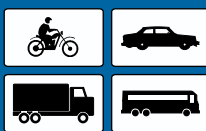


OKRĘGOWA STACJA KONTROLI POJAZDÓW
pon.-pt. 7³⁰-21⁰⁰; sob. 8⁰⁰-15⁰⁰
www.stacjakontrolipojazdow.pl
PEŁNY ZAKRES PRZEGLĄDÓW REJESTRACYJNYCH



WAŁ MIEDZESZYŃSKI
572
☎ 22 673-90-99

STACJA KONTROLI POJAZDÓW
WESOŁA-ZIELONA
ul. Wspólna 49 obok Bomisu
tel. 22 773-97-29
♦ 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



Bezpłatna gazeta mieszkańców prawej strony Wisły, ukazuje się od 1991 r.

MIESZKANIEC

Nr 14 (759) | ISSN 1231-7993

23.07.2020

www.mieszkaniiec.pl | facebook.com/gazetamieszkaniiec

DWÓCH PREZYDENTÓW

No i mamy dwóch prezydentów. Za jednym stoi nieco ponad 10 milionów Polaków i jest prezydentem Polski, za drugim również ok. 10 milionów – i jest prezydentem Warszawy... Kraj jest pęknięty na pół w sensie geograficznym i na trzy części społecznie. Tyle samo wyborców ma Andrzej Duda, Rafał Trzaskowski, co i trzeci „kandydat”: „mnie to nie obchodzi” (tę część jednak trzeba pomniejszyć o nieznana liczbę osób, które nie mogły pójść do urn np. ze względów zdrowotnych lub wieku).

Najmniej jasna jest przyszłość prezydenta Warszawy. Stał się wizerunkiem swojego ugrupowania, walutą najcenniejszą i jego wyborcy chcieliby, by szybko stał się liderem ogólnopolskim. A on? Czy chce jechać na białym koniu, czy wrócić w mury Ratusza? Następna elekcja niby dopiero za trzy lata, ale coraz bardziej staje się jasne, że jeśli chce się wygrać za lat trzy, to trzeba być w każdej gminie już dziś...

A my? Musimy posklejać się sami. Nie wiem, czy będzie to możliwe. Bardziej prawdopodobne wydaje mi się okopanie jeszcze głębiej, rany są bowiem coraz głębsze. Dzieli sąsiadów i rodziny. To jak sobie z tym poradzić?

Tomasz Szymański

WARSZAWSKIE PLAŻOWANIE



Fot. Luk & Maro

Postanowiliśmy sprawdzić, które stołeczne plaże są czynne i co się na nich dzieje.

CZYTAJ NA STR. 9

76. ROCZNICA WYBUCHU POWSTANIA WARSZAWSKIEGO

1 sierpnia 1944 roku o godz. 17.00 jednostki Okręgu Warszawskiego AK oraz oddziały dyspozycyjne KG AK zaatakowały niemieckie obiekty we wszystkich dzielnicach okupowanej Warszawy. To był początek Powstania Warszawskiego, którego 76. rocznicę obchodzimy w tym roku. Uroczystości będą miały zmienioną formułę – bardziej kameralnie, z zachowaniem zasad bezpieczeństwa.



WIĘCEJ NA STR. 3

W NUMERZE:

CO SŁYCHAĆ W WARSZAWIE

Planowanie Podkarpackiej	str. 2
Wyjątkowe miejsce na kulturalnej mapie Warszawy	str. 6
Edukacja w „Kamieniu”	str. 7
Linia 152 na nowej trasie	str. 7
Osocze mogą oddać tylko panowie	str. 8
Gdzie szukać pomocy – poradnie zdrowia psychicznego	str. 8
Maluchy odkrywają świat	str. 11
Szkoła specjalna w nowym budynku	str. 11
Jak i kiedy należy składać wnioski	str. 12
KRONIKA POLICYJNA	str. 2
KOBIECYM OKIEM	str. 4
CO TAM PANIE NA PRADZE	str. 4
PRAWNIK RADZI	str. 4
OGŁOSZENIE DROBNE	str. 13
MIESZKANIEC NA LUZIE	str. 14

REKLAMA

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

REKLAMA

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

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

Vita Med
Przychodnia lekarska
SPRAWDŹ CZY PRZESZEDŁEŚ ZAKAŻENIE KORONAWIRUSEM
BEZOBJAWOWO I CZY MASZ JUŻ PRZECIWCIAŁA.
TESTY W PRZYCHODNIACH
☎ 22 266 88 90
www.vita-med.pl

Autoryzowany serwis urządzeń ogrodniczych
BRIGGS & STRATTON **NAC**
NEW AMERICAN CONCEPT
kosiarzki, wertykulatory, podkaszarki, glebogryzarki i inne
Dom Handlowy FALA
Patriotów 71/73
Autoryzowany Serwis
Warszawa Falenica ul. Patriotów 71/73 tel.: 507 058 508

BISTRO GOŚCINIA
• Zapraszamy na ZESTAWY LUNCHOWE od 17 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.bistrogoscina.pl
e-mail: bistro@bistrogoscina.pl
ZNAJDŹ NAS NA [facebook](https://facebook.com/bistrogoscina)

Z OSTATNIEJ CHWILI



PLANOWANIE PODSKARBIŃSKIEJ

Do 5 sierpnia br. można składać uwagi do projektu pierwszej części planu zagospodarowania przestrzennego rejonu ul. Podskarbińskiej. We wtorek, 21 lipca, odbyła się dyskusja publiczna, przeprowadzona w nowej formule – online – na ten temat.

Pierwsza część Miejscowego Planu Zagospodarowania Przestrzennego terenu ulicy Podskarbińskiej obejmuje obszar na północ od ul. Dwernickiego ograniczony ulicami: Wiatraczna, Chodakowska i „przełaz” Żupniczej. Okazuje się, że najbardziej interesującym mieszkańców miejscem z tego rejonu jest tor kolarski „Orzeł”. To wokół niego skupiła się niemal cała dyskusja nad projektem planu.

MPZP przewiduje na terenie tego wpisanego do gminnej ewidencji zabytków obiektu wprowadzenie niewielkich prze-

kształceń. Oczywiście, nie ma możliwości jego likwidacji, musi zostać zachowany jego kształt, wyeksponowany charakter i profil toru – takie są ustalenia architektów z konserwatorem zabytków. To jednak nie oznacza, że „Orzeł” w przyszłości na pewno stanie się znowu obiektem sportowym, bo mieszkańcy mają inne pomysły na to miejsce. Pojawiały się nawet takie, które przy zachowaniu samego toru zakładają tam budowę parku z placem zabaw w samym środku albo drzewami. To wymusiłoby przecięcie wału, a w planie takiego zakazu nie ma.

Na omawianym obszarze znajdują się jeszcze trzy zabytki: magazyn z rampą (Mińska 65), budynek biurowy (Mińska 69) oraz administracyjny (Chodakowska 26/32). Wszystkie mają pozostać bez zmian. Nie mogą być przebudowywane, wszelkie prace muszą być uzgadniane z konserwatorem.

Kolejna kwestia ważna dla wielu osób to zieleń. Powinno być jej więcej przy ul. Mińskiej, jak również w zbiegu Mińskiej i Stanisławowskiej, gdzie w przyszłości ma znaleźć się stacja metra.

Sporo miejsca poświęcono również samej zabudowie, bo teren coraz bardziej się rozbudowuje i potrzebne są spore zmiany. Chodzi tylko o to, że po uchwaleniu nowego dokumentu, uzyskanie pozwolenia

na budowę budynku usługowego nie będzie już możliwe. Dopuszczalne będą budynki wielorodzinne z funkcją usługową.

Ciekawostką, która znalazła się w projekcie, są obszary narażone na zalanie w przypadku powodzi (między ul. Chodakowską a Mińską) lub uszkodzenia wału przeciwpowodziowego. Tego wymagają przepisy, bez naniesienia potencjalnych zagrożeń nie mógłby on zostać zatwierdzony.

Do 5 sierpnia można składać uwagi. Później rozpatrzy je prezydent i zostanie podjęta decyzja czy 1. część MPZP dla rejonu ul. Podskarbińskiej zostanie zatwierdzony, czy ponownie wyłożony do wglądu.

Uwagi można składać:
* **mailowo** na adres sekretariatu: BAiPP@um.warszawa.pl
* **pocztą** na adres: BAiPP, ul. Marszałkowska 77/79, 00-683 Warszawa

* **osobiście** na piśmie w kancelarii głównej m.st. Warszawy, kancelarii Biura Architektury i Planowania Przestrzennego lub w Wydziale Obsługi Mieszkańców w Urzędzie Dzielnicy. Szczegóły na stronie: konsultacje.um.warszawa.pl

Klara Bartuszek

KRONIKA POLICYJNA

FURIA WYLADOWANA NA SAMOCHODACH

Na ulicy Mińskiej 30-letnia kobieta postanowiła zemścić się na mężczyźnie za nieudaną znajomość. Najpierw włamała się do jego samochodu, tłukąc w nim szybę, a potem w akcie furii powybijała jeszcze szyby i poniszczyła lustro w zaparkowanych obok pojazdach. Gdy podjechali policjanci, zauważyli raną w rękę kobietę. Przyznała się do wszystkiego, była pijana.

NAPADŁ KOBIECĘ

Do komisariatu w Wawrze zgłosiła się kobieta, którą w nocy, w okolicach stacji kolejowej zaatakował młody mężczyzna, groził jej nożem, bił po twarzy, usiłował wyrwać torebkę. Kobieta walczyła o swoją własność zaciekle,

napastnik w końcu uciekł. Praca operacyjna doprowadziła do wytypowania i zatrzymania sprawcy – to 18-latek. Sąd zastosował wobec niego areszt tymczasowy.

KRADŁ, UCIEKAŁ HULAJNOGĄ ELEKTRYCZNĄ

Południowopracę policjanci zatrzymali 44-letniego mężczyznę podejrzanego o kradzież z włamaniem do samochodów, kradzież hulajnowy elektrycznej, roweru itp. Gdy policjanci urządzili zasadzkę w miejscu zamieszkania podejrzanego, ten na ich widok zaczął uciekać kradzioną hulajnogą elektryczną, a złapany – szarpał się z nimi. Podczas przeszukania mieszkania i pomieszczeń gospodarczych policjanci znaleźli także narkotyki.

policja.waw.pl

NOWY KOMENDANT VII KRP

Podinspektor Michał Wójcicki został nowym komendantem VII KRP (Praga Południe, Rembertów, Wawer, Wesoła), wcześniej (od lutego br.) był pełniącym obowiązki. W KRP VII jest od 2017 r., do początku 2020 r. pełnił funkcję Zastępcy Komendanta Rejonowego. Podinsp. Michał Wójcicki jest żonaty, ma dwoje dzieci, interesuje się dobrym filmem, sportem i turystyką.



Fot. policja.waw.pl

Praca zdalna a niedosłuch i aparaty słuchowe

Wiele osób pracuje obecnie zdalnie wykorzystując przede wszystkim komputer i telefon. Jakość połączeń nie zawsze jest najlepsza. Obraz i dźwięk może być zakłócony np. problemem łącza internetowego. Wielokrotnie jest to widoczne podczas programów telewizyjnych „na żywo”, kiedy redaktorzy łączą się ze swoimi gośćmi on-line i ostatecznie rozmowa jest przerywana z powodu problemów z dźwiękiem.

Niezbyt dobra jakość dźwięku i niedosłuch stanowią bardzo duże ograniczenia w zdalnym porozumiewaniu się i przede wszystkim zrozumieniu mowy dla osób z niedosłuchem. Obecnie wiele nowoczesnych aparatów słuchowych wykorzystuje protokół Bluetooth® do łączenia się z akcesoriami lub bezpośrednio z innymi urządzeniami.

Rozmowa telefoniczna – opcja najczęściej wykorzystywana przez użytkowników aparatów słuchowych ze strumieniowym przesyłaniem dźwięku. Rozmowa bez użycia rąk tak jak przez zestaw słuchawkowy. Można skorzystać również

z dodatkowego mikrofonu. Niektóre rozwiązania pozwalają też wykorzystać mikrofony aparatów słuchowych – wtedy nie trzeba stosować żadnych dodatkowych akcesoriów. Dla użytkowników telefonów stacjonarnych dedykowane są adaptory telefoniczne pozwalające bezprzewodowo prowadzić rozmowy telefoniczne.

Łączność z mediami – na tej samej zasadzie aparaty słuchowe można połączyć z laptopem dzięki czemu komfortowo można uczestniczyć w telekonferencji czy słuchać muzyki. Do połączenia aparatów słuchowych z telewizorem, który nie posiada Bluetooth® przeznaczone są TV-adaptory.

Centrum dowodzenia – dzięki rozbudowanym bezpłatnym aplikacjom możemy sterować aparatami słuchowymi za pomocą smartfona. Podstawowe funkcje to oczywiście regulacja poziomu głośności w aparatach słuchowych. Doświadczeni użytkownicy mogą również korzystać ze zmiany dedykowanych programów słyszenia dla różnych sytuacji, regulacji barwy dźwięku, kontroli zużycia baterii, czy funkcji „znajdź aparaty słuchowe”.

Przydatne aplikacje – połączone aparaty słuchowe ze smartfonem po odpowiedniej konfiguracji współpracują z działającymi aplikacjami. Wielu użytkowników aparatów słuchowych korzysta z nawigacji, której uaktywnienie jest bardzo przydatne na przykład przy zwiedzaniu miasta. Wskazówki są słyszalne bezpośrednio w aparatach słuchowych.

Wybór odpowiednich aparatów słuchowych i akcesoriów jest zależny od tego w jaki sposób i z jakich funkcji chcemy korzystać. W gabinetach Strefy Słuchu doświadczeni protetycy słuchu pomogą dobrać i dopasować odpowiednie zestawy takich producentów jak Signia, Bernafon, Oticon, Phonak, Resound, łącząc je z posiadanym smartfonem.

Nie tylko najdroższe aparaty słuchowe wyposażone są w Bluetooth®. Przesyłanie strumieniowe sygnału audio dostępne jest już w niższych klasach, a opisane akcesoria to koszt kilkuset złotych.

Zastosowanie wymienionych rozwiązań czyni telekonferencję łatwiejszą, bez stresu czy obaw, że umkną jakieś ważne informacje.

STREFA SŁUCHU[®] APARATY SŁUCHOWE

www.strefasluchu.pl



Używamy
maseczek
oraz przyłbic
ochronnych



Stosujemy
rękawiczki
ochronne



Gabinety i sprzęt
medyczny
dezynfekujemy
przed i po każdej
wizycie pacjenta



Po aparat
przyjeżdż
do nas
taksówką na
nasz koszt



Wizyty
pacjentów
planujemy
w bezpieczny
sposób



Jeśli jednak
wolisz pozostać
w domu
– umów wizytę
domową



ZADZWOŃ I ZAPYTAJ O DODATKOWE UŁATWIENIA I PROMOCJE – TEL. 505 383 187 LUB 602 668 037

ul. Poborzańska 37
(róg ul. Rembielińskiej,
przystanek Poborzańska)
03-368 Warszawa
pn. – pt. 9.00–18.00, sob. 9.00–13.00
tel. 22 831 10 31, tel. kom. 602 668 037

al. Solidarności 53
(wejście od Jagiellońskiej,
przy Metrze Wileńska)
03-402 Warszawa
pn. – pt. 9.00–17.00
tel. 22 404 64 64
tel. kom. 505 383 187

al. Jana Pawła II 32
(niedaleko Hali Mirowskiej,
róg Elektoralnej)
00-141 Warszawa
pn. – pt. 9.00–17.00
tel. 22 400 11 66

ul. Chatubińskiego 8
(obok oddziału NFZ,
przy sklepie rehabilitacyjnym)
00-613 Warszawa
pn. – pt. 8.00–14.00
tel. kom. 512 656 816

ul. Sapieżyńska 3
(Centrum Medyczne
Bonifratorów, gab. nr 14)
02-215 Warszawa
pn. – pt. 9.00–17.00
tel. kom. 510 905 474



Fot. wikipedia.pl

Gdy jesteś warszawiaku w Krakowie, Poznaniu, czeskiej Pradze czy w Paryżu, serce ci się ściska. Stare, piękne kamienice, cudowne balkony z balustradami z kutego żelaza, niespotykane już bramy, podwórka, układ ulic... A nasza Warszawa? Mój Boże – tylko kawałek Lwowskiej, trochę starego Mokotowa, starej Ochoty, Żoliborza – reszta zginęła, padła w boju...

Gdy jesteś warszawiaku pośród znajomych, którzy w twoim mieście organizują się w kluby szczecinian, łódzian czy lublinian myślisz sobie – a co z klubem warszawiaków? Gdzie oni

NASZA PAMIĘĆ, NASZA DUMA

są?... Oni są – na Powązkach, na wolskim cmentarzu, na Bródnie. Także chodząc po ulicach, widzisz ich co krok – na tablicach upamiętniających miejsca straceń: na Pięknej, w Alejach Jerozolimskich, na Nowym Świecie, na Starówce, na ścianie kościoła Bonifratrów.

*Halo! Tu serce Polski! Tu mówi Warszawa!
Niech pogrzebowe śpiewy wyrzucą z audycji!
Nam ducha starczy dla nas i starczy go dla was!
Oklasków nie potrzeba! (...) Żądamy amunicji!*

Choć ducha starczyło, amunicji nie było... Hekatomba Warszawy na zawsze wyryła się w zbiorowej pamięci. Nie da się „wyjąć z oczu szkła bolesnego, obrazu dni, który czaszki białe toczy przez płonące łąki krwi”... Nie można już odmienić „czasu kalekiego”...

Ale można go przeżywać inaczej – w powadze i w pojednaniu, w bólu i ukojeniu, które niesie czas. W dniach sierpniowych wszyscy jesteśmy powstańcami. Choć nasze dusze płaczą z żalu, to przecież przetrwaliśmy, jest Warszawa! Sprawdziła się przepowiednia powstańczego poety, który zagrzewał towarzyszy do wytrwania:

*Pamiętaj: nie wolno ci zwątpić w wolność,
co przyjdzie, choćbyś padł.
Pamiętaj, że na ciebie patrzy ogromny, zdumiony świat.
I wiedz, że krokiem w nędznym bucie
jak pomnik dziś w historię wrastasz.
I wiedz, że w sercu twoim bije uparte serce twego miasta.*

Bądźmy więc razem w tych dniach. Niech ofiara Powstania nie dzieli już Polaków i warszawiaków. Każda krew przelana, każde życie jak kamień rzucone na szaniec, są dla Ojczyzny jednakowo cenne. To nasze wspólne miasto – tych, którzy w wojskowym ordynku leżą na Powązkach i tych, którzy padli na Cyplu Czerniakowskim, tych, którzy gołymi rękami podnosili je z gruzów, tych nielicznych, zasiedziały tu od pokoleń i tych licznych, którzy Warszawę wybrali jako swoje miejsce na ziemi.

Jesteśmy jedną warszawską, polską rodziną, niech pokój zapana między nami. Niech historia nas nie dzieli, niech nas łączy. Pamiętając o przeszłości musimy żyć dla przyszłości. Wspólnie starajmy się „odmienić czas kaleki, zakryć groby płaszczem rzeki, zetrzeć z włosów pył bitewny, tych lat gniewnych, czarny pył”... **red.**

OBCHODY

Ze względu na obostrzenia związane z panującą pandemią, 76. rocznica Powstania Warszawskiego w tym roku będzie miała zmienioną formułę. Wszystkie uroczystości odbędą się bardziej kameralnie, z zachowaniem względów bezpieczeństwa. Urząd Miasta zapowiada odsłonięcie przygotowane miejsc pamięci, a przy wybranych pomnikach i tablicach pamiątkowych, w wyznaczonych godzinach, instytucje, urzędy i środowiska (dotychczas corocznie zapraszane na obchody) będą mogły w godnej oprawie oddać indywidualnie hołd poległym powstańcom. Wybrane uroczystości będą transmitowane on-line na stronie:

www.um.warszawa.pl/powstaniewarszawskie

Uroczystości rozpoczną się już w czwartek, **30 lipca**. Na godzinę 11 w Parku Wolności zaplanowane jest spotkanie Powstańców Warszawskich z prezydentem Rzeczypospolitej Polskiej Andrzejem Dudą i prezydentem m.st. Warszawy Rafałem Trzaskowskim. Wówczas nadane zostaną order i odznaczenia państwowe przez prezydenta RP.

31 lipca o godz. 10.30 zostaną złożone kwiaty przy kamieniu „Żołnierzom Żywiciela”, o godz. 16 natomiast pod pomnikiem Powstania Warszawskiego na placu Krasińskich. Na godz. 18 planowana jest msza św. w Katedrze Polowej Wojska Polskiego.

W sobotę **1 sierpnia** obchody rozpoczną się już o godz. 8.30 złożeniem kwiatów przy tablicy upamiętniającej podpisanie przez płk. Antoniego Chruściela „Montera”, dowódcę Okręgu Warszawskiego Armii Krajowej, rozkazu rozpoczęcia Powstania Warszawskiego. Pół godziny później wieńce zostaną złożone pod pomnikiem „Mokotów walczący – 1944”, a potem kolejno: pod obeliskiem pamięci żołnierzy AK powstańców Mokotowa, pod pomnikiem gen. Zbigniewa Scibor-Rylskiego „Motyla”, pod pomnikiem gen. Stefana Roweckiego „Grota”, Polskiego Państwa Podziemnego i Armii Krajowej, na grobie gen. Antoniego Chruściela „Montera”. Godzina „W” to czas, kiedy cała Warszawa oddaje hołd powstańcom, a główna uroczystość odbędzie się o godz. 16.45 przy pomniku Gloria Victis na Powązkach.

Kwiaty będą również składane na kurhanie, w którym znajdują się prochy ponad 50 tys. mieszkańców stolicy poległych w Powstaniu Warszawskim oraz pod pomnikiem „Polegli – niepokonani” na cmentarzu Powstańców Warszawy na Woli. O godz. 20 zapłonie ognisko pamięci na kopcu Powstania Warszawskiego. Szczegółowy plan obchodów znajduje się na stronie UM. **MN**



Godzina W, Rondo Żaba, 2019

REKLAMA

76. ROCZNICA
POWSTANIA
WARSZAWSKIEGO



GODZINA „W”
1.08.2020, GODZ. 17.00

**ZATRZYMAJ SIĘ.
ODDAJ CZEŚĆ POWSTAŃCOM WARSZAWSKIM!**

PLAN OBCHODÓW I WIĘCEJ INFORMACJI NA:
WWW.1944.PL; WWW.POWSTANIE44.UM.WARSZAWA.PL

REKLAMA

Kobiecym okiem

WAKACYJNIE...

Wspomnienia wakacyjne babci, dziadka, rodziców? Mogą zadziwić młodsze pokolenia.

Kolonie albo u dziadków na wsi... Wielka swoboda, jaką nam dawano nie dlatego, że mieliśmy wyrodných rodziców, którym nie zależało na naszym zdrowiu i bezpieczeństwie. To było zrozumienie potrzeb dziecka.

Szaleliśmy na rowerach, graliśmy w piłkę, w gumę, w pikuty, w chowanego, berka i wszystko, co pozwalało na ruch na świeżym powietrzu. W przerwach – skok do domu, gdzie mama czy babcia dawała w rękę pajdę chleba ze smalcem, w drugą – ogórka małosolnego albo chleb posypany cukrem i znowu na dwór! Aż do zmykania!

Obiady? Zalewajka z wkrojoną kiełbasą, jeśli była. Mięso od wielkiego dzwonu. Placki ziemniaczane, naleśniki, racuchy z jabłkami i bez. Gryczana ze skwarkami i kefirem lub młode kartofle, obficie posypane koperkiem, z zsiadłym mlekiem... Dziś mleko nawet jest inne, spróbujcie zrobić z niego twarożek!

Rozrywki były proste, czasy z punktu widzenia dziecka nieskomplikowane, miało się kolegów, przyjaciół, a wszystko w realu! Nieustająca była tylko ekscytacja „zachodem”. Pomagał ją pohamować „Pewex” i luksusowa oferta towarów za „zielone”. Nie, nie tylko przybyłych z „Zachodu”. Polskich produktów też nie brakowało, począwszy od wódek.

Potem świat zaczął wkraczać do nas coraz śmielej. Weźmy chociaż kuchnię: najpierw ogarnęła cały kraj moda na pizzę i spaghetti, potem wielu przestało mówić na makaron – makaron, używając o wiele bardziej światowego słowa „pasta”, które po polsku oznacza głównie preparaty pachnące mało spożywczo, a przeznaczone do pielegnacji butów, podłóg czy polerowania karoserii. Ewentualnie – jak słynna BHP – do mycia szczególnie brudnych rąk. Do tego doszła chińszczyzna, a potem japońskie sushi w wielu odmianach.

No i oczywiście wynalazek wszechczasów: telefony komórkowe, coraz nowocześniejsze, a to z aparatem fotograficznym, a jeszcze z internetem, po prostu cuda!

Nikt dziś nie umie wyobrazić sobie bez nich życia. No, prawie.

Jak bardzo nie umie? Prawie 100 proc. posiadaczy komórek nie rusza się bez nich z domu, a połowa sięga po nie zaraz po obudzeniu. Jedna trzecia chodzi z komórką nawet do toalety, choć pewne głosy twierdzą, że tak kryją się tylko wiarołomni mężowie i żony. Trzy czwarte zasypia z telefonem, a to dowodzi, że nie zostawiamy sobie czasu na wyciszenie i relaks, gwarantujące dobry sen.

Czy to wpływa na zmianę relacji między bliskimi ludźmi, między rodzicami a dziećmi, między partnerami i przyjaciółmi?

Do przemyślenia, przed urlopem lub podczas...

żu

Co tam panie na Pradze...

KRAWIEC

– Pięknie pan wygląda, panie Eustachy... – co powiedziawszy pan Kazimierz Główna, stały bywalec bazaru na Szembeka, oczy postawił niemalże w ślup. Bo i rzeczywiście – kupiec tutejszy bieliznany, Eustachy Mordziak, prezentował się wspaniale w ciemnym garniturze i śnieżnobiałej koszuli – wedle obecnej mody bez krawata.

– E, takie tam – odezwał się skromnie. Pochyliwszy się nad taborecikiem, na którym przy jego straganie przysiadł pan Kazimierz, szepnął mu niemal prosto do ucha:

– To z lizingu. I przenicowany.

– Co pan powie! Wygląda jak nowy.

– Ten krawiec?

– Nie, garnitur. A krawiec, jak wygląda? Jak już się zgadzało...

– Kurdupel. Ciut fajzowaty nawet. Ale rękę do szycia ma, co to, to tak.

– I tak z niczego dał panu ten garnitur?

– W lizingu, mówilem już.

– Znaczy jak?

– Masz Eustachy, ode mnie! Powiedział. Noś.

Jako mój żywy manekin. Pamiętaj tylko, że nic z nim nie możesz zrobić bez porozumienia ze mną. Jesteś, że tak powiem moją własnością.

– Nic, zupełnie – zapytał, bo lubię wiedzieć, co i jak?

– Nic. Nawet do kieszeni nic nie możesz włożyć, ani z niej wyjąć bez mojej zgody.

– To, co ja z tego będę miał?

– Będziesz pięknie wyglądał! I każdy będzie wiedział, że to ode mnie, dlatego będą cię szanowali.

– Z powodu tego wyglądu?

– Nie, z powodu mnie. I jeszcze jedno – pamiętaj, że po pięciu latach przejdiesz testy próbne, a ja odnowię ci ten garnitur, żeby znów był jak nowy.

– Zwłaszcza kolana bym prosił?

– Co kolana?

– No, wytarły się trochę... Taka praca, panie mistrzu.

– I co on na to? – pan Kazimierz na moment przerwał swoje zaskłuchiwanie.

– Powiedział dobrze, zrobi się! Wszyję specjalną wkładkę z keflaru, to następne pięć lat

będziesz mógł kłęczeć 24 godziny na dobę i śladu nie będzie.

– I tak zrobił?

– No właśnie odebrałem po remoncie.

– Teraz, jak mi pan powiedział, to widzę, że garnitur ten sam, ale jednak faktycznie prze-nicowany.

– Jak nowy, co nie?

– Fakt. A kolegom się podoba?

– Cały bazar zachwycony! I powiem panu na ucho, że nikt nie zauważył, że to ten sam, tylko przerobiony.

– Może się nie znają?

– Ej, tam – znają, nie znają. Krawiec mi kase po kieszeniach poupychał i powiedział, rozdaj, ale mów, że to ode mnie.

– To się musiało podobać.

– Panie Kaziu, niektóre emerytki, to po rękach mnie całowały. Czegoś takiego, to ja jeszcze nie przeżywałem...

– Jak to mówią starzy Żydzi: wobec głupoty, nawet Bóg jest bezradny...

– Słucham?

– Nic, nic... Tak tylko marudzę – sobie a muzom.

Szaser

§ PRAWNIK RADZI



Czytelnicy pytają – radca prawny Marcin Kluś odpowiada

Przekazałam mieszkanie osobie bliskiej w formie darowizny. Po pewnym czasie okazało się, że osoba ta nie zasługuje na tego typu szczerzość. Czy mogę to odwołać?

Tak, może Pani odwołać darowiznę, pod warunkiem, że obdarowany dopuścił się względem Pani rażącej niewdzięczności, a od momentu w którym dowiedziała się Pani o niewdzięczności obdarowanego nie upłynął rok. Zgodnie bowiem z art. 898 §1 Kodeksu cywilnego „Darowizna może odwołać darowiznę nawet już wykonaną, jeżeli obdarowany dopuścił się względem niego rażącej niewdzięczności”. Nasuwa się pytanie, co należy rozumieć pod pojęciem rażącej niewdzięczności. Odpowiedzi można znaleźć m.in. w wielu orzeczeniach sądowych, z których wynika, że jest to takie zachowanie obdarowanego, które było skierowane przeciwko darczyńcy świadomie i w nieprzyjemnym zamiarze.

Według orzecznictwa sądowego nie mogą być podstawą odwołania darowizny incydentalne sprzeczki, tym bardziej wywołane przez zachowanie darczyńcy, jak również zawiedzione oczekiwania darczyńcy co do należytego zajmowania się przez obdarowanego przedmiotem darowizny (w tym przypadku mieszkaniem).

Z kolei, jako przykłady rażącej niewdzięczności orzecznictwo sądowe podaje m.in. pozostawienie darczyńcy bez koniecznej pomocy, czy obmawianie darczyńcy przez obdarowanego wobec innych osób o postępowanie, które godzi w jego dobre imię. Sąd Najwyższy uznał, że aby zachowanie obdarowanego można było uznać za rażąco niewdzięczne, musi je cechować znaczne nasilenie złej woli skierowanej na wyrządzenie darczyńcy krzywdy lub szkody majątkowej.

Okoliczności każdej sprawy są inne i ustalenie, czy zachowanie osoby obdarowanej można ujmować w kategorii rażącej niewdzięczności należy ocenić pod kątem danej sprawy.

Jednocześnie należy wskazać, że w sytuacji, gdy darowizna polegała na nieodpłatnym przeniesieniu własności, z chwilą jej odwołania, własność nie powraca jeszcze do darczyńcy. Skutek ten nastąpi bowiem dopiero z chwilą zawarcia umowy przenoszącej własność, stanowiącej wykonanie zobowiązania ciążącego na obdarowanym (w tym przypadku w formie aktu notarialnego). Odwołanie darowizny wyklucza zatem automatyczne przejście przedmiotu darowizny na darczyńcę. W przypadku problemów z wykonaniem tego obowiązku przez obdarowanego po odwołaniu darowizny, można wystąpić do sądu o zobowiązanie obdarowanego do złożenia stosownego oświadczenia woli w tym zakresie. Prawomocne orzeczenie sądu stwierdzające obowiązek obdarowanego do złożenia oznaczonego oświadczenia woli, zastępuje to oświadczenie (art. 64 Kodeksu cywilnego).

W końcu za istotny należy uznać w tej sprawie art. 899 §3 Kodeksu cywilnego zgodnie z którym „Darowizna nie może być odwołana po upływie roku od dnia, w którym uprawniony do odwołania dowiedział się o niewdzięczności obdarowanego”. Początek tego terminu wyznacza moment dowiedzenia się przez uprawnionego o podstawach odwołania, tj. o niewdzięczności obdarowanego, a nie moment wystąpienia rażącej niewdzięczności.

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

5% OBOWIĄZUJE RABAT*

*Na wszystkie meble standardowe znajdujące się na stronie internetowej.
www.meblesosnowe.eu | e-mail: meble@meblesosnowe.eu

POŻYCZKA ekspresowa Z GWARANCJĄ

EdenFinance

Nawet do 5000 zł
Szybka decyzja
Minimum formalności

797-705-110

Zakład Usług Tapicerskich i Stolarskich

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

WYKONUJE:

- ✓ renowację tapicerki i stolarki mebli stylowych i współczesnych
- ✓ nowe meble na wymiar (wersalki, tapczany, fotele, narożniki, stelaże itd.)
- ✓ zabudowy z płyt meblowych i meble uzupełniające

POSIADAMY WYBÓR TKANIN I TRANSPORT
Zapraszamy: w godz. 8:00-17:30, sob. 9:00-13:00

P.P.H. „Kotwica”

Zapraszamy do sklepów firmowych

Oferujemy:

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

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

Nasz sklep firmowy:
■ ul. Marysińska 3a
(róg ul. V Poprzecznej, Anin-Wawer)

Panu
Dariuszowi Kujawie
Prezesowi Zarządu SM „Ostrobramska”

WYRAZY GŁĘBOKIEGO WSPÓŁCZUCIA Z POWODU ŚMIERCI OJCA

składają Rada Nadzorcza i pracownicy Spółdzielni Mieszkaniowej „Ostrobramska”

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

TADEX OPONY

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

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

WODOCIĄGI WARSZAWSKIE NATURALNIE NA BIEŻĄCO WAWER

**2007-2019**

Długość wybudowanej
i zmodernizowanej
sieci w latach 2007-2018

**117,6 km****116,9 km****2018-2025**

Długość planowanej sieci:

**146,9 km****190,1 km**

INWESTYCJE W SIĘĆ
WODOCIĄGOWĄ I KANALIZACYJNĄ
W LATACH 2018-2025



sieć wodociągowa
nakłady 2018-2025:

149,2 mln zł

sieć kanalizacyjna
nakłady 2018-2025:

252 mln zł

www.mpwik.com.pl www.warszawskakranowka.pl



MIEJSKIE PRZEDSIĘBIORSTWO
WODOCIĄGÓW I KANALIZACJI
W M.ST. WARSZAWIE
SPÓŁKA AKCYJNA

warszawska
kranowka

Naturalnie TAK :)



WYJĄTKOWE MIEJSCE NA KULTURALNEJ MAPIE WARSZAWY



Fot. DK Praga

Dom Kultury „Praga” od lat proponuje szeroką ofertę zajęć i warsztatów, podobnie jak 24 tego typu instytucji kultury w mieście, więc pozornie nie jest to nic wyjątkowego. Nie wszędzie jednak znajdziemy koncerty na dachu, działania w zakresie sztuki społecznej, nietypową animację zwracającą uwagę na ekologię, takie jak nietypowe obchody Światowego Dnia Goryla czy planowanie Dnia Leniwca, który miałby mieć formę antyfestiwalu polegającego na wspólnym robieniu... „niczego”. Tutaj każdy, najbardziej oryginalny pomysł, ma szansę zostać zrealizowany, jeśli zjednoczy mieszkańców albo wyjdzie od nich samych (te są najcenniejsze).

Praski dom kultury od kilku lat działa prężnie, jednak od jakiegoś czasu jest o nim naprawdę głośno w całej Warszawie. Wszystko za sprawą wydarzeń, które wzbudzają zainteresowanie nie tylko mieszkańców dzielnicy. Dlaczego? Są po prostu wyjątkowe i to nie tylko w skali miasta.

W 2016 roku dyrektorką Domu Kultury „Praga” została Katarzyna Sołtys (mgr sztuki, dyplomowana i nagradzana manager kultury z wieloletnim doświadczeniem, mieszkanka i miłośniczka warszawskiej Pragi). To właśnie dzięki swojej energii i zapałowi zaczęła szukać nowych pomysłów na to, jak

z instytucji uczynić kulturalne serce dzielnicy. Dzięki wyjątkowym specjalistom zatrudnianym w domu kultury staje się on wyjątkowym miejscem na mapie Warszawy.

Dom kultury uwielbia system pracy „art with public”, czyli sztuki społecznej, włączającej mieszkańców. Pierwszym tego

typu działaniem w programie instytucji było zrealizowanie kolektywnej, ceramicznej mozaiki w bramie przy ul. Dąbrowszczaków 2.

– Z okazji obchodów 100-lecia Niepodległości wiele instytucji kultury przygotowywało koncerty okolicznościowe. My chcieliśmy uczcić to święto zupełnie

inaczej. Uważamy, że każdy z nas jest patriotą, każdy kocha Polskę na swój sposób. Dlatego chcieliśmy, aby uczczenie tej rocznicy nie było banalne. W bramie zamontowaliśmy mozaikę z kafli ceramicznych przygotowanych przez mieszkańców dzielnicy na specjalnych warsztatach. Uczestnicy zajęć na kafkach interpretowali słowo „wolność” – opowiada Katarzyna Sołtys.

Mozaika wisi w przejściu od dwóch lat i ciągle jest odkrywana na nowo. W ubiegłym roku projekt dotyczący mozaiki otrzymał I miejsce w Warszawskiej Nagrodzie Kulturalnej Warszawy. Dom kultury nie zwalnia tempa, w tym roku kolejny projekt „Język kołażu/ Collage Language” również znalazł się w drugim etapie branżowego konkursu. Wyniki już w październiku.

W czasie obostrzeń związanych z pandemią działania domu kultury zostały mocno ograniczone. Szybko jednak znalazł się pomysł i na to, bo okazało się, że organizacja koncertów transmitowanych online cieszy się wielkim zainteresowaniem, a występ Karoliny Czarneckiej na dachu galerii handlowej zy-

skał już swoich naśladowców w innych miastach.

Już wkrótce odbędzie się pierwszy europejski festiwal klaunady pn. „Inwazja Klaunów”, nawiązujący do historii dzielnicy, w której przed wojną w Parku Praskim znajdował się lunapark. Niestety, w tym roku ze względu na wciąż trwające zagrożenie epidemiczne będzie w zmienionej formie, czyli warsztatów cyrkowych oraz kilku performansów na terenie Pragi.

Trudno wymienić wszystkie pomysły realizowane w domu kultury w najbliższym czasie. Kolejnym ciekawym jest chociażby miniserial, którego nagrania ruszają w sierpniu br. „Brama Cafe” będzie miał 6 odcinków, wystąpią w nim zarówno profesjonalni aktorzy, jak i mieszkańcy. Za scenariusz i reżyserię odpowiada Michał Walczak – mieszkaniec Pragi Północ. – Ponadto w sierpniu gratka dla dzieci szkolnych. To z myślą o nich przygotowaliśmy program „Wakacje z kulturą” w ramach akcji „Lato w mieście”. Zapraszamy w każdą środę do Muszli Koncertowej – mówi Katarzyna Sołtys.

KaSa

REKLAMA

DOM KULTURY PRAGA

Dla dzieci w wieku 7-13 lat

WAKACJE z KULTURĄ 2020

Muszla Koncertowa, Park Praski

	Spektaki	Warsztaty plastyczne	Warsztaty etnograficzne	Warsztaty plastyczno-słuchowe
5 sierpnia	Atak Klaunów Teatr na walcikach 10:00-11:00 (50 os.)	Jak cię widzą, tak cię piszą - malujemy portret prowadzenie: Beata Mikulik 10:00-10:45 (10 os.) 11:00-11:45 (10 os.) 12:00-12:45 (10 os.)	Indiańskie łapacze snów prowadzenie: Karolina Goska 10:00-10:45 (10 os.) 11:00-11:45 (10 os.) 12:00-12:45 (10 os.)	Wyścig po kulturę prowadzenie: Warsztatoteka 10:00-11:30 (20 os.) 11:30-13:00 (20 os.)
12 sierpnia	Fintkiłuski - Folkowe Okruszki Teatr Małe Mi 10:00-11:00 (50 os.)	Marina kontra węduta - pejzaże morskie i miejskie prowadzenie: Beata Mikulik 10:00-10:45 (10 os.) 11:00-11:45 (10 os.) 12:00-12:45 (10 os.)	Aborygeni - kijek wędrowniczek prowadzenie: Karolina Goska 10:00-10:45 (10 os.) 11:00-11:45 (10 os.) 12:00-12:45 (10 os.)	Morskie opowieści prowadzenie: Bożena Ślaga 10:00-10:45 (10 os.) 11:00-11:45 (10 os.) 12:00-12:45 (10 os.)
19 sierpnia	KSIĘŻYCOWE Opowieści Teatr Małe Mi 10:00-11:00 (50 os.)	Abstrakcyjny - fantazyjny prowadzenie: Beata Mikulik 10:00-10:45 (10 os.) 11:00-11:45 (10 os.) 12:00-12:45 (10 os.)	Tajemnice miejskiej przyrody prowadzenie: Stoleczne Towarzystwo Ochrony Ptaków 11:00-12:00 (20 os.) 12:00-13:00 (20 os.)	Roślinne makaty prowadzenie: Bożena Ślaga 10:00-10:45 (10 os.) 11:00-11:45 (10 os.) 12:00-12:45 (10 os.)
26 sierpnia	Kosmiczna gra. Miły świat opowiadane na nowo Jarek Kaczmarek - Grupa Studnia O. 10:00-11:00 (50 os.)	Still life, czyli eiche życie w malarstwie prowadzenie: Beata Mikulik 10:00-10:45 (10 os.) 11:00-11:45 (10 os.) 12:00-12:45 (10 os.)	Pamiętnik podróżnika prowadzenie: Karolina Goska 10:00-10:45 (10 os.) 11:00-11:45 (10 os.) 12:00-12:45 (10 os.)	To takie popłatane prowadzenie: Bożena Ślaga 10:00-10:45 (10 os.) 11:00-11:45 (10 os.) 12:00-12:45 (10 os.)

A może nad morze?

Ostatnie wolne terminy od 15 sierpnia 2020 r.
Zadzwoń ☎ 501-423-667



Więcej informacji: www.sunnyday.com.pl
www.slonecznydzien.pl f /SunnyDayApartamenty/

AZURE PREMIUM
- ul. Błękitna 8

POD PAPUGAMI
- ul. Bałtycka 4

SŁONECZKO
- ul. Bałtycka 17B



Serdecznie zapraszamy do Kołobrzegu, do naszych apartamentów, do naszego świata, gdzie gość ma wziąć tylko dobry humor i walizkę, a resztą zajmiemy się my EKIPA SUNNY-DAY APARTAMENTY KOŁOBRZEG.



Przez długi czas wiele osób zastanawiało się, co to za dziwna kamienna bryła stoi przy moście Gdańskim, między nabrzeżem Wisły a ul. Wybrzeże Puckie. W końcu wszystko stało się jasne. Na Gołędzinowie otwarto Pawilon Edukacyjny „Kamień”.

Fot. UM

Budynek od strony ulicy z daleka do złudzenia przypomina głaz polodowcowy, jaki znajduje się nieopodal. To właśnie on był inspiracją dla architektów.

W tym wyjątkowym pawilonie znalazły się dwie kondygnacje: na dole otwarta przestrzeń, którą można zaaranżować w dowolny sposób, a na piętrze antresola wystawowa. Wielkie wrażenie robi front budynku, który jest cały przeszkłony, co pozwala na obserwowanie okolicznej przyrody, nawet podczas nieprzyjemnej

aury. Kiedy ta będzie sprzyjać, warto zobaczyć wszystko to, co znajduje się wokół „Kamienia”, bo znajdziemy tam edukacyjną ścieżkę inspirowaną wiślanymi ławicami. Natomiast ogromną salą przyrodniczą jest pobliska nadwiślańska łąka, czyli to, co stworzyła sama natura.

Czemu ma służyć to wyjątkowe w stolicy miejsce?

– Oferta pawilonu będzie skierowana do placówek oświatowych, organizacji pozarządowych, lokalnych społeczności,

jak również artystów, którzy będą chcieli pokazać tu swoje prace czy organizować spotkania. Miasto będzie wspierać mieszkańców merytorycznie w kwestii ekologii, podpowiadać

nauczycielom scenariusze lekcji terenowych, udostępniać pawilon dla sympatyków zieleni oraz osób, które chcą dzielić się wiedzą o ochronie przyrody. Użytkownicy będą mogli wypożyczyć też sprzęt do wycieczek (np. lornetki, lupy), jak i korzystać z materiałów potrzebnych do zajęć, np. gliny czy nasion kwiatów – wyjaśnia Urząd Miasta.

Miejsca na budowę „Kamienia” nie wybrano przypadkowo. To właśnie tutaj znajdziemy wyjątkowo wiele naturalnego bogactwa Wisły. Plusem jest też dojazd, bo z większości stołecznych szkół można tu dojechać autobusem w pół godziny.

Pawilon Edukacyjny „Kamień” to zwieńczenie projektu Life+WisłaWarszawska.pl. KB

Projekt Life+ „Ochrona siedlisk kluczowych gatunków ptaków Dolin Środkowej Wisły w warunkach intensywnej presji aglomeracji warszawskiej” obejmowało także budowę trzech wysp pływających na podstawie ze stalowych konstrukcji, dwóch barek na Wiśle jako siedlisk lęgowych dla ptaków, wyspy na wysokości Gołędzinowa (wcześniej było to połączone z łądem zaniedbane odsypisko, czyli nagromadzony piach rzeczny), ławic piaszczystych poniżej Gołędzinowa, ścieżki spacerowej od plaży Żoliborz do mostu Grota-Roweckiego, czterech parkingów, a także wyznaczenie i oznakowanie szlaków przyrodniczych



Fot. UM

REKLAMA

REKLAMA

BIAŁOŁĘKA

LINIA 152 NA NOWEJ TRASIE

To już pewne – wraz z początkiem roku szkolnego mieszkańcy wschodniej Białołęki będą mogli dojechać do zachodniej części dzielnicy linią 152.

Grafika ZTM



Na tę informację czekało od lat wielu mieszkańców, a od roku szczególnie wyczekiwali na nią rodzice dzieci uczęszczających do nowej szkoły przy ul. Hemara. Sytuacja była najbardziej uciążliwa dla uczniów z Białołęki Dworskiej i Choszczówki, bo stamtąd do placówki nie kursował żaden (!) autobus. Pozostawało odwożenie dzieci samochodami.

Poza tym od wielu lat mówiło się o tym, że ul. Cieślewskich to niewykorzystana oś, która powinna połączyć dwie części Białołęki. Problem był jeden – układ ulicy przy murze aresztu śledczego. W tym miejscu idąca po dość ostrym łuku droga była wyjątkowo wąska, dodatkowo na wprost krzyżująca się z ul. Ornecką – miejsce wyjątkowo niebezpieczne i niemożliwe do

pokonania przez autobusy komunikacji miejskiej. W końcu, na początku tego roku ruszyły prace budowlane, dzięki którym udało się zmienić geometrię drogi na tyle, że teraz przejazd po niej autobusu jest możliwy i wkrótce ma się to stać.

Trwa budowa przystanków i jak zapowiada Wiktor Paul, Zarząd Transportu Miejskiego przygotowuje się, aby linia 152 po nowej trasie ruszyła 1 września br.

Nowa trasa oznacza wydłużenie dotychczasowej. Co drugi kurs będzie, tak jak do tej pory, kończył się na pętli Cieślewskich, a wydłużone pojadą do osiedla Derby przez m.in. ul. Hemara, dzięki czemu uczniowie nowej szkoły bez problemu do niej dojadą.

Nina Miętuś



Plastikowy worek po karmie dla zwierząt wyrzucić do metali i tworzyw sztucznych

czysta.um.warszawa.pl



19115
WARSZAWA

OSOCZE MOGĄ ODDAĆ TYLKO PANOWIE

Zachorował na COVID-19 na początku epidemii w Polsce. Wyzdrowiał i jako jeden z pierwszych oddał osocze. Rozmowa z Michałem Dybowskim o tym, co go zaskoczyło w chorobie i dlaczego tak ważna jest decyzja o zgłaszaniu się ozdrowieńców do oddawania osocza.

Poluzowanie obostrzeń, wakacje – wielu z nas zapomniało o tym, że wciąż na świecie umiera wiele osób z powodu pandemii. Sytuacja wydaje się opanowana, jednak specjaliści ostrzegają, że przed nami kolejna fala zachorowań. Niemal codziennie słyszymy o nowych ogniskach koronawirusa, jednak te informacje zdają się ginąć pomiędzy innymi doniesieniami. Niestety, ta sytuacja już wkrótce może się zmienić, jeśli nie zachowamy podstawowych zasad: dystansu i noszenia maseczek.

Jedną z osób, która zachorowała na koronawirusa był Michał Dybowski – z gorączką, kaszlem i dusznościami poszedł do lekarza, nawet nie przypuszczając, że może chodzić o COVID-19.

– Jaka była Pana reakcja na diagnozę?

– Poczułem: dobrze, że zachorowałem tak wcześnie, na początku rozwoju pandemii, zanim w szczycie zachorowań byłbym narażony na brak dostępu do służby zdrowia, tak przecież było we Włoszech. Pomyślałem, że trzeba to przejść, uodpornić się i nie przejmować.

– Który z objawów był najcięższy?

– Problemy z oddychaniem dały mi kilkukrotnie uczucie

niepewności. Na szczęście występowały one najkrócej, bo około 5 godzin w dniu, kiedy poinformowałem o moim zdrowiu (za namową lekarza rodzinnego) swoją stację sanitarno-epidemiologiczną.

– Czy tak wyobrażał sobie Pan przebieg choroby?

– Nie miałem żadnych oczekiwań. Tak naprawdę wiedziałem z doniesień prasowych i medialnych, że każda osoba przechodząca tę chorobę indywidualnie. Bardzo zaskoczyło mnie jednak to, że w dobę po pierwszych objawach, kiedy wykonano mi RTG płuc, były już w nich widoczne zmiany. To było szokujące.

– Odczuwa Pan jeszcze jakieś skutki zachorowania?

– Minęły ponad trzy miesiące od drugiego wyniku negatywnego i na szczęście nie odczuwam żadnych „pozostałości” po COVID-19. Najdłużej powracał do normy zmysł węchu i smaku. To było bardzo uciążliwe przez ponad miesiąc.

– Myśli Pan, że szczepionka rozwiąże problem pandemii?

– „Kosmos nie znosi próżni”, więc czy chcemy, czy nie, zawsze będzie ktoś, kto chce żyć i chronić życie swoich najbliższych. Szczepionka może być jedną z dróg, którą powinno się rozważać. Ważne jest, by się nie

spieszyć z jej wprowadzaniem bez gruntowych testów i badań. Oczywiście spodziewam się sytuacji, w której szczepionka będzie tylko działać w obrębie wybranego wirusa, a nie jego przyszłych mutacji, ale wszystko jest dla ludzi, w tym również szczytna idea medycyny.

– Czyje się Pan uodporniony na koronawirusa?

– Absolutnie. Mam pewność, że na obecny szczep jestem odporny. Czy na jego przyszłą wersję? Hmm. Częściowo. Ale przejście choroby dało mi poczucie (być może złudne), że nawet jeżeli pojawi się kiedyś SARS-CoV3/4/5, to dzięki tej chorobie i stworzonej odporności, mam szansę przejść taką kolejną infekcję lżej lub zupełnie bez konsekwencji.

– Jako jeden z pierwszych oddał Pan osocze. Dlaczego?

– Pojawiła się myśl, że gdyby moi rodzice potrzebowali takiej pomocy, która może przedłużyć im życie do czasu, aż zaczną działać inne leki, to chciałbym im to zagwarantować. Oczywiście nie chodzi tylko o nich, ale o wszystkich tych, których życie niejako jest już na krawędzi. Przeciwniać nie da się na razie stworzyć sztucznie, leki potrzebują czasu, by zaczęły działać i niwelować konse-



Fot. archiwum prywatne

kwencji występowania tych chorób współistniejących. Bez tego ludzie po prostu umierają. Ponadto wiem, że moje osocze posłuży do badań naukowych, do prac nad stworzeniem prototypu leku, badań klinicznych i całego spektrum analiz, które bez takiego materiału nie mogą pchnąć medycyny do przodu. Kiedyś medycyna rozwijała się dzięki wojnom, teraz taką bitwę tocymy z wirusem....

– Jaka jest procedura związana z oddawaniem osocza?

– To dość czasochłonny proces w porównaniu z oddawaniem krwi. Szczególnie, że ja robiłem to po raz pierwszy, nie będąc wcześniej krwiodawcą. Najpierw jest rejestracja, wywiad lekarski, ankieta, badania krwi, badanie lekarskie z pomiarem ciśnienia – procedura formalna. Później zostałem podłączony do maszyny, która kalibruje, ocenia zdolności oddawania krwi do odwirowania osocza i określa czas trwania całej procedury. U mnie za-

jęło to za pierwszym razem 23 minuty, a za drugim 37. Od czego to zależy? Od miliona czynników, więc ciężko to opisać. Maszyna, po zakończeniu napełniania układu separacji, zaczyna pobierać krew w ilości 150–200 ml, odwirowuje osocze i oddaje krew tą samą igłą do żyły i tak, aż w sumie przeobrazi około 2000 ml krwi, zwracając około 1550 ml, separując 400 ml osocza, a 50 ml zostaje na straty w przewodach wirówki. Za każdym razem, kiedy krew jest pobierana, należy ścisnąć pięćkłą, a kiedy maszyna krew zwraca – rozluźnić rękę. Przed każdym oddaniem osocza pacjent dostaje kubeczek z wapnem do stworzenia nadmiaru, gdyż wraz z osoczem zostaje go pozbawiany. Na koniec słodka nagroda w postaci czekolad.

– Jak zachęciłby Pan innych do oddawania osocza?

– Przede wszystkim w grę wchodzi tylko mężczyźni, gdyż kobiety nie mogą brać udziału w tym przedsięwzięciu. Dlatego

też panom polecam to doświadczenie nie tylko ze względu na czekoladę i świetną atmosferę, ale dlatego, że tylko oni mogą pomóc uratować życie matkom, ojcom, dziadkom, babciom. Bez ich osocza ludzie na razie nie przeżyją. Jeżeli kiedykolwiek, ktokolwiek myślał, nawet egoistycznie o tym, że może zrobić coś niesamowitego, co zapisze się na kartach historii świata i trafi do panteonu bohaterów w dobie COVID-19, to teraz ma szansę. To osocze może być potrzebne nie tylko obcym. Być może komuś z naszej rodziny, a może nawet nam samym, gdyby się okazało, że jednak ten wirus potrafi ponownie zaatakować.... Fajnie by było mieć zapas w lokalnej stacji krwiodawstwa. Poza tym może się też przyczynić do tego, że szybciej i lepiej powstaną leki, które nas ochronią i COVID-19 stanie się kolejnym przeziębieniem, który leczy przysłowiowy „paracetamol”.

**Rozmawiał
Michał Kaczorowski**

GDZIE SZUKAĆ POMOCY

Po trudnym okresie zamrożenia gospodarki i przymusowej izolacji, coraz więcej osób potrzebuje pomocy psychiatry i kompletnie nie wie, gdzie jej szukać. Na prośbę czytelników zamieszczamy listę instytucji na prawym brzegu Wisły, które w ramach NFZ świadczą takie usługi.

Codzienny pęd i nawał obowiązków, coraz większe problemy w każdej sferze życia, a do tego wyidealizowana wizja bajkowego luksusu kusząca na każdym rogu. Taki jest dzisiejszy świat, w którym coraz mniej jest już miejsca na odpoczynek, rodzinę i spokój. Kiedy przyszła pandemia i zostaliśmy zamknięci w czterech ścianach, szybko pojawiły się żarty „po dwóch dniach zauważyłem, że mam rodzinę, nawet

jest fajna”. Było i śmiesznie, i strasznie, bo pozornie najbliżsi sobie ludzie nie potrafili się odnaleźć, siedząc razem cały dzień w domu. Przetrwalimy, rodziny „się zaprzyjaźniły” i nadszedł moment, kiedy poluzowano gospodarkę. Zwolnienia w firmach (tych, które przetrwały, bo wiele musiało się zamknąć), obniżki pensji – stopa życiowa w wielu domach znacznie spadła. Nic nie jest takie, jak kiedyś...

Coraz więcej osób nie radzi sobie z obecną sytuacją. Było trudno, a jest jeszcze gorzej. Depresja, która już w ubiegłym roku doprowadziła do śmierci ponad 5 tys. osób w Polsce, w tym może zebrać jeszcze bardziej tragiczne żniwo. Dlatego bardzo ważne jest, aby w odpowiednim momencie zacząć szukać pomocy specjalisty. **AG**



PORADNIE ZDROWIA PSYCHICZNEGO – WYTNIJ I ZACHOWAJ

BIAŁOŁĘKA

■ **Wielospecjalistyczna Przychodnia i Szpital jednego dnia dla dzieci i młodzieży**, ul. Przykoszarowa 16. Z konsultacji, diagnostyki oraz terapii indywidualnej i grupowej mogą skorzystać osoby uczące się do 21. roku życia oraz ich rodzice i opiekunowie prawni; tel. 501-408-409

■ **SPZOZ, Poradnia Zdrowia Psychicznego**, ul. Milenijna 4, tel. 22 519-33-15, 519-33-16.

PRAGA-PÓŁNOC

■ **Przychodnia Vita Med, gabinet psychiatryczny**, ul. Meissnera 7, tel. 22 673-35-00, 671-31-10, tel. do rejestracji: 22 673-35-00, 22 673-31-10

■ **SZPZOZ, Poradnia Zdrowia Psychicznego**, ul. Gruzicka 6, tel. 22 617-56-82, tel. do rejestracji: 22 617-56-82

■ **SZPZOZ, Oddział Dzienny Psychiatryczny**, ul. Gruzicka 6, tel. 22 617-41-34, tel. do rejestracji: 22 617-41-34

■ **Wojskowy Instytut Medyczny, Poradnia Zdrowia Psychicznego**, ul. Szaserów 128, tel. 261-817-666, tel. do rejestracji: 261-818-042

■ **SZPZOZ, Poradnia Zdrowia Psychicznego dla Dzieci i Młodzieży**, ul. Abrahama 16, tel. 22 810-44-36, tel. do rejestracji: 22 810-44-36

■ **Szpital im. prof. Jana Bogdanowicza, Poradnia Zdrowia Psychicznego dla Dzieci i Młodzieży**, ul. Niekańska 4/24, tel. 22 50-98-390, tel. do rejestracji: 22 50-98-390

PRAGA-PÓŁNOC

■ **Vitamed, Poradnia Zdrowia Psychicznego dla Dzieci i Młodzieży**, ul. Wileńska 18, tel. 22 473-89-37, 22 473-87-94

■ **Mazowieckie Centrum Neuropsychiatrii, Poradnia dla Osób z Autyzmem Dziecięcym**, ul. Brzeska 12, tel. 22 468-25-01

■ **SZPZOZ, Poradnia Zdrowia Psychicznego**, ul. Jagiellońska 34, tel. 22 619-42-31, 22 619-47-27

WAWER

■ **Specjalistyczna Poradnia Rodzinna**, ul. Włókiennicza 54, tel. 22 277-11-98

■ **Wawerski Ośrodek Wsparcia**, ul. Żegańska 2c, tel. 515-911-857

■ **SZPZOZ, Poradnia Zdrowia Psychicznego**, ul. Patriotów 46/48, tel. 22 590-09-70

■ **IPCZD, Poradnia Zdrowia Psychicznego dla Dzieci**, Aleja Dzieci Polskich 20, tel. 22 815-71-61

■ **SZPZOZ, Oddział Dzienny Rehabilitacyjny dla Dzieci**, ul. Korkowa 87, tel. 22 590-09-24

WARSZAWSKIE PLAŻOWANIE

Wakacje – upragniony czas relaksu, wypoczynku i oddechu od obowiązków. Tegoroczna przerwa szkolna jest jednak inna od tych, do których przywykliśmy w ostatnich latach. Tylko niektórzy zdecydowali się na zagraniczne wycieczki i plażowanie w tropikach. W czasie pandemii wolimy wyjazdy nad jeziora, w góry i nad nasze polskie morze.

Przedsiębiorcy, którzy przez czas zastoju stracili gro pieniędzy, teraz rekompensują sobie straty, co spowodowało w wielu miejscach znaczny skok cen, a jak wiemy, nasze portfele przez epidemię też mocno zostały nadszarpnięte, więc wielu warszawiaków zdecydowało się na pozostanie w domach.

Pogoda kaprysi, dlatego nawet jeśli wyjeżdżamy, to nie na całe wakacje, a zaledwie na kilka dni, co robić w pozostałe? Postanowiliśmy sprawdzić, które stołeczne plaże są czynne i co się na nich dzieje.

Jak się okazuje, większość z nich funkcjonuje, ale w reżimie sanitarnym.

SASKA I PONIATÓWKA

Plaża przy ZOO jest niestety nieczynna, ale Saska i Poniatówka są otwarte codziennie od godz. 11 do zachodu słońca.



Na plażach są dostępne leżaki, zabawki dla dzieci czy piłki. Wypożyczają je za darmo plażowi, którzy dbają o cały reżim sanitarny. Cały sprzęt jest dezynfekowany. Funkcjonuje też biblioteka „Zaczytaj się w Wiśle”. Dla dzieci atrakcją będą w weekendy animacje i czytanie bajek. Wszystko odbywa się zgodnie z polityką bezpieczeństwa związaną z Covid-19, więc w animacjach może uczestniczyć ograniczona liczba osób.

Na Poniatówce o godz. 18 w niedzielę dorośli mogą korzystać z jogi. W tym roku ze względu na obostrzenia związane z epidemią nie będzie niestety czynnej strefy sportu.

Z kolei również w niedzielę, ale o godz. 13, na plaży Saskiej odbywają się cykliczne godzinne rejsy kutrami, promami, statkami, barkami i łodziami żaglowymi.

NA BIAŁOLEŚCIE

Promienie słońca można też łapać na nadwiślańskim piasku przy moście Północnym. Na plaży w Białoleścu znajdują coś dla siebie zarówno dorośli, jak i dzieci. Jest siłownia plenerowa, słupki do piłki plażowej, huśtawki oraz tablice z gramami edukacyjnymi.

– Wszystko to sprawia, że jest to doskonale miejsce do rodzinnego spędzania czasu na świeżym powietrzu. Starsi mają możliwość uprawiania aktywności sportowych na siłowni, gry w piłkę plażową. Mogą tu dojechać rowerem i bezpiecznie go zostawić – na plaży zamontowane zostały stojaki rowerowe. Na dzieci czekają huśtawki – wahadłowa podwójna, drewniana oraz huśtawka typu „ważka”, drewniana. Jest też tablica edukująca w zakresie przyczyn i skutków degradacji wód oraz gra edukacyjna dotycząca ryb słodkowodnych – wymienia Marzena Gawkowska z Urzędu Dzielnicy.

Dodatkowo na plaży w Białoleścu są dostępne grille, stoły betonowe i drewniane, a także betonowo-drewniane leżaki.



W WAWRZE ROMANTYCZNIE

Na plaży Romantycznej odbywają się pokazy filmów. W lipcu zaczynają się o 21.30, w sierpniu o 21.00. Cały repertuar jest dostępny na stronie „Plaży Romantyczna Wawer” na Facebooku. Na tej plaży odnajdą się z pewnością fani kajaków, którzy mogą je wypożyczyć. Wawerska plaża ma też stoisko gastronomiczne, gdzie można zamówić potrawy z grilla, a dla najmłodszych wielką frajdą na pewno okaże się pop corn czy wata cukrowa. Wspominając o tym urokliwym miejscu nie można też zapomnieć o promie, który jest jedną z głównych atrakcji. Prom pieszo-rowerowy „Inna bajka” Fundacji Wisła Warszawa kursuje do Wilanowa. **Michał Kaczorowski**



REKLAMA

REKLAMA

Mieszkania Goctaw

EDinvest s.a.

PASAŻ
ANIŃSKI
UL. JANA NOWAKA
JEZIORAŃSKIEGO

NOWA INWESTYCJA



OSIEDLE
ORLIK
UL. ROGALSKIEGO



OSIEDLE
WILGA
UL. ZNANIECKIEGO

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

● ● ● ● ● WARS ● ● ● ● ●

USŁUGI CATERINGOWE

ZBLIŻA SIĘ WYJĄTKOWY DZIEŃ DLA TWOJEJ RODZINY:
CHRZEST, PIERWSZA KOMUNIA, ŚLUB.
ZESPÓŁ CATERINGU WARS PRZYGOTUJE DLA CIEBIE DANIA,
KTÓRE UMIŁĄ WYJĄTKOWY, RODZINNY CZAS.

ZAPRASZAMY DO KONTAKTU:
609 129 582, 502 160 660, 669 099 810,
catering@wars.pl

**DYSPONUJEMY RÓWNIEŻ WŁASNĄ
SALĄ ZLOKALIZOWANĄ W WARSZAWIE
PRZY UL. CHŁOPICKIEGO 50**



PRZY ORGANIZACJI
DOWOLNEGO WYDARZENIA,
NA HASŁO „MIESZKANIEC”
OFERUJEMY
TORT GRATIS

● ● ● ● ● WARS ● ● ● ● ●

MALUCHY ODKRYWAJĄ ŚWIAT



Fot. Przedszkole nr 143

Przedszkole nr 143 „Mali odkrywcy” z Pragi Południe wygrało w miejskim konkursie na najlepszą przestrzeń edukacyjną.

Już sama nazwa placówki wskazuje na to, że tutaj maluchom nuda nie grozi. W przedszkolu przy ul. Kickiego 5, mali odkrywcy poznają świat i jego tajniki dzięki doświadczeniom, nauce połączonej z eksperymentami, a przecież właśnie to dzieci kochają najbardziej.

– Postawiliśmy na taką właśnie nazwę, ponieważ mamy pełną świadomość tego, jak niezwykle ważne jest doświadczanie najmłodszych w dochodzeniu do wiedzy oraz zapamiętywaniu istotnych treści. Wspieramy, rozwijamy i inspi-

rujemy dzieci, by poznawały świat – mówi dyrektor Ewa Janikowska. – Widząc wspaniałe efekty takiej pracy, postanowiliśmy podążać tą drogą i tworząc różnorodne przestrzenie edukacyjne, umożliwić dzieciom poznawanie otaczającego je świata w sposób ciekawy, zaskakujący i często zadziwiający.

Okazuje się, że im więcej ciekawych zjawisk do odkrycia, zabaw czy przykładów nowych eksperymentów, tym większa jest potrzeba nowych doświadczeń i pomysłów. Przedszkolaki chcą coraz więcej doświadczać

i dogłębniej poznawać. Ciekawich wszystkich dookoła.

– Dzięki eksperymentowaniu dziecko ma możliwość bycia odkrywcą, ma wpływ na rezultaty swoich działań, a co za tym idzie – ma poczucie sprawstwa. Eksperymentowanie wzbogaca



Fot. Przedszkole nr 143

dziecięce umiejętności, kształtuje charakter, ujawnia zdolności i predyspozycje, a także rozwija inteligencję – podkreśla Ewa Janikowska.

Aby jednak to wszystko się udało, potrzebna jest odpowiednia przestrzeń. Okazuje się, że tę można zorganizować w każdym niewykorzystanym miejscu. I tak nieużytkowany magazyn gospodarczy stał się laboratorium małego odkrywcy, w którym dzieją się prawdziwe cuda.

Jest też miejsce na edukację zmysłową. Sensoplastyka to warsztaty uwielbiane przez dzieci, stymulujące wszystkie ich zmysły. Maluchy kochają badać nowe zjawiska całymi sobą, dlatego doświadczenia polegające na

m.in. chodzeniu po rozmaitych powierzchniach, strukturach (piasek, gęsta ciecz itp.) czy sprawdzanie ich rączkami są wspaniałą zabawą.

Jest też ogród i małe boisko do piłki nożnej.

– Tworzymy także przestrzeń na aktywność teatralną dzieci. Dziecko jest kreatywne, jednak należy zadbać o to, by ta kreatywność nie zanikała. Teatr jest do tego narzędziem idealnym, bo zamiast przedstawiać jedno właściwe rozwiązanie i jedyną słuszną drogę, daje nieograniczone możliwości. Ważna jest również edukacja patriotyczna, jej też poświęciliśmy specjalne miejsce – opowiada pani dyrektor.

Przedszkole wciąż zmienia przestrzenie edukacyjne, dzięki czemu przenosi dzieci do innego, nowego i inspirującego świata. **Wiktoria Czupurek**

Fot. Przedszkole nr 143

WAWER



Fot. UM

Wyremontowana, większa, z zapleczem sportowym – taka jest nowa siedziba Zespołu Szkół Specjalnych nr 102 w Wawrze.

Niepełnosprawność intelektualna, autyzm – wielu rodziców, słysząc takie diagnozy, bezradnie rozkłada ręce i nie widzi szans na rozwój i naukę u swoich dzieci. Próby edukacji w szkołach integracyjnych często kończą się niepowodzeniem. Uczniowie z takimi orzeczeniami po prostu nie odnajdują się w przepelnionych, hałaśliwych placówkach. To wszystko ich przerasta.

Są jednak miejsca przyjazne takim dzieciom i jedno z nich znajduje się w Wawrze. Zespół Szkół Specjalnych nr 102 przeniósł się do wyremontowanego, dużo większego budynku

z zapleczem sportowym i teraz zarówno najmłodszy, jak i nieco starsi uczniowie, w komfortowych warunkach mogą pokonywać kolejne stopnie edukacji.

Nowoczesny i wielofunkcyjny obiekt dla dzieci z autyzmem i niepełnosprawnościami powstał przy ul. Halnej 32.

ZS 102 od lat specjalizuje się w kształceniu uczniów z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu umiarkowanym, znacznym i głębokim oraz z niepełnosprawnościami sprzężonymi, których składową jest także autyzm. Dotychczas placówka działała przy ul. Przedwiośnie

SZKOŁA SPECJALNA W NOWYM BUDYNKU

1. Uczniowie i nauczyciele mieli do dyspozycji jedynie 300 m kw, więc o luksusach nie mogło być mowy, ani tym bardziej o jakiegokolwiek szansie na rozwój.

A w skład Zespołu Szkół Specjalnych nr 102 wchodzi: Szkoła Podstawowa nr 179 oraz Szkoła Przysposabiająca do Pracy nr 8. W tym roku szkolnym (czyli zakończonym 26 czerwca), uczęszczało do nich łącznie 56 uczniów, w tym 29 dzieci korzystało z zajęć rewalidacyjno-wychowawczych. Dodatkowo, szkoła obejmowała opieką 12 uczniów z Kliniki „Budzik”.

W placówce pracuje 34 nauczycieli oraz 11 pracowników administracji i obsługi. Teraz, w nowym budynku, od września do ZS 102 będzie mogło zostać przyjętych aż 100 uczniów do 12 oddziałów – różnica jest zatem bardzo duża.

Budynek, w którym 1 września zabrzmiał pierwszy dzwonek, jest zabytkiem, więc aby międzywojenne mury nabrały znowu swojego blasku, konieczna była współpraca ze Stołecznym Konserwatorem Zabytków. Dzięki temu udało się zachować jego

wartości historyczne i architektoniczne.

– Do starego budynku dobudowano dwukondygnacyjny pawilon o prostej formie. W ten sposób powstał zwarty gmach w kształcie litery „L” o powierzchni aż 1900 m kw. W starym obiekcie zmieniono układ pomieszczeń i przebudowano istniejącą klatkę schodową, a w nowo powstałym – zainstalowano windę. W budynku szkolnym znalazły się sale lekcyjne i pracownie rozwijające zainteresowania dzieci, pracownie do terapii i zajęć z integracji sensorycznej, świetlica i biblioteka, gabinety (m.in. pedagogiczny, logopedyczny, pielęgniarski), sekretariat, pokój nauczycielski, szatnie, magazyny oraz sanitariaty – informuje Urząd Miasta.

Zadbano też o zaplecze sportowe. Uczniowie dostaną do dyspozycji boisko piłkarskie, wielofunkcyjne boisko do piłki siatkowej i koszykówki. Jest też poliuretanowa bieżnia wraz z rozbiegiem do skoku w dal. Z myślą o starszych uczniach zbudowano siłownię plenerową.

Mikołaj Mikos



Pracownia do zajęć z integracji sensorycznej



Pracownia do terapii

Fot. UM

Fot. UM

JAK I KIEDY NALEŻY SKŁADAĆ WNIOSKI

Nie składamy nowych wniosków o 500+, ale aby dostać 300 zł na szkolną wyprawkę trzeba pilnować terminu. Dla uczniów szkół ponadpodstawowych darmowych podręczników już nie ma, ale jest dofinansowanie dla niepełnosprawnych. Zebraliśmy najważniejsze informacje.

Świadczenie wychowawcze, tzw. 500+, jest przyznawane na każde dziecko i o tym doskonale już wiedzą rodzice. Nie wszyscy jednak zdają sobie sprawę z tego, że inaczej niż w przypadku pozostałych świadczeń, aby zachować płynność wypłat z tego programu, w tym roku nie trzeba składać nowych wniosków.

500+ WCIAŻ WAŻNE

Większość świadczeń, m.in. zasiłki rodzinne, pielęgnacyjne czy „Dobry Start” (tzw. wyprawka 300+, o której więcej poniżej), jest wypłacane przez rok, potem trzeba składać nowe wnioski. W przypadku świadczenia wychowawczego (Program „Rodzina 500 plus”) te, które składane były w ubiegłym roku, dotyczyły okresu do 31 maja 2021 roku, na co część rodziców po prostu nie zwróciła uwagi.

Teraz do urzędów wpływają wnioski o ustalenie prawa do 500+ na kolejny rok. Pozornie nic się nie dzieje, bo przecież najwyżej ktoś ten wniosek odrzuci i po sprawie, ale wbrew pozorom konsekwencje mogą być dość poważne.

Pomijając już kwestię dodatkowego zamieszkania dla

pracowników urzędów, którzy i tak papierkowej pracy na co dzień mają aż nadto, warto dokładnie czytać wniosek, zanim złożymy go w urzędzie. Jeśli pobieramy już 500+ na podstawie poprzedniej decyzji obowiązującej do końca maja przyszłego roku, na nowym wniosku poświadczamy nieprawdę, podpisując oświadczenie: „na dziecko/dzieci, na które ubiegam się o świadczenie wychowawcze, nie jest pobierane w tej lub innej instytucji świadczenie wychowawcze” i dalej potwierdzamy też, że „jestem świadoma/świadomy odpowiedzialności karnej za złożenie fałszywego oświadczenia”. Biorąc pod uwagę, że nieznajomość prawa nie zwalnia z jego przestrzegania, musimy liczyć tylko na wyrozumiałość urzędników, którzy umorzą całą sprawę bez nadawania jej innego toku, a to zrobić przecież mogą.

WNIOSKI O „WYPRAWKĘ 300+”

Za 1,5 miesiąca wrzesień, więc choć wakacje w pełni, warto pomyśleć o szkole. Podobnie jak w ubiegłym roku, od 1 lipca każde dziecko uczące się



BON TURYSTYCZNY

Na każde dziecko przysługuje bon turystyczny w wysokości 500 zł, na niepełnosprawne dodatkowe 500. Wykorzystać go można TYLKO w Polsce do końca marca 2022 r.

Bon będzie generowany w systemie teleinformatycznym prowadzonym przez ZUS. Aby go aktywować, trzeba zalogować się w systemie PUE ZUS i potwierdzić poprawność danych albo dokonać ich aktualizacji. Bony będą przekazywane za pomocą wiadomości tekstowej na wskazany numer telefonu lub adres poczty elektronicznej. Za ich pomocą będzie można dokonywać płatności wielokrotnie, aż do wyczerpania całej kwoty. Lista podmiotów, w których będzie można bonami zapłacić zostanie opublikowana na stronie internetowej Polskiej Organizacji Turystycznej. Na pewno będą to usługi hotelarskie lub imprezy turystyczne. Co istotne: usługi mają być realizowane na rzecz dziecka, na które przyznano bon.

ści 300 zł z programu „Dobry Start”. Te pieniądze przysługują raz w roku na rozpoczynające rok szkolny dzieci do ukończenia 20. roku życia (dzieci niepełnosprawne do 24 lat). Świadczenie przyznawane jest od I klasy szkoły podstawowej (dzieciom uczęszczającym do tzw. zerówek się nie należą).

Wnioski o „300+” można składać już od 1 lipca online przez stronę empatia.mrpips.gov.pl oraz przez bankowość elektroniczną, a w tradycyjnej, czyli papierowej formie, będą przyjmowane od 1 sierpnia.

Kiedy można spodziewać się wypłaty „wyprawki”? W przypadku wniosków złożonych

w lipcu i sierpniu, rodziny otrzymają świadczenie nie później niż 30 września. W przypadku wniosków złożonych w kolejnych miesiącach gminy będą miały maksymalnie 2 miesiące od dnia złożenia wniosku na jego rozpatrzenie i wypłatę świadczenia.

DOFINANSOWANIE DLA NIEPEŁNOSPRAWNYCH

Wyprawka należy się uczniom podstawówek. Dla ich absolwentów dofinansowania już nie ma. Jest natomiast program pomocy dla niepełnosprawnych uczniów szkół ponadpodstawowych. Dzięki „Rządowemu programowi pomocy uczniom niepełnosprawnym w formie dofinansowania zakupu podręczników, materiałów edukacyjnych i materiałów ćwiczeniowych w latach 2020–2022”, można otrzymać zwrot części kosztów. W skrócie: jest to 225 zł dla ucznia szkoły specjalnej przysposabiającej do pracy, 390 zł w branżowej szkole I stopnia lub klasy I branżowej szkoły II stopnia i 445 zł w LO czy technikum. Szczegóły znajdziemy na stronie Ministerstwa Edukacji.

W jakich przypadkach dofinansowanie się należy? Programem są objęci uczniowie: słabowidzący, niesłyszący, słabosłyszący, z niepełnosprawnością ruchową, w tym z afazją, z autyzmem, w tym z zespołem Aspergera, z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu lekkim, umiarkowanym lub

znaczny oraz uczniowie z niepełnosprawnościami sprzężonymi (w przypadku gdy są to niepełnosprawności spośród wyżej wymienionych niepełnosprawności), posiadający orzeczenie o potrzebie kształcenia specjalnego.

Aby otrzymać pieniądze, trzeba udać się do szkoły. To placówki oświatowe pośredniczą w ich wypłacie.

– Rodzice wszystkie niezbędne informacje na ten temat uzyskają w szkole swojego dziecka. Tam też będą dostępne formularze, które należy wypełnić. Rodzice muszą pamiętać, że po dokonaniu zakupu należy przedłożyć w szkole dowód zakupu podręczników lub materiałów edukacyjnych. Wtedy szkoła dokona zwrotu kosztów zakupu. Ważne – zwrot kosztów zakupu podręczników, materiałów edukacyjnych lub materiałów ćwiczeniowych nie może przekroczyć odpowiednio kwot: 225 zł, 390 zł lub 445 zł dla ucznia – wyjaśnia Łukasz Trawiński z Biura Prasowego MEN.

Podkreśla też, że w przypadku zakupów indywidualnych przez rodziców dowodem zakupu jest faktura VAT wystawiona imiennie na ucznia, rodzica ucznia, prawnego opiekuna lub rachunek, paragon lub oświadczenie o zakupie podręczników, materiałów edukacyjnych lub materiałów. Zgodnie z harmonogramem, pieniądze powinni otrzymać do 7 grudnia.

Jan Paśnik

REKLAMA

t-shirty

które łączą ludzi

cena 39 zł
~~49 zł~~

5 wzorów
damskie i męskie
od S do XXXL
2 kolory

Redakcja „Mieszkaniec”, ul. Grenadierów 10, 04-062 Warszawa, pn.-pt. 9.00-14.00,
tel. 22 813 43 83, 698-676-886. Odbiór osobisty po wcześniejszym uzgodnieniu

sklep internetowy: www.pragaunited.pl

pragaunited

AUTO-MOTO – Kupię

■ Autoskup absolutnie każdy.
Tel. 696-800-500

KUPIĘ

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

MEDYCZNE

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

NAUKA

■ 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

■ Skup nieruchomości – mieszka-
nia do remontu i działki budowlane
również do przekształcenia – za-
dłużone itp. szybka transakcja tylko
bezpośrednio – agencjom dziękuję;
płatność gotówką, Warszawa i oko-
lice – Marki, Radzymin itp. Proszę
o kontakt w godz. 8.00-17.00.
Tel. 502-904-708

NIERUCHOMOŚCI – Sprzedam

■ Sarbinowo koło Mielen
nad morzem ośrodek 90 miejsc.
Tel. 577-410-005

NIERUCHOMOŚCI
– Mam do wynajęcia

■ 2 pokoje 38 m kw., Gocław.
Tel. 601-258-241, 503-434-453

PRACA

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

PRAWNE

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

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

REKLAMA

ZAKŁAD POGRZEBOWY


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

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
691-75-50-50


RADIO
warszawa
106,2 FM

■ Kancelaria Adwokacka adw.
Teresa Zdanowicz. Sprawy cywilne,
karne, rodzinne, spadkowe, rozwo-
dy. Wawer-Anin ul. Ukońska.
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

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

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

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

USŁUGI

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

■ AGD – LODÓWKI, PRAŁKI,
ZMYWARKI – NAPRAWA.
TEL. 694-825-760

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

NARZYNKI GWINTOWNIKI
 Metal-Market
HURT DETAL
NARZĘDZIA, art. METALOWE
ul. Mińska 38
tel. 22 813 99 55
www.metal-market.pl
 własny parking P

NARZĘDZIA ŚRUBY ZAMKI LINKI

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

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

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

■ Dezynfekcja instalacji
wentylacyjno-klimatyzacyjnych.
Tel. 502-904-708

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

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

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

■ 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

■ HYDRAULIK.
TEL. 502-031-257

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

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

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

■ Malowanie, remonty, montaż
paneli, wymiana armatury.
Tel. 665-879-100

■ NAPRAWA MASZYN
DO SZYCIA. DOJAZD GRATIS.
TEL. 508-081-808

■ Odbieranie makulatury, złomu.
Sprzątanie piwnic itp.
Tel. 793-535-942

HURTOWNIA OPTYCZNA
OPTA SUN

Warszawa, ul. Majdańska 7
Tel. 22 612 00 03

OKULARY TYLKO 49 ZŁ

Oprawa + szkła + robocizna
(sph. od -4.0 do +4.0 dpr.)

PROGRESYWNE
TYLKO 199 zł

„Trzy w Jednym” (dal, komputer, czytanie)
Sfera -2 do +3,0
Dodatek do bliży 1-3

BADANIE WZROKU
PRZEZ SPECJALISTĘ – OPTOMETRYSTĘ
TYLKO 60 zł

Rejestracja u optometrysty
☎ 534 044 333

Pracujemy pon.-pt. 10-18
sobota od 9 do 13

■ PANELE, UKŁADANIE.
TEL. 504-618-888

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

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

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

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

■ Tapicerskie.
Tel. 22 612-53-88

■ USŁUGI KRAWIECKIE,
NAPRAWY ODZIEŻY,
PASMANTERIA. CH FALA,
UL. BYSTRZYCKA 55,
WARSZAWA-FALENICA.
ZAPRASZAMY! TEL. 600-439-58

■ Złota rączka, elektryka, składanie
mebli.
Tel. 503-150-991

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

USŁUGI – Budowlane

■ ROLETY. TEL. 514-165-445

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

USŁUGI – Komputerowe

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

USŁUGI – Porządkowe

■ Pranie dywanów i mycie
okien. Tel. 796-371-666

USŁUGI – Remontowe

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

■ Dachy, rynny, obróbki – naprawa,
wymiana. Tel. 504-250-013

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

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

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

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

■ OKNA – NAPRAWY, DOSZCZEL-
NIENIA. TEL. 787-793-700

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

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

■ Rolety. Tel. 514-165-445

**PRZEDSIĘBIORCO, MASZ ULOTKI REKLAMOWE?
CHCESZ, ABY DOTARŁY DO SZEROKIEGO GRONA KLIENTÓW?**

Dostarczymy je razem z gazetą 
Oferujemy insertowanie ulotek w całości lub części nakładu.

WIĘCEJ INFORMACJI:
ZADZWOŃ ➡ ☎ 22 813-43-83
NAPISZ ➡ reklama@mieszkaniac.pl

ZAKŁADY POGRZEBOWE

Warszawa: ul. Grochowska 287
tel. (22) 659 80 90 (vis a vis USC)
Warszawa: Aleja Solidarności 147,
tel. (22) 620 24 18 (vis a vis USC)
Warszawa: Cmentarz Wólka Węglowa
sala C, tel. (22) 659 60 60
PEŁNY ZAKRES USŁUG NA TERENIE
WARSZAWY I OKOLIC
(24h) 22 779 23 39, 500 33 99 33 www.exitus.com.pl

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

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

ŚMIESZKANIEC

Kolonie. Dzieci całą gromadką grzecznie grają w piłkę pod czujnym okiem pani wychowawczyni, która raptem zwraca uwagę na jednego chłopczyka, zachowującego się inaczej niż reszta. Podchodzi więc do niego i z miłym uśmiechem mówi:
– Nie, nie stój tak, gdy cała reszta biega sobie z piłeczką! Pobiegaj z nimi, baw się ładnie! Proszę bardzo! Już, już! Dołącz do grupy!
– Ale proszę pani, nie, nie, ja nie mogę...

– Jak to nie możesz?! Co to ma znaczyć?! Dlaczego?!
– No bo ja jestem bramkarzem...

Państwo wyjechali. Pies jest sam w domu. Dzwoni telefon, pies podnosi słuchawkę i mówi:
– Hau.
– Słucham?
– Hau!
– Halo! Kto przy telefonie?!
– Nic nie rozumiem!
– HAU!
– Ależ bardzo proszę wyrazić niej!!!
– H jak Halina, A jak Adam, U jak Urszula: H-A-U!!!
Wesoły Romek

RADY CIOTKI AGATY

Przeżyć upał bez lodówek?! Ależ tak! Masło ubij w kamiennym naczyniu uprzednio wypelnionym w 1/3 zimną wodą; następnie zalej resztą wody tak, by je całkowicie przykryła i tę zimną wodę zmieniaj na świeżą przynajmniej raz dziennie. Przechowuj w ciemnym miejscu, możliwie chłodnym.
Surowe mięso posól obficie (przed obróbką możesz część soli wypłukać) i owiń w świeże liście chrzanowe lub kapuściane. Niektórzy polecają także liście sałaty.
Sery: biały zachowaj dłużej świeżość zalany mocno osoloną zimną wodą, często wymienianą, a kto woli mniej soli może zwinąć go po prostu w liście chrzanowe lub w mocno wilgotną, lniąną ściereczkę, wymoczoną w solance. Taki biały ser można uprzednio obtoczyć w kozieradce albo w grubo mielonym czarnym pieprzu czy też mieszanke papryki słodkiej i ostrej, po 1–2 dniach smakuje znakomicie! Ser „panierowany na zimno” w ziołach i przyprawach świetnie się też przechowuje w lodówce, lekko tylko owinięty pergaminem, i nabiera niezwykłego, głębokiego smaku.

WARTO WIEDZIEĆ

Lato jest czasem chorób specyficznych dla tej pory roku, których można oszczędzić sobie i bliskim, jeśli pamiętamy o grożących niebezpieczeństwach i skrupulatnie przestrzegamy kilku zasad.
Warto wiedzieć, czemu w lecie, gdy jest ciepło lub bardzo ciepło, osoby cierpiące na niektóre schorzenia kręgosłupa narzekają na wzmożone dolegliwości. To wina gwałtownej zmiany temperatur, na przykład wkraczania bezpośrednio ze skwarnej ulicy do mocno klimatyzowanego

pomieszczenia i pozostawianie tam przez jakiś czas, albo na przykład po długiej jeździe samochodem, gdy plecy są „przyklejone” do fotela, a tym samym mięśnie mocno rozgrzane, wysiadamy i z rozkoszą wystawiamy się na rzeński powiew wiatru. Ryzykujemy bólem pleców, który po kilku godzinach może dać o sobie znać!
Tzw. zatrucia pokarmowe powodowane są bardzo często przez brak rygorystycznego przestrzegania świeżości pokarmów i napojów, a także zapominanie o starannym myciu owoców i warzyw, o rękach nie wspomnę. Przed rozbięciem jajka także dokładnie myjemy i sparzamy wrzątkiem!
Ciekawska

ZAJRZYJMY DO KUCHNI

Łato, a więc letnie obiady, gdy upał, a rodzina marudzi, że nie chce jej się jeść. Oto dwie propozycje letniego menu.



Przystawka: melon w szynce – z oziębionego, dojrzałego melona wydrążamy kulki wielkości orzecha włoskiego lub śliwki, każdą owijamy w pasek cieniotko krojonej szynki westfalskiej lub parmeńskiej, przebijamy wykałaczką.
Zupa: chłodnik małosolny – ogórki małosolne zetrzeć na tarce z oczkami, dodać siekany koper i 1–3 ząbki drobno siekanego czosnku. Przygotować purée ziemniaczane, dodać do niego nieco „wody ogórkowej”, wymieszać z resztą składników. Podawać w temperaturze pokojowej.
Drugie danie: leniwe z kalarepką – ugotować pierogi leniwe z białego, dobrego sera (na 1/2 kg sera 1–2 całe jaja i tyle mąki, by ciasto odchodziło od rąk plus koniecznie szczypta soli. Wyrobić, uformować wałeczki, spłaszczyć je, kroić na skośne „pierogi”, gotować do wypłynięcia w osolonym wrzątku), podawać z jarzynką z młodej kalarepki obranej, pokrojonej w kostkę i ugotowanej jak kalafor – kto lubi można połączyć zrumienioną na maśle bułką tartą lub wymieszać gorącą kalarepkę z pokrojoną na kawałeczki pomarańczą.
Deser: lody w sosie poziomkowym – poziomki umyć, osączyć, zmiksować lub utrzeć, wylać na kulki lodów waniliowych.

Przystawka: feta z winogronami – zimny ser feta pokroić w kostkę, nadziewać na szpadki na zmianę z zimnymi winogronami; gotowe.
Zupa: owocowa z lodami – zupę owocową (truskawki lub wiśnie) ugotować w małej ilości wody jak na niesłodki kompot, zmiksować, ew. dodać śmietany; oziębic. Podawać z delikatnymi kluseczkami, na talerzu kładąc kulkę lodów waniliowych.
Drugie danie: filet w sosie grzybowym – filet z kurczaka skropić octem jabłkowym, posypać czosnkiem i solą, usmażyć po obu stronach na rumiano. Grzyby leśne opłukać, oczyścić, osuszyć, pokroić na kawałki, poddusić na zrumienionej cebulce, pod koniec dodać sól i pieprz, sos odparować. Podawać z kurczakiem.
Deser: ogórek z miodem – bardzo świeże ogórki umyć, obrać ze skórki pozostawiając jednak zielone pasemka, pokroić na ósemki. W osobnym naczyniu podać płynny miód; moczyć w nim połówki i zajaść, lub – wydrążyć połówki ogórków z pestek, połączyć miodem i posypać mielonymi orzechami.

Pyszna Józia

HOROSKOP

Baran
21.03-21.04

Będiesz mieć teraz sporo szczęścia w pracy, w uczuciach i finansach. Jak długo ci się będzie wiodło, zależy tylko od twoich poczyną. Nie zmarnij teraz kilku okazji do pomnożenia majątku, a sprawy uczuciowe wymagają też odpowiedniej oprawy i czasu.

Byk
22.04-21.05

Nadchodzą sprzyjające dni dla inteligentnego działania, które może przynieść pewne korzyści. W sprawach sercowych nie wszystko ułoży się po twojej myśli. Nadmiar wymagań i egoizm mogą sprawić, że wystraszysz nimi partnera.

Bliznięta
22.05-21.06

Ze wszystkim trudnościami poradzisz sobie doskonale – otoczenie życzliwych osób dodaje ci skrzydeł. To będzie też dobry czas na zawieranie nowych znajomości. Wykorzystaj wolne chwile na załatwienie zaległych spraw.

Rak
22.06-22.07

Możesz cierpieć z powodu chwilowych niedoborów finansowych. Nie martw się, wszystko powoli się ułoży. Kłopoty w sprawach materialnych zrekompensuje ci ciepła, miła atmosfera domowego zacisza – możesz liczyć na swoich bliskich.

Lew
23.07-23.08

Mimo rozlicznych obowiązków jesteś w dobrej formie i nastroju. Wykorzystaj więc pożytecznie te dni na załatwienie zaległych spraw. Dobra passa w sprawach zawodowych i prywatnych nie będzie zagrożona przez dłuższy czas.

Panna
24.08-23.09

W najbliższych dniach sprawy zawodowe przysporzą ci więcej obowiązków, ale poradzisz sobie na pewno! Czekaj ci miłe, niespodziewane spotkanie, które może przerodzić się w coś... ciekawego. Zafunduj sobie parę dni wolnego i ciesz się urokami lata.

Waga
24.09-23.10

Więcej uwagi i czasu poświęć swojemu zdrowiu. Twoja energia może być troszkę przytłumiona i możesz wolniej reagować na niektóre wydarzenia. Bądź bardziej serdeczny dla swojego partnera. Możliwe, że czeka cię spora niespodzianka w sprawach finansowych.

Skorpion
24.10-23.11

Za bardzo zajmuje cię praca. Czyż nie tracisz okazji do nawiązania ciekawych znajomości? Niepotrzebnie zwracasz sobie głowę przelotnymi wakacyjnymi flirtami, może czas na stabilne uczucie? Nie zapominaj o zdrowiu, które ostatnio dosyć mocno eksploatowałeś.

Strzelec
24.11-22.12

Twój poziom adrenaliny może wzrosnąć w najbliższym tygodniu. Możesz otrzymać wiadomość, na którą czekałeś, a która może zakończyć się interesującym wyjazdem. Przygotuj się do niego dokładnie. Przyda ci się mały relaks z dala od domowych obowiązków.

Koziorożec
23.12-20.01

Czas najwyższy pomyśleć o miłych sprawach. Samotni mają szansę na pewną i szczęśliwą miłość. Powinieneś teraz nastawić się pozytywnie do wielu spraw i spróbować wyjść szczęściu naprzeciw. Korzystaj więc z nadarzających się okazji.

Wodnik
21.01-19.02

Zapał i energia aż cię roznoszą, może warto spróbować poprawić swoją kondycję na świeżym powietrzu. Nie oczekuj jednak zbyt wiele w sprawach zawodowych. W pracy musisz uzbroić się w cierpliwość, a zostaniesz nagrodzony.

Ryby
20.02-20.03

Chociaż w sprawach zawodowych odczujesz przypływ gotówki i zdobędziesz uznanie otoczenia, w uczuciach możesz się pogubić. Wakacyjny czas wykorzystaj nie tylko na wypoczynek, ale też poświęć go na odnowienie dawnych znajomości lub remont mieszkania.

Merlin

Krzyżówka Mieszkańca nr 14

Żółciowa lub nerkowa		Na pomniku to epigraf		Fatamorgana		Policjant w Paryżu		Do lub re
Kobieta						Leje się z nieba		Upust
6				Ozdobny układ otworów		16		
Śliwki na zimę				2				
3				Zwalisty typ		7		13
Drzewo-błaga				Zasila Wisłę				
Tłum						Dwu-płciowiec	Komfortowy wagon	
				Blizna, szrama				
				Grządka kwiatowa		5		
Król od pasa	Niepokój	Kubański oberek						Słynny Ringo
		Nie Zenit					8	
	12				Typ lasu			
Radar podwodny					„J”			
Siała mak				11				
				Jantar				
		10			17			
Nie zaleta					Miara ziemi			
Katarina, tyżwiarka	9		1				4	
Kuzynka kakadu				Syn Dedala				15
		14						

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 17 utworzą końcowe hasło.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----



UDANE ZAKUPY BLISKO DOMU



POBIERZ APLIKACJĘ
MOBILNĄ „SPOŁEM”



Oferta handlowa ważna
23.07. - 29.07.2020
lub do wyczerpania zapasów

8.99 ZL/KG HIT CENOWY Żeberka trójkąty  SUPER CENA TYLKO W DNIACH 23-25.07. 2020 r.	18.99 ZL/KG HIT CENOWY Karkówka bez kości, porcjowana (map) SOKOŁÓW PORCJOWANA W OPAKOWANIU  100% MIĘS	19.99 ZL/KG HIT CENOWY Półdewiczki wieprzowe, porcjowane (map) SOKOŁÓW PORCJOWANA W OPAKOWANIU  100% MIĘS	2.59 ZL/100 g cena za 1 kg -25,90 zł HIT CENOWY Kiełbasa Brocka SOKOŁÓW 
8.99 ZL/OPAK. cena za 1 kg -15,50 zł Kiszka ziemniaczana 580 g SOKOŁÓW 	1.16 ZL/100 g cena za 1 kg -11,60 zł Półdewiczka z warzywami DUDA SILESIA 	1.49 ZL/100 g cena za 1 kg -14,90 zł Mielonka Tyrolska JBB 	2.19 ZL/100 g cena za 1 kg -21,90 zł Kornetki TAURUS 
2.39 ZL/100 g cena za 1 kg -23,90 zł Schab Benedykta DUDA SILESIA 	2.39 ZL/100 g cena za 1 kg -23,90 zł Schab pieczony DUDA SILESIA 	2.79 ZL/100 g cena za 1 kg -27,90 zł Szynka Górská TAURUS 	2.79 ZL/100 g cena za 1 kg -27,90 zł Szynka Maślana podpiekana TAURUS 
3.69 ZL/100 g cena za 1 kg -36,90 zł Kiełbasa Żywiecka SOKOŁÓW 	1.89 ZL/100 g cena za 1 kg -18,90 zł Ser Salami MLEKPOL 	3.19 ZL/SZT. cena za 1 kg -15,95 zł Mlemix Zambrowski 200 g MLEKPOL 	2.49 ZL/SZT. cena za 1 L -2,49 zł Mleko Garwolińskie 2% 1L OSM GARWOLIN 
1.99 ZL/SZT. cena za 1 kg -6,03 zł Jogurt naturalny gęsty 330 g OSM GARWOLIN 	1.79 ZL/SZT. cena za 1 kg -8,95 zł Śmietana wiejska 18% 200 g ROLMLECZ 	1.89 ZL/SZT. cena za 1 kg -9,45 zł Serek Wiejski 200 g OSM GARWOLIN 	WTOREK 28.07 2.59 ZL/SZT. TANIEJ z kartą Spółem cena za 1 L - 6,47 zł przy zakupie 2 szt. Napój mleczny Mullermilch wybrane rodzaje 400 ml MULLER 
2.99 ZL/SZT. SUPER CENA TYLKO W DNIACH 23-25.07. 2020 r. Salata lodowa Kraj pochodzenia: Polska  ŚWIEŻE SMACZNE ZDROWE	3.99 ZL/KG SUPER CENA TYLKO W DNIU 27.07. 2020 r. Ogórek gruntowy Kraj pochodzenia: Polska  ŚWIEŻE SMACZNE ZDROWE	4.89 ZL/KG SUPER CENA TYLKO W DNIACH 23-25.07. 2020 r. Brzoskwinia Kraj pochodzenia: Ekwador, Kolumbia  HIT CENOWY ŚWIEŻE SMACZNE ZDROWE	7.99 ZL/KG SUPER CENA TYLKO W DNIU 28.07. 2020 r. Winogrona jasne Kraj pochodzenia: Włochy  ŚWIEŻE SMACZNE ZDROWE



PUNKTY
za każde
zakupy

- Wymiana punktów na e-bony zakupowe Spółem
- Konkursy i inne przywileje dla posiadaczy kart
- Łatwy dostęp do informacji o zakupach i bonusach
- Oszczędzaj i wygrywaj razem z nami!

Spółem
znaczy **razem**

 warszawa-praga.spolem.org.pl



Praga Południe

UDANE ZAKUPY BLISKO DOMU



Oferta handlowa ważna
23.07. - 29.07.2020
lub do wyczerpania zapasów

POBIERZ APLIKACJĘ
MOBILNĄ „SPOŁEM”



0.95 zł/szt. cena za 1 kg -8,26 zł Gratka truskawkowa 115 g DANONE 	1.89 zł/szt. cena za 1 kg -12,60 zł Serek homogenizowany wybrane rodzaje 150 g PIĄTNICA 	1.69 zł/szt. cena za 1 kg -48,28 zł Ciastko ETi Milk Burger, mleko i kakao, mleko i miód 35 g DANONE 	CZWARTEK 23.07 3.59 zł/szt. cena za 1 L - 39,88-35,90 zł przy zakupie 2 szt. TANIEJ z kartą Spółem Lody Jeżyki 90 ml, Śliwka Natęczowska, patyk 100 ml COLIAN 	
3.79 zł/szt. cena za 1 kg -8,42 zł Szpinak siekany 450 g FROSTA 	4.39 zł/szt. cena za 1 kg -9,75 zł Zupy Profi wybrane rodzaje 450 g PROFI 	SOBOTA 25.07 4.99 zł/szt. cena za 1 kg - 21,69 zł przy zakupie 2 szt. TANIEJ z kartą Spółem Sosy Impresje, sezamowy, bazyliowy, musztardowo-miodowy 230 g MOSSO 	9.39 zł/szt. cena za 1 kg -62,6 zł Płatki drożdżowe nieaktywne 150 g, PIĘĆ PRZEMIAN 	
1.29 zł/szt. cena za 1 kg - 95,55-71,66 zł Kawa stick Jacobs wybrane rodzaje 13,5 - 18 g KRONUNG 	10.99 zł/szt. cena za 1 kg -43,96 zł Kawa mielona Jacobs 250 g KRONUNG 	2.99 zł/szt. cena za 1 kg -3,32 zł Żelki Akuku wybrane rodzaje 90 g COLIAN-JUTRZENKA 	10.59 zł/szt. cena za 1 kg -151,28 zł Czekolada wegańska bez glutenu wybrane rodzaje 70g BIO BENJAMIN 	
1/2 LITRA PIWA ZAWIERA 25 GRAMÓW CZYSTEGO ALKOHOLU ETYLOWEGO SPRZEDAŻ ALKOHOŁU OSOBOM DO LAT 18 JEST PRZESTĘPSTWEM	PIĄTEK 24.07 3.99 zł/szt. cena za 1 L - 9,97 zł przy zakupie 4 szt. TANIEJ z kartą Spółem Piwo Somersby wybrane rodzaje 0,4 L CARLSBERG 	3.89 zł/szt. cena za 1 L -9,72 zł Piwo Desperados wybrane rodzaje 0,4 L ŻYWIEC 	2.39 zł/szt. cena za 1 L - 4,78 zł Piwo Kasztelan, Jasne pełne 0,5 L, but. zwrotna CARLSBERG 	PONIEDZIAŁEK 27.07 2.99 zł/szt. cena za 1 L - 5,98 zł przy zakupie 4 szt. TANIEJ z kartą Spółem Piwo Żywiec 0,5 L ŻYWIEC 
1.49 zł/szt. cena za 1 L - 0,99 zł Woda Rodowita gazowana, niegazowana, delikatnie gazowana 1,5 L 	3.99 zł/szt. cena za 1 L - 2,66 zł Napój Nestea różne rodzaje 1,5 L 	6.49 zł/szt. cena za 1 L -8,65 zł Płyn Domestos, 2 rodzaje 650 ml + 100 ml AMA 	8.99 zł/szt. cena za 1 L -16,65 zł Mleczko Cif 2 rodzaje 540 g 	
8.99 zł/szt. Dezodorant spray Rexona 150 ml 	PLACÓWKI HANDLOWE ul. Grochowska 207* ul. Paryska 11/15* ul. Międzynarodowa 56* ul. Grenadierów 40 ul. Rydygiera 8 ul. Siennicka 23 ul. Grochowska 252/254 ul. Cieszyńska 6* ul. Szaserów 124* Al. Dzieci Polskich 17* ul. Trakt Lubelski 163 ul. Kajki 69 ul. Widoczna 73 ul. Lucerny 87 ul. Żegańska 10 ul. Patriotów 172 ul. Ochocza 34 ul. I Praskiego Pułku 3 ul. Starzyńskiego 23 ul. Idzikowskiego 10 ul. Krańcowa 50* B - bankomat P - paczkomat L - lotto W - Warszawska Karta Miejska Oferta handlowa obowiązuje w terminie 23.07-29.07.2020 lub do wyczerpania zapasów. Zdjęcia umieszczone w katalogu mogą odbiegać od wizerunku produktu dostępnego w sprzedaży. Sklepy „Spółem” Praga Południe nie ponoszą odpowiedzialności za błędy w druku i zmiany cen. Wszystkie ceny zawierają podatek VAT. Szczegółowe informacje o ofercie dostępne w sklepach.			