wisły to w ostatnich latach ulubione miejsce spędzania czasu dla setek tysięcy warszawianek i warszawiaków. Modernizacja odnowionych bulwarów, w tym budowa tras rowerowych wzdłuż Wisły, jest możliwa między innymi dzięki środkom europejskim.

#WarszawaDlaWszystkich



WYDARZENIA KULTURALNE

wydarzenia bezpłatne



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

● **25.05. godz. 14.00** – Święto Saskiej Kępy 2019: „Jak dobrze mieć sąsiada”; **28.05. godz. 18.00** – „(Spóźniony) Dzień Matki z poezją i muzyką”; **29.05. godz. 11.00** – Spektakl dla dzieci pt. „Baśń o lekkiej królowej”; **godz. 17.00** – Spotkania ze sztuką: „Kuchnia w sztuce”; **godz. 19.00** – Klub Mola Książkowego: „Podmajordomus Minor” Patricia Hewitta; **30.05. godz. 17.00** – Kino Azerbejdżanu: „Dżawad Chan” (reż. Rovshan Almuradli); **31.05. godz. 19.00** – Praski Blues; **3.06. godz. 18.30** – Koncert laureatów Warszawskiego Konkursu Muzycznego dla dzieci i młodzieży „Mikrofon 2019”; **4.06. godz. 18.30** – Okiem fotografa: Katarzyna Gubrynowicz – fotografia krajoznawcza; **5.06. godz. 17.00** – Spotkania ze sztuką: „Sztuka w internetowej popkulturze – przyszłość czy szarganie świętości?”

Sanktuarium Św. Ojca Pio w Warszawie, ul. Gen. Augusta Emila Fieldorfa „Nila” 1

2.06. godz. 19.00 – Koncert organowo-kameralny: Krzysztof Czerwiński (Sydney, Australia) – organy. Duo Accosphere (Polska/Słowacja) – duet akordeonowy.



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

● **25.05. godz. 12.00** – Porady ogrodnicze: „Jak uratować chorą roślinę w domu lub w ogrodzie”. Przyńś ze sobą chorą roślinę, uszkodzone kwiaty, liście czy fragmenty pędów i dowiedz się, jak ją wyleczyć; **26.05. godz. 16.00** – Koncert zespołu Ferajna z Baru Warszawa; **29.05. godz. 12.00** – Historia teatru: „Teatr Qui Pro Quo”; **do 31.05.2019** – Wystawa prac uczestników zajęć malarstwa w KKS, prowadzonych przez artystę Andrzeja Filipowicza; **2.06. godz. 16.00** – Teatro Absudro „Gałczyński – Troszkę tego troszkę tamtego” spektakl w wykonaniu uczestników grupy teatralnej KKS; **godz. 16.45** – „Seniorzy malują” finisaż wystawy prac uczestników zajęć plastycznych KKS; **3.06. godz. 12.00** – Dyskusyjny Klub Filmowy: „Marcello Mastroianni – Włoch idealny”; **4.06.** – Dzień Dziecka w KKS; **godz. 15.00** – „Show Kłaua Kłuseczki” dla dziadków z wnucami; **5.06. godz. 12.00** – Podróże w nieznane: „Tropikalne Chiny – W krainie tęczowego pawia”. Bądź w każdy wtorek i piątek od 10.00 do 12.00 lub od 12.00-14.00.



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

Ośrodek Działań Twórczych „POGODNA”

● **23.05. godz. 18.30** – „Moni i Uszko w krainie fletu” koncert w wykonaniu Sylwii Kubiak-Dobrowolskiej oraz uczniów Prywatnej Szkoły Muzycznej I i II stopnia im. I. J. Paderewskiego w Sulejówku; **25.05. godz. 10.00** – „Odkrywamy naszą dzielnicę” rodzinna wycieczka rowerowa dla dzieci w wieku 7-12 lat; **26.05. godz. 16.00** – „Szachrajskie przygody” przedstawienie dla dzieci w wykonaniu Teatru Paradyk; **30.05. godz. 18.00** – Warsztaty plastyczne dla dzieci w wieku 7-12 lat; **30.05. godz. 19.00** – „Moje inspiracje” finisaż wystawy Małgorzaty Rynarzewskiej;



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

● **27.05. godz. 18.30** – „Śpiewamy dla mamy!” koncert z okazji Dnia Matki adeptów zajęć „Ty też możesz śpiewać”; **1.06. godz. 16.00** – Muzyczny Teatr PARADOX: „Krzywa bajka” – muzyczno-taneczny spektakl dla dzieci od 5 lat, przygotowany z okazji Dnia Dziecka; **3.06. godz. 18.30** – Pomysł na podróż: „Sri Lanka”.

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

REKLAMA

REKLAMA

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.

Nasz sklep firmowy:

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



PROGRAM „CIEPŁO DLA PRAGI”

Pilotażowa edycja programu „Ciepło dla Pragi” skradła serca młodych mieszkańców Pragi Północ. Dzięki współpracy wielu podmiotów, przedstawicieli biznesu, organizacji pozarządowych i samorządu, pomysły młodych przechodzą właśnie do fazy realizacji i już wkrótce zmienią przestrzeń miejską.

Przy realizacji programu organizatorzy od początku założyli bardzo konkretne cele: zwiększanie świadomości energetycznej wśród mieszkańców dzielnicy, zaszczepienie w młodej idei lokalnego planowania energetycznego i społeczna aktywizacja mieszkańców w działania na rzecz swojej „małej ojczyzny”. Wszystko po to, aby młodzi mieszkańcy wspólnie, przy współpracy z Urzędem Dzielnicy Praga-Północ, wskazali kierunek, w jakim powinien zmierzać rozwój ich „małej ojczyzny”, szczególnie w kwestiach środowiskowych.

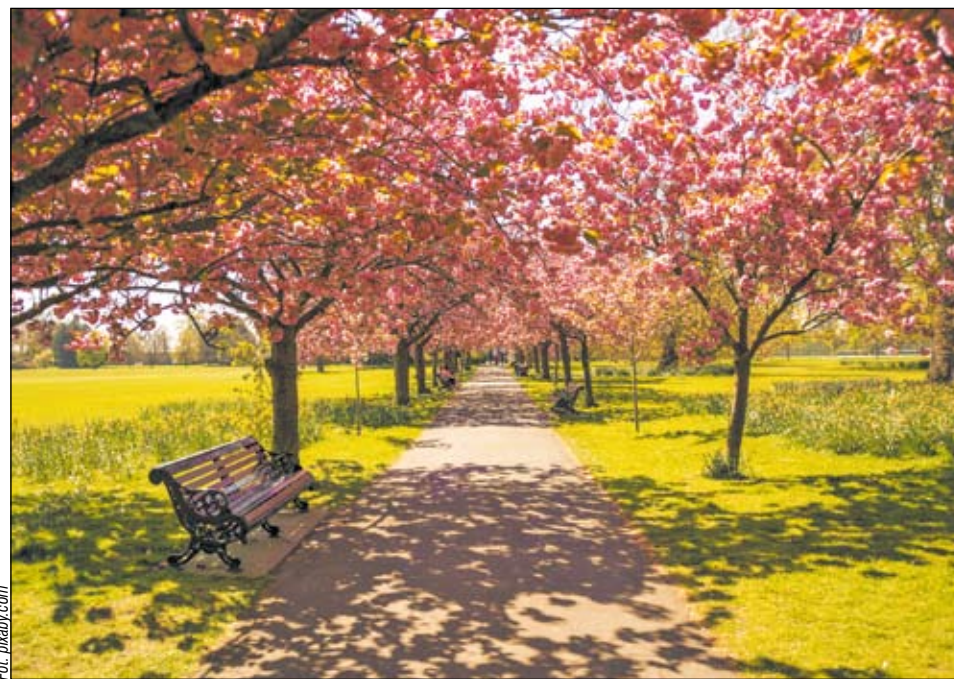
Efekt przewyższył oczekiwania organizatorów. Młodzież z pięciu praskich szkół przygotowała 15 projektów wybranych przez siebie fragmentów dzielnicy Praga-Północ, tworząc wizję zrównoważonych energetycznie, zielonych i przyjaznych mieszkańcom miejsc. Dzięki grantom dla zwyciężskich

zespołów zagwarantowanym przez spółkę Veolia Energia Warszawa S.A., wybrane elementy czterech eko-projektów, w ciągu najbliższych miesięcy przeniosą się w rzeczywistość przestrzeni miasta.

Przestrzeń Pragi Północ wzbogacą przede wszystkim zaproponowane przez młodzież elementy zielone. Zespół Best Architekti ze Szkoły Podstawowej nr 30 postawił na zieleni w niecodziennej, wertykalnej formie. Zamiast nowych nasadzeń drzew czy krzewów, młodzi architekci zaprojektowali zielone ściany – z roślin pnących lub w postaci zielonych murali z mchu, które pomogą oczyszczać powietrze ze szkodliwych substancji. Pozostałe grupy połączyły wątki środowiskowe oraz społeczne, udowadniając w swoich projektach, że hasło „miejski klimat” powinno być traktowane niezwykle szeroko. Młodzież zaproponowała rozbudowę na Pradze „zielonych

oaz” – miejsc wyciszenia i relaksu, w których można spędzić czas z rodziną i znajomymi, jednocześnie odpoczywając od letniego upału nagrzanego miasta i podziwiając bogactwo miejskiej przyrody. W tych zakątkach grupy ze Szkoły Podstawowej nr 258 oraz Szkoły Podstawowej nr 50 zaproponowały, oprócz ławek piknikowych, miejsce na skrzynie obsiane roślinami miododajnymi oraz ziołami czy hotelami dla owadów. Natomiast zespół ze Szkoły Podstawowej nr 73 włączył do swojego projektu elementy miejskiego ogrodnictwa, proponując przeznaczenie fragmentu zielonego zakątka na mini-ogród z drzewkami i krzewami owocowymi, które służyć będą mieszkańcom. Po szczególności wszystkich projektów warto zajrzeć na stronę programu www.cieplodlapragi.pl.

Od jesieni organizatorzy planują kolejną odsłonę programu i zaproszą mieszkańców dwóch



polskich miast do projektowania miast i dzielnic marzeń. Ponownie uczestnikom będzie towarzyszył Ecocraft – zielona odłona niezwykle popularnej gry Minecraft®. To innowacyjne narzędzie wspierające zrównoważony rozwój miast przyszłości, które oddaje w ręce graczy decyzje urbanistyczne. Gracze poruszają się w wirtualnym świecie, lecz odwzorowującym przestrzeń, w której funkcjonujemy na co dzień. Kreując swoją wizję przyszłości, mogą więc od razu, na ekranie komputera,

zobaczyć, jak zmieniać się będzie miasto w rzeczywistości. Program „Ciepło dla Miast” będzie realizowany wspólnie przez Fundację Veolia Polska i Centrum UNEP/GRID-Warszawa. Do współpracy zostaną również zaproszone lokalne samorządy. **AS**

Fundacja
VEOLIA

GRID WARSZAWA
In partnership with
UN Environment

PARTNERSTWO
NA RZECZ REALIZACJI
ŚRODOWISKOWYCH CELÓW
ZRÓWNOWAŻONEGO ROZWOJU
RAZEM DLA ŚRODOWISKA



2 na liście



PIS
Prawo i Sprawiedliwość

Ryszard CZARNECKI

Materiał wyborczy KW Prawo i Sprawiedliwość

MIESZKANIEC 13

METRO SIĘ RODZI, KONDRATOWICZA UMIERA?

Wzdłuż ul. Kondratowicza, pod ziemią, powstaje stacja metra C21 „Bródno” – pomiędzy skrzyżowaniami z Łabiszyńską oraz Bazyliańską i Rembielińską.

Ruch kołowy w tej okolicy został wstrzymany. Nie jeżdżą autobusy, nie jeżdżą samochody osobowe. Przechodniów też wyraźnie mniej.

TEN BEZRUCH MA TRWAĆ TRZY LATA...

Na przystanku przy Rembielińskiej toczy się dyskusja pasażerów czekających na autobus:

– *Żał mi tych sklepikarzy na Kondratowicza – mówi kobieta w sile wieku. – Za rok ich tam nie będzie. Splajtują. Już teraz widać, że klientów mało. Bo ani wygodnie dojechać, ani dojść. A co będzie za trzy lata?*

– *Coś za coś, proszę pani – włącza się mężczyzna w podobnym wieku. – Nie da rady inaczej.*

Przystanek, na którym toczy się rozmowa, usytuowany jest przy Galerii Renova, która od momentu zamknięcia Kon-

dratowicza notuje zwiększone obroty mniej więcej o jedną czwartą, tak samo zresztą, jak i okoliczne sklepy. Na pobliskich przystankach zatrzymuje się teraz więcej autobusów jeżdżących tu po zmienionych trasach. Przez Rembielińską koło Galerii przewijają się więc także zdecydowanie więcej pasażerów, którzy w ten rejon przenieśli swoje preferencje zakupowe, kosztem, rzecz jasna, sklepów na Kondratowicza. Tutejsze przystanki są teraz ważnym węzłem przesiadkowym; stąd można udać się we wszystkie praktycznie kierunki Bródna i Targówka – tramwajem lub autobusem.

A JAK JEST TERAZ NA KONDRATOWICZA?

W barze Amrit Oriental sala świeci pustkami. W Hong Ngoc podobnie. W sklepach Sokołowska Spizarnia, Wszystkie

dla domu i Carrefour Express – klientów zdecydowanie mniej niż zwykle. Widać to zresztą na chodniku przed sklepami. Kiedyś o tej porze (w samo południe) – setki kupujących, dziś – ledwie kilka lub kilkanaście osób.

W Carrefour Express szefowa zmiany mówi, że obroty sklepu spadły o ponad połowę! Potwierdza to się w innych miejscach. Tylko w aptece ten spadek jest znacznie mniejszy, bo korzystają z niej głównie (jak i wcześniej) okoliczni mieszkańcy.



Strach wśród właścicieli biznesów na Kondratowicza jest dość powszechny. Byli bowiem przygotowani na utrudnienia związane z budową metra i na spadek obrotów, ale nie przypuszczali, że organizatorzy ruchu na zamkniętej ulicy nie pomyślą o tym, jak dopuścić na zaplecze i na puste chodniki samochody osobowe, którymi przyjeżdżała tutaj większość klientów. Bo to by znacznie poprawiło obrót. Niedawno wzdłuż ciągu handlowego odbyła się więc zbiórka podpisów pod petycją o dopuszczenie aut do sklepów, restauracji, barów i punktów usługowych.

CO DALEJ?

Janina Kondracka, mieszkanka osiedla przy Rembielińskiej ma na to taką odpowiedź:

– *Jeśli im władze na tę petycję nie odpowiedzą pozytywnie, to oni przeniosą się w większości gdzie indziej. Kilku może zostanie. A potem znów się zjawią. Przyroda nie znosi próżni. Metro da im klientów, może nawet więcej niż teraz.*

Ale przedsiębiorcy mają obawy: – *Chodzi o to – mówi jeden z nich, zastrzegając anonimowość – żeby wejścia i wyjścia ze stacji były zaplanowane z każdego narożnika tego naszego skrzyżowania, w tym również z rejonu przystanków komunikacji tramwajowej. I to tak, żeby prowadziły również w naszym kierunku. Pisaliśmy nawet o tym do stołecznego Ratusza... Ale jak słyszałem, podobno stacja Bródno ma się nazywać Rembielińska i to nas niepokoi, że większość ruchu*

pasażerów będzie skierowana w tamtą stronę – w kierunku Galerii Renova.

Tymczasem rozpoczęły się konsultacje dotyczące zmian w komunikacji po uruchomieniu nowych stacji II linii metra na Pradze Północ i Targówku. W poniedziałek, 15 kwietnia br. na pytania internautów odpowiadał Dyrektor ZTM Wiesław Witek. To był początek. Planowane jest pięć spotkań z mieszkańcami Targówka, Białoleki, Marek i Pragi Północ oraz możliwość składania petycji i wniosków na adres konsultacje@ztm.waw.pl. Swoją opinię wyrazić będzie można także podczas otwartego posiedzenia Rady Warszawskiego Transportu Publicznego we wtorek, 4 czerwca, w godzinach 17.00–20.00 w Centrum Kreatywności Targowa przy ul. Targowej 56 na Pradze Północ. **wp**

Zakończyła się budowa wschodniego odcinka II linii. Generalny wykonawca przekazał już komplet dokumentacji dzięki której można rozpocząć procedurę końcowych odbiorów inwestycji. Budowa zakończyła się na dzień przed planowanym terminem. Powstało 3,12 km trasy oraz trzy stacje metra: Szwedzka, Targówek Mieszkaniowy i Trocka.

MATERIAŁ PRZYGOTOWANY PRZEZ URZĄD DZIELNICY WAWER

Więści z Wawra



WAWER ROZBUDOWUJE SZKOŁY

Trwa intensywna rozbudowa wawerskich szkół. Szkoła Podstawowa nr 128 przy ul. Kadetów jest rozbudowywana w nowoczesnej zabudowie modułowej.

Placówka powiększy się o 6 nowych sal lekcyjnych i bibliotekę. Nowe moduły to ponad 900 m kw. nowej powierzchni i 3 kon-

dygnacje. Inwestycję realizuje firma Climatic - Budownictwo Modułowe. Zakończenie inwestycji jest planowane we wrześniu.

Zarząd Dzielnicy podpisał także umowę na rozbudowę Szkoły Podstawowej nr 124 w Falenicy. Powstanie nowy, 3-kondygnacyjny budynek o powierzchni 812 m kw., połączony łącznikiem z obec-

nym. W nowym skrzydle szkoły powstanie 8 sal lekcyjnych z zapleczem, biblioteką z czytelnią, harcówką, salą komputerową i świetlicą. Budynek został zaprojektowany dla potrzeb nauczania 208 dzieci w wieku wczesnoszkolnym (szkoła podstawowa klasy I-III). Rozbudowa ma się zakończyć do końca stycznia 2020 r.

DZIENNY DOM OPIEKI MEDYCZNEJ

W Wawrze, w przychodni przy ul. Begonii 10, powstał pierwszy w Warszawie Dzienny Dom Opieki Medycznej. Do rejestracji na dwumiesięczny turnus w placówce z opieką m.in. fizjoterapeutów, rehabilitantów, geriatrów, wystarczy skierowanie od lekarza rodzinnego.

Ośrodek powstał w ramach dwuletniego projektu unijnego (fundusze unijne pokryły ponad 90 proc. kosztów, blisko 2 mln zł) i jest przeznaczony w szczególności dla pacjentów niesamodzielnych, przede wszystkim osób starszych po świeżych urazach czy z dopiero zdiagnozowaną chorobą.

Udział w otwarciu wzięli wiceprezydent Warszawy Paweł Rabiej, b. prezydent Warszawy Hanna Gronkiewicz-Waltz, burmistrz dzielnicy Wawer Norbert Szczepański i dyrektor SZPZLO Warszawa-Wawer, Maria Kąkol.



ZARZĄD DZIELNICY WAWER M.ST. WARSZAWY ZAPRASZA NA

AEROPIKNIK

Z UDZIAŁEM LOTNICZEJ EKSPEDYCJI HISTORYCZNEJ

25.05
GODZ. 16:00 – 21:00
WAWER
PLAŻA ROMANTYCZNA UL. RYCHNOWSKA

ATRAKCJE

- LOTY BALONEM NA UWIEZI
- ROWER LILIENTHALA
- ZYROSKOP
- NIETYPOWE LATAWCE
- RAKIETY WODNE I PNEUMATYCZNE
- PREZENTACJA SZYBOWCA
- SYMULATOR MODEL RC
- DRONY
- MODELE SAMOŁOTÓW
- MODELE NA UWIEZI

KONKURSY:

- LOTÓW MODEL SZYBOWCÓW
- LOTÓW W SYMULATORZE BALONU
- LOTÓW W SYMULATORZE SZYBOWCA
- WIELE INNYCH LOTNICZYCH ATRAKCJI

LOTY BALONEM PLANOWANE SĄ NA GODZINY WIECZORNE I SĄ ZALEŻNE OD WARUNKÓW ATMOSFERYCZNYCH

ZARZĄD DZIELNICY WAWER M.ST. WARSZAWY ZAPRASZA NA

WAWERSKI PIKNIK HISTORYCZNY

RZECZPOSPOLITA OBOJGA NARODÓW
450 ROCZNICA UNII LUBELSKIEJ

2 CZERWCA 2019 R.
GODZINY 12.00 – 19.00
PLAŻA ROMANTYCZNA
UL. RYCHNOWSKA, WARSZAWA

12.00 – OTWARCIE OBOZOWISK REKONSTRUKCYJNYCH
13.00 – UROCZYSTE ROZPOCZĘCIE PIKNIKU, PARADA WOJSK I SALWA ARMATNIA
13.30 – POKAZ MUSZTRY PARADNEJ I BOJOWEJ, POKAZ ZONGLERKI CHORĄGWIAŁE
14.00 – POKAZ SZERMIERKI I ZABAWY HISTORYCZNE
14.30 – POKAZ TANCA DAWNEGO I POKAZ DAWNEJ MODY
15.00 – INSCENIZACJA SEJMU WALNEGO
15.30 – POKAZ KAWALERYJSKI
16.00 – POKAZ MUSZKIETERSKI
16.30 – POKAZ ARTYLLERYJSKI
17.00 – POKAZ I WARSZTATY TANCA DAWNEGO
17.30 – KONCERT MUZYKI DAWNEJ
18.00 – WIDOWISKO BITEWNE
19.00 – PARADA WOJSK, ZAKOŃCZENIE IMPREZY

Biblioteka Publiczna w Dzielnicy Wawer m.st. Warszawy

WIELKI POCZĄTEK RABATÓW

27 MAJA – 1 CZERWCA

RABATY, PROMOCJE
OFERTY SPECJALNE

WIĘCEJ INFORMACJI NA
WWW.KINGCROSSPRAGA.PL
| FB

POBIERZ
APLIKACJĘ



**KING CROSS
PRAGA**

90 SKLEPÓW

i **Auchan**
WARSZAWA JUBILERSKA



ŚMIESZKANIEC

Synek wpada do pokoju:

– Tato, tato, a mama stoi na wadze i cieszy się, że schudła aż półtora kilo!

Na to ojciec, znad gazety:

– Schudła, schudła... Pewnie tylko zmyła makijaż!

Wieczór. Dziewczyna dostaje od chłopaka smsa: „Fajnie było, ale się skończyło”.

Wściekła i obrażona, natychmiast odpisuje: „Ty ze MNA zrywasz, żalosny kretynie? Ty?! J tak byłem z tobą tylko z litości. A plotki, że spałam z twoim bra-

tem to nie plotki! Bujał się gnojku i żaluję, że zmarnowałam przy tobie tyle czasu!!!”.

Po chwili nadchodzi odpowiedź: „Chodziło mi o film”.

Policjant dzwoni do komendy:

– Przyslij tu kryminalnych, jest ofiara.

– Szczegóły?

– Mężczyzna, lat około 30, dostał kilkanaście ciosów nożem.

– Jest sprawca?

– To matka, dźgnęła go kuchennym nożem, bo wszedł na świeżo umytą podłogę.

– Aresztowaliście ją?

– Skąd! Podłoga jeszcze mokra...

Wesoły Romek

RADY CIOTKI AGATY

Zioła należy jeść świeże, ile się tylko da, mrozić na zimę siekane w malutkich porcjach „na raz”. Ostatecznie – suszyć. Używanie ziół pozwala mniej soli!

■ **Rozmaryn** – obiekt poważnych zainteresowań naukowców, farmaceutów i lekarzy. Działa zwłaszcza żółciopędnie, antyseptycznie, przeciwdrobnoustrojowo, ściągająco; korzystnie wpływa na serce, zapobiega jelitowym „rewolucjom”. Lubi ją układ nerwowy i wzrok.

■ **Szałwia** – ozdobna, lecznicza, przyprawowa. Silnie antybakteryjna, antywirusowa, antygrzybicza, przy okazji uspokaja i relaksuje: zawiera także kwas rozmarynowy. W listkach ma bogactwo prozdrowotnych związków organicznych, z niektórych odmian używa się jej korzeni. Dodawajmy ją do sosów, mięs pieczonych i duszonych, marynat, zup, sałatek. Ma piękny aromat, świetnie komponujący się zwłaszcza ze schabem i z kaczką, znakomita do tłustych mięs i ryb!

ZAJRZYJMY DO KUCHNI SŁODKO, SŁONO, BYLE ZDROWO!

■ **Rabarbar deserowy**: lodygi obierz i krój na ukośne kawałki 2–3 centymetrowe. Posyp brązowym cukrem. Po pół godzinie mieszaj, dodając 1–2 łyżki aromatycznego miodu lub nieco cukru waniliowego i cynamonu, układaj do formy wysmarowanej świeżym masłem i piecz około pół godziny. Kto woli, zamiast piec może dusić, mieszając, początkowo pod przykryciem, potem bez. Podawać można ze świeżym ciastem drożdżowym, kruchymi ciasteczkami lub z lodami śmietankowymi.

■ **Szaszłyki majowo-czerwcowe**: na cienkie, konieczne drewniane szpadzki nadziej kolejno truskawkę, agrest, czereśnię bez pestki, kostkę melona. Schładzaj przez około 30 minut. Podawaj, zależnie od „adresatów”, polane sosem z lodów waniliowych albo ze zmiksowanych truskawek z odrobiną octu balsamicznego, rozmarynu i miodu, czy po prostu – skropione advocatem.

■ **Poziomki deserowe**: mają bardzo subtelny aromat, aby go utrwalić wybieraj owoce dojrzałe i trzymaj je w chłodzie. Zmiksowane poziomki (około 1–1 ½ szklanki) wymieszaj z pudełkiem sera homogenizowanego i łyżką płynnego miodu (zdrowszy od cukru). Gdy gotowe, dodaj łyżkę przestudzonej, płynnej żelatyny (tej bez przypraw!) uprzednio rozmoconą w 3 łyżkach gorącej wody. Szybko i starannie wymieszaj. Wlej do przygotowanych pucharków, opłukanych zimną wodą, schłódź w lodówce. Na wierzchu „pomaluj” wzorek, na przykład serduszek czy kwiatek, sosem z reszty zmiksowanych poziomek.

■ **Rabarbarowy sos do drobiu i ryb**: cebulę posiekać, zeszklić na oliwie (nie na maśle), dodać siekany w centymetrowe, ukośne paski rabarbaru, dwa jabłka bez skórki, majeranek, ciut soli i dusić do miękkości; doprawić pieprzem i ziołami, energicznie wymieszać i podawać na gorąco lub na zimno. Jeśli towarzyszyć ma mu drób pieczony czy gotowany, do sosu można dodać namoczone rodzynki lub suszone morele krojone w paski.

■ **Świeże zioła na zimę**: siekasz je lub miksujesz, mieszasz z odrobiną oliwy (lub zimnej wody) i w malutkich porcjach mroisz (jak kostki lodu), a potem wsypujesz do torebki; opisujesz, trzymasz w zamrażarce.

Pyszna Józia



WARTO WIEDZIEĆ

■ **Rzewień, czyli rabarbar** to ok. 60 gatunków roślin. W 100 gramach ma zaledwie 7 kcal! W medycynie ludowej rabarbar używany był jako środek przeczyszczający. Szczególnie korzeń rabarbaru (rzewień) pobudza pracę jelit, dezynfekuje i oczyszcza przewód pokarmowy. Surowe liście rabarbaru nie powinny być spożywane w dużych ilościach, gdyż zawierają kwas

szczyawiowy, który źle wpływa na zęby, kości i przyczynia się do powstawania kamieni nerkowych. Aby rabarbar nabral zdrowych właściwości, należy go piec przez przynajmniej 20 minut.

■ **Truskawka** ma 28 kcal w 100 g, to niewiele. Jej prababcią jest amerykańska poziomka. Po przeprowadzce do Europy w XVIII w. skrzyżowana poziomka wirginijska i chilijska zaowocowała truskawką. Najlepsza – dojrzała, świeża lub mrożona! Truskawka, to fosfor, żelazo, witamina C i nie tylko!

Ciekawska

REKLAMA

REKLAMA

Fabryka Mebli BODZIO

poszukuje osób chętnych do pracy w salonie meblowym w **Warszawie** przy ulicy **Wojciechowskiego 41**

URSUS-NIEDŹWIADEK na stanowisku SPRZEDAWCY!

Oferty należy składać bezpośrednio w salonie lub przesłać na adres e-mail: kadry@bodzio.pl, tel. 713997188

POŻYCZKA ekspresowa

wystarczy dowód osobisty
gotówka w jeden dzień

797-703-503

EdenFinance

6 000 zł

Sprawdź nas!

Koszt połączenia wg taryfy operatora.

TADEX OPONY

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

■ Montaż i wyważanie RUN ON FLAT ■

■ Sezonowe przechowywanie i sprzedaż opon ■

■ Prostowanie felg ■

NAPRAWA

Pralki automatyczne
- Ardo, Ariston, Candy, Indesit, Polar, Whirlpool itp.

Zmywarki
Maszyny do szycia
Zmech. Sprząt 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

S.M. „Międzynarodowa” Warszawa, ul. Międzynarodowa 44 ogłasza przetarg nieograniczony na:

- Wymiana instalacji elektrycznej i opraw oświetleniowych na energooszczędne z czujką ruchu z zastosowaniem źródła światła LED w budynkach jednoklatkowych przy ul. Międzynarodowej 32, 38, 46, 58, 68 B, w budynkach dwuklatkowych przy ul. Międzynarodowej 58/60 A oraz w budynkach przy ul. Brazylijska 20, 20 A, 16 A, 16 B.
- Wykonanie oświetlenia awaryjnego w budynkach dwuklatkowych przy ul. Międzynarodowej 58/60 A, 64/66 A oraz w budynkach jednoklatkowych przy ul. Międzynarodowej 32, 38, 46, 58, 68 B i w budynku Brazylijska 20.

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

Krzyżówka Mieszkańca nr 10

autor „Odysei”	obelga	na billboardzie	kłeska, rudera	wysoka temperatura uczuć	1	podróżny worek	sąsiad Czecha wielki poemat	brzeg, kant	dźwiga sklepienie nieba
				szopka					
				śpiewa w lesie					7
gruby zeszyt	określenie kucharza wpisane do dzienniczka			10	składany dowód				
					podkuwa konie				
					Crusoe				
na wyższe stanowisko				żona Zygmunta I Starego		w parze z Warszam Krzysztof ...			
miejsce kłeski Hannibala				but z cholewką owoce bez wody	8	jadalny kawałek kapłacy denieruje			
		2		egoista					
Baba...	w nich niemowlę	zazdrości seniorowi przemierza pustynię			6			napienia węgiel wagon	juczna z Boliwii
idzie za plugiem	bolesne uderzenie	letni but						rzędy despoty	
można ją stracić									
				cykliczny utwór muzyczny					4
				orbita					
				chwast w zbożu					5
imię odkrywcy prawa grawitacji				miasto na Morawach		biała brzozy			
w niej obraz	brzeg talerza czarno-kiełznik					ptak, symbol mądrości			oswoiła słonia Kinga
				plynący lód					
wielki wawóz						owocowe w butelce			
imię Cembryńskiej				poprzedza lądowanie					
						jedwabny na szyi			

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

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

Rozwiązanie należy przysyłać na adres redakcji w terminie 7 dni od daty ukazania się gazety. Do wygrania kryminał Roberta M. Rynkowskiego „Dwa stadiony”.

Rozwiązanie krzyżówki nr 9/2019 – „Co zjem to wiem”. Album „Najstojniejsze miejsca i budowle świata” wylosował p. Jakub Rodziewicz. Po odbiór zapraszamy do redakcji do dnia 31.05.2019 r.



DAM PRACĘ

■ Do jednej osoby pomoc domowa do lat 60, spacer, ul. Francuska. Tel. 22 870-02-39.

FINANSE

■ Kredyty-pożyczki-chwilówki bez BIK. Tel. 577-668-566

■ Pożyczki bez BIK do 2000 zł!!! Inkaso City. Tel. 792-307-229, 514-059-096

INNE

■ Usuwanie gniazd os i szerszeni. Tel. 504-250-013

KUPIĘ

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

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

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

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

MEDYCZNE

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

NAUKA

■ Francuski, rosyjski – przysięgę i inne. Tel. 601-351-864, 22 815-44-91

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

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

NIERUCHOMOŚCI – Kupię

■ Kupię mieszkanie z trudną sytuacją prawną. Tel. 501-020-006

■ Kupię mieszkanie za gotówkę do remontu. Tel. 537-577-111

■ Kupię zadłużone mieszkanie. Tel. 511-211-373

KUPIĘ MIESZKANIE
Bezpośrednio – Gotówka
516-044-545

NIERUCHOMOŚCI – Mam do wynajęcia

■ Wynajmę lokal usługowy 72 m kw. Warszawa, Bora-Komorowskiego 35. Tel. 690-197-425

NIERUCHOMOŚCI – Sprzedam

■ Działkę rekreacyjną 653 m kw., Żalubice Stare. Tel. 695-986-958

OGRODNICZE

■ Pielęgnacja ogrodów. Tel. 721-002-710

PRACA

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

PRAWNE

■ Adwokat Kamila Osica-Mitadow-ska, 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

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 – samochodów o wymiarach 3,9 dt./2,0 wys. – kontener, kraj, zagranica, konkurencyjne ceny. Tel. 502-904-764

■ Transport bagażowy solidnie. Tel. 501-274-363

TURYSTYKA

■ MAZURY 7 DNI OD 600 ZŁ Z WYŻYWIENIEM. JEZIORO, LAS, KAMERALNIE. TEL. 601-270-940, www.szczepankowo.pl

USŁUGI

■ A A Tani Serwis Komputerowy. Dojazd 0 zł. Tel. 504-617-837

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

■ AAAA Automaty 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 dekoder 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

■ Cyklinowanie, układanie, reperatury, lakierowanie, reperatury parkietów – Stefan Słomski. Tel. 501-126-177, 500-240-976.

■ 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

KOŁOBRZEG
Dwupokojowy komfortowy apartament w pełni wyposażony (maks. dla 4 osób).
600 m od plaży!
OD 60 ZŁ ZA OSOBĘ!
501-423-667

■ ELEKTRYCZNE INSTALACJE NOWE, WYMIANA – UPRAWNIENIA. TEL. 504-618-888

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

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

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

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

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

■ HYDRAULIK. TEL. 502-031-257

■ Hydraulika, wod. kan.-gaz., piece, remonty, przeglądy gazowe, kominiarskie. Uprawnienia. Tel. 694-747-213

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

■ Kominiarz. Tel. 660-799-638

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

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

■ NAPRAWA KUCHENEK. Tel. 662-065-292

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

■ Ocieplanie i malowanie budynków. Tel. 501-441-898

Kupimy mieszkanie
Bezpośrednio, za gotówkę
Będziemy wdzięczni za pomoc!
Tel: 690 - 572 - 688

OŚRODEK SPORTU I REKREACJI
DZIELNICY PRAGA-PÓŁDNIOWE M.ST. WARSZAWY
OGŁASZA KONKURS OFERT

na najem na okres 3 lat pomieszczeń o łącznej powierzchni 330 m² w obiekcie pływalni „WODNIK” przy ul. Abrahama 10 w Warszawie,

Organizator konkursu:

OSiR Dz. Pr.-Pld. m.st. Warszawy, ul. Siennicka 40, 04-393 Warszawa. Tel/fax: 22 870-13-27.

Dane dotyczące pomieszczeń przeznaczonych do najmu znajdują się na stronie internetowej Organizatora.

Dyrektor OSiR

■ PANELE, UKŁADANIE. TEL. 504-618-888

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

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

■ Rolety, plisy. 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

■ Zabudowa tarasów i balkonów. Tel. 514-165-445

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

USŁUGI – Budowlane

■ Elewacje drewniane, tarasy. Tel. 504-250-013

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

USŁUGI – Komputerowe

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

USŁUGI – Porządkowe

■ Apranie dywanów, mebli tapicerowanych. Osobiście. Tel. 512-247-440

■ Czyszczenie dywanów. Tel. 664-676-664

■ Mycie okien. Tel. 500-840-519

USŁUGI – Remontowe

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

■ Dachy, rynny. Papy termozgrzewalne. Tel. 504-250-013

■ Malowanie, kafelki itp. remonty małe i duże. Tel. 509-306-279

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

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

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

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

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

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

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

REKLAMA

NAGROBKI
już od 2499 zł
22/214 06 31
500 290 360
EKSPOZYCJA
Wólka Węglowa
ul. Palisadowa 15

REKLAMA

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

MIESZKANIEC
CZASOPISMO
SPOŁECZNO-SAMORZĄDOWE

ZAKŁAD POGRZEBOWY
„ABROS”
Usługi kompleksowe
ul. Szaserów 137
tel./fax 22 610-02-17
kom. 602-26-26-75
CAŁODOBOWO

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

Dom Pogrzebowy „gojscy”
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

Gazeta mieszkańców Pragi Południe, Pragi Północ, Wawra, Rembertowa, Wesołej, Białołęki, Targówka.

Redaguje zespół dziennikarzy przy współudziale mieszkańców. **Redaktor naczelny:** Barbara Morawska-Nowosielska.

Sekretarz redakcji: Adam Rosiński. **Zdjęcia:** Leszek Pogorzelski. **Redakcja:** ul. Grenadierów 10, 04-062 Warszawa, tel. 22 813-43-83,

e-mail: redakcja@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.

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

UCIĄŻLIWE BÓLE GŁOWY

Któż z nas nie zna uciążliwego bólu głowy, który utrudnia normalne funkcjonowanie? Chyba wszyscy wiedzą, jak trudno jest się skupić czy chwilami nawet poruszyć przy tej dolegliwości. Jest skuteczny sposób, by sobie z nią porażić. Ratunkiem może być osteopata.

Zdarza się, że budzisz się rano, otwierasz oczy i czujesz ucisk w głowie albo przeszywający ból? Co wtedy robisz? Najczęściej sięgasz po tabletki. Jedne, drugie, trzecie i kolejne, a sytuacja się nie zmienia. Często też nawet najłżejsze światło doprowadza cię do szału. Myślisz: migrena, samo przejdzie (bo to właśnie migreną najczęściej wszyscy tłumaczą tego typu dolegliwości). Okazuje się jednak, że chociaż stwierdzenie „boli mnie głowa” rozumiane jest przez wszystkich tak samo, są aż cztery rodzaje tej przypadłości. Każdy z nich ma inne podłoże.

– Zaczniemy od bólu migrenowego, o którym słyszemy najczęściej. To ból pochodzenia naczyniowego. Boli cała głowa, występuje zjawisko aury, czyli uczucie zbliżającego się napięcia, nadwrażliwość na dźwięki – wyjaśnia Michał Oczachowski,

osteopata z Centrum Boramed i wylicza kolejne rodzaje uciążliwych bólów głowy.

Innym rodzajem są bóle napięciowe. W ich przypadku mówimy o przyczynie emocjonalnej. Są związane m.in. z przewlekłym stresem. Ból odczuwamy w czole i mamy wrażenie, że rozsadza nam głowę – tak najczęściej opisują to pacjenci.

– Często mamy do czynienia też z bólem szyjopochodnym, który powstaje w górnych segmentach odcinka szyjnego. Boli potylicę, połowę głowy i dolegliwości nasilają się rano, w ciągu dnia trochę ustępują – mówi Oczachowski. – Można również mówić o zaburzeniach stawu skroniowo-żuchwowego. Ból zazwyczaj promieniuje od zębów. Mogą zdarzyć się zaburzenia ostrości widzenia, szumy uszne czy „trzaski” podczas jedzenia – opowiada osteopata.

Niezależnie od rodzaju bólu, kiedy utrudnia nam on życie, warto wybrać się na konsultację do osteopaty. On zacznie całe leczenie od przeprowadzenia wywiadu. Dopyta o wiek, schorzenia i choroby, i wszystko to, co pozwoli na postawienie wstępnej diagnozy. W tym miejscu warto przypomnieć, że ten specjalista najpierw diagnozuje pacjenta, a dopiero potem zaczyna leczenie.

Bardzo ważne jest ustalenie szczegółów dotyczących bólu głowy: od kiedy trwa ból, czy jest stały czy przemijający, w jakiej pozycji się nasila. Dopiero wtedy zaczyna się dalsze badanie.

Osteopata sprawdza m.in. czy wywołuje ból uciskając w odpowiednim miejscu na szyi. Jeśli tak, mamy do czynienia z bólem szyjopochodnym.

Jeżeli objawów takich nie ma, może to być ból migrenowy. Jeśli wskazują na to wcześniejsze ustalenia, rozpoczyna się terapia kranio-sakralna. Co to takiego? Jej nazwa pochodzi



Michał Oczachowski

z łaciny; kranion – czaszka, a sakrum – ból krzyżowy. Opiera się ona na pracy na kościach czaszki oraz na kości krzyżowej. Ta terapia pomoże na zminimalizowanie ataków migrenowych, jest też pomocna np. w problemach z zasypianiem czy przewlekłym stresem.

Michał Oczachowski w dzieciństwie interesował się biologią, zgłębiał anatomie człowieka.

Wciąż chciał wiedzieć więcej i te zainteresowania zaowocowały w dorosłym życiu studiami medycznymi. Potem przyszła pora na osteopatię. Dlaczego akurat ten kierunek? Jak sam opowiada, trochę przez przypadek. Trafił na dzień otwarty fizjoterapii, poznał ludzi z nią związanych i szybko zrozumiał, że dzięki osteopatii jest w stanie naprawdę pomagać ludziom w zwalczaniu wielu chorób i dolegliwości. Jak sam przyznaje, cała ta opowieść o osteopatii brzmi jak magiczne dotknięcie ręki, ale ponieważ pracuje od długiego czasu z ludźmi jest pewien, że osteopatia działa, przynosi naprawdę wymierne efekty.



BORAMED
PROFESSIONAL CARE

UWAGA!

Zapisy na bezpłatne konsultacje do Pana Michała Oczachowskiego.

23.05-6.06.2019
tel. 22 250 15 77

Liczba miejsc ograniczona

Świadczeniodawca wskazuje fizjoterapeutów do konsultacji i decyduje o ilości miejsc.

Boramed Centrum Medyczne

ul. Bora-Komorowskiego 21
lok. 307

(wejście w pasażu handlowym)
tel. 22 250 15 77

Boramed REHABILITACJA

ul. Fieldorfa 10 lok.315
(wejście w pasażu handlowym)

tel. 22 250 15 77
www.boramed.pl

REKLAMA

REKLAMA

ZADBAJ O SWÓJ SAMOCHÓD

fala WSH SAMOOBSŁUGOWY Sklep Motoryzacyjny

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

WARSZAWA FALENICA
ul. Patriotów 71/73

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

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

Okulista - Szpital Grochowski

Poniedziałek 16⁰⁰ - 18⁰⁰ Warszawa ul. Grenadierów 51/59
Środa 9⁰⁰ - 12⁰⁰

Poradnia okulistyczna dla dzieci i dorosłych
Poradnia zeza, ćwiczenia ortoptyczne

www.jaskra.org

koszt wizyty 100 zł zapisy: 500 - 523 - 499

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 –2 do +3
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

LECZENIE BÓLU

gabinet lekarski

dr Dorota Siemińska-Puciato
specjalista anestezjolog

Zapraszam Pacjentów z bólami:

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

NIE MUSI BOLEĆ!

ul. Widok 10, Warszawa-Śródmieście

informacje i zapisy: tel. 730 266 030

HEBAR

Bakalie
nie tylko
od święta!

24⁴⁹ zł



NOWE PRODUKTY!

Nasze produkty znajdziesz w sklepach:



SZYNKA W KOTLE GOTOWANA
GOBARTOSZYNKA ZWIERZYŃECKA
SOKOŁÓWSCHAB BENEDYKTA
DUDASCHAB PIECZONY
DUDAKIELBASA KRAKOWSKA
TAURUSKIELBASA Z SEREM
TAURUSKIELBASA PODWAWELSKA
GOBARTOSZYNKA KRUCHA
KRAKUSSZYNKA NIE ZE WSI
NIK-POLKIELBASA GRILLOWA SZWEJKA
OPAKOWANIE 660 G SOKOŁÓW
(CENA ZA 1 KG - 18,17 ZŁ)KIELBASA BURSZTYNOWA
SOKOŁÓW

KIELBASA SWOJSKA LIPSKO

KIELBASA SWOJSKA,
KIELBASA DROBIOWA
TAURUSKIELBASA KRAKOWSKA
WĘDZONA KSIĘŻY MŁYNKAWA EXCLUSIVE 250 G
MIELONA TCHIBO
(CENA ZA 1 KG - 43,96 ZŁ)KAWA GOLD
SELECTION 200 G
TCHIBO
(CENA ZA 1 KG - 89,95 ZŁ)FRYTKI BISTRO STYLE,
STEAK HOUSE 650 G MC CAIN
(CENA ZA 1 KG - 13,83 ZŁ)WARZYWA NA PATELNIĘ
HORTEX 450 G ASORTYMENT
(CENA ZA 1 KG - 13,31 ZŁ)PASZTET DROŻD 130 G
ASORTYMENT
(CENA ZA 1 KG - 12,99 ZŁ)KIELBASA
KRAKOWSKA
SUCHA
Z SZYNKI
TARCZYŃSKINAPÓJ HORTEX 1 L
RÓŻNE SMAKIHERBATA ZIELONA, HERBATA
CZARNA ASORTYMENT 1,5 L
ŻYWIEC ZDROJ (CENA ZA 1 L - 3,19 ZŁ)COCA-COLA ASORTYMENT,
FANTA POMARAŃCZOWA,
SHOKATA, SPRITE 0,85 L (CENA ZA 1 L - 4,45 ZŁ)WODA NAŁĘCZOWIANKA 1,5 L
NIEGAZ., GAZ., LEKKI GAZ.
(CENA ZA 1 L - 1,33 ZŁ)TIGER CLASSIC
ASORTYMENT
SMAKÓW
0,25 L
(CENA ZA 1 L - 7,56 ZŁ)ORANŻADA HELLENA
ASORTYMENT 1,25 L
(CENA ZA 1 L - 2,15 ZŁ)SERWETKA
COCTAILOWA CLASSIC 33 X 33
30 SZT.WORECZKI STRUNOWE
2 L - 15 SZT, 3 L - 10 SZTRĘKAWICE NITRYLOWE 10 SZT
ANTYALERGICZNE (S,M,L)



Praga Południe

Udane zakupy blisko domu



Pobierz aplikację SPOŁEM
<https://play.google.com/store>

Oferta ważna od 23 maja do 5 czerwca 2019 r.
lub do wyczerpania zapasów



**CHŁODNIK WARZYWNY,
MLEKO ZSIADŁE 380 G MLEKPOL**
(CENA ZA 1 KG - 4,97 ZŁ)



189 / szt.
2,15



159 / szt.
1,79

**MLEKO ZSIADŁE 400 G
OSM GARWOLIN**
(CENA ZA 1 KG - 3,97 ZŁ)



659 / szt.
Nowość

**FILEĆ ŚLEDZIOWY W SOSIE
Z BOTWINKĄ 280 G LISNER**
(CENA ZA 1 KG - 23,53 ZŁ)



229 / szt.
Nowość

**SALAATKA SMAK SEZONU
BOTWINKA 140 G LISNER**
(CENA ZA 1 KG - 16,35 ZŁ)



229 / szt.
Nowość

**PASTELLA SMAK SEZONU
BOTWINKA 80 G LISNER**
(CENA ZA 1 KG - 28,62 ZŁ)



399 / op.
4,85

**ŚWIEŻE JAJA M 10 SZT.
INVEST MICHEL**
(CENA ZA 1 SZT. - 0,40 ZŁ)



KONKURS

**KEFIR 400 G ROBICO,
KEFIR BEZ LAKTOZY
400 G ROBICO**
(CENA ZA 1 KG - 5,62 ZŁ)



959 / szt.
11,80

**MASŁO IRLANDZKIE 200 G TRADYCYJNE,
SOLONE KERRYGOLD**
(CENA ZA 1 KG - 47,95 ZŁ)



195 / szt.
2,35

**ŚMIETANA 10%, 12%, 18% 200 G
PIĄTNICA**
(CENA ZA 1 KG - 9,75 ZŁ)



279 / szt.
3,15

**MAŚLANKA 1 L
OSM GARWOLIN**



2599 / kg
25,99

**SER JAGNA, BORYNA,
ANTEK, ZBOJNIK CEKO**



219 / szt.
2,55

**SEREK KANAPKOWY
NATURALNY
150 G OSM GARWOLIN**
(CENA ZA 1 KG - 14,60 ZŁ)



289 / szt.
3,29

**PRESIDENT TWARÓG DELIKATNY
200 G ASORTYMENT**
(CENA ZA 1 KG - 14,45 ZŁ)



269 / szt.
3,50

**WAFLE RYŻOWE ASORTYMENT
84-120 G KUPIEC**
(CENA ZA 1 KG - 22,42-32,02 ZŁ)



109 / szt.

**BUŁKA PARKA Z MAKIEM
0,10 KG SPC**
(CENA ZA 1 KG - 10,90 ZŁ)



999 / szt.
11,49

**BIO MLEKO KOKOSOWE Z MIGDAŁAMI,
BIO NAPÓJ KOKOSOWY 1 L,
BIO NAPÓJ MIGDAŁOWY ECO MIL**



299 / szt.
3,99

**NAPÓJ MLECZNY
MÜLLER MILK 400 ML
ASORTYMENT** (CENA ZA 1 L - 7,47 ZŁ)



225 / szt.
3,35

**JOVI JOGURT
PITNY BEZ DODATKU CUKRÓW
230 G ASORTYMENT**
(CENA ZA 1 KG - 9,78 ZŁ)



159 / szt.
1,99

**OWSIANKA 50 G
RÓŻNE SMAKI KUPIEC**
(CENA ZA 1 KG - 31,80 ZŁ)



259 / szt.
Nowość

**DROŻDŻÓWKA Z NADZIENIEM
TRUSKAWKOWYM 0,11 KG SPC**
(CENA ZA 1 KG - 23,54 ZŁ)



399 / szt.
4,75

**LODY MILKA, OREO 110 ML MONDELEZ;
KAKTUS, KIT KAT, PRINCESSA, LION NESTLE**
(CENA ZA 1 L - 36,27 ZŁ)



399 / szt.
4,99

**TOFFLAIRS 120 G
KARMELOWO-CZEKOLADOWE,
MLECZNO-CZEKOLADOWE WAWEL**
(CENA ZA 1 KG - 33,25 ZŁ)



289 / szt.
5,20

**KARMELEKI Z NADZIENIEM
3 SMAKI 120 G WAWEL**
(CENA ZA 1 KG - 24,08 ZŁ)



299 / szt.
4,50

**AKUKU ŻELKI MIŚKI, PYSZCZKI
90 G JUTRZENKA**
(CENA ZA 1 KG - 33,22 ZŁ)



469 / szt.
5,29

**PRZYSNACKI PRAŻYNKI
LEKKO SOLONE 95 G,
(CENA ZA 1 KG - 49,36 ZŁ)
PRZYSNACKI PRAŻYNKI
BEKON 140 G**
(CENA ZA 1 KG - 33,50 ZŁ)



459 / szt.
5,29

**PRZYSNACKI
CHRUPKI SEROWE,
ZIELONA CEBULA 150 G**
(CENA ZA 1 KG - 30,60 ZŁ)

1 ul. Grochowska 207	13 ul. Rydygiera 8	33 ul. Dzieci Polskich 17	42 ul. Lucerna 87	57 ul. Idzikowskiego 10 (Sulejówkę)
Universam „Grochów”	18 ul. Grochowska 252/254	36 ul. Trakt Lubelski 163	43 ul. Żegańska 10	71 ul. Niekłańska 41
3 ul. Paryska 11/15	19 ul. Cieszyńska 6	40 ul. Kajki 69	48 ul. Patriotów 172	sklep przemysłowy
12 ul. Grenadierów 40	22 ul. Szaserów 124	41 ul. Widoczna 73	55 ul. 1 Praskiego Pułku 3 (Wesoła)	