



REMBERTÓW

wiadomości sąsiedzkie

GAZETA MIESZKAŃCÓW DZIELNICY REMBERTÓW I OKOLIC



SOLIDARNI
Z UKRAINA

Nr **87**

Listopad 2023
-Styczeń 2024

GAZETA BEZPŁATNA
ISSN 2353-1851

*W ten świąteczny czas życzymy nie tylko pięknych chwil spędzonych w gronie bliskich,
lecz także czasu na refleksję i zasłużony odpoczynek z dobrą książką.*

*Niech Nowy Rok przyniesie wiele sukcesów zawodowych,
satysfakcji z osiągniętych celów, a przede wszystkim radości z każdego dnia.*

Redakcja Wiadomości Sąsiedzkich

DZIELNICA
REMBERTÓW

Wśród Nocnej Ciszy

KONCERT ŚWIĄTECZNY
19 grudnia 2023, godz. 19:00

Natalia Kukulska
Sławek Uniatowski
Milena Lange

Warsaw Impression Orchestra
Tomasz Labuń dyrygent
Laura Łącz konferansjer / recytacje

Klub Akademii Sztuki Wojennej
bud. 56

Bilety bezpłatne dostępne
w Wydziale Obsługi Mieszkańców Urzędu
Dzielnicy Rembertów m.st. Warszawy
od 11.12.2023 r. od godz. 16:00



WŚRÓD NOCNEJ CISZY – koncert świąteczny

19 grudnia 2023 o godzinie 19:00 na scenie Klubu Akademii Sztuki Wojennej wystąpią: Natalia Kukulska, Milena Lange, Sławek Uniatowski oraz Warsaw Impression Orchestra pod batutą Tomasza Labunia. Wydarzenie poprowadzi Laura Łącz.

Zapraszamy na koncert wprowadzający w tajemniczy, ciepły nastrój zbliżających się Świąt Bożego Narodzenia. Program koncertu to polskie i zagraniczne kolędy, pastorałki oraz piosenki świąteczne, przeplatane poezją Konstantego Ildefonsa Gałczyńskiego.

Bilety

Bezpłatne bilety dostępne od poniedziałku 11 grudnia 2023 od godziny 16:00 w Wydziale Obsługi Mieszkańców Urzędu Dzielnicy Rembertów m.st. Warszawy. Jedna osoba może otrzymać maksymalnie dwa bilety.

Organizatorzy

Organizatorami koncertu są: Dzielnica Rembertów m.st. Warszawy oraz Akademia Sztuki Wojennej.

Urząd Dzielnicy Rembertów

Świeć przykładem – zdejmij odbłask z choinki

Już 4 grudnia po raz dziewiąty ruszy profilaktyczno-edukacyjna akcja „Świeć blaskiem z odbłaskiem”. W ramach wspólnej inicjatywy Straży Miejskiej m.st. Warszawy i Regionalnej Dyrekcji Lasów Państwowych w Warszawie, w 35 punktach stolicy pojawią się świąteczne choinki udekorowane kolorowymi odbłaskami.

Pierwsze drzewko stanie przed główną siedzibą Straży Miejskiej m.st. Warszawy przy ul. Młynarskiej 43/45. Różnokolorowe odbłaski zawieszają uczniowie z klas czwartych Zespołu Państwowych Ogólnokształcących Szkół Muzycznych im. Grażyny Bacewicz. Najmłodsi, którzy będą brali udział w inauguracji, będą mogli również dowiedzieć się w czasie przygotowanej przez strażników miejskich krótkiej prelekcji, jaką rolę spełniają te świecące elementy, kiedy są umieszczone w odpowiednim miejscu. Zawieszony w widocznym miejscu odbłask może uratować nam życie. Akcja profilaktyczno-edukacyjna ma zachęcić do używania odbłasków. Podczas tegorocznej akcji rozdamy ponad 20 000 tych odbijających światło elementów. Każdy będzie mógł zdjąć odbłask zawieszony na świątecznym drzewku i zabrać go dla siebie i swoich najbliższych.

„Apeluję do kierowców o zwrócenie szczególnej uwagi na pieszych, zwłaszcza w okresie jesienno-zimowym, kiedy widoczność jest dużo słabsza. Pamiętajmy, że piesi są najmniej chronionymi uczestnikami ruchu drogowego, a zasadę szczególnej ostrożności można też nazwać zasadą wzajemnego szacunku” – podkreśla Magdalena Ejsmont, komendant Straży Miejskiej m.st. Warszawy.

Świąteczne drzewka, podobnie jak w latach ubiegłych, już dostarczyła Regionalna Dyrekcja Lasów Państwowych w Warszawie. Choinki przystrojone w kolorowe odbłaski pojawiają się także przed siedzibami urzędów dzielnic m.st. Warszawy, MPWiK, Automobilklubu Polski, MZA, ZTM, Fundacji Jednym Śladem, Poland Bike, Regionalnego Centrum Krwiodawstwa i Krwiolecznictwa czy Teatru Kamienica. To właśnie te instytucje będą na bieżąco uzupełniać na świątecznych drzewkach niecodzienne ozdoby.

Prawidłowo umieszczony odbłask może zapobiec groźnemu wypadkowi. Szczególnie w szare i pochmurne dni możemy nie być widoczni dla innych użytkowników drogi. Odbijający światło element może uratować życie, gdyż zwiększa widoczność pieszego na drodze do co najmniej 150 metrów.

Zapraszamy wszystkich do wzięcia udziału w tej akcji trwającej od 4 do 8 grudnia. Patronat medialny nad wydarzeniem objęło Radio Plus.

Lista miejsc, w których znajdą się świąteczne drzewka z kolorowymi odbłaskami:

- Dzielnicą Bemowo: Choinka z odbłaskami znajdzie się na parterze, przy kancelarii głównej urzędu, w Wydziale Obsługi Mieszkańców Urzędu Dzielnicy Bemowo, przy ul. Powstańców Śląskich 70.
- Dzielnicą Ochota: Choinka znajdzie się przed Urzędem Dzielnicy Ochota, przy ul. Grójeckiej 17a.
- Dzielnicą Śródmieście: Choinka znajdzie się na skwerze Urzędu Dzielnicy Śródmieście, przy ulicy Nowogrodzkiej 43.
- Dzielnicą Żoliborz: Choinka będzie ustawiona przed wejściem do Urzędu Dzielnicy, przy ul. Słowackiego 6/8.
- Dzielnicą Bielany: Choinka ustawiona będzie przed wejściem do Urzędu Dzielnicy, przy ul. Żeromskiego 29.
- Dzielnicą Ursynów: Choinka znajdzie się na parterze budynku, przy głównym wejściu od al. KEN 61.
- Dzielnicą Białołęka: Choinka znajdzie się przy głównym wejściu do budynku Urzędu Dzielnicy Białołęka, przy ul. Modlińskiej 197.
- Dzielnicą Wilanów: Choinka znajdzie się przed Urzędem Dzielnicy Wilanów, ul. Klimczaka 2.
- Dzielnicą Praga-Północ: Choinka znajdzie się przy wejściu do Urzędu Dzielnicy Praga-Północ, przy ul. Księdza Ignacego Kłopotowskiego 15.
- Dzielnicą Praga-Południe: Choinka znajdzie się w budynku Terminalu Kultury Gocław, przy ul. Jana Nowaka-Jeziorańskiego 24.
- Dzielnicą Wawer: Choinka znajdzie się w Wydziale Obsługi Mieszkańców przy ul. Żegańskiej 1.
- Dzielnicą Wola: Choinka znajdzie się na dziedzińcu Urzędu Dzielnicy Wola, przy al. Solidarności 90.
- Dzielnicą Mokotów: Choinka znajdzie się przed wejściem głównym do Urzędu Dzielnicy Mokotów, przy ul. Rakowieckiej 25/27.
- Dzielnicą Rembertów: Choinka znajdzie się przy wejściu głównym do Urzędu Dzielnicy Rembertów, al. gen. A. Chruściela „Montera” 28.
- Dzielnicą Włochy: Choinka znajdzie się na parterze budynku Urzędu Dzielnicy, przy ul. Krakowskiej 257, w holu przy wejściu głównym.



- Dzielnicą Ursus: Choinka znajdzie się przy głównym wejściu do Urzędu Dzielnicy, plac Czerwca 1976 Roku 1.
 - Dzielnicą Wesoła: Choinka znajdzie się przed Urzędem Dzielnicy Wesoła, ul. 1. Praskiego Pułku 33.
 - Straż Miejska m.st. Warszawy: Przed siedzibą główną Straży Miejskiej m.st. Warszawy, przy ul. Młynarskiej 43/45.
 - Miejskie Zakłady Autobusowe Sp. z o.o. Choinki będą ustawiane przy:
 - ul. Włociańska 52 – siedziba MZA
 - ul. Ostrobramska 38 – Oddział Przewozów „Ostrobramska”
 - ul. Stalowa 77 – Oddział Przewozów „Stalowa”
 - ul. Kleszczowa 28 – Oddział Przewozów „Kleszczowa”
 - ul. Woronicza 29 – Oddział Przewozów „Woronicza”
 - Teatr Kamienica: aleja Solidarności 93.
 - Regionalne Centrum Krwiodawstwa i Krwiolecznictwa w Warszawie, ul. Saska 63/75.
 - Terenowy Oddział III w Warszawie ul. Nowogrodzka 59 (przy Szpitalu ul. Lindleya)
 - Terenowy Oddział II w Warszawie ul. Dzieci Polskich 20 (w Centrum Zdrowia Dziecka)
 - Automobilklub Polski: ul. Powstańców Śląskich 127.
 - Poland Bike: Choinka znajdzie się przed sklepem rowerowym przy ul. L. Rydygiera 8.
 - MPWiK: Jedna z choinek znajdzie się na pl. Starynkiewicza 5 przy wejściu głównym do budynku Miejskiego Przedsiębiorstwa Wodociągów i Kanalizacji, druga natomiast znajdzie się przy ul. Zaruskiego 4 w Biurze Obsługi Klienta.
 - ZTM: Choinka znajdzie się przy węźle komunikacyjnym „Młociny” – przy wejściu na stację Metra.
 - Fundacja Jednym Śladem
 - Zespół Oświatowy w Stoczku Węgrowskim, przy ul. Armii Krajowej 1.
 - ZGN: Choinka znajdzie się przed siedzibą Zakładu Gospodarowania Nieruchomościami w Dzielnicy Wola m.st. Warszawy przy ul. Bema 70.
- Mapę z lokalizacjami choinek udekorowanych odbłaskami będzie można także znaleźć pod adresem strony: czynaczas.pl

Referat Prasowy Straży Miejskiej m.st. Warszawy

10 grudnia 2023 – czyli kolejny Roczny Rozkład jazdy

Mamy obecnie czasową przerwę w ruchu pociągów, ale już od niedzieli, tj. od 10 grudnia br. wchodzi w życie nowy RRJ - Roczny Rozkład Jazdy Pociągów 2023/24, którego 1. korekta będzie trwać do 9 marca przyszłego roku.

Ogólne informacje podawałem wcześniej: ma wrócić ruch przez Warszawę Olszynkę Grochowską, a jednocześnie nadal jeszcze będziemy zmagać się z trwającymi pracami na Warszawie Zachodniej. Chciałem jednak rozwinąć ten temat. Zająłem na Portal Pasażera i mam dobre informacje! Tym razem nasza linia dostaje kursowanie pociągów W WIĘKSZOŚCI przez Warszawę Śródmieście! Część pociągów nadal będzie jeździć przez Centralną, część pociągów nadal będzie jeszcze kończyć bieg na Wschodniej.

Z Otwocka do Warszawy Wschodniej (kończy bieg):

12:48 - 13:23 (SKM), z Otwocka,
13:49 - 14:24 (SKM), z Otwocka,
13:57 - 14:32 (KM), z Otwocka,
14:48 - 15:22 (SKM), z Otwocka,
14:58 - 15:33 (KM), z Otwocka,
15:49 - 16:24 (SKM), z Otwocka,
15:58 - 16:32 (KM), z Celestynowa,
16:49 - 17:24 (SKM), z Otwocka,
17:35 - 18:10 (KM), z Celestynowa,
17:48 - 18:23 (SKM), z Otwocka,
17:58 - 18:31 (KM), z Pilawy.

Z Otwocka do Warszawy śródmieścia (i dalej w kierunku zachodnim):

4:29 - 5:13 (SKM), z Otwocka do Pruszkowa,
4:42 - 5:25 (KM), z Dęblina do Żyrardowa,
5:16 - 6:01 (KM), z Dęblina do Błonia,
5:29 - 6:13 (SKM), z Otwocka do Pruszkowa,
6:18 - 7:01 (KM), z Sobolewa do Błonia,
6:27 - 7:13 (SKM), z Otwocka do Pruszkowa,
7:19 - 8:01 (KM), z Dęblina do Błonia,
7:26 - 8:13 (SKM), z Otwocka do Pruszkowa,
8:19 - 9:01 (KM), z Dęblina do Sochaczewa,

8:28 - 9:13 (SKM), z Otwocka do Pruszkowa,
9:19 - 10:01 (KM), z Pilawy do Błonia,
9:28 - 10:13 (SKM), z Otwocka do Pruszkowa,
10:18 - 11:01 (KM), z Dęblina do Błonia,
10:29 - 11:13 (SKM), z Otwocka do Pruszkowa,
11:19 - 12:01 (KM), z Pilawy do Błonia,
11:29 - 12:13 (SKM), z Otwocka do Pruszkowa,
12:19 - 13:01 (KM), z Dęblina do Błonia.

Z Warszawy Śródmieścia do Otwocka (z kierunku zachodniego):

15:34 - 16:19 (KM), z Błonia do Dęblina,
15:58 - 16:41 (SKM), z Pruszkowa do Otwocka
16:46 - 17:29 (KM), z Warszawy Zachodniej do Dęblina,
16:58 - 17:40 (SKM), z Pruszkowa do Otwocka,
17:46 - 18:27 (KM), z Błonia do Dęblina,
17:58 - 18:42 (SKM), z Pruszkowa do Otwocka,
18:46 - 19:27 (KM), z Błonia do Dęblina,
18:58 - 19:41 (SKM), z Pruszkowa do Otwocka,
19:46 - 20:31 (KM), z Błonia do Dęblina.

Z Otwocka do Warszawy Centralnej (i dalej w kierunku zachodnim):

6:01 - 6:45 (KM), z Dęblina do Żyrardowa,
11:02 - 11:44 (KM), z Otwocka do Łowicza Gł.,
12:06 - 12:55 (KM), PRZYŚPIESZONY, z Otwocka do Łowicza Gł.,
bez zatrzymania na odcinku Warszawa Zachodnia - Ożarów Maz.,
12:59 - 13:43 (KM), z Otwocka do Sochaczewa.

Z Warszawy Centralnej do Otwocka (z kierunku zachodniego)

17:11 - 17:51 (KM), z Błonia do Pilawy,
23:33 - 0:16 (KM) z Warszawy Centralnej do Pilawy.

Poza tym mamy następujące pociągi PKP IC, zatrzymujące się w Otwocku, jadące p. Warszawę Centralną:

IC „Górski” z Hrubieszowa do Świnoujścia, w Otwocku 8:44, na Centralnej 9:25
IC „Kujawiak” z Chełma do Bydgoszczy Gł., w Otwocku 15:44, na Centralnej 16:16,
IC „Bystrzyca” z Warszawy Zachodniej do Lublina, na Warszawie Centralnej 16:45, w Lublinie 17:15

Podane wyżej informacje odnośnie pociągów KM i SKM Warszawa przez Śródmieście są JEDYNIEM FRAGMENTEM rozkładu jazdy. Nie ma sensu podawać całego na całą dobę, bo każdy z Państwa może samodzielnie sprawdzić go ze swojej stacji i przystanku, na Portalu Pasażera PKP PLK (tutaj link: <https://portalpasazera.pl/>).

W przypadku pociągów PKP IC podałem tutaj pociągi jadące przez Otwock, reszta pociągów jedzie p. Mińsk Maz. i Stojadła do Pilawy i dalej do Lublina.

Prawdopodobnie nadal będzie obowiązywać wzajemne honorowanie biletów w związku z modernizacją Warszawy Zachodniej.

Jeśli chodzi o pociągi PKP IC, to chciałbym dodać, że:

Od nowego Roczego Rozkładu Jazdy większość pociągów PKP IC w kierunku Lublina wróci na swoją podstawową trasę, czyli na średnicę dalekobieżną (Warszawa Zachodnia – Warszawa Centralna – Warszawa Wschodnia); dotychczas niektóre pociągi jeździły p. Warszawę Centralną, inne przez Warszawę Gdańską.

Jak pewnie Państwo zauważyli, w nazwie pociągów próżno szukać znanego wszystkim skrótu „TLK”. Wynika to z decyzji przewoźnika, tj. PKP IC, żeby stopniowo wygaszać kategorię TLK i zastępować ją kategorią IC. Pociągi kategorii IC to takie same pociągi jak dawne TLK, czyli „pośpieszne”, ale zwiększa się standard, tj. do obsługi wyznaczane są lepsze składki wagonowe lub elektryczne zespoły trakcyjne.

Czas przejazdu większości pociągów z Warszawy Zachodniej do Lublina będzie wynosić średnio ok. 2-2,5 h. – wyjątek stanowi pociąg IC „Bystrzyca”, który dystans między stolicami województw mazowieckiego i lubelskiego pokona w czasie 1 h 59 min. Dla relacji z/do Otwocka czas przejazdu wyniesie nieco ponad 1 h.

Czasy przejazdu, o których wspominałem wyżej, wynikają z tego, że obecnie Warszawski Węzeł Kolejowy to nadal plac budowy.

Kamil Oroń



Podsumowanie 2023 roku w Domu Kultury „Rembertów”

Rok 2023 w Domu Kultury „Rembertów” okazał się pełen inspirujących pomysłów, udanych inicjatyw i przede wszystkim – licznych spotkań z Wami. Pragniemy serdecznie podziękować wszystkim, którzy wspólnie z nami spędzili czas, tworząc niezapomniane chwile!

Nie sposób wymienić wszystkich wydarzeń, które miały miejsce w mijającym roku, ponieważ każdy tydzień w Domu Kultury „Rembertów” był pełen ciekawych zajęć i wydarzeń. Naszym największym osiągnięciem było zorganizowanie ART Festiwalu Rembertów. Na naszej letniej scenie oraz w partnerujących instytucjach pojawiły się takie gwiazdy jak Julia Pietrucha, Janek Traczyk czy Hanna Śleszyńska. Ten czas dostarczył nam nie tylko artystycznych przeżyć, ale również mnóstwa słonecznych wspomnień, które mamy nadzieję, że również z Wami pozostaną na długo.

Ponadto, zawsze z troską o nasze środowisko, pod koniec roku przystąpiliśmy do pilotażowego projektu we współpracy ze Staromiejским Domem Kultury oraz Biurem Ochrony Powietrza i Polityki Klimatycznej Urzędu m.st. Warszawy, realizowanego w ramach Funduszu Edukacji Ekologicznej. Wierzymy, że nasze lokalne działania mają wpływ na większy ekologiczny wymiar naszej dzielnicy.

Dbamy również o lokalność, co widoczne było w projekcie „Spotkajmy się w tańcu – folklor warszawski”. To wielowymiarowe przedsięwzięcie obejmowało naukę tańców, które kiedyś królowały w stolicy, oraz różnorodne warsztaty, realizowane dzięki Funduszowi Edukacji Kulturalnej.

Cykl spotkań „Wieczór z Artystą” zakończył się w tym roku, przynosząc rozmowy z takimi osobowościami jak Radosław Pazura, Kacper Kuszewski, Maria Pakulnis, Ewa Szykulska i Marta Lipińska. Kto będzie gościł nas w przyszłym roku? Czas pokaże...

Tradycyjnie, listopad w Domu Kultury „Rembertów” to czas językowych zmagani podczas Rembertowskiego Dyktanda z udziałem specjalnych gości: prof. Jerzego Bralczyka oraz dr Grażyny Majkowskiej. Gratulacje dla laureatów, a zwłaszcza dla Zofii Józefowicz-Paszewskiej, Mistrza Ortografii z zeszłego roku, która powtórzyła swój sukces!

Rembertowska Choinka Muzyczna wprowadziła nas w przedświąteczny nastrój dzięki sekcji wokalne pod kierunkiem Antoniny Kiepuszewskiej. Nie zabrakło zespołu instrumentalnego, gorących owacji oraz poczęstunku. Spotkanie zakończyło się wspólnym zapaleniem świec na dzielnicowej choince.

Rok 2023 to także czas udanych współprac z urzędem, instytucjami i przede wszystkim z mieszkańcami. Włączamy się zawsze chętnie w wydarzenia organizowane przez Dzielnicę Rembertów, jak choćby ostatnia Rembertowska Choinka, podczas której razem z uczestnikami tworzyliśmy najdłuższy łańcuch choinkowy!

Szczególne miejsce w naszym sercu zajmują oddolne inicjatywy, takie jak Koło Gospodyń Miejskich czy wystawa „Z Rembertowa do gwiazd” Grzegorza Radomskiego. To dla nas ogromna radość pomagać w realizacji Waszych pomysłów i widzieć, jak lokalna społeczność aktywnie uczestniczy w życiu kulturalnym dzielnicy.

Kończymy ten rok z nieukrywaną satysfakcją ze wszystkiego, co udało się osiągnąć. Kierujemy serdeczne podziękowania do wszystkich, którzy byli z nami blisko. Życzymy Wam wspaniałych Świąt i owocnego Nowego Roku, pełnego nowych inspiracji i sukcesów, razem z Domem Kultury „Rembertów”.

Malwina Borkowicz



Wieczór z Artystą - Martą Lipińską (fot. Agnieszka Obarska)



Rembertowskie Dyktando (fot. Marcin Sochacki)



Spacer ornitologiczny (fot. Marcin Sochacki)

Koncert zaduszkowy

Na początku listopada w sali widowiskowej Biblioteki w Rembertowie zagościły niezwykle interpretacje muzyczne podczas koncertu „Zaduszki na jazzowo”. To niezwykle wydarzenie zgromadziło miłośników jazzu i nie tylko, przenosząc ich w świat nostalgii i doskonałej muzyki.

GWIAZDY W REMBERTOWIE

W centrum uwagi tego wieczoru byli Dorota Miśkiewicz, piosenkarka, kompozytorka i autorka tekstów, oraz Marek Napiórkowski, wybitny gitarzysta i kompozytor. Ich wspólny występ urzekł publiczność, która licznie przybyła o g. 19. Od pierwszych akordów atmosfera pochłonęła widzów całkowicie.

Repertuar wieczoru to nie tylko piosenki mistrzów takich jak Wasowski, Młynarski czy Osiecka, lecz także klasyczne standardy jazzowe, które artystom udało się przekształcić w niepowtarzalne interpretacje. To właśnie te unikalne wersje utworów zdobyły serca słuchaczy, wywołując gorący

entuzjazm i owację po każdym wykonaniu. Bisów również nie mogło zabraknąć, ale koncert musiał w pewnym momencie dobiec końca. Po nim widzowie mogli kupić płytę Doroty Miśkiewicz i zdobyć autografy. Co uczyniło ten wieczór tak wyjątkowym? To nie tylko doskonałe wykonanie muzyczne, ale także interakcja między artystami a publicznością.

ZAŁĘTY BUDŻETU OBYWATELSKIEGO

Organizacja koncertu w ramach Budżetu Obywatelskiego sprawiła, że wydarzenie to było nie tylko chwilową rozrywką, lecz także wyrazem zaangażowania społeczności lokalnej w kształtowanie kulturalnej przestrzeni. Dzięki temu każdy obecny mógł doświadczyć muzyki w sposób, który na długo pozostanie w ich wspomnieniach.

„Zaduszki na jazzowo” to nie tylko koncert. To wieczór, który pozostawił ślad w sercach i umysłach, pełen wspaniałych emocji i niezwykłych brzmień. Biblioteka w Rembertowie na pewno jeszcze nie raz przygotuje warty uwagi koncert lub spotkanie autorskie.

Michał Piotrowiak

Przedświąteczny czas z Domem Kultury „Wygoda”

Ostatnie chwile poprzedzające Święta Bożego Narodzenia to zawsze najbardziej pracowity, „zabiegany” czas w roku.



Dlatego tak bardzo cieszymy się, że pomimo przedświątecznych przygotowań znaleźliście czas na aktywny udział w wydarzeniach zorganizowanych przez Dom Kultury „Wygoda” specjalnie dla Was.

8 grudnia najmłodszy sympatycy naszego Domu Kultury wraz z Rodzinami obejrzą spektakl „Co to za Święty rozdaje prezenty”. Ta piękna przedświąteczna opowieść o Mikołaju z różnych zakątków kuli ziemskiej podkreślona była wpadającymi w ucho piosenkami i wesołą, interaktywną zabawą z małymi widzami! Dzieci dowiedziały się o świątecznych zwyczajach z różnych zakątków świata, uczuciach, pragnieniach i marzeniach. Po spektaklu odbyło się spotkanie z najbardziej wyczekiwany przez wszystkie dzieci Gościem – z samym Świętym Mikołajem! Oczywiście nie zabrakło drobnych upominków oraz mikołajowej sesji zdjęciowej! A to wszystko w otoczeniu naszych pięknych świątecznych dekoracji, które jak co roku pięknie podkreśliły klimat zbliżających się Świąt! Serdecznie zapraszamy do ich oglądania i robienia bombkowych świątecznych sesji zdjęciowych w godzinach pracy Domu Kultury „Wygoda”.

15 grudnia zapraszamy na warsztaty handmade „Robimy świąteczne skrzaty”, gdzie nieco starsi Sympatycy naszego Domu Kultury stworzą postacie świątecznych skrzatów, wykorzystując do tego materiały z recyklingu oraz tekstylia. Drugim zadaniem dla uczestników będzie stworzenie miniskrzaczka z szyszki, czapeczki i noska, którego będzie można powiesić na choince. Efekty pracy warsztatowiczów będzie można podziwiać na naszym profilu FB.

W grudniu podsumowaliśmy również projekt „Wolontariusz Zygrydy i Wolo – Smyki na tropie”, którego efektem było stworzenie puzzli na podstawie wykonanych przez dzieci kolorowanek.

Partnerem projektu było Przedszkole nr 160 w Dzielnicy Rembertów m.st. Warszawy, ul. Niepołomska 26. Projekt realizowany w ramach programu Ochotnicy Warszawscy i finansowany ze środków m.st. Warszawy. Serdecznie dziękujemy naszemu Partnerowi oraz małym uczestnikom, którzy mamy nadzieję, już za kilka lat zasilą szeregi naszej grupy Wolontariuszy.

Do końca roku można podziwiać zjawiskową wystawę „Ptaki” Agaty Olimpi Rączki. Prace są do zakupienia, więc to dobra okazja do obdarowania kogoś wyjątkowym, artystycznym prezentem pod choinkę.

Budżet Obywatelski 2025 ruszył. Pierwsze oferty już się pojawiły

Do 25 stycznia będzie można składać projekty w najbliższej edycji budżetu obywatelskiego. W tym roku do dyspozycji mieszkańców przeznaczono rekordową kwotę – ponad 105 milionów złotych.

Minęła już ponad dekada budżetów obywatelskich, bo przed nami już 11. edycja. Projekt, który został rozpoczęty jeszcze pod nazwą budżetu partycypacyjnego, pozwala w założeniu na lokalne (i ponadlokalne) zmiany w dzielnicy przez mieszkańców. Co ważne, żeby zgłosić projekt albo głosować, nie trzeba być pełnoletnim, a nawet zameldowanym w Warszawie!

Już teraz zgłoszonych zostało kilkadziesiąt projektów – niestety praktycznie wszystkie po lewej stronie Wisły. Patrząc jednak na mobilizację osób z Wesołej, Rembertowa i Wawra w zeszłych latach, projekty z tych dzielnic to tylko kwestia czasu. Zgłoszenia można wysłać przez bo.um.warszawa.pl lub w tradycyjnej, papierowej formie w wybranym urzędzie dzielnicy.

MJ wiadomosciasiedzkie.pl

Nowy rok – nowe plany i pomysły. W Domu Kultury „Wygoda” ciekawych wydarzeń z pewnością nie zabraknie!

Oto czego między innymi możecie się spodziewać w nadchodzącym Nowym Roku:

- ciekawych, inspirujących spotkań sąsiedzkich w ramach Miejsca Aktywności Lokalnej (najbliższe podróżnicze spotkanie już w lutym),
- wystaw malarskich młodych, aspirujących artystów,
- realizacji wybranych Waszymi głosami projektów z Budżetu Obywatelskiego:
 - „Rembertowskie kino pod gwiazdami”
 - „Robotyka - bezpłatne warsztaty dla dzieci”,
 - „Aktywne lato w Domu Kultury „Wygoda” - bezpłatne zajęcia fitness,
 - „W 80 dań dookoła świata” - cykl bezpłatnych warsztatów kulinarnych.

Zależy nam na tym, aby z zaplanowanych wydarzeń kulturalnych skorzystało jak najwięcej odbiorców, dlatego stale poprawiamy standardy naszej dostępności. W roku 2023 udało nam się zainstalować na sali widowiskowej pętlę indukcyjną, co zdecydowanie podniesie komfort odbioru dla osób słabosłyszących, używających aparatów słuchowych. Na kolejny rok również mamy zaplanowany szereg działań podnoszących naszą dostępność dla odbiorców ze szczególnymi potrzebami.

W Nowym Roku zachęcamy Was do zgłaszania nam własnych inicjatyw, projektów, inspiracji i pomysłów. Chcemy, aby Dom Kultury „Wygoda” był przestrzenią do rozwoju Waszych pasji i realizacji wszelkich inspirujących działań, w których będziemy Was zawsze wspierać.

Życzymy Wam pięknych, spokojnych, rodzinnych Świąt Bożego Narodzenia oraz wszelkiej pomyślności i realizacji wszystkich planów osobistych i zawodowych w nadchodzącym Nowym Roku 2024. Zapraszamy na nasz profil FB i stronę www.dkwygoda.waw.pl – tam zawsze znajdziecie wszystkie najświeższe, aktualne i planowane wydarzenia.

Do zobaczenia w Nowym Roku 2024 w Domu Kultury „Wygoda”.

Beata Boćkowska

MULTI-MEDICA®
REMBERTÓW

Jesteś w dobrych rękach

Opieka medyczna:

- Dermatolog
- Endokrynolog
- Gastrolog
- Ginekolog
- Internista
- Laryngolog
- Kardiolog
- Medycyna Pracy
- Neurolog
- Okulista
- Ortopeda
- Pediatria
- Rehabilitacja
- Badania USG

ul. Paderewskiego 130
04-438 Warszawa
tel. 506 705 506
multimedica-rembertow.pl

Prosimy o wcześniejsze
zapisywanie się telefonicznie
w godzinach 08:00-21:00

POLUB NAS NA FACEBOOKU
I BĄDŹ NA BIEŻĄCO
facebook.com/multimedica-rembertow

MEBLE Z DREWNA

- ŁÓŻKA
- MATERACE
- SZAFY
- KOMODY
- BIURKA
- WITRYNY

**REALIZUJEMY
INDYWIDUALNE
ZAMÓWIENIA**

Warszawa
ul. Płowiecka 25
tel. 22 815 35 98
meble@meblesosnowe.eu

WWW.MEBLESOSNOWE.EU

ZAPRASZAMY DO NASZYCH SPECJALISTÓW

PRACOWNIA ENDOSKOPII w KOLMED

Badania i zabiegi w Pracowni Endoskopii KOLMED wykonuje specjalista **dr n. med. Maciej Kierzkiewicz**, Ordynator Oddziału II Wewnętrznej i Gastroenterologii MSSW oraz **lek. Paweł Teperek**, specjalista z Oddziału II Wewnętrznej i Gastroenterologii MSSW.

W Pracowni Endoskopii oferujemy:

- badania GASTROSKOPIA, KOLONOSKOPIA, SIGMOIDOSKOPIA bez barwienia bądź z barwieniem ultrafioletem (chromo-endoskopia),
- zabiegi POLIPEKTOMII przy użyciu diatermii argonowej (usunięcie polipów),
- BIOPSJE + badania histopatologiczne,
- NOWOŚĆ w KOLMED – Ablacja nabłonka Barretta plazmową koagulacją argonową (APC),
- NOWOŚĆ w KOLMED – Niszczenie zmian naczyniowych żołądka oraz jelita grubego plazmową koagulacją argonową (APC),
- ZNIECZULENIE ANESTEZJOLOGICZNE.

NEUROLOGIA w KOLMED

Poradnia neurologiczna dla dorosłych w KOLMED skupia specjalistów ukierunkowanych w szczególności na diagnostykę i leczenie pacjentów ze schorzeniami centralnego oraz obwodowego układu nerwowego, m.in. udarów mózgu.

W ramach poradni neurologicznej dla dorosłych w KOLMED komercyjne konsultacje dla Pacjentów ze schorzeniami o podłożu neurologicznym prowadzi m.in. **dr n. med. Ewa Stróżyńska** (specjalista neurologii, zastępca kierownika oddziału neurologicznego z pododdziałem udarowym i rehabilitacji medycznej) MSSW w Warszawie).

KOLMED Kompleksowa Obsługa Medyczna
Sp. z o.o. Sp. k., ul. Bursztynowa 2c, (04-749) Warszawa

Poradnia Ginekologiczna

SZEROKI ZAKRES KOMERCYJNYCH BADAŃ I ZABIEGÓW GINEKOLOGICZNYCH

- konsultacje lekarskie
- badania: usg 3d, usg 4d, usg narządu rodowego, usg z oceną ryzyka
- prowadzenie ciąży
- cytologia jednowarstwowa lbc
- zakładanie/wyjmowanie wkładek wewnątrzmacicznych/implantów antykoncepcyjnych
- usuwanie polipów, biopsje endometrium
- zabiegi histeroskopii
- znieczulenie anestezjologiczne

Poradnia Okulistyczna

SZEROKI ZAKRES KOMERCYJNYCH BADAŃ I ZABIEGÓW OKULISTYCZNYCH ORAZ OKULOPLASTYCZNYCH

- Plastyka chirurgiczna powiek dolnych i górnych, BLEFAROPLASTYKA (w znieczuleniu anestezjologicznym)
- Podwinięcie powiek/ Odwinięcie powiek
- Iniekcje Dostępkowe (Lucentis, Eylea, Beovu - leczenie AMD)
- Usunięcie kaszaka, brodawki, gradówki
- Usunięcie cysty z powiek
- Usunięcie kępki żółtej
- USG oczu
- Laseroterapia siatkówkowa (fotokoagulacja)
- OCT siatkówki
- Zdjęcie dna oka
- Konsultacje specjalistyczne
- Dobór szkła okularowego
- Optyka SAWA

Dr n. med. Wojciech Pięta (specjalista ginekologii)
Lek. Janina Szymańska (specjalista ginekologii)
Lek. Justyna Gilewska, Lek. Dominika Banasiuk
Lek. Grzegorz Matuszewicz (specjalista ginekologii)

Dr hab. n. med. Agnieszka Kamińska (specjalista okulistyki, mikrochirurg)
Lek. Barbara Mielczarek (specjalista okulistyki)
Lek. Agata Bełżeczka (specjalista okulistyki, mikrochirurg)
Lek. Danuta Korporowicz (specjalista okulistyki)
Lek. Paulina Surma (specjalizująca się w okulistyce dla dorosłych)

Okiem zielarza-terapeuty: „O mocy bożonarodzeniowych przypraw ciut inaczej”

Wiele ziół i przypraw jest nam szczególnie bliskich i zyskuje na znaczeniu w okresie **świąt Bożego Narodzenia**. Czy znane przyprawy do wypieków i robienia ozdób pod postacią olejków eterycznych mają lecznicze właściwości i warto je stosować zewnętrznie dla poprawy zdrowia i samopoczucia?

Na mapie przypraw bożonarodzeniowych znajdują się z całą pewnością goździki, cynamon, imbir, anyż, gałka muskatołowa, ziele angielskie oraz słodko pachnąca wanilia.

Olejek z goździkowca składa się w 95% z eugenolu. Wykazuje działanie antyseptyczne i przeciwbólowe. Znalazł zastosowanie w leczeniu zakażeń górnych dróg oddechowych i przewodu pokarmowego. Zewnętrznie stosowany w terapii reumatyzmu, artretyzmu. Wykorzystywany jest jako środek przeciwbakteryjny w stanach zapalnych błony śluzowej jamy ustnej, gardła, nosa oraz przy przeziębieniach i katarze (inhalacje). Olejek działa przeciwzapalnie (nie łączyć z heparyną, werfaryną, aspiryną).

Olejek z muskatołowca zawiera alfa i beta-pinen oraz geraniol. Posiada właściwości przeciwbakteryjne (*E.coli*). Pomoże przy niezycie żołądka i jelit, przy bieguncie, skurczach żołądka, niezycie żołądka, wzdęciach. Hamuje ośrodek głodu, poprawia apetyt, eliminuje przykry zapach z ust. Poprawia krążenie. Jest inhibitorem wychwytu zwrotnego serotoniny. Zaaplikowany na skórę działa rozgrzewająco, przeciwrheumatycznie oraz bardzo silnie przeciwbólowo. Stosować w dużym rozcieńczeniu.

Działanie olejku z cynamonowca: przeciwbakteryjne, przeciwzapalne, rozgrzewające, przeciwdepresyjne. Stymuluje układ odpornościowy, krążeniowy i libido, łagodzi kaszel, objawy grypy i przeziębienia, zmniejsza stany zapalne, działa przeciwcukrzycowo.

Wymaga rozcieńczenia w stosunku 10:90 z nośnikiem. Nie dotykać do błon śluzowych i nie stosować na skórę bezpośrednio! Niektórzy twierdzą, że **przyciąga bogactwo – nie tylko na święta**.

Olejek z imbiru działa rozgrzewająco, znieczulająco, przeciwzapalnie, stymulacyjnie i przeciwzapalnie ułatwiające trawienie. Rozcieńczenie w stosunku 50:50. Likwiduje blokady i infekcje dróg oddechowych, łagodzi choroby lokomocyjne, niestrawność, nudności i biegunki. Leczy bóle gardła, anginę. Działa pobudzająco, przynosi poczucie dobrostanu, podnosi energię witalną. Może wzmacniać efekt stosowanych leków na rozrzedzenie krwi (heparyny, werfaryny).

Olejek z anyżu - działa pobudzająco na apetyt, rozkurczająco. Przy przeziębieniach łagodzi kaszel i działa wykrztuśnie. Posiada właściwości antyseptyczne, bakteriobójcze. Zmniejsza także napięcie mięśni gładkich, przez co przynosi efekt wiatropędny i rozkurczowy.

Olejek eteryczny z **korzennika lekarskiego (ziela angielskiego)** ma działanie przeciwbólowe, znieczulające i przeciwbakteryjne. Przeciwzapalne, pobudzające oraz przeciwwirusowe. Nie nadaje się do wdychania bezpośredniego (działa drażniąco na błonę śluzową nosa), do stosowania miejscowego. Stosować w rozcieńczeniu 1:10 **łagodzi bóle reumatyczne, mięśniowe, skurcze w obrębie żołądka i jelit, przynosi ulgę w niestrawnościach i nudnościach**. Rozluźnia, zmniejsza nerwowość i poprawia nastrój.

Olejek z wanilii poprawia samopoczucie oraz pobudza krążenie krwi, dlatego też jest afrodyzjakiem. Usuwa zmęczenie, lęki, stresy oraz poczucie lęku i ogólnego zniechęcenia (a także obawy o niepowodzenie).

Zapraszam do sesji aromaterapeutycznych w gabinecie przy Słonecznej Polany 5 w dzielnicy Wesoła.

Tymczasem życzę Wam zdrowych, rodzinnych i cudnie pachnących Świąt Bożego Narodzenia!

Wasza Doktor Z



OGŁOSZENIA DROBNE

**PRZYCINANIE DRZEW
ŻYWOPŁOTÓW
RĘBAK • WYWÓZ**
Tel. 504 301 405

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

**ŚWIADECTWA
ENERGETYCZNE**
tel. i www:
721 500 700.pl

- Pomoc i nauka w obsłudze komputera, internetu, komórki i telewizora. Zakupy online. Osoby starsze – promocja! Student tel. 533 404 404
- Psycholog, certyfikowany coach zaprasza na konsultacje. Tel.: 789 800 969

**PODCINANIE,
WYCINANIE DRZEW**
ODŚNIEŻANIE DACHÓW
tel. 606-808-358

**WYCINANIE DRZEW
podcinanie gałęzi**
prace porządkowe
TRANSPORT Tel. 513 148 238



NA NASZYCH ŁAMACH MOŻNA ZAMIEŚCIĆ
DWA TYPY OGŁOSZEŃ DROBNYCH

- OGŁOSZENIE TEKSTOWE o objętości do 20 wyrazów – płatne 24,60 zł (brutto)
- OGŁOSZENIE W RAMCE 43 x 20 mm – płatne 61,50 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).

 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 - Oleśńska (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



stalcast
wspieramy gastro od kuchni

**wspieramy
gastro
od kuchni**

**Sprawdź
naszą
ofertę!**



Stalgast | Plac Konesera 9, Budynek O | 03-736 Warszawa | infolinia: 801 40 50 63 | stalcast.com

SKLEP OBUWNICZY

*życzy wszystkim klientom,
czytelnikom i mieszkańcom Wesolej
zdrowych, spokojnych
i spędzonych w rodzinnym gronie
świąt Bożego Narodzenia.*

*Dziękujemy
za dotychczasowe
zakupy i zapraszamy
po prezenty.*

*Dla każdego
ŚWIĄTECZNY RABAT.*



Al. Gen. Chruściela 37/39, lok. 200
godz. otwarcia: pon-piąt: 10-18, sob: 10-14
tel. **534 813 110**
www.obuwie-obuwie.pl

**Chcesz
mieszkać
ładniej?**



ZADZWOŃ!
506 656 151

**POGOTOWIE
wnętrzarskie**
działający od 2003 roku