



GOCLAW

# wiadomości sąsiedzkie

ISSN 2299-8276

Luty 2014 r. • GAZETA BEZPŁATNA

Nr 14



Fot. Stadion Narodowy

## Rozstrzygnięto konkurs na pomnik Kazimierza Górskiego

**Kazimierz Górski** – legenda piłki nożnej do-czeka się swojego pomnika. Prawdopodobnie od 1 czerwca br., czyli tuż przed inauguracją Mistrzostw Świata w piłce nożnej w Brazylii, będziemy mogli podziwiać pomnik polskiego trenera dumnie i pewnie kroczącego. Autorem zwycięskiego projektu jest rzeźbiarz Marek Maślaniec.

Na pierwszy rzut oka pomnik przedstawia wyluzowanego sportowca, który maszeruje w lekko rozpiętej bluzie z piłką pod pachą. Przyglądając się jednak uważniej, można stwierdzić, że są to tylko pozory. Pamiętamy Kazimierza Górskiego i jego podejście do ukochanej piłki nożnej, dlatego nasuwa nam się raczej skojarzenie z drogą po sportowe zwycięstwo.

Pomnik stanie przed Stadionem Narodowym od strony ronda Waszyngtona. Wizerunek piłkarza i trenera będzie miał 3 metry wysokości i zostanie wykonany z brązu. Inicjatorem stworzenia pomnika jest Fundacja Kazimierza Górskiego.

Olga Łęcka



Fot. Stadion Narodowy



Fot. Stadion Narodowy

## Komentarz rzecznika Tramwajów Warszawskich dot. linii dla Gocławia

Sąsiedzi, w ostatnim czasie dowiedzieliśmy się, że Gocław nie będzie mógł cieszyć się nową linią tramwajową. Wiemy, że ta wiadomość nie tylko Was zszokowała, ale również wywołała oburzenie. O komentarz do tej sprawy i wyjaśnienie niektórych kwestii poprosiliśmy rzecznika prasowego spółki Tramwaje Warszawskie, pana Michała Powałkę.

Dzięki mailowej korespondencji z panem Michałem Powałką uzyskaliśmy następujące informacje: Decyzje dotyczące budowy tras tramwajowych na Gocław lub do Wilanowa są decyzjami niezależnymi. Tramwaje Warszawskie Sp. z o.o. są oczywiście zainteresowane budową każdej nowej trasy tramwajowej i wspierają każdą nową inicjatywę w tym zakresie. Kluczowe decyzje co do realizacji i terminu poszczególnych inwestycji podejmuje jednak Urząd m.st. Warszawy. Najważniejszą sprawą pozostaje więc kwestia powierzenia nam zadań (tak w zakresie budowy, jak i - prowadzenia przewozów) w Umowie wieloletniej wiążącej nas z m.st. Warszawą, na co konieczne jest zabezpieczenie środków w budżecie Zarządu Transportu Miejskiego. Jeżeli chodzi o studium przedprojektowe, to nie było ono zamawiane przez Spółkę. Tramwaje Warszawskie brały jedynie udział w jego opiniowaniu.

**Olga Łęcka**



**C-RENTAL**  
WYPOŻYCZALNIA SAMOCHODÓW  
OSOBOWYCH I DOSTAWCZYCH  
ceny już od 40zł za dobę



512-514-516  
www.c-rental.pl  
Zapraszamy na nasz facebookowy profil gdzie na bieżąco informujemy o aktualnych promocjach oraz o nowych samochodach



**VITADENTICA** ZAPRASZAMY DO GABINETU STOMATOLOGICZNEGO  
**PROMOCJA!**  
**Stałe aparaty ortodontyczne 1200 zł**  
ul. **Skalskiego 3**  
róg Skalskiego i Nowaka-Jeziorańskiego  
tel. **22 370 25 10**  
**www.vitadentica.pl**  
vitadentica@vitadentica.pl

**Okulista** – Szpital Grochowski, ul. Grenadierów 51/59  
**Poradnia dla dzieci i dorosłych:**  
wady wzroku, zezy, zaćma, jaskra, choroby żółtej plamki  
czynny: poniedziałek 16-18, środa 9-12,  
dodatkowe godziny do uzgodnienia  
zapisy tel.: **500-52-34-99**, koszt wizyty 50 zł

 **RODZINNY DOM OPIEKI**  
Stara Miłosna tel. (22) 773 17 86, kom. 502 866 525  
✓ całodobowa opieka pielęgnarska ✓ przystępne warunki płatności  
✓ bardzo dobre warunki ✓ również krótkie pobyty  
w pokojach 1- i 2-osobowych

### Wiadomości Sąsiedzkie Gocław – pismo mieszkańców Gocławia i okolic

**Zespół redakcyjny:** Marcin Jędrzejewski (redaktor naczelny), Filip Kamać, Karol Kowalczyk, Olga Łęcka, Anna Oleksiak, Tomasz Płóciennik, Michał Wituszyński (sekretarz redakcji – tel. 607-288-348).

**Reklama:** Artur Pawlak – tel. 605-297-200, e-mail: reklama.pragapoludnie@wiadomosciasiedzkie.pl.

**Kontakt z redakcją:** tel.: 22-810-26-04, fax: 22-812-09-98, e-mail: redakcja.pragapoludnie@wiadomosciasiedzkie.pl.

**Adres do korespondencji:** 03-936 Warszawa, ul. Zwycięzców 20, lok. 2.

**Wydawca:** J-PROPERTY. ISSN 2299-8276. Nakład: 8500 egz. Gazeta bezpłatna!

Redakcja nie zwraca tekstów niezamówionych i nie gwarantuje ich publikacji. Zastrzegamy sobie prawo dokonywania skrótów i korekty językowej. Za informacje zawarte w reklamach redakcja nie odpowiada.

Jesteśmy uczestnikiem programu



# Budżet partycypacyjny, czyli zadecyduj, na co zostanie wydane 2,1 mln na Pradze-Południe!



Dzisiaj nietypowo. Zamiast comiesięcznej relacji z sesji Rady Dzielnicy garść informacji o niezmiernie ważnym wydarzeniu, jakim jest budżet partycypacyjny. Czym jest budżet partycypacyjny? To proces, w którego trakcie mieszkańcy bezpośrednio

decydują o wydatkowaniu części budżetu dzielnicy. Brzmi trochę tajemniczo, ale w poniższym tekście postaram się odpowiedzieć na najczęściej zadawane pytania, które pojawiają się w rozmowach o budżecie partycypacyjnym.

## Fundusze

Skoro pojawia się słowo budżet, to od razu nasuwa się pytanie, ile konkretnie pieniędzy jest przeznaczonych na budżet partycypacyjny? W całej Warszawie jest to kwota ponad 25 milionów złotych, na Pradze-Południe 2,1 mln. Warto zaznaczyć, iż kwota ta została podzielona na poszczególne części dzielnicy odpowiadające granicom rad osiedli. Kryterium podziału stanowiła liczba mieszkańców danego osiedla.

Czy to dużo, czy mało? Założenie, które postanowiło było przez zarządami dzielnic, wyznaczającymi tę kwotę, było jasne: budżet partycypacyjny ma stanowić od 0,5 do 1 procenta budżetu dzielnicy. Na Pradze-Południe jest to około 0,6 procenta ogólnego budżetu dzielnicy. Oczywiście kwota ta jest przeznaczona na budżet partycypacyjny w tym roku. Nic nie stoi na przeszkodzie, aby w przyszłym roku została ona zwiększona.

## Pomysły do realizacji

Projekt do budżetu może złożyć każdy mieszkaniec Warszawy. Wystarczy zastanowić się, co jest potrzebne dla naszej lokalnej społeczności. Co przydałoby się w sąsiedztwie. Następnie zaopatrzyć się w formularz zgłoszeniowy (dostępny w Urzędzie Dzielnicy przy ul. Grochowskiej oraz na stronie [www.twojbudzet.um.warszawa.pl](http://www.twojbudzet.um.warszawa.pl)), opisać pomysł i zebrać 15 podpisów popierających naszą ideę.

Propozycje zgłaszane przez mieszkańców muszą być możliwe do zrealizowania w jednym roku (2015) i należeć do zadań własnych dzielnicy (więcej na ten temat w dalszej części tekstu). Na Pradze-Południe można również zgłaszać pomysły, które będą realizowane na terenach nienależących do miasta. Wymaga to jednak dołączenia oświadczenia właściciela o braku przeciwwskazań do takiego działania.

## Wycena

W formularzu należy również wpisać orientacyjny koszt realizacji naszego pomysłu. Nie powinno to jednak stanowić problemu. Swoją wiedzę dotyczącą kosztów poszczególnych projektów chętnie podzielą się wyznaczeni do tego urzędnicy w Urzędzie Dzielnicy przy ul. Grochowskiej 274. Ruszyła także strona internetowa: [www.twojbudzet.um.warszawa.pl](http://www.twojbudzet.um.warszawa.pl), na której poza najważniejszymi informacjami dotyczącymi budżetu partycypacyjnego podane są ceny przykładowych pomysłów, które mogą zostać zrealizowane, i tak np.: zakup i montaż ławki to koszt około 990 zł, zakup i montaż kosza na śmieci 551 zł, remont 100 m.b. chodnika to koszt około 8 tys. zł,

posadzenie 10 m.b. żywopłotu to koszt około 700-960 zł., a drzewa w zależności od wielkości od 500 do 1500 zł. Przykładowe wyceny obejmują nie tylko projekty infrastrukturalne, ale również kulturalne i społeczne, które również mogą być realizowane w ramach budżetu: roczna działalność klubu mam ok. 45 tys. zł., 1,5 godziny zajęć nordic walking 60 zł.

## Terminy

Projekty do budżetu partycypacyjnego można składać od 20 stycznia do 9 marca. Z zastrzeżeniem, iż wnioski złożone do dnia 16 lutego są w pewien sposób promowane. „Promocja” polega na możliwości poprawienia ewentualnych błędów w już złożonym formularzu. Warto więc się pospieszyć.

## Głosowanie

Głosowanie na zweryfikowane pod względem formalnym projekty będzie odbywać się za pomocą tradycyjnie oddawanych głosów wrzucanych do urny znajdującej się w Urzędzie Dzielnicy, korespondencyjnie oraz za pośrednictwem internetu. Głosowanie będzie trwało od 20 do 30 czerwca, ale o jego szczegółach będzie jeszcze czas napisać. Realizacja zwyciężskich projektów nastąpi w 2015 roku.

Jestem przekonany, iż nie pozostaje nic innego, jak zaopatrzyć się w formularz i zacząć zbierać podpisy pod pomysłem! Przydatne adresy internetowe: [www.twojbudzet.um.warszawa.pl](http://www.twojbudzet.um.warszawa.pl) oraz [www.pragapld.waw.pl](http://www.pragapld.waw.pl).

**Karol Kowalczyk**

Radny Dzielnicy Praga Południe

# Rozwijamy kolejne wątpliwości dotyczące odbioru śmieci



Sąsiedzi, aby rozwiązać Wasze kolejne wątpliwości związane z nowym sposobem odbierania śmieci, ponownie skonsultowaliśmy się z przedstawicielami firmy Lekaro. Tym razem uzyskaliśmy informacje dotyczące ewentualnych kra-

dzieży pojemników. W Waszym imieniu zapytaliśmy się również pracowników firmy zajmującej się odpadami, jak mają poradzić sobie osoby starsze z wystawianiem koszy na chodniki.

Początek lutego będzie związany z naszą małą rewolucją śmieciową. Mimo że czas wprowadzania zmian trwał bardzo długo, nadal mamy więcej wątpliwości niż pewnych informacji. Jedną z głównych kwestii, które mogą nas niepokoić, jest wystawianie koszy na śmieci na chodniki. Padają tutaj pytania, co będzie, jeśli ktoś ukradnie pojemnik, w celu tylko jemu wiadomym? Albo dla żartu wystawi go na środek ulicy i kosz ulegnie zniszczeniu? Pan Leszek

Zagórski, dyrektor Lekaro, w korespondencji z „Wiadomościami Sąsiedzkiemi” tłumaczy: Regulamin m.st. Warszawy nie przewiduje generalnych zasad postępowania w razie utraty pojemnika. W związku z tym każdy ewentualny przypadek tego typu będzie rozpatrywany indywidualnie. Bardzo prosimy wszystkich mieszkańców o zachowanie największej możliwej ostrożności w tym zakresie i wstawianie pojemników na teren posesji po zrealizowanym odbiorze. W przypadku dzielnic obsługiwanych przez Lekaro, tj. Pragi-Północ, Pragi-Południe, Wawra, Rembertowa i Wesołej, ewentualny brak pojemnika należy niezwłocznie zgłosić na infolinię firmy pod numerem 801 98 98 97.

Tutaj nasuwa się kolejne pytanie. Dlaczego pracownicy firmy nie mogą wejść na teren naszej działki i sami zabrać oraz opróżnić kosza? Okazuje się, że nowa ustawa śmieciowa wprowadziła standardy odbioru odpadów obowiązujące na terenie większości państw Unii Europejskiej. Wystawianie śmieci na chodniki działa bez zarzutu wśród naszych europej-

skich sąsiadów. Odbiór odpadów realizowany jest zgodnie z regulaminem m.st. Warszawy. Przewiduje on, że mieszkańcy domów jednorodzinnych powinni wystawiać pojemniki i worki ze śmieciami do godz. 6.00 w dniu odbioru, przewidzianym w harmonogramie dla danej nieruchomości. Niestety, zgodnie z regulaminem, pracownicy Lekaro nie mogą wchodzić na teren prywatnych posesji i jak dotąd nie uregulowano ewentualnych odstępstw od tych zasad. W przypadku osób, którym stan zdrowia nie pozwala na zastosowanie się do regulaminu odbioru odpadów, bardzo prosimy zgłaszać ten fakt do urzędu dzielnicy – wyjaśnia pan Leszek Zagórski.

Obecna sytuacja sprawia wrażenie, że tkwimy w tzw. błędnym kole, ponieważ odpowiedzi na wcześniej zadane pytania tworzą kolejne pytania. Może poczekajmy, aż nowy system odbioru odpadów zostanie wdrożony, poobserwujmy go, sprawdźmy, jak działa w rzeczywistości? Czego byśmy nie powiedzieli o sprawności wdrażania nowego systemu wywozu odpadów, przyznać trzeba, że to naprawdę rewolucyjne zmiany, a od takich trudno oczekiwać, że wszystko pójdzie szybko, gładko i bez żadnych komplikacji

**Olga Łęcka**

## Obywatelski Gocław

# Ile wydamy na Gocławiu?



Zawsąd słyszymy o budżecie. W dodatku – partycypacyjnym. Zakłada on udział mieszkańców w decyzji o tym, na co wydamy część budżetu dzielnicy. Gocław jako największe osiedle na Pradze-Południe „otrzymał” do wykorzystania 0,5 mln złotych. Mówi się, że od przybytku głowa nie boli, a jednak. Bo na co wydać te środki, gdy potrzeb jest tak wiele. I jak suwerennie i dobrze zdecydować, gdy osób, które mogą się w tej sprawie opowiedzieć, jest na Gocławiu ponad 40 tysięcy. Może warto pomyśleć o rzeczach najprostszych i nam najbliższych. Naprawa chodnika, brak latarni na osiedlu przy śmietniku. Wyczekiwanie na mrozie czy deszczu na autobus pod dziurawym lub zdewastowanym przystankiem. Brak toalet w Parku nad Balatonem. A może wzmocnienie działań Klubu Kultury Gocław? Dużo większym projektem byłby skate-park na Gocławiu. Niemożliwe? A może warto o tym pomyśleć. Brakuje nam zieleni i miejsc cichego odpoczynku na zewnątrz. Zaproponujemy zatem więcej małych altanek i klombów między blokami. Jednym słowem – trzeba się rozejrzeć, aby zobaczyć potrzeby.

Opisując budżet z decyzyjnym udziałem mieszkańców, nie możemy jednak popaść w samozadowolenie. Warszawa jest jednym z ostatnich miast,

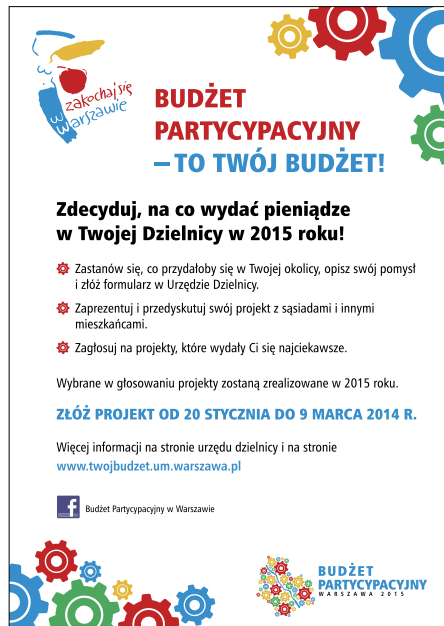
w których wprowadzono tego rodzaju budżet. Co więcej, na Pradze-Południe to zaledwie 0,6% budżetu (2,1 mln zł). Pasuje się to w dolnej granicy koncepcji budżetu partycypacyjnego, który zakłada wysokości środków do podziału pomiędzy 0,5% a 1,0%. Nie kwota jest moim zdaniem jednak najważniejsza, a udział mieszkańców właśnie. Aktywność warszawiaków lub jej brak pokażą, czy budżet obywatelski ma sens i się przyjmie. Na razie (jak wynika z informacji osób biorących udział w dzielnicowym zespole ds. budżetu partycypacyjnego) zainteresowanie mieszkańców podziałem środków dla poszczególnych części (osiedli) Pragi-Południe było niskie.

Budżet partycypacyjny potrzebuje naszego udziału, naszej aktywności. Mamy szansę się włączyć. Mamy szansę być decydentami. Gocław ma największe środki w całej dzielnicy, bo jest nas też najwięcej. Zaznaczmy naszą obecność na decyzyjnej mapie dzielnicy.

Szanownych czytelników proszę o przesłanie pytań i sugestii mogących być przedmiotem kolejnych felietonów i porad prawnych na adres: [dlasocki@dariuszlasocki.pl](mailto:dlasocki@dariuszlasocki.pl)

**Dariusz Lasocki**

radca prawny, Radny z Gocławia  
w Radzie Dzielnicy Praga Południe  
[www.dariuszlasocki.pl](http://www.dariuszlasocki.pl), [www.zadaniemiaradnego.pl](http://www.zadaniemiaradnego.pl)



**BUDŻET PARTYCYPACYJNY – TO TWÓJ BUDŻET!**


**Zdecyduj, na co wydać pieniądze w Twojej Dzielnicy w 2015 roku!**

- Zastanów się, co przydałoby się w Twojej okolicy, opisz swój pomysł i złóż formularz w Urzędzie Dzielnicy.
- Zaprezentuj i przedyskutuj swój projekt z sąsiadami i innymi mieszkańcami.
- Zagłosuj na projekty, które wydały Ci się najciekawsze.

Wybrane w głosowaniu projekty zostaną zrealizowane w 2015 roku.

**ZŁÓŻ PROJEKT OD 20 STYCZNIA DO 9 MARCA 2014 R.**

Więcej informacji na stronie urzędu dzielnicy i na stronie [www.twojbudzet.um.warszawa.pl](http://www.twojbudzet.um.warszawa.pl)

 Budżet Partycypacyjny w Warszawie

### Bezpłatne porady prawne

Informujemy, że radny **Dariusz Lasocki**, radca prawny, udziela bezpłatnych porad prawnych na Gocławiu w:

- Parafii pw. św. Ojca Pio** (informacja w Kancelarii Parafialnej)
- Parafii pw. św. Apostołów Jana i Pawła** – każda druga środa miesiąca (informacja w Kancelarii Parafialnej)

### MIESZKANIE JAK SEGMENT 97 m<sup>2</sup>

+ ogródek 80 m<sup>2</sup>

+ garaż 13 m<sup>2</sup>

ul. Motylkowa 11  
Warszawa-Międzylesie

- za cenę 565 000 zł
- stan deweloperski



e-mail: [biuro@ulicamotylkowa.pl](mailto:biuro@ulicamotylkowa.pl)  
tel. 505283785  
[www.ulicamotylkowa.pl](http://www.ulicamotylkowa.pl)

### RESTAURACJA KLUB SOSNOWY, ZAPRASZA NA:



## PYSZNE, INSPIROWANE SMAKAMI ŚWIATA NIEDZIELNE BRUNCHE

DELEKTUJ SIĘ DO WOLI WYSZUKANYMI SMAKAMI!

BUFET SZWEDZKI - „JESZ ILE CHCESZ”

9.02. Seafood - ryby i owoce morza

16.02. Kuchnia włoska

23.02. Carpaccio & Beef

02.03. Tradycyjna kuchnia polska

09.03. Smaki orientu & Sushi

PROMOCJA! W CENIE BRUNCHE WSTĘP DO STREFY WELLNESS (BASEN, JACUZZI, SAUNA) - **GRATIS!**

Dorośli: 99 zł/os bez alkoholu, 119 zł/os. z alkoholem

Dzieci: do 6 lat gratis, od 6 do 12 lat 49 zł/dziecko.

RESTAURACJA

*Klub Sosnowy*

REZERWACJE:

tel.: +48 22 872 24 37 kom.: +48 502 707 711

Trakt Lubelski 40a, Warszawa, [www.klubsosnowy.pl](http://www.klubsosnowy.pl)

## Wygraj bilety na koncert

# Blue Cafe

Nie bój się powiedzieć **3 x NIE** – **NIE PIJĘ, NIE PALĘ, NIE ĆPAM**. Zachęca Cię do tego Polskie Towarzystwo Zapobiegania Narkomanii wraz z Pomorską Agencją Imprez Artystycznych „PAJA”, którzy po raz kolejny organizują imprezę estradową połączoną z akcją profilaktyczno-informacyjną. W ramach tegorocznej imprezy wystąpi zespół Blue Cafe. Dla naszych czytelników mamy cztery podwójne zaproszenia na to wydarzenie!

## NIEĆPA 2014

Jeśli chcecie wygrać bilety na koncert, odpowiedzcie na proste pytanie konkursowe: **Za co lubisz „Wiadomości Sąsiedzkie”, a co w naszych miesięcznikach i stronie internetowej Ci się nie podoba?**

Odpowiedzi przysyłajcie do 7 marca 2014 r. na adres mailowy: [info@wiadomosciasiedzkie.pl](mailto:info@wiadomosciasiedzkie.pl), w tytule pisząc „Blue Cafe”. W treści maila wpiszcie swoje imię i nazwisko, a także numer telefonu.

Spośród nadesłanych odpowiedzi wylosujemy czworo zwycięzców i skontaktujemy się z nimi telefonicznie w poniedziałek 10 marca br.

Pod hasłem NIEĆPA kryją się treści dotyczące problematyki uzależnień. Co roku koncerty organizowane przez Pomorską Agencję Imprez Artystycznych „PAJA” trafiają do szerokiego kręgu społeczeństwa. W imprezach estradowych biorą udział ludzie kultury i sportu, którzy nie mają żadnego związku z subkulturą uzależnień. W ubiegłym roku gwiazdą wieczoru był zespół De Mono, który świętował swoje 25-lecie. W tym roku goście zebrani **21 marca 2014 r.** o godzinie **18:30** w Sali Kongresowej będą mieli okazję bawić się przy piosenkach zespołu Blue Cafe.

**Olga Łęcka**

*Redakcja zastrzega sobie prawo wykorzystania niektórych wypowiedzi (anonimowo, bez podawania jakichkolwiek danych pozwalających Państwu zidentyfikować) do celów promocyjnych.*



## Luty 2014 w KLUBIE KULTURY GOŚLAW

ul. Abrahama 10

(wejście od ul. Bora Komorowskiego przy basenie Wodnik)

### 13 lutego (czwartek), godz. 19.30

HIP HOP DAY

Spektakl taneczny w wykonaniu uczestników zajęć „Hip Hop” w KKG, podsumowujący naukę tańca w pierwszej połowie sezonu 2013/2014.

W programie: pokazy taneczne, projekcja filmów związanych z kulturą hip hop. Prowadzenie: Paulina „Buba” Borusińska.

Wstęp wolny

### 17 lutego (poniedziałek), godz. 18.30

PÓŁWYSEP KENAI - ALASKA W MINIATURZE  
Spotkanie z cyklu „Pomysł na podróż” połączone z projekcją multimedialną, prowadzone przez podróżnika i pracownika naukowego Sebastiana Bielaka.

Wstęp wolny

### 20 lutego (czwartek), godz. 18.00

MALARSTWO CARAVAGGIA I JEGO WPŁYW NA SZTUKĘ EUROPEJSKĄ. PRZEKAZY BIBLIJNE ZAWARTE W MALARSTWIE XVII WIEKU  
Wykład z cyklu „Spotkanie ze sztuką” prowadzony przez Helenę Urbańską.

Wstęp wolny

### 10 marca (poniedziałek), godz. 19.00

ZAKOCHAJ SIĘ W MOJEJ WARSZAWIE  
Koncert premierowych piosenek o Warszawie w wykonaniu znakomitego KWARTETU RAMPA. Wstęp – 15 zł,

UWAGA! Liczba miejsc ograniczona.

Przedsprzedaż od 03.03.14 r.

### MATERIAŁY ORGANIZATORÓW

**Redakcja nie ponosi odpowiedzialności za zmiany terminów (w tym odwołanie) wydarzeń dokonane po opublikowaniu powyższego programu imprez**

**DZIECI KRZYWDZONE  
CIERPIĄ W SAMOTNOŚCI.  
ZATRZYMAJ ICH DRAMAT.**

**PRZEKAŻ 1%  
FUNDACJI DZIECI NICZYJE  
KRS 0000 20 44 26**

[www.fdn.pl](http://www.fdn.pl)

## Zadłużenie czynszowe

Biuro Porad Obywatelskich zaprasza wszystkie osoby borykające się z **zadłużeniem czynszowym** do skorzystania z **bezpłatnych** porad w dwóch nowo uruchomionych punktach:

- Praga-Południe – w **Stowarzyszeniu CAL** przy **ul. Paca 40** w poniedziałki w godz. 11.00-15.00
- Praga-Północ – w **Klubie Złotego Wieku** przy **ul. Jagiellońskiej 56** w poniedziałki w godz. 12.00-16.00.

Szczegółowe informacje można uzyskać na bezpłatnej infolinii: **800 509 059**.

## Psycholog radzi

### Pytanie:

*Pół roku temu zapisałam swojego synka – Pawelka na judo. Niestety, nie chce chodzić na te zajęcia, a jeśli już uda mi się go przekonać, i tak podczas zajęć nie ćwiczy z dziećmi, siedzi z boku zamysłony i smutny. Martwię się, że tak źle sobie radzi. Od września idzie do szkoły i obawiam się, że tam będzie miał takie same kłopoty.*

### Odpowiedź:

To dobrze, że zastanawia się Pani, co dzieje się z Pawłem, że tak niechętnie włącza się w sportową zabawę dzieci. Próbuje zrozumieć jego zachowanie, warto pamiętać, że wszelkie zajęcia dzieci, zarówno te, które odbywają się w przedszkolu czy szkole, jak i zajęcia dodatkowe, są czymś innym dla dzieci, niż dla nas – dorosłych. My patrzymy na nie jak na proste, „niewinne” zabawy, gdy dla dzieci są one aktywnościami wymagającymi wysiłku, uwagi, radzenia sobie z własnymi ograniczeniami i emocjami. To sprawia, że są przez nie przeżywane raczej jak praca niż jak rozrywka i relaks. Współczesne dzieci są często przeciążone nadmiarem własnych aktywności i towarzyszeniem rodzicom w ich szybkim, wypełnionym obowiązkami życiu.

Niechęć do nowych zajęć często bywa skutkiem zmęczenia i przeciążenia. Jest wyrazem niezaspokojonej dziecięcej potrzeby swobodnej zabawy w bezpiecznym otoczeniu najbliższych, bliskiego kontaktu z rodzicami.

Paradoksalnie, często bywa tak, że im bardziej nalegają rodzice zaniepokojeni zachowaniem dziecka, tym większy staje się dziecięcy opór. Dzieje się tak nie dlatego, że dziecko jest przekorne lub złośliwe, a dlatego, że sama presja rodziców, ich niepokój czy niezadowolenie wyzwala w dziecku obawę, że nie jest w stanie sprostać oczekiwaniom rodziców, a w efekcie zajęcia stanowią dla niego jeszcze większą trudność. Jeśli dostrzeże Pani w synku talenty sportowe i nie chce Pani zrezygnować z jego zajęć judo, warto uzbroić się w cierpliwość i pozwolić mu powoli, we własnym tempie adaptować się do tej sytuacji; przyglądać się dzieciom, poznawać je, oswajać się z instruktorem, aż nabierze odwagi, by dołączyć do ćwiczeń. Na jego trudność można też spojrzeć inaczej, że jest chłopcem krytycznym, rozważnym, który nim zacznie coś robić, potrzebuje dobrze rozemnać się w sytuacji.

Warto też porozmawiać z nauczycielami w przedszkolu. Ciekawe, jak Paweł radzi sobie podczas zajęć, czy tam również ma skłonność do wyco-

fywania się, jeśli tak, w jakie zajęcia włącza się chętniej, a jakich unika. Dzieci rozwijają się w różnym tempie i będąc w tym samym wieku, mogą bardzo różnić się swoją zwinnością, sprawnością, szybkością. W zajęciach sportowych ważnym elementem jest rywalizacja. Nie wszystkie dzieci dobrze sobie z nią radzą. Często stawiają sobie wymagania, by zawsze, z każdym zadaniem poradzić sobie najlepiej. Unikają wówczas sytuacji, które niosą ze sobą ryzyko porażki. Poradzenie sobie z dziecięcą nieumiejętnością przegrywania wymaga czasu. Mniej obawiają się niepowodzeń dzieci, które są wypoczęte, zadowolone z siebie, które mają wiele okazji, by uczestniczyć w sytuacjach, w których dobrze się czują, dobrze się bawią, sprawiając tym radość swoim rodzicom. To wzmacnia dziecko, pomagając mu z większą odwagą podejmować nowe wyzwania. Warto więc zadbać o to, by w przestrzeni, którą 6-letniemu dziecku zawsze określa dorosły, decydując o tym, że chodzi do przedszkola, o której godzinie wraca do domu, jada posiłki, kładzie się spać, jakie ma obowiązki, była też przestrzeń na swobodną, radosną, wzmacniającą dziecko aktywność.

**Iwona Ring**

Psycholog, doradca rodzinny  
Pracownia Psychologiczna Ego

## Fundacja „Wspólna Droga” United Way Polska przeprowadziła szkolenie z pierwszej pomocy przedmedycznej dla wolontariuszy

Ze względu na duże zainteresowanie Fundacja „Wspólna Droga” United Way Polska zorganizowała trzecią już edycję profesjonalnego szkolenia z pierwszej pomocy przedmedycznej dla wolontariuszy. Szkolenie odbyło się 22 stycznia 2014 r. Wzięli w nim udział wolontariusze 50+, którzy w wolnym czasie angażują się w pomoc przy koprecyjach udzielanych dzieciom w ramach programu „Partnerstwo dla dzieci” czy też przy wspieraniu pacjentów w szpitalach w obrębie programu „Towarzyszenie w chorobie”. Podczas szkolenia

wolontariusze poznali m.in. etapy pierwszej pomocy, zasady zabezpieczenia osoby udzielającej pomocy, a także techniki zabezpieczenia miejsca wypadku. Niektórzy po raz pierwszy ćwiczyli resuscytację krążeniowo-oddechową na fantomach z wykorzystaniem pozycji bezpiecznej. Wszyscy uczestnicy kursu byli bardzo zaangażowani, szczególnie podczas wykonywania ćwiczeń prak-

tycznych. Nabyte umiejętności pozwolą uczestnikom kursu na sprawne reagowanie w sytuacjach zagrożenia zdrowia i życia. Każdy uczestnik po zakończonym kursie otrzymał certyfikat jego ukończenia. Szkolenie przeprowadziła ratowniczka medyczna – Pani Joanna Janicka.

Fundacja „Wspólna Droga” United Way Polska serdecznie zaprasza wszystkich chętnych, którzy w ramach wolontariatu chcieliby ofiarować podopiecznym Fundacji swój wolny czas i wziąć udział w różnych szkoleniach.

Więcej informacji można uzyskać pod numerem telefonu: 22 621 28 09 lub osobiście w siedzibie Fundacji, ul. Kinowa 19 lok. U-1, 04-030 Warszawa, parter, pierwszy lokal od lewej od ul. Waszyngtona.

**Szymon Bubiłek**



 **Zakład Pogrzebowy**  
*Calvaria*  
całodobowo  
Ul. Grochowska 144/146, tel. 22 836 40 09, 501 570 011

Szybka pomoc w aranżacji Twojego mieszkania w stałej, konkurencyjnej i niezależnej od ilości m<sup>2</sup> cenie.

**POGOTOWIE wnętrzarskie**

Teraz projektowanie wnętrz jest w zasięgu Twoich możliwości. Doświadczeni projektanci odwiedzą Cię w Twoim domu i zaproponują najlepsze rozwiązania i zmiany oraz rozwiążą Twoje problemy.



Sprawdź na [www.pogotowiewnetrzarskie.pl](http://www.pogotowiewnetrzarskie.pl) lub zadzwoń 604 23 23 57 i dowiedz się więcej - to możliwe!

**Szybka pożyczka do 7000 zł!**  
**Równe raty, bez ukrytych opłat.**  
**Provident Polska S.A. 600 400 288**  
(taryfa wg opłat operatora)

## OGŁOSZENIA DROBNE

Zapraszamy do działu ogłoszeń drobnych – miejsca sąsiedzkiej wymiany usług, umiejętności i przedmiotów. **Treść ogłoszeń należy przysłać drogą e-mailową na adres: drobne.pragapoludnie@wiadomosciasiedzkie.pl (do końca poprzedniego miesiąca).**

Ogłoszenia o długości do 25 wyrazów publikowane są BEZPŁATNIE. W przypadku potrzeby zamieszczenia ogłoszenia dłuższego lub o nietypowej treści proszę kontaktować się z naszym działem reklamy:

e-mail: reklama@wiadomosciasiedzkie.pl, tel.: 22-810-26-04.

### NIERUCHOMOŚCI

- Zamienię mieszkanie kwaterekowe 37 m<sup>2</sup> na Saskiej Kępie na WIĘKSZE tylko na Saskiej Kępie ew. Goławiu (może być zadłużone lub do remontu). Moje mieszkanie bez zadłużenia, do wykupu, po remoncie, ciche, widne, piękna zielona okolica. Kuchnia przerobiona na pokój dziecka, w dużym pokoju aneks. Centralne ogrzewanie, bez piecyka gazowego. Dopłata, tel. 501216395

### SD-BRACIA

USŁUGI

REMONTOWO-BUDOWLANE

tel. 668 303 825

- Sprzedam mieszkanie dwupoziomowe 100 m<sup>2</sup> w Aninie na strzeżonym osiedlu. 4 pokoje, 2 łazienki z podgrzewaną podłogą, 2 balkony, miejsce garażowe, piwnica. 2 minuty od stacji PKP Anin. Cena: 615000 zł. Kontakt: 501-620-701
- Sprzedam bardzo ładną, wymiarową działkę budowlaną, ogrodzoną, w Markach. 1500 m<sup>2</sup> – prąd, gaz, infrastruktura, tel. 519 781 759; 510 030 551
- Kupię dom, mieszkanie lub działkę, tel. 730 537 491
- Sprzedam segment w Starej Miłosnej. Ładnie wykończony. W rozliczeniu działka lub mieszkanie – kierunek Mińsk lub Lublin, inne propozycje, tel. 692 977 947

CENTRUM  
KSZTAŁCENIA  
WESOŁA

tel. 22 773 33 77

- asystent nauczyciela przedszkola
- opiekunka dziecięca
- opiekun osoby starszej
- asystent rodziny

- Sprzedam działkę budowlaną w Dębie Wielkiej, 765 m<sup>2</sup>, narożną z mediami na osiedlu domków jednorodzinnych, 15 km od Warszawy, tel. 608 736 533
- Sprzedam 2,5 ha lasu w Kownatkach koło Łukowa, 100 km od Warszawy. Media, bdb dojazd, sąsiedztwo leśniczówki, bogactwo jagód i grzybów. Cena do negocjacji, tel. 608 736 533
- Sprzedam dwupoziomowe mieszkanie na os. zamkniętym w Starej Miłosnej - 86 m<sup>2</sup> - 4 pokoje, kuchnia, 2 łazienki, łóża, piwnica, dwa miejsca parkingowe. Cena do uzgodnienia, tel. 22 773 34 11; 608 736 533
- Sprzedam bezpośrednio działkę budowlaną w Starej Miłosnej, 364 m<sup>2</sup>, tel. 534-943-830
- Sprzedam mieszkanie trzypokojowe, 71,2 m<sup>2</sup> w zamkniętym, chronionym, kameralnym osiedlu

### DACHY

SPRZEDAŻ, MONTAŻ

501 14 14 40

ABCK  
ZARZĄDZANIE NIERUCHOMOŚCIAMI  
POŚREDNICTWO  
www.abck.pl tel.530 530 330

"Miłosna Park" w Starej Miłosnej - 420 000 zł., tel. 502-652-336

### SPRZEDAM/KUPIĘ – ODDAM/PRZYJMĘ

- Sprzedam 2 szafki do łazienki, jedna pod umywalkę, druga wolnostojąca białe- taniol!, tel. 781 496 613
- Sprzedam odkurzacz Elektrolux bezworkowy w idealnym stanie - taniol, tel. 781 496 613
- Sprzedam wersalkę z pojemnikiem kolor rudy w idealnym stanie, tel. 781 496 613
- Sprzedam 3 komody sosna ciemne drewniane styl włoski, tel. 781 496 613
- Sprzedam 2 stoliki pod telewizor, w idealnym stanie- taniol, tel. 781 496 613
- Sprzedam dużą zdrową YUKĘ wys. ok 2,5 m, trzy pnie – rozgałęzienia, na jednym z nich najwyższym dwa dodatkowe rozgałęzienia, rośnie w donicy gliniano-ceramicznej specjalnie postarzonej złotem ( za samą donicę zapłaciłam w sklepie ogrodniczym 160zł ) dodatkowo przy yuce jest podpórka - kij z szalu. Idealna do dekoracji biura, domu bądź oranżerii. cena 270 zł do negocjacji, zdjęcia zainteresowanym prześlę na maila, tel. 793354319, e-mail: bandera81@wp.pl
- Sprzedam "Literatura Polska Przewodnik Encyklopedyczny" tom I oraz tom II, PWN - stan idealny - taniol, tel. 781 496 613
- Sprzedam "Encyklopedia Powszechna" PWN 4 tomy - stan idealny - taniol, tel. 781 496 613
- Sprzedam taniol 2 krzesła barowe Hoker Venus, nowe, tel. 502968498
- Sprzedam 2 komplety odzieży narciarskiej Iguana, bdb stan, rozmiar L, czerwone, kurtka z kapturem, spodnie, 150 zł za komplet, tel. 600 43 50 48
- Kolekcjoner kupi stare książki, pocztówki, monety, zegarki, biżuterię, militaria, tel. 502 011 257

### KOLEKCJONER KUPI

stare książki, pocztówki, monety, zegarki, biżuterię, militaria

TEL: 502-011-257

- Kupię Chińskie znaczki pocztowe, przesyłki pocztowe z Chin i Korei Północnej, stare koperty listów, stare widokówki i karty pocztowe z Polski i krajów sąsiadujących, tel. 602 511 582
- Przyjmę drzewo każdego rodzaju - deski rozbiórkowe, wycinkowe itp. tel. 512 371 367
- Sprzedam taniol blachę ocynkowaną o wymiarach 100x200 cm, arkusz - 30 zł i blat do pracowni o wym. 4x80x315 cm tel. 22 615 30 60

**KARMY dla psów i kotów** oraz art. zoologiczne na telefon, z dostawą do domu GRATIS. Zapraszamy!

Tel. 602-323-888

www.hauhau24.pl

- Materiały po likwidacji stolarni, piły tarczowe, szelak taniol, tel. 22 615 30 60
- Kupię lub wezmę zamrażarkę i lodówkę, tel. 516 390 664
- Sprzedam tapczan 1-osobowy z zagłówkiem w bdb stanie (prod. 10.08.2012) kolor kakao tel. 22 870 29 98
- Sprzedam wózek inwalidzki elektryczny/ręczny, chodziki z siedziskiem, materac przeciwodleżynowy, krzeselko pod prysznic, toaletę przenośną, tel. 603 310 664
- Narty, deski, buty narciarskie i snowboardowe, kaski, kije. Nie masz co zrobić z używanym sprzętem narciarskim dzieci wyrosły chcesz coś wymienić ze sprzętu zadzwoni, tel. 602 231 318, etenis@wp.pl

### KOREPETYCJE/NAUKA/ WARSZTATY

- Język niemiecki. Szkoła podstawowa, gimnazjum, liceum. Doświadczona nauczycielka. W domu ucznia, tel. 608 484 707

### GABINET TERAPII PEDAGOGICZNEJ

"GOŚLAW-ISKRA" – specjalistyczna pomoc dzieciom w wieku przedszkolnym, szkolnym i gimnazjalnym. Dojazd do domu uczniów zakwalifikowanych do szkół integracyjnych.  
Tel. 501 349 669, 22 672 15 97

- Pedagog z pasją, nauczycielka edukacji wczesnoszkolnej pomoże Twojemu dziecku w odrabianiu lekcji, bieżącej nauce oraz nadrobieniu zaległości, tel. 797-784-623
- Nauka gry na gitarze – od pierwszej lekcji grasz i śpiewasz fajne piosenki! Zapraszam, na pewno się nie rozczarujesz, tel. 695-622-848

Mesela  
PROMOCJA!  
Saska Kępa  
www.restauracjaneptun.pl

- Pomoc i nauka w obsłudze KOMPUTERA, dla osób STARSZYCH promocja! Zajęcia indywidualne prowadzone przez studenta. Efektywna, spokojna nauka korzystania z INTERNETU oraz podstawowych funkcji komputera, tel. 533 404 404
- Nauczycielka z doświadczeniem pomoże nadrobić zaległości w nauce, odrabiać lekcje, poszerzyć wiedzę. Dostosowanie zajęć do potrzeb ucznia. Przed-szkole oraz kl. 0-III Dojazd gratis, tel. 728 814 601
- Język polski - korepetycje - wszystkie poziomy, tel. 534-943-830

## GLAZURA UKŁADANIE

remonty, profesjonalnie  
tel. 501-586-056

### SPRZEDAM/KUPIĘ – DLA DZIECI

- Rower dziecięcy na 4 kółkach-taniol, tel. 781 496 613
- Do sprzedania wózek dla dwojaczków, kolor czerwony, w komplecie spacerówki + 2 foteliki samochodowe, tel. 516 390 664
- Do sprzedania wózek dla dziecka. Antyczny, duże koła z elementami wikliny, tel. 516 390 664
- Kupię lub wezmę wózek - spacerówkę z dużymi kołami, tel. 516 390 664

### WYNAJMĘ

- Do wynajęcia 3 pokojowe 74 m<sup>2</sup> po remoncie, bezpośrednio Saska Kępa, tel. 22 617 27 20
- Do wynajęcia lokal 50 m<sup>2</sup>, biurowo-usługowy pawilon ul. Grochowska, 2 pokoje, wc, parking, miejsce na reklamę, przystanki tramwajowe i autobusowe, tel. 600 049 758

### PRACA-DAM/SZUKAM

- Szukam pracy: pranie, sprzątanie, prasowanie lub opieka nad dziećmi. Posiadam samochód, tel. 505-103-948
- Elektryk, pełen zakres, awarie, szybko, gwarancja, tel. 600 270 539
- Odśnieżanie, tel. 503 150 991
- Szukam pracy - mycie okien, sprzątanie w domach, porządky, tel. 511 210 315
- Gotowanie obiadów dla starszych osób, tel. 511 210 315
- Opieka i pomoc w nauce dla ucznia 3-4 godz. dziennie, tel. 511 210 315
- Asysta osoby starszej, tel. 511 210 315
- Opieka pielęgniarstwa nad dziećmi i dorosłymi w domu + gotowanie posiłków, tel. 793 456 990
- Sprzątanie na zamówienie. Pielęgnacja kwiatów w domu i ogrodzie, tel. 793 456 990
- Złota rączka - usługi ogrodnicze, porządkowe, malowanie itp., tel. 507 097 028
- Złota rączka - porządky, remonty, malowanie i inne prace, tel. 518 731 920
- Złota rączka, tel. 503 150 991
- Złota rączka - elektryka, tel. 516 075 825
- Złota rączka, tel. 515 400 656
- Zdun, budowa i przebudowa piecy i kuchni kaflowych oczekuje propozycji, tel. 723 745 118

PRANIE dywanów i wykładzin, mebli tapicerowanych, tapicerki samochodowej  
KOSZENIE trawników i nieużytków, wycinka niewielkich drzew i krzewów  
MYCIE kostki, elewacji, okien itp.

tel. 791-35-55-66

## REKLAMA

w „Wiadomościach Sąsiedzkich”

Informacje o zasadach reklamowania można uzyskać pod adresem e-mailowym reklama@wiadomosciasiedzkie.pl lub od naszego przedstawiciela handlowego:

Artur Pawlak – tel. 605-297-200

reklama.pragapoludnie@wiadomosciasiedzkie.pl

Zapraszamy także do reklamowania się w innych wydaniach:

- Saska Kępa, Goław, Grochów – Artur Pawlak, kontakt powyżej
- Wesoła, Wawer, Rembertów – Konrad Skorupka, tel. 607-314-667, konrad.skorupka@wiadomosciasiedzkie.pl

## Bezpośrednio wynajmę mieszkanie 97m<sup>2</sup>

dwupoziomowe (parter i lp)  
z ogródkiem i garażem  
w małym kameralnym osiedlu  
w Międzyzlesiu.

- salon z kominkiem  
i aneksem kuchennym
- 3 sypialnie
- garderoba
- 2 łazienki
- WC

*Dostępne od zaraz*

Mieszkanie nieumeblowane lub częściowo umeblowane  
Nowo wybudowane, niedrogo w eksploatacji

Czynsz – **2.450,00 zł**  
+ opłaty za media

tel.: **604 23 23 57**

# APTEKA

CEFARM

INFORMACJA DLA PACJENTA

## APTEKA CEFARM

### ul. Samolotowa 2

## NOWE GODZINY OTWARCIA

pon. - pt.: 8:00 - 20:00  
sobota: 8:00 - 14:00  
tel. (22) 671 56 65

**ul. Bora-Komorowskiego 21**  
lokal 307 (obok Rossmanna)  
Warszawa - Goślów  
(3 km od skrzyżowania Marsa z Płowiecką)

22 250 15 77, 22 671 77 00  
[www.boramed.pl](http://www.boramed.pl)  
pon. - pt. 8 - 20, sobota 9 - 13

### BADANIA USG dorośli i dzieci

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

### STOMATOLOGIA

Stomatologia zachowawcza	Endodoncja
Stomatologia dziecięca	Protetyka
Ortodoncja	Implanty
	Chirurgia szczękowa

### GINEKOLOGIA

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

### SPECJALIŚCI

endokrynolog, pediatra, kardiolog, ortopeda, gastrolog,  
chirurg, dermatolog, laryngolog, internista, urolog, neurolog