



SASKA KĘPA

wiadomości sąsiedzkie

ISSN 2299-8268

Wrzesień 2014 r. • GAZETA BEZPŁATNA

Nr

20



NIE POZWOLMY UMRZEĆ PAMIĘCI

Barykada kluczowa. Żołnierze 336 pp na barykadzie kluczowej, w przerwie między atakami nieprzyjaciela; na zdjęciu m.in. ppor. Tadeusz Barszczewski, dowódca pododdziału Francuska – Aldony (w głębi ze słuchawką telefoniczną), st. Sierżant Stefan Goss – szef kompanii (siedzi w fotelu) oraz obsługa lewej armaty Schneider, kal. 75 mm; fot. Ks. Michał Ślipek, 1939.

W obecnych czasach niewiele osób interesuje się historią: dziejami świata i naszej Ojczyzny. Nawet ciekawość, która prowadzi do zdobycia wiedzy o swojej okolicy, niestety również zamiera. Czy historia wyszła z mody? Czy kiedykolwiek była w modzie? Tego nie wiem. Wiem natomiast, że dzięki posiadaniu nawet znikomej wiedzy o terytorium, na którym żyjemy, zrozumiemy niektóre współczesne wydarzenia, będziemy potrafili stworzyć ciąg przyczynowo-skutkowy, a co więcej, nasze serca zostaną wypełnione dumą. Zdamy też sobie sprawę z powagi miejsca, w którym żyjemy. Być może niektórzy z Was pomyślą, że poruszony przeze mnie temat jest zbyt patetyczny, niezrozumiały dla najmłodszego pokolenia saskokępian. Ja jednak spróbuję Was przekonać do zgłębienia, zrozumienia i przede wszystkim pielęgnowania historii, którą jeszcze możemy poznawać dzięki spotkaniom z jej naocznymi świadkami, którzy tworzyli naszą przeszłość.

Możemy być dumni ze swojego miejsca zamieszkania. Z ziemi, która widziała przemoc i śmierć. Słyszała huk armat, świst pocisków i krzyki postrzelonych osób. Zasmakowała – choć nie chciała – krwi poległych i sama krzyczała z bólu. Wszystkiego tego doświadczyła we wrześniu 1939 roku, podczas obrony Saskiej Kępy. W drugim tygodniu II wojny światowej wojska niemieckie podeszły pod Saską Kępę, która stała się jednym z kluczowych odcinków

obrony Warszawy. Heroiczny bój o naszą dzielnicę rozpoczął się na Wale Goławskim, a przewodził mu ppłk. Stefan Kotowski. U zbiegu ulic Francuskiej oraz Zwycięzców stała barykada, która skutecznie odpierała ataki agresora. Dzięki wierze w Ojczyznę i odwadze obrońców niemieckim żołnierzom nie udało się przedrzeć do Mostu Poniatowskiego, który prowadzi do serca stolicy – hitlerowcy wówczas nie zdobyli Warszawy. Ostateczna bitwa rozegrała się tu 26 września 1939 roku, a stworzone barykady nie zostały przełamane.

Ofiarami walk toczonych na Saskiej Kępie byli nie tylko ludzie. Podczas boju mającego uchronić stolicę życie stracił również znajdujący się przy ulicy Francuskiej Saski Królewski Dąb, który śledził historię naszej okolicy od XVIII wieku. Świadek dołi i niedoli naszych przodków znajdował się w samym centrum wrzesniowych walk. Poległ po ostrzale artyleryjskim, który pozbawił go gałęzi i listowia. Po tego typu ranach nawet najlepszy żołnierz nie byłby w stanie podnieść się i żyć dalej. Na szczęście w 2012 roku, dzięki staraniom Jana Kossakowskiego i Fundacji Korpus Ochotników Specjalistów, drzewo, które stało się symbolem Saskiej Kępy, doczekało się restytucji. Podczas obchodów 73. rocznicy obrony Saskiej Kępy w Ogródku Jordanowskim zasadzono Dąb Junior, nad którym opiekę powierzono najmłodszemu mieszkańcom naszego osiedla.

Długowieczne drzewo z gatunku quercus robur śledzi nasze poczynania i w swoich sękach zapisuje naszą historię.

Po krótkim historycznym wprowadzeniu chciałabym zaprosić Was w imieniu Fundacji KOS na obchody 75. rocznicy obrony Saskiej Kępy. W wydarzeniach, których głównym celem jest uczczenie pamięci uczestników walk, będziemy mogli wziąć udział 13 i 14 września 2014 r. W sobotę Fundacja Korpus Ochotników Specjalistów zaprasza najmłodszych do Ogródka Jordanowskiego. W niedzielę przy ulicy Francuskiej przed Symbolem Wrzesniowej Barykady 1939 punktualnie o 14:00 rozpoczyna się oficjalne uroczystości. Wydarzeniu towarzyszyć będzie m.in. zaciągnięcie warty honorowej, wystawa plenerowa oraz pokaz uzbrojenia barykady kluczowej.

W ten wrzesniowy weekend nie bójmy się zapomnieć o otaczającej nas rzeczywistości. Stańmy przed Symbolem Wrzesniowej Barykady 1939, podziękujmy w duszy za wolność, za którą walczyli nasi przodkowie, i poznajmy prawdziwą historię, od osób, które żyły w tych okrutnych czasach. Tylko prawdziwe wspomnienia – nie podkoloryzowanie ani nie ulepszone efektami specjalnymi – pozwolą poznać historię Saskiej Kępy, Polski i świata. W moim przekonaniu jest to obowiązek prawdziwego wolnego Polaka.

Olga Łęcka

cd. na str 2

SASKI FESTYN POD DĘBEM, 13 września 2014 r (sobota)

Miejsce:

- Ogród Jordanowski na Saskiej Kępie, ul. Nobla 18/26
- W przypadku niepogody – pobliski budynek Ogniska Pracy Pozaszkolnej

Program:

- 15.00 do 16.30 Animacja muzyczna z dziećmi w wieku od 5 do 9 lat, prowadzona przez Malinę Sarnowską z udziałem trębacza Mateusza Tomaszewskiego.

Podczas zajęć animacyjnych:

- urządzimy królewskie imieniny (tak, jak miało to miejsce na Saskiej Kępie w roku 1754)
- poznamy różne rodzaje trąbek, m. in. trąbkę piccolo i trąbkę sygnałową
- będziemy bawić się piosenką „Pojedziemy na łów”
- wspólnie zagramy dla Dębu Saskiego Juniora

W przerwie animacji poczęstunek w Bufecie Owocowym (jak na królewskie imieniny przystało).

PRZYBYWAJCIE!

Ponadto, przed animacją:

- Wystawa komiksowa o Saskiej Kępie i Królu Augustcie III Sasie,
- Odbiór broszury „Dwa Saskie Dęby”,
- Zapisy do Klubu pod Dębem.

A po animacji:

- Dzieci obejmują pieczę nad Dębem na kolejny rok i wspólnie porządkujemy teren wokół Dębu Saskiego Juniora!

Głównym sponsorem Festynu jest



MIASTO
STOŁECZNE
WARSZAWA

Współpraca:




oraz



Ogólnopolskie
Forum
Inicjatyw
Pozarządowych
www.oip.pl



W imieniu organizatora festynu – FUNDACJI  KOS
zaprasza jego inicjator

Jan Kosselub



Rekonstruktorzy podczas 73. Rocznicy obrony Saskiej Kępy, fot. Zofia Domaniewska (KOS), 2012 oraz fot. Piotr Chudy (KOS), 2012.

75-LECIE OBRONY WARSZAWY w roku 1939 na odcinku Saska Kępa, 14 września 2014 r. (niedziela)

- **Godz. 12.00 do 14.00** – przechodnie i gromadzący się uczestnicy uroczystości oglądają wystawę OBRONA SASKIEJ KĘPY WE WRZEŚNIU 1939 (13 plansz) oraz nową wystawę GEN. SOSABOWSKI (10 plansz) – obie na ogrodzeniu posesji Francuska 2.

Indywidualne informacje udzielane przez wolontariuszy i rekonstruktorów.

- **Od godz. 12.00 do 14.00** – urządzanie pokazu uzbrojenia barykady kluczowej, w tym armaty wz. 97 kal. 75, ckm Browning wz. 30, granatnika wz. 36 – Francuska 2 i 4.
- **Godz. 14.00** – zaciągnięcie warty honorowej przed Symbolem Wrześniowej Barykady 1939 – Francuska 1 i 4, a następnie sygnałem Słuchajcie wszyscy i wierszem Broniewskiego Bagnet na broń – rozpoczęcie głównej części uroczystości.
Planowane trzy wystąpienia okolicznościowe.
- **Ok. godz. 14.45** – przejście wzdłuż granitowego pasa znaczącego symbolicznie linię obrony i objaśnianie poszczególnych plansz przez ich twórców.
- Pokaz uzbrojenia z objaśnieniami przez wolontariuszy-rekonstruktorów – w razie zainteresowania **do godz. 17.00**.

W imieniu organizatora obchodów – FUNDACJI  KOS zaprasza ich inicjator

Jan Kosselub

Głównym sponsorem obchodów 75-lecia jest Ministerstwo Obrony Narodowej:



Współpraca:



oraz

- Muzeum Czynu Zbrojnego w Lipcach Reymontowskich
- Betuws Oorlogsmuseum "The Island" 1944-1945 w Holandii



Z prac Rady Dzielnicy

W lipcu i sierpniu Rada Dzielnicy Praga Południe obradowała na trzech sesjach. Pierwsza z lipcowych sesji poświęcona była przede wszystkim zmianom budżetowym. Radni głosowali nad wieloma poprawkami, z których najważniejszą było przesunięcie oszczędności z korzystnie rozstrzygniętego przetargu na przebudowę ulicy Kobielskiej i przeniesienie ich na realizację remontu ulicy Budrysów. Dodatkowo

fundusze skierowano też na modernizację parku im. J. Polińskiego. Pozwoli to na realizację w tym roku większego zakresu prac.

Na drugiej lipcowej sesji radni obradowali nad zmianami w statucie dzielnicy Praga Południe. Zmiany, w większości kosmetyczne, ograniczyły się do uporządkowania statutu. Najważniejszym zapisem, który wkrótce pojawi się w tym dokumencie, będzie możliwość stworzenia dzielnicowej rady seniorów. Rada seniorów ma pełnić funkcje doradcze i opiniotwórcze.

Stanowisko w sprawie Jeziora Gocławskiego.

Najważniejszym punktem omawianym na sierpniowej sesji było „Stanowisko Rady Dzielnicy Praga Południe w sprawie ustalenia stanu prawnego Jeziora Gocławskiego”. Dokument autorstwa radnych Platformy Obywatelskiej jest apelem skierowanym do Prezydenta Warszawy z prośbą o podjęcie kroków ostatecznych wyjaśniających stan prawny jeziora. „Rada Dzielnicy pragnie wyrazić pogląd, iż wyjaśnienie powyższej kwestii leży w interesie mieszkańców Pragi Południe oraz władz zarówno Dzielnicy jak również miasta st. Warszawy” - możemy przeczytać w dokumencie.

Karol Kowalczyk
Radny dzielnicy Praga-Południe

Losy Domu Dziecka Niewidomego

W połowie lipca Wojewoda Mazowiecki udzielił satysfakcjonującej odpowiedzi na petycję, która wyrażała sprzeciw i dezaprobatę wobec likwidacji Domu Niewidomego Dziecka, mieszczącego się przy ulicy Obrońców 24. W piśmie została zawarta informacja o tym, iż intencją wojewody nie była likwidacja jakże ważnego ośrodka, a dostosowanie go do aktualnie funkcjonującego prawa.

Jak czytamy na profilu facebookowym należącym do Domu Niewidomego Dziecka, wojewoda odpowiedział: „(...) intencją podejmowanych przez mój urząd działań nie było likwidowanie placówki, ale zapewnienie jej działania w ramach obowiązującego systemu prawnego i doprowadzenie do tego, aby niepełnosprawne dzieci miały godne i

bezpieczne warunki bytu i mogły w pełni korzystać ze swoich praw. (...)”.

Istotną kwestią jest fakt, że do czasu rozstrzygnięcia przez sąd sprawy zasiedzenia nieruchomości pobyt najmłodszych w budynku przy ulicy Obrońców został zapewniony. Pierwsza rozprawa planowana jest na dzień 29.09.2014 r. Cieszyć może również fakt, że Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Powiecie Warszawskim Zachodnim zobowiązało się do zatrudnienia i sfinansowania etatu dodatkowej osoby, której głównym zadaniem będzie pomoc przy sprawowaniu opieki nad dziećmi.

Izabela Gloskiewicz,
źródło: www.facebook.com/domniewidomegodziecka/posts

Uzupełnienie:

Artykuł pt. „Zieleń dla nas wszystkich” opublikowany w numerze 19 „Wiadomości Sąsiedzkie Saska Kępa” nie zawierał pełnej i poprawnej informacji związanej z uzasadnieniem Uchwały NR 501/LVIII/2014, Rady Dzielnicy Praga-Południe m. st. Warszawy z dnia 17 czerwca 2014 r. Uchwała jest dostępna pod linkiem: <http://bip.warszawa.pl/NR/exeres/F70856E8-934D-44DA-AA4F-43DDA32E87FF;frameless.htm>.



Nowe inwestycje oświatowe na Saskiej Kępie

Wrzesień najczęściej kojarzy się nam z końcem wakacji i zakupami przed rozpoczęciem nowego roku szkolnego. Ale nie tylko uczniowie i ich rodzice przygotowują się do pierwszego dnia nauki w nowym roku szkolnym.

Także władze samorządowe starają się polepszyć warunki w zarządzanych przez siebie szkołach.

I podobnie jest w tym roku. Na Saskiej Kępie w ZS im. Agnieszki Osieckiej przy al. Stanów Zjednoczonych obok funkcjonującego tam zimną zadaszonego lodowiska zostało wybudowane za niebagatelną kwotę ponad 1 mln zł nowe boisko z 250-metrową bieżnią lekkoatletyczną. Oficjalne otwarcie i pierwsze zawody planowane są już na 18 września.

Dobrze, że w szkole z tradycjami sportowymi, do której uczęszczał m.in. nasz złoty medalista IO w 1980 roku z Moskwy Jacek Wszola, znowu będą mogli trenować zawodnicy „królowej sportu”.

Ale największy chyba prezent zrobili sobie na rozpoczęcie roku szkolnego dzieci z SP 143 im. Stefana Starzyńskiego, głosując wraz z rodzicami w ramach budżetu partycypacyjnego na projekt zadaszenia lekką konstrukcją boiska szkolnego. Dzięki możliwości podgrzewania hali dzieciaki będą mogły korzystać z niego teraz przez cały rok, a nie tylko przez 4-5 najcieplejszych miesięcy w roku.

Trzymam kciuki, aby 1 września 2016 roku można było powitać już w nowej hali, postawionej na boisku szkolnym.

Wiem, że to rozstrzygnięcie, które pochłonęło prawie wszystkie środki przeznaczone dla Saskiej Kępy w ramach budżetu partycypacyjnego 2015, może wydawać się kontrowersyjne. Jestem jednak przekonany, że w przyszłym roku, dzięki zwiększeniu funduszy i większej mobilizacji zwolenników innych inicjatyw, także pozostałe ciekawe projekty będą mogły być realizowane. Tym razem mobilizacja i dobrze zorganizowana akcja uczniów i rodziców z SP 143 zapewniły zwycięstwo bliskiemu im projektowi.

Mieszkańców Warszawy, także Saskiej Kępy, bulwersuje sytuacja zwrotu spadkobiercom nieruchomości miejskich, przede wszystkim oświatowych. Dlatego władze naszego miasta dokonały przeglądu wszystkich takich sytuacji pod kątem zabezpieczenia interesów jednostek oświatowych, a przede wszystkim zapewnienia dobrych warunków nauki dla dzieci i młodzieży uczęszczających do zagrożonych placówek.

Na Pradze-Południe taka sytuacja, poza znanym mieszkańcom Saskiej Kępy przedszkolem „Saski Zakątek”, dotyczy także Szkoły Podstawowej nr 120 przy ul. Międzyborskiej i XCIX LO im. Z. Herberta przy ul. Fundamentowej.

Aby uchronić ich oświatową funkcję, na ostatniej sesji Rady m.st. Warszawy zostały podjęte uchwały o rozpoczęciu procedowania mikroplanów zagospodarowania przestrzennego dla wymienionych szkół.

Podjęcie decyzji przez Radę Miasta o przeznaczeniu tych terenów tylko i wyłącznie na cele oświatowe w przypadku orzeczenia sądowego o konieczności zwrotu nieruchomości w znacznym stopniu zabezpieczy interesy miasta.

Paweł Lech – Przewodniczący Komisji Sportu, Rekreacji i Turystyki Rady m.st. Warszawy

Wiadomości Sąsiedzkie Saska Kępa – pismo mieszkańców Saskiej Kępy i okolic

Zespół redakcyjny: Marcin Jędrzejewski (redaktor naczelny), Filip Kamać, Karol Kowalczyk, Izabela Gloskiewicz, Anna Oleksiak, Olga Łęcka (sekretarz redakcji – tel. 607-288-348).

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

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

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

Wydawca: J-PROPERTY. ISSN 2299-8268. Nakład: 8000 egz. Gazeta bezpłatna!

Redakcja nie zwraca tekstów niezamówionych i nie gwarantuje ich publikacji.

Zastrzegamy sobie prawo dokonywania skrótów i korekty językowej.

Za informacje zawarte w reklamach redakcja nie odpowiada.

Jesteśmy uczestnikiem programu



Żeglarze słodkich wód



Na Saskiej Kępie już od dwóch lat działa 296 Warszawska Drużyna Harcerska „Wir”. Tak jak w każdej drużynie harcerskiej staramy się wychowywać w niej młodych ludzi zgodnie z ideami zapisanymi w Prawie i Przyrzeczeniu Harcerskim. Czynimy to jednak inaczej niż w większości drużyn, gdyż jesteśmy żeglarzami.

Ale... kim są harcerze-żeglarze? Czy różnią się od przeciętnych uczniów? Wszak tak jak inni chodzą na koncerty, do teatru, na imprezy, jeżdżą za granicę, zarabiają pieniądze, studiują, chodzą do restauracji, robią zakupy na Allegro, sprawdzają kurs euro w Google'u, jeżdżą na nartach, wspinają się, oglądają mecze w TV, śpią w hotelach, grają w totka, robią sushi, gotują pomidorówki, chodzą do kościoła. Oczywiście robią też te „dziwne” rzeczy: sami na obozie budują sobie prycze, rozpalają ognisko jedną zapałką, gotują obiad z niczego, śpiewają szanty, umieją zbudować z gałęzi szałas, w którym będzie sucho podczas burzy, robią

sobie „kominki szczerości”, zdobywają stopnie i sprawności, uczestniczą w wieczornych gawędach, ubierają się w pełny mundur w trzy minuty.

Czy to rzeczy przydatne? Oczywiście nikt nie będzie sobie budował koło biurka pryczy, ale sam fakt, że mógłby, oznacza, że jest między innymi: zaradny, samowystarczalny, silny, kreatywny, solidny, umie coś zaprojektować, doprowadza swoje zadania do końca, analizuje, czy to, co zrobił, się sprawdza. A to tylko śmieszne budowanie łózka z drewnianych belek.

Dobrze, popatrzmy na coś głębszego: ubieranie się w pełny mundur w trzy minuty. Na pierwszy rzut oka ta umiejętność też może wydać się kompletnie nieprzydatna. Ale to nieprawda. Osoba, dla której trzyminutowy alarm mundurowy w środku nocy to pestka, jest człowiekiem: działającym szybko, obowiązkowym, zdyscyplinowanym, reagującym błyskawicznie, dobrze zorganizowanym, zawsze gotowym do pracy. Podobnie jest z żeglarstwem. Przez cały rok nasze działania są nastawione na pracę przy jachcie, która uczy odpowiedzialności, systematyczności, dbałości o sprzęt, po to, by w miesiącach letnich móc, z dumą, na tak konserwowanym przez nas samym sprzęcie zrobić to, do czego zostaliśmy stworzeni. Czyli żeglować!

Krótką historia, czyli słów kilka...

296 Warszawska Drużyna Harcerska „Wir” została założona 2012 roku z inicjatywy p.wd. Jakuba Kowalskiego. Początki jak zawsze były trudne. Brak funduszy, kadry, ale przede wszystkim sprzętu żeglarskiego znacząco hamowały rozwój drużyny. Jednak, patrząc z perspektywy czasu, te wszystkie problemy były dla nas i naszych podopiecznych tylko motywatorami do działania i rozwijania drużyny, a przez nią i nas samych. Dziś nasza drużyna jest jedną z najlepszych jednostek w Hufcu ZHP

Praga-Południe. Od niedawna nasza drużyna posiada własną omege o dumnie brzmiącej nazwie „Gęgoł”, której portem macierzystym jest miejscowość Ocypel nad jeziorem Ocypel Wielki.

Dlaczego „Wir”?

Od momentu założenia drużyny jej bohaterem jest wachmistrz Antoni Burdzielowski, marynarz Flotylli Pińskiej o pseudonimie bojowym „Wir”. Po wybuchu II wojny światowej „Wir” przedostał się na zachód, gdzie wstąpił do partyzantki. Antoni Burdzielowski podczas Powstania Warszawskiego wraz z podległym mu oddziałem starał się udzielić pomocy walczącej Warszawie, bił się o Dworzec Gdański i o lotnisko na Bielanach. Po wojnie nie ujawnił się władzom PRL. Zmarł w 1973 r. i został pochowany na cmentarzu w Elblągu.

Jak nas znaleźć?

Staramy się bardzo aktywnie działać na rzecz Saskiej Kępy. W tym roku między innymi wystawiliśmy kawiarenkę na Świątce Saskiej Kępy, którą odwiedziła prezydent Warszawy Hanna Gronkiewicz-Waltz. W tym roku zamierzamy również zorganizować akcję „Podnieś papieraek – posprzątaj Kępę!”. Możliwe również, że zobaczysz kiedyś nasze granatowe mundury, gdy będziemy akurat wędrować po naszej dzielnicy. Nasze zbiórki odbywają się w każdy piątek w Zespole Szkół nr 84 na ulicy Zwycięzców 44 w godzinach 17:30-19:00. Posiadamy również własną stronę na Facebooku – <https://www.facebook.com/296Wir>.

Piotr Michalak – drużynowy 296 Warszawskiej Drużyny Harcerskiej, na co dzień uczeń VIII Liceum Ogólnokształcącego im. Króla Władysława IV i zapalony podróżnik. Podczas podróży nie śpieszy się i lubi odkrywać zapomniane miejsca.



Nie dajmy się oszukać pseudo taksówkarzom

Jeśli korzystacie z usług taksówkarzy, musicie uważać na nieuczciwych przewoźników. W ostatnim czasie Urząd m.st. Warszawy razem ze służbami działającymi na terenie naszego województwa oraz kontrolą skarbową obserwują pracę taksówkarzy. Po sprawdzeniu ponad 1500 przewoźników w pierwszym półroczu okazało się, że najwięcej przewinień zanotowano w związku z niezdanym egzaminem z topografii miasta, pobieraniem opłat bez włączonego taksometru oraz niewydaniem paragonu.

Aby nie dać się oszukać i mieć pewność, że podróżujemy taksówką, za której kierownicą siedzi

uprawniona do tego osoba, zwróćmy uwagę na oznakowanie pojazdu. Taksówka powinna mieć naklejony żółto-czerwony pas z numerem bocznym pojazdu oraz herbem stolicy. Natomiast w górnym prawym rogu przedniej szyby auta powinna widnieć naklejka ze specjalnym hologramem, numerem licencji oraz numerem rejestracyjnym samochodu. Ponadto na tylnej prawej szybie, w lewym rogu musi znajdować się dwustronna tabliczka. Na jej zewnętrznej stronie powinniśmy znaleźć informację o cenie za 1 km w I strefie taryfowej. Natomiast na rewersie tabliczki musi znajdować się informacja o opłatach zgodna z odpo-

wiednim wzorem. Pamiętajcie, że po otrzymaniu zapłaty za kurs taksówkarz ma obowiązek wydać Wam paragon, który jest podstawą do wniesienia ewentualnych roszczeń.

Przeprowadzone do tej pory kontrole wykazały, że niektórzy taksówkarze naruszają ustawę o prawie o ruchu drogowym, ustawę o cenach oraz przepisy karno-skarbowe i przepisy prawa miejscowego. Za przewinienia po kontroli 1595 przewoźników wystawiono 405 mandatów na kwotę 44 tys. zł.

Izabela Gloskiewicz,
źródło: UM Warszawa

CZY WARTO MIEĆ PROSTE ZĘBY?

Z dr Anetą Howorus-Bartoszcze, lekarzem stomatologiem, specjalistą ortodontą, rozmawia Marta Frejtan.

– Ortodoncja to coraz bardziej popularna dziedzina stomatologii. „Druciki na zębach” noszone są obecnie nie tylko przez dzieci w szkołach, ale również przez dorosłych w urzędach czy w biurach. Czy to przemijająca moda czy może wzrost świadomości społeczeństwa?

– Poprawa warunków bytowych, wzrost znaczenia mediów i powszechna obecność na portalach społecznościowych z pewnością zwiększyły wśród pacjentów potrzebę posiadania pięknego uśmiechu, a rozwój nowoczesnej stomatologii, a szczególnie stomatologii estetycznej, dał lekarzom nowe możliwości leczenia. Nie wystarczy jednak wybielanie czy kosmetyczna korekta kształtu zębów (np. li-cówki), by móc cieszyć się atrakcyjnym uśmiechem. Przede wszystkim należy zęby wyprostować, rozpoczynając leczenie ortodontyczne.

– Nieprawidłowo ustawione zęby często negatywnie wpływają na urodę i prowadzą do braku akceptacji przez otoczenie z powodu wyglądu. Czy to jedyne powody, dla których pacjenci zgłaszają się do pani doktor?

– Wady zgryzu mogą powodować trudności w mowie, gryzieniu, rozdrabnianiu przyjmowanych pokarmów oraz zaburzać pracę stawów skroniowo-żuchwowych, co z czasem może objawiać się na przykład bólami głowy. Wychylone przednie zęby są bardziej podatne na urazy, złamania, do których może dojść nawet przy uderzeniu o kubek. W przypadku stłoczeń zębów utrudnione, a niejednokrotnie wręcz niemożliwe, jest ich prawidłowe czyszczenie, co prowadzi do nasilonej próchnicy, odkładania się kamienia nazębnego i w konsekwencji do chorób dziąseł czy też całego przyzębia. Pacjenci zgłaszają się również z powodu nadmiernego starcia zębów, które także może być spowodowane zaburzeniami zgryzu. W takim przypadku nie jest możliwa odbudowa startego zęba czy założenie wypełnienia bez wcześniejszej korekty jego położenia. Bardzo często trafiają do mnie osoby skierowane przez logopedę, stomatologa, protetyka czy periodontologa, którzy rozumieją, że należy leczyć przyczynę wady.

– Różne, nawet wśród stomatologów, są opinie na temat czasu rozpoczęcia leczenia ortodontycznego. Kiedy najlepiej?

– Moje kilkunastoletnie doświadczenie pozwala stwierdzić, że im wcześniej pacjent trafi do specjalisty, tym lepiej. Zdarza się, że poważny problem bywa bagatelizowany lub niezauważony w odpowiednim czasie. Dlatego zachęcam do konsultacji ortodontycznej w przypadku jakichkolwiek wątpliwości. Mój najmłodszy pacjent to 3-letni chłopiec, który utracił cztery przednie zęby mleczne z powodu próchnicy butelkowej. Ponieważ w okresie 3-4 roku życia formuje się prawidłowa mowa, utrata tych zębów powodowała nieprawidłową pracę języka. Wykonaliśmy Adasiowi płytkoprotezę dziecięcą, z którą wspaniale radzi sobie w przedszkolu. W większości przypadków wystarczy jednak wczesne wykrycie i eliminowanie czynników powodujących wady zgryzu, jak na przykład ssanie palca czy smoczka, które mogą powodować nieprawidłowy wzrost szczęk i zmieniać pracę mięśni. Proste aparaty wyjmowane do posiłków i mycia stosuję u dzieci w trakcie wymiany zębów mlecznych na stałe. Takie wczesne leczenie zapobiega nasilaniu się i utrwalaniu wad w okresach późniejszych. Zdarza się jednak, że nie podejmują leczenia u danego dziecka. Niektóre problemy ortodontyczne mogą być rozwiązane wyłącznie aparatami stałymi, które na ogół są stosowane po zakończeniu wzrostu. Nie ma więc potrzeby narażać rodziców na koszty. W takim przypadku dziecko pozostaje w obserwacji ortodontycznej do momentu, gdy można rozpocząć terapię aparatami stałymi.

– Aparaty stałe – charakterystyczne metalowe lub przezroczyste elementy na powierzchni zębów najczęściej widzimy u młodzieży gimnazjalnej i licealnej. A co z osobami dorosłymi? Mają szansę na proste zęby?

– Oczywiście! Obecnie osoby dorosłe, niezależne i świadome swoich potrzeb estetycznych i funkcjonalnych, stanowią sporą część moich pacjentów. Zarówno panie, jak i panowie chcą mieć ładny uśmiech nie tylko na studniówkę czy własny ślub. Zdarza się, że leczę tatę i nastoletnią córkę lub po zakończeniu leczenia młody student przyprowadza swoją mamę.

Wraz ze wzrostem średniej długości życia zwiększa się także liczba pacjentów wymagających przedprotetycznego leczenia ortodontycznego. Takie przygotowanie pozwala na ograniczenie zasięgu protezy lub wręcz jej uniknięcie. Przedwczesna utrata zęba lub wrodzony brak zawiązka zęba mogą być wykorzystane do leczenia wady zgryzu. Ilość



lek. stom. **Anetta Howorus-Bartoszcze**
Specjalista ortodonta

procedur ortodontycznych i nowych technik, które można zaproponować pacjentom 55+, pozwala uzyskać wspaniałe efekty.

– Leczenie ortodontyczne wymaga więc współpracy specjalistów różnych dziedzin?

– Tak, bez wsparcia kolegów, którzy przygotowują pacjentów do leczenia ortodontycznego, nie mogłabym uzyskać tak zadowalających efektów. Dotyczy to oczyszczenia i leczenia zachowawczego zębów przed terapią oraz zabiegów po zdjęciu aparatu ortodontycznego. Dlatego w moim gabinecie wspólnie z lekarzami specjalistami pozostałych dziedzin stomatologii oferujemy kompleksową opiekę stomatologiczną dla całych rodzin, zarówno w zakresie ortodoncji, jak i stomatologii zachowawczej dla dzieci i dorosłych, endodoncji, chirurgii i protetyki.

– Dziękuję za ciekawą rozmowę i mam nadzieję, że będziemy kontynuować tematykę stomatologiczną w kolejnych numerach naszego pisma.

– Bardzo chętnie. Stomatologia dziecięca czy protetyka dorosłych są również bardzo interesujące, więc chętnie skorzystam z Państwa zaproszenia.

tekst sponsorowany

Pani  Ortodontka

Specjalistyczna Praktyka Stomatologiczna Pani Ortodontka

ul. gen. Romana Abrahama 12
03-982 Warszawa

kom: 531 111 183

info@paniortodontka.pl

www.paniortodontka.pl, facebook.com/paniortodontka

Senior – aktywny obywatel

Projekt „Senior – aktywny obywatel”, finansowany przez Ministerstwo Pracy i Polityki Społecznej w ramach Rządowego Programu na rzecz Aktywności Społecznej Osób Starszych na lata 2014–2020, jest kontynuacją działań podejmowanych na rzecz warszawskich seniorów przez Biuro Porad Obywatelskich w Warszawie.

Ideą projektu jest poprawa jakości życia seniorów dotkniętych: niedostatkiem, trudną sytuacją rodzinną, problemami mieszkaniowymi. Pomoc jest całkowicie bezpłatna, udzielana z zachowaniem pełnej poufności.

W ramach projektu prowadzone są także spotkania edukacyjne, obejmujące m.in. zagadnienia zakupów podczas prezentacji, zawierania umów przez telefon, konsekwencji poręczania kredytów i pożyczek, zaciągania kredytu na prośbę innej osoby, opieki nad osobą starszą, spraw mieszkaniowych oraz własności i form jej przekazania.

W powyższych wspomnianych sprawach, a także w wielu innych, doradcy BPO udzielają porad seniorom, których trudna sytuacja życiowa zmusiła do szukania fachowej pomocy. Wiele przydatnych informacji jest dostępnych w Internecie. W siedzibie BPO uruchomiono stanowisko internetowe, przy którym można skorzystać z pomocy wolontariusza w wyszukiwaniu niezbędnych informacji oraz korzystaniu z poczty elektronicznej. Do seniorów skierowany jest także poradnik „Krótki przewodnik po wirtualnym świecie”, zachęcający do korzystania z Internetu i wyjaśniający jego przydatność w życiu codziennym.

Uzyskanie informacji o przysługujących ulgach i uprawnieniach dla seniorów nie jest proste, gdyż informacje są bardzo rozproszone (różne ulgi przysługujące ze względu na wiek, ze względu na niepełnosprawność czy sytuację finansową). Nie ma takiego miejsca, w którym senior mógłby zapoznać się ze wszystkimi przywilejami. Dlatego, w celu zaspokojenia potrzeb grupy seniorów, doradcy BPO opracowali „Kalkulator ulg i uprawnień”, dzięki któremu dotarcie do wszystkich przywilejów będzie ułatwione. Osoby nie mające

ASOS 2014-2020

Rządowy Program na rzecz Aktywności Społecznej Osób Starszych na lata 2014-2020

Ministerstwo Pracy i Polityki Społecznej

komputera mogą skorzystać z niego przy pomocy doradcy lub wolontariusza BPO. Wyszukiwarka została zamieszczona na stronie internetowej BPO. „Kalkulator ulg” stanowi odpowiedź na problem społeczny, jakim jest brak dostępu do informacji o uprawnieniach oraz niewiedza na temat tego, w czym Internet mógłby być przydatny seniorom.

Szczegółowe informacje można uzyskać w siedzibie BPO przy ul. Gałczyńskiego 3, telefonicznie pod numerem: (22) 828-12-95, poprzez stronę internetową bpo.warszawa.pl lub e-mail: bpowarszawa@gmail.com.

Serdecznie zapraszamy.

Beata Łukasiewicz

doradca Biura Porad Obywatelskich w Warszawie

Dialog czy monolog?



Każdy zgodzi się, że rozmowa jest lepsza od monologu. Jednak w pędzie codziennego życia często spłaszczamy formę dyskusji i wyrzucamy z siebie własne racje, nie słuchając naszego rozmówcy. Spotykamy się z tym na każdym

kroku i przy wielu okazjach. Zarówno na poziomie debat politycznych, spotkań służbowych, inicjatyw społecznych, jak i rozmów rodzinnych.

Wszyscy wiemy, jak ważna jest w naszym życiu otwarta, szczerza rozmowa. Nikt z nas nie lubi być ignorowany. Nikt nie chce, żeby jego racje były pomijane w dyskusji. Niestety najczęściej nie potrafimy po prostu rozmawiać, dialog stał się nam obcy. Nie mamy skąd czerpać dobrego przykładu, a wszędzie słyszymy tylko monologi. Dobrze jest, jeżeli wokół siebie znajdziemy choć kilka osób czujących tak jak my, chcących rozmawiać, poznać cudze racje. Wtedy przestajemy być sami, czujemy, że ktoś jest obok, dodaje nam otuchy i sił do pracy.

Ze mną było podobnie. Kiedy stawiałem swoje pierwsze kroki w lokalnym życiu Saskiej Kępy, szybko zderzyłem się z niechęcią do słuchania. Chęć tworzenia, budowania czegoś nowego wspólnie, przy uwzględnieniu różnych racji i zdań, była rzadkością. Miałem jednak szczęście, bo wokół mnie znalazły się osoby chcące rozmawiać o bieżących problemach i sposobach ich rozwiązywania. Na początku byli to rodzice z przedszkola mojej star-

szej córki. Później udało mi się zarażać optymizmem i chęcią współpracy grupę mieszkańców mojego osiedla. Przy realizacji kolejnych pomysłów ujawniali się i przyłączały nowe osoby. Przekonałem się również, że Pan Tomasz Kucharski, burmistrz naszej dzielnicy, chce słuchać głosu mieszkańców Pragi-Południe. Wtedy zrozumiałem, że mamy szansę na sukces. Uwierzyłem, że jeżeli włożymy w nasze działania dużo pracy i serca, otwierając się na głos innych, to naprawdę możemy osiągnąć sukces mierzony satysfakcją z osiągniętego celu.

Coraz więcej osób przyłącza się do prowadzonych przez mnie działań. W Szkole Podstawowej nr 143 im. Stefana Starzyńskiego, gdzie mam przyjemność pełnić funkcję przewodniczącego Rady Rodziców, udało się zebrać grupę wspaniałych, pełnych optymizmu i otwartych na rozmowę ludzi. Na naszych spotkaniach ścierają się różne wizje i poglądy, ale nikt nie opuszcza spotkania w poczuciu przegranej. Podobnie jest na coraz większej liczbie spotkań różnych grup społecznych działających na Saskiej Kępie. Prowadzimy dialog na spotkaniach Rady Programowej Świąta Saskiej Kępy, która gromadzi przedstawicieli znacznej części lokalnych środowisk. Podczas naszych spotkań jest wiele różnych koncepcji, ale staramy się osiągnąć kompromis satysfakcjonujący wszystkich. W Radzie Programowej organizujemy pracę grupy odpowiedzialnej za program dla dzieci i młodzieży. Skupiamy



wokół siebie przedstawicieli wszystkich placówek oświatowych mieszczących się na Saskiej Kępie i tu też zawsze słuchamy się wzajemnie i wspólnie wypracowujemy koncepcje dziecięco-młodzieżowej części kolejnego Świąta.

Od pewnego czasu moje przedsięwzięcia na Saskiej Kępie prowadzę wspólnie z Rafałem Kunickim. Niedawno nasze działania zintensyfikowaliśmy i nadalimy im nowe barwy. Pod szyldem „Postawmy na dialog” organizujemy kolejne spotkania z mieszkańcami Saskiej Kępy i rozmawiamy o sprawach ważnych dla naszego osiedla i dzielnicy. Uczestników spotkań zachęcamy do aktywności społecznej, wyrażania swoich opinii i przedstawiania ciekawych pomysłów w szerszym gronie. Pomagamy w realizacji inicjatyw oddolnych. Słuchamy naszych sąsiadów i podejmujemy wspólnie działania w sprawach istotnych dla Saskiej Kępy i jej mieszkańców.

Andrzej Kołodziejczyk

Wasz sąsiad

Szybka pożyczka! Nawet do **10 000 złotych**

Zadzwoń lub wyślij SMS o treści POŻYCZKA
600 400 600

Koszt połączenia i SMS-a wg taryfy operatora
Provident Polska S.A. www.provident.pl

PROVIDENT
Jesteśmy, kiedy potrzebna

Szybka pomoc w aranżacji Twojego mieszkania w stałej konkurencyjnej i niezależnej od ilości m² cenie.

POGOTOWIE wnętrzarskie

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

Sprawdź na www.pogotowiewnetrzarskie.pl
lub zadzwoń 604 23 23 57 i dowiedz się więcej - to możliwe!

KULTURALNA PRAGA - POŁUDNIE

KALENDARIUM WYDARZEŃ KULTURALNYCH WRZESIEŃ 2014



ORGANIZACJE
POŻARZĄDOWE



CENTRUM
PROMOCJI
KULTURY
PRAGA-POŁUDNIE

Klubokawiarnia Towarzyska:				
19.09.2014 r.	20.30	Bobby The Unicorn	Klubokawiarnia Towarzyska, ul. Zwycięzców 49	dorośli, młodzież. Wstęp - 10 zł
Teatr SOHO:				
13.09.2014 r.		Akcja społeczna „Orzeł”	Klub sportowy Orzeł, Podskarbińska 14, Warszawa	Studio Teatralne Koło
21.09.2014 r.	19.30	„Kalino malino czerwona jagoda”	Teatr Soho, Mińska 25, Warszawa	
05.10.2014 r.	19.30	„Idiota” - premiera	młodzież, dorośli, seniorzy, bilet normalny 30 zł, ulgowy 20zł	
			młodzież, dorośli, seniorzy, bilet premierowy (spektakl+bankiet) 100zł	
Centrum Promocji Kultury:				
16.09.2014 r.	19.00	„Cały ten jazz! LIVE!” - Marcin Wasilewski Trio. Koncert.	Klub Kultury Saska Kępa, ul. Brukselska 23, Warszawa	
16.09.2014 r.	12.00	Historia sztuki. Greco – między Toledo a Siedlcami. O sztuce XX wieku. Prowadzenie: Przemysław Glowacki.	Klub Kultury Seniora, ul. Pawlikowskiego 2, Warszawa	
20.09.2014 r.	17.00	WARSZAWA – KRAKÓW bez wizy. Tribute to Xawery Dunikowski ". „Strofy o sztuce”. Wystąpią: Elżbieta Jękot - Orzechowska i Andrzej Brzeski.	Centrum Promocji Kultury, ul. Podskarbińska 2, Warszawa	
20.09.2014 r.	20.00	„Warszawskie Dzieci” – uroczysty koncert z okazji 70. Rocznicy Powstania Warszawskiego w wykonaniu Filharmonii im. Romułda Traugutta.	Klub Kultury Saska Kępa, ul. Brukselska 23, Warszawa	
21.09.2014 r.	15.00	Spotkanie z Alicją Baran, autorką książek dla dzieci.	dorośli, seniorzy. Wstęp - 20 zł	
22.09.2014 r.	11.00	„Przyśniła się dzieciom Polska” - spektakl teatralny w wykonaniu uczniów LO im. Herberta.	Klubu od 10.09. 2014 r.	
22.09.2014 r.	16.00	II Koncert Koła Młodych Związku Kompozytorów Polskich - impreza towarzysząca 57. Międzynarodowego Festiwalu Muzyki Współczesnej „Warszawska Jesień”. W programie: muzyka graficzna i elektroniczna młodych kompozytorów.	dorośli, seniorzy. Wstęp wolny	
26.09.2014 r.	19.00	Teatr Twojej Wyobraźni Słuchowisko Teatru Polskiego Radia: „Królowa i Szekspir” - po emisji spektaklu spotkanie z realizatorami. Reżyseria: Janusz Kukuła. Obsada m.in.: Maria Pakulnis (Elżbieta I, królowa Anglii), Wiktor Zborowski (Arcybiskup Whitgift)	Klub Kultury Saska Kępa, ul. Brukselska 23, Warszawa	
29.09.2014 r.	18.00	Salon Kulturalny. Ewa Daukowska.	dorośli, seniorzy. Wstęp - 10 zł (przedsprzedaż biletów od 01.09.2014 r.)	
30.09.2014 r.	12.00	Podróże w nieznaną. Islandia - kraina wody i lodu. Prowadzenie: Marcin Robak	Klub Kultury Seniora, ul. Pawlikowskiego 2, Warszawa	
07.10.2014 r.	19.00	„Cały ten jazz! MEET!” - Marek Napiórkowski. Koncert i spotkanie z gitarzystą znanym ze współpracy m.in. z Anną Marią Jopek, rodziną Miśkiewiczów i liderem własnego zespołu	Klub Kultury Saska Kępa, ul. Brukselska 23, Warszawa	
			dorośli, seniorzy. Wstęp wolny	
Biblioteka Publiczna:				
23.09.2014 r.	17.00	Dyskusyjny Klub Książki. Spotkanie autorskie z Danutą Grechutą współautorką książki „Marek. Marek Grechuta we wspomnieniach żony Danuty”	Czytelnia Naukowa ul. Meissnera 5, Warszawa	Biblioteka Publiczna im. Zygmunta Jana Rumla w Dzielnicy Praga - Południe m.st. Warszawy
23.09.2014 r.	17.00	Dzień z książką i kulturą Ukrainy	Wypożyczalnia dla Dorosłych i Młodzieży nr 40, ul. Paca 46, Warszawa	Biblioteka Publiczna im. Zygmunta Jana Rumla w Dzielnicy Praga - Południe m.st. Warszawy
25.09.2014 r.	17.00	Dzień z książką i kulturą Ukrainy	Biblioteka Publiczna im. Zygmunta Jana Rumla w Dzielnicy Praga - Południe m.st. Warszawy, ul. Meissnera 5, Warszawa	
26.09.2014 r.	17.30	Spotkanie autorskie z Markiem Luszczyną, autorem książki „Igly: polskie agentki, które zmieniły historię”	Wypożyczalnia dla Dorosłych i Młodzieży nr 3, ul. Waszyngtona 2b, Warszawa	Biblioteka Publiczna im. Zygmunta Jana Rumla w Dzielnicy Praga - Południe m.st. Warszawy
26.09.2014 r.	10.00	Europejski dzień Języków	Biblioteka Publiczna im. Zygmunta Jana Rumla w Dzielnicy Praga - Południe m.st. Warszawy, ul. Meissnera 5, Warszawa	

INFORMACJA O POZOSTAŁYCH WYDARZENIACH KULTURALNYCH DZIELNICY PRAGA – POŁUDNIE:

www.pragapld.waw.pl



Centrum Promocji Kultury w Dzielnicy Praga-Południe m.st. Warszawy
ul. Podskarbińska 2
03-833 Warszawa
Tel. (+48 22) 517 65 75
Fax. (+48 22) 517 65 76
<http://www.cpk.art.pl/>

SINFONIA VARSOVIA
ul. Grochowska 272
03-849 Warszawa
tel. (+48 22) 582 70 82
fax (+48 22) 582 70 84
www.sinfoniavarsovia.org

Teatr Powszechny im. Z. Hubnera
ul. Jana Zamoyskiego 20
03-801 Warszawa
tel. (+48 22) 818 00 01
fax. (+48 22) 818 00 46
<http://www.powszechny.art.pl>

Biblioteka Publiczna im. Jana Rumla w Dzielnicy Praga - Południe m.st. Warszawy
ul. Meissnera 5
03-982 Warszawa
Tel. (+48 22) 671 04 51
<http://www.bpragapld.pl/>



JEDZ JABŁKA – na złość Putinowi, ale także dlatego, że smaczne i zdrowe

Jabłka są niezwykle zdrowymi owocami. Zawierają sporo witaminy C, wiele cennych składników mineralnych, takich jak wapń, potas czy magnez, a także błonnik i pektyny. Prowadzone badania porównawcze wykazały, że stare odmiany są pod względem zdrowotnym dużo bardziej wartościowe. Także w smaku są nieporównywalnie lepsze. Zachęcając do ich spożywania, przy okazji prezentujemy kilka tych dawnych odmian, teraz już trudniej dostępnych. Ale jak popytamy na bazarkach czy w warzywniakach, może czasem uda się jeszcze na nie trafić...

Oto przykłady kilku starych odmian jabłek uprawianych w Polsce:

Kosztela – bardzo stara, jesienna odmiana jabłoni. W Polsce uprawiana od XVII wieku. Słomkowozielone, przechodzące w kolor żółty kuliste owoce. Dojrzewają w drugiej lub trzeciej dekadzie września. Skórka mocna i gładka, z niewielkim różowym rumieńcem. Słodki smak, bardzo soczysty miąższ w kolorze żółtawym.

Malinówka – inaczej zwana „Malinówką Oberlandzką”, znana w Polsce od XIX w. Owoce średniej wielkości, pokryte ciemnoczerwono-bor-

dową skórką. Miąższ kruchy, zielonkavo-biały z różowym zabarwieniem. No i smak – jak sama nazwa wskazuje z mocno wyczuwalnym malinowym akcentem. Dojrzewają w drugiej połowie września.

Antonówka – nomen omen wyhodowana w Rosji, ale od lat bardzo popularna w Polsce. Owoce koloru jasnozielonego z żółtym (czasem nawet jasnopomarańczowym) rumieńcem. Miąższ biały, bardzo soczysty i lekko kwaskowy. Świetna na przetwory. Typową dla Polski odmianą jest Antonówka Śmietankowa, która ma dość duże owoce. Dojrzewają na przełomie sierpnia i września.

Za miesiąc przybliżymy Państwu kolejne odmiany, a teraz życzymy SMACZNEGO!

Marcin Jędrzejewski



Święto Francji na Saskiej Kępie

Dzień 13 lipca br. upłynął na Pradze-Południe pod znakiem francuskich marek samochodów, tj. Citroena i Renault, francuskiej pieśniarki Edith Piaf i jej ekspresywnych wykonawców piosenek oraz rozplywających się w ustach croissantów. Tego dnia ulica Francuska i Park Skaryszewski stały się swego rodzaju małym francuskim miasteczkiem.

Na „Święcie Francji na Saskiej Kępie”, bo o nim mowa, można było usiąść za kierownicą najnow-



szych modeli samochodów Citroen i Renault. Drugą z tych marek jest jedną z najstarszych marek samochodów na świecie – firma samochodowa Renault założona została w 1899 r. „Święto Francji na Saskiej Kępie” obfitowało w mnóstwo przyciągających rzesze ludzi konkursów i atrakcji, zwłaszcza dla najmłodszych. Jednakże głównym punktem programu i największą atrakcją był Koncert Piosenki Francuskiej.

Koncert poprowadził Ireneusz Bieleniuk – znany prezenter telewizyjny i radiowy. W tym roku odbyła się II edycja tego konkursu. Był on adresowany do uczniów szkół ponadpodsta-

wowych. W ubiegłym roku obejmował jedynie dzielnicę Praga-Południe, a w bieżącym również dzielnicę Wawer. Pierwszą nagrodą była wycieczka do Paryża. Konkurs zorganizowany został pod patronatem Ambasadora Republiki Francuskiej w Polsce Pana Pierre'a Buhlera. Przed publicznością wystąpiło pięć finalistek: Agata Wysokińska, Zofia Dowiatt, Ismena Sokolik, Maria Jeż oraz Izabela Kwiatkowska. Jury zdecydowało o przyznaniu III miejsca Zofii Dowiatt, II miejsca Izabeli Kwiatkowskiej, natomiast I miejsce zajęła i otrzymała w nagrodę dwa bilety do Paryża Maria Jeż. Nagrodę publiczności otrzymała Ismena Sokolik, a upominek od jury za występ Agata Wysokińska.

Kolejne „Święto Francji na Saskiej Kępie” już za rok. A wraz z owym świętem – coś dla miłośników motoryzacji, pięknej francuskiej piosenki i wyśmienitych nadziewanych croissantów...

Filip Kamać



reklama

SPÓŁKA Z O.O.
BUDMARK
ZARZĄDZANIE NIERUCHOMOŚCIAMI

biuro: ul. Berezynska 39 | tel/fax: (22) 616 04 97
03-908 Warszawa | budmark@budmark.waw.pl

www.budmark.waw.pl

ZARZĄDZANIE NIERUCHOMOŚCIAMI WSPÓLNOT

1 miesiąc treningu za połowę ceny!*

Dla pierwszych 30 pań!*

Oferta ważna do 31.10.2014

www.mrssporty.pl

* Podpisując 12 - miesięczną umowę członkowską w jednym z Klubów Mrs.Sporty biorących udział w akcji za pierwszy miesiąc treningów zapłacisz połowę opłaty miesięcznej. Oferta obowiązuje do 31.10.2014. Wszystkie informacje na temat obniżonej opłaty za pakiet startowy oraz warunków członkostwa, w tym opłaty administracyjnej, są dostępne na stronie: www.mrssporty.pl.

Klub **Mrs.Sporty** ul. Saska 105, 03-914 Warszawa, tel: 22 616 35 04, 725 77 50 80.

Mrs.Sporty
Twój osobisty klub sportowy

Weź paragon!

Naczelnik Urzędu Skarbowego Warszawa-Wawer zachęca do przyłączenia się do akcji administracji podatkowej „Weź paragon”.

Robimy zakupy, korzystamy z różnych usług, ale czy zawsze bierzemy paragon?

Zdarza się, że nie mamy czasu czekać na jego wydanie, zapominamy o nim albo nie chcemy zaśmiecać sobie nim portfela. Czasami nie mamy śmiałości zwrócić się do sprzedawcy o jego wydanie. Jednak w pewnych sytuacjach jego brak jest dla nas dotkliwy, np. gdy dany towar okaże się wadliwy, a my nie możemy udokumentować zakupu i złożyć reklamacji. Bez paragonu trudno jest skontrolować poprawność naliczenia przez sprzedawcę kwoty do zapłaty. Okaże się on też pomocny, gdy będziemy chcieli porównać ceny w różnych sklepach. Powinniśmy mieć również świadomość, że paragon pełni ważną rolę w obrocie gospodarczym.

Paragon jest dowodem zakupu, umożliwiającym konsumentowi późniejsze dochodzenie roszczeń w przypadku sporu z przedsiębiorcą. Biorąc paragon:

- ułatwiamy sobie złożenie reklamacji,
- mamy możliwość porównywania cen,
- wspieramy uczciwą konkurencję,
- uzyskujemy pewność, że nie zostaliśmy oszukani,
- zmniejszamy szarą strefę.

Rzetelne ewidencjonowanie obrotów na kasach fiskalnych jest gwarancją, że podatek zapłacony w cenie towaru trafi do budżetu państwa i posłuży do finansowania instytucji i inwestycji, z których korzystamy wszyscy.

Redakcja
na podstawie materiałów
Urzędu Skarbowego Warszawa-Wawer

Dzielnica Wisła, czyli nowa inwestycja



Drugi etap budowy bulwarów wiślanych, budowa kąpieliska w formie basenu pływackiego, budowa pawilonu edukacyjnego „Life”, budowa i modernizacja prawobrzeżnych tam poprzecznych oraz podłużnych to

tylko niektóre inwestycje realizowane w ramach projektu opatrzonego hasłem: „Dzielnica Wisła”, zaplanowanego na kolejnych sześć lat.

Oprócz wyżej wymienionych inwestycji nasze okolice zmieniają się również dzięki remontowi murków przeciwpowodziowych, przebudowie Osi Stanisławowskiej, budowie ośrodka wodniackiego „Przystań Warszawa”, budowie oraz przebudowie istniejącego oświetlenia bulwaru Wisły. Inwestycje skupiające się przede wszystkim na terenie okalającym Wisłę można by jeszcze długo wymieniać. Pochłonię one ponad 155 milionów złotych. Ich głównym zadaniem będzie stworzenie Wisły bezpiecznej, dostępnej, przyjaznej i naturalnej. Co ciekawe, jednym z zamierzeń projektu jest również wykreowanie infrastruktury żeglugowej! W ramach tego punktu planowana jest odbudowa tradycji żeglugi na Młociny, stwo-

zenie nowych szlaków komunikacji rzecznej oraz nowych przystani.

Projekt „Dzielnica Wisła” jest kontynuacją działań mających na celu uatrakcyjnienie terenów rzecznych w Warszawie i zachęcanie mieszkańców do korzystania z uroków przebywania na świeżym powietrzu w stolicy. Pierwszy program inwestycyjny realizowany od 2008 roku zakładał m.in. budowę pawilonu plażowego, Nadwiślańskiego Szlaku Rowerowego, realizację programu działań mającego na celu ochronę przed ewentualną powodzią oraz stworzenie multimedialnego, cieszącego się dziś wielką popularnością, Parku Fontann.

I choć rzeczownik „budowa” przewija się w planach realizacyjnych, to chyba nikt nie ma wątpliwości, że prace, które będą trwały na prawym brzegu królowej polskich rzek, ożywią ten teren i sprawią, że Warszawa stanie się atrakcyjniejsza dla nas, a także dla turystów. Nam pozostaje mieć nadzieję, że wszystkie zaplanowane inwestycje zakończą się w terminie i już za sześć lat będziemy mogli cieszyć się nową infrastrukturą.

Olga Łęcka
na podstawie materiałów UM Warszawy

Otyłość – realny problem

Aż 29 % polskich 11-latków ma nadwagę, a wśród 13-latków jest niewiele lepiej, bo na otyłość cierpi co czwarty z nich – podaje w swoim raporcie Światowa Organizacja Zdrowia. Czy i jak możemy uchronić nasze dzieci przed biernym trybem życia oraz pochłanianiem nieograniczonej ilości chipsów i słodczy?

Niektórzy wskazują, że otyłość to wyłącznie problem medialny i pochodzący ze świata mody, gdzie promuje się nienaturalnie chude modelki. Coraz częściej jednak badania naukowców potwierdzają, że ludzi z nadwagą jest na świecie coraz więcej, a otyłość to problem zupełnie realny. Ruszamy się coraz mniej, jesteśmy coraz mniej sprawni, coraz mniej zdrowi, mamy słabszą kondycję i witalność, a potem w ten sam sposób wychowujemy nasze dzieci i błędne koło się zamyka.

Problem otyłości zaczyna się od nas, dorosłych, zwłaszcza od kobiet. Obecnie w Polsce mamy 20,6% pań z nadwagą. Z zasady większość z nas kończy swoją przygodę ze sportem w szkole na lekcjach WF, o ile już na tym etapie nie rezygnujemy z tej formy edukacji.

W późniejszym okresie naszego życia jesteśmy zbyt zajęci, żeby wśród natłoku codziennych zajęć i obowiązków znaleźć 30 minut czasu na aktywną formę wypoczynku. Tymczasem już krótki trening 2-3 razy w tygodniu uczyniłby wiele dobrego dla naszego organizmu. Możemy zauważyć poprawę postawy naszego ciała i zmniejszyć występujące dolegliwości bólowe stawów dzięki wzmacnianiu naszego układu mięśniowego; możemy poprawić kondycję, koordynację i wytrzymałość organizmu, jak również zadbać o nasze dobre samopoczucie, gdyż każdy trening oznacza wydzielanie dodatkowej porcji hormonów szczęścia.

Zwłaszcza w przypadku kobiet, które prowadzą domy, opiekują się dziećmi, starszymi rodzicami, pracują, próbując wspinać się po szczeblach kariery – ciężko jest wygospodarować czas na ruch. A to właśnie głównie kobiety wpajają

swoim pociechom życiowe wartości i właściwe nawyki, w tym między innymi przekonanie o roli sportu i zdrowego odżywiania w naszym codziennym życiu.

Dlatego właśnie warto poszukać wsparcia na siłowniach czy w klubach sportowych dla kobiet, gdzie pod opieką trenera można nauczyć się wykonywania w możliwie krótkim czasie efektywnego treningu sportowego oraz wcielania w życie zasad zdrowego sposobu odżywiania. Uczestniczki takich zajęć mogą zazwyczaj przychodzić na treningi ze swoimi pociechami, które widząc swoje trenujące mamy, mogą brać z nich dobry przykład. Poszukajmy takich właśnie punktów w naszym sąsiedztwie. Oferują one metody treningowe oraz żywieniowe odpowiednie dla kobiet w każdym wieku.

Jak wiemy, przykład idzie z góry, dlatego też warto przy okazji rozpoczynającego się roku szkolnego pomyśleć o zdrowiu własnym, a co za tym idzie naszych dzieci.

Pamiętajmy, że nasze pociechy wzorują się na nas i warto im pokazać, jak ważną rolę w naszym życiu pełni ruch i zdrowe odżywianie.

Anna Sobolewska
Właściciel Klubu Mrs.Sporty, ul. Saska 105

reklama

LECZENIE BÓLU gabinet lekarski

ul. Widok 10
Warszawa-Śródmieście

zapisy i informacje:
tel. 730 266 030

możliwość wizyt domowych

www.leczeniobolu.waw.pl

OGŁOSZENIA DROBNE

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

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

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

NIERUCHOMOŚCI

- Zamienię dom murywany 120 m² działka 1200 m² – 58 km od Warszawy okolice Grójca, całoroczny – do zamieszkania (podatek roczny tylko 44 zł) na mieszkanie w Warszawie może być do remontu Warszawa tel. 693 324 348
- Sprzedam dom 70 m² działka 2200 m² w centrum uroczyska wsi 98 km od Warszawy (dom drewniany z bał – do remontu) 67 tys zł Warszawa tel. 693 324 348
- Poszukuje działki w gminie Wawer, do 3000 tys metrów, najchętniej z warunkami zabudowy lub bez. Pilnie kupię. 0 602 231 318 etenis@wp.pl
- Działka pracownicza 450 m² w Wawrze odstąpię, tel. 722264478
- Sprzedam lub zamienię na mieszkanie atrakcyjnie położone działki budowlane w Łabeli pod Warszawą. Szczegóły pod nr tel: 519-186-285, 511-200-610
- Sprzedam segment środkowy Wesola – Stara Miłosna, powierzchnia mieszkalna 180 m², całkowita 240m², działka 190m², do negocjacji, tel. 781489822
- Sprzedam mieszkanie dwupokojowe 100 m² w Aninie-Sadul na strzeżonym osiedlu. 4 pokoje, 2 łazienki z podgrzewaną podłogą, 2 balkony, miejsce garażowe, piwnica. 2 minuty od stacji PKP Anin. Cena: 5500 zł. za m². Kontakt: 501-620-701
- 2 działki rolne po 11000 m² z dopuszczoną zabudową jednorodzinną i usług nieucieczkowych, 3 km od Mińska Mazowieckiego. Tel. 661 077 423.
- Zamienię mieszkanie kwaterekowe 37 m² na Saskiej Kępie na większe na Saskiej Kępie ew. Gocławiu, Wawer (może być zadłużone lub do remontu). Moje mieszkanie bez zadłużen, po remoncie, ciche, widne, piękna zielona okolica. Centralne ogrzewanie, bez piecyka gazowego. 501216395 Pilne
- Sprzedam segment środkowy Wesola – Stara Miłosna, powierzchnia mieszkalna 180 m², całkowita 240 m², działka 190 m², do negocjacji, tel. 781489822

DACHY SPRZEDAŻ, MONTAŻ 501 14 14 40

- Sprzedam mieszkanie lub zamienię na mniejsze. Godaw 42 m², I piętro, widna kuchnia, balkon 5 m², piwnica 3,5 m². Księga Wieczysta. Cena 270 tys. do negocjacji. Tel. 22 671 70 17
- Sprzedam działkę 3.000 m², Sulejówkę Szkopówka przy samej granicy z W-wą. Malownicza okolica, dobra komunikacja. Po przekształceniu będzie przeznaczona pod budowę bloków, osiedla i budownictwa jednorodzinnego. Tel. 508 549 374
- Sprzedam działkę położoną pomiędzy Radzymiinem a Zalewem Żegrzyńskim usytuowaną w nowopowstającym otoczonego lasami osiedlu w Łosicach. Niedaleko przystań wodna. Tel. 508 549 374
- Sprzedam działkę budowlaną 709 m² Warszawa ul. Rozewska 28 – wszystkie media – można postawić dom wolno stojący, siedzibę firmy lub bliźniak 695 tys zł bezpośrednio sprzedam lub zamienię Warszawa tel 537 047 887
- Sprzedam segment w Starej Miłosnej ładnie wykończony. W rozliczeniu działka lub mieszkanie – kierunek Mińsk lub Lublin, inne propozycje -0 692 977 947
- Sprzedam działkę budowlaną w Dębie Wielkiej, 765 m², narozną z mediami na osiedlu domków jednorodzinnych, 15 km od Warszawy tel. 608 736 533
- Sprzedam 2,5 ha lasu w Kownatkach koło Łukowa, 100 km od Warszawy. Media, bdb dojazd, sąsiedztwo leśniczkowi, bogactwo jagód i grzybów. Cena do negocjacji. Tel. 608 736 533
- Sprzedam dwupokojowe mieszkanie na os. zamkniętym w Starej Miłosnej – 86 m² – 4 pokoje, kuchnia, 2 łazienki, łoża, piwnica, dwa miejsca parkingowe. Cena do uzgodnienia. Tel. 22 773 34 11; 608 736 533
- Działka rekreacyjna Kąty – Miąski, Flakowizna, bezpośrednio przy rzeczce 3100 m² – 25,00 zł/m² tel. 501 358 985
- Sprzedam bardzo ładną, wymiarową działkę budowlaną, ogrodzoną w Markach. 1500 m² – prąd, gaz, infrastruktura. tel. 519 781 759; 510 030 551
- Sprzedam 3-pokojowe mieszkanie – 46,5 m² na ul. Arabskiej tel. 514 113 021

HYDRAULIK – TANIO I SOLIDNIE – 506 173 607

- Sprzedam nieruchomość 25 km od Warszawy dom 60 m² z wyposażeniem działka 735 m² rekreacyjny w środku lasu za Radzymiinem w Łosicach 98000 zł Warszawa tel 537 047 887
- Sprzedam działkę budowlaną 709 m² Warszawa ul. Rozewska 28 – wszystkie media – można postawić dom wolno stojący, siedzibę firmy lub bliźniak 695 tys zł bezpośrednio sprzedam lub zamienię Warszawa tel 537 047 887
- Sprzedam działkę w Nadkolu /K. Kamieńczyka/ 1000 m², media, domek letniskowy. tel. 696 44 34 14
- Pięknie położona nad Licwem działka rekreacyjna 1200 m² wśród lasów, domek drewniany 41 m² podpiwniczony, kryty blachą, prąd, woda, kanalizacja. Działka zagospodarowana, częściowo zalesiona. Sprzedam tel. 661 042 334
- Sprzedam działkę z domem w Międzyzlesiu. tel. 506 407 688

SPRZEDAM/KUPIĘ – ODDAM/PRZYJMĘ

- Kupię przyczepę bagażową i kempingową – mogą być do remontu lub nie zarejestrowane Warszawa tel. 693 324 348
- Sprzedam Przyczepa kempingowa z wyposażeniem w pełni sprawna Warszawa tel. 537 047 887
- Sprzedam szafki kuchenne nowe – komplet 595 zł, wiertarka udarowa bdb. Bosch 340 zł, zgrzewarka do rur hydraulicznych nowa 125 zł, piec c.o. Junkers 690 zł, przyczepka bagażowa 690 zł Warszawa tel. 537 047 887
- Sprzedam meble Ikea Mamut różowo-czerwone szafa + komoda 300 zł tel. 503-759-762
- Sprzedam piec elektryczny do wypalania ceramiki/elementów metalowych lakierowanych oraz antyczne meble do remontu tel. 796 760 762
- Sprzedam obraz olejny-pejzaż lasu w połączonych ramach, wymiary: 44x75 – kopia Ivana Szyszyna – tanio. 781 496 613
- Sprzedam Encyklopedię Powszechną 4 tomy- stan idealny- oraz słownik 2 tomy niemiecko-polski tanio. 781 496 613
- Sprzedam pianino CASIO AP-250 cyfrowe, czarne – nowe. tel. 781 496 613
- Sprzedam 2 szafki do łazienki-białe- jedna pod umywalkę, druga wolnostojąca narozną- tanio!, tel. 781 496 613
- Sprzedam 3 komody sosna ciemne drewniane styl włoski tel. 781 496 613
- Sprzedam stolik pod telewizor, w idealnym stanie, solidnie wykonany- tanio tel. 781 496 613
- Sprzedam bukszpany-sadzonki-tanio. 781 496 613
- Sprzedam stół formiowany kolor koniak ciemny i 6 krzesel tapicerowanych, lite drewno do kompletu. Stara Miłosna tel. 530503050

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

tel. 791-35-55-66

- Kolekcjoner kupi stare książki, pocztówki, monety, zegarki, biżuterię, militaria tel. 502 011 257
- Kupię Chińskie znaczki pocztowe, przesyłki pocztowe z Chin i Korei Północnej, stare koperty listów, stare widokówki i karty pocztowe z Polski i krajów sąsiadujących, tel. 602 511 582
- Sprzedam tanio blachę ocynkowaną o wymiarach 100x200 cm, arkusz – 30 zł i blat do pracowni o wym. 4x80x315 cm (możliwość zmiany wymiarów) – 50 zł tel. 22 615 30 60
- Materiały po likwidacji stolarni, piły tarczowe, szelak tanio sprzedam, tel. 22 615 30 60
- Kupię lub przyjmę zamrażarkę i lodówkę tel. 516 390 664
- Narty, deski, buty narciarskie i snowboardowe, kaski, kijki. Nie masz co zrobić z używanym sprzętem narciarskim dzieci wyrosły chcesz coś wymienić ze sprzętu zadzwoń tenis@wp.pl 0 602 231 318
- Przyjmę drzewo każdego rodzaju – deski rozbiórkowe, wycinkowe itp. tel. 512 371 367

REMONTY, wykończenie wnętrz, układanie glazury, paneli podłogowych, malowanie (ręczne i agregatem malarskim), sucha zabudowa, wszelkie prace wykończeniowe. Staranne i fachowe wykonanie, osobiście, niepijący – tel: 503-759-763.

- Sprzedam pielnicy jednorazowe rozm. M, 12 opakowań po 30 sztuk firma SENI bardziej chłonne tel. 692 203 353
- Stare prospekty samochodów i motocykli kupię tel. 600 817 479
- Sprzedam aparat foto Zenit 12 XP z obiektywem Helios 44m i drugim JU-9 oraz starą Minoltę-Autopak 430 Ex tel. 605 360 935
- Sprzedam książki: Geografia Świata 5 tom. z 1965 r. po 10 zł/tom. 400 Lat Poczty Polskiej z 1958 r., dwie powieści z 1887 i 1889 r., Dzieła Kochanowskiego z 1864 r. i Tygodnik Ilustrowany z 1927 r. tel. 605 360 935

KOREPETYCJE/NAUKA/ WARSZTATY

- Nauczyciel udziela korepetycji z jęz. angielskiego w domu. Promocja! tel. 693 808 696
- Język niemiecki. Doświadczona nauczycielka. Skuteczna pomoc w pokonaniu trudności. Wszystkie poziomy. Lekcje w domu ucznia. 608484707.
- Angielski, niemiecki, hiszpański. Wszystkie poziomy. Korepetycje, konwersacje, nadrobienie zaległości w szkole. Absolwentka anglistyki i studentka iberystyki. Dojazd do ucznia. Tel: 0-519-186-285
- Matematyka, fizyka, chemia – Pracownik naukowy Politechniki Warszawskiej – magister inżynier, laureat olimpiad udzieli korepetycji. Zakres: podstawówka, gimnazjum, technikum, ILO. Cena: 50 zł/h. Własny dojazd. Tel. 601 602 132
- Język polski – przygotowanie do matury 2015. Uwaga! nowa ustna matura wymaga gruntownego powtórzenia, zapraszam maturalistów i innych uczniów, Wesola Centrum, 22 7734 087
- Język rosyjski- nauka i tłumaczenia u doświadczanego tłumacza i lektora, skutecznie i sympatycznie, wszystkie poziomy, naucz każdego!! Wesola, tel. 504 69 79 18
- Studentka Filologii Romańskiej udzieli korepetycji z języka francuskiego. Tel. 502 568 012.
- Studentka udzieli pomocy w nauce dzieciom ze szkoły podstawowej. Tel. 502 568 012

PRZYPY - LAWETY WYPOŻYCZALNIA - PRZECHOWALNIA ROWERÓW IWO-AGO tel.: 532 234 128 W-wa, ul. Mińska 65 (wjazd od ul. Chodakowskiej)

- Angielski – Studentka anglistyki UW udzieli korepetycji na poziomie szkoły podstawowej i gimnazjum. Możliwy dojazd do ucznia. Tel. 516 180 999
- Nauka gry na gitarze – od pierwszej lekcji grasz i śpiewasz fajnie piosenki! Zapraszam, na pewno się nie rozczarujesz. Tel. 695-622-848
- Pomoc i nauka w obsłudze KOMPUTERA, dla osób STARSZYCH promocja! Zajęcia indywidualne prowadzone przez studenta. Efektywna, spokojna nauka korzystania z INTERNETU oraz podstawowych funkcji komputera. 533 404 404
- Nauczycielka z doświadczeniem pomoże nadrobić zaległości w nauce, odrobić lekcje, poszerzyć wiedzę. Dostosowanie zajęć do potrzeb ucznia. Przedszkole oraz kl. 0-III Dojazd gratis. tel. 728 814 601
- Niemiecki – każdy poziom (również dzieci w wieku przedszkolnym), solidnie i tanio, w domu ucznia. Germanistka z wieloletnim doświadczeniem. Tel. 730 241 712
- Język niemiecki. Doświadczona nauczycielka. Skuteczna pomoc w pokonaniu trudności. Wszystkie poziomy. Lekcje w domu ucznia. 608 484 707

SPRZEDAM/KUPIĘ – DLA DZIECI

- Do sprzedania wózek dla dwojaczki, kolor czerwony, w komplecie spacerówki + 2 foteliki samochodowe tel. 516 390 664
- Do sprzedania wózek dla dziecka. Antyczny, duże koła z elementami wikliny tel. 516 390 664
- Kupię lub przyjmę wózek – spacerówek z dużymi kołami tel. 516 390 664
- Sprzedam oryginalne amerykańskie smoczki na butelkę Gerber – cena 2 zł szt. Tel. 22 652 28 14

DZIECI – OPIEKA NIANIA

- Pielęgniarka dyplomowana – 20 lat pracy w służbie zdrowia, 10 lat w szpitalu pediatrycznym – zaopiekuję się Twoim dzieckiem. tel. 793 456 990

USŁUGI OGRODOWE

• INNE PRACE PORZĄDKOWE

• WYCINANIE I PODCIINANIE DRZEW

513-148-238

WYNAJMĘ

- Wynajmę mieszkanie w Starej Miłosnej 56m² z ogródkiem, aneks kuchenny połączony z pokojem dziennym, sypialnia, łazienka, korytarz i stanowisko garażowe. Osiedle strzeżone. Mieszkanie wolne od października 2014r. Tel. kontakty 502 511 323.
- Mam do wynajęcia mieszkanie w Warszawie, na Saskiej Kępie, na ul. Brzyljskiej, dwupokojowe z oddzielną kuchnią, 37 m², mały balkonik, 4 piętro w bloku z windą, Tel. kom. 608 133 327 Do wynajęcia lokal 50 m², biurowo-usługowy pawilon ul. Grochowska, 2 pokoje, wc, parking, miejsce na reklamę, przystanki tramwajowe i autobusowe tel. 600 049 758
- Ostrowo k/Karwi, pokoje do wynajęcia na cały sezon letni. Możliwość wynajęcia domu z ogrodem (tylko czerwiec i wrzesień) tel. 22 810 73 32, 603 704 050
- Do wynajęcia M2 z balkonem, Saska Kępa, po kapitalnym remoncie, winda, dobra komunikacja, możliwość parkowania. tel. 604 892 223
- Wynajmę mieszkanie 45 m², całkowicie umeblowane, sprzęt AGD, 2 pokoje, kuchnia, łazienka, miejsce postojowe. Godaw-osiedle strzeżone. tel. 604 128 188

PRACA – DAM/SZUKAM

- Zrobię tanio porządki – w mieszkaniu, domu, lokalu, piwnicy lub na podwórku wraz z wywózka niepotrzebnych przedmiotów mogę też zabrać garaz, komórkę, ściany i inne i wykonać każdą pracę Warszawa tel. 693 324 348
- Poszukuję pracy oraz zlecen! Hydraulik – Elektryk mogę wykonać też inne prace techniczne – bezpośrednio! Warszawa tel. 693 324 348
- Hydraulik – elektryk – glazurnik – posiadam też inne umiejętności techniczne – poszukuję pracy – zlecenia na remont mieszkania w tym wyburzanie ścian, rozbiorem budynku i sprzątam podwórka i piwnice wraz z wywózka – bardzo tanio i solidnie Warszawa tel. 537 047 887
- Rozniosę ulotki solidnie tanio tel. 505 864 532
- Niemiecka Firma wchodząca na rynek w branży urody, poszukuje Osób o wysokiej kulturze osobistej, konkretnych, zmotywowanych, lubiących ludzi i nowe wyzwania, szczegóły po przesłaniu CV-dagaga.ziel@gmail.com lub tel 533867903
- Stawiam baraki. tel. 662268420
- Pomogę w zakupach, drobne naprawy elektryczne, hydrauliczne, malowanie tel. 662268420
- Przyjmę sprzątanie domów, mieszkań, mycie okien i prasowanie. Posiadam referencje. tel. 601-715-540
- Ogrodnicze prace porządkowe. tel. 22 35 35 821, 609 679 421
- Zatrudnię szwaczki do zakładu w Wesolej. tel. 501 75 75 78
- Uczeń liceum roznieście ulotki. 883 466 477
- Szukam pracy – mycie okien, sprzątanie w domach, porządki tel. 511 210 315
- Gotowanie obiadów dla starszych osób tel. 511 210 315
- Asysta osoby starszej tel. 511 210 315
- Opieka pielęgniarstwa nad dziećmi i dorosłymi w domu + gotowanie posiłków tel. 793 456 990
- Sprzątanie na zamówienie. Pielenie chwastów w ogrodzie, podlewanie. tel. 511 210 315
- Złota rączka – usługi ogrodnicze, porządkowe, malowanie itp. tel. 507 097 028
- Złota rączka – porządki, remonty, malowanie i inne prace. tel. 518 731 920, 734 253 366
- Zdum, budowa i przebudowa piecy i kuchni kaflowych oczekuje propozycji tel. 723 745 118
- Złota rączka tel. 515 400 656
- Złota rączka 503 150 991 (dodatkowo rozbiórki, kucie betonu)
- Złota rączka – elektryka – 516 075 825
- Podjęję pracę chaluportniczą, tylko poważne oferty. Tel. 22 652 28 14.

- Chętnie wyjdę z psem na Pradze-Południe. Proszę o telefon wieczorem – 22 870 00 44
- Składam meble – 516 075 82
- Chętnie przyjmę sprzątanie domów, mieszkań, mycie okien i prasowanie. Posiadam referencje. tel. 603-997-504
- Mężczyzna w średnim wieku umyje okna w domu tel. 693 808 696
- Szukam pracy, sprzątanie, prasowanie, pomoc domowa na stałe.
- Spojojna, uczciwa, mam referencje. tel. 500 602 122

KOMPLEKSOWE, RZETELNE USŁUGI DLA WSPÓLNOT MIESZKANIOWYCH

tel. 507 097 028



Anarella

Gabinet Medycyny Naturalnej

Jeśli nękają Cię problemy zdrowotne, odczuwasz ciągle zmęczenie, zapadasz na częste infekcje, brak Ci energii i sił, cierpisz na alergie lub masz kłopoty z układem trawiennym, masz problemy ze snem, pamięcią czy koncentracją

Gabinet Medycyny Naturalnej ANARELLA

pomoże szybko znaleźć przyczyny Twoich dolegliwości i dobrać skuteczne zabiegi i suplementy, które poprawią Twoje samopoczucie.

Nasze metody z zakresu medycyny naturalnej: **mikroskopowa analiza żywej kropli krwi**, **komputerowy skan całego organizmu (tzw. Express Test)** i **analiza biorezonansowa z zastosowaniem elektropunktury** pozwalają na szybką, bezinwazyjną i kompleksową ocenę stanu narządów i układów, przyczyn chorób (pasożyty, grzyby, bakterie, wirusy), a także wykrycie groźnych dla zdrowia schorzeń, jeszcze przed pojawieniem się objawów.

Wynik wraz z interpretacją i zaleceniami otrzymasz natychmiast!

Wykonujemy między innymi **testy alergiczne**, **testy na pasożyty**, **detoksykację**, **bezinwazyjne odczulanie**, **terapię antynikotynową**, **terapię przeciw pasożytnicze**.



ul. Komorska 38
04-161 Warszawa
(dojazd od Grochowskiej lub Sulejowskiej)

tel.: 22 25 000 88
tel. kom. 785 444 000
e-mail: gabinet@anarella.pl

Gabinet czynny:
Pon. – Pt.: 10.00 - 19.00
Sob.: 10.00 - 15.00

www.anarella.pl

C-RENTAL

WYPOŻYCZALNIA SAMOCHODÓW
OSOBOWYCH I DOSTAWCZYCH

ceny już od 40zł za dobę

512-514-516

www.c-rental.pl

Zapraszamy na nasz facebookowy profil gdzie na bieżąco informujemy o aktualnych promocjach oraz o nowych samochodach

Ruszamy z czwartym etapem budowy

ul. Motylkowa 11
Warszawa-Międzylesie

Dostępne mieszkania (stan deweloperski):

63 m² – 395 tys. PLN

97 m² – 565 tys. PLN

Rezerwując już dziś, możesz dostać 5% rabatu



e-mail: biuro@ulicamotylkowa.pl, tel.: 505 283 785

www.ulicamotylkowa.pl



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

Rejestracja telefoniczna:
(22) 250 15 77, (22) 671 77 00
Godziny przyjęć: pon. - pt. 7 - 21, sobota 8 - 13
www.boramed.pl

BADANIA USG dorośli i dzieci

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



STOMATOLOGIA

Stomatologia zachowawcza	Endodoncja
Stomatologia dziecięca	Protetyka
Ortodoncja	Implanty
	Chirurgia szczękowa

SPECJALIŚCI

endokrynolog, pediatra, kardiolog, ortopeda, gastrolog, chirurg, dermatolog, laryngolog, internista, urolog, neurolog, diabetolog, hepatolog, hematolog, ortopeda i chirurg dziecięcy, reumatolog

GINEKOLOGIA

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



SEGMENTY

od 152 m²
do 192 m²

na działkach
od 200 m² do 440 m²

ul. Poprawna

14

ul. Poprawna

39



tel.: 503 703 803
www.aras.com.pl