



REMBERTÓW

wiadomości sąsiedzkie

GAZETA MIESZKAŃCÓW DZIELNICY REMBERTÓW I OKOLIC

Nr 70

Listopad

2021 r.

GAZETA BEZPŁATNA

ISSN 2353-1851

PLANY MIEJSCOWE – CO PO UCHWALENIU?



Plan miejscowy (miejscowy plan zagospodarowania przestrzennego) jest lokalnym aktem prawa. Tak jak ustawy uchwalane przez Sejm regulują, co można (a czego nie można) robić na poziomie całego kraju, tak plany miejscowe uchwalane przez Radę m.st.

Warszawy we współpracy z Radą Dzielnicy Rembertów określają, co można (a czego nie można) zbudować na terenie dzielnicy Rembertów. Plan jest tylko dokumentem, więc samo jego przyjęcie nie spowoduje, że od razu będzie dookoła nas ładniej. Jednak plan miejscowy określa zasady, do których będą musieli się zastosować wszyscy chcący zbudować coś na obszarze objętym planem.

Plan określa przeznaczenie poszczególnych terenów. Zapobiega to nieprzyjemnym zaskoczeniom oraz eliminuje uznaniowość przy wydawaniu pozwoleń na budowę. Plany miejscowe dają mieszkańcom dostęp do informacji o tym, co może zdarzyć się/ być wybudowane w ich otoczeniu. Plany sporządzane są w publicznie dostępnej, transparentnej procedurze, co daje możliwość skonfrontowania zamierzeń inwestorów z potrzebami mieszkańców i wypracowania optymalnych kompromisowych rozwiązań.

Głównym celem planu jest osiągnięcie rozsądnego i akceptowalnego dla wszystkich kompromisu między często rozbieżnymi potrzebami: wszystkich mieszkańców i użytkowników miasta, poszczególnych grup mieszkańców, pojedynczych osób, inwestorów, organizacji społecznych itp., przy zastosowaniu całej dostępnej wiedzy fachowej o mieście lub jego części/dzielnicy. Plan określa zasady kształtowania zabudowy oraz wskaźniki zagospodarowania terenów. Decyduje, gdzie i jak wysokie mogą powstać budynki, ile miejsca mogą zająć domy na działce, ile terenu musi stanowić zieleni.

Od dnia wejścia w życie planu miejscowego wszystkie prace budowlane, które wymagają pozwolenia na budowę, będą mogły być prowadzone tylko pod warunkiem, że będą zgodne z planem. Wszystkie wydane wcześniej decyzje o warunkach zabudowy tracą ważność – teraz można już budować tylko na podstawie planu, z jednym wyjątkiem: jeśli ktoś uzyskał prawomocne pozwolenie na budowę przed uchwaleniem planu, to nadal pozostaje ono ważne (nawet jeśli jest z planem niezgodne). Uzyskane dotychczas pozwolenie na budowę jest decyzją ostateczną i nie może być cofnięte, prawo bowiem nie działa wstecz.

Plany miejscowe mają zapewnić warunki do poprawy naszego otoczenia – Rembertów dzięki przyjętym planom miejscowym będzie mógł stać się ładniejszy i przyjaźniejszy mieszkańcom.

Zapisy planów zmuszają inwestorów i projektantów do poszukiwania architektonicznego ładu, zwalczają reklamowy śmietnik, nakazują sadzenie drzew na ulicach, wprowadzanie zieleni na osiedlach itp. Dzięki planom mogą powstawać inwestycje publiczne. Miasto Stołeczne Warszawa, w tym Dzielnica Rembertów, uchwalając plan, zobowiązuje się do zbudowania zapisanych w nim ulic, ścieżek rowerowych, infrastruktury technicznej, urządzeń parków, skwerów itp. Plany miejscowe są często jedyną formą ochrony ważnych dla mieszkańców lokalnych wartości. Dzięki zapisom planów można ochronić przed zabudową park, zieleniec, plac zabaw, zielone przestrzenie między blokami na osiedlach mieszkaniowych. Plany obejmują również ochroną zabytkowe budynki, uniemożliwiając ich wyburzenie czy drastyczną przebudowę.

Plany miejscowe w założeniu mają obowiązywać przez wiele lat. Nic jednak nie jest raz na zawsze. Dynamicznie zmieniające się potrzeby ludzi, rozwój technologii, poprawa warunków ekonomicznych itp. powodują, że prognozuje się, że nie będą one obowiązywać w niezmienionej formie dłużej niż około 20–25 lat. Zmiana planu odbywa się identycznie jak sporządzenie nowego planu miejscowego.

opracowanie **Arkadiusz Piotrowski**
radny dzielnicy Rembertów, Koalicja Obywatelska
(na podst. „Plan miejscowy. O co tu chodzi?”
BAiPP, UM Warszawa)

NOWY I STARY REMBERTÓW OBJĘTE PLANAMI MIEJSCOWYMI

17.11.2021 r. wszedł w życie miejscowy plan zagospodarowania przestrzennego obszaru „Nowy Rembertów”, a 18.11.2021 r. Rada m.st. Warszawy uchwaliła miejscowy plan zagospodarowania przestrzennego obszaru „Centrum Rembertowa”. Tym samym kolejne ponad 210 ha obszaru Rembertowa zostało objęte nowymi planami miejscowymi.

W planie „Centrum Rembertowa” określono (utrzymując rozstrzygnięcie z planu z 1998 r.) lokalizację tunelu pod torami kolejowymi, łączącego ul. Marsa z al. gen. A. Chruściela „Montera”, a także ustalono lokalizację zintegrowanego przystanku kolejowo-autobusowego (planowana realizacja w 2024 r.). Wyznaczono teren na lokalizację parkingu typu „Parkuj i Jedź” po północnej stronie torów kolejowych, niedaleko od przystanku kolejowego (w miejscu obecnego parkingu i stacji diagnostycznej), oraz dopuszczono budowę kolejnego parkingu tego typu, o mniejszej skali, po południowej stronie torów (między ul. Bellony a ul. Kacpury na wschód od bocznicy kolejowej).

Mając na względzie walory ekonomiczne przestrzeni, umożliwiono wprowadzenie nowej zabudowy usługowo-mieszkaniowej w centralnym obszarze planu, głównie wzdłuż al. gen. A. Chruściela „Montera”, będącej najważniejszą przestrzenią i najbardziej eksponowaną ulicą w dzielnicy Rembertów. Ustalono także lokalizację placu miejskiego po południowej stronie torów (z wkomponowaną bocznicą kolejową).

Plan miejscowy „Centrum Rembertowa” dopuszcza także lokalizowanie stacji paliw na trzech obszarach: (1) po południowej stronie torów między tunelem a dotychczasowym dojazdem do przejazdu kolejowego, (2) przy ul. Cyrulików między ul. Zesłańców Polskich a Sanepidem (teren przewidziany także na lokalizację parkingu typu „Parkuj i Jedź”) i na sąsiadującym z nim (3) terenie między ul. Zawiszków,



ul. Zesłańców Polskich i Biedronką przy ul. Strażackiej (na północ od planowanego parkingu P&R).

W obu nowych planach wprowadzono zapisy chroniące istniejące tereny zabudowy mieszkaniowej jednorodzinnej przed lokalizacją na nich (w oparciu o uchwalone wcześniej plany miejscowe) zabudowy wielorodzinnej. Działania planistyczne radnych dzielnicy Rembertów wspierają i porządkują istniejące procesy polegające na dogłęszczaniu istniejącej zabudowy poprzez wykorzystanie wolnych terenów.

Nowe plany miejscowe obszaru „Centrum Rembertowa” i „Nowy Rembertów” wraz z mpzp obszaru „Grzybowa-Działczyńskich” (z 2004 r.), „Mokry Ług” (z 2010 r.), „Zygmuntówka” (z 2010 r.), „Karolówka” (z 2019 r.) oraz „Stary Rembertów” (z 2019 r.) obejmują obecnie większość terenu Nowego i Starego Rembertowa (z wyjątkiem terenu na północ od ul. Czwartaków, między ul. Żołnierską i linią kolejową do Zielonki), vide rysunek. Prowadzimy prace w celu objęcia planami pozostałych części dzielnicy Rembertów (osiedle Kawęczyn-Wygoda).

Plany miejscowe zapewniają ciągłość działania radnych kolejnych kadencji. Przyjęte plany miejscowe umożliwią realizację inwestycji, na które wszyscy czekamy. Realizacja inwestycji samorządowych finansowanych z budżetu Warszawy (którego częścią jest budżet Rembertowa) to proces wieloletni, zwykle realizowany sukcesywnie, zgodnie z potrzebami i możliwościami finansowymi oraz wymaga dobrej współpracy samorządu Rembertowa z Radą m.st. Warszawy i Prezydentem m.st. Warszawy.

Arkadiusz Piotrowski

Z prac Rady Dzielnicy



Wspominałem Państwu w ostatnim numerze WSR, że podczas październikowej sesji Rady Dzielnicy odbyła się nieskuteczna próba wyboru wiceprzewodniczącego Rady – mimo że nominalnie większość Lepszy Rembertów – PiS (Forum dla Rembertowa)

ma 13 głosów, a mniejszość Koalicja Obywatelska Rembertów – Rembertów Bezpośrednio 8 głosów, wynik tajnego głosowania okazał się:

9 głosów za, 9 przeciw, 1 wstrzymujący się i 1 głos nieważny. Reperkusją tego rezultatu był złożony 3 listopada wniosek o odwołanie przewodniczącego Rady i jednego z dwóch wiceprzewodniczących Rady podpisany przez 11 radnych, tj. 6 radnych Koalicji Obywatelskiej Rembertów, 3 radnych Forum dla Rembertowa i 2 radnych Rembertów Bezpośrednio. Jest to najmniejsza możliwa większość przy 21-osobowym składzie Rady Dzielnicy.

Sesja Rady Dzielnicy, która w porządku obrad przewidywała odwołanie przewodniczącego Rady, powołanie nowego przewodniczącego Rady, odwołanie wiceprzewodniczącego Rady oraz wybór dwóch wiceprzewodniczących Rady,

miała odbyć się 10 listopada. Przewodniczący Rady otworzył sesję i od razu ogłosił przerwę do 9 grudnia. Zgodnie ze Statutem Dzielnicy przerwa nie może trwać dłużej niż 30 dni, może zostać zarządzona raz, a przewodniczący nie musi podawać żadnych powodów, dlaczego ją ogłosił. Uchylając rąbka tajemnicy „kuchni politycznej”, z możliwości tej korzysta się, aby przedłużyć rozmowy i liczyć na to, że uda się utrzymać dotychczasowe stanowiska lub też utrudnić nowej większości przejęcie władzy... Co będzie zatem dalej, okaże się w najbliższych tygodniach.

Maciej Iwanicki

Przewodniczący Klubu Radnych
Koalicja Obywatelska Rembertów

ZAGUBIONE W KOMUNIKACJI

Wielu ludzi zastanawia się, jak należy postąpić, gdy znajdzie się lub zgubi przedmiot w komunikacji miejskiej. Niezależnie od tego, czy w danym momencie coś znajdujesz czy gubisz, warto wiedzieć, jak się wtedy zachować. Oto krótki poradnik dla gubiących i znajdujących.

Na komunikację miejską w aglomeracji warszawskiej składa się wiele środków transportu: autobusy, tramwaje, metro, SKM, WKD oraz KM. Zależnie od rodzaju transportu, w którym coś gubisz lub znajdujesz, twój sposób postępowania będzie trochę się różnił.

Można ogólnie stwierdzić, że łatwiej postąpić, gdy coś się znajduje. W przypadku rzeczy odnalezionej w pojeździe najlepiej przekazać ją kierowcy lub po ustaleniu telefonicznym, właściwemu przewoźnikowi. Rzeczy znalezione w pociągach najlepiej przekazywać obsłudze danego pociągu. Pamiętaj, że jeżeli znajdziesz przedmiot wzbudzający twoje podejrzenia (np. pozostawiony bez nadzoru plecak, walizkę lub paczkę), niezwłocznie powiadom kierowcę (obsługę pociągu), który będzie wiedział, co robić, żeby zapewnić bezpieczeństwo wszystkim pasażerom.

Szukanie zguby jest trochę trudniejsze, ponieważ różne środki transportu zarządzane są przez różnych przewoźników. Najważniejszą rzeczą, jeżeli zgubisz przedmiot, jest ustalenie, w pojeździe jakiego przewoźnika się znajdujesz. W tym celu powinieneś sprawdzić oznaczenia zewnętrzne i wewnętrzne. Są to nazwy własne firm oraz numery taborowe pojazdów (trzy-, czterocyfrowe lub poprzedzone literą A). Ostatecznie, jeżeli nie dasz rady zidentyfikować przewoźnika, przez którego realizowany jest kurs, skontaktuj się z Miejskim Centrum Kontaktu – pod numerem **19115** lub przez stronę **warszawa19115.pl**. W ustalaniu przewoźnika pomoże ci zamieszczona tabela (tab. 1.)

Warto też wiedzieć, że istnieje warszawskie biuro rzeczy znalezionych, które zajmuje się zgubami w wymiarze miasta i często po jakimś czasie zguby z komunikacji miejskiej trafiają właśnie do tego miejsca.

Pamiętajmy zatem, aby po pierwsze pilnować swoich rzeczy. Natomiast jeżeli już przyjdzie nam coś zgubić (lub znaleźć), postarajmy się zachować spokój i skontaktujmy się z odpowiednimi służbami, które w miarę możliwości pomogą nam odzyskać stracony przedmiot.

Hubert Zieliński

Tabela 1

OPERATOR (Sp. z o.o.)	KONTAKT
MZA (nry taborowe 1000-8999)	Biurowo Rzeczy Znalezionej MZA 22 568 78 05 (w godz. 7:00-14:00) Pocztą elektroniczną na adres zguby@mza.waw.pl Osobiście w godz. 7.00 do 14.00 ul. Włociańska 52
Tramwaje Warszawskie	
Mobilis (nry taborowe 92xx, 95xx, 98xx, A7xx)	tel. 509 864 373 (tel. czynny całą dobę)
PKS w Grodzisku Mazowieckim (nry taborowe 93xx, 94xxx)	tel. 22 679 49 96, 604 291 782
Arriva Bus Transport Polska (nry taborowe 94xx)	tel. 722 030 112 (dyspozytor)
Michalczewski (nry taborowe 96xx)	tel. 22 510 15 46 (dyspozytor)
Komunikacja Miejska Łomianki (nry taborowe 7xx)	tel. 22 751 33 79 wew. 22
Metro Warszawskie	Przez pierwsze trzy dni rzeczy zostawionych w metrze można szukać w siedzibie spółki przy ul. Wilczy Dół 5, w godzinach 7:30-14:30, tel. (22) 655 42 42. Po tym terminie – w Biurze Rzeczy Znalezionej przy ul. Dzielnej 15 w godzinach 8:00-16:00, tel. (22) 443 29 61.
SKM	tel. 22 699 71 95 wew. 2 (czynny całą dobę)
KM	Punkt Rzeczy Znalezionej tel. 22 364 44 44, 885 971 178 Możemy też sprawdzić, czy zgubiona przez nas rzecz nie odnalazła się, na stronie https://www.mazowieckie.com.pl/pl/kategoria/znalezione-rzeczy#site .
WKD	tel. 22 755 70 82

Tabela 2

Biuro Rzeczy Znalezionej ul. Dzielna 15 01-029 Warszawa godziny pracy Poniedziałek: 08:00 – 18:00 Wtorek – piątek: 08:00 – 16:00	kontakt: tel.: 22 443 29 61, 22 443 29 62, 22 443 29 68 e-mail: rzeczyznalezione@um.warszawa.pl Biuletyn Informacji Publicznej https://bip.warszawa.pl/Menu_podmiotowe/biura_urzedu/A0/Ogloszenia/Biuro_Rzeczy_Znalezionych.htm
--	--

GABINET DIETETYCZNY OPTIMA DIET

Dietetyk kliniczny – specjalista psychodietetyki

ul. Pogodna 33

Warszawa-Wesoła (Stara Miłostna)

Zapisy: tel. 575-596-466

www.optimadiet.pl



KANCELARIA PODATKOWA

Kompleksowa obsługa księgowo-podatkowa firm

ROZLICZENIA ROCZNE PIT

Warszawa-Rembertów, Al. gen. A. Chruściela 52

tel. 22 610-28-29 biuro@lex-fin.pl www.lex-fin.pl



Tak wiele okazji do spotkań w Domu Kultury „Rembertów”

Tradycyjnie chcielibyśmy podzielić się z Państwem relacją z ważnych dla nas wydarzeń oraz serdecznie zaprosić do udziału w tych, które dopiero się odbędą.

23 października Dom Kultury „Rembertów” odwiedził wyjątkowy gość, Andrzej Mastalerz. Aktor opowiedział publiczności o specyfice swojej pracy, o wartości, jaką do życia wnosi teatr, oraz o potęgę narzędzia, jakim jest nasza mowa. Spotkanie zakończyło się warsztatem dla najmłodszych. Dzieci, w obecności aktora teatru radiowego, czytały fragmenty wierszy i za sprawą odpowiednich ćwiczeń miały szansę przekonać się, jaką siłę ma ich własny głos.

Za nami są pierwsze warsztaty artystyczne z udziałem uczniów z Ośrodka w Laskach. Dzieci z dysfunkcją wzroku zapoznały się z sensorycznymi rzeźbami oraz, w praktyce, przekonały się, co oznacza sztuka konceptualna, czyli taka, w której najważniejszy jest proces samego tworzenia. Warsztaty były twórczą rozgrzewką i inspiracją przed wykonaniem własnej rzeźby! Projekt „Zmysły Sztuki” realizowany jest w ramach Warszawskiego Programu Edukacji Kulturalnej 2021.



Znany zwycięzca konkursu plastycznego „Mój Rembertów” objętego honorowym patronatem burmistrza. 19 listopada miało miejsce uroczyste rozstrzygnięcie, rozdanie nagród oraz pokonkursowy wernisaż prac przedstawiających osobiste wizje Rembertowa autorstwa dzieci i młodzieży. Tego dnia dowiedzieliśmy się, czyja praca będzie zdobić promocyjny kalendarz Dzielnicy Rembertów m.st. Warszawy oraz kto zostanie właścicielem hulajnogi miejskiej. Gratulujemy wszystkim laureatom!

24 listopada o godz. 18:00 odbędzie się **koncert poetycki**, przygotowany przez Stowarzyszenie „Grupa Przedsięwzięć Teatralno-Medialnych”, pt. „Mikrokosmos”. Widowisko „od kobiet dla kobiet” inspirowane jest poezją Joanny Wicherkiewicz i, zgodnie ze słowami autorek, opowiada o zawirowaniu kosmicznych zdarzeń, które towarzyszą naszemu dzieciństwu,

dorastaniu i dojrzałości. Nie zabraknie refleksji nad ironią i komizmem, czyli elementami, które na stałe wpisane są w ludzki los. Koncert uświetni warstwa wizualna, „video art”.

Przygotowaliśmy coś specjalnego również dla najmłodszych! **27 listopada o godz. 12:00** odbędzie się **interaktywny spektakl teatralny „Pantofelek”** powstały w oparciu o motyw z wszystkim dobrze znanej baśni o Kopciuszku. Widzowie będą mieli wpływ na przebieg akcji oraz losy bohaterów, a po przedstawieniu wezmą udział w zabawach artystycznych. Serdecznie zapraszamy! Obowiązują zapisy.

Zachęcamy, aby wziąć udział w **spotkaniu Klubu Literackiego „Rembertowskie Pióra”** i poznać najnowsze propozycje literackie lokalnych poetów... a może nawet dołączyć do grupy i przedstawić własny utwór! Najbliższe spotkanie już **1 grudnia o godz. 18:00**.

W Domu Kultury „Rembertów” powoli wkraczamy w świąteczny czas. **8 grudnia** zapraszamy rodziny na **wspólne budowanie słodkich chatek Świętego Mikołaja!** Więcej informacji o wydarzeniu na stronie internetowej oraz Facebooku Domu Kultury „Rembertów” już niebawem.

15 grudnia będzie wyjątkowym dniem dla wszystkich osób związanych z Domem Kultury „Rembertów”. To właśnie wtedy planujemy obchody 51. rocznicy funkcjonowania naszej placówki. Już teraz pragniemy zaprosić na **wspólne kołędowanie przy choince**. Wydarzenie uświetni koncert kolęd w wykonaniu sekcji wokalne Domu Kultury „Rembertów”, a wystawa archiwalnych zdjęć „Dom kultury na przestrzeni lat” pozwoli sprawdzić, jak nasza instytucja zmieniała się i rozwijała z biegiem czasu. Tego dnia odsłonimy również, dostosowaną do osób niewidomych, rzeźbę będącą namacalnym efektem realizacji projektu „Zmysły Sztuki”. Dla uczestników wydarzenia przygotowaliśmy płyty ze świątecznymi piosenkami w wykonaniu podopiecznych pani Malwiny, instruktorki śpiewu z naszego domu kultury, oraz „drzewka szczęścia”.

Zachęcamy do zapoznania się z ofertą zajęć stałych Domu Kultury „Rembertów” oraz śledzenia naszej strony internetowej i mediów społecznościowych.

Weronika Świdarska
Dom Kultury „Rembertów”

Dom Kultury „Rembertów”

Od 51 lat uczymy mieszkańców Rembertowa marzyć i tworzyć, poznawać siebie i rozumieć świat.
U nas możesz upiec chleb, zbudować samolot, wyhodować rzodkiewkę czy zmontować swój film.

Czas zacząć realizować swoje pasje!

Dzieci, młodzież, dorośli, seniorzy. Każdy znajdzie coś dla siebie.

Zajęcia sezon 2021/2022

DZIECI | MŁODZIEŻ

- Balet dla dzieci
- Taniec nowoczesny
- Taniec dla malucha
- Grafika 3D
- Gordonki
- Teatr dla dzieci
- Animacja filmowa
- Modelarstwo
- Plastyka
- Język, kultura i elementy sztuki rosyjskiej

DOROŚLI | SENIORZY

- Teatr „FOYER”
- Taniec dla kobiet
- Taniec towarzyski
- Sekcja brydza sportowego
- Tenis stołowy
- Improwizacja jazzowa
- Klub Rowerowy K.T.K.
- „Kinowa”
- Koło pszczelarskie
- Sekcja robótek ręcznych
- Gimnastyka dla osób 50+

DLA WSZYSTKICH

- Zumba
- Joga
- Wokal
- Ceramika
- Fotografia
- Nauka gry na pianinie i akordeonie
- Nauka gry na gitarze



Dom Kultury „Rembertów”
al. Komandosów 8
tel. 601-474-712
info@dkrembertow.waw.pl
www.dkrembertow.waw.pl

Okiem zielarza-terapeuty:

Jak wspierać zdrowie seniora?

Według szacunków WHO statystyczna długość życia na świecie wzrosła, w społeczeństwie 1/3 obywateli stanowią seniorzy po 65 r.ż. Niewątpliwie mamy lepsze warunki higieniczne i bytowe niż 100 lat temu, także łatwy dostęp do aparatury ratującej i podtrzymującej życie. Jednak choroby przewlekłe, neurodegeneracyjne oraz nowotworowe wpływają znacząco na pogorszenie się jakości życia. Jak zachować dobre zdrowie na długie lata? Jak skutecznie wspomagać zdrowie seniorów?



Energia i vitalność

Aby mieć siły witalne, postaw na kąpiele energetyzujące z ziołami takimi jak **macierzanka piaskowa**, **rozmaryn lekarski** oraz **kwiat kasztanowca zwyczajnego**. Działają rozgrzewająco na organizm, pobudzają krążenie obwodowe oraz działają energetyzująco. 100 g wymieszanych ziół zalać 3 litrami wody i zagotować. Trzymać pod przykryciem przez kwadrans. Następnie przecedzić i dodać do kąpieli. Czas trwania kąpieli to 20 minut. Profilaktycznie zażywać kąpiele 1 x w tyg. W stanach wychłodzenia/wyziębienia i osłabienia organizmu (po wyniszczających chorobach) stosować 3 x w tyg. z dodatkiem **ziela owsa** do uzyskania efektu poprawy.

Być silnym jak dąb

Któż nie chciałby cieszyć się dobrym zdrowiem i samopoczuciem na co dzień?

Magiczne ziołowe trio dla seniora to **nasiona wiesiołka**, z których tłoczony jest **prozdrowotny olej**. **Wiesiołek** działa wzmacniająco, odtruwająco, przeciwmiażdżycowo, przeciw cukrzycowo, przeciwzapalowo, uodporniająco na choroby zakaźne, żółciopędnie, ochraniająco na wątrobę, regulująco na przemianę materii oraz hipotensyjnie.

Olej wiesiołkowy zażywany doustnie w dawce przynajmniej 1,5-3 g dziennie zmniejsza powstawanie zakrzepów; obniża ciśnienie tętnicze krwi, hamuje rozwój miażdżycy oraz zmniejsza ryzyko wystąpienia zawału. Jest pomocny w terapii żylaków, choroby wieńcowej, nadciśnienia, przewlekłych chorób skórnych, szczególnie atopowego zapalenia skóry i wyprysków, łuszczycy, trądzików i innych. Wspomaga regenerację wątroby, serca i nerek. Korzystnie (stabilizująco) wpływa na śródbłinki naczyń krwionośnych. Wzmaga odbudowę włosów i paznokci. Łagodzi objawy i skutki (następstwa) zespołu jelita drażliwego. Podobnie jak olej żywokostowy wpływa regenerująco na tkankę chrzęstną i łączną właściwą, przez co jest polecany w chorobach reumatycznych, po złamaniach i uszkodzeniach więzadeł. Polecany jako środek wyrównujący poziom estrogenów w organizmie oraz przeciwpapalny dla kobiet po menopauzie.

Stosowanie: nasiona lub ziele zmielić na proszek. Zażywać 3-4 razy dz. po 1 łyżeczce. Można rozpuszczać w 1 łyżeczce miodu lub dodawać do sałatek. Olej stosować w ilości 1 łyżka stołowa dziennie.

Piękny umysł i promienista cera

Nasiona dzikiej marchwi mają duży walor odżywczy dla organizmu oraz potencjał pielęgnacyjny. Kosmetyki z oleju pozyskiwanego z nasion należą do grupy tzw. produktów przeciwstarzeniowych – nawilżają skórę, zapobiegają rozwojowi zmarszczek, a nawet je redukują. Dodatek olejku z geranium wspomaga ten efekt. Olej marchewkowy z nasion bogaty jest w beta karoten, witaminę E oraz A i posiada naturalny wysoki faktor przeciwsłoneczny. Ewidentnie rozjaśnia umysł, poprawia skupienie i świadomość.

A może azjatyckie zioła w służbie zdrowia?

Wąkrota azjatycka okazała się interesującym surowcem do leczenia nadciśnieniowej mikroangiopatii żyłnej, chronicznego stanu nadciśnienia żylnego, powodującego zaburzenia mikrokrążenia. Przeciwdziała oraz niweluje niewydolność żylną, która prowadzi do przekrwienia, obrzęków i upośledzenia odżywiania tkanek, czego skutkiem mogą być owrzodzenia. Wąkrotka zażywana doustnie działa adaptogennie. Poprawia samopoczucie, zmniejsza objawy stresu i obniża wrażliwość na stres. Dobre preparaty z wąkrotki mogą wspomagać procesy uczenia się, skupienia uwagi oraz ułatwiać koncentrację.

Zapamiętaj!

Okres choroby i rekonwalescencji w starszym wieku wydłuża się. Odporność zaś organizmu znacznie się obniża. Oprócz ruchu i diety istotną rolę w zapobieganiu chorobom wynikającym z wieku odgrywają leki roślinne. Wiele leków roślinnych to skuteczne leki na krążenie, nadciśnienie, bezsenność oraz przemianę materii. Tymczasem organizm seniora reaguje na leki zupełnie inaczej niż organizm osoby w wieku reprodukcyjnym. Z wiekiem zwiększa się wrażliwość na leki, zatem dawki (zazwyczaj mniejsze) muszą być dobrane indywidualnie dla pacjenta. Stosowanie fitoterapeutyków zmniejsza konieczność stosowania leków syntetycznych i/lub umożliwia obniżenie ich dawek. Zioła wykazują wszechstronne działanie, a zawarte w nich aktywne składniki wykazują efekt leczniczy już przy małych stężeniach.

Zapraszam do składania zamówień na kolekcjonerskie produkty ziołowe dedykowane dla seniorów na różne dolegliwości oraz po porady ziołowe pod nr. tel. **505 724 094**.

Z zielarskimi pozdrowieniami

Doktor Z - Karolina Julia

Najbliższe wydarzenia w Twojej okolicy:

W ramach programu Inicjatywy Lokalne zapraszam do udziału w projekcie „Kulturalne Shinrin Yoku z aromaterapią” w trzy kolejne niedziele (14, 21 i 28 listopada br.) – „kąpiele leśne” w dzielnicy Stara Miłosna (wejście do lasu od ul. Rumiankowej za domem parafialnym). Start godz. 11:00. Czas trwania: do 2 godzin. Wstęp wolny! Prosimy zabrać ze sobą aparaty fotograficzne do wykonania zdjęć – z najbliższych z nich utworzymy wystawę/kalendarz podczas happeningu w 2022 r. Obowiązują zapisy pod nr. tel. **505 724 094**.



Artystyczny listopad w Domu Kultury „Wygoda”

Listopad to nie tylko poranne przymrozki, krótkie dni i nieco senna, jesienna aura. To przede wszystkim miesiąc wspomnień o Najbliższych, Ukochanych, których już z nami nie ma, ale to także miesiąc radości i dumy z odzyskanej przed ponad 100 laty niepodległości! I właśnie tą dumę i radość po wielokroć przeżywamy w listopadzie w Domu Kultury „Wygoda”. Świątowałośmy na dwa sposoby: muzycznie i teatralnie.

5 listopada zaprosiliśmy Was na koncert „Upragniona wolność”, podczas którego śpiewaliście razem z wykonawcami pieśni legionowe i patriotyczne. Nie zabrakło niepodległościowej poezji, a całość opatrzona była pięknym komentarzem konferansjera.

Wspólne świętowanie jest ważnym spoiwem naszej kultury, pieśni towarzyszyły walce o przetrwanie i wzmacniały tożsamość narodową, dawały nadzieję i po dziś dzień są świadectwem odwagi, siły i niezłomności naszych przodków. Koncert wykonał zespół w składzie: Anna Maria Adamiak – śpiew, Robert Kulas – akompaniament, Paweł Świętorecki – konferansjer.

Na swój własny, ale jakże inspirujący i ciekawy sposób Święto Niepodległości obchodzili nasze pomysłów dzieciaki z grupy teatralnej prowadzonej przez Bartosza Pietrzyka. Jeśli chcecie posłuchać, co mają do powiedzenia na temat patriotyzmu i co on ma wspólnego z... pingwinami, to koniecznie obejrzyjcie audycję listopadową „Ojczyzna Młodych”. Audycja jest zamieszczona na naszym profilu FB oraz kanale YouTube.

19 listopada odbył się koncert „Niech żyje bał” inspirowany życiem i twórczością Agnieszki Osieckiej. Zespół w składzie: Kaja Mianowana – wokal, Arad Emamgholi – daf, tombak oraz Piotr Kopietz – akordeon w swoim wyjątkowym projekcie sięgnął do niezwyklej twórczości Osieckiej, czerpiąc z niej to, co najlepsze, i dzieląc się swoją wrażliwością, odczytując ją na nowo! Dzięki wykorzystaniu wśród dźwięków koncertowego akordeonu, aksamitnego brzmienia wokalu i orientalnych instrumentów perkusyjnych oraz autorskich aranżacji artyści zespołu nadali znanym i lubianym utworom z tekstami Agnieszki Osieckiej nietuzinkowy styl, świeżą jakość oraz nową, orientalną duszę.

21 listopada na scenie widowiskowej Domu Kultury „Wygoda” miało miejsce niezwykle widowisko teatralne. Aktorzy, chociaż nie wypo-

wiedzieli podczas spektaklu ani jednego słowa, w niezwykle poruszający sposób opowiedzieli o tęsknocie, pożegnaniu, wielkiej miłości i pamięci historycznej...

„Ananke” - bezsłowny dramat oczekiwania inspirowany utworem Stanisława Wyspiańskiego „Warszawianka”. Oparty na teatrze ruchu i formy korzystającym z pantomimy, magnetycznego tańca butoh, plastyki ciała i muzyki.

Spektakl powstał dzięki współpracy Marka Kowalskiego z Teatru Akt, Anny Ługowskiej ze Sztuki Ciała i kompozytora Roberta Jędrzejewskiego.

W tym wyjątkowym spektaklu ciała i duszy – cisza wybrzmiała głośniejsz niż dialog.

Serdecznie dziękujemy za Wasze uczestnictwo i wspólne niepodległościowe świętowanie.

W dalszym ciągu możecie cieszyć oczy wystawą obrazów „Pejzaż Polski” Jarosława Filipka, która gości u nas do końca roku.

Dla entuzjastów tańca mamy super propozycję – **Break Dance** dla dzieci powyżej 8 r.ż. i młodzieży! Właśnie ruszył nabór do grupy, więc dzwońcie i zapisujcie się szybko! Zajęcia prowadzić będą doświadczeni instruktorzy ze szkoły tańca „Magicology”.

Powiększamy również ofertę dla seniorów i zapraszamy na deski teatru! **Teatr Wygodny – Teatr Seniora**. Nasz instruktor – aktor i reżyser Bartosz Pietrzyk popracuje z Wami nad oddechem, poćwiczycie pamięć i koordynację, ale przede wszystkim – będziecie częścią niezwykłego świata teatru! Obowiązują zapisy.

Dotarli do nas również nieoficjalne póki co informacje, jakoby wybierał się do nas sam Święty Mikołaj! Czekamy na więcej szczegółów tej wizyty – i na wszelki wypadek jesteśmy bardzo grzeczni. Jak tylko się czegoś dowiemy – natychmiast damy Wam znać!

Wszystkie nowinki, planowane wydarzenia, koncerty i atrakcje znajdziecie na naszym profilu FB oraz stronie www.dkwygoda.waw.pl w zakładce „Wydarzenia Kulturalne”.

Zapraszamy również do kontaktu telefonicznego: **22/812 06 33** i odwiedzania nas na Koniecpolskiej 14.

Do zobaczenia!

Beata Boćkowska-Cioc
Dom Kultury „Wygoda”



DOM KULTURY WYGODA

Teatr Wygodny

TEATR SENIORA

Zapisy:
22/812 06 33
dkwygoda.waw.pl

Zajęcia Teatralne

- PRACA Z ODECHEM
- ĆWICZENIE PAMIĘCI
- RELAKSACJA
- PRACA Z EMOCJAMI
- WARSZTAT POEZJI
- SPEKTAKL TEATRALNY

MOŻLIWOŚĆ UDZIAŁU W KONKURSACH I PRZEGŁADACH

INSTRUKTOR:
BARTOSZ PIETRZYK
TEL. 816-858-977

CZARNY PIĄTEK, CYBERPONIEDZIAŁEK, PROMOCJE ŚWIĄTECZNE

Listopad i grudzień to miesiące, w których pojawiają się najwięcej okazji w sklepach internetowych.

To również okres wzmożonej aktywności cyberprzestępców, którzy wykorzystując socjotechnikę oraz naszą nieuwagę, próbują wzbogacić się naszym kosztem, np.:

1. podszywając się pod osoby nam bliskie, wyłudzić od nas kod blisk,
2. wysyłając fałszywe wiadomości, nakłonić nas do instalacji złośliwego oprogramowania,

3. podstawiając fałszywe i zainfekowane witryny pod te oryginalne,
4. podszywając się pod kurierów.

Dlatego w tym szczególnym czasie radzimy:

- zanim klikniesz – zastanów się – czy oferta nie jest zbyt dobra, by mogła być prawdziwa?,
- zweryfikuj adres – sprawdź adres strony, którą odwiedzasz, zobacz, czy jest to ta sama strona, na którą zawsze się logowałeś, czy nie znajduje się literówka w adresie,

- nie pozwól, by emocje za Ciebie decydowały,
- sklep z fantastycznymi rzeczami może być sklepem fikcyjnym, nie ulegaj super okazjom,
- nie ulegaj presji czasu – lepiej dmuchać na zimne,
- bądź czujny – nie wszystko złoto, co się świeci.

Życzymy udanych zakupów oraz bezpiecznych i Wesołych Świąt.

Justyna Krasowska, Adrian Pupek
Fundacja Cyberetyka



O GROM-IE, STADIONIE NARODOWYM I BEZPIECZEŃSTWIE W BIBLIOTECIE

Andrzej „Wódz” Kruczyński, były operator JW GROM, będzie gościem Biblioteki Publicznej przy ul. Gawędziaży 8 w piątek 26 listopada o godzinie 19. Podczas spotkania opowie m.in. o swoim dzieciństwie, marzeniach, pracy w elitarniej jednostce i Stadionie Narodowym.

Andrzej Kruczyński to uczestnik działań specjalnych i misji zagranicznych, wieloletni szef bezpieczeństwa Stadionu Narodowego, wiceprezes Fundacji Instytut Bezpieczeństwa Społecznego. Jest ekspertem w dziedzinie bezpieczeństwa, terroryzmu, organizacji imprez masowych i działań w sytuacjach kryzysowych. Od kilkunastu lat częściej występuje w roli trenera, wykładowcy, kierownika szkoleń, konsultanta i instruktora. Jest

autorem książek „72 godziny” i „Zielona droga : 1990-2020 : 30 lat doświadczeń byłego operatora JW GROM” oraz współautorem podręczników „Ciekawi świata – Edukacja dla bezpieczeństwa” i „Imprezy masowe. Organizacja, bezpieczeństwo, dobre praktyki”.

Zaproszony gość opowie o: współpracy z brytyjskim SAS-em i amerykańską Deltą, kobietach w elitarnych jednostkach, wizerunku komandosa w mediach, edukacji oraz o tym, gdzie na świecie była... zielona torba.

Spotkanie poprzedzi wystawa plakatów z różnych lat działalności JW GROM. W dniu spotkania będzie również szansa na zakup najnowszej książki autora. Wstęp wolny.

Redakcja



Fot. Archiwum prywatne A. Kruczyńskiego

Okiem behawiorysty: Koci włos, czyli jak nie utonąć w sierści swojego kota

Przysłowiowa „kawa z kłaczkiem” jest przedmiotem czułych anegdot opowiadanych sobie przez miłośników kotów. Podobno smakuje wymślenie.

Koci włos w kawie to jednak najmniejsze zmartwienie opiekunów kotów. Gorzej, gdy sierść znajduje się na wszystkich ubraniach, dywanach, pościeli i meblach. Kotek ocierający się z uczuciem o nasze nogi rano zostawia smugę futra na wyjściowych spodniach. Czarne bluzki i koszulki wychodzą z prania pokryte włoskami, tym trudniejszymi do usunięcia, że już wbitymi w tkaninę.

Decydując się na kota w domu, trzeba się pogodzić z wypadającą sierścią. Można jednak to zjawisko ograniczyć. Trzeba działać kompleksowo. Po pierwsze warto ocenić, czy wypadanie futra utrzymuje się w normie dla zdrowego zwierzęcia. Zależy to od pory roku, rasy, wieku pupila. Kocięta do 6-7 miesięcy życia prawie nie gubią sierści. Większość kotów rasowych i nierasowych zmienia futro z zimowego na letnie i wiosną rozsiewa straszliwe ilości włosów. To są normalne procesy fizjologiczne. Gorzej jednak, gdy kot mocno linieje cały rok, futerko jest matowe albo przetłuszczone. Może być to sygnał rozwijających się chorób i wtedy warto kota porządnie przebadać. Wygląd futra zależy w dużej mierze również od diety, w której powinny być zachowane odpowiednie poziomy kwasów tłuszczowych omega 6 i 3.

W przypadku zdrowego kota najprostszym działaniem ograniczającym wypadanie sierści jest czesanie. Częstotliwość wyczesywania zależy od rasy i rodzaju okrywy włosowej zwierzęcia, ale każdego kota warto czesać. Nawet króciutkie futerka devonów, rexów czy kotów bengalskich warto przejechać specjalną, delikatną rękawicą lub szczoteczką z miękkiego włosia. Pobudzamy w ten sposób krążenie krwi, masujemy skórę, robiąc to umiejętnie sprawiamy kotu przyjemność, relaksujemy i poprawiamy jego ogólny stan. Koty długowłose takie jak persy, ragdolle, maincoony, syberyjczyki trzeba czesać regularnie, by zapobiec powstawaniu kołtunów, które ciągną, boją i mogą powodować odparzenia skóry. Bardzo ważne jest przyzwyczajenie zwierzęcia od malucha do takich zabiegów. Często się o tym zapomina, bo jak wspominałam, z kociaków futro tak nie wypada, gdy są w trakcie budowania swojej docelowej okrywy. Mści się to jednak później, gdy kot duży i silny, jak np. maincoon, broni się przed czesaniem z całą mocą swoich potężnych łap, pazurów i zębów. Ważne są też odpowiednie narzędzia do czesania. Popularne w ostatnim czasie furminatory używane nieumiejętnie niszczą futro, strzępią końcówki włosów i mogą doprowadzić do zmatowienia i zwiększonego wypadania. Bardzo dobre i łatwe w obsłu-



dze są metalowe grzebienie i szczotki z obrotowymi zębami, które docierają do samej nasady włosa i rozczesują także podszerstek. Jednak żadne instrumenty groomerskie nie zastąpią regularności.

Wyczesany kot gubi mniej sierści, ale nie oszukujmy się, nadal ją mamy w domu. W przypadku ubrań bardzo pomocne w usuwaniu kocich włosów są suszarki bębnowe. Z obici mebli tapicerowanych, posłani i drapaków niezwykle łatwo i skutecznie zbiera się sierść gumową rękawiczką. Do codziennego wyposażenia kociarza należą też rolki do czyszczenia ubrań. Niewątpliwie warto mieć również podręczny odkurzacz pionowy. A i tak rano zaglądając do kubka, znajdziemy kawę z kłaczkiem.

Karolina Tołwińska
behawiorystka

W GOTOWOŚCI DLA BEZPIECZEŃSTWA

Ponad 5500 interwencji dla bezpieczeństwa mieszkańców w tym roku. Pogotowie Porządkowe Zarządu Oczyszczania Miasta (ZOM) działa w przypadku nagłych zdarzeń na drogach przez całą dobę przez wszystkie dni w roku.

Rozbite szyby po wypadku, wyciek paliwa, żwir, który wysypał się z ciężarówki - gdy znajdują się na jezdni, stwarzają zagrożenie dla uczestników ruchu. W przypadku takich nagłych zanieczyszczeń do akcji wyrusza Pogotowie Porządkowe ZOM, aby jak najszybciej posprzątać i przywrócić bezpieczeństwo. W tym roku wyjeżdżało już ponad 5500 razy.



foto: ZOM

SPRZĄTANIE PO WYPADKU

Najczęściej ekipy Pogotowia Porządkowego sprzątają po kolizjach i wypadkach. Oczyszczają jezdnie ze szkła i elementów karoserii, zabezpieczają i usuwają plamy z rozlanego paliwa i oleju. Pogotowie Porządkowe pojawia się na miejscu zdarzenia razem z innymi służbami - policją, strażą pożarną i pogotowiem ratunkowym. Dopiero po dokładnym uprzątnięciu miejsca wypadku na ulicy może zostać przywrócony ruch. Od stycznia Pogotowie Porządkowe po wypadkach sprzątało 1600 razy.

NIESPODZIEWANE I NIEBEZPIECZNE

Wyciek oleju i paliwa, rozsypany piasek, beton czy szkło - to kolejne zanieczyszczenia, które nagle mogą pojawić się na jezdni i spowodować niebezpieczne sytuacje. W tym roku ekipy oczyściły 158 000 m² jezdni z plam, które stwarzały ryzyko poślizgu. Pogotowie Porządkowe usuwa także ładunki, które wypadły z samochodów - zdarza się, że są to dość nietypowe rzeczy, jak potłuczone okna, tony skrobi ziemniaczanej, ubrania czy płynna czekolada. Pogotowie Porządkowe ZOM działa dla porządku i czystości również w czasie manifestacji, przemarszów, świąt państwowych czy imprez sportowych.

W GOTOWOŚCI DO DZIAŁANIA

Aby zapewnić bezpieczeństwo, ekipy Pogotowia Porządkowego ZOM są w ciągłej gotowości do działania przez 24 godziny i przez wszystkie dni w roku. Sygnał do wyruszenia do akcji Pogotowie Porządkowe dostaje z Centrum Dowodzenia w Zarządzie Oczyszczania Miasta. To tam trafiają informacje o konieczności interwencji zarówno od kontrolerów ZOM, jak i od innych służb - Policji, Straży Miejskiej, Straży Pożarnej oraz z Centrum Zarządzania Kryzysowego m.st. Warszawy.

Magdalena Niedziałek

OGŁOSZENIA DROBNE

NA NASZYCH ŁAMACH MOŻNA ZAMIEŚCIĆ DWA TYPY OGŁOSZEŃ DROBNYCH

- ogłoszenie tekstowe o objętości do 20 wyrazów - płatne 16 zł (brutto)
- ogłoszenie w ramce 43 x 20 mm - płatne 43,05 zł (brutto)

Zamówienia można dokonać do 20 dnia poprzedniego miesiąca telefonicznie

tel.: 22 810 26 04

lub mailowo

drobne@wiadomosciasiedzkie.pl

Ogłoszenia publikujemy po wcześniejszym opłaceniu (gotówką lub przelewem).

- Pomoc i nauka w obsłudze komputera, internetu i komórki. Zakupy online. Osoby starsze - promocja! Prowadzenie lekcji w odzieży ochronnej (coronavirus). Student tel. 533-404-404

- Zdecydowanie kupimy różnego rodzaju antyki i starocie od A do Z. Płacimy gotówką. Tel. 601 460 186

**PODCINANIE,
WYCINANIE DRZEW
NAPRAWA RYNIEN,
MONTAŻ ANTYPTAKÓW
tel. 606-808-358**

**MALOWANIE,
REMONTY
profesjonalnie i terminowo**

Tel. 503 444 301

**PRACE WYSOKOŚCIOWE
MONTAŻ ANTYPTAKÓW
MYCIE DACHÓW
504 301 405**

**CIĘCIE DRZEW
ŻYWOPLÓTÓW
RĘBAK • WYWÓZ
504 301 405**

**REMONTY,
WYKOŃCZENIA,
REMONTY ŁAZIENEK.**

798 195 471

**OGRODY A-Z
SYSTEMY NAWADNIAJĄCE
PRACE ZIEMNE
504 301 405**

**USŁUGI OGRODOWE
Prace porządkowe
WYCINANIE DRZEW
Podcinanie gałęzi
TRANSPORT Tel. 513 148 238**

 **REMBERTÓW
wiadomości sąsiedzkie**

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.

Wiadomości Sąsiedzkie Rembertów - gazeta mieszkańców dzielnicy Rembertów i okolic

Zespół redakcyjny: Marcin Jędrzejewski (redaktor naczelny), Olga Łęcka - Olesińska (sekretarz redakcji), Michał Pawlak.

Redakcja: tel.: 607-288-793 (kontakt w godz. 15.00-18.00), e-mail: redakcja.rembertow@wiadomosciasiedzkie.pl.

Reklama: Bożena Doleżał - tel. 607-306-979, e-mail: reklama@wiadomosciasiedzkie.pl.

Adres do korespondencji: 03-938 Warszawa, ul. Zwycięzców 20, lok. 2.

Wydawca: J-PROPERTY. ISSN 2353-1851. Nakład: 6000 egz. Gazeta bezpłatna!

 **RZETELNA Firma**

Czytaj „Wiadomości Sąsiedzkie” w Internecie: www.wiadomosciasiedzkie.pl

Ponad 400 produktów do -62%!



Promocja dostępna u dystrybutorów Stalgast oraz na stalgastr.com
stalgastr.com | 801 40 50 63

ts **TEKNOSYSTEM**
Spółka z o.o.

POSZUKUJEMY

**PRACOWNIKÓW DO MONTAŻU WIĄZEK KABLOWYCH
ORAZ OPERATORÓW MASZYN NUMERYCZNYCH**

Mile widziane zdolności manualne, odpowiedzialność
i zaangażowanie. Doświadczenie nie jest wymagane.

CV prosimy przysyłać na adres
praca@teknostr.com.pl, tel. 603 919 108

WYWÓZ SZAMBA

TANIO - CZYSTO - SOLIDNIE

22 812 43 86
501 732 690

Pomóżmy Mariance z Wawra

W Warszawie w dzielnicy Wawer w mieszka mała, 3-letnia Marianka, która choruje na SMA – RDZENIOWY ZANIK MIĘŚNI. **Abym żyć, potrzebuje 9 milionów złotych na tzw. najdroższy lek świata.** Marianka była okazyem zdrowia. Jednak z czasem była coraz mniej aktywna... Dokonano diagnozy. To rdzeniowy zanik mięśni – choroba wyniszczająca i podstępna, zabierająca wszystko – od możliwości ruchów, aż po samodzielne oddychanie...

Na Ukrainie, skąd pochodzi, nie ma dla niej ratunku, tam tak chore dzieci skazane są na powolną śmierć – dziecko powoli przestaje się ruszać, by z czasem nie móc już jeść, a potem oddychać. Rodzice Marianki, by ratować córkę, w jednej chwili podjęli decyzję o przyjeździe do Polski, do Warszawy (dostali kartę pobytu), zostawiając na Ukrainie dom, rodzinę i przyjaciół.

SPRAWA JEST POWAŻNA...

W Polsce terapia genowa podawana jest dziecku, które nie waży więcej niż 13,5 kg. Marianka waży już 13,3 kg... jest na granicy... Jednak jest szansa w Barcelonie, gdzie podają lek do 21 kg! Przeszkodą są pieniądze – ogromna kwota, potrzeba aż ponad **9 milionów złotych**. Dlatego **PROSIMY WAS O POMOC w nagłośnieniu ZBIÓRKI**. W publicznej zbiórce muszą się zaangażować tysiące, a nawet miliony osób, musi się włączyć absolutnie cała Polska, na co bardzo liczymy i tutaj pytanie do Was...

Marianka ma oficjalnie otwartą zbiórkę w Fundacji SIEPOMAGA.

Link do zbiórki:

<https://www.siepomaga.pl/marianna-sma>

Grupa licytacyjna na Facebooku: <https://www.facebook.com/groups/651235815546899/?ref=share>

Każde działanie, wsparcie jest dla nas na wagę złota.

Donata Koc-Radziszewska