



Reportaż z integracyjnych charytatywnych warsztatów modowych pt.: DZIECI KWIATY

13 stycznia 2019 r. w Domu Kultury WYGODA odbył się ETAP I warsztatów modowych integracyjnych charytatywnych pt.: DZIECI KWIATY. Były zrealizowane w ramach mojego autorskiego projektu INTEGRACJA, TOLERANCJA, AKCEPTACJA. Osoby prowadzące warsztaty: 1. Organizator i prowadzenie warsztatów, opracowanie tekstów/zdjęć do scenografii: Katarzyna M. Kullmann – artysta plastyk, mgr sztuki, pedagog; organizator wydarzeń kulturalnych. 2. Współpraca i prowadzenie warsztatów: Aleksandra Rałowska – plastyk kostiumograf. 3. Choreografia, przygotowanie pokazu mody, przygotowanie występu grupy CHATCHERS: Paweł Zając – choreograf, pedagog, choreoterapeuta. 4. Grafika – napis DZIECI KWIATY/ layout: Kaja Kamińska. 5. Prowadzenie balu: Alicja Łukomska – wokalistka (mezzosopran); aktorka; instruktor emisji głosu; muzyk; konferansjer. 6. Uczestnicy warsztatów (dzieci): a) ze STUDIO TECHNIK PLASTYCZNYCH; b) uczniowie Zespołu Szkół Specjalnych nr 102 z rodzicami i dyrektorem – p. Jolantą Marszycką; c) zaproszone dzieci.

Po powitaniu gości przez p. Agnieszkę Niemyjską – Dyrektora DK WYGODA, realizatorzy warsztatów przedstawili się w kilku słowach. Następnie opowiedziałam o historii powstania znaku pokoju, zaprojektowanego w 1958 roku przez Geralda Holto-ma – pacyfisty. Zaprojektował on logo rozbrojenia nuklearnego na pierwszy Marsz Aldermaston. Od lat 60. XX. pacyfista stała się również znakiem hipisowskim. DZIECI KWIATY rozpoczęły w USA protesty przeciwko ówczesnemu rządowi i wojnie w Wietnamie, a pacyfista stała się ważnym symbolem tej walki. Hipisi sprzeciwiali się też rasizmowi, ograniczaniu wolności człowieka, karze śmierci, niszczeniu środowiska, komercjalizacji życia, kultowi pieniądza, nienawiści, narastającemu wśród ludzi ubóstwu, korupcji w polityce. Sprzeciwiali się również władzy, także w Polsce. Przez wielu Amerykanów i inne nacje na świecie hipisi uznawani byli za społeczność wiecznie buntującą się bez sensu. Niestety, szybko okazało się, że mieli rację...

Następnie uczestnikom warsztatów opowiedziałam m.in.: o festiwalu WOODSTOCK z 1969 roku, który zgromadził niemal ponad 400 tysięcy ludzi, nawołujących do pokoju i miłości na całym świecie. Na ekranie wyświetliłam kolorowe zdjęcia, omywając modę, którą hipisi sami tworzyli, również ich charakterystyczne fryzury – włosy miały przez hipisów być traktowane jak sztandar. Potem oddałam głos Aleksandrze Rałowskiej – kostiumografce, która wytłumaczyła, jak należy wykonać projekt przyszłego stroju. Zaproponowa-



Paweł Zając prowadzi próbę pokazu mody. Na scenie stoją od prawej uczestnicy warsztatów: Zofia Kalinowska; Wiktoria Niemyjska; czworo uczniów ZSS nr 102; ostatnia Zuzanna Dobek; w głębi Zuzanna Staroń i Aleksandra Fronczak (fot. Katarzyna M. Kullmann).

ła, by z przyniesionych starych tkanin i części ubiorów wybrać te, które chce się przerobić. Następnie zachęciła wszystkich, by na kartce papieru przy pomocy ołówków lub kolorowych kredek wykonać kilka rysunków stroju – będą stanowiły wstępne szkice, ułatwiające potem formowanie i drapowanie wg niech tkanin (zwykle projektanci robią to np. na manekinie lub modelkach). Zaznaczyła, że szkic nie musi posiadać głowy, rąk i nóg, ale dobrze jest narysować ubiór z przodu, boku i z tyłu, by wyobrazić sobie wygląd ubioru z każdej strony. Pokazała również, jak z ubrania z pozoru niepotrzebnego można stworzyć nowy strój – każdy mógł obejrzeć wykonaną przez Aleksandrę nową i niezwykle ciekawą kurtkę, uszytą ze starych zniszczonych ubrań jeansowych: spodni i bluzy. Ponieważ hipisi często sami dekorowali swoje ubrania, wyszywając je koralikami, haftując lub malując je farbami, uczestnicy warsztatów otrzymali specjalne kredki i farby do malowania tkanin, które zapewnił DK WYGODA. I tak pomału, przy dźwiękach muzyki hipisowskiej (Agnieszko Świgoń-Staroń – dziękuję Ci za ten znakomity pomysł :)), powstały wspaniałe stroje, charakterystyczne dla Dzieci

Kwiatów. Kiedy część z nich była gotowa, Paweł Zając (choreograf) zaproponował, by przeprowadzić próbę pokazu mody, który odbędzie się w marcu. Wytłumaczył dzieciom, jak należy się zaprezentować, by każdy z widzów mógł przyjrzeć się ubiorowi i modelowi. Pokazywał też, jak należy zachować właściwą postawę, i zwracał uwagę na moment chwilowego zatrzymania się oraz obrotu podczas przemarzu na scenę. Doradził, jak można – już na scenie – ponownie pokazać siebie i swój ubiór. Zaproponował także, w jaki sposób wszyscy modele, gdy znajdą się już razem na scenie, mogą – jako grupa – przedstawić się widowni. Potem pokazał, którędy należy schodzić z podium i gdzie zajmować miejsca. Poinformował dzieci, że dla każdego z nich będą ustawione krzesła w pierwszym rzędzie.

Na warsztatach DZIECI KWIATY Etap II spotkamy się 2 marca o godz. 15.00 także w DK WYGODA, by wspólnie i już w większym gronie – bo wiem z rodzinami i przyjaciółmi – przeżywać pełen radości i uśmiechu pokaz mody DZIECI KWIATÓW, by bawić się podczas balu w stylu hip-hop, znegując tegoroczny karnawał.

SERDECZNIE ZAPRASZAMY!!! Do zobaczenia :)

Kaśka M. Kullmann

188. ROCZNICA BITWY POD OLSZYNKĄ GROCHOWSKĄ

24 lutego 2019 r.

Kościół pw. Najczystszej Serca Maryi (ul. Chłopickiego 2)
12.30 – Msza Święta pod przewodnictwem Jego Ekscelencji Księędza Biskupa Romualda Kamińskiego

Możliwość transportu do Alei Chwały autokarem podstawionym przez organizatorów o godz. 13.30.
Odjazd autokaru około godz. 14.00, po zakończeniu uroczystości w kościele.

Aleja Chwały (ul. Traczy)

15.00 – Odegranie „Warszawianki” i przemarsz pod Pomnik Bitwy pod Olszynką Grochowską

Pomnik Bitwy pod Olszynką Grochowską (ul. Szeroka)

15.15 – Odegranie Hymnu Narodowego
15.20 – Modlitwa w intencji poległych
15.25 – Wystąpienia okolicznościowe
15.35 – Apel pamięci i salwa honorowa
15.45 – Ceremonia złożenia wieniec



Przyszłość Rembertowa na sesji Rady Dzielnicy – radni głęsi na wnioski mieszkańców. Prezydent wyznaczył dodatkowy termin na składanie wniosków



W poprzednim numerze WS zachęcałem czytelników do składania wniosków do projektu nowego Studium uwarunkowań i kierunków zagospodarowania przestrzennego m.st. Warszawy (Studium). Przypomnę, że dotychczasowe Studium jest z 2006 r. W Studium władze Warszawy określają politykę przestrzenną miasta, która stanowi ramy przestrzennego rozwoju. W tych nowych ramach będzie wdrażana przyjęta w 2018 r. Strategia #Warszawa2030. Ustalenia Studium są wiążące dla Prezydenta Warszawy, Rady Warszawy, Rady Dzielnicy Rembertów i Zarządu Dzielnicy Rembertów przy sporządzaniu planów miejscowych. Studium to taka „konstytucja przestrzenna miasta”.

Na sesji w dniu 7 stycznia br. Rada Dzielnicy Rembertów pracowała – w obecności licznej grupy mieszkańców – nad uchwałą w sprawie wniosków do projektu Studium uwarunkowań i kierunków zagospodarowania przestrzennego m.st. Warszawy. Niestety, głosy obecnych mieszkańców nie znalazły odzwierciedlenia w przyjętej uchwale. Zawiera ona 26 wniosków, w których Rada Dzielnicy wskazuje na potrzebę nowych rozwiązań w kierunkach zagospodarowania przestrzennego Rembertowa, odnosząc się do obecnego Studium i określając na tej podstawie wnioskowane zmiany (w stosunku do obecnych rozwiązań w Studium). Przyjęte wnioski dotyczyły dla wybranych obszarów m.in. zmniejszenia wskaźnika minimalnego udziału powierzchni biologicznie czynnej, zwiększenia dopuszczalnej wysokości zabudowy, zmiany wskaźnika intensywności zabudowy, zmiany przeznaczenia wybranych terenów lub dodania dodatkowych funkcji dla wybranych terenów. Przykładowo, Rada Dzielnicy wnioskuje o ustalenie funkcji zieleni urządzonej dla Alei Chwały po południowej stronie ul. Traczy. Treść uchwały nr 18/IV/2019 jest dostępna na www.bip.warszawa.pl.

Mieszkańcy licznie obecni na sesji wnioskowali o zmianę charakteru terenu położonego przy ul. Czwartaków między ul. Rękawicznica a Kapitańska z leśnego na leśny z dopuszczeniem zabudowy mieszkaniowej jednorodzinnej z zachowaniem dużej powierzchni biologicznie czynnej.

Odpowiedni wniosek dotyczący tej kwestii radni Koalicji Obywatelskiej zgłosili już podczas prac nad uchwałą w komisji przygotowującej projekt omawiany na sesji. Wniosek ten, jako

wniosek mniejszości o treści: „Na terenie ZL (zieleni leśna) przy ul. Czwartaków między ul. Rękawicznica a Kapitańska i granicą obszaru chronionego krajobrazu dopuścić zabudowę na działkach leśnych, zmienić przeznaczenie na M3.12 z powierzchnią biologicznie czynną 80%” został na sesji odrzucony 13 głosami radnych koalicji rządzącej Rembertowem – radnych PiS, Lepszy Rembertów (LR), Forum dla Rembertowa (FdR). Uważam, że intensywny rozwój zabudowy po północnej stronie ul. Czwartaków wskazuje na potrzebę umożliwienia zabudowy także między ul. Kapitańska i Rękawicznica do wysokości granicy obszaru chronionego krajobrazu. Żaden z radnych koalicji nie zabrał głosu w dyskusji nad tym wnioskiem, aby wyjaśnić mieszkańcom przyczyny własnych decyzji. Jedynie Przewodniczący Komisji jako sprawozdawca wskazał obawy, że wniosek o dopuszczenie zabudowy w omawianym obszarze będzie zaproszeniem Dzielnicy Rembertów do zainwestowania w ten teren, gdyż obecnie obowiązujące przepisy nakładają na podmioty publiczne konieczność wykupu gruntów (jeżeli dany grunt został przeznaczony pod drogę w planie miejscowym). Przypomniał on, że na obszarze Rembertowa jest wiele działek prywatnych przeznaczonych pod drogi w planach miejscowych, które nie zostały wykupione. Biorąc pod uwagę ograniczone środki dostępne dzielnicy, wykup nowych działek pod drogi zajmie dzielnicy kilkadziesiąt lat. Czy jest to przykład myślenia o Rembertowie w długookresowej perspektywie? Czy i jak obecni władarze Rembertowa znajdują środki na rozwój naszej dzielnicy?

Temat wniosków do Studium rozpoczynający prace samorządu Rembertowa obecnej kadencji był dobrą okazją do dyskusji na sesji Rady Dzielnicy o przyszłości Rembertowa wykraczającej poza perspektywę jednej kadencji. Niestety nowy Zarząd Dzielnicy Rembertów z przewodniczącą Zarządu Dzielnicy Panią Burmistrz Dzielnicy Agnieszką Kądej nie zabrał głosu w tej dyskusji.

Głosy mieszkańców o niejedynie pomysły odrzucone podczas tej sesji. Klub Radnych Koalicji Obywatelskiej zgłosił podczas sesji 9 poprawek do projektu uchwały, z których 6 zostało odrzuconych. Cztery zgłoszone poprawki dotyczyły rozwoju funkcji rekreacyjno-sportowych na terenie dzielnicy Rembertów (przy ul. Strażackiej, Pastuszków, Czwartaków i Chełmżyńskiej), które mogłyby być w przyszłości realizowane przez rembertowski Dzielnicowy Ośrodek Sportu i Rekreacji. Mimo planowanego rozwoju usług spor-

tu i rekreacji przy ul. Strażackiej (w stronę tzw. „górkę”) radni PiS, LR i FdR odrzucili przeznaczenie terenu po południowej stronie ulicy Strażackiej (działki miejskie nr 25 i 35 w obszarze 30919 – obecnie budynek po ZGN i okolica) na teren usług sportu i rekreacji o dopuszczalnej wysokości zabudowy do 20 m z minimalnym udziałem powierzchni biologicznie czynnej 20%. Klub radnych Koalicji Obywatelskiej wnosił o przeznaczenie tego terenu pod obiekty Dzielnicowego Ośrodka Sportu i Rekreacji. Czy po odrzuceniu tej poprawki należy sądzić, że obecna koalicja jest przeciwna utworzeniu DOSiR-u w Rembertowie?

Trzeba wspomnieć, że uwzględniono poprawki dotyczące zarezerwowania terenów pod funkcje rekreacyjno-sportowe dla rozwijającego się osiedla Mokry Ług na terenie na północ od ul. Pastuszków (obszar B17US w aktualnym planie miejscowym Mokry Ług) oraz dla północnej części osiedla Kawęczyn-Wygoda poprzez utworzenie na działce miejskiej nr 24 w obrębie 30802 (na wschód od ul. Chełmżyńskiej przy granicy z Żąbkami) nowego obszaru terenu zieleni urządzonej z udziałem terenów sportu i rekreacji. Czy takie podejście do zgłoszonych poprawek nie wskazuje na krótkowzroczne podejście obecnej koalicji rządzącej Rembertowem do rozwoju dzielnicy i brak spójnej koncepcji w tym zakresie?

Przyjęte na tym etapie przez Radę Dzielnicy Rembertów wnioski do Studium jeszcze niczego nie przesądzą, ale sposób traktowania głosu mieszkańców podczas sesji Rady Dzielnicy oraz zaangażowanie w dyskusję nad przyszłością Rembertowa przez obecnie rządzących Rembertowem mówią już bardzo wiele.

Szanowni Mieszkańcy, nie zniechęcajcie się, wnioski do Studium składane na tym etapie przez Radę Dzielnicy Rembertów do Prezydenta Warszawy mają taki sam status jak wnioski składane przez każdego z mieszkańców Rembertowa. Prezydent Warszawy wyznaczył dodatkowy termin składania wniosków do 28 lutego 2019 r. Teraz, kiedy rozpoczynają się prace nad nowym Studium, to najlepszy moment, by zgłosić swoje pomysły czy potrzeby i wpłynąć na zagospodarowanie przestrzeni w Twojej okolicy. Na późniejszym etapie, kiedy projekt Studium będzie wyłożony do publicznego wglądu w celu zgłaszania uwag do projektu, istotne zmiany są już często niemożliwe. Na wnioski mamy dodatkowy czas do 28 lutego.

Arkadiusz Piotrowski
Radny dzielnicy Rembertów

Z prac Rady Dzielnicy



Od ostatniego wydania WSR odbyły się dwie sesje Rady Dzielnicy Rembertów m.st. Warszawy – w grudniu 2018 r. i styczniu 2019 r.

Pierwsza z nich poświęcona była powołaniu komisji Rady Dzielnicy i wyborów ich przewodniczących i wiceprzewodniczących. Aby móc efektywnie wykonywać swoje funkcje, Rada Dzielnicy tworzy komisje – ich zadaniem jest merytoryczne przygotowanie i zaopiniowanie danej uchwały przed jej wprowadzeniem na oficjalne posiedzenie Rady (czyli sesję). Komisje tworzone są zazwyczaj przez kilku radnych i w takim właśnie organie radni na roboczych posiedzeniach „przepracowują” dany projekt uchwały, m.in. zmieniając, poprawiając lub wykreślając zapisy. Tak przedyskutowana i zaopiniowana uchwała trafia z rekomendacją danej komisji na posiedzenie Rady. W kadencji 2018–2023 powołane zostały następujące komisje Rady Dzielnicy: Rewizyjna (organ kontrolny Rady); Skarg, Wniosków i Petycji; Bezpieczeństwa; Gospodarki Przestrzennej i Zrównoważonego Rozwoju; Infrastruktury Technicznej i Budżetu; Oświaty, Kultury i Spraw Społecznych; Samorządowa; Mieszkańcowa. Następnie radni określili, w jakich komisjach chcą pracować, oraz wybrali przewodniczących i wiceprzewodniczących komisji. Niestety, koalicja rządząca Rember-

towem – PiS, Lepszy Rembertów, Forum dla Rembertowa – przydzieliła funkcje przewodniczących komisji wyłącznie sobie, pomijając opozycję w postaci Koalicji Obywatelskiej Rembertów i Rembertów Bezpośrednio.

Druga sesja Rady Dzielnicy poświęcona była uchwale dotyczącej wniosków do projektu Studium uwarunkowań i kierunków zagospodarowania przestrzennego (SUiKZP) m.st. Warszawy. Studium jest to dokument planistyczny, który określa politykę zagospodarowania przestrzennego miasta i jest wytyczną dla tworzenia miejscowych planów zagospodarowania przestrzennego (MPZP) dla określonych obszarów. Oczywiście, Warszawa ma SUiKZP z 2006 r. (dokument wielokrotnie aktualizowany), niemniej w 2018 roku władze Warszawy postanowiły rozpocząć konsultacje nad uchwaleniem nowego Studium dla Warszawy. W tym celu wszyscy zainteresowani planowaniem przestrzennym mają prawo do końca lutego zgłosić swoje wnioski i uwagi do przygotowywanego Studium.

Do projektu uchwały przygotowanego przez Komisję Gospodarki Przestrzennej i Zrównoważonego Rozwoju, zawierającego dwadzieścia kilka wniosków, Klub Radnych Koalicji Obywatelskiej Rembertów zaproponował ok. 10 poprawek, w tym dodatkowych wniosków. Wybrane poprawki oraz końcową treść uchwały opisuje Arkadiusz Piotrowski w swoim artykule na str. 2 WSR, do którego zainteresowanych Czytelników serdecznie zapraszam.

Dość osobliwym punktem sesji okazała się „Informacja Zarządu Dzielnicy z prac w okresie między sesjami”, gdzie Burmistrz informowała m.in.

w jakich spotkaniach świątecznych wzięli udział członkowie Zarządu czy też o udostępnianiu holu wolontariuszom na podsumowanie akcji Świąteczna Paczka... Kontrowersyjnym zabiegiem było również przedstawienie dość wybiórczej informacji o realizacji inwestycji w 2018 roku – wybrano pięć inwestycji, przy których pojawiły się problemy lub opóźnienia wykonawców w związku z realizacją robót budowlanych. Warto jednak wspomnieć, że w 2018 r. Urząd Dzielnicy realizował ponad 30 tytułów inwestycyjnych (ok. 20 związanych z robotami budowlanymi, kilkanaście z opracowaniem dokumentacji projektowych i odszkodowaniami wypłacanymi mieszkańcom za zajęcie gruntu w związku z budową dróg). Trzeba również zaznaczyć, że rok 2018 był dość trudnym i specyficznym rokiem na rynku usług wykonawców robót budowlanych, gdyż ceny materiałów oraz koszty pracy specjalistów wzrosły o kilkadziesiąt procent, co przełożyło się na ceny oferowane w przetargach publicznych ogłaszanych przez Urząd Dzielnicy Rembertów. Problemy te również dotyczyły wykonawców w trakcie realizacji prac, co skutkowało koniecznością naliczania kar umownych w przypadku bezzasadnego przekroczenia terminów umownych. Odniosłem jednak wrażenie, że te dość oczywiste mechanizmy i realia ekonomiczno-gospodarcze były dużym odkryciem dla członków nowego Zarządu Dzielnicy...

Maciej Iwanicki

Radny dzielnicy Rembertów
Przewodniczący Klubu Radnych
Koalicji Obywatelskiej Rembertów

DWUJĘZYCZNA SZKOŁA PODSTAWOWA NR 1

10 YEARS

Cambridge International School



REKRUTACJA

dołącz do nas

www.szkoła-dwujezyczna.pl

Wspólna 55, Warszawa Wesola ☎ 22 773 40 28

Zimowe atrakcje w DK „Wygoda”

I wreszcie przyszła zima! A wraz z nią mróz, śnieg, zimowe zabawy i co najważniejsze dla najmłodszych mieszkańców naszej dzielnicy – ferie zimowe!

Dla dzieci, które nie wyjechały na zimowy wypoczynek poza Warszawę, Dom Kultury „Wygoda” przygotował w ramach akcji „Zima w Mieście 2019” szereg rozmaitych propozycji, w których można było do woli wybierać i przebierać!

W szeroki wachlarz zajęć, które zostały przygotowane dla naszych małych gości, wchodziły między innymi warsztaty artystyczne – podczas których można było stworzyć niepowtarzalną maski karnawałowe, kolorowe lampiony, którymi można było ozdobić swój pokój, czy też ciekawe magnesy z folii magnetycznej do przyklejenia na lodówkę! Wiadomo, że takie samodzielnie wykonane prace cieszą najbardziej i są znakomitym pomysłem na drobny upominek dla bliskiej osoby lub na Walentynki! ☺

Nie zabrakło również warsztatów rękodzielniczych, podczas których dzieci farbowały tkaniny, tworzyły ozdobne, indywidualne znaczki graficzne, a nawet... malowały na wodzie! ☺

Podczas warsztatów konstruktorskich dzieci stworzyły niesamowite, kolorowe kalejdoskopy,

a dzięki warsztatom architektonicznym dały drugie życie materiałom recyklingowym, tworząc np. zjeżdżalnie z kartonów, rolek po papierze i wykałaczek. Taka zabawa była znakomitą okazją do rozmów o środowisku, jego ochronie i zaleceniach segregacji śmieci.

Nasi mali odkrywcy poznali różnego rodzaju bębny z najdalszych zakątków świata i mieli niepowtarzalną okazję do zrobienia całkiem niezłego hałasu podczas warsztatów bębniarskich! ☺

Wyjątkowo długi karnawał jest okazją do urządzania wszelkiego rodzaju zabaw tanecznych. I taki właśnie karnawałowy bal został zorganizowany z myślą o najmłodszych imprezowiczach z naszego osiedla Kawęczyn-Wygoda. Na zabawie pojawiły się zatem zjawiskowe księżniczki w złotych koronach, groźni piraci, kowboje prosto z Dzikiego Zachodu, a nawet sam Człowiek-Pajak, czyli Spiderman – co możecie zobaczyć na zdjęciach ☺! Zabawa była przednia! Dzieci brały udział w różnego rodzaju konkursach i zabawach, do których zapraszały również swoich rodziców ☺.

Dorośli także mieli okazję zawirować na parkiecie w tańcu podczas Walentynkowego Balu Maskowego, który odbył się w Domu Kultury „Wygoda” 15 lutego. Wyśmienita muzyka na żywo, po-



mysłowe konkursy i niespodzianki sprzyjały dobrej zabawie, a o to przecież chodzi w karnawale!

Chyba wszyscy już niecierpliwie wyglądamy wiosny i pierwszych ciepłych promieni słońca. Aby ten czas oczekiwania szybciej mijał, zapraszamy do Domu Kultury „Wygoda” na różnego rodzaju zajęcia! A tych w naszym grafiku ostatnio przybyło! Wprowadziliśmy dwa rodzaje gimnastyki dla dorosłych – „Aktywni 55+” (zajęcia są bezpłatne) oraz „Mobility”. Serdecznie zachęcamy do zapoznania się z nowymi propozycjami – z pewnością każdy znajdzie coś dla siebie!

Zapraszamy na Koniecpolską 14, na naszą stronę www.dkwygoda.waw.pl oraz na nasz facebookowy profil! Do zobaczenia!

Beata Boćkowska

I Zjazd Przyjaciół Kubusia Puchatka w Przedszkolu Niepublicznym „Kubuś Puchatek i Przyjaciele”

18 stycznia 1882 roku w Londynie urodził się Alan Aleksander Milne. W wyobraźni tego brytyjskiego pisarza powstał jeden z najwspanialszych dziecięcych bohaterów – Kubuś Puchatek. Pierwsza książka opisująca przygodę tego niesfornego misia została wydana w 1926 r., dokładnie 93 lata temu i trafiła do szerokiego grona odbiorców na całym świecie. Co roku w rocznicę urodzin autora, właśnie 18 stycznia obchodzony jest Międzynarodowy Dzień Kubusia Puchatka.

Dla dzieci z naszych przedszkoli to szczególny i wyjątkowy dzień, ponieważ naszym patronem jest właśnie Kubuś Puchatek i jego Przyjaciele. W związku z tym 24 stycznia odbył się I Zjazd Przyjaciół Kubusia Puchatka. Po raz pierwszy w jednym dniu spotkały się wszystkie dzieci oraz pracownicy z trzech naszych placówek. Dzieci uzbrojone w najlepsze humory, ubrane w żółto-pomarańczowe barwy zjechały do głównej siedziby naszego przedszkola, która mieści się w Rembertowie przy ulicy Kadrowej. Po oficjal-



nym powitaniu całej naszej społeczności przedszkolnej wszyscy odśpiewaliśmy przygotowany specjalnie na tę okazję Kubusiowy hymn, a potem w napięciu oczekiwaliśmy na dalsze atrakcje.

Głównym punktem naszej imprezy było przedstawienie pt. „Przygoda Kubusia” przygotowane przez kadrę z placówki w Rembertowie. Dzieci były zachwycone występem, w którym wszyscy zaprezentowali wysoki poziom umiejętności aktorskich. W trakcie przedstawienia było dużo śmiechu, a artyści zostali nagrodzeni gromkimi brawami. W następnej części imprezy pojawiły się wspólne gry, zabawy, śpiewy i tańce. Uehonorowani zostali również założy-

ciele naszego przedszkola – Dariusz Rutkowski i Adam Sitnicki. Na każdego uczestnika czekała kubusiowa pamiątka, a całą imprezę zwieńczyły wspaniałe torty, przygotowane specjalnie na tę okazję.

I Zjazd Przyjaciół Kubusia Puchatka okazał się dla wszystkich uczestników pamiętnym wydarzeniem. Wspólne świętowanie było okazją, by przypomnieć dzieciom o znaczeniu przyjaźni w życiu każdego człowieka oraz o przyjemności, jaką daje czas spędzony w gronie przyjaciół, i na pewno wpisze się w coroczny kalendarz imprez naszego przedszkola.

Mając w pamięci nauki naszego puchatkowego ulubieńca, z niecierpliwością czekamy na kolejne imprezy, które organizuje nam dyrekcja i pracownicy Przedszkola Niepublicznego „Kubuś Puchatek i Przyjaciele”. Zapraszamy do naszej fotogalerii na stronie przedszkola www.puchatekprzedszkole.edu.pl.

– *Kubusiu, jak się pisze MIŁOŚĆ?*

– *Prosiaczk, MIŁOŚĆ się nie pisze. MIŁOŚĆ się czuje.*

A. A. Milne, *Kubuś Puchatek*

Agnieszka Bąk-Kamińska
Nauczyciel Przedszkola Niepublicznego
„Kubuś Puchatek i Przyjaciele”

REKLAMA

**KANCELARIA PODATKOWA**
Kompleksowa obsługa księgowo-podatkowa firm
ROZLICZENIA ROCZNE PIT
Warszawa-Rembertów, Al. gen. A. Chruściela 44
tel. 22 610-28-29 biuro@lex-fin.pl www.lex-fin.pl

Usługi hydrauliczne

- remonty i modernizacje instalacji gazowych, kanalizacyjnych, CO, wentylacyjnych i pieców
- przeglądy i naprawy kominiarskie
- uprawnienia budowlane i gazowe

tel. 694-747-213

Dom Kultury „Rembertów”

W styczniu w Domu Kultury „Rembertów” odbył się koncert „Wspólne kolędownie”. Przed szeroką publicznością wystąpili dzieci, młodzież oraz dorośli uczestnicy naszych sekcji muzycznych (studio wokalne, nauka gry na gitarze, nauka gry na pianinie i akordeonie, improwizacja jazzowa oraz kultura rosyjska). Debiutujący artyści mieli okazję zaprezentować, czego nauczyli się podczas minionego roku.

Na przełomie stycznia i lutego dla dzieci, które spędzały ferie zimowe w swoich domach, dom kultury przygotował specjalną ofertę popularnych bezpłatnych zajęć. W ramach programu „Zima w mieście” dzieci w wieku szkolnym mogły korzystać m.in. z zajęć tanecznych, plastycznych, logicznych czy kulinarnych. Na zakończenie wspólnej zimowej zabawy odbył się bal przebierańców dla dzieci. Zabawa był wspaniała!

W dniach 11–12 lutego 2019 r. odbędą się Dni Tańca w Domu Kultury „Rembertów”. Będzie można zapoznać się z instruktorami i wziąć udział



Wspólne kolędownie w DK Rembertów,
fot. A.Seta

w bezpłatnych, otwartych lekcjach tańca. Dla dzieci: taniec ludowy, balet, taniec nowoczesny, zaś dla dorosłych taniec dla kobiet z elementami tańca musicalowego oraz taniec towarzyski dla par. Pierwsze zajęcia są GRATIS – warto przyjść i sprawdzić, czy przypadkiem taniec nie stanie się naszą pasją. Szczegółowych informacji na temat zajęć udziela sekretariat, tel. 22 611 96 87.

13 lutego otworzymy po remoncie naszą Galerię REM, zapraszamy na wernisaż wystawy „Kreacje 3” o godz. 19.00. Galeria REM mieści się na pierwszym piętrze domu kultury. Wystawa czynna będzie do połowy marca, można ją odwiedzać w godzinach pracy placówki.

16 lutego w godz. 17.30–20.30 odbędzie się karnawałowy bal przebierańców dla dorosłych. Wstęp kosztuje 15 zł od osoby, obowiązują zapisy w sekretariacie domu kultury.

Rodziców wraz z dziećmi zachęcamy do zapisywania się na kolejne warsztaty rodzinne w ramach cyklu „Rodzinne spotkania ze sztuką”. 23 lutego w godz. 16.30–18.00 podczas warsztatów stworzymy łąpacze snów. Udział w warsztatach jest bezpłatny, zapisy w sekretariacie, liczba miejsc ograniczona!

Zapraszamy do zaglądania na naszą stronę internetową www.dkrembertow.waw.pl oraz na nasz profil na Facebooku www.facebook.com/dkrembertow, tam znajdują się nasze aktualności oraz bieżące informacje o planowanych wydarzeniach.

Monika Zwierz

KULTURALNE CO? GDZIE? KIEDY? W Dzielnicy Rembertów m.st. Warszawy

Dom Kultury „Rembertów”
al. Komandosów 8, tel. (22) 611-96-87
www.dkrembertow.waw.pl

● **13 lutego, godz. 17.00–19.00**

Walentynkowy podwieczorek przy akordeonie. Wstęp wolny.

● **13 lutego, godz. 19.00**

Wernisaż wystawy pt. „Kreacje 3”. Wystawa w Galerii REM na pierwszym piętrze Domu Kultury. Wstęp wolny.

● **13 lutego – 13 marca, godz. 13.00–20.00**

Wystawa pt. „Kreacje 3” w Galerii REM na pierwszym piętrze Domu Kultury. Wstęp wolny.

● **16 lutego, godz. 17.00–20.30**

Karnawałowy bal przebierańców dla dorosłych. Przy muzyce mechanicznej. Wstęp – 15 zł od osoby.

● **23 lutego, godz. 16.00–17.30**

Warsztaty plastyczne pt. „Łapacze snów”. Podczas warsztatów dzieci wraz z rodzicami dowiedzą się, czym są i skąd się wzięły łąpacze snów, a potem wykonają je własnoręcznie. Obowiązują zapisy w sekretariacie.

● **25 i 26 lutego, godz. 16.00–17.15**

Warsztaty kulinarne dla dzieci w klimatycznej kuchni Domu Kultury. Prowadzi: Marzenna Kosowska. Koszt 12 zł – zapisy w sekretariacie.

Dom Kultury „Wygoda”
ul. Koniecpolska 14, tel. (22) 812-06-33
www.dkwygoda.waw.pl

● **15 lutego, w godz. 16.00–20.00**

„Karnawałowy bal maskowy” – bal dla dorosłych, w programie: zabawa przy muzyce na żywo, gry i konkursy. Wstęp wolny.

● **23 lutego, w godz. 17.00–19.00**

„Grypsy zza morza” – wieczór poetycko-muzyczny, wystąpią: Danuta Zasada – piosenki autorskie z akompaniamentem gitary, Elżbieta Czajka – prowadzenie spotkania, prezentacja wierszy, ciekawostki o Szwecji. Wstęp wolny.

Biblioteka Publiczna

ul. Gawędziarzy 8, tel. (22) 255-39-98
www.bp.rembertow.waw.pl

● **11 lutego, godz. 17.00**

Biblioteka literacko i plastycznie: Jak zostać bohaterem – zajęcia literacko-plastyczne z okazji Europejskiego Dnia Numeru Alarmowego. Dla dzieci w wieku od 5 do 8 lat. Wstęp wolny.

● **14 lutego, godz. 17.00**

Pani Nutka i Przyjaciele: „Lira, lutnia, viola – czyli spotkanie z dawnymi instrumentami” – prof. Marcin Zalewski. Zajęcia muzyczno-teatralne i warsztaty plastyczne dla dzieci w wieku od 5 do 8 lat. Wstęp wolny.

● **15 lutego, godz. 19.00**

Miłość to dar, związek to praca... czyli jak zadbać o to, żebyśmy „żyli długo i szczęśliwie” – walentynkowy wykład Tatiany Mindewicz-Puacz. Podczas spotkania autorskiego będzie można kupić książkę autorki. Wstęp wolny.

● **18 lutego, godz. 16.00**

Koncert walentynkowy „Z miłości do kobiety...” w wykonaniu Chóru Rembertowskiej Akademii Seniora im. Stanisława Moniuszki, Chóru „Agat” i Chóru „Witolin”. Wstęp wolny.

● **18 lutego, godz. 17.00**

Biblioteka literacko i plastycznie: Nasze koty – zajęcia z okazji Światowego Dnia Kota. Dla dzieci w wieku od 5 do 8 lat. Wstęp wolny.

● **22 lutego, godz. 11.30**

Klub Małego Czytelnika: Zwierzęta – zajęcia literacko-plastyczne dla dzieci w wieku od 2 do 4 lat. Wstęp wolny.

Wydział Kultury i Promocji

www.rembertow.waw.pl

● **24 lutego – obchody 188. rocznicy bitwy pod Olszynką Grochowską**

Kościół pw. Najczystszej Serca Maryi (ul. Chłopińskiego 2)

12.30 – Msza św. pod przewodnictwem Biskupa Romualda Kamińskiego. Możliwość transportu do Alei Chwały autokarem – odjazd ok. godz. 14.00.

Aleja Chwały (ul. Traczy)

15.00 – Odegranie „Warszawianki” i przemarsz pod pomnik Bitwy pod Olszynką Grochowską.

Pomnik Bitwy pod Olszynką (ul. Szeroka) od 15.15 – odegranie Hymnu; modlitwa w intencji poległych; wystąpienia okolicznościowe; apel pamięci i salwa honorowa; złożenie wieńców.

Zdaniem trenera biznesu i rozwoju osobistego

WORK-LIFE BALANCE

Całkowita równowaga to mit, naucz się balansować między pracą a życiem prywatnym

Jak zarządzać swoją życiową energią? Jak utrzymać harmonię dnia codziennego i żyć w zgodzie z samą sobą? To właśnie idea work-life balance pomaga nam osiągać ten stan.

Są dni, gdy śpiam mniej, gdy przygotowuję nowe teksty, piszę kolejną książkę lub jadę na szkolenia do różnych miast, ale wiem, że w następnym tygodniu pozwolę sobie na większy odpoczynek, dłuższy sen, spacer, spotkanie z przyjaciółmi, wspólny czas z rodziną, ulubiony sport lub po prostu czas spędzony pod kocem z ciekawą książką i kubkiem herbaty.

Stan równowagi

Termin równowaga dla każdego będzie oznaczał coś innego, ponieważ każdy człowiek kieruje się w swoim życiu różnymi wartościami. Innymi wartościami kieruje się młoda mama, która spieszy po pracy do przedszkola, aby odebrać malucha, a innymi kobieta samotna rozpoczynająca karierę zawodową i pnąca się po szczeblach kariery, jeszcze inne ma dojrziała osoba, która już osiągnęła status społeczny i zawodowy. Warto więc zauważyć, że stan równowagi jest pojęciem względnym i bardzo indywidualnym.

Balans między pracą a życiem prywatnym

Używamy słowa równowaga, ale tak naprawdę nie ma możliwości życia w całkowitej równowadze, a naszym zadaniem jest raczej działanie, które nas do niej przybliży. W książce „Księga zrozumienia” Osho proponuje metaforyczną definicję równowagi w życiu. Osho porównuje nasze życie do akrobaty, który chodzi po linie i próbując utrzymać się na niej, przechyla się raz na prawo,

raz na lewo. Kiedy czuje, że za bardzo przechyla się na jedną stronę i grozi mu upadek, świadomie kieruje swoje ciało i uwagę na stronę drugą. Działanie, czyli ruch rozumiany jako stałe balansowanie w celu zbliżania się do równowagi.

Tony Schwartz określił, że na jakość życia składają się różne potrzeby, które możemy podzielić na cztery kategorie:

- na poziomie ciała: równowagi, która wiąże się z regeneracją, odpoczynkiem naszego ciała (sen, sport),
- na poziomie emocji: bezpieczeństwa, która przejawia się w chęci bycia docenianym i doznawania troski ze strony innych,
- na poziomie umysłu: samorealizacji, czyli rozwoju i wykorzystywania talentów i umiejętności,
- na poziomie duchowym: poczucia sensu, spełnienia i spójności.

Kto jest odpowiedzialny za work-life balance?

HR-owcy zauważyli, że pracownicy zaczęli wykazywać objawy takie jak: zmniejszenie zaangażowania, brak entuzjazmu i spadek wydajności, choć przebywali w pracy coraz dłużej. Rosła liczba nieobecności spowodowanych chorobami o podłożu emocjonalnym i nerwicowym oraz kłopotów rodzinnych.

Firmy coraz częściej inwestują w szkolenia walki ze stresem, warsztaty zarządzania czasem i wdrażając zasady work-life balance do swojej codzienności, wykupują także pracownikom karty na siłownię, dopuszczają pracę zdalną.

I tu, jak w każdym innym przypadku, najważniejsze jest Twoje nastawienie i chęci oraz zmiany nawyków. Najlepsze rezultaty dają harmonijne działania i zaangażowanie naszego prac-

dawcy i nas samych. To od Ciebie zależy, czy uwzględniysz wszystkie Twoje aktualne potrzeby i wartości w układaniu Twoich priorytetów. Czy odważysz się asertywnie powiedzieć: „Nie, na jutro tego nie zrobię. Ale mogę to zrobić za 2 dni”.

Szanuj wszystkie obszary swojego życia

Nie da się w sztuczny sposób oddzielić pracy od życia rodzinnego, od przyjaciół i swoich pasji. Czy oddzielenie sprzyjałoby faktycznej równowadze? Działalność społeczna, towarzyska, hobby, wypoczynek, kształcenie – to tylko niektóre z istotnych elementów życia, które mogą pozostawać w równowadze lub konflikcie z Twoją pracą. Jesteś całością i każda strefa Twojego życia jest istotna. Gdy jesteś w pracy, masz prawo zadzwonić do przedszkola i sprawdzić, czy wszystko jest dobrze, jeśli boisz się, że Twoje dziecko może źle się czuć. Gdy musisz dokończyć ważny i pilny raport, możesz zostać dłużej w pracy lub usiąść do niego wieczorem, gdy położysz dziecko spać. Nowe technologie umożliwiają nam pracę z domu w razie potrzeby. Jednym z istotnych sposobów radzenia sobie ze stresem jest uprawianie sportu, zajmowanie się swoimi pasjami. Rekreacja, życie towarzyskie i rozwój osobisty są więc tak samo ważne w zdrowym funkcjonowaniu jak posiłek, praca i domowe obowiązki.

Słuchaj swoich potrzeb

Szczęście oznacza dążenie do harmonii w każdym obszarze mojego życia, w zgodzie ze sobą i z innymi. Żyj tak, aby wszystko, co robisz, było zgodne z Twoimi wartościami. Zwracaj uwagę na to, co w danym momencie jest dla Ciebie priorytetem – skończenie ważnego raportu czy 8 godzin snu?

Ideę work-life balance – rozumianą jako balans dążący do harmonii i zadowolenia z jakości własnego życia – warto wdrażać w swoje życie. Tak abyś każdego dnia czuła, że robisz coś, co jest ważne dla Ciebie, że dbasz o wszystkie sfery swojego życia i że czujesz się szczęśliwa ze swoimi wyborami.

Życzę Ci wdzięcznego balansu w codziennym życiu ☺

Renata Wrona

OGŁOSZENIA DROBNE

- ▶ Wynajmę lokal biurowy 50 m² w Galerii Sosnowej przy ul. Jeździeckiej 21f – kontakt: 601-25-15-88.
- ▶ Wynajmę bezpośrednio 3-pokojowe mieszkanie 70 m² Rembertów, ul. Kaletnicza, tel: 601-997-087 po godz. 16.00.
- ▶ Zatrudnię kamieniarzy i montażyстів w firmie kamieniarskiej przy Trakcie Brzeskim – kontakt: 601-25-15-88.
- ▶ WYPRZEDAŻ kinkietów i kloszy w cenie od 5 zł, żyrandoli od 50 zł. Rembertów ul. Doroty Kuszyńskiej 24 tel: 22 611 83 65.
- ▶ Sprzedam bezpośrednio lokal 45 m² Wesoła ul. Warszawska 55, tel: 601-997-087 po godz. 16.00.
- ▶ Pomoc i nauka obsługi komputera, telefonu komórkowego, internetu. Dla osób starszych promocja! Student tel. 533 404 404.
- ▶ Wynajmę lokal 200 m² pod działalność gospodarczą w Rembertowie. Tel: 22 611 83 65.

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 należy dokonać do 20 dnia poprzedniego miesiąca pod numerem tel. 22 810 26 04 lub adresem e-mail: drobne.rembertow@wiadomosciasiedzkie.pl.
Ogłoszenia publikujemy po wcześniejszym opłaceniu (gotówką lub przelewem).
Redakcja

**WYCINANIE DRZEW
PODCINANIE GAŁĘZI
PRACE PORZĄDKOWE
TRANSPORT
Tel. 513-148-238**

**OGRODY A-Z
PRACE PORZĄDKOWE
CZYSZCZENIE RYNIEN
790 55 47 46**

**CIĘCIE DRZEW
PRACE ZIEMNE
RĘBAK • WYWÓZ
790 55 47 46**

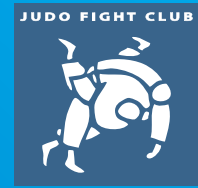
GITARA – NAUKA GRY
Od pierwszej lekcji grasz i śpiewasz piosenki! Lekcje indywidualne, 15 lat doświadczenia w uczeniu.
Tel. 695-622-848

**ODŚNIEŻANIE
DACHÓW, PARKINGÓW
PRACE WYSOKOŚCIOWE
790 55 47 46**

MONTAŻ:
■ kamery CCTV ■ anteny TV i SAT
■ kontrola dostępu ■ domofony
www.kamery-anteny.pl
kamery.anteny@wp.pl, tel. 663-677-701

JUDO, AKROBATYKA, KOREKTYWA W JEDNYM!

ZACZYNAMY 12 LUTEGO!



- ZAJĘCIA ORGANIZUJE UKS JUDO FIGHT CLUB ZNANY I LUBIANY SZCZEGÓLNIE PRZEZ DZIECI KLUB,
- ZAJĘCIA W MIŁEJ ATMOSFERZE I WZAJEMNEGO SZACUNKU,
- ZAPRASZAMY CHŁOPCÓW I DZIEWCZYNKI DZIECI WYSOKIE I NISKE, DZIECI ŻYWIŁOWE I Z NADWAGĄ,
- DUŻA, PROFESJONALNIE WYPOSAŻONA SALA,
- KADRA Z DOŚWIADCZENIEM W PRACY Z NAJMŁODSZYMI



CELEM ZAJĘĆ JEST POKAZANIE I NAUCZENIE DZIECI WYKONYWANIA ĆWICZEŃ POPRAWIAJĄCYCH ICH GIBKOŚĆ ORAZ RÓWNOWAGĘ. PODCZAS ZAJĘĆ BĘDĄ DOSKONALIĆ ELEMENTY AKROBATYCZNE, TAKIE JAK MOSTEK, SZPAGATY, STANIE NA RĘKACH, PRZEWROTY W PRZÓD I W TYŁ.

POZNAJĄ ĆWICZENIA ROZCIĄGAJĄCE POSZCZEGÓLNYCH PARTII CIAŁA – OBRĘCZ GÓRNA WRAZ Z KOŃCZYNAMI GÓRNYMI, OBRĘCZ DOLNA Z KOŃCZYNAMI DOLNYMI ORAZ KRĘGOSŁUP. TAKIE ĆWICZENIA SĄ ŚWIETNYM UZUPEŁNIENIEM TRENINGÓW JUDO.

ZAJĘCIA WZBOGAĆCONE BĘDĄ O GRY I ZABAWY RUCHOWE. ORAZ ĆWICZENIA SIŁOWE I KOORDYNACYJNE KTÓRE POZWOLĄ DZIECIOM ŁAGODNIE POKONAĆ DROGĘ Z REKREACJI RUCHOWEJ DO SPORTU.

SPORT TO DISCYPLINA, EMOCJE, RYWALIZACJA, KOLEDZY ORAZ SPOSÓB NA ŻYĆCIE!

ZAUFAJ NAM, A MY ZADBAMY O KOMPLEKSOWY ROZWÓJ TWOJEGO DZIECKA!!!
10 LAT DOŚWIADCZENIA, WIELU ZADOWOLENÝCH KLIENTÓW,
PROFESJONALNE PODEJŚCIE DO DZIECI.



WTORKI I CZWARTKI
GODZ. 17:00 - 18:00 - 4 - 6 LAT
GODZ. 18:00 - 19:00 - 7-10 LAT



513-96-16-16
WWW.JUDOFIGHTCLUB.PL

**SALA GIMNASTYCZNA PRZY PRZEDSZKOLU
KUBUŚ PUCHATEK I PRZYJACIELE, UL. KADROWA 5**

MUSIC SCHOOL W REMBERTOWIE
zapisy przez cały rok

ZAJĘCIA INDYWIDUALNE
 ▷ pianino ▷ wokal
 ▷ skrzypce ▷ gitara

ZAJĘCIA GRUPOWE
 ▷ zajęcia wokalne w grupie
 ▷ zajęcia muzyczne dla przedszkolaków

 www.artofmusical.pl
 facebook.com/artofmusical
 694 429 404
 Warszawa, bud. SP 376, ul. Ziemskiego 22

STREFA SPOKOJU

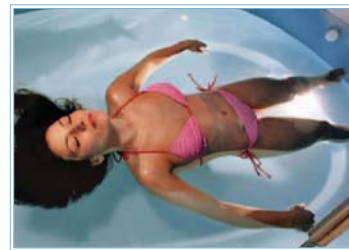
TERAPIA FLOATREST®

www.strefaspokoju.com.pl



w warunkach braku grawitacji

USUŃ: BÓL, STRES, ZMĘCZENIE
ZABIEGI REGENERACYJNE I WZMACNIAJĄCE



- Zlikwiduj bóle różnego pochodzenia
- Wzmocnij układ odpornościowy
- Pozbądź się stresu i zwiększ swoje siły vitalne
- Popraw wydolność i kondycję

www.facebook.com/floatstrefaspokoju

STREFA SPOKOJU

Al. Dzieci Polskich 20 – Hotel Patron, pok. 105A
tel. 601 598 008

MULTI-MEDICA®
REMBERTÓW

ul. Paderewskiego 130
04-438 Warszawa

tel. 506 705 506

multimedica-rembertow.pl
facebook.com/multimedicarembertow

Opieka Medyczna:

- Alergolog
- Dermatolog
- Dietetyk
- Endokrynolog
- Ginekolog
- Internista
- Laryngolog
- Kardiolog
- Neurolog
- Okulista
- Ortopeda

Profesjonalny sprzęt gastronomiczny

stalcast
ekspert gastronomiczny

do: **-43%**

NOWOROCZNE PROMOCJE

186 PRODUKTÓW W REWELACYJNYCH CENACH!

Oferta dostępna u dystrybutorów Stalcast oraz na www.stalcast.com